

Handball-Spielabzeichen

Spielabzeichen

Was ist das Handball-Spielabzeichen ?

Das Handball-Spielabzeichen ist eine Aktion des Deutschen Handball-Bundes (DHB). Es beinhaltet vielseitige Übungen mit unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad und ist in drei Stufen geteilt: Bronze, Silber und Gold.

Wie wird das Spielabzeichen erlangt?

Für das Sportabzeichen GOLD müssen alle Übungen bestanden werden. Für das Sportabzeichen SILBER sieben Übungen und für das Sportabzeichen BRONZE fünf Übungen. Die Anforderungen gehen aus den Übungsbeschreibungen hervor.

Die Urkunden und Abzeichen sind erhältlich beim

Deutschen Handball-Bund
Strobelallee 56
44139 Dortmund

Tel.: 0231-911 91 29
Fax: 0231-124061
Email: presse@dhb.de
www.dhb.de

URKUNDE	HANDBALL SPIELABZEICHEN
<p>Ergo hanse senti pen. Guaredisch desus gat. Situs vilate, isset abernich. Ergo hanse senti pen. Guaredisch desus gat. Situs vilate, isset abernich.</p> <p>Name: _____</p> <p>Vorname: _____</p> <p>Geburtsdatum: _____</p> <p>Straße: _____</p> <p>PLZ/Ort: _____</p> <p>Verein/Schule: _____</p> <p>Unterschrift: _____</p>	<p>Name: _____</p>

DIE ÜBUNGEN		Bestanden?
<p>Ergo hanse senti pen. Guaredisch desus gat. Situs vilate, isset abernich. Ergo hanse senti pen. Guaredisch desus gat. Situs vilate, isset abernich.</p> <p>Übung 1: Aufsatzwürfe Aufsetzwürfe von 6 m Höhe auf das Tor: 40 - 45 cm unterhalb der Latte ist ein Band durch das Tor gespannt; 5 WÜRFE, Treffbereich nur zwischen Band und Latte. Anforderung: mind. 4 Treffer</p>	<p>Übung 6: Pässe fangen 4 Würfel in einem Kreis, Teilnehmer sind dem Passgeber 5 - 6 m, 4 crosse und 1 farsprece Pässe werden zum Teilnehmer geschickt. Anforderung: 4 von 4 crossten und 4 von 4 farsprece Pässen fangt zu fangen</p>	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
<p>Übung 2: Pässe gegen schräge Ebene Pässe im Stehen gegen schräge Ebene im Abstand von 3 m. Anforderung: von 5 Pässen mit rechts und 5 Pässen mit links müssen jeweils 3 gelangen werden. Es ist nicht erlaubt, nach dem Abwurf den Ball entgegenzuheben.</p>	<p>Übung 7: Medizinballtransport Medizinball (Gryb) ist durch 5 Würtle von verschiedenen Abwurf (Entfernung Abwurf - Medizinball: 3 m) über die Strecke mit 6 m zu bewegen. Abstand zwischen den seitlichen Begrenzungen (Distanz): 3 m. Anforderung: mit 5 Würtle Medizinball in das Ziel bewegen</p>	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
<p>Übung 3: Pässe: Leuten, Fangen, Würfe bewirgen: einer Strecke durch Pässe und Fangen des gegnerischen Passes als am weitestdem Wert von dem Bereich betreten problem und keinen Kreis. Abstand Start - großer Kreis: 11 m. Anforderung: mit einmaliger Rückpassball über Baller höchstens 3 Schritte nach dem Fangen, 2 Versuche</p>	<p>Übung 8: "Blinde" Pässe Schritte 9 m, Teilnehmer hat Sonnenblende unter die Nase, 2 Richtungswörter in Links, Aufgabe: um "Schichtpassball" herum, parallel das Ziel erreichen. Anforderung: gegenseitiges Pässe, 3 Versuche</p>	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
<p>Übung 4: Zielwürfen 2 "Sonnenschilde" sind oben links und ebenfalls in der Höhe aufgehängt; 5 Würtle von links nach rechts. Anforderung: 5 Würfe, davon mind. 3 Treffer</p>	<p>Übung 9: Hohes Pressen Teilnehmer hat Sonnenblende auf in der einen den Ball in der anderen Hand; der Abstand zwischen den beiden Sonnenblenden beträgt 2 m. Anforderung: Pässe des Baller, umlassen der 2 Sonnenblende, Fangen des gepressten Baller vor 2. Rückpassball</p>	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein