

Ausschreibung
Handball-Trainerfortbildung 28.-29.Juni 2019
Verlängerung B- und C-Lizenz

Ausrichter BSV Limbach



Referent Lutz Landgraf



- **A-Lizenz-Trainer**,
Diplomsportlehrer
- in der **Vita** u.a.: EHF-Referent, DHB-Referent, Landestrainer, DHV-Trainer, Trainer der Militärnationalmannschaft

**Thema: Handlungsschnelligkeit und individuelles Training:
Basis für ein erfolgreiches Spiel**

Gezielte Ausbildung und Analyse von Wahrnehmungs-, Entscheidungs-, Reaktions-, und Aktionsschnelligkeit unter Beachtung der Trainingsqualität.

Modifizierter Fortbildungsinhalt u.a. bei der EHF-Master-Coach-Ausbildung und DHB-A-Trainerfortbildung.

Inhalte/Schwerpunkte:

- **vielfältige Praxisbeispiele zur Optimierung des Trainings**
- **leicht verständliche Vermittlung des wissenschaftlichen Hintergrunds und Aufzeigen, warum alle Faktoren der Handlungsschnelligkeit von zentraler Bedeutung für ein erfolgreiches Handballspiel sind**
- **Videobeispiele zum Ist-Status**
- **High-Tech Objektivierungs- und Trainingsbeispiele mit dem Fitlight) - trainieren wie die Weltspitze**

Handlungsschnelligkeit ist das Zauberwort des modernen Handballs. Die Spieler müssen neben den physischen Schnelligkeitskomponenten wie elementare Antritts- und Frequenzgeschwindigkeit vor allem permanent, schnellstmöglich (in Hundertstelsekunden) Spielsituationen wahrnehmen und optimale Entscheidungen zur Spielfortsetzung treffen.

Wissenschaftliche Studien und viele innovative Trainer und Wissenschaftler (R. Rangnick, H. Groß) vertreten die Auffassung, dass das Training sich in Zukunft verstärkt auf die kognitiven Fähigkeiten und die Verbesserung des WERA-Komplexes (Wahrnehmungsschnelligkeit, Entscheidungsschnelligkeit, Reaktionsschnelligkeit, Aktionsschnelligkeit) mit höchster Qualität konzentrieren muss.



Handball-Trainerfortbildung 28.-29. Juni 2019

Verlängerung B- und C-Lizenz – Großsporthalle Limbach-Oberfrohna

Thema: **Handlungsschnelligkeit und individuelles Training: Basis für ein erfolgreiches Spiel**

Gezielte Ausbildung und Analyse von Wahrnehmungs-, Entscheidungs-, Reaktions-, und Aktionsschnelligkeit unter Beachtung der Trainingsqualität.

Ausrichter BSV Limbach



Referent Lutz Landgraf:



- **A-Lizenz-Trainer**,
Diplomsportlehrer
- in der **Vita** u.a.: EHF-Referent, DHB-Referent, Landestrainer, DHV-Trainer, Trainer der Militärnationalmannschaft

Zeit/ Ort	UE	Was	Inhalt
28.06.2019			
17.00 -18.30 Uhr Großsporthalle	2	Theorie	Begrüßung Ziel- und Inhaltsvorgaben der Fortbildungsmaßnahme Faktoren der Handlungsschnelligkeit
18.30 – 20.45 Uhr Großsporthalle	3	Praxis	Handlungsschnelligkeit: Objektivierung und Praxisbeispiele im Angriffsspiel
20.45 – 21.30 Uhr	1	Theorie	Das Trainingsprinzip Individualisierung Grundlagen und Vorstellungen zur Umsetzung

29.06.2019

8.30 – 10.00 Uhr Großsporthalle	2	Theorie	Analyse und Bedeutung der Faktoren der Handlungsschnelligkeit im Handballspiel Anforderungen an ein individuelles Training Teilnehmeraufgabe – Erstellung von Praxisbeispielen
10.00-10.15 Uhr Kaffeepause			
10.15 – 12.30 Uhr Großsporthalle	3	Praxis	Handlungsschnelligkeit: Objektivierung und Praxisbeispiele im Abwehrspiel
12.45-13.00 Uhr Mittagspause			
13.00 – 15.15 Uhr Großsporthalle	4	Theorie / Praxis	Praxisbeispiele inhaltliche Ergänzungen, Zusammenfassungen, Abschlussdiskussion und Bewertung der Veranstaltung



Anmeldeformular
Handball-Trainerfortbildung 28./29. Juni 2019
Verlängerung B- und C-Lizenz

Termin / Unterrichtseinheiten:

28.06.2019 17.00-21.00 Uhr

29.06.2019 8.30- 15.30 Uhr

Ort: Limbach-Oberfrohna, Großsporthalle

Referent: Lutz Landgraf (DHB-Referent, A-Lizenztrainer)

aktive Teilnahme: nein, aber bitte Turnschuhe mitbringen

Lehrgangsgebühr: 50,00 EUR ; zu zahlen bei Anmeldung – Nach Zahlungseingang erfolgt die Teilnahmebestätigung.

Konto-Nr.:IBAN: DE45870500003514005710;BIC CHEKDE81XXX; Sparkasse Chemnitz

Anmeldungen an: Patrick Fischer; info@bsvlimbach.de

Anmeldeschluss: 14.06.2019 - Achtung maximale Teilnehmeranzahl 30

Hiermit möchte ich mich für den Übungsleiterlehrgang in Limbach – Oberfrohna anmelden:

Name:

Vorname:

Verein:

Telefon/Mailadresse: