

## Fortbildung Handball 3-2024 24.06.-25.06.2024

### Montag, 24.06.2024

<i>bis 10.00</i>		<i>Ankunft / Anmeldung an Rezeption</i>	
10.15 – 10.30 Uhr	Th	Begrüßung / Organisatorisches	BHV
10.30 – 12.00 Uhr	Th	Athletische Basics – Anforderungsprofil Handball	Jörn Krebs
13.00 – 14.30 Uhr	Pr	Athletiktraining auch ohne (großes) Equipment	Jörn Krebs
14.45 – 16.15 Uhr	Th	„Mehr Leistung, weniger Verletzung!“	Leander Frey
16.30 – 18.00 Uhr	Pr	„Mehr Leistung, weniger Verletzung!“	Leander Frey

### Dienstag, 25.06.2024

08.30 – 10.00 Uhr	Th	kooperative Angriffs-Basics entwickeln	Simon Rittemann
10.30 – 12.00 Uhr	Pr	kooperative Angriffs-Basics entwickeln	Simon Rittemann
13.00 – 14.30 Uhr	Th	Individuelle und kooperative Abwehr-Basics entwickeln	Simon Rittemann
15.00 – 16.30 Uhr	Pr	Individuelle und kooperative Abwehr-Basics entwickeln	Simon Rittemann

#### Lehrgangsleitung:

Julian Zipf (BHV)

#### Zeichenerklärung:

Th = Theorie; Pr = Praxis

H 1 = Halle 1

#### Feste Zeiten:

Frühstück: 07:45 – 08:15 Uhr

Mittagessen: 12:30 – 13:00 Uhr

Abendessen: 18:30 – 19:00 Uhr