

Organisation HVR C-Trainer*Innen-Ausbildung 2024

CTA 2024	Ort	Datum	von	bis	Lehreinheiten (LE)	Referent*in	Leitung	Baustein	Themen
Präsenz	Montabaur	Di, 21.05.	09:00	12:45	5	LL	MT	Individuelles Abwehrspiel	# Elemente des individuellen Abwehrspiels # Grundposition gegen Angreifer mit und ohne Ball # aktives und offensives Abwehrspiel # antizipatives Abwehrspiel
Präsenz	Montabaur	Di, 21.05.	13:15	17:00	5	LL	MT	Kooperatives Abwehrspiel	# 1gg1 in Nah- und Fernwurfzone # Regelgerechter Körperkontakt # Helfen/Begleiten # Übergeben/Übernehmen und Doppeln
CTA 2024	Ort	Datum	von	bis	Lehreinheiten (LE)	Referent*in	Leitung	Baustein	Themen
Präsenz	Montabaur	Mi, 22.05.	09:00	12:45	5	CN	MT	Individuelles Angriffsspiel	# Handballspezifische Grundtechniken # Schlagwurf, Passen und Fangen, Prellen, Sprungwurf # Angriffsgrundbewegungen "Auf Lücke"
Präsenz	Montabaur	Mi, 22.05.	13:15	17:00	5	CN	MT	Kooperatives Angriffsspiel	# Methodische Reihe # Anwendung in großen Räumen # Raumöffnung, Richtungswechsel, Täuschungen # Handballspezifische Techniken variieren # Freilaufen - Doppelpass # Spielprinzipien erlernen
CTA 2024	Ort	Datum	von	bis	Lehreinheiten (LE)	Referent*in	Leitung	Baustein	Themen
Präsenz	Montabaur	Do, 23.05.	09:00	12:45	5	ML	MT	Kollektives Abwehrspiel	# Manndeckung # sinkende Manndeckung
Präsenz	Montabaur	Do, 23.05.	13:15	17:00	5	ML	MT	Kollektives Angriffsspiel	# 1:5-Abwehr (3:3-Abwehr) # 3:2:1-Abwehr (Einführung) # Kooperation in der Breite (Parallelstoß / Kreuzen) # Kooperation in der Tiefe (Freilaufen / Doppelpass / Sperren)
CTA 2024	Ort	Datum	von	bis	Lehreinheiten (LE)	Referent*in	Leitung	Baustein	Themen
Präsenz	Montabaur	Fr, 24.05.	09:00	12:45	5	MT	MT	Regelkunde DHB-RTK	# Umgang und Sensibilisierung mit Offiziellen # DHB-Rahmentrainingskonzeption verstehen und anwenden
Präsenz	Montabaur	Fr, 24.05.	13:15	17:00	5	MT	MT	Entwicklung von Trainerpersönlichkeiten Prüfungsvorbereitungen	# Ich - Du - Wir # Verständnis für Entwicklungsphasen # Prüfungsvorbereitung und Abläufe für weiteres Vorgehen
CTA 2024	Ort	Datum	von	bis	Lehreinheiten (LE)	Referent*in	Leitung	Baustein	Themen
Präsenz	Montabaur	Sa, 25.05.	09:00	12:45	5	ML	MT	Tempospiel	# Prellgegenstoß, 2er-Gruppe Spielfeldüberbrückung # Abwehr Außen abdrängen und Rückzug # 1. Welle (Langpass) und 2. Welle (Kurzpasstechnik) # Abwehr Kurzpassspiel stören
Präsenz	Montabaur	Sa, 25.05.	13:15	17:00	5	ML	MT	Trainingslehre Torwartspiel	# Aufbau von Trainingseinheiten im Grundlagentraining # Entwicklung der sportlichen Leistungsfähigkeit # Trainingsziele, -inhalte, -mittel, -methoden # Belastungskomponenten # Torwart Grundstellung, -bewegung und -techniken # Organisationsformen für das Torwarttraining
CTA 2024	Ort	Datum	von	bis	Lehreinheiten (LE)	Referent*in	Leitung	Baustein	Themen
Präsenz	Montabaur	So, 26.05.	09:00	12:45	5	GL	MT	Athletiktraining	# Motorische Vielfalt # Agilität/Schnelligkeit (Sprint, ABC, Staffeln, Fangspiele) # Koordinative Fähigkeiten entwickeln # Methodik/Druckbedingungen zur Steuerung
Präsenz	Montabaur	So, 26.05.	13:15	17:00	5	GL	MT	Athletiktraining	# Ausdauer (spielerisch, aerobe Ausdauer entwickeln) # Kraft (Kräftigung, Turnen, Stützmuskulatur, Reaktivkraft) # Mobilität und Stabilität (vielfältige Bewegungsübungen) # Handlungsschnelligkeit entwickeln (motorisch/kognitiv Informationen) # Altersbesonderheiten aus biologischer Sicht (motorisches Lernen)