



03. Februar 2026

Ausbildung C-Lizenz Trainer Handball im Handball-Verband Sachsen (Ostsachsen) 2026

- Ausschreibung -

C-Lizenz Trainerausbildung (2. Hauptbaustein)

Der Handball-Verband Sachsen (Region Ostsachsen) bietet folgende Ausbildung an:

Lehrgangsplanung:	Freitag, 07. August 2026	17:00 – 21:00 Uhr	Theorie + Praxis
	Samstag, 08. August 2026	09:30 – 18:30 Uhr	Theorie + Praxis
	Sonntag, 10. August 2026	09:30 – 14:00 Uhr	Theorie

Lehrgangsort: Theorie (Treffpunkt zum Lehrgang):

Stadthaus Bernstadt, Zittauer Str. 3, 02748 Bernstadt

Praxis:

Sporthalle „Pließnitztal“, Am Pließnitztal 3, 02748 Bernstadt

Inhalt:

Der erste Hauptbaustein der C-Lizenz Trainerausbildung Handball stellt sich die Aufgabe, Jugendliche auf die komplexen Anforderungen im Handball vorzubereiten, sie individuell zu fördern und so dauerhaft für die Sportart zu motivieren.

Durch folgende Inhalte vermittelt die Ausbildung die nötigen Kompetenzen zur Planung, Organisation und Durchführung der entsprechenden Trainingseinheiten:

- Abwehr (individuell, kooperativ, kollektiv)
- Angriff (individuell, kooperativ, kollektiv)
- Tempospiel
- Trainingslehre
- Motorik und Athletik
- Psychologie (Coaching)
- Methodik
- Prüfung (Prüfungsvorbereitung)

Voraussetzungen:

- Vollendung des 16. Lebensjahres
- Mitgliedschaft in einem Verein oder Verband des DOSB
- ausreichend deutsche Sprachkenntnis in Wort und Schrift
- Anmeldung zur Ausbildung über das „Nu-Informationssystem“ mit einem durch den Vereinsadministrator persönlich angelegten Zugang an einem im Bereich Lehrgänge ausgeschriebenen Lehrgang
- Abschluss Grundlehrgang sportartübergreifend beim Kreissport
- Abschluss DHB-Kinderhandballtrainer*in / Kinderhandballbaustein
- Nachweis einer Erste Hilfe Ausbildung, die nicht älter als 3 Jahre sein darf (muss bis zur Prüfung / Lehrprobe vorliegen)
- Nachweis des DHB-Ehrenkodex (muss bis zur Prüfung / Lehrprobe vorliegen, ist Inhalt der DHB-Kinderhandballtrainer*in - Ausbildung)

Ausbildungsleitung: Conni Böhme Verbandstrainer Handball-Verband Sachsen
Carsten John Dozent Trainerausbildung/-weiterbildung
Torsten John Dozent Trainerausbildung/-weiterbildung

Arbeitsmethoden: Die Ausbildung gliedert sich in Theorie und Praxiseinheiten.

zu erbringende Leistungen: Innerhalb einer vollständigen C-Lizenzausbildung sind durch die Teilnehmer folgende Leistungen zu erbringen:

- Eine schriftliche Klausur (am Ende des zweiten Hauptbausteins)
- Eine Lehrprobe / Praktische Prüfung (Termin wird separat nach Bestehen der schriftlichen Klausur vereinbart)
- Eine mündliche Prüfung (in Form eines Auswertungsgespräches der Lehrprobe)

Unterbringung / Verpflegung: Eine eventuelle Unterbringung muss selbständig organisiert werden. In Zusammenarbeit mit dem OHC Bernstadt wird eine Bereitstellung von Kaffee/Getränken erfolgen, sowie ein Angebot an Mittagsversorgung erfolgen (Informationen dazu folgen später)

Kosten: Erster Hauptbaustein: **50,00 €**
Dies sind die reinen Lehrgangskosten. Es sind keine Verpflegungs- oder Individualleistungen wie z.B. Parkgebühren oder Reisekosten enthalten.

Teilnehmer: mindestens 15, maximal 30 Teilnehmer

Umfang der ges. Trainer C-Lizenz Ausbildung: Insgesamt umfasst die Trainer – C – Ausbildung 120 (130) Unterrichtseinheiten (UE). Diese gliedern sich wie folgt:

- 30 UE Grundlehrgang bei LSB/KSB (Dieser Lehrgang sollte vor der spezifischen Handballtrainerausbildung erfolgen. Der Nachweis darüber ist vorzulegen)
- 30/40 UE - Kinderhandballbaustein, DHB-Kinderhandballtrainer*in
- 30 UE - Erster Hauptbaustein
- 30 UE - Zweiter Hauptbaustein

Anmeldung: Die Anmeldung erfolgt über die Nu-Liga Seminarseite des Handball-Verbandes Sachsen, zu finden unter:

Leipzig, 03.02.2026



Conni Böhme
Verbandstrainer HV Sachsen / Lehrwart Region Ostsachsen