

Lehrgangsplan B/CF5 am 20./21.05.2018 in Ismaning - "Beachhandball Basic"

Lehrgangsleitung: Alexander Novakovic (DHB Trainer Beach U18w, BHV Beachhandballreferent, B-Lizenz, EHF Beachcoach),
Referenten: Thomas Hankel (BHV Stützpunkttrainer Beach, A-Lizenz, Trainer Bundesliga/3.Liga/OL)
 Hannes Degenhardt (DHB Co-Trainer Beach U18w, ehe. Bundesligaspieler & Beachhandball, Sportmediziner)

Torfbahnhof: An der Torfbahn 3, 85737 Ismaning (Parkplätze vor der Tür / Parkscheibel, Lehrsaaal im 2.OG)

Sportgaststätte Ismaning: Leuchtenbergstr. 25, 85737 Ismaning (Parkplätze direkt vor der Tür, im Mittagessen keine Getränke inkl.)

Beachplatz: Sportpark Ismaning, Grünfleckstraße, 85737 Ismaning (Parkplätze vor den Tennishallen, Beachplatz 2min fußläufig erreichbar.)

Sonntag, 20.05.2018 (2 Stunden Lehrsaaal, 5 Stunden Beachplatz für max. Praxisbezug!)

09:30	Anreise und Wake Up Coffee		Torfbahnhof
09:40 bis 10:00	Opening & Orga	Novakovic	Torfbahnhof
10:00 bis 11:30	Faszination Beachhandball - Einführung in einen olympischen Sport, Philosophie des körperlosen Spiels, Regeleinführung und Videobeispiele TN von SR, die diesen Teil als SR-Fortbildung nutzen	Novakovic	Torfbahnhof
11:30 bis 12:45	Mittagspause und Erfahrungsaustausch		Sportgaststätte
13:00 bis 16:00	neu in 2018! Theorie/Praxis Mix-Up Athletik & Technik Beachhandball, wichtigste athletische Faktoren, Erlernung der wichtigsten Techniken in methodischen Reihen (Pirouette, Kempa, Blockverhalten), Technikvariation als Steigerung Praxis-Kurzeinheit für alle Lehrgangsteilnehmer Die Lehrgangsteilnehmer bekommen am eigenen Leib einen Einblick in die Sportart in Sachen Athletik, Technik und Methodik zur Erlernung der Beachtechniken in den jeweiligen Altersstufen und sollen sich selbst ausprobieren. (max. 30min)	Novakovic, Degenhardt	Beachplatz
16:30 bis 18:00	Demotraining am Beachplatz "Die Brüder Ismaning", das Damen-Beachhandballteam des TSV Ismaning und amtierender deutscher Meister demonstriert eine typische Beachhandballeinheit. Die Trainer erläutern die Knotenpunkte der Beach-Techniken und geben einen Einblick über Grundzüge der Taktik sowie Sand als perfektes Präventionsmittel.	Degenhardt	Beachplatz

Montag, 21.05.2018 (2 Stunden Lehrsaaal, 2,5 Stunden Beachplatz für max. Praxisbezug!)

10:00 bis 12:00	Taktik Beachhandball, Trainingslehre & Entscheidungstraining	Hankel	Torfbahnhof
12:00 bis 13:15	Mittagspause und Erfahrungsaustausch		Sportgaststätte
13:30 bis 15:00	Praxis-Einheit für alle Lehrgangsteilnehmer oder mit Demoteam Zeit um Übungsformen zum Entscheidungstraining und taktische Variationen im Sand auszuprobieren, selbst neue Dinge im simplen Überzahlspiel zu entwickeln und ein Spiel über 2x 10min zu spielen. Auch dem Kinderbereich oder besonders Training im Sand zur Saisonvorbereitung können wir uns je nach Nachfrage widmen. Wir entscheiden hier spontan je nach Teilnehmerkreis! Ihr bestimmt!	Hankel, Novakovic	Beachplatz
15:00 bis 15:45	Beachhandball als Chance oder nur als lästige Ergänzung? Diskussionsrunde mit allen Teilnehmern und Informationen zu Wettkampfmöglichkeiten	Alle	Beachplatz
15:45 bis 16:00	Lehrgangsabschluss	Novakovic	Beachplatz

Der Lehrgangsplan ist ohne Gewähr und Änderungen sind je nach Wetterlage und Verfügbarkeit der Demoteams möglich. Nur bei dauerhaften Regen ist eine Absage möglich.

Für 2019 ist eine erste Ausgabe der "Beachhandball Intensive" Fortbildung geplant, die auf Inhalte dieses Basic-Kurses aufbaut.