HANDBALL AUSTRIA

Mini-Handball

HANDBALL

ÜBUNGSBEISPIELE

Koordinationstraining, Wurf, Ballführung, 1:1 Offensive und Defensive

Schwerpunkt: Übungsformen für große Gruppen

Helmut KÖNIG

IMPRESSUM:

Für den Inhalt verantwortlich:
Prof. Mag. Helmut König,
Ausbildungsleiter im
Österreichischen Handballbund

Anschrift ÖHB:
Hauslabgasse 24a, 1050 Wien,
www.oehb.at
Telefon: 01/544 43 79

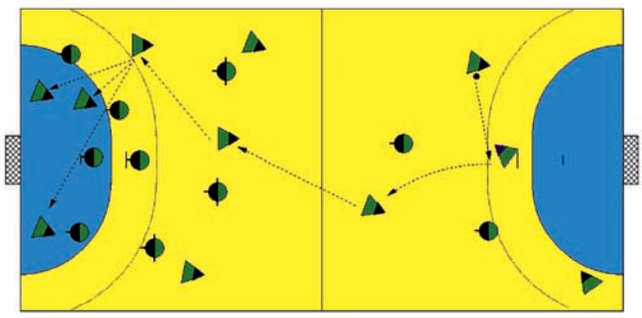
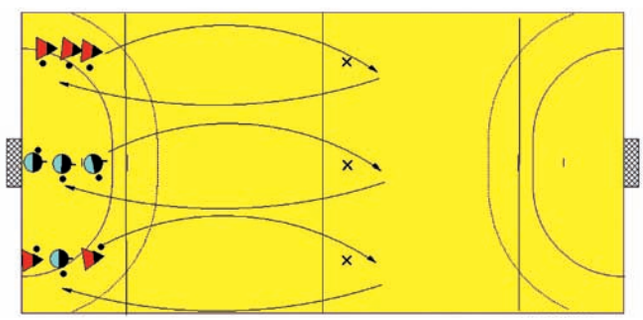
Grafik:
irlacher OG werbeagentur
grafik@irlacher.cc, Tel. 02273/5762

Fotos:
Archiv ÖHB, z.V.g.

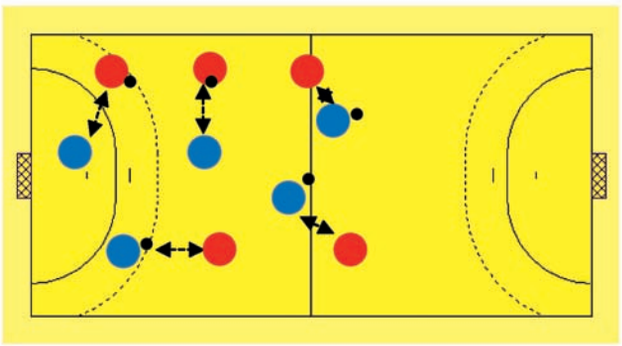
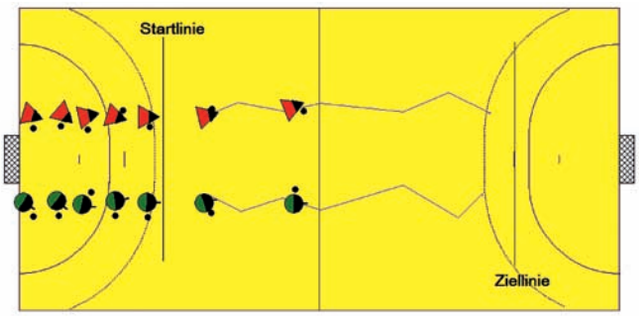
1. Handballspezifisches Koordinationstraining

Im Handball sind die folgenden koordinativen Fähigkeiten von leistungs- und spielbestimmender Relevanz:

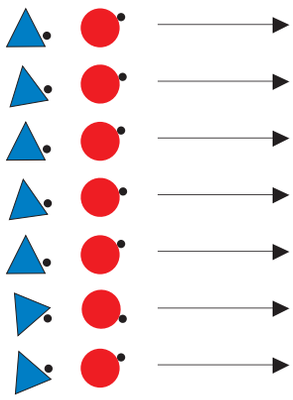
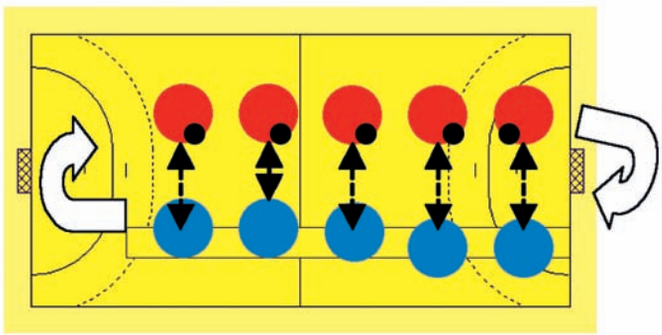
- **Reaktionsfähigkeit / Verwendete Abkürzung = RF**
  zweckmäßige motorische Reaktion auf ein bestimmtes äußeres Signal
- **Gleichgewichtsfähigkeit / Verw. Abkürzung = GF**
  Erhaltung sowie Wiedergewinnung des Gleichgewichtes des sich bewegenden Körpers nach großräumigen bzw schnellen Lage Veränderungen
- **Orientierungsfähigkeit / Verw. Abkürzung = OF**
  Positions Veränderung des gesamten Körpers (von Körperteilen) zu der ihn umgebenden Umwelt
- **Rhythmisierungsfähigkeit / Verw. Abkürzung = RHF**
  Abstimmung der Bewegung auf einen bestimmten Rhythmus, der akustisch (Schrittgeräusche, Musik..) oder auch visuell vorgegeben ist.
- **Koppelungsfähigkeit / Verw. Abkürzung = KF**
  Zweckmäßige Koordination von Teilkörperbewegungen oder von Einzelbewegungen
- **Differenzierungsfähigkeit / Verw. Abkürzung = DF**
  Ausführung der Gesamt- und Teilbewegungen mit hoher Präzision.
- **Umstellungsfähigkeit / Verw. Abkürzung. = UF**
  Anpassung oder Umstellung auf plötzlich auftretende Situationsveränderungen.

	Übungs-/Spielbeschreibung	grafische Darstellung – Übungsziel	Gerätebedarf
1	2 Mannschaften, beidarmiger Pass überkopfhoch, keine Schritte, Ball/Gerät zu einem Spieler der eigenen Partei, der im Torraum des Gegners sitzt = Punkt. Anspiel nur von außerhalb des Torraumes. Bei Fangfehler/-Passfehler = Ball-/Gerätverlust. Nur der/das fliegende Ball/Gerät darf attackiert werden. Vgl. ÖHB, 20 Kleine Spiele	Erstes Anpeilen des koordinativen Verhaltens durch unterschiedliche Geräte und damit verbundene unterschiedliche Flugeigenschaften 	1 beliebiger Ball 1 beliebiges Gerät RF, OF, UF
2	**Luftballon Rennen** Die Teilnehmer stehen in Flankenreihen. Jeder Teilnehmer hat einen aufgeblasenen Luftballon. Lauf um die Markierungsstangen/Hütchen. 1. B. tragen 2. B. schlagen 3. B. einklemmen 4. Variationen 5. Ablauf des nächsten Spielers/ Teilnehmers bei einer bestimmten, durch den Übungsleiter festgelegten Ablaufmarke. Zunächst kein Wettkampf = Erprobung, dann Bewerb. Vgl. ÖHB, 20 Kleine Spiele	 Unterschiedliche koordinativ Anforderungen an die Spieler/Teilnehmer durch das unregelmäßige Flugverhalten des Ballons.	30-40 Ballons, Hütchen RF, OF, UF, KF, DF

RF=Reaktionsfähigkeit, **GF**=Gleichgewichtsfähigkeit, **OF**=Orientierungsfähigkeit, **RHF**=Rhythmisierungsfähigkeit, **KF**=Koppelungsfähigkeit, **DF**=Differenzierungsfähigkeit, **UF**=Umstellungsfähigkeit

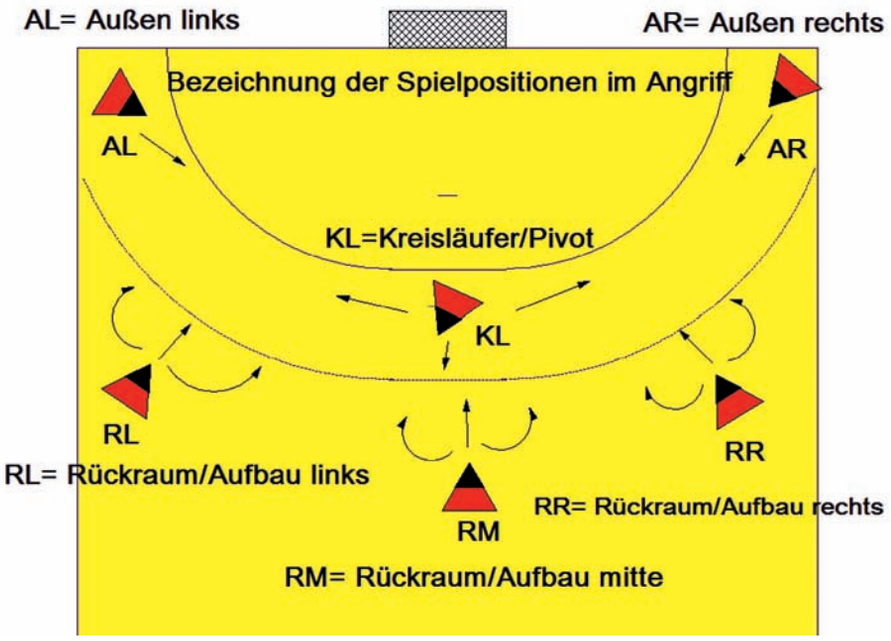
	Übungs-/Spielbeschreibung	grafische Darstellung – Übungsziel	Gerätebedarf
3	Paarweise freie Bewegung in der Halle, unterschiedlichste Bewegungs- und Passvarianten mit einem Ball, mit mehreren Bällen, mit dem Fuß, mit den Händen, und in Kombination		RF, UF, OF, RHF, KF, DF
4	**„Seiltänzer“** 2 Seile werden in der Halle aufgelegt. Die Teilnehmer stehen in einer Flankenreihe. Auf Startsignal: a) über das Tau gehen, ohne den Boden zu berühren – der Ball wird getragen. b) gehen im Seitverhalten c) laufen und den Ball tragen d) laufen und den Ball dribbeln e) laufen im Seitverhalten und den Ball tragen f) laufen im Seitverhalten und den Ball dribbeln g) Lage des Seils verändern h) Durchführung aller Bewegungsabläufe auch rücklings-rückwärts. Vgl. ÖHB, 20 Kleine Spiele	 Spezifische Schulung des Gleichgewichtsvermögens ohne Verletzungsgefahr!	2 Taue, Handbälle RF, OF, UF, KF, DF
5	Vgl. 4 A und A1 starten von beiden Enden des Seils und versuchen aneinander vorbeizukommen, ohne einander zu berühren/ „abzustürzen“.		2 Taue, Handbälle RF, OF, UF, KF, DF

RF=Reaktionsfähigkeit, **GF**=Gleichgewichtsfähigkeit, **OF**=Orientierungsfähigkeit, **RHF**=Rhythmisierungsfähigkeit, **KF**=Koppelungsfähigkeit, **DF**=Differenzierungsfähigkeit, **UF**=Umstellungsfähigkeit

	Übungs-/Spielbeschreibung	grafische Darstellung – Übungsziel	Gerätebedarf
6	**Tennisballvariationen** Jeder Teilnehmer hat einen/ mehrere Tennisbälle. Es wird zunächst einzeln, dann im Team oder in der 3-er Gruppe gearbeitet. Unterschiedlichste Fang- und Wurfformen kombiniert mit Körperdrehungen und Richtungs-änderungen kommen zur Durch-führung.		1-3 Tennisbälle pro Teilnehmer RF, UF, OF, RHF, KF, DF
7	**Langbank Test** Die Spieler bewegen sich auf den Langbänken seitwärts und werden jeweils von dem gegenüber stehenden Partner B angespielt + Rückpass. Gruppenwechsel nach 3 Durchgängen. Variationen: ein-beinig, 1/2 Drehungen, 1/1 Drehungen, einhändiges Fangen li/re, schmale Langbankseite, untersch. Ballmaterial etc.		GF, RF, KF, RHF

RF=Reaktionsfähigkeit, **GF**=Gleichgewichtsfähigkeit, **OF**=Orientierungsfähigkeit, **RHF**=Rhythmisierungs-fähigkeit, **KF**=Koppelungsfähigkeit, **DF**=Differenzierungsfähigkeit, **UF**=Umstellungsfähigkeit

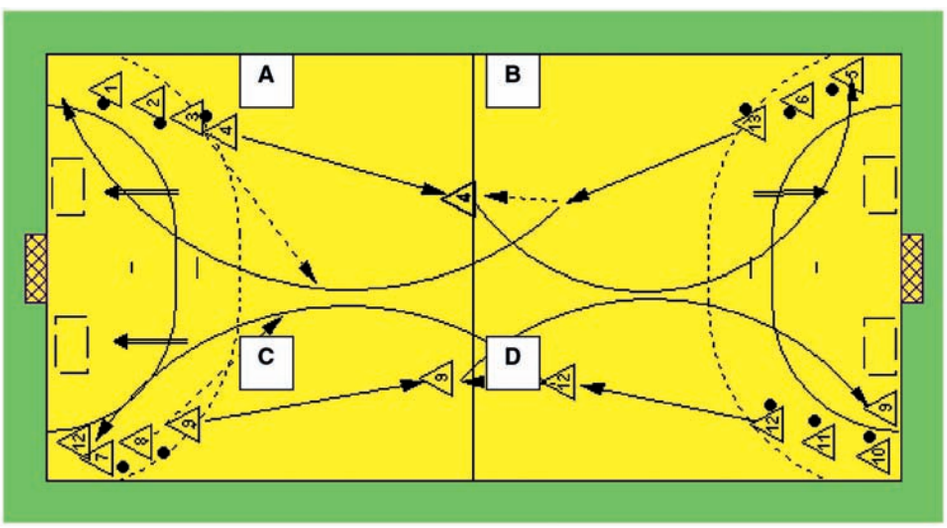
2. Ballführung, Wurf, 1:1 Offensive + Defensive, Finte, Doppelfinte, „Überzieher“,



Komplex 1

Übungsziel: Ballführung, Pass, lockerer Torwurf. Leicht komplex mit Veränderungen

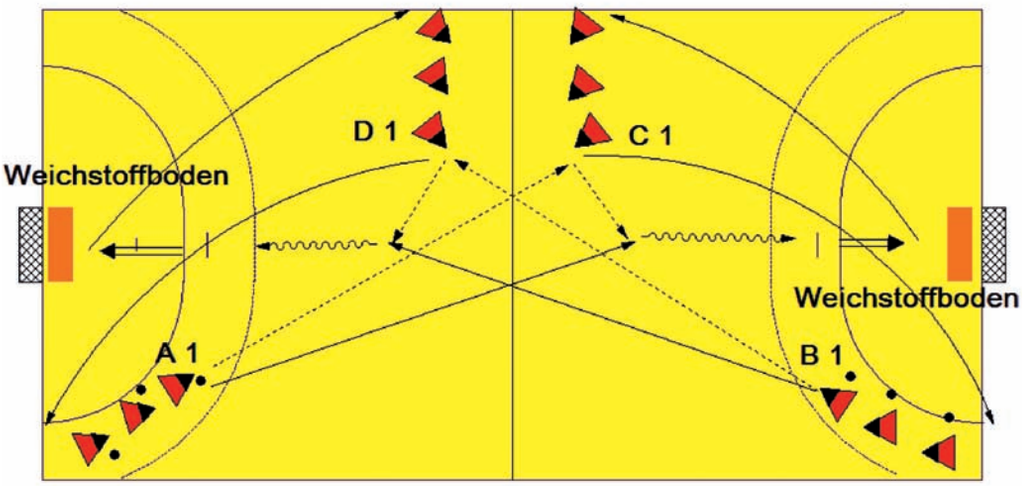
Ablauf: A4 ohne Ball-Lauf, Pass B13 bei der Mitte, Dribbling Wurf auf Weichstoffmatte, eigenen Ball holen, anreihen A4 bei Pos. B, B13 weiterlaufen ohne Ball, Pass von A3, Dribbling Wurf auf Weichstoffmatte, eigenen Ball holen anreihen bei Pos. A usw. Die Gruppen A-B, und C-D arbeiten parallel in der Halle



Komplex 2

Übungsziel: Fortsetzung und Erweiterung Übungsziel 1

Ablauf: A1 - C1, Ballannahme C1 in der Vorwärtsbewegung (Kolben = Deckungsbewegung), Rückpass zu laufendem A1, A1 Torwurf auf Weichboden, A1 nicht mehr um den Ball kümmern (= Umsetzen aus Deckung in den Angriff), C1 geht dynamisch zu dem vom Weichboden abspringenden Ball (= Schulung des „rebounds“), anreihen A1 bei Position C, C1 mit Ball bei Position B, parallel und gegengleich arbeiten B1und D1, usw.



Komplex 3

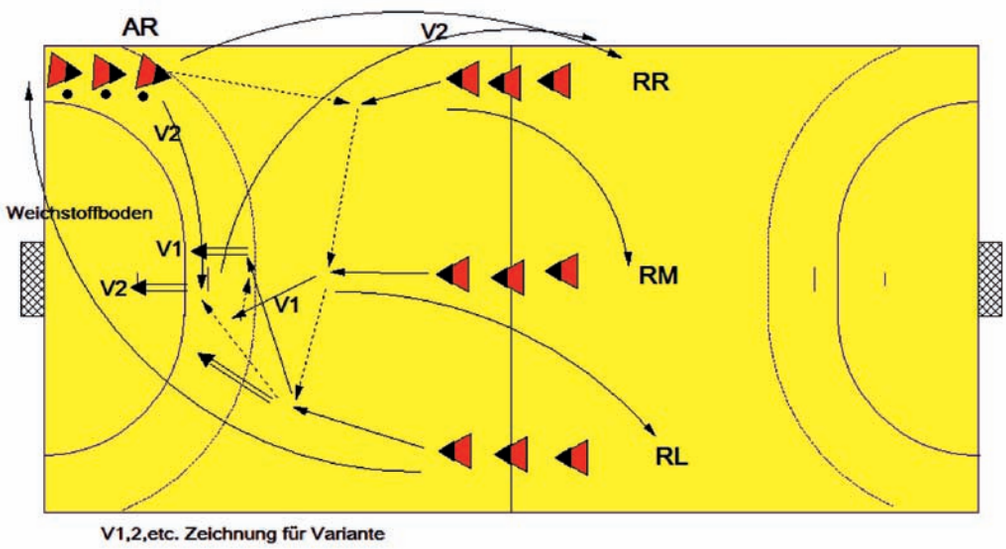
Übungsziel: Passen-Fangen, Positionswechsel, Wurf (Schlag- Sprungwurf), Kreuzung, Anspiel Kreisläufer, Kreisläuferwurf, Orientierung, Parallelstoß.

Ablauf: Grundform 3 Rückraum-/Aufbauspieler und Flügel. AR - RR - RM -RL in die Bewegung, RL Wurf, eigenen Ball holen, anreihen bei AR. AR auf RR, RR auf RM, RM auf RL.

Variante1: RM kreuzt mit RL, Wurf RL. Werfer holt eigenen Ball und reiht sich bei AR an.

Variante 2: AR nach Pass zu RR läuft zunächst an den Kreis ein, wird von RL angespielt und wirft als KL. Erst dann reiht er sich bei Pos. RR an. RL holt den Ball und reiht sich bei AR an.

Variante 3: AR nach Pass zu RR läuft zunächst an den Kreis ein, stellt dort einen Defensivblock über den RL wirft und reiht sich erst dann bei Pos. RR an



V1,2,etc. Zeichnung für Variante

Komplex 4

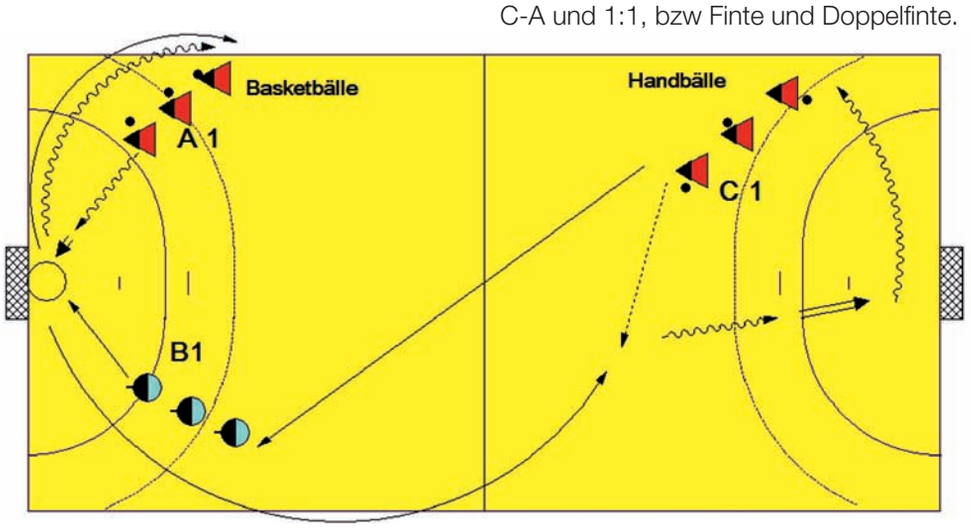
Übungsziel: Sicherung allgemeiner- und handballspezifischer Fertigkeiten, speziell in der Übergangsperiode und nach langen intensiven Trainingssequenzen. Auch bei leichtem Übertraining als Therapie verwendbar.

Ablauf: Dribbling A1 von rechts mit Basketball + lay-up, A1 läuft weiter ohne sich um den geworfenen Ball zu kümmern, erhält einen Pass von C1 und wirft auf Weichstoffboden. B1 holt den rebound von A1 und reiht sich bei A an, A1 holt den eigenen Ball und reiht sich bei C an, C1 nach Pass auf B.

Variante 1: A verschiedene Wurfformen (jump, Halbdistanzwurf etc.). B muss versuchen, den rebound zu holen, bevor der Ball den Boden berührt = Timing Schulung. C Pass – Rückpass und Kreuzung mit B.

Variante 2: C Pass-Rückpass dann Ball zum Flieger B (Anspiel eines Spielers, der sich über dem Torraum durch Sprung in der Luft befindet) passen.

Variante 3: A-B-A Kreuzung und hook shot B (eigenen Ball holen), C-A, C Deckungsspieler, Pass – Rückpass A-C-A und 1:1, bzw Finte und Doppelfinte.



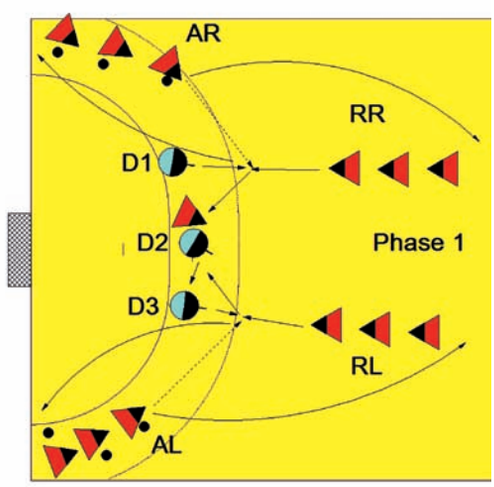
Komplex 5

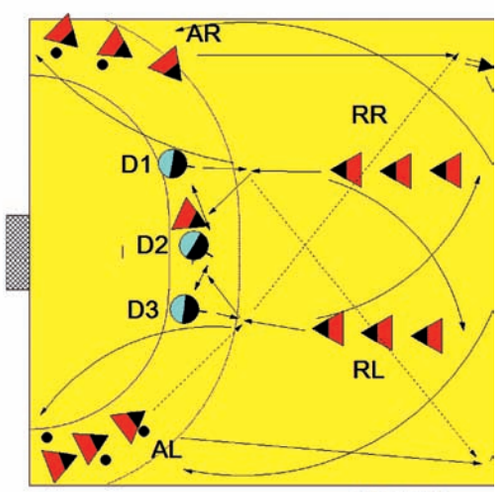
Übungsziel: Defensive – Gruppentaktik
Phase 1: Anstechen – einreihen zur Ballseite, rücken – „anstechen" (= hinaustreten/attackieren an den/des ballbesitzenden Angriffsspielers) etc. Steigendes Tempo. Erweiterung: + Kreisläufer.

Phase 2: Wie Phase 1 + Einzelgegenstoß AL/AR in Verbindung mit einem Konterpass + Kreisläufer.

Ablauf: *Phase 1.* AL – RL, anstechen D3, D3 einreihen zur Ballseite und nachrücken, AR - RR anstechen D1, einreihen zur Ballseite und nachrücken, usw. AL/AR anreihen bei RL/RR. RL/RR werfen nicht sondern fordern nur eine korrekte Deckungshaltung heraus. RL/RR Dribbling und anreihen bei Position AL/AR. **Variante 1:** wie Grundform + Hinzunahme eines Kreisläufers.

Phase 2: Der erste Spieler auf AR hat keinen Ball, alle anderen AL/AR haben einen Ball. Nachdem sich der Dekkungsspieler D3 eingereiht hat, spielt RL einen Konterpass zu AR, AR wirft und reiht sich bei Position AL an. RL nach Pass anreihen bei RR. Dann Übung gegengleich von der anderen Seite + decken des Kreisläufers durch den entsprechenden D.





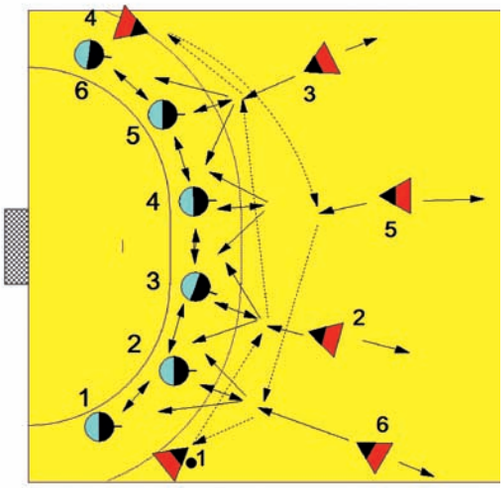
Phase 2

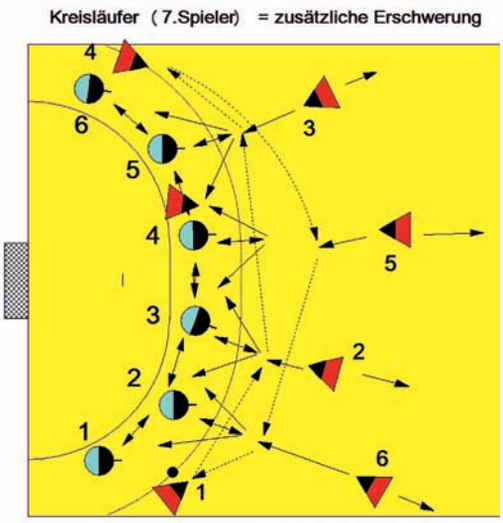
Komplex 6

Übungsziel:
Phase 1: Schulung der wesentlichen Elemente der 6:0 Deckung - abzählen - anstechen - einreihen - rücken zur Ballseite - übergeben und übernehmen.
Phase 2: wie Phase 1 + Kreisläufer. Steigerung des Passtempos.

Ablauf: *Phase 1.* Jeder Deckungsspieler hat einen unmittelbaren Gegenspieler. Passfolge: (es wird jeweils ein Spieler ausgelassen) **1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 -1**. Die Deckungsspieler stechen an, reihen sich ein + rücken zur Ballseite. Langsame Steigerung des Passtempos.

Phase 2: ein Kreisläufer kommt ins Spiel. Der KL muss jeweils übergeben und übernommen/weitergereicht + gedeckt werden.





Komplex 7

Übungsziel: Passen, Fangen, kurzer Konterlauf, Kreuzungen, Finten, Doppelfinten,1:1, Blocken, Torwurf. *Variante 1:* Einbruch zwischen zwei Deckungspositionen als Grundlage für den Positionsangriff. *Variante 2:* + Torwart.

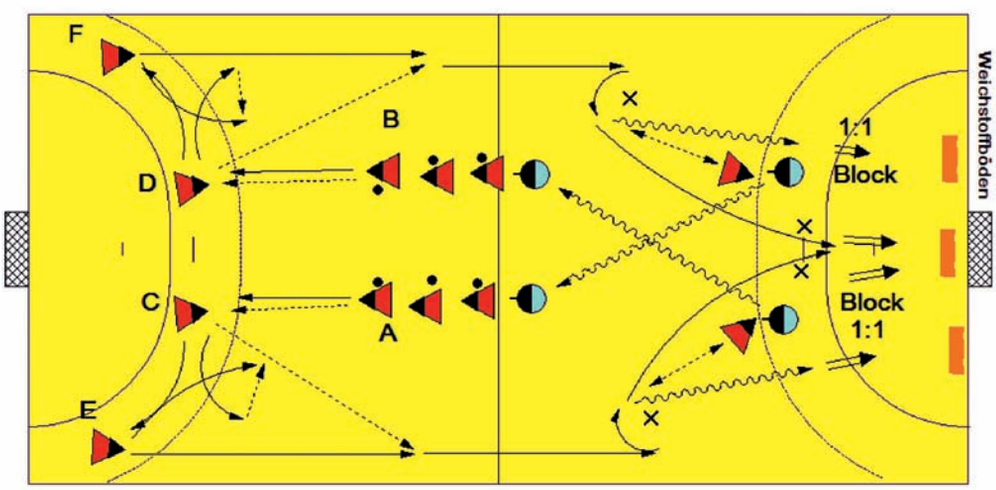
Ablauf: A-C - C - E, E kurzer Konterlauf - Dribbling - Wurf auf den Weichstoffboden - eigenen Ball holen und diagonal bei B anreihen. Gleichzeitig B - D - F kurzer Konterlauf und diagonal bei A anreihen.

Variante 1: E und F bei Markierung Finte/Doppelfinte und Wurf.

Variante 2: E und F bei Markierung Finte/Doppelfinte und Wurf + Deckungsspieler/Block. Deckungsspieler holt den Ball und reiht sich diagonal an. Angriffsspieler wird Deckungsspieler.

Variante 3: E und F bei Markierung Finte/Doppelfinte, dann Doppelpass mit Deckungsspieler + 1:1. Anreihen wie oben.

Variante 4: E und F Finte/Doppelfinte bei Markierung, dann Einbruch zwischen 2 Markierungen (Deckungsspielern) + Torwart.



Komplex 8

Übungsziel: Wurftraining ohne Deckungsspieler, ohne Torwart. *Variante 1:* Alle RR/RL sind mehrfach besetzt - Steigerung der Geschwindigkeit des Ablaufes. . *Variante 2:* Mit Deckungsspieler, ohne Torwart. *Variante 3:* Mit Deckungsspieler und Torwart. *Variante 4:* Mit Kreisspieler - Sperre und Absetzen/Lösen + Torwart

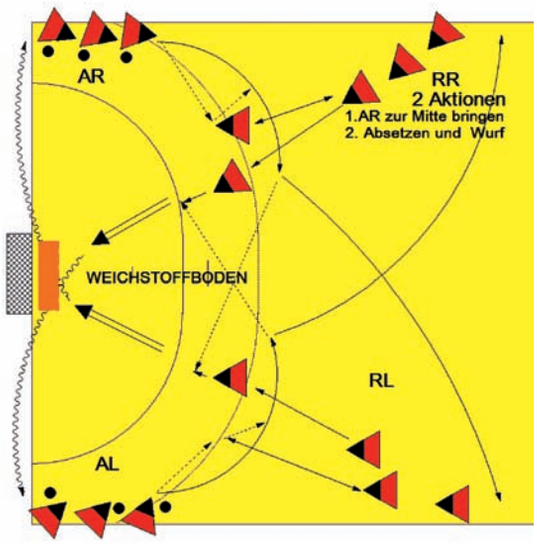
Ablauf: AR - RR, einlaufen AR hinter RR **(2 Aktionen hintereinander!)**, RR - AR, AR Diagonalpass zu RL, RL Wurf, eigenen Ball holen und bei AR anreihen. AR nach Pass zu RL weiterlaufen und bei RL anreihen. Dann Ablauf von der anderen Seite.

Variante 1: Alle RR und RL sind mehrfach besetzt.

Variante 2: wie 1 + Deckungsspieler.

Variante 3: wie 2 + Torwart.

Variante 4: Wie 3 + 2 Deckungsspieler-Sperren und Lösen/Absetzen - Torwurf. Wenn ein Deckungsspieler verwendet wird, löst der Werfer den Deckungsspieler ab, der jeweilige Deckungsspieler holt den Ball und reiht sich diagonal an.



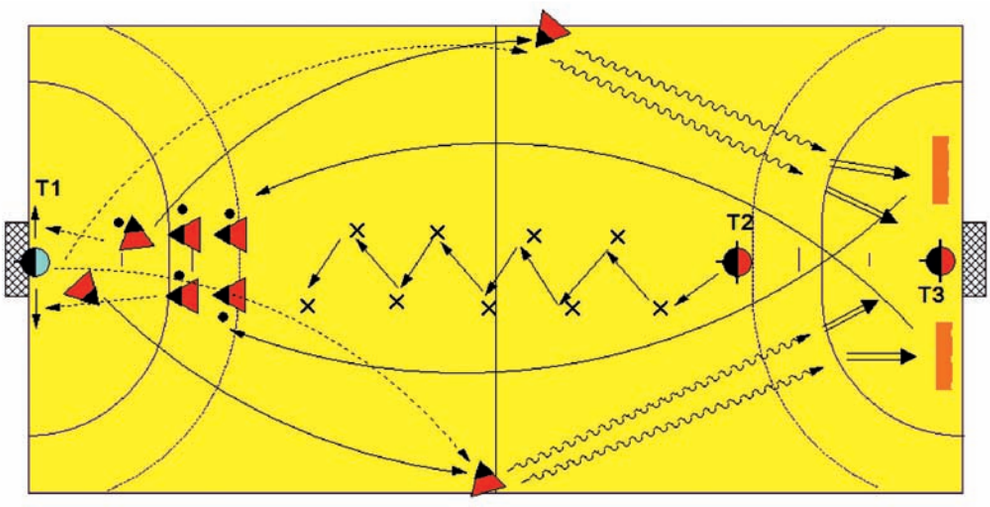
Komplex 9

Übungsziel: Training der Torwartgrundbewegungen – Gegenstoßpass – Abwehr von Würfen aus dem Gegenstoß.

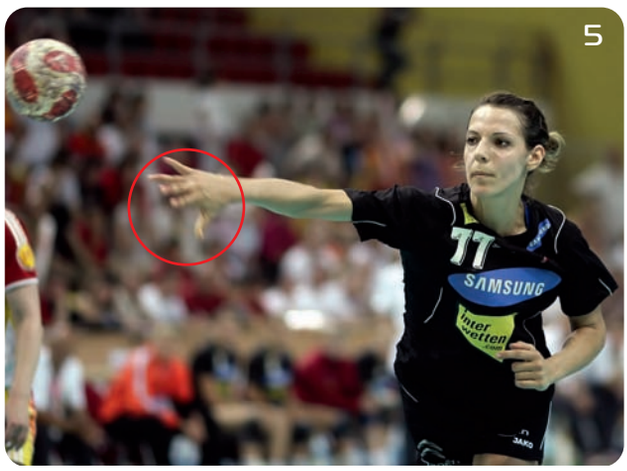
Ablauf: Zwei Flankenreihen – alle Spieler haben einen Ball mit Ausnahme des ersten Spielers der linken Flankenreihe. Die Spieler spielen aus ca 3 m Entfernung abwechseln den Ball hoch/halbhoch/tief zum TW1. TW1 spielt Diagonalpässe zu Gegenstoß laufenden Spielern, die mit Wurf auf die Weichstoffböden abschließen und sich dann bei der anderen Flankenreihe anschließen.

Variante 1: wie Grundform, aber mit Wurf gegen den Torwart TW3.

Variante 2: Ballgasse in der Mitte der Halle – TW2 durchläuft die Ballgasse, wobei er bei jedem Ball eine Hand-Fußabwehr simuliert. Ablöse der Torwarte TW3 auf TW2, TW2 auf TW1, TW1 auf TW3 wenn TW2 3 Durchgänge in der Ballgasse absolviert hat.



Komplex 10



Übungsziel: Der Wurf

Genaue Detailarbeit am Schlagwurf. Partnerform - locker im Stand, dann isoliert im Sitzen und im Liegen.

Merkpunkte zur Korrektur

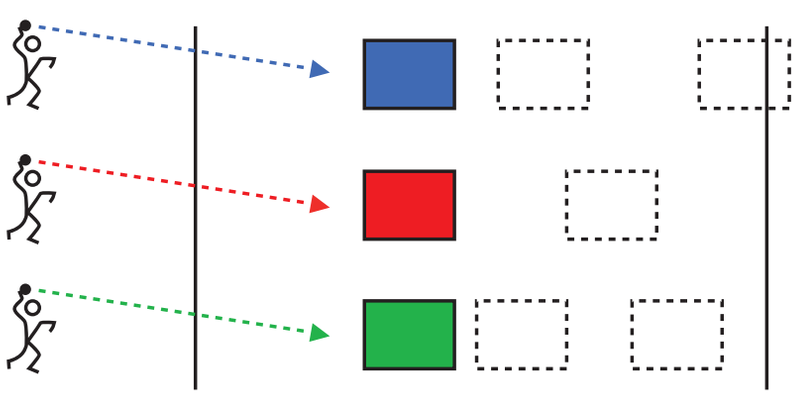
1. Wurfschulter zurücknehmen
2. Hoher Ellbogen
3. Offenes/aufgeklapptes Handgelenk = vgl. Bild 3
4. Gegenschulter zeigt immer Richtung Tor/Passziel
5. Der Daumen der Wurfhand zeigt am Ende der Wurfbewegung nach unten = vgl. Bild 4

Komplex 11

Übungsziel: Kontrolle der Wurfbewegung in spielerischer Form, 6-10 alte Schachteln/Supermarkt. 1 Ball/Spieler

Ablauf: Die Teilnehmer werfen fortwährend auf ihre Schachtel und versuchen sie durch Treffer vorwärts zu treiben. Jeder Teilnehmer holt schnell wieder seinen eigenen Ball und wirft aufs Neue. Zählen der eigenen Treffer.

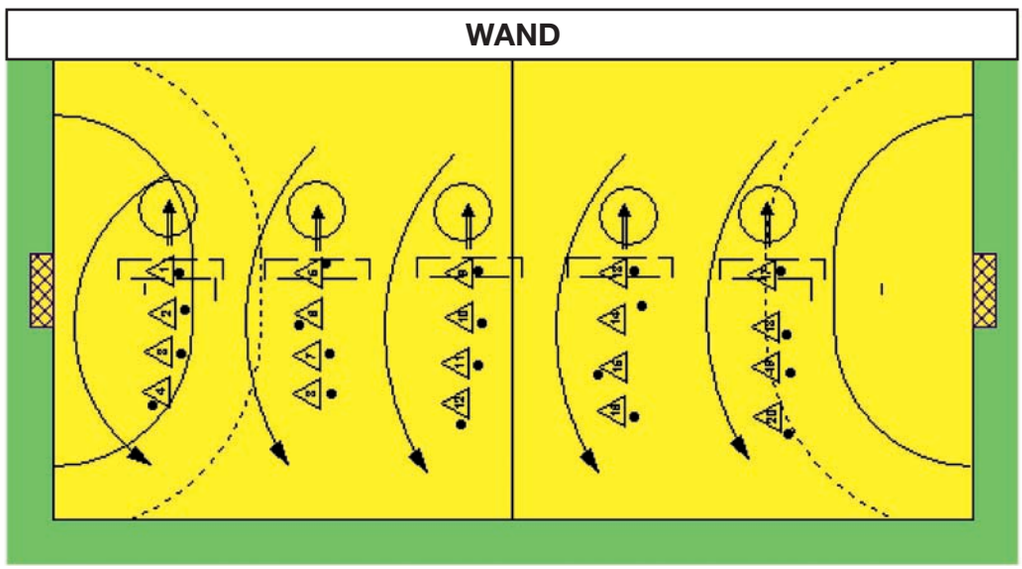
Variation 1: 2 Spieler arbeiten zusammen.
Variation 2: 3 Bälle/Mannschaft. Vgl. ÖHB Kleine Spiele.



Komplex 12

Übungsziel: Kontrolle der Wurfbewegung in spielerischer Form, 2 Langbänke, Reifen, 1 Ball/Spieler.

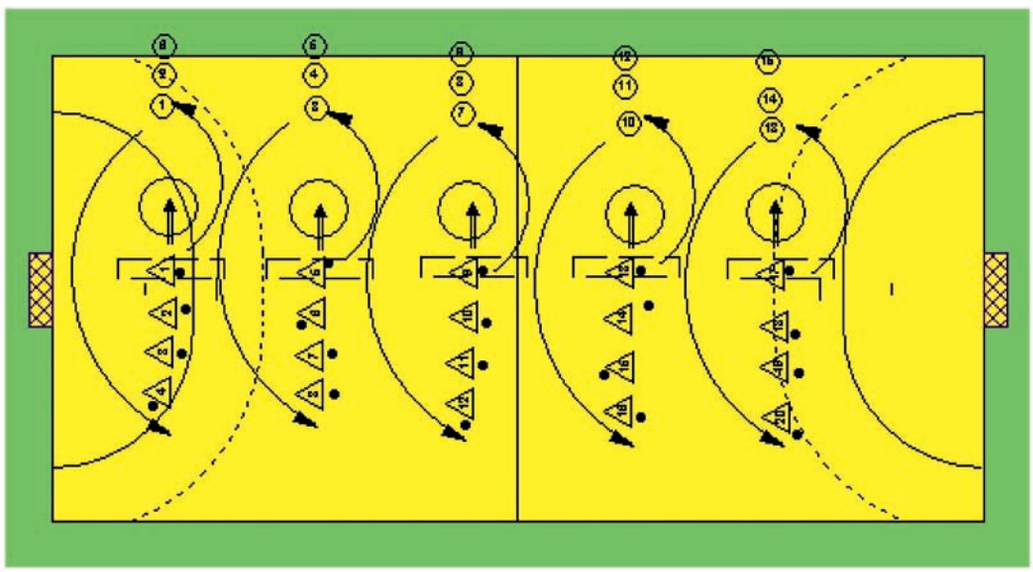
Ablauf: Die Teilnehmer stehen auf der Langbank und werfen in die Reifen. Jeder Teilnehmer holt wieder seinen eigenen Ball und wirft aufs Neue. Zunächst aus dem Stand üben, dann mit 1,2,3 Schritten angehen/anlaufen erweitern.
Besonders ist zu beachten, dass die Würfe punktgenau nach unten in die Reifen geworfen werden!



Komplex 13

Übungsziel: Kontrolle der Wurfbewegung in spielerischer Form: Langbänke (Kastenköpfe besser geeignet, weil sie nicht kippen), Reifen, Gummischnur, 1 Ball/Spieler.

Ablauf: Die Teilnehmer gehen an, springen leicht ab, und werfen so in die Reifen, dass der Ball über eine gespannte Gummischnur springt. Die gegenüberstehenden Teilnehmer nehmen die Bälle an und prellen sie auf die andere Seite. Die Werfer reihen sich bei der Fängereihe an, indem sie unter der Gummischnur durchlaufen.

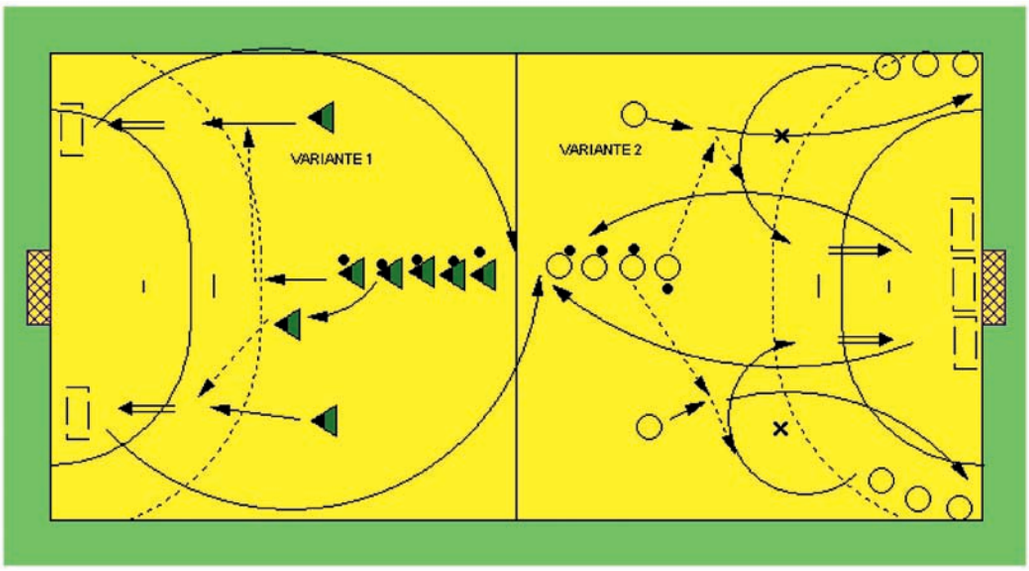


Komplex 14

Übungsziel:
Kontrolle der Wurfbewegung, komplex, Variante 1, Variante 2, 1 Ball/Spieler, Weichböden

Variante 1: RM-RL, RL Wurf, eigenen Ball holen und bei Pos. RM anreihen. RM nach Pass mit großen Schritten auf Pos. RL. Ablauf von der anderen Seite symmetrisch.

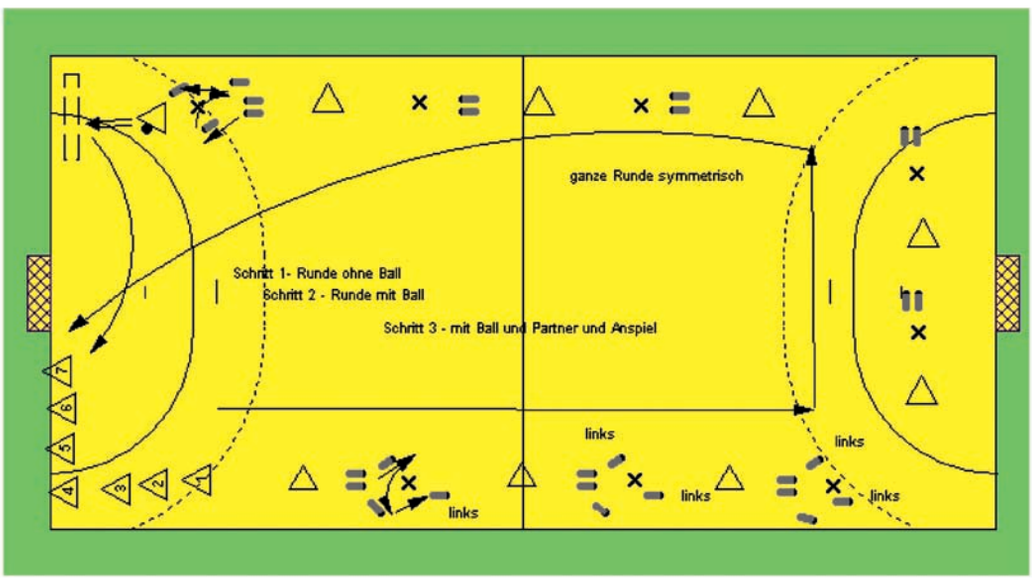
Variante 2: RM-RL, RL Pass zu dem um das Hütchen einlaufenden AL, AL Wurf, eigenen Ball holen und bei Pos. RM anreihen. RL auf Pos. AL, RM auf Pos. RL. Ablauf von der anderen Seite symmetrisch.



Komplex 15 – 1:1 Offensive: die Finte

Übungsziel: Methodischer Aufbau der Finte, 1 Ball/Spieler, Weichboden.

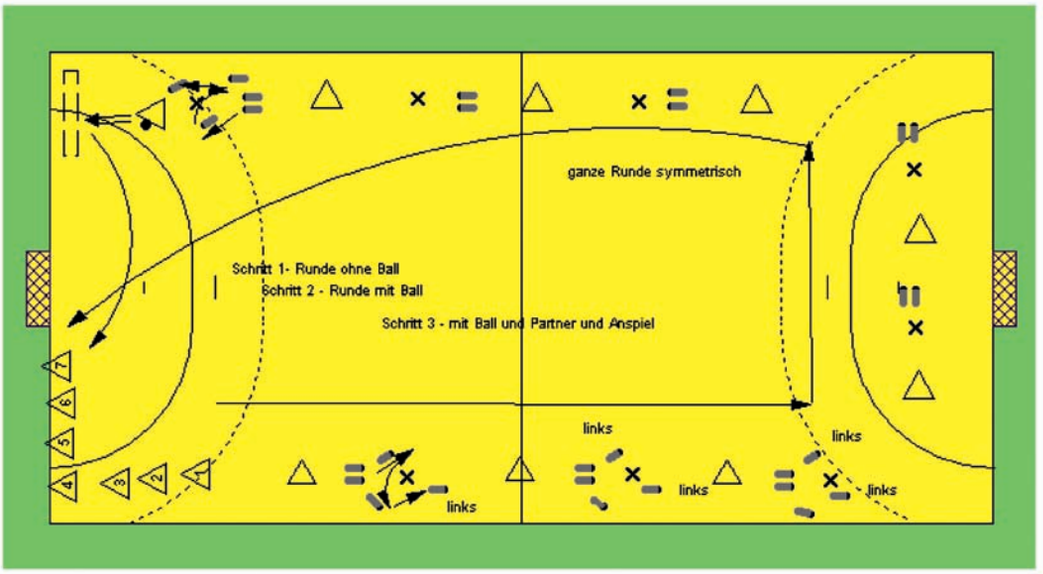
Ablauf: Teilnehmer 1 überspringt Hütchen - Landung auf beiden Beinen = Schritt 0, dann Schritt links vor bei der Markierungsstange, Schritt 2 = rechts leicht zurück absetzen, Schritt 3 = links vorwärts, linke Schulter vor - Ball decken, vorbei an dem Abwehrspieler (=Stange), oftmalige Wiederholung der Bewegung in der Runde. Zunächst ohne Ball, dann mit Ball, dann mit Zuspiel von parallel mitlaufendem Partner, abschließend mit Torwurf nach der letzten Finte.



Komplex 16 – 1:1 Offensive: der „Überzieher“

Übungsziel: Methodischer Aufbau des Überziehers, 1 Ball/Spieler, Weichboden.

Ablauf: wie in 15, Übungsform, ohne Änderung der Anordnung, auch für den Überzieher geeignet.

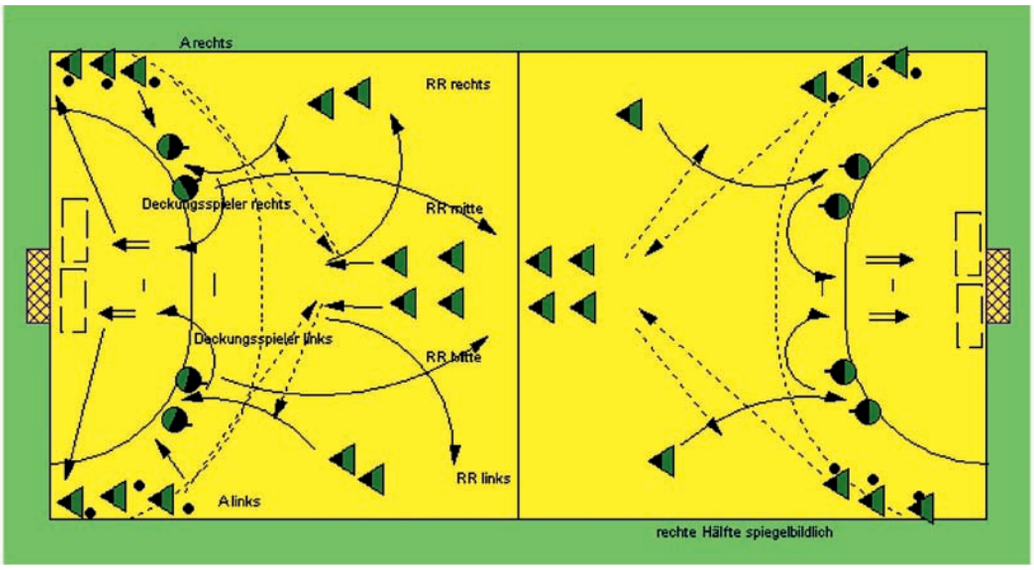


Unter „Überzieher“ verstehen wir den Bewegungsablauf/die Finte eines Angriffsspielers, bei dem dieser direkt am Mann/Deckungsspieler zunächst einen Schlagwurf in Kopf-/Überkopfhöhe andeutet, um dann aber den Ball von oben rechts (Rechtshänder, Linkshänder gegengleich) nach unten links am Deckungsspieler vorbeizuziehen und in weiterer Folge den Weg zum Tor zu suchen. Vgl. dazu auch die Abbildung.

Komplex 17

Übungsziel: Finte/Überzieher, Bälle, Weichboden, komplex und wettkampfspezifisch

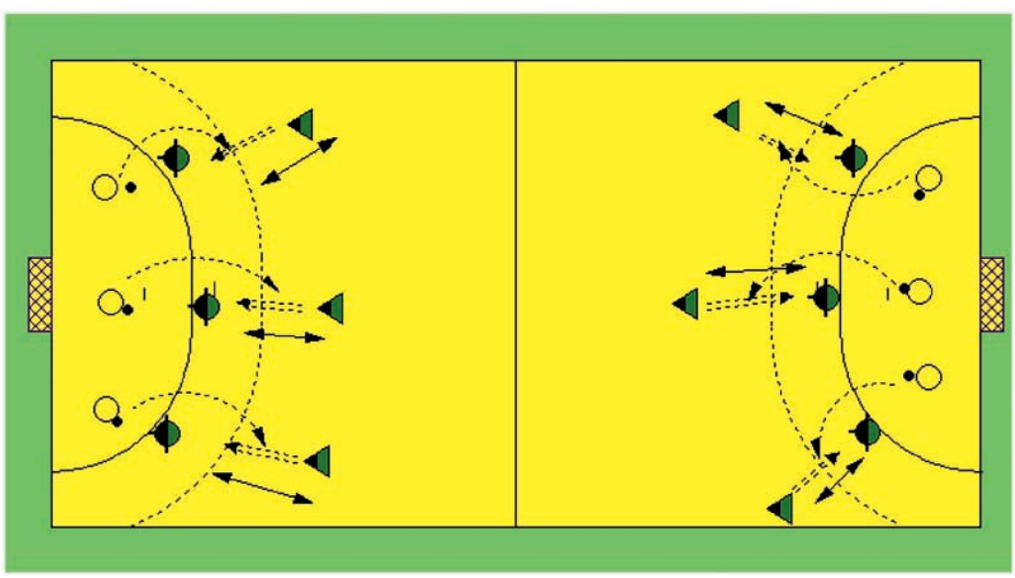
Ablauf: Ali - RR Mitte - RR li, RRli 1:1 Finte/Überzieher gegen Deckungsspieler links. *Auflösung:* RL eigenen Wurf holen und auf Pos. AL, AL auf Pos. Deckung links, Deckung links auf Pos. RM li (wenn zwei RM Kolonnen, sonst nur RM), RMli/RM auf Position RL. Auflösung auf der anderen Seite spiegelbildlich..



Komplex 18 – 1:1 Deckungsverhalten

Übungsziel:
Deckungsverhalten 1:1, Armhaltung je nach Entfernung zum Gegner und von der Deckung, Grundposition zum Angreifer, Beinarbeit etc.

Ablauf: Ballbesitzer Bogenpass über Deckungsspieler, im Augenblick der Ballannahme durch den Angriffsspieler – Deckungsspieler beim Rechtshänder linke Körperseite vor, linke Hand an die Wurfhand (Oberarm oder Schulter), rechte Hand an die Hüfte des Angreifers. Befindet sich der Angreifer weiter entfernt vom eigenen Tor und besteht die Gefahr überlaufen zu werden, wird der Körperschwerpunkt abgesenkt und die Distanz zum Angreifer vergrößert.



ANMERKUNG

Die verwendeten Übungsformen wurden jeweils im Hinblick auf ihre schulpraktische Relevanz und auf die Durchführungsmöglichkeit mit großen Gruppen ausgewählt.
Als besonders wichtig erscheint mir, die *genaue*, geduldige und konsequente Arbeit im *Detail*.

Ich wünsche ihnen gutes Gelingen und viel Spaß!

Prof. Mag. Helmut König[1]
Ausbildungsleiter ÖHB

Auf den folgenden Seiten findet sich für jene, die sich noch weiter und vertiefend mit Handball beschäftigen wollen, eine Literatur- und DVD Sammlung zum Thema Kleine Spiele, Grundlagen, Technik, Taktik und Entwicklung des Handballspiels.

LITERATUR

Schubert-Späte: Handball Handbuch 1, DHB, Kinderhandball	Philippka sportverlag,Ruf: +49 251/23005-15. Postfach 150105, 48061 Münster, BRD. E-mail:info@philippka.de
Bredemeier-Späte-Schubert-Roth: Handball Handbuch 2,DHB, Grundlagentraining für Kinder und Jugendliche	Philippka sportverlag
Späte-Schubert-Roth-Emrich: Handball Handbuch 3, DHB, Aufbautraining für Jugendliche	Philippka sportverlag
Feldmann, K:HB Training spezial: In der Manndeckung spielen Lernen, Trainingsbausteine für E und D Jugendliche	Philippka sportverlag
Mit Spiel zum Ziel 1: Kleine Spiele zur Konditionsschulung	Philippka sportverlag
Mit Spiel zum Ziel 2: Kleine Spiele zur Koordinationsschulung	Philippka sportverlag
Bucher-Kissling: 1004 Spiel- und Übungsformen im Handball	Vlg. Hofmann Schorndorf
E. und H. Döbler: Kleine Spiele	21. Auflage, Sport Verlag Berlin, ISBN 3-328-00562-5, Berlin 1998
Grage, Werner: Super Handball Training, 5000 Übungen aus der Praxis.	Vlg. Bartels und Wernitz, Sportverlag Berlin, 1990, ISBN 3-87039-083-2
Feldmann,K.: Trainingsbausteine für die E-Jugend, In der Manndeckung spielen lernen	Handball-Akademie.de, Mozartstrasse 10E, D-64347 Griesheim. E-Mail: klaus.feldmann@handball-akademie.de
Feldmann,K.: Trainingsbausteine für die D-Jugend, In der Manndeckung variabel spielen.	Handball-Akademie.de, Mozartstrasse 10E, D-64347 Griesheim. E-Mail: klaus.feldmann@handball-akademie.de
Feldmann,K.: Trainingsbausteine für die C-Jugend, Von der Mann- zur Raumdeckung.	Handball-Akademie.de, Mozartstrasse 10E, D-64347 Griesheim. E-Mail: klaus.feldmann@handball-akademie.de
Feldmann,K.: Spielfähigkeit, Grundprinzipien durch Kleine Spiele schulen	Handball-Akademie.de, Mozartstrasse 10E, D-64347 Griesheim. E-Mail: klaus.feldmann@handball-akademie.de
Feldmann,K.: Koordinationstraining 1	Handball-Akademie.de, Mozartstrasse 10E, D-64347 Griesheim. E-Mail: klaus.feldmann@handball-akademie.de
Feldmann,K.: Koordinationstraining 2	Handball-Akademie.de, Mozartstrasse 10E, D-64347 Griesheim. E-Mail: klaus.feldmann@handball-akademie.de

DVDs WEITERFÜHREND MIT VIELFÄLTIGEN ÜBUNGSFORMEN

Feldmann,K.: Abwehrtraining 1	Handball-Akademie.de, Mozartstr. 10E, D-64347 Griesheim. E-Mail: klaus.feldmann@handball-akademie.de
Feldmann,K.: Angriffstraining 1	Handball-Akademie.de, Mozartstr. 10E, D-64347 Griesheim. E-Mail: klaus.feldmann@handball-akademie.de
Feldmann,K.: Angriffstraining 2	Handball-Akademie.de, Mozartstr. 10E, D-64347 Griesheim. E-Mail: klaus.feldmann@handball-akademie.de
Feldmann,K.: Angriffstraining 3	Handball-Akademie.de, Mozartstr. 10E, D-64347 Griesheim. E-Mail: klaus.feldmann@handball-akademie.de
Feldmann,K.: Aufwärmen	Handball-Akademie.de, Mozartstr. 10E, D-64347 Griesheim. E-Mail: klaus.feldmann@handball-akademie.de
Feldmann,K.: Angriffstraining 3	Handball-Akademie.de, Mozartstr. 10E, D-64347 Griesheim. E-Mail: klaus.feldmann@handball-akademie.de
DHB: Grundspiele, Doppel DVD	Philippka sportverlag,Ruf: +49 251/23005-15. Post: Postfach 150105, 48061 Münster, BRD. E-mail:info@philippka.de
EHF -activities	http://activities.eurohandball.com

LITERATURLISTE BIS 1990

BENZ/EIGENMANN	Hallenhandball, Vlg Sauerländer, Aarau, 1985.
BOECKH/ZIESCHANG	Richtig Handballspielen, blv Sportpraxis, BLV Ver-lagsgesellschaft, 1980.
BRACH, Jürgen	Handballtraining neu und spielgerecht, Bartels&Wernitz, 2.Auflage, Berlin 1970.
BUCHER, Walter	1004 Spiel- und Übungsformen im Hallenhandball, Hofmann, Schorndorf 1984
CERCEL, Paul	Handballtraining, Sportverlag Berlin, 1984
EIGENMANN, Paul	Handball Grundschule, Bd 123, Schriftenreihe zur Praxis der Leibeserziehung und des Sports, Schorndorf 1978.
HÖRITSCH, Helmut	Spiel Handball Teil 1,BMUKS 1987.
HÖRITSCH, Helmut	Spiel Handball Teil 2,BMUKS 1989.
JANS, Wojciech	Spiele für das Handballtraining, Sportverlag Berlin, 1986.
KÄSLER, Horst	Das Training des jugendlichen Handballers, Bd 140, Schriftenreihe zur Praxis der Leibeserziehung und des Sports, Schorndorf 1982.
KÄSLER/KRUBER/MÜLLER	Technik- Taktik- Konditionsschulung Handball, Arbeitskarten für den Sportunterricht, Bd 184, Schriftenreihe zur Praxis der Leibeserziehung und des Sports, Schorndorf 1985.
KLEIN/SPÄTE	Handball Spezial 1: Antizipatives Abwehrspiel, philippka Vlg, Münster 1981.
KLEIN/SPÄTE	Handball Spezial 2: Situationsgerechtes Entscheidungsverhalten im Angriff, philippka Vlg, Münster 1981.
KLEIN/SPÄTE	Handball Spezial 3: Psychologie für die trainingspraxis, philippka Vlg, Münster 1981.
KLEIN/SPÄTE	Handball Spezial 4: Torwarttraining I, philippka Vlg, Münster 1981.
KLEIN/SPÄTE	Handball Spezial 5: Gegenstöße mit Konzept, philippka Vlg, Münster 1981
KLEIN/SPÄTE	Handball Spezial 6: 3:2:1 mit Libero, philippka Vlg, Münster 1981.
KLEIN/SPÄTE	Handball Spezial 7: Gymnastikprogramme, philippka Vlg, Münster 1981.
KLUSSOV	Handballtaktik, Sportverlag Berlin, 1986.
KUCHENBECKER, Bernd	Hallenhandball Abwehrsysteme, Deutscher Sportbund, Trainerbibliothek, Bd 11, Bartels&Wernitz, Berlin 1974.
MARTINI, Karl	Handball, BLV Sporthandbuch, BLV Verlags-gesellschaft, 1980.
MATSCHOSS, Joachim	Spielbeobachtung im Hallenhandball, Hamburg 1984.
MENSCHEL/STEIN/FEHRMANN	Handball, Anleitung für den Übungsleiter, Sportverlag Berlin 1981.
MRAZ/SCHÄDLICH	Hallenhandball, Teil1: zum Angriffsverhalten, Bartels&Wernitz, 1972.
MRAZ/SCHÄDLICH	Hallenhandball, Teil2: zum Abwehrverhalten,
RAGUS, Tomislav	VIII-IX Jugoslovenska Skola Rukomenta, Beograd 1968.
SINGER, Erwin	Hallenhandball, Stuttgart 1972.
SNOJ, Ivan	X Jugoslovenska Skola Rukomenta, Beograd 1969.
STEIN/FERDERHOF	Handball, Sportverlag Berlin 1975.
VICK/BUSCH/FISCHER/KOCH	Schulung des Hallenhandballs 1, Bartels & Wernitz, 2. Auflage, 1972
VICK/BUSCH/FISCHER/KOCH	Schulung des Hallenhandballs 2, Bartels & Wernitz, 2. Auflage, 1978

TRAININGSLEHRE - HANDBALL

TROSSE, Hans Dieter	Trainingslehre Handball 1, Bartels & Wernitz, 1985.

TORWARTTRAINING

FISCHER/HOFMANN/PABST/PRANGE	Die Schulung des Torwarts im Hallenhandball, Bartels & Wernitz, Berlin 1983.
HÖRITSCH, Helmut	Handball Torwartfibel, Eigenverlag 1996.
HÖRITSCH, Helmut	Handball 2000,BMUKS 1997.
KLEIN/SPÄTE	Handball Spezial 4: Torwarttraining I, philippka Vlg, Münster 1981.
SINGER, Erwin	Der Torwart im Hallenhandball, CD Vlg Böblingen, 1983.
THIEL/HECKER	Halten wie wir, philippka Vlg, Münster 1989.
ZEIER, Urs	Der Torwart im Hallenhandball, ETS Magglingen, Broschüre zum Leiterhandbuch, 1987.

KLEINE SPIELE/SPIELSCHULE

KONZAG/KONZAG	Übungsformen für die Sportspiele, Sportverlag Berlin 1979.
LÖSCHER, Arndt	Kleine Spiele für viele, Sportverlag Berlin 1979.
SINGER, Erwin	Spielschule Hallenhandball, CD Vlgsgesellschaft Stuttgart,1978

LITERATURLISTE AB 1990

AARGARD	Minihandball, philippka Vlg, Münster
BAUMBERGER, Jürg	Handball spielen lernen, Schweizerischer Verband für Sport in der Schule, 1990.
BAUMBERGER, Jürg	Handball besser spielen, Schweizerischer Verband für Sport in der Schule, 1990.
CURELLI/LANDURÉ	Handball. Rules, technique, tactics, edition Milan, Rennes 1996.
Deutscher Handball Bund	Handball Handbuch 1, Spielen und Üben mit Kindern, philippka Vlg, Münster, ab 1990.
Deutscher Handball Bund	Handball Handbuch 2, Grundlagentraining für Kinder und Jugendliche, philippka Vlg, Münster, ab 1990.
Deutscher Handball Bund	Handball Handbuch 3, Aufbautraining für Jugendliche, philippka Vlg, Münster, ab 1990.
Deutscher Handball Bund	Handball Handbuch 4, Leistungstraining für Jugendliche und Erwachsene Vlg, Münster, ab 1990.
Deutscher Handball Bund	Handball Handbuch 5, Hochleistungstraining, philippka Vlg, Münster, ab 1990.
Deutscher Handball Bund	Handball Handbuch 6, Handball spielen mit Schülern, philippka Vlg, Münster, ab 1990.
EISELE/KÖNIG	Handball unterrichten, philippka Vlg, Münster.
GRAGE, Werner	Super-Handball -Ttraining, 5000 Übungen aus der Praxis, Bartels&Wernitz, Berlin 1990.
HÖRITSCH, Helmut	Handball 2000,BMUKS 1997.
JANS, Wojciech	Handball offensiv, philippka Vlg, Münster.
MARCZINKA Zoltan	Playing Handball, IHF, Budapest 1993.
MONTAGNI/CARDINALE	Beach Handball, Rom 1996.
MÜLLER/KONZAG	Handball spielend trainieren, philippka Vlg, Münster.
SCHUBERT/SPÄTE	Kinderhandball, philippka Vlg, Münster.
SPÄTE/SCHUBERT/ LANGHOFF UND ANDERE	HANDBALL Training, Zeitschrift, 12x jährlich, zwei Doppelausgaben, philippka Vlg, Münster.
TROSSE, Hans Dieter	Handball, philippka Vlg, Münster.
TROSSE, Hans Dieter	Handball Praxis, philippka Vlg, Münster.

KARTOTHEKEN

ANTRETTER/LUTHMANN	Dehnen und kräftigen 1, philippka Vlg, Münster
BARDA, Michael	KARTOTHEK 8, Torwarttraining, philippka Vlg, Münster.
BIELEFELDER AUTORENGRUPPE	KARTOTHEK 2, Verbesserung von Kondition, Technik, und Taktik in Kompaktübungen, philippka Vlg, Münster, 1987.
BIELEFELDER AUTORENGRUPPE	KARTOTHEK 3, Aufwärmprogramme, philippka Vlg, Münster, 1984.
GUNNARSSON/SPÄTE/ SCHUBERT	KARTOTHEK 5, Wurftraining, Vlg, Münster, 1987.
SCHUBER/SPÄTE	KARTOTHEK 6, Balltechnik, philippka Vlg, Münster, 1991.
SCHUBER/SPÄTE/ FEDDERN	KARTOTHEK 4, Individuelle Abwehrschulung, philippka Vlg, Münster, 1986.
SCHUBERT, Renate	Lauf-und Abschlagspiele, philippka Vlg, Münster
SCHUBERT, Renate	Spiele mit Kleingeräten, philippka Vlg, Münster
SCHUBERT, Renate	Kleine Spiele mit Bällen, philippka Vlg, Münster
SCHUBERT/KUHLMANN/ TREPTOW	KARTOTHEK 1; Torwarttraining im Hallenhandball, philippka Vlg, Münster, 1987.
SZABO, Roland	Kindersport Kartothek 1, philippka Vlg, Münster
SZABO, Roland	Kindersport Kartothek 2, philippka Vlg, Münster

VIDEO + CD-ROM

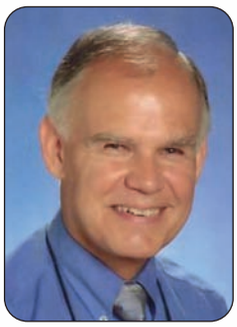
DHB: Handball Pur 1	Grundlagentraining, philippka Vlg, Münster.
DHB: Handball Pur 2	Aufbautraining 1, philippka Vlg, Münster.
DHB: Handball Pur 3	Angriffstraining 1, philippka Vlg, Münster.
DHB: Handball Pur 4	Torwarttraining 1, philippka Vlg, Münster.
DHB: Handball Pur 5	Motorische Grundausbildung, philippka Vlg, Münster.
DHB: Handball Pur 6	Handball spielend lernen, philippka Vlg, Münster
DHB: Handball Pur 7	Torwarttraining 2 Stützpunkttraining, philippka Vlg, Münster
DHB: Handball Pur 8	Modernes Schnelligkeitstraining, philippka Vlg, Münster
DHB: Handball Pur 9	Angriffstraining 2, philippka Vlg, Münster
DHB: Handball Pur 10	Schlagwurftraining mit GWD Minden, philippka Vlg, Münster

SCHIEDSRICHTER

BARKHAUSEN/HACKL	Der Handballschiedsrichter, philippka Vlg, Münster.

Für den Inhalt verantwortlich:

Prof. Mag. Helmut König
Ausbildungsleiter im ÖHB



Österreichischer Handballbund • Hauslabgasse 24 a, 1050 Wien • www.oehb.at