

Trainer*in C-Ausbildung - C-2 | Mannschaftstaktik - Abwehr, Angriff und mehr

Sa, 03.01.2026 bis So, 04.01.2026

💡 Der Präsenz-Teil wird mit einer dreiwöchigen Online-Selbstlernphase vorbereitet 🕒 Die Bearbeitung der Online-Phase dauert ungefähr 6 bis 8 Stunden

Stand 16.12.2025

Datum	Zeit	LE	Inhalt	Referent	Raum und Material
Samstag 03.01.2026	bis 09:45 Uhr		Anreise zur		
	10:00 - 10:30 Uhr	0,7 (Th.)	Begrüßung und Einstieg Lehrgangsorganisation und Kennenlernen		Sporthalle
	10:30 - 12:00 Uhr	2,0 (Pr.)	Kollektives Abwehrspiel 2.1 1:5- / 3:3-Abwehrformation		Sporthalle Sportsachen
	12:00 - 13:00 Uhr		Mittagspause		
	13:00 - 14:30 Uhr	2,0 (Pr.)	Kollektives Angriffsspiel 2 Einführung des Positionsspiels		Sporthalle Sportsachen
	14:30 - 14:45 Uhr		Pause		
	14:45 - 16:15 Uhr	2,0 (Pr.)	Kollektives Abwehrspiel 2.2 3:2:1-Abwehrformation		Sporthalle Sportsachen
	16:15 - 16:30 Uhr		Pause		
	16:30 - 18:00 Uhr	2,0 (Pr.)	Kollektives Angriffsspiel 2 Spielfähigkeit in Grundspielen entwickeln		Sporthalle Sportsachen

[Fortsetzung auf Seite 2]

Handballverband Niedersachsen-Bremen e.V.
Geschäftsstelle, Maschstr. 20, 30169 Hannover, Tel.: 0511 98 99 50

Sonntag 04.01.2026	10:00 - 11:30 Uhr	2,0 (Pr.)	Motorik & Athletik 2 Koordination, Mobilität und Stabilität altersspezifisch entwickeln		Sporthalle Sportsachen
	11:30 - 11:45 Uhr		Pause		
	11:45 - 13:15 Uhr	2,0 (Pr.)	Motorik & Athletik 2 Kraft, Schnellkraft und Agilität altersspezifisch entwickeln		Sporthalle Sportsachen
	13:15 - 14:15 Uhr		Mittagspause		
	14:15 - 15:45 Uhr	2,0 (Pr.)	Tempospiel 1 Von Prellgegenstoß und Spielfeldüberbrückung zur 1. und 2. Welle		Sporthalle Sportsachen
	15:45 - 16:00 Uhr		Pause		
	16:00 - 17:30 Uhr	2,0 (Pr.)	Tempospiel 2 Handlungsschnelligkeit entwickeln		Sporthalle Sportsachen
	17:30 - 18:00 Uhr	0,7 (Th.)	Abschluss Zusammenfassung und Reflexion		Sporthalle