

21. August - 23. August

	12:30	13:00	13:30	14:30	16:00	17:00
Löwen (05-08)	Aufbau, Anmeldung & Begrüßung	gemeinsame Erwärmung (Paula Meyer & Tim Deseniß)	individuelle Angriffstechnik: AIM-Position und weiter (Sebastian Stoyke)	Beachhandball: Trickshots & Spielen in Überzahl (Jona Hinze & Niklas Knüttel)	Tempoegenstoßspiel (Jannis Hinze & Tim Deseniß)	Aufräumen
Füchse (09-10)			Prellen und werfen: Torwurf aus dem Prellen (Claudia Knüttel & Niklas Knüttel)	Zweikämpfe führen und Werfen (Paula Meyer & Tim Deseniß)	Koordination, Gleichgewicht & Stabilisierung (Michael Werner)	
Tiger (11-12)				Schlag-/ Stemmwurfsschulung (Andre Steege)	Handball im Sand (Jona Hinze)	



	10:00	10:30	12:00	13:00	14:30	16:00
Löwen (05-08)	gemeinsame Erwärmung (Paula Meyer & Tim Deseniß)	individuelle & kooperative Abwehr: Grundprinzipien: Helfen und Sichern (Sebastian Stoyke)	Mittagessen	Grundlagen der Athletik: Laufschnle (Jens Lücke & Paula Meyer)	Variantenreiches Täuschen: 1 gg. 0 mit Tempowechsel nach Finte (Marvin Wehrmann & Niklas Meyer)	Aufräumen
Füchse (09-10)		Geschicklichkeits- & Wurfspiel: Elefantenjagd (Paula Meyer & Tim Deseniß)		Schlag-/ Stemmwurferschulung (Marvin Wehrmann, Torben Schmidt & Ralf Könecke)	Verteidigen in der (sinkenden) Manndeckung (Monja Nagel)	
Tiger (11-12)				Zweikämpfe führen und Werfen (Tim Deseniß)	Grundlagen der Athletik: Laufschnle (Jens Lücke)	

	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00
Löwen (05-07)	Werfen, werfen, werfen: Wurfserien mit handballspezifischen Vorbelastungen (Saulius Tonkunas & 1. Damen)	Angriffsgrundbewegung: Auf Lücke und weiter (Christian Pohl & Jonas Pohl)	Mittagessen	Abschlussturnier			Aufräumen
Füchse (09-10)	Handball im Sand (Guido Deseniß & mA)						
Tiger (11-12)	vielseitige Bewegungsfertigkeiten: spielerische koordinative Schulung (Michael Werner)	kleine Spiele zum Passen und Fangen (Claudia Knüttel & Paula Meyer)					