

Christoph Kolodziej

richtig


blvsportpraxis top

handball



blv

796.31.32

Vorwort	6	Angriff	58
Handball – Eine Einführung	7	Angriffstechnik	58
Vom Feld- zum Hallen- und Beachhandball	8	Angriffstaktik	80
Spielgedanke und wichtige Regeln des Hallenhandballspiels	10	Individualtaktik	80
Wichtige Schiedsrichterzeichen	12	Gruppentaktik im Angriff	86
Spielfeld und Zeichenerklärung	14	Mannschaftstaktik	93
Die Schulung im Kinder- und Jugendhandball	16	Positionsspiel	94
Abwehr	22	Angriff gegen eine 3:2:1-Abwehr	96
Abwehrtechnik	23	Angriff gegen eine 6:0-Abwehr	97
Abwehrtaktik	30	Angriff in Überzahl	98
Abwehrtaktik des Einzelspielers	30	Angriff in Unterzahl	99
Abwehrtaktik in der Gruppe	31	Gegenstoß mit der ersten, zweiten und dritten Welle	100
Mannschaftstaktik in der Abwehr	36	Schnelle Mitte	101
Manndeckung	36	Spielstrategie	102
Raumdeckung	37	Kleine Trainingslehre	104
Kombinierte Abwehr	44	Grundlagen der Trainingslehre	104
Abwehr in Unterzahl	44	Motiviert zum Erfolg	114
Abwehr in Überzahl	45	Talenterkennung	115
Rückzug	45	Coaching im Wettspiel	117
Torwart	46	Beachhandball – Sun and Fun	120
		Die wichtigsten Beachhandballregeln und das Spielfeld	121
		Taktik im Beachhandball	123
		Verletzungsvorbeugung und Erste Hilfe	125
		Literatur	127