

Das Jahresinhaltsverzeichnis 2013

Die Zahl vor dem Schrägstrich nennt die Hefnummer, jene dahinter die Seitenzahl.

Nach Autoren

Alonso, Raúl/Baur, Markus/Mahé, Pascal:

- Aktiv verteidigen 9+10/62

Anton, Leif/Pfannenschmidt, Niels:

- Handballparcours und Gummistweit

Eine Trainingseinheit der C-Jugend von Handball Lemgo ... 1/42

Bauer, Julian:

- Wenn ..., ... dann!, Teil 3

Auslösehandlungen: Grundablauf – Knotenpunkte –

Gegneranpassung 7/34

Bauer, Julian/Grinz, Olaf/Pfannenschmidt, Niels/

Mathis, Dirk/Hammerschmidt, Thomas:

- ht-Pocket 1: Komplextraining

Tempospiele – Grundspielvariationen – Wurftraining ... 8/Beilage

Biegler, Michael/Baum, Klaus:

- Ein Mikrozyklus in der Vorbereitungsphase

Für Mannschaften aller Leistungsbereiche, die leistungs-,

erfolgs- und zielorientiert trainieren 5+6/6

- Den Angriff lesen lernen

Abwehrtraining in Unterzahl nach dem Prinzip des

Defenses-Pressure-Trainings (DPT) 9+10/38

Bohm, Marielle:

- Augen auf im Angriff

Verbesserung der Wahrnehmungsfähigkeit beim Werfen und

Passen 3/42

Feldmann, Klaus:

- Wenn ..., ... dann!, Teil 1

Auslösehandlungen: Grundablauf – Knotenpunkte –

Gegneranpassung 1/30

- Angriff gegen 6:0: Räume öffnen – Lücken nutzen, Teil 1

„1/2 – 3“: Ein Konzept gegen defensive Abwehrformationen

..... 12/24

- Die Zeit ist reif

„Passives Spiel“ – erhellende Einsichten und ein diskussions-

würdiger Lösungsansatz von Klaus Feldmann 12/34

Fuhr, André:

- Medizinball, Deuserband und Co.

Abwechslungsreich schwitzen bei der HSG Blomberg-Lippe

..... 5+6/43

- Sicher passen, variabel werfen!

Individuelle Fertigkeiten im Angriff – ein Training mit A- und

B-Jugendlichen der HSG Blomberg-Lippe 7/22

Gallego, Ramon:

- Gut verteidigt – oder böse gefoult?

Regelwidrigkeiten von Außenverteidigern gegen Außen-

angreifer, die zum Sprung in den Torraum ansetzen 3/6

Gaugisch, Markus:

- Die 3:2-1-Abwehr des TV Neuhausen: Teamwork und

Einsatz 1/18

Geisler, Ingo:

- Ropetraining – vielfältig und belastungsintensiv

Ob Verbesserung von Kraft und Ausdauer, Verletzungs-

prophylaxe oder Aufbautraining nach Verletzungen:

Ropetraining ist vielseitig einsetzbar 5+6/52

Hammerschmidt, Thomas:

- Prellen im Positionsangriff: Variabler durch mehr Raumgewinn

Ein Beitrag zur Schulung und Anwendung des zielgerichteten

Prellens im Grundlagentraining 4/26

Hammerschmidt, Thomas/Simec, Sascha:

- Hohe Intensität spielerisch verpackt

Die Fitness über die Winterpause mit kreativen Spielformen

verbessern – und mit viel Spaß 12/38

Hanning, Bob:

- Schlagwurfvarianten spielnah trainieren

Eine Trainingseinheit der A-Jugend von Füchse Berlin ... 3/25

- Der ganze Verein unter einem Dach: Trainingscamp für alle

Füchse 5+6/32

Hanning, Bob/Späte, Dietrich:

- „Abwehr geht vor Angriff!“ – Methodik – Steuerung –

Korrektur

Erfahrungen aus der methodischen Erarbeitung im

Nachwuchstraining der Füchse Berlin (Deutscher A- und

B-Jugendmeister) 9+10/22

Heuberger, Martin:

- Individuelle Detailarbeit im Grundablauf, Teil 1 1/6

- Gegneranalyse und strategische Ausrichtung

Bundestrainer Martin Heuberger analysiert Auftreten und

Abschneiden der Nationalmannschaft bei der WM in Spanien ... 4/6

Hinze, Sebastian:

- Die Angreifer stressen, Teil 1

Die versetzte 5:1-Abwehr als „Risikovariante“ des

Bergischen HC 7/6

Homovics, Zsolt:

- 3:2-1-Abwehr: Beinarbeit und Zweikampfschulung, Teil 1

So verbessert der Handballverband Westfalen die

Abwehr-Basics bei seinen Auswahlspielern 2/28

- 3:2-1-Abwehr: Beinarbeit und Zweikampfschulung, Teil 2

..... 3/32

Kahn, Khalid:

- Training zum Saisonende: Endspurt oder Austrudeln?

Zum Ende der Saison muss der Tabellensituation Rechnung

getragen werden – Khalid Kahn zeigt, wie das geht 4/16

Kromer, Axel:

- Planvoll angreifen

Individuelle Ausbildung im Handballverband Württemberg

..... 5+6/70

- Spielfähigkeit braucht Athletik 8/18

Landuré, Paul:

- Dauerdruck auf den Angriff

Prinzipien der französischen Defensivstrategie auch im

Nachwuchsbereich 3/9

Lohse, Dirk:

- 5:1-Abwehr: Mit dem „V-Mann“ die Angreifer ärgern

Der Vorne-Mitte spielt als „V-Mann“ mit der Wahrnehmung

der Angreifer – und nervt sie! 6/11

Martin, Helmut:

- Umschalten statt Abschalten! 2/23

Mathis, Dirk:

- Kleine (Welt-)Kämpfe verbessern Kraft und Körperbeherrschung

Was Handballer von Ringern lernen können 5+6/60

- Seilspringen – fit mit Schwung!

19 Sprung-Variationen 7/14

- Explosiv zum Saisonstart 8/44

- Wenn ..., ... dann!, Teil 4

Auslösehandlungen: Grundablauf – Knotenpunkte –

Gegnerorientierung 11/26

Meyer, Daniel:

- Wenn ..., ... dann!, Teil 2

Auslösehandlungen: Grundablauf – Knotenpunkte –

Gegneranpassung 3/16

Müller, Hans-Peter/Uhrmeister, Jörn:

- Einzel-Manndeckung kreativ beantworten:

Damit der Nachteil zum Vorteil wird, Teil 1

Lösungsmöglichkeiten gegen eine 5:0+1-Abwehr

gegen RL/RR 11/14

- Einzel-Manndeckung kreativ beantworten:

Damit der Nachteil zum Vorteil wird, Teil 2

Lösungsmöglichkeiten gegen eine 5:0+1-Abwehr

gegen RL/RR 12/11

Müller, Petra:

- Richtig Laufen

Ein ABC für Handballspieler 7/42

Neuhaus, Michael:

- Torwarte im Mittelpunkt

Torwartspezifisches Stützpunkttraining des HV Westfalen

..... 9+10/72

Nörenberg, Frank/Rau, Andreas:

- Aktives Verteidigen im Grundlagentraining: Spielverständnis –

Technik – Grundkenntnisse – Coaching

Entwicklung des technisch-taktischen Abwehrpotenzials, Teil 1

..... 9+10/47

Pabst, Jan/Büsch, Dirk/Schaeffer, Ralf/Schwarzer, Christian:

- Richtig trinken

Erkenntnisse und Empfehlungen zum Flüssigkeitsausgleich in

Training und Spiel 11/34

Porvazniková, Zuzana:

- Täuschungen erlernen – step by step ...

So verbessern Sie das Zweikampfvverhalten Ihrer Angreifer

Teil 1 2/38

Teil 2 4/30

Potthoff, Norbert:

- Ein Trainingscamp speziell für Torwarte, Teil 1 8/37

Redaktion:

- Jahresinhaltsverzeichnis 2012 1/46

- Übung des Monats 9+10/35

- Aktiv verteidigen – in ht ein Dauerbrenner

Eine Zeitreise von den Anfängen bis in die Moderne ... 9+10/36

- Übung des Monats 11/46

Rivera, Valero:

- Das Abwehrspiel birgt die größten Überraschungsmomente

Der Trainer des neuen Weltmeisters erläutert seine Abwehr-

strategie im WM-Finale gegen Dänemark 9+10/12

Schubert, Renate:

- Viel Abwechslung für die Torwarte

Eine Übungssammlung für das Torwart-Gruppentraining,

Teil 4 4/38

Simec, Sascha:

- Wahrnehmen – Entscheiden – Werfen

Angriffssituationen gezielt steuern und den Schwierigkeitsgrad

Schritt für Schritt erhöhen 8/28

Simec, Sascha/Hammerschmidt, Thomas:

- ht-Pocket 2: Gegenstoßtraining

Schwerpunkt: Erste Welle 11/Beilage

Späte, Dietrich:

- Überzahlspiel effizient nutzen

Mit Sperren gegen Außenverteidiger Vorteile erspielen! ... 2/16

Späte, Dietrich/Hammerschmidt, Thomas:

- Kurzes Feld – kurze Umschaltzeit

Eine Trainingsorganisation zur Schulung der Handlungs-

schnelligkeit 5+6/82

- Was ist aktives Verteidigen?

Einführung in das Schwerpunktthema 9+10/6

Stange, Marco:

- Ein Trainingscamp speziell für Torwarte, Teil 2 9+10/66

Wandschneider, Kai:

- Toller Auftritt von Team und Trainer

Kai Wandschneider über den WM-Auftritt der

Nationalmannschaft 2/6

- Komplex trainieren mit Akzent auf Schnelligkeit, Teil 1 ... 2/8

Zawieja, Martin:

- Das neue Athletikkonzept des DHB, Teil 1

Trainingsmittel, Trainingsprinzipien, Trainingsgestaltung ... 8/6

- Das neue Athletikkonzept des DHB, Teil 2

Athletiktraining während der ersten Wochen der Spielzeit

..... 9+10/74

- Das neue Athletikkonzept des DHB, Teil 3

Athletiktraining im Verlauf der Hinrunde unter besonderer

Berücksichtigung „englischer Wochen“ 11/40

- Das neue Athletikkonzept des DHB, Teil 4

Nach der Hinrunde: Die spielfreie Zeit für den athletischen

Aufbau nutzen 12/6

Ziercke, Aaron:

- Stabil in jeder Lage, Teil 1

Liegestütze macht jeder – aber auch richtig? 5+6/24

- Stabil in jeder Lage, Teil 2

Rumpfstabilität – für Handballer ein Muss 7/30

Nach Themenbereichen

Analyse

Wandschneider, Kai:

- Toller Auftritt von Team und Trainer

Kai Wandschneider über den WM-Auftritt der

Nationalmannschaft 2/6

Athletik

Fuhr, André:

- Medizinball, Deuserband und Co.

Abwechslungsreich schwitzen bei der HSG Blomberg-Lippe
..... 5+6/43

Geisler, Ingo:

- Ropetraining – vielfältig und belastungsintensiv

Ob Verbesserung von Kraft und Ausdauer, Verletzungs-
prophylaxe oder Aufbautraining nach Verletzungen:
Ropetraining ist vielseitig einsetzbar. 5+6/52

Mathis, Dirk:

- Kleine (Wett-)Kämpfe verbessern Kraft und

Körperbeherrschung

Was Handballer von Ringern lernen können 5+6/60

- Seilspringen – fit mit Schwung!

19 Sprung-Variationen 7/14

- Explosiv zum Saisonstart 8/44

Müller, Petra:

- Richtig Laufen

Ein ABC für Handballspieler. 7/42

Zawieja, Martin:

- Das neue Athletikkonzept des DHB, Teil 1

Trainingsmittel, Trainingsprinzipien, Trainingsgestaltung ... 8/6

- Das neue Athletikkonzept des DHB, Teil 2

Athletiktraining während der ersten Wochen der Spielzeit
..... 9+10/74

- Das neue Athletikkonzept des DHB, Teil 3

Athletiktraining im Verlauf der Hinrunde unter besonderer
Berücksichtigung „englischer Wochen“ 11/40

- Das neue Athletikkonzept des DHB, Teil 4

Nach der Hinrunde: Die spielfreie Zeit für den athletischen
Aufbau nutzen 12/6

Ziercke, Aaron:

- Stabil in jeder Lage, Teil 1

Liegestütze macht jeder – aber auch richtig? 5+6/24

- Stabil in jeder Lage, Teil 2

Rumpfstabilität – für Handballer ein Muss 7/30

Aufwärmen

Stange, Marco:

- Ein Trainingscamp speziell für Torwarte, Teil 2 9+10/66

Grundlagentraining

Nörenberg, Frank/Rau, Andreas:

- Aktives Verteidigen im Grundlagentraining: Spielverständnis –

Technik – Grundkenntnisse – Coaching

Entwicklung des technisch-taktischen Abwehrpotenzials,
Teil 1 9+10/47

ht-Pocket

Bauer, Julian/Grinz, Olaf/Pfannenschmidt, Niels/

Mathis, Dirk/Hammerschmidt, Thomas:

- ht-Pocket 1: Komplextraining

• Trainingsmittel – Grundspielvariationen – Wurtraining ... 8/Beilage

- Simec, Sascha/Hammerschmidt, Thomas:

- ht-Pocket 2: Gegenstoßtraining

Schwerpunkt: Erste Welle 11/Beilage

Leseraktion

Redaktion:

- Übung des Monats 9+10/35

- Übung des Monats 11/46

Im Fokus

Gallego, Ramon:

- Gut verteidigt – oder böse gefoult?

Regelwidrigkeiten von Außenverteidigern gegen Außen-
angreifer, die zum Sprung in den Torraum ansetzen 3/6

Methodisches Handwerkszeug

Hanning, Bob/Späte, Dietrich:

- „Abwehr geht vor Angriff!“ – Methodik – Steuerung –

Korrektur

Erfahrungen aus der methodischen Erarbeitung im
Nachwuchstraining der Füchse Berlin (Deutscher A- und
B-Jugendmeister). 9+10/22

Biegler, Michael/Baum, Klaus:

- Den Angriff lesen lernen

Abwehrtraining in Unterzahl nach dem Prinzip des
Defense-Pressure-Trainings (DPT) 9+10/38

Schwerpunktthema

Späte, Dietrich/Hammerschmidt, Thomas:

- Was ist aktives Verteidigen?

Einführung in das Schwerpunktthema 9+10/6

Service

Pabst, Jan/Büsch, Dirk/Schaeffer, Ralf/

Schwarzer, Christian:

- Richtig trinken

Erkenntnisse und Empfehlungen zum Flüssigkeitsausgleich in
Training und Spiel 11/34

Redaktion:

- Jahresinhaltsverzeichnis 2012 1/46

- Aktiv verteidigen – in ht ein Dauerbrenner

Eine Zeitreise von den Anfängen bis in die Moderne. ... 9+10/36

Saisonvorbereitung

Biegler, Michael/Baum, Klaus:

- Ein Mikrozyklus in der Vorbereitungsphase

Für Mannschaften aller Leistungsbereiche, die leistungs-
erfolgs- und zielorientiert trainieren 5+6/6

Hanning, Bob:

- Schlagwurfvarianten spielnah trainieren

Eine Trainingseinheit der A-Jugend von Füchse Berlin. ... 3/25

- Der ganze Verein unter einem Dach: Trainingscamp für alle

Füchse 5+6/32

Spielvorbereitung

Rivera, Valero:

- Das Abwehrspiel birgt die größten Überraschungsmomente

Der Trainer des neuen Weltmeisters erläutert seine Abwehr-
strategie im WM-Finale gegen Dänemark. 9+10/12

Taktik

Bauer, Julian:

- Wenn ..., dann!, Teil 3

Auslösehandlungen: Grundablauf – Knotenpunkte –
Gegneranpassung. 7/34

Feldmann, Klaus:

- Wenn ..., dann!, Teil 1

Auslösehandlungen: Grundablauf – Knotenpunkte –
Gegneranpassung. 1/30

- Angriff gegen 6:0: Räume öffnen – Lücken nutzen, Teil 1

„1/2 – 3“: Ein Konzept gegen defensive Abwehrformationen
..... 12/24

- Die Zeit ist reif

„Passives Spiel“ – erhellende Einsichten und ein diskussions-
würdiger Lösungsansatz von Klaus Feldmann. 12/34

Gaugisch, Markus:

- Die 3:2-1-Abwehr des TV Neuhausen: Teamwork und

Einsatz 1/18

Heuberger, Martin:

- Individuelle Detailarbeit im Grundablauf,

Teil 1 1/6

- Gegneranalyse und strategische Ausrichtung

Bundestrainer Martin Heuberger analysiert Auftreten und
Abschneiden der Nationalmannschaft bei der WM in Spanien
..... 4/6

Hinze, Sebastian:

- Die Angreifer stressen, Teil 1

Die versetzte 5:1-Abwehr als „Risikovariante“ des
Bergischen HC 7/6

Lohse, Dirk:

- 5:1-Abwehr: Mit dem „V-Mann“ die Angreifer ärgern

Der Vorne-Mitte spielt als „V-Mann“ mit der Wahrnehmung
der Angreifer – und nervt sie! 6/11

Mathis, Dirk:

- Wenn ..., dann!, Teil 4

Auslösehandlungen: Grundablauf – Knotenpunkte –
Gegnerorientierung. 11/26

Meyer, Daniel:

- Wenn ..., dann!, Teil 2

Auslösehandlungen: Grundablauf – Knotenpunkte –
Gegneranpassung. 3/16

Späte, Dietrich:

- Überzahlspiel effizient nutzen

Mit Sperren gegen Außenverteidiger Vorteile erspielen! ... 2/16

Technik/Athletik

Potthoff, Norbert:

- Ein Trainingscamp speziell für Torwarte, Teil 1 8/37

Technik/Taktik

Anton, Leif/Pfannenschmidt, Niels:

- Handballparcours und Gummitwist

Eine Trainingseinheit der C-Jugend von Handball Lemgo ... 1/42

Alonso, Raúl/Baur, Markus/Mahé, Pascal:

- Aktiv verteidigen 9+10/62

Bohm, Marielle:

- Augen auf im Angriff

Verbesserung der Wahrnehmungsfähigkeit beim Werfen und
Passen 3/42

Fuhr, André:

- Sicher passen, variabel werfen!

Individuelle Fertigkeiten im Angriff – ein Training mit A- und
B-Jugendlichen der HSG Blomberg-Lippe. 7/22

Hammerschmidt, Thomas:

- Prellen im Positionsangriff: Variabler durch mehr

Raumgewinn

Ein Beitrag zur Schulung und Anwendung des zielgerichteten
Prellens im Grundlagentraining. 4/26

Hammerschmidt, Thomas/Simec, Sascha:

- Hohe Intensität spielerisch verpackt

Die Fitness über die Winterpause mit kreativen Spielformen
verbessern – und mit viel Spaß. 12/38

Homovics, Zsolt:

- 3:2:1-Abwehr: Beinarbeit und Zweikampfschulung, Teil 1

So verbessert der Handballverband Westfalen die Abwehr-
Basics bei seinen Auswahlspielern 2/28

- 3:2:1-Abwehr: Beinarbeit und Zweikampfschulung,
Teil 2. 3/32

Kahn, Khalid:

- Training zum Saisonende: Endspurt oder Austrudeln?

Zum Ende der Saison muss der Tabellensituation Rechnung
getragen werden – Khalid Kahn zeigt, wie das geht 4/16

Kromer, Axel:

- Planvoll angreifen

Individuelle Ausbildung im Handballverband Württemberg
..... 5+6/70

- Spielfähigkeit braucht Athletik 8/18

Landuré, Paul:

- Dauerdruck auf den Angriff

Prinzipien der französischen Defensivstrategie auch im
Nachwuchsbereich 3/9

Martin, Helmut:

- Umschalten statt Abschalten!

Müller, Hans-Peter/Uhrmeister, Jörn:

- Einzel-Manndeckung kreativ beantworten:

Damit der Nachteil zum Vorteil wird, Teil 1

Lösungsmöglichkeiten gegen eine 5:0+1-Abwehr
gegen RL/RR. 11/14

- Einzel-Manndeckung kreativ beantworten:

Damit der Nachteil zum Vorteil wird, Teil 2

Lösungsmöglichkeiten gegen eine 5:0+1-Abwehr
gegen RL/RR. 12/11

Porvazniková, Zuzana:

- Täuschungen erlernen – step by step ..., Teil 1

So verbessern Sie das Zweikampfvverhalten Ihrer Angreifer
..... 2/38

Simec, Sascha:

- Wahrnehmen – Entscheiden – Werfen

Angriffssituationen gezielt steuern und den Schwierigkeitsgrad
Schritt für Schritt erhöhen. 8/28

Wandschneider, Kai:

- Komplex trainieren mit Akzent auf Schnelligkeit, Teil 1 ... 2/8

Das Jahresinhaltsverzeichnis 2014

Die Zahl vor dem Schrägstrich nennt die Heftnummer, jene dahinter die Seitenzahl.

Nach Autoren

Bansa, Konrad:

- Training im Sand

Athletisch, motivierend, spezifisch, Teil 1 7/34

- Training im Sand

Athletisch, motivierend, spezifisch, Teil 2 8/13

Baur, Markus:

- 6:0-Abwehr – initiativ, aktiv und flexibel!

U20-Europameister Deutschland, Teil 1 9+10/6

- 6:0-Abwehr – initiativ, aktiv und flexibel!

U20-Europameister Deutschland, Teil 2 11/6

Beppler, Jochen:

- Richtig Kreuzen

Technische und taktische Grundlagen, Teil 1 4/6

- Richtig Kreuzen

Knotenpunkte methodisch erarbeiten, Teil 2 8/17

Biegler, Michael:

- Das Abschlusstraining: Dosierte, fokussiert – und nicht zu lang!

Eine Trainingseinheit der polnischen Nationalmannschaft . 1/18

Biegler, Michael/Baum, Klaus:

- Handball-Cross

Innovativ, hochspezifisch und hochmotivierend 5+6/50

- Handball-Cross

Erfahrungen aus unterschiedlichen Anwendungsbereichen und Praxistipps zur methodischen Steuerung in verschiedenen Leistungsbereichen 9+10/26

Daser, Benny:

- Individuell ausbilden – im Mannschaftsrahmen

Ein kreatives Organisationsmodell für das Training in einer Spielfeldhälfte, Teil 1 9+10/36

- Individuell ausbilden – im Mannschaftsrahmen

Ein kreatives Organisationsmodell für das Training in einer Spielfeldhälfte, Teil 2 12/12

Feldmann, Klaus:

- Angriff gegen eine 6:0-Abwehr: Räume öffnen – Lücken nutzen „1/2 – 3“: Ein Konzept gegen defensive Abwehrformationen, Teil 2

..... 2/6

- Üben und spielen

Trainingsformen kennen und richtig nutzen 4/38

Fuhr, André/Porvazniková, Zuzana:

- Räume nutzen mit effektivem Passspiel

Schnell, präzise und verlässlich muss es sein! 8/29

Fuhr, André/Schubert, Renate:

- Am Strand und in der Halle

Trainingslager der HSG Blomberg-Lippe 5+6/34

Grintz, Olaf:

- „Von da lass sie werfen.“ – Wirklich?

Sicherer gegen Würfe von außen im mittleren Leistungsbereich 9+10/70

Halsband, Birgit:

- Mehr Power durch Kettlebells

..... 7/13

Hammerschmidt, Thomas:

- Grundspiele steuern – Zusatzanforderungen kreieren

Gezielte Variationen, intelligente Organisationsformen und sinnvolle Erweiterungen 2/44

- Flexibles Spiel braucht individuelle Qualität!

EM-Analyse (Teil 1): Abwehr 3/6

- Kreativ dank technischer Vielseitigkeit

EM-Analyse (Teil 2): Angriff 4/16

- Schlagwürfe – schnell und situationsgerecht!

EM-Analyse (Teil 3): Angriff 7/26

Hammerschmidt, Thomas (Mitarbeit: Tzschaschel, André):

- Taktik unter der Lupe: Bei Überzahl richtig entscheiden

Berliner Füchse gegen HSV Hamburg: Überzahlspiel à la Romero 1/35

Jensen, Heine/Nowak, Maik:

- Taktik unter der Lupe: Die 4:1-Unterzahlabwehr der DHB-Frauen

Auch in Unterzahl die Initiative ergreifen und den Angriff aus dem Konzept bringen 2/12

..... 2/12

Khan, Khalid:

- Per Trainingslager in die Saisonvorbereitung, Teil 1

Ein Trainingslager zu Beginn der Vorbereitungsphase mit Akzentuierung des Athletik- und Kleingruppentrainings . . 5+6/20

- Per Trainingslager in die Saisonvorbereitung, Teil 2

Ein Trainingslager zu Beginn der Vorbereitungsphase mit Akzentuierung des Athletik- und Kleingruppentrainings . . 8/34

- Spiel- und Trainingsphilosophie: Tempospiel

Eine Trainingseinheit zur Verbesserung von Pass- und Spielfähigkeit beim Tempospiel in unterschiedlichen Räumen 9+10/85

Kahn, Khalid (Mitarbeit: Binder, Felix):

- Muskuläre Voraktivierung – explosive Zielbewegung

Eine sportartspezifische Trainingsmethode zur effektiven Rekrutierung vorhandener, aber ungenutzter Kraftressourcen 12/28

Klinkenberg, Christoph:

- Schnell umschalten

Eine Trainingseinheit zum Tempospiel 11/41

Kromer, Axel:

- Mehr Motivation durch den Response-Ball!

Vielseitig, anspruchsvoll, herausfordernd 12/23

Krüger, Thomas:

- Auch die Torhüter gezielt vorbereiten!, Teil 1

Torwartraining zu Beginn der Vorbereitungsphase mit dem Fokus auf Athletik, Koordination und Wahrnehmung . . 5+6/30

- Auch die Torhüter gezielt vorbereiten!, Teil 2

Torwartraining in der Vorbereitung mit dem Fokus auf Athletik, Koordination und Wahrnehmung 7/20

- Auch die Torhüter gezielt vorbereiten!, Teil 3

Torwartraining in der Vorbereitung mit dem Fokus auf komplexe Übungsformen 8/42

Leukefeld, Dago:

- Zuhausebleiben hat auch Vorteile

Trainingslager der SG BBM Bietigheim 5+6/80

- In der Ruhe liegt die Effektivität: Kleingruppenttraining

Athletik – Technik – Taktik, Teil 1 9+10/62

- In der Ruhe liegt die Effektivität: Kleingruppenttraining

Athletik – Technik – Taktik, Teil 2 11/34

Leukefeld, Dago/Puttfarcken, Frank:

- Sehen – Bewegen – Abwehren

..... 2/16

Luig, Patrick:

- Vor komplexem Spiel ein komplexes Warm-up!

Aufwärmen nach der Formel „4 mal 4 plus 4“ 1/26

- Vor komplexem Spiel ein komplexes Warm-up!, Teil 2

Stabilität und Kontrolle in handballtypischen Kontaktsituationen 2/32

- Topfit in 14 Wochen

Eine Saisonvorbereitung für den mittleren Leistungsbereich 5+6/6

Martin, Helmut:

- Komplexität im Kontinuum

Passen – laufen – verteidigen 12/34

Mimberg, Dirk:

- Von 0 auf 100

Zwischen Saisonende und Aufstiegsrunde das neue Team formen 3/20

Molthahn, Dietmar:

- Passkontinua mit Technikelementen

Automatisierung von komplexen individual- und gruppentaktischen Abläufen durch hohe Wiederholungszahlen . . . 9+10/78

- Werfen äüß kooperativen Aktionen

Torabschlussituationen in spielnahen Angriffshandlungen mit hohen Wiederholungszahlen automatisieren 11/12

Mroz, Sandra/Korfmeier, Frauke:

- Sehen und gesehen werden!

Wahrnehmung schulen und Handlungsflexibilität verbessern 4/30

- Mit Spiel zum Ziel

Spielformen gezielt einsetzen und steuern 11/26

..... 11/26

Nörenberg, Frank:

- Aktives Verteidigen im Grundlagentraining: Spielverständnis – Technik – Grundkenntnisse – Coaching

Entwicklung des technisch-taktischen Abwehrpotenzials, Teil 2 9+10/18

- Aktives Verteidigen im Grundlagentraining: Spielverständnis – Technik – Grundkenntnisse – Coaching

Optimierung des technisch-taktischen Abwehrpotenzials, Teil 3 12/6

Panza, Luka:

- Kroatische Handballschule – Vorfahrt der Individualität!

Ein Blick über den Zaun als Beitrag zur Diskussion um die Spiel- und Trainingsauffassung im Nachwuchstraining, Teil 2 2/22

- Kroatische Handballschule – Vorfahrt der Individualität!

Ein Blick über den Zaun als Beitrag zur Diskussion um die richtige Spiel- und Trainingsauffassung im Nachwuchstraining 1/6

Simec, Sascha:

- Auch in Unterzahl Mut zum Risiko!

Mit der 3:2-Unterzahlabwehr den Angriff gezielt aus dem Konzept bringen, Teil 1 3/28

- Auch in Unterzahl Mut zum Risiko!

Mit der 3:2-Unterzahlabwehr den Angriff gezielt aus dem Konzept bringen!, Teil 2 11/18

- Torwartraining

Komplex, vielseitig, anspruchsvoll (Nr. 1) 7/Beilage

- Individuell trainieren: Eine Frage der Organisation

Praxismodelle für den Trainingsalltag 9+10/33

- Kreisspieler individuell schulen

Positionsspezifisches Techniktraining (Nr. 2) 11/Beilage

- Nutzen, was die Halle hergibt... Turmmatten

Verwendung von Turmmatten unter handballspezifischen Gesichtspunkten 12/40

Simon, Andreas/Brandt, Marius:

- Prävention im Zirkel

Zur Prophylaxe und Steigerung der Leistung 5+6/92

Späte, Dietrich/Hammerschmidt, Thomas:

- Anstrengen für den Saison-Endspurt

Wurtraining, Grundspiele, Rückzugsverhalten – Trainingsbausteine für die letzten Wochen der Saison 3/14

Wiechers, Till:

- C-Jugend: Keine klassische Saisonvorbereitung!

Die SG Flensburg-Handewitt setzt im Nachwuchsbereich auf Ausbildungs- und Entwicklungsorientierung 7/6

- Power dank Peitschbewegung

Variable Schlagwurftechnik 9+10/48

Wudtke, Erik:

- 3:2:1 mit doppeltem Libero

Die Spielweise aufs Personal zuschneiden, Teil 1 8/6

Zawieja, Martin:

- Das Athletikkonzept des DHB, Teil 5

Tests für die DHB-Auswahlmannschaften zur Überprüfung von Beweglichkeit und Stabilität 1/38

- Das Athletikkonzept des DHB, Teil 6

Nach der Winterpause: Der Start in die Rückrunde 2/38

- Das Athletikkonzept des DHB, Teil 7

Die zweite Hälfte der Rückrunde 3/38

Zawieja, Martin/Ribbecke, Thorsten/Luig, Patrick:

- Das Athletikkonzept des DHB, Teil 8

Der verletzte Spieler – Vermeidung von und richtiger Umgang mit Verletzungen 7/43

Ziercke, Aaron:

- Viel werfen – aber mit Köpfchen!

So verbessern Sie die Abschlussicherheit und schulen gleichzeitig das Zusammenspiel Ihres Teams 4/22

- Stationstraining in der Sporthalle

Effektiv und systematisch an Kraft und Schnelligkeit arbeiten 5+6/70

..... 5+6/70

Nach Themenbereichen**Athletik****Halsband, Birgit:**

- Mehr Power durch Kettlebells 7/13

Kahn, Khalid (Mitarbeit: Binder, Felix):

- Muskuläre Voraktivierung – explosive Zielbewegung
- Eine sportartspezifische Trainingsmethode zur effektiven Rekrutierung vorhandener, aber ungenutzter Kraftressourcen 12/28

Luig, Patrick:

- Vor komplexem Spiel ein komplexes Warm-up!
- Aufwärmen nach der Formel „4 mal 4 plus 4“ 1/26
- Vor komplexem Spiel ein komplexes Warm-up!, Teil 2
- Stabilität und Kontrolle in handballtypischen Kontaktsituationen 2/32

Simon, Andreas/Brandt, Marius:

- Prävention im Zirkel
- Zur Prophylaxe und Steigerung der Leistung 5+6/92

Zawieja, Martin:

- Das Athletikkonzept des DHB, Teil 5
- Tests für die DHB-Auswahlmannschaften zur Überprüfung von Beweglichkeit und Stabilität 1/38
- Das Athletikkonzept des DHB, Teil 6
- Nach der Winterpause: Der Start in die Rückrunde 2/38
- Das Athletikkonzept des DHB, Teil 7
- Die zweite Hälfte der Rückrunde 3/38

Zawieja, Martin/Ribbecke, Thorsten/Luig, Patrick:

- Das Athletikkonzept des DHB, Teil 8
- Der verletzte Spieler – Vermeidung von und richtiger Umgang mit Verletzungen 7/43

Ziercke, Aaron:

- Stationstraining in der Sporthalle
- Effektiv und systematisch an Kraft und Schnelligkeit arbeiten 5+6/70

EM-Analyse**Hammerschmidt, Thomas:**

- Flexibles Spiel braucht individuelle Qualität!
- EM-Analyse (Teil 1): Abwehr 3/6
- Kreativ dank technischer Vielseitigkeit
- EM-Analyse (Teil 2): Angriff 4/16
- Schlagwürfe – schnell und situationsgerecht!
- EM-Analyse (Teil 3): Angriff 7/26

Handwerkszeug**Biegler, Michael:**

- Das Abschlussstraining: Dosierte, fokussiert – und nicht zu lang!
- Eine Trainingseinheit der polnischen Nationalmannschaft 1/18

Feldmann, Klaus:

- Üben und spielen
- Trainingsformen kennen und richtig nutzen 4/38

Simec, Sascha:

- Individuell trainieren: Eine Frage der Organisation
- Praxismodelle für den Trainingsalltag 9+10/33

ht-Pocket**Simec, Sascha:**

- Torwarttraining
- Komplex, vielseitig, anspruchsvoll. (Nr. 1) 7/Beilage
- Kreisspieler individuell schulen
- Positionsspezifisches Techniktraining (Nr. 2) 11/Beilage

Im Fokus**Mimberg, Dirk:**

- Von 0 auf 100
- Zwischen Saisonende und Aufstiegsrunde das neue Team formen 3/20

Saisonvorbereitung**Bansa, Konrad:**

- Training im Sand
- Athletisch, motivierend, spezifisch, Teil 1 7/34
- Training im Sand
- Athletisch, motivierend, spezifisch, Teil 2 8/13

Biegler, Michael/Baum, Klaus:

- Handball-Cross
- Innovativ, hochspezifisch und hochmotivierend 5+6/50
- Handball-Cross
- Erfahrungen aus unterschiedlichen Anwendungsbereichen und Praxistipps zur methodischen Steuerung in verschiedenen Leistungsbereichen 9+10/26

Fuhr, André/Schubert, Renate:

- Am Strand und in der Halle
- Trainingslager der HSG Blomberg-Lippe 5+6/34

Khan, Khalid:

- Per Trainingslager in die Saisonvorbereitung, Teil 1
- Ein Trainingslager zu Beginn der Vorbereitungsphase mit Akzentuierung des Athletik- und Kleingruppentrainings 5+6/20

- Per Trainingslager in die Saisonvorbereitung, Teil 2
- Ein Trainingslager zu Beginn der Vorbereitungsphase mit Akzentuierung des Athletik- und Kleingruppentrainings 8/34

Leukefeld, Dago:

- Zuhausebleiben hat auch Vorteile
- Trainingslager der SG BBM Bietigheim 5+6/80

Luig, Patrick:

- Topfit in 14 Wochen
- Eine Saisonvorbereitung für den mittleren Leistungsbereich 5+6/6

Service**Kromer, Axel:**

- Mehr Motivation durch den Response-Ball!
- Vielseitig, anspruchsvoll, herausfordernd 12/23

Redaktion:

- Jahresinhaltsverzeichnis 2013 1/46
- Simec, Sascha:
- Nutzen, was die Halle hergibt... Turmatten
- Verwendung von Turmatten unter handballspezifischen Gesichtspunkten 12/40

Taktik**Baur, Markus:**

- 6:0-Abwehr – initiativ, aktiv und flexibel!
- U20-Europameister Deutschland, Teil 1 9+10/6

- 6:0-Abwehr – initiativ, aktiv und flexibel!
- U20-Europameister Deutschland, Teil 2 11/6

Feldmann, Klaus:

- Angriff gegen eine 6:0-Abwehr: Räume öffnen – Lücken nutzen
- „1:2 – 3“: Ein Konzept gegen defensive Abwehrformationen, Teil 2 2/6

Hammerschmidt, Thomas (Mitarbeit: Tzschaschel, André):

- Taktik unter der Lupe: Bei Überzahl richtig entscheiden
- Berliner Füchse gegen HSV Hamburg: Überzahlspiel à la Romero 1/35

Jensen, Heine/Nowak, Maik:

- Taktik unter der Lupe: Die 4:1-Unterzahlabwehr der DHB-Frauen
- Auch in Unterzahl die Initiative ergreifen und den Angriff aus dem Konzept bringen 2/12

Technik**Fuhr, André/Porvazniková, Zuzana:**

- Räume nutzen mit effektivem Passspiel
- Schnell, präzise und verlässlich muss es sein! 8/29
- Wiechers, Till:
- Power dank Peitschbewegung
- Variable Schlagwurftechnik 9+10/48

Technik/Athletik**Leukefeld, Dago:**

- In der Ruhe liegt die Effektivität: Kleingruppenttraining
- Athletik – Technik – Taktik, Teil 1 9+10/62
- In der Ruhe liegt die Effektivität: Kleingruppenttraining
- Athletik – Technik – Taktik, Teil 2 11/34

Technik/Koordination**Leukefeld, Dago/Puttfarcken, Frank:**

- Sehen – Bewegen – Abwehren 2/16

Technik/Taktik**Beppler, Jochen:**

- Richtig Kreuzen
- Technische und taktische Grundlagen, Teil 1 4/6
- Richtig Kreuzen
- Knotenpunkte methodisch erarbeiten, Teil 2 8/17

Daser, Benny:

- Individuell ausbilden – im Mannschaftsrahmen
- Ein kreatives Organisationsmodell für das Training in einer Spielfeldhälfte, Teil 1 9+10/36

- Individuell ausbilden – im Mannschaftsrahmen
- Ein kreatives Organisationsmodell für das Training in einer Spielfeldhälfte, Teil 2 12/12

Hammerschmidt, Thomas:

- Grundsätze steuern – Zusatzanforderungen kreieren
- Gezielte Variationen, intelligente Organisationsformen und sinnvolle Erweiterungen 2/44

Kahn, Khalid:

- Spiel- und Trainingsphilosophie: Tempospiel
- Eine Trainingseinheit zur Verbesserung von Pass- und Spielfähigkeit beim Tempospiel in unterschiedlichen Räumen 9+10/85

Klinkenberg, Christoph:

- Schnell umschalten
- Eine Trainingseinheit zum Tempospiel 11/41

Martin, Helmut:

- Komplexität im Kontinuum
- Passen – laufen – verteidigen 12/34

Molthahn, Dietmar:

- Passkontinua mit Technikelementen
- Automatisierung von komplexen individual- und gruppentaktischen Abläufen durch hohe Wiederholungszahlen 9+10/78

• Werfen aus kooperativen Aktionen

- Torabschlussituationen in spielnahen Angriffshandlungen mit hohen Wiederholungszahlen automatisieren 11/12

Mroz, Sandra/Korfsmeier, Frauke:

- Sehen und gesehen werden!
- Wahrnehmung schulen und Handlungsflexibilität verbessern 4/30

• Mit Spiel zum Ziel

- Spielformen gezielt einsetzen und steuern 11/26

Nörenberg, Frank:

- Aktives Verteidigen im Grundlagentraining: Spielverständnis – Technik – Grundkenntnisse – Coaching
- Entwicklung des technisch-taktischen Abwehrpotenzials, Teil 2 9+10/18

- Aktives Verteidigen im Grundlagentraining: Spielverständnis – Technik – Grundkenntnisse – Coaching
- Optimierung des technisch-taktischen Abwehrpotenzials, Teil 3 12/6

Panza, Luka:

- Kroatische Handballschule – Vorfahrt der Individualität!
- Ein Blick über den Zaun als Beitrag zur Diskussion um die Spiel- und Trainingsauffassung im Nachwuchstraining, Teil 2 2/22

Panza, Luka/Široka, Tadej:

- Kroatische Handballschule – Vorfahrt der Individualität!
- Ein Blick über den Zaun als Beitrag zur Diskussion um die richtige Spiel- und Trainingsauffassung im Nachwuchstraining 1/6

Simec, Sascha:

- Auch in Unterzahl Mut zum Risiko!
- Mit der 3:2-Unterzahlabwehr den Angriff gezielt aus dem Konzept bringen, Teil 1 3/28

- Auch in Unterzahl Mut zum Risiko!
- Mit der 3:2-Unterzahlabwehr den Angriff gezielt aus dem Konzept bringen!, Teil 2 11/18

Späte, Dietrich/Hammerschmidt, Thomas:

- Anstrengen für den Saison-Endspurt
- Wurftraining, Grundspiele, Rückzugsverhalten – Trainingsbausteine für die letzten Wochen der Saison. 3/14

Wudtke, Erik:

- 3:2:1 mit doppeltem Libero
- Die Spielweise aufs Personal zuschneiden, Teil 1 8/6

- Viel werfen – aber mit Köpfchen!
- So verbessern Sie die Abschlussicherheit und schulen gleichzeitig das Zusammenspiel Ihres Teams. 4/22

Torwarttraining**Grintz, Olaf:**

- „Von da lass sie werfen.“ – Wirklich?
- Sicherer gegen Würfe von außen im mittleren Leistungsbereich 9+10/70

Krüger, Thomas:

- Auch die Torhüter gezielt vorbereiten!, Teil 1
- Torwarttraining zu Beginn der Vorbereitungsphase mit dem Fokus auf Athletik, Koordination und Wahrnehmung 5+6/30

- Auch die Torhüter gezielt vorbereiten!, Teil 2
- Torwarttraining in der Vorbereitung mit dem Fokus auf Athletik, Koordination und Wahrnehmung 7/20

- Auch die Torhüter gezielt vorbereiten!, Teil 3
- Torwarttraining in der Vorbereitung mit dem Fokus auf komplexe Übungsformen 8/42

Trainingsplanung**Biegler, Michael/Baum, Klaus:**

- Handball-Cross
- Innovativ, hochspezifisch und hochmotivierend 5+6/50

- Handball-Cross
- Erfahrungen aus unterschiedlichen Anwendungsbereichen und Praxistipps zur methodischen Steuerung in verschiedenen Leistungsbereichen 9+10/26

Wiechers, Till:

- C-Jugend: Keine klassische Saisonvorbereitung!
- Die SG Flensburg-Handewitt setzt im Nachwuchsbereich auf Ausbildungs- und Entwicklungsorientierung 7/6

Das Jahressinhaltsverzeichnis 2015

Die Zahl vor dem Schrägstrich nennt die Heftnummer, jene dahinter die Seitenzahl.

Nach Autoren

Bepler, Jochen:

- Techniktraining braucht Trainerkompetenz!, Teil 1 ... 9+10/12
- Techniktraining braucht Trainerkompetenz!, Teil 2 ... 11/18

Büsch, Dirk:

- Schnelle Schlagwürfe unter der Lupe
- Bewegungsanalyse einer Technikvariation – detaillierte Beschreibung und Hinweise auf Trainingsinhalte* ... 2/16

Feldmann, Klaus:

- Variables Abwehrspiel ... 3/19
- Aktive Abwehrsysteme ... 4+5/70
- Kreuzen mit Kalkül

Ein Standardablauf aus dem Repertoire der französischen

- Nationalmannschaft gegen eine 6:0-Abwehr* ... 6/6
- Wider das Dribblingverbot ... 7/24
- Vorsicht Falle!

Kein Trickbetrug, sondern eine Abwehrspielweise, die zum Ziel hat, die Angreifer systematisch in die Falle zu locken ... 8/6

Fuhr, André/Schubert, Renate:

- Technik, Tempo und Genauigkeit!, Teil 1
- Eine Trainingseinheit für die Vorbereitungs- und Wettkampfphase mit dem Ziel, das Passspiel zu verbessern* ... 4+5/36
- Technik, Tempo und Genauigkeit!, Teil 2 ... 6/16
- Zur Abwechslung auf den Sportplatz

Übungsbeispiele für das Training im Freien mit einer

- weiblichen A-Jugend* ... 7/10

Gemballa, Nadine/Lorenz, Matthias:

- Gewußt wie! Planung ist das A und O
- Ein Trainingslager im Amateurbereich professionell umsetzen* ... 4+5/26

Genau, Tobias:

- HeiBlaufen – und trotzdem kühl entscheiden!
- Komplexe Trainingsformen für unterschiedliche Raumverhältnisse* ... 12/42

Gorr, Jan:

- Individuell fordern - auch in der 2. Liga!, Teil 1 ... 3/10
- Individuell fordern - auch in der 2. Liga!, Teil 2
- Individuelle Fähigkeiten und kooperative Handlungen kontinuierlich in Abwehr und Angriff verbessern* ... 8/17

Gorr, Jan unter Mitarbeit von Martin Zawieja:

- Grundkonzept fortführen – Details modifizieren!, Teil 1
- Eine Saisonvorbereitung für den höheren Leistungsbereich am Beispiel des HSC 2000 Coburg* ... 4+5/6
- Grundkonzept fortführen – Details modifizieren!, Teil 2
- Eine Saisonvorbereitung für den höheren Leistungsbereich am Beispiel des HSC 2000 Coburg* ... 6/28

Grinz, Olaf:

- Ein neues Abwehrkonzept einführen
- Wenn die etablierte 6:0-Deckung durch eine 3:2:1-Abwehr ersetzt werden soll* ... 4+5/48

Hammerschmidt, Thomas:

- Klare Linie
- Das Konzept der DHB-Auswahl* ... 3/6

Jungandreas, Uwe:

- Fit mit CrossFit
- Als Coach des SC Magdeburg beschritt Uwe Jungandreas in einer besonderen Situation ungewöhnliche Wege* ... 1/14

Khan, Khalid:

- So arbeiten Sie mit dem Pocket!

Übungen an den Könnensstand der Spieler anpassen ... 2/28

- Gegenstoßschulung: Spielerisch – und mit Struktur
- Spiel- und Übungsformen für das Grundlagentraining* ... 12/6

Khan, Khalid/Binder, Felix:

- Ausbildung mit System
- Die Leistung der Spieler kontinuierlich verbessern!* ... 9+10/24

Klün, Bastian/Krüger, Thomas:

- Jung lernt von Alt
- Rund um den Trainerjob, Teil 1* ... 9+10/38

König, Stefan:

- Ein sehr guter „Wurf“! ... 11/26

Kromer, Axel:

- Zentrale Rolle
- Kreisspieler bei der Junioren-WM* ... 9+10/6

Krüger, Thomas:

- Aktiv verteidigen: Basics für Abwehrspieler, Teil 1
- Spiel- und Übungsformen zur Zweikampfschulung im Grundlagentraining* ... 11/6

• Aktiv verteidigen: Basics für Abwehrspieler, Teil 2

- Spiel- und Übungsformen zur Zweikampfschulung im Grundlagentraining* ... 12/28

Kunisch, Konni:

- Flink durch Technik – fit durch Athletik
- Übungen zur Verbesserung der Lauftechnik und Ganzkörperstabilität* ... 7/38

Matthis, Dirk:

- Passen – werfen – Zweikämpfe führen
- Stützpunktraining des Handballverbands Saar, Teil 1* ... 2/6
- Passen - werfen - Zweikämpfe führen
- Stützpunktraining des Handballverbands Saar, Teil 2* ... 3/38

- Funktionales Krafttraining mit dem Aqua-Bag ... 12/16

Meyrich, Axel:

- Wurftraining mit Weichbodenmatten
- Positionsspezifisch, belastungsintensiv und motivierend, Teil 1* ... 1/26

• Wurftraining mit Weichbodenmatten

- Individuell oder in der Kleingruppenkooperation, Teil 2* ... 2/38

Mroz, Sandra/Korfsmeier, Frauke:

- Teambuilding im Sand
- Wettspiele mit kooperativem Charakter* ... 4+5/28
- Torwarttraining: Mehr als nur Wurfserien, Teil 1
- Wie es gelingt, die gesamte Mannschaft in ein spezifisches Torhütertraining zu integrieren* ... 9+10/70

- Torwarttraining: Mehr als nur Wurfserien, Teil 2
- Wie es gelingt, die gesamte Mannschaft in ein spezifisches Torhütertraining zu integrieren* ... 12/23

Müller, Hans-Peter:

- Die Abwehrtaktik nach den Spielern ausrichten
- Kleingruppenttraining einer 6:0-Abwehr mit offensiver Ausrichtung, Teil 1* ... 3/28
- Die Abwehrtaktik nach den Spielern ausrichten
- Kleingruppenttraining einer 6:0-Abwehr mit offensiver Ausrichtung, Teil 2* ... 8/40

• Neue Kräfte – neue Flexibilität!

- WM-Analyse (Teil 1): Abwehr* ... 8/22

• Aus der Not eine Tugend machen!

- WM-Analyse (Teil 2): Tempospiegelstrategie* ... 9+10/44

Neuhaus, Michael:

- Offensiv verteidigen – Grundlage für mehr Spielfähigkeit

DHB-einheitliche Durchführungsbestimmungen im Kinder-

- handball mit einer klaren Aussage* ... 7/6

Ohlert, Jeannine/Linz, Lothar:

- Lernen, dem Druck standzuhalten
- In die mentale Entwicklung seiner Spielerinnen und Spieler zu investieren, ist außerordentlich lohnenswert* ... 9+10/20

Piontek, Björn:

- Komplexes Angriffstraining mit Mehrfachaufgaben
- Eine Trainingseinheit mit der weiblichen B-Jugend-Oberligamannschaft der HSG Blomberg-Lippe* ... 9+10/66

Porvaznikova, Zuzana:

- So schulen Sie 1 gegen 1-Techniken
- Übungsformen für Rückraum- und Außenspieler in einem Hallendrittel, Teil 1* ... 7/28

• Technik gezielt verbessern!

- Übungsformen für Rückraum- und Außenspieler in einem Hallendrittel, Teil 2* ... 9+10/57

Schubert, Renate:

- Torwarttraining mit Reboundern
- Innovative Übungsbeispiele aus dem Torwart-Camp des Handballkreises Bielefeld-Herford, Teil 1* ... 8/32

• Torwarttraining mit Reboundern

- Innovative Übungsbeispiele aus dem Torwart-Camp des Handballkreises Bielefeld-Herford, Teil 2* ... 11/28

Šimec, Sascha:

- Die Nahtstellen richtig angreifen!
- Eine Trainingseinheit zur Verbesserung des Parallelstoßes, Teil 1* ... 1/18
- Die Nahtstellen richtig angreifen!

- Eine Trainingseinheit zur Verbesserung des Parallelstoßes, Teil 2* ... 2/24

• Nutzen, was die Halle hergibt... Turmmatten

- Verwendung von Turmmatten als Hilfsmittel für unterschiedliche Trainingsbausteine, Teil 2* ... 1/38

• Nutzen, was die Halle hergibt... Badmintonfelder

- Badmintonfelder gezielt als Hilfsmittel zur Umsetzung unterschiedlicher Trainingsbausteine einsetzen, Teil 1* ... 3/36

• Nutzen, was die Halle hergibt... Badmintonfelder

- Badmintonfelder gezielt als Hilfsmittel zur Umsetzung unterschiedlicher Bausteine einsetzen, Teil 2* ... 9+10/76

• Nutzen, was die Halle hergibt... Badmintonfelder

- Badmintonfelder gezielt als Hilfsmittel zur Umsetzung unterschiedlicher Trainingsbausteine einsetzen, Teil 3* ... 11/42

Šimec, Sascha/Vranjes, Ljubomir/Machulla, Maik

- Taktik unter der Lupe: Den Gegner vor eine „neue“ Situation stellen

- SG Flensburg-Handewitt gegen KC Veszprém: kreativ mit vier Rückraumspielern* ... 11/14

Stary, Ingo:

- Sling-Training: Veletzungsprävention und Leistungssteigerung, Teil 1 ... 4+5/58

- Sling-Training: Veletzungsprävention und Leistungssteigerung, Teil 2 ... 6/40

Wudtke, Erik:

- Erst 3:2:1 - jetzt 6:0
- Die gleiche Grundidee mit einer anderen Abwehrformation umsetzen* ... 1/6

Nach Themenbereichen**Analyse**

Büsch, Dirk:

- Schnelle Schlagwürfe unter der Lupe

*Bewegungsanalyse einer Technikvariation – detailliert**Beschreibung und Hinweise auf Trainingsinhalte* 2/16

Feldmann, Klaus:

- Variables Abwehrspiel 3/19
- Aktive Abwehrsysteme 4+5/70

Athletik

Fuhr, André/Schubert, Renate:

- Zur Abwechslung auf den Sportplatz

*Übungsbeispiele für das Training im Freien mit einer**weiblichen A-Jugend* 7/10

Jungandreas, Uwe:

- Fit mit CrossFit

*Als Coach des SC Magdeburg beschriftet Uwe Jungandreas in**einer besonderen Situation ungewöhnliche Wege* 1/14

Mathis, Dirk:

- Funktionales Krafttraining mit dem Aqua-Bag 12/16

Stary, Ingo:

- Sling-Training: Veletzungsprävention und Leistungssteigerung, Teil 1 4+5/58
- Sling-Training: Veletzungsprävention und Leistungssteigerung, Teil 2 6/40

Coaching

Klün, Bastian/Krüger, Thomas:

- Jung lernt von Alt

Rund um den Trainerjob, Teil 1 9+10/38**Im Fokus**

Neuhaus, Michael:

- Offensiv verteidigen – Grundlage für mehr Spielfähigkeit
- DHB-einheitliche Durchführungsbestimmungen im Kinderhandball mit einer klaren Aussage 7/6
- Miteinander ins Gespräch kommen ...

DHB: Impulse für den Kinderhandball – 2016 bundesweit Multiplikatorenschulungen 12/40

Feldmann, Klaus:

- Wider das Dribblingverbot 7/24

Saisonvorbereitung

Gemballa, Nadine/Lorenz, Matthias:

- Gewußt wie! Planung ist das A und O

Ein Trainingslager im Amateurbereich professionell umsetzen 4+5/26

Grintz, Olaf:

- Ein neues Abwehrkonzept einführen
- Wenn die etablierte 6:0-Deckung durch eine 3:2:1-Abwehr ersetzt werden soll 4+5/48

Gorr, Jan unter Mitarbeit von Martin Zawieja:

- Grundkonzept fortführen – Details modifizieren!

Eine Saisonvorbereitung für den höheren Leistungsbereich am Beispiel des HSC 2000 Coburg 4+5/6

Mroz, Sandra/Korfmeier, Frauke:

- Teambuilding im Sand

Wettspiele mit kooperativem Charakter 4+5/28**Service**

König, Stefan:

- Einsehr guter „Wurf“! 11/26

Redaktion:

- Jahresinhaltsverzeichnis 2014 1/46

Šimec, Sascha:

- Nutzen, was die Halle hergibt... Turnmatten
- Verwendung von Turnmatten als Hilfsmittel für unterschiedliche Trainingsbausteine, Teil 2 1/38
- Nutzen, was die Halle hergibt... Badmintonfelder

Badmintonfelder gezielt als Hilfsmittel zur Umsetzung unterschiedlicher Trainingsbausteine einsetzen, Teil 1 3/36

- Nutzen, was die Halle hergibt... Badmintonfelder

Badmintonfelder gezielt als Hilfsmittel zur Umsetzung unterschiedlicher Bausteine einsetzen, Teil 2 9+10/76

- Nutzen, was die Halle hergibt... Badmintonfelder

Badmintonfelder gezielt als Hilfsmittel zur Umsetzung unterschiedlicher Trainingsbausteine einsetzen, Teil 3 11/42**Sportpsychologie**

Ohlert, Jeannine/Linz, Lothar:

- Lernen, dem Druck standzuhalten

In die mentale Entwicklung seiner Spielerinnen und Spieler zu investieren, ist außerordentlich lohnenswert 9+10/20**Taktik**

Feldmann, Klaus:

- Vorsicht Falle!

Kein Trickbetrug, sondern eine Abwehrspielweise, die zum Ziel hat, die Angreifer systematisch in die Falle zu locken 8/6

Müller, Hans-Peter:

- Neue Kräfte – neue Flexibilität!
- WM-Analyse (Teil 1): Abwehr 8/22

- Aus der Not eine Tugend machen!
- WM-Analyse (Teil 2): Tempospielstrategie 9+10/44

- Klare Torchance auf den ersten oder zweiten Blick
- WM-Analyse (Teil 3): Überzahlkonzepte mit unterschiedlichen Ansätzen 11/36

Šimec, Sascha/Vranjes, Ljubomir/Machulla, Maik

- Taktik unter der Lupe: Den Gegner vor eine „neue“ Situation stellen
- SG Flensburg-Handewitt gegen KC Vesprém: kreativ mit vier Rückraumspielern 11/14

Wudtke, Erik:

- Erst 3:2:1 – jetzt 6:0
- Die gleiche Grundidee mit einer anderen Abwehrformation umsetzen 1/6

Technik

Beppler, Jochen:

- Techniktraining braucht Trainerkompetenz!, Teil 1 9+10/12

Beppler, Jochen:

- Techniktraining braucht Trainerkompetenz!, Teil 2 11/18

Schubert, Renate:

- Torwarttraining mit Reboundern
- Innovative Übungsbeispiele aus dem Torwart-Camp des Handballkreises Bielefeld-Herford, Teil 1 8/32

- Torwarttraining mit Reboundern
- Innovative Übungsbeispiele aus dem Torwart-Camp des Handballkreises Bielefeld-Herford, Teil 2 11/28

Technik/Taktik

Fuhr, André/Schubert, Renate:

- Technik, Tempo und Genauigkeit!, Teil 1
- Eine Trainingseinheit für die Vorbereitungs- und Wettkampfphase mit dem Ziel, das Passspiel zu verbessern 4+5/36

- Technik, Tempo und Genauigkeit!, Teil 2 6/16

Genau, Tobias:

- Heißlaufen – und trotzdem kühl entscheiden!
- Komplexe Trainingsformen für unterschiedliche Raumverhältnisse 12/42

Gorr, Jan:

- Individuell fordern – auch in der 2. Liga!, Teil 1 3/10
- Individuell fordern – auch in der 2. Liga!, Teil 2

Individuelle Fähigkeiten und kooperative Handlungen kontinuierlich in Abwehr und Angriff verbessern 8/17

Khan, Khalid:

- So arbeiten Sie mit dem Pocket!
- Übungen an den Könnenstand der Spieler anpassen 2/28

- Gegenstoßschulung: Spielerisch – und mit Struktur

Spiel- und Übungsformen für das Grundlagentraining 12/6

Khan, Khalid/Binder, Felix:

- Ausbildung mit System
- Die Leistung der Spieler kontinuierlich verbessern! 9+10/24

Kromer, Axel:

- Zentrale Rolle
- Kreisspieler bei der Junioren-WM 9+10/6

Krüger, Thomas:

- Aktiv verteidigen: Basics für Abwehrspieler, Teil 1
- Spiel- und Übungsformen zur Zweikampfschulung im Grundlagentraining 11/6

- Aktiv verteidigen: Basics für Abwehrspieler, Teil 2

Spiel- und Übungsformen zur Zweikampfschulung im Grundlagentraining 12/28

Mathis, Dirk:

- Passen – werfen – Zweikämpfe führen
- Stützpunktraining des Handballverbands Saar, Teil 1 2/6

- Passen - werfen - Zweikämpfe führen

Stützpunktraining des Handballverbands Saar, Teil 2 3/38

Meyrich, Axel:

- Wurftraining mit Weichbodenmatten
- Positionsspezifisch, belastungsintensiv und motivierend, Teil 1 1/26

- Wurftraining mit Weichbodenmatten
- Individuell oder in der Kleingruppenkooperation, Teil 2 2/38

Müller, Hans-Peter:

- Die Abwehrtaktik nach den Spielern ausrichten
- Kleingruppentraining einer 6:0-Abwehr mit offensiver Ausrichtung, Teil 1 3/28

- Die Abwehrtaktik nach den Spielern ausrichten
- Kleingruppentraining einer 6:0-Abwehr mit offensiver Ausrichtung, Teil 2 8/40

Plontek, Björn:

- Komplexes Angriffstraining mit Mehrfachaufgaben
- Eine Trainingseinheit mit der weiblichen B-Jugend-Oberligamannschaft der HSG Blomberg-Lippe 9+10/66

Porvaznikova, Zuzana:

- So schulen Sie 1 gegen 1-Techniken, Teil 1
- Übungsformen für Rückraum- und Außenspieler in einem Hallendrittel 7/28

- Technik gezielt verbessern!
- Übungsformen für Rückraum- und Außenspieler in einem Hallendrittel, Teil 2 9+10/57

Šimec, Sascha:

- Die Nahtstellen richtig angreifen!
- Eine Trainingseinheit zur Verbesserung des Parallelstoßes, Teil 1 1/18

- Die Nahtstellen richtig angreifen!
- Eine Trainingseinheit zur Verbesserung des Parallelstoßes, Teil 2 2/24

Torwarttraining

Mroz, Sandra/Korfmeier, Frauke:

- Torwarttraining: Mehr als nur Wurfserien, Teil 1
- Wie es gelingt, die gesamte Mannschaft in ein spezifisches Torhütertraining zu integrieren 9+10/70

- Torwarttraining: Mehr als nur Wurfserien, Teil 2
- Wie es gelingt, die gesamte Mannschaft in ein spezifisches Torhütertraining zu integrieren 12/23

WM-Analyse

Feldmann, Klaus:

- Kreuzen mit Kalkül
- Ein Standardablauf aus dem Repertoire der französischen Nationalmannschaft gegen eine 6:0-Abwehr 6/6

Hammerschmidt, Thomas:

- Klare Linie
- Das Konzept der DHB-Auswahl 3/6

Das Jahresinhaltsverzeichnis 2016

Die Zahl vor dem Schrägstrich nennt die Heftnummer, jene dahinter die Seitenzahl.

Nach Autoren

Alonso, Raúl:

- Aktiv verteidigen – den Angriff verunsichern
Eine Übungssammlung zur Verbesserung aktiver Abwehrspielweisen 7/6

Beppler, Jochen:

- Techniktraining braucht Trainerkompetenz!
Teil 3 2/22
- Kreativ und kognitiv fordernd!
„Two in one“: Torwart-Einwerfen in Kombination mit technisch-taktischen Aufgaben für die Feldspieler .. 8/6

Beppler, Jochen/Hammerschmidt, Thomas:

- Test und Training
Trainingsformen aus dem DHB-Testmanual zur Sichtung und Schulung handballspezifischer Inhalte, Teil 1 7/15

Büsch, Dirk/Marschall, Franz/Gobel, Ruben/Kromer, Axel/Granacher, Urs:

- Differenziertes Reaktivtraining für Handballer,
Teil 1 12/40

Feldmann, Klaus:

- Darf's ein Spieler mehr sein? 9+10/47

Fuhr, André:

- Das 6:0-Bollwerk aufbrechen 9+10/32

Fuhr, André/Piontek, Björn:

- Training im Rotationsverfahren 2/30

Geisler, Ingo:

- Funktionelle Kräftigung mit dem Fitnessstab
Leistungsreserven mobilisieren durch asymmetrisches Training 4+5/54

Gontcharov, Sergej:

- Stärker werden – im Team! 4+5/66

Grinz, Olaf:

- 6:0 – aber nicht nur „hinten drin“!
Abwehrformation umstellen – aktive Spielweise beibehalten 12/6

Halsband, Birgit:

- Stabil mit Schwung
Dynamische Übungsformen mit Kettlebells 6/18

Hammerschmidt, Thomas:

- Trainer-Teamwork 3/6
- Schritt für Schritt zum „Freiwurf-Spiel“ 3/26
- Neue Regeln: Nicht alles hat Einfluss aufs Spiel! 8/21
- Wir arbeiten, um besser zu werden!
EM-Sieg und Bronze bei Olympia – Axel Kromer im Interview 9+10/6

- Training „to go“
Trainingskarten, Teil 2 8/24
- Trainingskarten, Teil 3* 11/24

Heinz, Franziska:

- Tempospiel beginnt im Kopf!
Übungssammlung für den Einsatz im Aufwärm- und Hauptteil 2/39

Heinz, Franziska/Görl, Manja:

- Mit Spaß aus der Winterpause
Spielerisch ins neue Jahr 12/25

Khan, Khalid:

- Training „to go“
Trainingskarten, Teil 1 6/24

Klosterkamp, Markus:

- Fitness am laufenden Band
Kraft- und Koordinationstraining mit dem Deuserband light, Teil 1 7/42
- Teil 2* 8/38

Koschade, Marco:

- Den Nachwuchs kräftig fit machen
Krafttraining mit dem Thera-Band 11/34

Kromer, Axel:

- Abpraller sichern – Gegenstoß laufen! 4+5/48

Krüger, Thomas:

- Training à la Basketball
Teil 1: Übungs- und Spielformen für den Aufwärmteil einer Trainingseinheit 3/36
- Teil 2: Übungs- und Spielformen für das Kleingruppen-Zusammenspiel* 7/38
- Teil 3: Übungsformen zur Verbesserung des Umschaltverhaltens* 8/14

• Quo vadis, Handball?

- Teil 1: Eine kritische Bestandsaufnahme aus der Perspektive eines engagierten Basistrainers* 11/6
- Teil 2: Wie lässt sich dem negativen Mitgliedertrend entgegenwirken?* 12/20

Krüger, Thomas/Šimec, Sascha:

- Outdoor-Training rund um die Halle 4+5/6

Lohse, Dirk:

- Positionswechsel mit „Dampf“ 4+5/18

Luig, Patrick/Kadlec, Daniel/Gröger, David:

- Athletischer Leistungsaufbau – langfristig und nachhaltig!
Athletiktraining am Beispiel des U23-Teams des Bergischen HC, Teil 1 4+5/36
- Teil 2* 7/28

Mathis, Dirk:

- Angriffsbasics spielnah und komplex trainieren
Eine Trainingseinheit am Landesleistungsstützpunkt des HV Saarland 1/6
- Spielnah trainieren heißt komplex trainieren! ... 8/26

Maus, Benni:

- Viele Spieler – wenig Platz 9+10/74

Meyrich, Axel:

- Erst arbeiten, dann Gegenstoß laufen
Teil 1 11/26
- Teil 2* 12/34

Mroz, Sandra/Korfsmeier, Frauke:

- Außenspieler – keine „Randerscheinung“

Methodisch aufgebaute Trainingsformen zur Technikschulung 11/40

Müller, Hans-Peter:

- Werfen unter Wettkampfdruck 9+10/66

Müller-Dormann, Lars/Krüger, Thomas:

- Gemeinsame Sache!
Eine profitable Kooperation zwischen B-Jugend- und Männermannschaft 6/26

Novakovic, Alexander/Königsmann, Manfred:

- Beachhandball (wieder) auf dem Vormarsch .. 4+5/28

Petersen, Klaus-Dieter/Khan, Khalid:

- Räume öffnen, aber mit Plan
Zusammenspiel von Rückraum und Kreis in unterschiedlichen Räumen 2/12

Porvaznikova, Zuzana:

- Der Dreher: (K)ein Wurf für die „Galerie“! 6/6

Schrick, Michael:

- So boxen Sie sich in Top-Form!
Wie Handballer vom Kampfsporttraining profitieren können 4+5/58

Šimec, Sascha:

- Abwehrspiel braucht blindes Verständnis
Eine Trainingseinheit zur Verbesserung des kooperativen Abwehrverhaltens benachbarter Positionen, Teil 1 1/13
- Teil 2* 3/12

• Nutzen, was die Halle hergibt ... Kleine Kästen

- Kleine Kästen im Trainingsalltag kreativ einsetzen, Teil 1* 1/38
- Teil 2* 3/43
- Teil 3* 4+5/74

- Den Gegner überrumpeln – aber mit Plan!
Übungssammlung zur methodischen Einführung und Schulung eines Konzepts für den schnellen Anwurf 9+10/52

Široka, Tadej:

- Verteidigen lernen in der 3:2:1-Abwehr 1/30

Späte, Dietrich:

- Renaissance der Freiwurftaktik
Teil 1 2/6
- Teil 2* 3/20

• Der zusätzliche Feldspieler

- Teil 1: Olympisches Handballturnier Rio 2016: Torwartwechsel zugunsten eines Feldspielers – eine erste Bilanz mit grundsätzlichen Überlegungen, taktischen Beispielen und Perspektiven* 9+10/12

- Teil 2: Olympisches Handballturnier Rio 2016: Beispiele für gezielte Defensivstrategien und Abwehrspielweisen in der Unterzahlkonstellation 6 gegen 7* 11/14

Westphal, Jochen:

- Power durch propriozeptives Training
Stabilisierungsübungen auf instabilem Untergrund 1/22

Wilms, Michael/Šimec, Sascha:

- Mehr als nur ein Balance-Akt – Training mit der Slackline 6/38

Nach Themenbereichen**Analyse**

Feldmann, Klaus:

- Darf's ein Spieler mehr sein? 9+10/47

Späte, Dietrich:

- Renaissance der Freiwurftaktik

Teil 1 2/6

Teil 2 3/2

- Der zusätzliche Feldspieler

Teil 1: Olympisches Handballturnier Rio 2016: Torwartwechsel zugunsten eines Feldspielers – eine erste Bilanz mit grundsätzlichen Überlegungen, taktischen Beispielen und Perspektiven. 9+10/12

Teil 2: Olympisches Handballturnier Rio 2016: Beispiele für gezielte Defensivstrategien und Abwehrspielweisen in der Unterzahlkonstellation 6 gegen 7 11/14

Athletik

Geisler, Ingo:

- Funktionelle Kräftigung mit dem Fitnessstab

Leistungsreserven mobilisieren durch asymmetrisches Training 4+5/54

Gontcharov, Sergej:

- Stärker werden – im Team 4+5/66

Halsband, Birgit:

- Stabil mit Schwung

Dynamische Übungsformen mit Kettlebells 6/18

Klosterkamp, Markus:

- Fitness am laufenden Band

Kraft- und Koordinationstraining mit dem Deuserband light,

Teil 1 7/42

Teil 2 8/38

Koschade, Marco:

- Den Nachwuchs kräftig fit machen

Krafttraining mit dem Thera-Band 11/34

Schrack, Michael:

- So boxen Sie sich in Top-Form

Wie Handballer vom Kampfsporttraining profitieren können 4+5/58

Westphal, Jochen:

- Power durch propriozeptives Training

Stabilisierungsübungen auf instabilem Untergrund. 1/22

Wilms, Michael/Šimec, Sascha:

- Mehr als nur ein Balance-Akt – Training mit der

Slackline. 6/38

Interview

Hammerschmidt, Thomas:

- Wir arbeiten, um besser zu werden!

EM-Sieg und Bronze bei Olympia – Axel Kromer im

ht-Interview 9+10/6

Service

Hammerschmidt, Thomas:

- Training „to go“

Trainingskarten, Teil 2. 8/24

Trainingskarten, Teil 3. 11/24

Khan, Khalid:

- Training „to go“

Trainingskarten, Teil 1. 6/24

Redaktion:

- Jahresinhaltsverzeichnis 2015. 1/44

Taktik

Lohse, Dirk:

- Positionswechsel mit „Dampf“ 4+5/18

Technik

Beppler, Jochen:

- Techniktraining braucht Trainerkompetenz!

Teil 3 2/22

Technik/Taktik

Alonso, Raúl:

- Aktiv verteidigen – den Angriff verunsichern

Eine Übungssammlung zur Verbesserung aktiver

Abwehrspielweisen. 7/6

Beppler, Jochen:

- Kreativ und kognitiv fordernd!

„Two in one“: Torwart-Einwerfen in Kombination mit technisch-taktischen Aufgaben für die Feldspieler. . 8/6

Beppler, Jochen/Hammerschmidt, Thomas:

- Test und Training

Trainingsformen aus dem DHB-Testmanual zur Sichtung und Schulung handballspezifischer Inhalte,

Teil 1 7/15

Fuhr, André:

- Das 6:0-Bollwerk aufbrechen 9+10/32

Grinz, Olaf:

- 6:0 – aber nicht nur „hinten drin“!

Abwehrformation umstellen – aktive Spielweise beibehalten. 12/6

- Tempospiel beginnt im Kopf!

Übungssammlung für den Einsatz im Aufwärm- und Hauptteil. 2/39

Kromer, Axel:

- Abpraller sichern – Gegenstoß laufen! 4+5/48

Mathis, Dirk:

- Spielnah trainieren heißt komplex trainieren! ... 8/26

Meyrich, Axel:

- Erst arbeiten, dann Gegenstoß laufen

Teil 1 11/26

Teil 2 12/34

Mroz, Sandra/Korfsmeier, Frauke:

- Außenspieler – keine „Randerscheinung“

Methodisch aufgebaute Trainingsformen zur Technikschi-
schulung. 11/40

Müller, Hans-Peter:

- Werfen unter Wettkampfdruck 9+10/66

Novakovic, Alexander/Königsmann, Manfred:

- Beachhandball (wieder) auf dem Vormarsch. . 4+5/28

Petersen, Klaus-Dieter/Khan, Khalid:

- Räume öffnen, aber mit Plan

Zusammenspiel von Rückraum und Kreis in unterschiedlichen Räumen 2/12

Porvaznikova, Zuzana:

- Der Dreher: (kein Wurf für die „Galerie“! 6/6

Šimec, Sascha:

- Abwehrspiel braucht blindes Verständnis

Eine Trainingseinheit zur Verbesserung des kooperativen Abwehrverhaltens benachbarter Positionen,

Teil 1 1/13

Teil 2 3/12

- Den Gegner überrumpeln – aber mit Plan!

Übungssammlung zur methodischen Einführung und Schulung eines Konzepts für den schnellen Anwurf 9+10/52

Široka, Tadej

- Verteidigen lernen in der 3:2:1-Abwehr 1/30

Trainerwissen

Büsch, Dirk/Marschall, Franz/Gobel, Ruben/Kromer, Axel/Granacher, Urs:

- Differenziertes Reaktivtraining für Handballer,

Teil 1 12/40

Hammerschmidt, Thomas:

- Trainer-Teamwork 3/6

- Schritt für Schritt zum „Freiwurf-Spiel“ 3/26

- Neue Regeln: Nicht alles hat Einfluss aufs Spiel! . 8/21

Krüger, Thomas:

- Quo vadis, Handball?

Teil 1: Eine kritische Bestandsaufnahme aus der Perspektive eines engagierten Basistrainers 11/6

Teil 2: Wie lässt sich dem negativen Mitgliederrend entgegenwirken? 12/20

Mathis, Dirk:

- Angriffsbasics spielnah und komplex trainieren

Eine Trainingseinheit am Landesleistungszentrum des HV Saarland 1/26

Trainingsplanung

Fuhr, André/Piontek, Björn:

- Training im Rotationsverfahren 2/30

Heinz, Franziska/Görl, Manja:

- Mit Spaß aus der Winterpause

Spielerisch ins neue Jahr 12/25

Krüger, Thomas:

- Training à la Basketball

Teil 1: Übungs- und Spielformen für den Aufwärmteil einer Trainingseinheit 3/36

Teil 2: Übungs- und Spielformen für das Kleingruppen-Zusammenspiel 7/38

Teil 3: Übungsformen zur Verbesserung des Umschaltverhaltens. 8/14

Krüger, Thomas/Šimec, Sascha:

- Outdoor-Training rund um die Halle 4+5/6

- Athletischer Leistungsaufbau – langfristig und nachhaltig!

Athletiktraining am Beispiel des U23-Teams des

Bergischen HC,

Teil 1 4+5/36

Teil 2 7/28

Mathis, Dirk:

- Angriffsbasics spielnah und komplex trainieren

Eine Trainingseinheit am Landesleistungszentrum des HV Saarland 1/6

Maus, Benni:

- Viele Spieler – wenig Platz 9+10/74

Müller-Dormann, Lars/Krüger, Thomas:

- Gemeinsame Sache!

Eine profitable Kooperation zwischen B-Jugend- und Männermannschaft. 6/26

Šimec, Sascha:

- Nutzen, was die Halle hergibt ... Kleine Kästen

Kleine Kästen im Trainingsalltag kreativ einsetzen,

Teil 1 1/38

Teil 2 3/43

Teil 3 4+5/74