



| BHV C-Trainer-Ausbildung<br>Lehrplan C3/B 1. Tag           |               |       |  |                  |             |
|--|---------------|-------|--|------------------|-------------|
| <u>Lehrgangsort:</u>                                       | <u>Datum:</u> |       | <u>Referent:</u>   |                  |             |
| THEMA  | Uhrzeit       |       |  | Seminar-<br>raum | Sport-halle |
|  | von           | bis   |  |                  |             |
|  | 08:45         | 09:00 | Lehrgangseröffnung   | x                |             |
| Mannschaftstaktik: Angriffstraining -<br>Auslösehandlungen | 09:00         | 10:30 | Grundlagen des Angriffsspiels - Leitlinien im Team   | x                |             |
|  | 10:30         | 12:00 | Grundlagen des Angriffs  |                  | x           |
|  | 12:00         | 13:00 | <b>Mittagspause</b>  |                  |             |
| Mannschaftstaktik: Angriffstraining -<br>Positionsspiel    | 13:00         | 13:45 | Angriffsformationen  | x                |             |
| Gegenstoß  | 13:45         | 14:30 | Umschalten zwischen Abwehr/Angriff und Angriff/Abwehr<br>Tempospiel in Kleingruppe<br>1., 2. und 3.Welle | x                |             |
| Mannschaftstaktik: Angriffstraining -<br>Positionsspiel    | 14:30         | 16:00 | Angriffsformationen  |                  | x           |
| Gegenstoß  | 16:00         | 17:30 | Umschalten zwischen Abwehr/Angriff und Angriff/Abwehr<br>Tempospiel in Kleingruppe<br>1., 2. und 3.Welle |                  | x           |