



B-Trainer:innen Ausbildung 2026

Lehrplan B3 (vorläufig)

Lehrgang vom 17.07. bis 19.07.2026

Lehrgangsort: Sportschule Oberhaching, Im Loh 2, 82041 Oberhaching.

Lehrgangsleitung: Prof. Dr. Matthias Obinger, BHV

Referenten: Harald Fischer, HCD Gröbenzell

Benjamin Herth, BHV

Prof. Dr. Matthias Obinger, BHV

PD Dr. Leonard Achenbach, FC Bayern München

Tag	Zeit	Thema	Ort	Referent
17.07.2026 (4 UE)	12:00-15:00	Torwartspiel 3 <ul style="list-style-type: none"> • Technikalternativen durch Wachstum, • Wurfabwehr aus dem Nahwurfbereich (Außen & Kreis), • Stellungsspiel, • Passvariabilität, • Beweglichkeit 	Seminarraum	Fischer
(4+2 UE)	15:00-18:00	Torwartspiel 4 <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation mit der Abwehr, • Persönlichkeitsentwicklung, • Anforderungsprofil für den Leistungsbereich, • Wurfabwehr unter hoher physischer Belastung, • taktische Einbindung des 7.Feldspielers, • Training psychischer Faktoren, • Typbedingte Technik & Taktik +2 UE online (Videoanalyse und diff. Videoanalyse)	Sporthalle	Fischer
	ab 18:00	Abendessen		
18.07.2026 (2 UE)	09:00-10:30	Sportmedizin, Teil 1 <ul style="list-style-type: none"> • Ernährung, • Regeneration, • Anti-Doping, Aufbau und Rehabilitation nach Sportverletzungen) 	Seminarraum	Achenbach
(3 UE)	10:30-12:45	Sportmedizin, Teil 2 Sportmedizinische Präventivmaßnahmen	Tanzraum	Achenbach
	12:45-13:45	Mittagessen		
(3 UE)	13:45-16:00	Angriff – Kollektiv (Aufbautraining II) <ul style="list-style-type: none"> • Sondersituationen - Angriff in Überzahl- und Unterzahlsituationen • Konzeptionen 	Sporthalle	Obinger
(2 UE)	16:00-17:30	Angriff – Kooperation (Aufbautraining II) Kooperation in der Breite gegen defensive Abwehrsysteme: Parallel - Kreuzen - Sperren	Sporthalle	Obinger
	ab 17:30	Abendessen		
19.07.2026 (2 UE)	08:30-10:00	Angriff – individuell (Aufbautraining I) <ul style="list-style-type: none"> • Handballspezifische Techniken festigen & variieren • Technikrepertoire gegen offensive Abwehrspieler erweitern 	Seminarraum	Herth



		<ul style="list-style-type: none">Anwendung in engen Räumen und unter Zeitdruck		
(4 UE)	10:00-13:00	Angriff – individuell (Aufbautraining I) POSITIONSSPEZIFIK: Kreisspieler, Rückraumspieler	Sporthalle	Herth
	13:00-13:45	Mittagessen		
(2 UE)	13:45-15:15	Angriff – individuell (Aufbautraining II) <ul style="list-style-type: none">Variables Handlungsrepertoirehohe individuelle taktische Kompetenz bei hoher Spieldynamik	Sporthalle	Herth
(4 UE)	15:15-18:15	Angriff – Kooperation (Aufbautraining I) Positionsspezifische Kooperation gegen 3:2:1- Abwehr	Sporthalle	Herth