



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

**BHV**Bayerischer  
Handball-Verband

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