

Was Sie in diesem Buch finden

Handball – eine Einführung	7
Vorwort von Martin Heuberger	8
Handball – ein Sport für Vielseitige	9
Vom Feld- zum Hallen- und Beachhandball	10
Spielgedanke und wichtige Regeln des Hallenhandballspiels	12
Spieldorf und Zeichenerklärung	16
Beachhandball – Sun and Fun	18
Der Dialog von Abwehr und Angriff	23
Abwehr & Angriff	25
Dynamik in der Defensive	26
Abwehrtechnik	27
Abwehrtaktik	35
Mannschaftstaktik in der Abwehr	42

Torwart – mutiger Rückhalt mit Sonderstellung	53
Angriff – Lösen des Raum- und Zeitproblems	68
Angriffstechnik – Basis taktischen Handelns	69
Angriffstaktik	93
Mannschaftstaktik	108

Training & Coaching	117
Das Training im Kinderhandball	118
Kleine Trainingslehre	124
Motiviert und gemeinsam zum Erfolg	134
Spielstrategie und Coaching im Wettspiel	136
Empfehlenswerte Literatur	141
Stichwortverzeichnis	142
Über den Autor	143