

# **Inhalt**

<b>1. Grundsätze für Mini- und Kinderhandball</b>	<b>Seite 3</b>
- Vielfältige Bewegungsmöglichkeiten	Seite 3
- Koordinative Grundlagen	Seite 4
- Spaß durch Spiele und Wettkämpfe	Seite 5
- Einsatz vielfältiger Spielgeräte	Seite 5
<b>2. Erläuterungen zu den Trainingseinheiten</b>	<b>Seite 6</b>
- Schwierigkeitsgrad	Seite 6
- Aufbau der Trainingseinheiten	Seite 6
<b>3. Trainingseinheiten</b>	<b>Seite 7</b>
- M1 Koordination mit Luftballons und Handbällen	Seite 7
- M2 Prellen	Seite 13
- M3 Passen und Fangen	Seite 18
- M4: Werfen	Seite 24
- M5: Abwehren	Seite 29
<b>4. Druckvorlage für die Trainingsplanung</b>	<b>Seite 34</b>
<b>5. Über den Autor</b>	<b>Seite 35</b>
<b>6. Gutschein</b>	<b>Seite 35</b>
<b>7. Weitere Fachbücher von handball-uebungen.de</b>	<b>Seite 36</b>
- Trainingseinheiten für Kinder- und Jugendhandball	Seite 40