

Trainingshilfen für TrainerInnen im Kinderhandball

Dr. Jan Pabst - DHB Online-Akademie, 1. Folge, 14.11.2020

Empfehlungen für Übungen (als Video)

DHB - "Wir machen stark - fit mit dem DHB"

Komplette Übungseinheiten ca. 10-15 Minuten

Zielgruppe: Kinder-/Jugendhandball, Aktive

Link --> <https://www.youtube.com/playlist?list=PLFZ32HzKySnUX3w3glx8aCNbK70Hy7JZ4>

SG BBM Bietigheim - Performup

Zielgruppe: Kinder-/Jugendhandball, Aktive

Einzelübungen zur Zusammenstellung eines eigenen Trainingsplans; geordnet nach Themen

Link 1: <https://performup.de/>

Link 2: <https://www.youtube.com/channel/UCin0pQonvum8tw3q25r7RaQ>

Kinderhandball Online Academy der JANO Filder

Übungen und Fachwissen für Trainer und Übungsleiter

Zielgruppe: Kinderhandball / Kinderhandballtrainer

Trainer --> https://www.youtube.com/channel/UC_uYM4Y3aI2ieMVMfy2W9yQ?view_as=subscriber

Kids --> <https://www.jano-filder.de/jano-trainingsuebungen-handball-kids/>

SC DHfK Leipzig - Meine Sportfamilie

Komplette Übungseinheiten ca. 25-30 Minuten

Zielgruppe: Kinder

<https://www.youtube.com/watch?v=asFzKcMmckQ&list=PL8Avkq1KujFj0rcpFGVHvIO4fRD3eeXd5>

Trainingshilfen für TrainerInnen im Kinderhandball

BHVfitHOME - Bayerischer Handball-Verband e.V.

Komplette Übungseinheiten zu bestimmten Themen (4-12 Minuten)

Zielgruppe: Kinder und Jugendliche

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLkilEymkOsMLbf935ahgMqly-ZR3Gw-lb>

Rhein-Neckar Löwen - Löwenstark!

Komplette Übungseinheiten mit bestimmten Thema (ca. 20-30 Minuten)

Zielgruppe: Jugendliche und Erwachsene

<https://www.youtube.com/user/RheinNeckarLoewen/search?query=l%C3%B6wenstark>