

# Das Jahresinhaltsverzeichnis 2017

Die Zahl vor dem Schrägstrich nennt die Heftnummer, jene dahinter die Seitenzahl.

## Nach Autoren

### Alonso, Raúl:

- Break the rules!
- Mutig auch in Unterzahl – die 4:1-Abwehr von Handball Tirol* . . . . . 2/18

### Bagats, Sebastian:

- Einfaches Konzept – hohe Qualität!
- Handlungsschnelligkeit in der 2. Welle schulen* . . . . . 9+10/42

### Blessing, Andreas:

- Wachter Geist – trotz müder Beine!
- Cool bleiben, wenn es heiß her geht – mentale Stärke lässt sich trainieren* . . . . . 11/34

### Büsch, Dirk/Marschall, Franz/Gobel, Ruben/Kromer, Axel/Granacher, Urs:

- Differenziertes Reaktivtraining für Handballer
- Teil 2* . . . . . 1/30

### Carstens, Frank:

- Erst mit Power, dann mit Präzision . . . . . 11/6

### Feickert, Torsten:

- 5:1-Abwehr: Vorne-Mitte gibt den Takt vor
- Regelverhalten mit hohen Außenverteidigerinnen erarbeiten und festigen* . . . . . 11/13

### Feldmann, Klaus:

- Von der Technik zur Spielhandlung(kette)
- Eine methodische Übungsreihe für das individuelle Angriffsverhalten* . . . . . 2/26

- Von der Spielhandlung(skette) zur Kooperation
- Eine methodische Übungsreihe zum kooperativen Zusammenspiel* . . . . . 6/6

### Franetzkí, Rainer:

- Präzise passen – sicher abschließen
- Ein komplexes Wurftraining für alle Positionen* . 4+5/62

### Fuhr, André:

- Kreis holen – und dann?
- Eine weit verbreitete Auslösehandlung mit vielen Variationsmöglichkeiten* . . . . . 9+10/23

- Fröhliche Schufferei statt Winterschlaf!
- Kleine Spiele – mit Spaß und viel Bewegung* . . . 12/31

### Grintz, Olaf:

- Wurfserien mit Plan - statt einfach „Feuer frei!“
- Damit unsere Torhüter im Mannschaftstraining nicht zu kurz kommen* . . . . . 3/17

- Sternchenspiele
- Mit kleinem Anreiz zu hoher Motivation* . . . . . 4+5/56

### Grintz, Olaf, Hammerschmidt, Thomas:

- Präzise abspielen – punktgenau anlaufen
- Technische und individualtaktische Basics Teil 1* . . . . . 7/34

- Teil 2* . . . . . 8/25

### Hammerschmidt, Thomas:

- Kleine Gruppe, großer Ertrag
- Trainingsformen, die sich (auch) mit wenigen Spielern durchführen lassen* . . . . . 3/26

### Khan, Khalid:

- Strukturiertes Auftakt – variable Lösungen
- Systematische Einführung einer mannschaftstaktischen Struktur, Teil 1* . . . . . 9+10/6

### Khan, Khalid/Petersen, Klaus-Dieter:

- Einhefter: Training „to go“
- Trainingskarten, Teil 1* . . . . . 3
- Trainingskarten, Teil 2* . . . . . 7
- Trainingskarten, Teil 3* . . . . . 8
- Trainingskarten, Teil 4* . . . . . 11

### Korfsmeier, Frauke/Mroz, Sandra:

- Handballspezifisches Ausdauertraining
- Eine Übungssammlung für ein Hallentraining mit hoher Belastung* . . . . . 4+5/48

### Krüger, Thomas:

- Leistung braucht Herausforderung
- Eine Trainingseinheit für C-Jugend-Spielerinnen* . . . 2/6

- Sicher passen – auch als Torwart
- Teil 1: Tempospiel fängt mit dem Abwurf an* . . . . 3/42

- Teil 2: Präziser Abwurf – Auftakt für das Tempospiel* . . . . . 6/40
- Quo vadis, Handball? . . . . . 7/42

- Bereit fürs Spiel – körperlich und mental
- Teil 1: Mithilfe von Bausteinen das Aufwärmen abwechslungsreich gestalten* . . . . . 9+10/38

### Leibiger, Robert/Nowak, Maik:

- Mehr als Bahnenlaufen
- Aufwärmprogramm zur zielgerichteten Erwärmung* 6/34

### Mathis, Dirk:

- Stabilisieren, koordinieren und kräftigen . . . . . 1/19

### Meier, Christian:

- Laufschule mit handballspezifischen Übungen kombinieren . . . . . 1/24

### Müller, Hans-Peter:

- Maximal flexibel aus stets gleichem Auftakt
- Eine Beschreibung des Angriffskonzepts des FC Barcelona*

- Teil 1* . . . . . 8/6

- Teil 2* . . . . . 9+10/56

- Teil 3* . . . . . 11/22

### Peiler, Christian:

- Schnellkurs Tapen
- Verletzungsprävention – mehr nicht!* . . . . . 4+5/74

### Pfannenschmidt, Niels:

- Spielnah und mit hoher Intensität
- Eine Trainingseinheit des VfL Eintracht Hagen mit konditioneller Akzentuierung* . . . . . 4+5/28

### Piontek, Björn:

- Harte Arbeit für "leichte Tore"
- Entwicklung des Tempospiels im Grundlagen- und Aufbautraining* . . . . . 8/40

### Porvazníková, Zuzana:

- Test und Training
- Trainingsformen aus dem DHB-Testmanual zur Sicht- und Schulung handballspezifischer Inhalte*

- Teil 2* . . . . . 1/6

- Teil 3* . . . . . 2/34

### Potthoff, Norbert:

- Kurz, intensiv & schnell organisiert
- Spezifisches Aufwärmen für die Torhüter, Teil 1* . 12/16

### Redaktion:

- Wir sind ein Team!
- Teil 1: Wer bleibt, wer kommt, wer geht? Kaderfindung vor Saisonbeginn* . . . . . 7/18

- Teil 2: Startformation – wer steht beim Anpfiff auf der Platte?* . . . . . 8/20

- Teil 3: Wechselstrategie – wie werden die Spielanteile verteilt?* . . . . . 9+10/50

- Teil 4: Zeit für eine Zwischenbilanz – und wenn nötig auch für eine Kursänderung* . . . 11/40

- Teil 5: Jetzt die Weichen für die neue Saison stellen* . . . . . 12/42

- Ein Muss für jeden Trainer
- Die neue Rahmentrainingskonzeption des DHB* . . 12/38

### Redwitz, Jan-Steffen:

- Angeworfen oder gehalten?
- Strategien zur Abwehr von Würfen aus der Nahdistanz* . . . . . 12/6

### Roessler, Philipp:

- Sprungkraft und Wurfhärte verbessern
- Schnellkraftentwicklung bei jugendlichen Handballern* . . . . . 8/13

### Schubert, Renate:

- Gruppentraining für Individualisten
- Übungssammlung für ein mannschaftsübergreifendes Torwartraining* . . . . . 3/29

- Schnell agieren und reagieren!
- Übungssammlung für ein abwechslungsreiches Torwartraining* . . . . . 12/25

### Schubert, Renate/Fuhr, André:

- Drinnen und draußen – Handball und mehr
- Trainingslager zum Abschluss der ersten Vorbereitungsphase* . . . . . 4+5/6

- „Nationen-Mehrkampf“ im Stadion
- Eine Einheit auf dem Sportplatz* . . . . . 4+5/8

- Spiel, Spaß – und ein bisschen Schufferei
- Eine Einheit im Sand* . . . . . 4+5/17

### Šimec, Sascha:

- Alle in einem Boot!
- Das Wir-Gefühl stärken, Neuzugänge integrieren und Identifikationen schaffen* . . . . 4+5/22

- Rope-Skipping – mehr als nur „Seilchenspringen“!
- Übungen mit athletischem und handballspezifischem Anspruch* . . . . . 6/22

- In Überzahl eine falsche Fährte legen
- Analyse und trainingspraktische Erarbeitung eines neuen Überzahlkonzepts*

- Teil 1* . . . . . 7/24

- Teil 2* . . . . . 8/33

- Erst seilspringen – dann schnell umschalten
- Komplexe Trainingsformen mit athletischer Vorbelastung* . . . . . 9+10/65

### Sørensen, Kim:

- Stabil und kräftig auf weichem Grund
- Eine Übungssammlung mit turnerischen Elementen* . . . . . 6/13

- Volles Tempo – ohne Umwege!
- Auf geradem Weg in die erste und zweite Welle* . . . . . 4+5/40

### Späte, Dietrich:

- Nichts Neues beim Aufwärmen? Im Detail schon!
- Eine Bestandsaufnahme mit Blick auf das Aufwärmen ... bei der Weltmeisterschaft in Frankreich* . . . . . 3/6

- Aus alt mach neu – Variationen des Kreuzens
- Taktikanalysen der Handball-Weltmeisterschaft in Frankreich 2017*

- Teil 1* . . . . . 7/6

- Teil 2* . . . . . 8/31

### Uhrmeister, Jörn/Bauer, Julian:

- Mehr „Lauferei“ für die Torhüter
- Die Folgen des zusätzlichen Feldspielers* . . . . . 4+5/71

### Uhrmeister, Jörn/Müller Hans-Peter:

- Knappe Trainingszeit optimal nutzen
- Komplexe Trainingsformen für besondere Situationen* . . . . . 9+10/73

## Nach Themenbereichen

### Analyse

Müller, Hans-Peter:

- Maximal flexibel aus stets gleichem Auftakt  
*Eine Beschreibung des Angriffskonzepts des FC Barcelona*
  - Teil 1 ..... 8/6
  - Teil 2 ..... 9+10/56
  - Teil 3 ..... 11/22
- Uhrmeister, Jörn/Bauer, Julian:
- Mehr „Lauferei“ für die Torhüter  
*Die Folgen des zusätzlichen Feldspielers* ..... 4+5/71

### Athletik

Carstens, Frank:

- Erst mit Power, dann mit Präzision ..... 11/6

Mathis, Dirk:

- Stabilisieren, koordinieren und kräftigen ..... 1/19

Roessler, Philipp:

- Sprungkraft und Wurfhärte verbessern  
*Schnellkraftentwicklung bei jugendlichen Handballern* ..... 8/13

Schubert, Renate:

- Schnell agieren und reagieren!  
*Übungssammlung für ein abwechslungsreiches Torwarttraining* ..... 12/25

Šimec, Sascha:

- Rope-Skipping – mehr als nur „Seilchenspringen“!  
*Übungen mit athletischem und handballspezifischem Anspruch* ..... 6/22

- Erst seilspringen – dann schnell umschalten  
*Komplexe Trainingsformen mit athletischer Vorbelastung* ..... 9+10/65

Sørensen, Kim:

- Stabil und kräftig auf weichem Grund  
*Eine Übungssammlung mit turnerischen Elementen* ..... 6/13

### Service

Khan, Khalid/Petersen, Klaus-Dieter:

- Einhefter: Training „to go“
- Trainingskarten, Teil 1* ..... 3
- Trainingskarten, Teil 2* ..... 7
- Trainingskarten, Teil 3* ..... 8
- Trainingskarten, Teil 4* ..... 11

Redaktion:

- Jahresinhaltsverzeichnis 2016 ..... 1/44

### Technik/Taktik

Alonso, Raúl:

- Break the rules!  
*Mutig auch in Unterzahl – die 4:1-Abwehr von Handball Tirol* ..... 2/18

Bagats, Sebastian:

- Einfaches Konzept – hohe Qualität!  
*Handlungsschnelligkeit in der 2. Welle schulen* ..... 9+10/42

Feickert, Torsten:

- 5:1-Abwehr: Vorne-Mitte gibt den Takt vor  
*Regelverhalten mit hohen Außenverteidigerinnen erarbeiten und festigen* ..... 11/13

Feldmann, Klaus:

- Von der Technik zur Spielhandlung(kette)  
*Eine methodische Übungsreihe für das individuelle Angriffsverhalten* ..... 2/26

- Von der Spielhandlung(kette) zur Kooperation  
*Eine methodische Übungsreihe zum kooperativen Zusammenspiel* ..... 6/6

Franežki, Rainer:

- Präzise passen – sicher abschließen  
*Ein komplexes Wurftraining für alle Positionen* ..... 4+5/62

Fuhr, André:

- Kreis holen – und dann?  
*Eine weit verbreitete Auslösehandlung mit vielen Variationsmöglichkeiten* ..... 9+10/23

Grintz, Olaf, Hammerschmidt, Thomas:

- Präzise abspielen – punktgenau anlaufen  
*Technische und individualtaktische Basics*
- Teil 1 ..... 7/34
- Teil 2 ..... 8/25

Hammerschmidt, Thomas:

- Kleine Gruppe, großer Ertrag  
*Trainingsformen, die sich (auch) mit wenigen Spielern durchführen lassen* ..... 3/26

Khan, Khalid:

- Strukturierter Auftakt – variable Lösungen  
*Systematische Einführung einer mannschaftstaktischen Struktur, Teil 1* ..... 9+10/6

Krüger, Thomas:

- Leistung braucht Herausforderung  
*Eine Trainingseinheit für C-Jugend-Spielerinnen* ..... 2/6

- Sicher passen – auch als Torwart  
*Teil 1: Tempospiel fängt mit dem Abwurf an* ..... 3/42

- Präziser Abwurf – Auftakt für das Tempospiel  
..... 6/40

Pfannenschmidt, Niels:

- Spielnah und mit hoher Intensität  
*Eine Trainingseinheit des VfL Eintracht Hagen mit konditioneller Akzentuierung* ..... 4+5/28

Piontek, Björn:

- Harte Arbeit für "leichte Tore"  
*Entwicklung des Tempospiels im Grundlagen- und Aufbaustraining* ..... 8/40

Porvazniková, Zuzana:

- Test und Training  
*Trainingsformen aus dem DHB-Testmanual zur Sichtung und Schulung handballspezifischer Inhalte*

- Teil 2 ..... 1/6
- Teil 3 ..... 2/34

Redwitz, Jan-Steffen:

- Angeworfen oder gehalten?  
*Strategien zur Abwehr von Würfen aus der Nahdistanz* ..... 12/6

Schubert, Renate:

- Gruppentraining für Individualisten  
*Übungssammlung für ein mannschaftsübergreifendes Torwarttraining* ..... 3/29

Šimec, Sascha:

- In Überzahl eine falsche Fährte legen  
*Analyse und trainingspraktische Erarbeitung eines neuen Überzahlkonzepts*

- Teil 1 ..... 7/24
- Teil 2 ..... 8/33

Sørensen, Kim:

- Volles Tempo – ohne Umwege!  
*Auf geradem Weg in die erste und zweite Welle* 4+5/40

Späte, Dietrich:

- Nichts Neues beim Aufwärmen? Im Detail schon!  
*Eine Bestandsaufnahme mit Blick auf das Aufwärmen ... bei der Weltmeisterschaft in Frankreich* ..... 3/6

- Aus alt mach neu – Variationen des Kreuzens  
*Taktikanalysen der Handball-Weltmeisterschaft in Frankreich 2017*

- Teil 1 ..... 7/6
- Teil 2 ..... 8/31

Uhrmeister, Jörn/Müller Hans-Peter:

- Knappe Trainingszeit optimal nutzen  
*Komplexe Trainingsformen für besondere Situationen* ..... 9+10/73

### Trainerwissen

Blessing, Andreas:

- Wachter Geist – trotz müder Beine!  
*Cool bleiben, wenn es heiß her geht – mentale Stärke lässt sich trainieren* ..... 11/34

Büsch, Dirk/Marschall, Franz/Gobel, Ruben/Kromer, Axel/Granacher, Urs:

- Differenziertes Reaktivtraining für Handballer  
*Teil 2* ..... 1/30

Krüger, Thomas:

- Quo vadis, Handball? ..... 7/42
- Bereit fürs Spiel – körperlich und mental  
*Teil 1: Mithilfe von Bausteinen das Aufwärmen abwechslungsreich gestalten* ..... 9+10/38

Peiler, Christian:

- Schnellkurs Tapen  
*Verletzungsprävention – mehr nicht!* ..... 6/26

Redaktion:

- Wir sind ein Team!  
*Teil 1: Wer bleibt, wer kommt, wer geht?*  
*Kaderfindung vor Saisonbeginn* ..... 7/18

- Teil 2: Startformation – wer steht beim Anpfiff auf der Platte? ..... 8/20

- Teil 3: Wechselstrategie – wie werden die Spielanteile verteilt? ..... 9+10/50

- Teil 4: Zeit für eine Zwischenbilanz – und wenn nötig auch für eine Kursänderung ..... 11/40

- Teil 5: Jetzt die Weichen für die neue Saison stellen  
..... 12/42

- Ein Muss für jeden Trainer  
*Die neue Rahmentrainingskonzeption des DHB* ..... 12/38

### Trainingsplanung

Fuhr, André:

- Fröhliche Schufferei statt Winterschlaf!  
*Kleine Spiele - mit Spaß und viel Bewegung* ..... 12/31

Grintz, Olaf:

- Wurfserien mit Plan - statt einfach „Feuer frei!“  
*Damit unsere Torhüter im Mannschaftstraining nicht zu kurz kommen* ..... 3/17
- Sternchenspiele  
*Mit kleinem Anreiz zu hoher Motivation* ..... 4+5/56

Korfmeier, Frauke/Mroz, Sandra:

- Handballspezifisches Ausdauertraining  
*Eine Übungssammlung für ein Hallentraining mit hoher Belastung* ..... 4+5/48

Leibiger, Robert/Nowak, Maik:

- Mehr als Bahnenlaufen  
*Aufwärmprogramm zur zielgerichteten Erwärmung* ..... 6/34

Meier, Christian:

- Laufschiene mit handballspezifischen Übungen kombinieren ..... 1/24

Pfannenschmidt, Niels:

- Spielnah und mit hoher Intensität  
*Eine Trainingseinheit des VfL Eintracht Hagen mit konditioneller Akzentuierung* ..... 4+5/28

Potthoff, Norbert:

- Kurz, intensiv & schnell organisiert  
*Spezifisches Aufwärmen für die Torhüter, Teil 1* ..... 12/16

Schubert, Renate/Fuhr, André:

- Drinnen und draußen – Handball und mehr  
*Trainingslager zum Abschluss der ersten Vorbereitungsphase* ..... 4+5/6

- „Nationen-Mehrkampf“ im Stadion  
*Eine Einheit auf dem Sportplatz* ..... 4+5/8
- Spiel, Spaß – und ein bisschen Schufferei  
*Eine Einheit im Sand* ..... 4+5/17

Šimec, Sascha:

- Alle in einem Boot!  
*Das Wir-Gefühl stärken, Neuzugänge integrieren und Identifikationen schaffen* ..... 4+5/22