

Self Managing Technology by Syntecor

Zurück Vorwärts Abbrechen Aktualisieren Startseite Autoausfüllen Drucken E-Mail

Adresse: http://www.ihf.info/content/main_index.jsp Explorer

Live Home Page Apple Computer iTvols Apple Kundendienst Apple Store Microsoft HotTopic MSN Office for Macintosh Internet Explorer

INTERNATIONAL HANDBALL FEDERATION

Competitions | News | IHF Portrait | Regulations | Technical Commissions | Media Services | Partners & Sponsors | Boulevard

CET 11:06 Jan 7 2002

Handball Practice

- How to play
- Training with Champions
- Basics
- Tactio School
- Video Training
- Science Library

How to play:

Alle wichtigen Informationen rund um den Handball

Der Weltklassepieler vom TuS Nettelstedt zeigt vier seiner Schlagwurfvarianten, die jeden Angreifer schwerer berechenbar und damit erfolgreicher machen. Schlagwürfe sind für Torwarte schwierig zu "lesen", Abwehrspieler haben oft kaum Zeit zu blocken. Um die Schlagwurfvarianten einmal so erfolgreich wie Duishebaew ausführen zu können, schlotet Ihr Euch die unten beschriebenen Technikerkmale genau ansehen. Macht es ihm nach, dann könnt Ihr jeden Torwart "schlagen".



Grundbewegungen der 4-0-2-Abwehr bei Passfolge im Rckraum

Nach einem Hüpler auf dem linken Bein (Bilder 1 und 2) – denkbar wären auch ein Sprung in die parallele Grundstellung oder einfach nur ein Linksschritt – beginnt er mit dem Rechtsschritt die schnelle, kurze Ausstoßbewegung (Bild 3).



Disclaimer | Copyright | Home | 007212 Visitors. **IHF TRAINING CENTER**

Informations

PHILIPPKA SPORTVERLAG 2002

Self Managing Technology by Syntecor

Zurück Vorwärts Abbrechen Aktualisieren Startseite Autoausfüllen Drucken E-Mail

Adresse: http://www.ihf.info/content/main_index.jsp Explorer

Live Home Page Apple Computer iTvols Apple Kundendienst Apple Store Microsoft HotTopic MSN Office for Macintosh Internet Explorer

INTERNATIONAL HANDBALL FEDERATION

Competitions | News | IHF Portrait | Regulations | Technical Commissions | Media Services | Partners & Sponsors | Boulevard

CET 11:06 Jan 7 2002 Beitrag 1 | Beitrag 2 | Beitrag 3

Handball Practice

- How to play
- Training with Champions
- Basics
- Tactio School
- Video Training
- Science Library

Training with the Champions:

Schlagwurfvarianten mit Talent Duishebaew

Der Weltklassepieler vom TuS Nettelstedt zeigt vier seiner Schlagwurfvarianten, die jeden Angreifer schwerer berechenbar und damit erfolgreicher machen. Schlagwürfe sind für Torwarte schwierig zu "lesen", Abwehrspieler haben oft kaum Zeit zu blocken. Um die Schlagwurfvarianten einmal so erfolgreich wie Duishebaew ausführen zu können, schlotet Ihr Euch die unten beschriebenen Technikerkmale genau ansehen. Macht es ihm nach, dann könnt Ihr jeden Torwart "schlagen".

SLIGHTSHOW: Schlagwurf aus dem Lauf



4 Talent Duishebaew läuft gerade auf den Abwehrspieler zu und hält den Ball dabei mit beiden Händen in Brusthöhe (Bilder 1 und 2). So hat er alle Handlungsmöglichkeiten offen und versät dem Abwehrspieler seine Wurfvariante nicht zu früh.

LARGE PICTURE



4 Nach einem Hüpler auf dem linken Bein (Bilder 1 und 2) – denkbar wären auch ein Sprung in die parallele Grundstellung oder einfach nur ein Linksschritt – beginnt er mit dem Rechtsschritt die schnelle, kurze Ausstoßbewegung (Bild 3).

LARGE PICTURE

BACK SHOW VIDEO | SHOW ANIMATION | PRINT MODE PDF-File FORWARD

Disclaimer | Copyright | Home | 007212 Visitors. **IHF TRAINING CENTER**

Informations

PHILIPPKA SPORTVERLAG 2002

Self Managing Technology by Syntecor

Zurück Vorwärts Abbrechen Aktualisieren Startseite AutoAusfüllen Drucken E-Mail

Adresse http://www.ihf.info/content/main_index.jsp Explorer

Live Home Page Apple Computer iTools Apple Kundendienst Apple Store Microsoft MacTopic MSN Office for Macintosh Internet Explorer

INTERNATIONAL HANDBALL FEDERATION

Competitions | News | IHF Portrait | Regulations | Technical Commissions | Media Services | Partners & Sponsors | Boulevard |

CET 11:06 Jan 7 2002 Beitrag 1 | Beitrag 2 | Beitrag 3

Handball Practice

How to play
Training with Champions
Basics
Tactic School
Video Training
Science Library

Training with the Champions:
Moderne Spielweise einer kombinierten 4:0+2-Abwehr

In dieser Rubrik können Sie sich mit Hilfe moderner Animationen taktische Grundlagen, Spielkonzepte oder einzelne Angriffs- bzw. Abwehrspielweisen selbst in kleinen Lenschritten erarbeiten. Sie können sich unsere Flash-Animation dazu in zweifacher Hinsicht anschauen: Zunächst sehen Sie den gesamten Ablauf als Ganzes. Wenn Sie auf "Detail" klicken, erläutern wir Ihnen Schritt für Schritt die einzelnen Knotenpunkte und taktischen Grundprinzipien dieser spezifischen Abwehrspielweise.

SLIGHTSHOW: Grundbewegungen der 4:0+2-Abwehr bei Passfolge im Rckraum

4 STEP 1: Daslinienspieler läuft gerade auf den Abwehrspieler zu und hält den Ball dabei mit beiden Händen in Brusthöhe (Bilder 1 und 2). So hat er alle Handlungsmöglichkeiten offen und vermit dem Abwehrspieler seine Wurfvariante nicht zu früh.
LARGE PICTURE

4 STEP 2: Nach einem Hüpfen auf dem linken Bein (Bilder 1 und 2) – denkbar wären auch ein Sprung in die parallele Grundstellung oder einfach nur ein Linkschritt – beginnt er mit dem Fuchtschritt die schnelle, kurze Ausdriftbewegung (Bild 3).
LARGE PICTURE

BACK SHOW ANIMATION PRINT MODE PDF-File FORWARD

Disclaimer | Copyright | Home | 007212 Visitors. **IHF TRAINING CENTER**

Internetzone

PHILIPPKA SPORTVERLAG 2002

Self Managing Technology by Syntecor

Zurück Vorwärts Abbrechen Aktualisieren Startseite AutoAusfüllen Drucken E-Mail

Adresse http://www.ihf.info/content/main_index.jsp Explorer

Live Home Page Apple Computer iTools Apple Kundendienst Apple Store Microsoft MacTopic MSN Office for Macintosh Internet Explorer

INTERNATIONAL HANDBALL FEDERATION

Competitions | News | IHF Portrait | Regulations | Technical Commissions | Media Services | Partners & Sponsors | Boulevard |

CET 11:06 Jan 7 2002 Tactic Camp 1 | Tactic Camp 2 | Tactic Camp 3

Handball Practice

How to play
Training with Champions
Basics
Tactic School
Video Training
Science Library

Tactic School:
Moderne Spielweise einer kombinierten 4:0+2-Abwehr

In dieser Rubrik können Sie sich mit Hilfe moderner Animationen taktische Grundlagen, Spielkonzepte oder einzelne Angriffs- bzw. Abwehrspielweisen selbst in kleinen Lenschritten erarbeiten. Sie können sich unsere Flash-Animation dazu in zweifacher Hinsicht anschauen: Zunächst sehen Sie den gesamten Ablauf als Ganzes. Wenn Sie auf "Detail" klicken, erläutern wir Ihnen Schritt für Schritt die einzelnen Knotenpunkte und taktischen Grundprinzipien dieser spezifischen Abwehrspielweise.

ANIMATION 1
Oder einzelne Angriffs- bzw. Abwehrspielweisen selbst

oder einzelne Angriffs- bzw. Abwehrspielweisen selbst in kleinen Lenschritten erarbeiten. Sie können sich unsere Flash-Animation dazu in

ANIMATION 2
Oder einzelne Angriffs- bzw. Abwehrspielweisen selbst

oder einzelne Angriffs- bzw. Abwehrspielweisen selbst in kleinen Lenschritten erarbeiten. Sie können sich unsere Flash-Animation dazu in

Disclaimer | Copyright | Home | 007212 Visitors. **IHF TRAINING CENTER**

Internetzone

PHILIPPKA SPORTVERLAG 2002

Self Managing Technology by Syntecor

Zurück Vorwärts Abbrechen Aktualisieren Startseite AutoAusfüllen Drucken E-Mail

Adresse http://www.ihf.info/content/main_index.jsp Explorer

Live Home Page Apple Computer ITtools Apple Kundendienst Apple Store Microsoft HotTopics MSR Office for Macintosh Internet Explorer

INTERNATIONAL HANDBALL FEDERATION

Competitions | News | IHF Portrait | Regulations | Technical Commissions | Media Services | Partners & Sponsors | Boulevard

CET 11:06 Jan 7 2002 Videoreihe 1 | Videoreihe 2 | Videoreihe 3

Handball Practice

- How to play
- Training with Champions
- Basics
- Tactics School
- Video Training
- Science Library

Tactics Camp:

Moderne Spielweise einer kombinierten 4:0+2-Abwehr

In dieser Rubrik können Sie sich mit Hilfe moderner Animationen taktische Grundlagen, Spielkonzepte oder einzelne Angriffs- bzw. Abwehrspielweisen selbst in kleinen Lernschritten erarbeiten. Sie können sich unsere Flash Animation dazu in zweifacher Hinsicht anschauen: Zunächst sehen Sie den gesamten Ablauf als Ganzes. Wenn Sie auf "Detail" klicken, erläutern wir Ihnen Schritt für Schritt die einzelnen Knotenpunkte und taktischen Grundprinzipien dieser spezifischen Abwehrspielweise.

VIDEO 1
Oder einzelne Angriffs- bzw. Abwehr

VIDEO 1
Oder einzelne Angriffs- bzw. Abwehr

VIDEO 1
Oder einzelne Angriffs- bzw. Abwehr

VIDEO 1
Oder einzelne Angriffs- bzw. Abwehr

Disclaimer | Copyright | Home | 007212 Visitors. **IHF TRAINING CENTER**

PHILIPPKA SPORTVERLAG 2002