

## Deutsche Faustball-Liga (DFBL)

Beauftragter für Aus- und Fortbildung  
Rainer Frommknecht, Karlstr. 3, 74915 Waibstadt  
mobil 0151-1285-2309  
[Rainer.Frommknecht@faustball-liga.de](mailto:Rainer.Frommknecht@faustball-liga.de)



## DFBL-Trainer-Lehrgang in Waibstadt - 29./30.12.2021 Schwerpunkt „Anfänger- und Kinderfaustball“

November 2021

*Liebe Faustballfreunde,*

"zwischen den Jahren" führen wir im nordbadischen Waibstadt einen **DFBL-Trainer-Lehrgang** mit **insgesamt 20 Lehreinheiten** (= 45 min) durch. Schwerpunkt des Lehrgangs ist das Training und die Betreuung im Anfänger-, Kinder- und Jugendfaustball. Es besteht ein ausgewogener Mix zwischen Theorie- und Praxisthemen.

Durch die Teilnahme können die Trainer-Lizenzen B und C verlängert werden. Für die Verlängerung der DFBL-Lizenz genügt die Tagesteilnahme an insgesamt mindestens 10 LE.

Zudem sind die absolvierten Stunden für den Erwerb der DFBL-Trainerlizenz anrechenbar. Die weiteren Stunden (gesamt 40 LE) erfolgen dann nach individueller Absprache bei weiteren Lehrgängen.

Wer Hilfe bei der Buchung einer Übernachtung benötigt, meldet sich bitte frühzeitig.

Anmeldungen bitte bis 3 Wochen vor dem Lehrgang mit beigefügtem Formular per E-mail oder postalisch an Rainer Frommknecht (DFBL).

Es werden **maximal 20 Teilnehmer** zugelassen. Bei freien Plätzen sind auch noch kurzfristige Anmeldungen möglich. Bitte versucht, innerhalb Eures Vereins bzw. Umfelds die Werbetrömmel für die Maßnahme zu rühren.

Für Rückfragen stehe ich gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen  
*Rainer Frommknecht*

**Lehrgangsort:** Schwimmbadsporthalle, Humboldtstraße 15, 74915 Waibstadt

**Örtliche Leitung:** Rainer Frommknecht, mobil 0151-1285-2309

**Bitte mitbringen:** Hallenschuhe, 1 Faustball, Schreibunterlagen

Wer Hilfe bei der Buchung einer Pension oder eines Hotels benötigt, wendet sich bitte an Rainer Frommknecht.

Die Teilnehmerliste wird ca. 14 Tage vor dem Lehrgang per e-mail zugesandt, sodass Ihr ggf. Fahrgemeinschaften bilden könnt.

## Mittwoch - 29. Dezember 2021 (11 LE)

|                   |   |         |                |
|-------------------|---|---------|----------------|
| bis 9.30 Uhr      | Anreise nach Waibstadt  |         |                |
| 9.30 - 11.00 Uhr  | <b>Begrüßung, Einweisung<br/>Traineraus- und Fortbildung in Deutschland<br/>Trainingslehre Faustball - Basics</b>         | Theorie | R. Frommknecht |
| anschl.           | Kaffeepause   |         |                |
| 11.15 - 12.45 Uhr | <b>Allgemeines und faustballspezifisches<br/>Koordinationstraining</b>  | Praxis  | R. Frommknecht |
| anschl.           | Mittagsimbiss   |         |                |
| 13.30 - 14.15 Uhr | <b>Faustball für Anfänger und im Schulsport<br/>Methodische Überlegungen</b>  | Theorie | N. Trinemeier  |
| 14.15 - 15.45 Uhr | <b>Einführung des Faustballs in Schule/Verein<br/>Basistechniken Abwehr und Zuspiel</b>                                   | Praxis  | N. Trinemeier  |
| anschl.           | Kaffeepause   |         |                |
| 16.00 - 17.30 Uhr | <b>Basistechniken Angabe und Rückschlag</b>   | Praxis  | N. Trinemeier  |
| anschl.           | Abendimbiss   |         |                |
| 18.00 - 19.30 Uhr | <b>Aktuelles aus IFA, DFBL, BTB/STB<br/>Diskussion "Gewinnung und Bindung von<br/>Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen"</b> | Theorie | R. Frommknecht |
| anschl.           | Heimreise   |         |                |

## Donnerstag - 30. Dezember 2021 (8 LE)

|                   |   |         |                |
|-------------------|---|---------|----------------|
| bis 9.30 Uhr      | Anreise nach Waibstadt  |         |                |
| 9.30 - 11.00 Uhr  | <b>Trainingsplanung und -durchführung<br/>(kurz-, mittel- und langfristig)</b>  | Theorie | R. Frommknecht |
| anschl.           | Kaffeepause   |         |                |
| 11.15 - 13.30 Uhr | <b>Koordinatives Aufwärmen<br/>Beispiele Athletiktraining (ohne + mit Gerät)<br/>Defensivtraining für alle Leistungsklassen</b> | Praxis  | P. Thomas      |
| anschl.           | Mittagsimbiss   |         |                |
| 14.00 - 15.30 Uhr | <b>Trainingsformen Angabe &amp; Rückschlag<br/>Überlegungen zum Block (Technik, Taktik)</b>                                     | Praxis  | P. Thomas      |
| 15.30 - 16.15 Uhr | <b>Fragerunde &amp; Diskussion<br/>Lehrgangsabschluss</b>   | Theorie | R. Frommknecht |
| anschl.           | Heimreise   |         |                |

### Referenten:

|   |   |
|---|---|
| <b>Frommknecht, Rainer</b><br>(TV 1865 Waibstadt) | Vereinstrainer 1.BL Männer, Landeslehrwart BTB,<br>Bundeslehrwart DFBL, Sportwissenschaftler                                |
| <b>Thomas, Patrick</b><br>(TSV Pfungstadt)        | Nationalspieler (61 A-Länderspiele), dreifacher Weltmeister,<br>vielfacher Europa-/Welpokalsieger, Dt. Meister Feld + Halle |
| <b>Trinemeier, Nick</b><br>(TV 1880 Käfertal)     | Nationalspieler (54 A-Länderspiele), zweifacher Weltmeister,<br>Dt. Vizemeister Halle, Gymnasiallehrer Sport                |

# Anmeldung DFBL-Trainerlehrgang

29./30. Dezember 2021

Ausrichter: TV 1865 Waibstadt (Baden)

bis spätestens 3 Wochen vor dem Lehrgang an:  
Rainer Frommknecht, Karlstr. 3, 74915 Waibstadt  
Rainer.Frommknecht@faustball-liga.de

## bitte ankreuzen:

Teilnahme beide Tage (19 LE)

nur Tagesteilnahme am Mi., 29.12. (11 LE)

nur Tagesteilnahme am Do., 30.12. (8 LE)

**Neuerwerb DFBL-Trainer-Lizenz** (gesamt 40 LE)

**Teilnahme zur Fortbildung** (B-, C- oder DFBL-Lizenz)

**Teilnahme ohne Lizenzbezug**

|             |                |
|-------------|----------------|
|             |                |
| <b>Name</b> | <b>Vorname</b> |

|                     |               |                      |
|---------------------|---------------|----------------------|
|                     |               |                      |
| <b>Geburtsdatum</b> | <b>Verein</b> | <b>Landesverband</b> |

|               |                    |
|---------------|--------------------|
|               |                    |
| <b>Straße</b> | <b>PLZ Wohnort</b> |

|                |               |
|----------------|---------------|
|                |               |
| <b>Telefon</b> | <b>e-mail</b> |

|              |                     |
|--------------|---------------------|
|              |                     |
| <b>Datum</b> | <b>Unterschrift</b> |