

## 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)



### **B-Trainer-Lehrgang 22/23 - "Leistungsfaustball"** **17.-19.Februar 2023 in Gärtringen (24 LE)**

*Liebe Faustballfreunde,*

Mitte Februar wird im schwäbischen Gärtringen (bei Böblingen) der zweite Teil eines **B-Trainer-Lehrgangs "Leistungsfaustball"** durchgeführt (Teil 1 lief vom 28.-30.12.2022 in Leverkusen).

Dazu sind alle Interessierten herzlich eingeladen!

#### Zielgruppen:

- für **Inhaber der C-Lizenz > Erwerb der B-Lizenz** (60 LE)
- für **Inhaber der C-, B- und DFBL-Lizenz > Lizenzverlängerung** (15 LE)
- für alle Interessierten: **Erwerb der DFBL-Lizenz** (40 LE)
- bei freien Plätzen: Tages-/Lehrgangsteilnahme **ohne Lizenzbezug**

#### Eigenbeteiligung:

- **Gesamtlehrgang 50 €**
- **Freitag & Samstag oder Samstag & Sonntag je 40 €**
- **bei freien Plätzen Einzelbuchung: Freitag 15 €, Samstag 30 €, Sonntag 15 €**

Der TSV Gärtringen bietet Verpflegung, sowie eine günstige Übernachtungsmöglichkeit in der Sporthalle (Schlafsack bitte mitbringen) inkl. Frühstück an. Wer eine andere Art der Übernachtung wünscht bitte bei Olaf Niemann melden!

Bei der **Verpflegung** bitte melden, wer daran **nicht** teilnehmen möchte oder wer Sonderwünsche (z.B. Vegetarier) hat.

#### **Ansprechpartner:**

**Olaf Niemann**, Tel.: 07034-23624, Handy: 0173-6705947  
e-mail: [Niemann.Olaf@t-online.de](mailto:Niemann.Olaf@t-online.de)

Das Detailprogramm findet Ihr beigefügt!

Es werden **maximal ca. 20-22 Teilnehmer** zugelassen.

**Anmeldungen bitte schnellstmöglich, bis spätestens 14 Tage vor dem jeweiligen Lehrgang per E-mail oder postalisch an Rainer Frommknecht (DFBL).**

Für Rückfragen stehe ich gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen  
*Rainer Frommknecht*

# Programm Teil B: 17.-19. Februar 2023 (24 LE)

Ort: Theodor-Heuss-Sporthalle, Schickhardtstraße 34/1, 71116 Gärtringen

Änderungen vorbehalten

## Freitag, 17.2. (6 LE)

Zeit (LE)	Thema	Inhalt	Referent
bis 17.00 h	Anreise nach Gärtringen ("Come-together" ab 16.30 h)		
17.00-17.30 h	Begrüßung und Einweisung Rückblick Teil A und Ausblick Teil B	Theorie	Rainer Frommknecht
17.30-18.30 h	Motorische Entwicklung; Talententwicklung im Verein Was können deutsche Vereine vom "brasilianischen Faustball-Modell" lernen?	Theorie	Alwin Oberkersch
anschl.	Erfrischungspause		
18.45-20.30 h	„Gesunde Schulter“ in Theorie und Praxis Variantenreiches Schlagtraining für Alle	Praxis	Alwin Oberkersch
anschl.	Erfrischungspause		
20.45-21.45 h	Mentale Aspekte des Faustballs „Gut sein wens drauf an kommt“	Theorie	Alwin Oberkersch

## Samstag, 18.2. (12 LE)

Zeit	Thema	Inhalt	Referent
8.30-10.00 h	Trainingslehre Faustball Aktuelle Entwicklungen & Tendenzen im Leistungsbereich	Theorie	Rainer Frommknecht
anschl.	Kaffeepause		
10.15-12.30 h	Exemplarische Trainingseinheit Nationalkader/Bundesliga (Schwerpunkte Komplextraining & Spielzüge) Drucksituationen im Training aufbauen und üben	Praxis	Christian Löwe
anschl.	Mittagspause		
13.00-14.30 h	Coaching im Faustball (U 8 bis zum A-Kader...): Vorbereitung, Analyse, Ansprache, Inhalte Diskussion & Fragerunde mit dem Co-Bundestrainer	Theorie	Christian Löwe
anschl.	Kaffeepause		
14.45-16.45 h	<u>Lehrproben zur B-Lizenz:</u> Niklas Hodel: Links-Rechts-Koordination Kai Fiechtner: Nahdistanz-Zuspiel Yvonne Hornikel: Leistungstraining direkte Abwehr Markus Kreisel: Faustballspezifisches Training der Reaktions- und Aktionsschnelligkeit	Praxis	B-Trainer-Absolventen
anschl.	Erfrischungspause		
17.00-18.30 h	Taktik und Taktiktraining im Faustball Wie treffen Faustballer die richtigen Entscheidungen?	Theorie	Rainer Frommknecht
anschl.	Optional: Gemeinsamer Besuch 1. Bundesliga Süd Männer: 19.00 Uhr: TSV Calw - TV SW-Oberndorf (ca. 20 km) oder 19.00 Uhr: TV Unterhaugstett - TV Waldrennach (ca. 25 km)		

## Sonntag, 19.2. (6 LE)

Zeit	Thema	Inhalt	Referent
8.30-9.30 h	<u>Lehrproben zur B-Lizenz:</u> Holger Kellers: Vorstellung „DFBL-Trainerhelfer“ Thomas Voigt: STB-Landesauswahl (Ein-/Ausblicke)	Theorie	B-Trainer- Absolventen
9.30-10.00 h	Training: Planung – Durchführung - Kontrolle	Theorie	Rainer Frommknecht
anschl.	Kaffeepause		
10.15-11.00 h	Faustballspezifisches Koordinationstraining	Praxis	Rainer Frommknecht
11.00-11.45 h	Kleine Faustballspiele für den Leistungsbereich	Praxis	Rainer Frommknecht
anschl.	Erfrischungspause		
12.00-13.30 h	Aktuelle Entwicklungen und Tendenzen Faustball - quo vadis? Zusammenfassung und Fragerunde	Theorie	Olaf Niemann Rainer Frommknecht
anschl.	Heimreise		

## Referenten

<b>Frommknecht, Rainer</b> (Waibstadt)	Sportwissenschaftler, Landeslehrwart Baden, Bundeslehrwart DFBL, Vereinstrainer TV 1865 Waibstadt
<b>Löwe, Christian</b> (Stuttgart)	Co-Bundestrainer Männer (seit 2005), Vereinstrainer NLV Vaihingen
<b>Niemann, Olaf</b> (Gärtringen)	Landesjugendfachwart Schwaben, Vereinstrainer TSV Gärtringen
<b>Oberkersch, Alwin</b> (Stuttgart)	Sportwissenschaftler, Landeslehrwart Schwaben, DFBL-Lehrbeauftragter, Vereinstrainer TV Stammheim

# Anmeldung B-Trainer-Lehrgang

Teil B: 17.-19. Februar 2023 in Gärtringen (Schwaben)

Bitte schnellstmöglich, bis spätestens 7 Tage vor dem Lehrgang an:  
Rainer Frommknecht, Karlstr. 3, 74915 Waibstadt  
Rainer.Frommknecht@faustball-liga.de

## bitte ankreuzen:

gesamter Teil B (24 LE) = 50 €

nur an folgendem/n Tag/en: \_\_\_\_\_

## Ziel der Teilnahme:

Erwerb B-Trainer-Lizenz (60 LE)

Erwerb DFBL-Lizenz (40 LE)

zur Fortbildung:  B-Lizenz  C-Lizenz  DFBL-Lizenz

Teilnahme ohne Lizenzbezug

Name	Vorname

Geburtsdatum	Verein	Landesverband

Straße	PLZ Wohnort

Telefon	e-mail

Datum	Unterschrift