

## 2. Handball-Feriencamp 29.10. bis 02.11.2012

### BSV Limbach

#### Camp-book



#### **Meine Ziele** **Meine Basics**

1. Meine Ziele
2. Ich will ...
3. Das player-book
4. koordinative LV
5. konditionelle LV

#### **Mein** **Spielverhalten** **im Angriff**

6. Wurftechniken
7. OLSFL Handlungskette
8. SRTTT Prinzipien
9. Umspielen

#### **Mein** **Spielverhalten** **in der Defensive**

10. Ausgangsstellung
11. Laufbewegungen
12. OABSABI-Handlungskette
13. ASKRT- Prinzipien

#### **14. weitere** **Informationen**

##### Kontakte:

Philipp Braun -  
Dirk Planken -  
Lutz Landgraf – 0176-70953450



Spielen wie ein Profi...

... genau das war mein Traum. Ich konnte ihn verwirklichen. Dank früher und kompetenter Förderung. Ich empfehle das Handball-Camp sehr gern und wünsche euch allen viel Spaß, Erfolg und echte Fortschritte auf dem Weg zur Erfüllung eures Traums.

Euer Christian Zeitz