

DHB – Leistungssport Sichtung - Planungsvorschlag 2010

A - Handballhalle, B – Handballhalle (Sichtung männliche Jugend, Heidelberg)

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
07 ³⁰ -09 ⁰⁰		Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück
09. ³⁰ -12 ³⁰		Halle A: Grundspiele 4:4, 5:5	Halle: A HB-spez./ allg. athl. Tests	Halle A: Handballspiele	Halle A: Plazierungsspiele
09. ³⁰ -12 ³⁰		Halle B: Turnen / Athletik	Halle B: HB-spez. / allg. athl. Test	Halle B: Handballspiele	Halle B: Plazierungsspiele
12 ⁰⁰ -14 ⁰⁰		Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Siegerehrung / Abschluß Mittagessen
15 ⁰⁰ -18 ⁰⁰	Training	Halle A: Grundspiele 4:4, 5:5	Halle: A Handballspiele 14.30 – 19.30 Uhr	Halle A: Koordination	Abreise der Teams
15 ⁰⁰ -18 ⁰⁰	<u>Anreise der Teams bis spätestens 17.00 Uhr</u>	Halle B: Turnen / Athletik	Halle: B Handballspiele 14.30 – 19.30 Uhr	Halle B: Koordination	
18 -20 ⁰⁰	Shuttle Run Test	Abendessen	Abendessen	Abendessen	
19 ¹⁵ -20 ⁰⁰				Ab 16.30 Uhr Auswertungsgespräche DHB / LV	
20 ⁰⁰ -21 ⁰⁰	<u>Begrüßung der LV</u> Leistungsmotivationstest <u>Techn. Besprechung</u>	Trainersitzung	Trainersitzung	Abschlußveranstaltung (Gestaltung durch die LV)	