

Technische Kommission

Auf Beschluss der technischen Kommission wird die Mannschaftsstärke für die kommende Saison 2023/2024 wieder auf **14 Spieler** reduziert. Der Grund für die Erhöhung auf 16, mangelnde Spielpraxis der A-Jugendlichen bedingt durch Corona, ist bekanntlich entfallen.

Kuropka

Handballverband Westfalen sucht FSJler/BFDler für 2023/24

Der HV Westfalen sucht zur Unterstützung und für die Organisation von Verbandsaufgaben engagierte/n „FSJler*innen“ (m/w/d) und eine*n „BFDler*in (m/w/d) ab dem **1. September 2023**.

Der HV Westfalen ist der zahlenmäßig größte Landesverband im Deutschen Handballbund. Deine Haupteinsatzbereiche wären: Begleitung von Lehrgängen oder Wettkampfmaßnahmen der HV-Auswahlmannschaften, Durchführung von Handballangeboten an Grundschulen im Rahmen von offenem Ganztage in Wohnortnähe, Mitarbeit bei Verwaltungsabläufen in der Geschäftsstelle des Handballverbandes Westfalen, Betreuung der sozialen Medien.

Hast du Spaß an der Arbeit mit jungen Handballern und an der Mitarbeit bei einem der größten Handball-Landesverbände Deutschlands?

Dann bewirb dich **JETZT** über das Stellenportal „Freiwilligendienst im Sport“!

Hier kommst du direkt zu den Ausschreibungen:

Bufdi: <https://freiwilligendiensteimsport.nrw/Freiwilligendienst/Angebote/Details/4893>

FSJ: <https://freiwilligendiensteimsport.nrw/Freiwilligendienst/Angebote/Details/4894>

FSJ: <https://freiwilligendiensteimsport.nrw/Freiwilligendienst/Angebote/Details/4895>

LAST CHANCE!

Streethandball und Qatch – Zwei alternative Handballvarianten mit Potential

Alle kennen den Reiz des „Neuen und Unbekannten“ – so kann es auch sein bei den Handballvarianten Streethandball und Qatch. Die Fortbildung stellt diese beiden alternativen Spielformen mit Hand und Ball vor und zeigt methodische Wege auf, diese in der Schule und im Verein in verschiedenen Kontexten zu spielen und technisch, taktisch und organisatorisch einzuführen.

Beide Spiele eignen sich auf Grund ihrer Spielweise in verringerter Spielerzahl und durch das Merkmal, dass sie in Überzahl-Spiel-Konstellationen kaum oder gänzlich ohne Körperkontakt gespielt werden, gut als moderate und alternative Handball-Spiele für sowohl Anfänger als auch Fortgeschrittene und für Jung und Alt. Sie können im Training als ergänzende Trainingsinhalte aber auch als eigene Spiele vielfältig genutzt werden.

Erste Eindrücke gibt es unter: <https://www.streethandball.com/street-handball-regeln/> und <https://www.qatch.org/>

Datum: Sa., den 11.03.2023

Zeit: 9.30 – 17.30 Uhr

Ort: Ballsporthalle der Westfälischen Wilhelms-Universität Münster (Horstmarer Landweg 68 b, 48149 Münster)

Referent: Axel Binnenbruck

Anmeldung ist über folgenden Link möglich: <https://hw.it4sport.de/index.php?phoenix=phoenixbase.seminar.pages.SeminarSinglePage&ulD=BBE3F1EC-1FCC-4D5F-A14C-CB76162BE8D0>

Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen.

Werden Sie Mitglied und profitieren Sie von Ihrem AOK-Gesundheitsbudget in Höhe von 500 Euro pro Kalenderjahr.

Sprechen Sie uns an. Jetzt zur AOK NordWest wechseln.

Mehr erfahren auf aok.de/nw/ganzeinfach oder QR-Code scannen

AOK NordWest. Die Gesundheitskasse.

500 Euro!
Ganz einfach.



AOK 

AOK- €
Gesund-
heitsbudget 

Aktuelle C-Lizenz Fortbildungsangebote:

Mentaltraining für Trainer (Teil 1)

Wann? 11.03.2023 ab 09:00 Uhr bis 13:00 Uhr

Wo? Sporthalle Brambauer, Diesterwegstraße 7A, Lünen

Mentaltraining für Trainer (Teil 2)

Wann? 18.03.2023 ab 09:00 Uhr bis 13:00 Uhr

Wo? Sporthalle Brambauer, Diesterwegstraße 7A, Lünen

→ Anmeldung über Phönix

Themeninhalt:

Der Schwerpunkt in diesem Workshop liegt darin, die mentale Stärke zu entwickeln, zu trainieren und auszubauen. Sowohl bei den Trainern als auch bei den Spielern in allen Altersklassen.

Erster Tag: *Ich als Trainer:in*

„Nur wer sich selbst führen kann, kann auch andere führen!“

Am ersten Tag liegt der Fokus auf alle Trainerinnen und Trainern. Nur wenn sie mit dem Leistungsdruck umzugehen zu wissen, sich regelmäßig selbst reflektieren und ihre eigenen Ziele/Visionen/ ihren „Nordstern“ kennen, können sie auch andere führen.

Dies wird mit theoretischen und praktischen Übungen vermittelt.

- warum wir so reagieren, wie wir reagieren
- Umgang mit den eigenen Emotionen, Emotionen erkennen, lesen steuern und regulieren
- das Selbstvertrauen und die eigene Stresskompetenz stärken
- innere Kommunikation äußere Kommunikation
- Selbstbild und Fremdbild, wie wir wahrgenommen werden, Vorbild für andere sein

Zweiter Tag: *Wir als Team*

Wenn sich alle im Team das Vertrauen schenken und sich Halt geben, führt dies zu mehr positiven Erfolgen.

- einander Vertrauen können
- Umgang mit Emotionen bei Spielern:innen
- den Fokus aktiv vom Denken aufs Handeln lenken.
- trotz Ablenkungen fokussiert bleiben
- Unser inneres Go: Entscheidungen bewusst treffen und Entschlossenheit aufbauen
- Mentale Wettkampfvorbereitung: Gemeinsames Erstellen einer Wettkampf Checkliste
- Umgang mit Niederlagen
- auch Regenerieren will gelernt sein: Verständnis und Sensibilität für Regeneration und Erholung.

Ragulan Srijeevaghan (*Lehrwart - Stellv. Kreisschiedsrichterwart*)



HERE TO VOLUNTEER

**WERDE TEIL DER CREW BEI DER
HANDBALL EUROPAMEISTERSCHAFT**



**MEN'S EHF EURO 2024
HANDBALL**
STAMNAY
10-28 JANUARY

**VOLUNTEERING - MEN'S EHF
EURO 2024**



Kooperationspartner des HV Westfalen

molten[®]
For the real game

AOK 
Die Gesundheitskasse.

 **hummel**

Athletic Sport Sponsoring

— ICH BIN DEIN AUTO

Impressum

Herausgeber:

Handballverband Westfalen e.V.
Martin-Schmeißer-Weg 16
44227 Dortmund

Veröffentlichung:

Das Mitteilungsblatt (WH) des HVW erscheint i.d.R. wöchentlich als Online-Ausgabe. Der WH wird permanent als Download auf www.handballwestfalen.de angeboten und satzungsgemäß zusätzlich versendet. Hierfür wird weiterhin der bekannte Newsletter verwendet.

Achtung:

Die Postanschrift der Vereine erhält den WH automatisch. Ob oder welche weiteren Adressen im Newsletter-System eingetragen werden, sprich wer den WH per Newsletter erhält, bestimmt eigenverantwortlich jeder Verein. Jeder Verein kann permanent beliebig viele E-Mail-Adressen eingetragen und jederzeit wieder löschen.

Verantwortung:

Verantwortlich für die Zusammenstellung sind die Öffentlichkeitsbeauftragten des HVW (Jan Gerth & Marie Händel), für den Inhalt der jeweiligen Unterzeichner/ Autor.

Redaktionsschluss / Meldestelle:

Redaktionsschluss ist für E-Mails an die Öffentlichkeitsbeauftragten unter wh@handballwestfalen.de donnerstags um 17 Uhr, für Faxe/Anrufe/... an die Geschäftsstelle donnerstags um 12 Uhr.

Die Öffentlichkeitsbeauftragten können nur Infos per E-Mail und in der Formatvorlage WORD für den WH bearbeiten.

Haftungsausschluss:

Bei Nichterscheinen infolge höherer Gewalt entfällt die Lieferpflicht.

Öffentlichkeitsarbeit HVW:

Jan Gerth (recht@handballwestfalen.de)
Marie Händel (marie-haendel@handballwestfalen.de)

Dieser WH wurde erstellt von:

Marie Händel