

# Leistungsförderung

## Grundzüge der HVN - Leistungsförderung

Talentierte Spielerinnen und Spieler durchlaufen im Bereich des HVN ein sich über mehrere Jahre erstreckendes Fördermodell, wobei sich Vereinsförderung, Verbandsförderung und Bundesförderung zum Teil parallel ergänzen. In der Regel werden die Talente über den Heimatverein gemeldet und bei Eignung über die Regionstützpunkte (zurzeit) den Sichtern der Landesauswahl vorgestellt. Bereits auf Regionsebene sind die Maßnahmen nicht punktuell, sondern werden durch regelmäßiges Training begleitet.

Nach der Sichtung durch die HVN - Landestrainerinnen und -Landestrainer intensivieren sich die Fördermaßnahmen in HVN - Landesstützpunkttrainingseinheiten (Talent-Förder-Stützpunkte) und zentralen Schulungslehrgängen. Im Rahmen dieser Förderdauer auf Landesebene werden die Talente zweimal in der bundesweiten Sichtung den verantwortlichen Nachwuchstrainern und Nachwuchstrainerinnen des Deutschen Handball-Bundes vorgestellt und erhalten so Gelegenheit, sich für DHB-Maßnahmen zu qualifizieren. Höhepunkt der sportlichen Entwicklung stellt die Aufnahme in den nationalen Jugendkader dar. Der Aufstieg in den einzelnen Kaderebenen bedeutet allerdings nicht, dass die Talente aus der Vorebene völlig ausscheiden, sondern vielfach laufen Maßnahmen zwischen Regions-, Landes- und Bundesebene parallel. Dieses System ist jedoch nicht in sich geschlossen, es besteht die Möglichkeit, durch besondere Empfehlung von Vereins- oder Verbandstrainerinnen und -trainern für die einzelnen Ebenen nachnominiert zu werden. Auf eine hohe Transparenz dieses Systems wird großen Wert gelegt.

## HVN - Förderstufenmodell

Der Handball-Verband Niedersachsen stellt im vorab beschriebenen Talentfördersystem die Landesebene dar, die leistungssportlich zwischen Regions- und Bundesauswahl anzusiedeln ist.

Die Förderung durch den Handball-Verband Niedersachsen ist in drei Stufen gegliedert.

Die Auswahl der Talente sowie primäre Selektionsmechanismen innerhalb des HVN-Kaders sind Bestandteil der ersten Stufe (Altersstufe Mädchen 13-14 Jahre/Jungen 14-15 Jahre). Dabei wird dem Trainerteam die Aufgabe zuteil, das Entwicklungspotenzial der einzelnen Athletinnen und Athleten ein- und abzuschätzen. Eine erste Kaderkonstellation und ein erstes Mannschaftsgefüge entstehen.

In der zweiten Förderstufe (Altersgruppe Mädchen 14-15 Jahre/Jungen 15-16 Jahre) wird der bestehende Kader in mehreren Spiel- und Trainingsmaßnahmen ge- und überprüft. Es entwickelt sich allmählich ein fester Kaderkern. Durch die Nachsichtungsveranstaltung (EWE-Cup) zu Beginn des zweiten Förderjahres müssen alle bis dato nominierten Spielerinnen und Spieler ihre Kaderzugehörigkeit mittels starker Leistungen rechtfertigen und bestätigen. Quer- und Seiteneinsteiger sowie Spätentwickler rücken gegebenenfalls nach.

Die dritte Förderstufe (Altersstruktur Mädchen 15-16 Jahre/Jungen 16-17 Jahre), die sogenannte Optimierung, weist ein festes Konstrukt an Kaderspielerinnen und

Kaderspielern auf. Dieses besteht aus den stärksten Talenten der letzten beiden Förderjahrgänge. Jüngere, sehr leistungsstarke Talente füllen den bestehenden Kader auf und werden in das Gefüge integriert. Parallel dazu nehmen die jüngeren ausgewählten Talente ebenfalls an ihrer jahrgangsspezifischen Förderung teil. Durch diese Maßnahme werden besonders leistungsstarke Spielerinnen und Spieler frühzeitig an den Länderpokal und die damit verbundenen Stressbelastung herangeführt. Zudem können diese Talente den offiziellen DHB - Sichterinnen und DHB - Sichtern vorab vorgestellt werden. Die Mannschaft bereitet sich gruppen- und mannschaftstaktisch auf die folgende Länderpokalqualifikation vor.

## HVN - Sichtungskriterien

Laut sportwissenschaftlicher Definition ist ein Talent für den Spitzensport „eine sich noch in der Entwicklung zur Höchstleistungsfähigkeit befindende Person, von der man aufgrund bisher erreichter sportlicher Leistungen oder diagnostizierter personinterner Leistungsbedingungen begründet annimmt, dass sie, falls sie sich einem nach neuesten Erkenntnissen durchgeführten Training unterzieht und unter leistungsfördernden Umweltbedingungen aufwächst, im Höchstleistungsalter in einer Sportart/Sportdisziplin ein Leistungsniveau erreichen kann, das größte sportliche Erfolge ermöglicht.“ Dabei werden allgemeine und (sportart-) spezifische Leistungskategorien unterschieden. Zur Entscheidung darüber, ob eine bestimmte Person zu einem bestimmten Zeitpunkt als Talent für den Spitzensport gefördert werden soll oder nicht, ist es notwendig, vor allem die personinternen Bedingungen, die Rahmenbedingungen sowie die Ausbildungs- und Trainingsbedingungen so genau wie möglich zu benennen.

Im Folgenden sollen die HVN - Sichtungskriterien dargelegt werden. Diese umfassen die Kategorien:

1. Kondition,
2. Technik/Taktik,
3. Physis,
4. Persönlichkeit.

Im Bereich der Kondition sind folgende Kriterien wesentlich: Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Koordination (mit/ohne Ball).

Im Bereich der Technik und Taktik werden spezifische Fähigkeiten und Fertigkeiten für den Angriff und für die Abwehr unterteilt. Die Kategorie Physis kennzeichnet anthropometrische (körperbauliche) Dispositionen. Die Persönlichkeit umfasst sowohl kognitive, mentale als auch soziale Kriterien.

Für die Torhüterinnen und Torhüter wurden zudem spezielle Sichtungskriterien erstellt. Zudem konnte ein kurzes Anforderungsprofil der einzelnen Positionen erstellt werden. Auf den Positionen Rückraum-Rechts und Rechts-Außen werden vorwiegend Linkshänder eingesetzt. Die Sichtung von Linkshändern nimmt daher einen besonderen Stellenwert ein.

### 1. Kondition

Kraft

- Wurfkraft,
- Schnellkraft, insbesondere Explosivkraft bei Täuschbewegungen, Kurz sprint und Antritt,
- Erzeugung von Gegendruck in der Zweikampfsituation.

#### Ausdauer

- gute Regenerationsfähigkeit nach anaeroben Phasen wie Kurz sprint (Gegenstoß, Schnellabwehr etc.),
- aerobe Fähigkeit für die Dauer der Sichtungsspiele bzw. die Turnierspiele.

#### Schnelligkeit

- Dynamisch/explosive Beschleunigung mit/ohne Ball in der Vorwärts-, Seitwärts- und Rückwärtsbewegung,
- Antrittsschnelligkeit mit/ohne Ball auf der Kurzdistanz (maximal 25-30 Meter).

#### Koordinative Fähigkeiten

- gut ausgeprägte Hand-Auge-Koordination,
- sicheres Ballhandling,
- koordiniert konstanter Sprung- und Schlagwurf,
- Armeinsatz bei Laufbewegungen,
- insbesondere Kopplungsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit, Rhythmisierungsfähigkeit.

#### Hinweis:

Aufgrund des schnellen Längenwachstums haben gerade größere Spielerinnen und Spieler in diesem Bereich Schwierigkeiten und Nachteile gegenüber kleineren Talenten. Hinzu kommen Spätentwickler und Quereinsteiger, denen ein spezifisches Bewegungsmuster noch fehlt. Die Bewegungen wirken in diesem Fall ungelentk und werden extrem unökonomisch durchgeführt. Diese Defizite lassen sich allerdings mit einem gezielten koordinativen Training stark verbessern.

## 2. Technik/Taktik

Angriff: situativ richtiges Entscheidungsverhalten, bei den Mädchen: korrekte Wurfausholbewegung. Pass- und Torwurfvarianten, Körpertäuschungsvarianten, positiv aggressives Zweikampfverhalten, Durchsetzungsvermögen, Pass- und Fangsicherheit, Spielwitz, Wurf- und Passgenauigkeit (Zielgenauigkeit), Torgefährlichkeit, wesentlich: "Spiel auf Lücke und weiter", Positionsvariabilität. Abwehr: Abwehrgrundstellung, Stellungsspiel, Gegendruck, Antizipation, Zweikampfverhalten, Ballgewinne und Ballorientierung, Gegenstoßorientierung, Umschaltfähigkeit, Aushelfen/Kooperation, Fair play (!), Positionsvariabilität.

## 3. Physis

### Körperendlänge

Eine bereits überdurchschnittliche Körpergröße bei der Erstsichtung ist positiv aber nicht entscheidend. Bei der Sichtung zur Jugendnationalmannschaft werden Spielerinnen mit einer Körpergröße von mindestens 1,78m verstärkt gesichtet. Für die Rückraumpositionen sowie die Torhüterposition ist eine überdurchschnittliche Körperlänge wesentlich.

athletisch muskuläre Konstitution

Eine athletische Körperlichkeit ist ein Markenzeichen des Handballsports. Besonders im männlichen Bereich stellen Größe und Konstitution einen leistungslimitierenden Faktor dar. Eine feste Knochen- und Gelenkstabilität und gute anabole Fähigkeiten, für eine dynamische Kraftentfaltung, sollten antizipierbar sein. Bei jungen schmalen Spielerinnen und Spielern ist eine gewisse Zähigkeit und Robustheit unabdingbar.

#### 4. Persönlichkeit

Soziale Disposition: Teamfähigkeit, Hilfsbereitschaft, Fair-play, motivationale Fähigkeiten, Unterordnung (in den Dienst der Mannschaft) und/oder Übernahme einer führenden Funktion ("Leader-Rolle"), emotionale Intelligenz, Unterstützung durch die Eltern, schulische Leistungen, soziales Umfeld.

Mentale Disposition: Konzentrationsfähigkeit und –ausdauer, intrinsische Motivation, Ehrgeiz, Disziplin, Stress- und Frustrationsbewältigung, Kampfbereitschaft, Einsatzbereitschaft.

Kognitive Disposition: Aufmerksamkeit, Wahrnehmungsfähigkeit, Erkenntnisfähigkeit, Entscheidungsfähigkeit, Erinnerung/Merkfähigkeit, Lernfähigkeit, Abstraktionsvermögen.

Torhüterinnen/Torhüter

Stellungsspiel, Antizipation, Mut, Sprungkraft, Grundabwehrtechniken, Gegenstoßeinleitung (Passgenauigkeit), Selbstbewusstsein und eigene Integration während des Spiels (z.B. lautstarkes Dirigieren des Teams), motivationale Fähigkeiten.

#### Positionsspezifisches Anforderungsprofil Angriff

Links-/Rechtsaußen

Technik/Taktik: trick- und variantenreich, explosiv, dynamisch, schnell, sehr gute Sprung-, Fall und Landetechnik, variantenreiche Wurffarmführung, starkes Zweikampfspiel, Durchsetzungsvermögen, wendig, reaktionsschnell.  
Konstitution: eher kleiner, robust, zäh.

Rückraum-Links/-Rechts

Technik/Taktik: Wurfkraft, Wurfvarianten, hohes taktisches Spielverständnis, Pass- und Wurfgenauigkeit, starkes Zweikampfverhalten, dynamisch, Torgefährlichkeit, Sprungkraft.  
Konstitution: groß, athletisch.

Rückraum Mitte

Technik/Taktik: lenkt und denkt das Spiel, hohe kognitive Fähigkeiten, sehr gutes Abstraktionsvermögen (Spielsituationseinschätzung), Wurfvarianten, Zweikampfstärke, explosiv, selbstbewusst, torgefährlich.  
Konstitution: eher größer, athletisch, wendig.

Kreis

Technik/Taktik: starkes Zweikampfverhalten, explosiv, wendig, durchsetzungsstark, sichere Fangtechnik (beidarmig, einarmig), wurf- und trickreich, sehr gute Sprung-,

Lande- und Falltechnik, Konzentrations- und Aufmerksamkeitsausdauer, emotionale Disziplin.

Konstitution: athletisch, muskulös, robust.

HVN - Stützpunktsystem

Der HVN zieht in regelmäßigen Abständen seine Athletinnen und Athleten zu Zentrallehrgängen zusammen. Gemäß der Förderung der Leistungspyramide nimmt die Anzahl der Maßnahmen mit Steigung des Förderjahrs zu. Neben einer individuellen Ausbildung jeder Spielerin und jedes Spielers, sind auch kooperative (gruppentaktische) und kollektive (mannschaftstaktische) Inhalte sehr entscheidend. Im Rahmen der Zentrallehrgänge kann jedoch eine kontinuierliche individuelle Förderung nur unzureichend erreicht werden. Neben dem Vereinstraining sind lehrgangsübergreifende Maßnahmen des HVN erforderlich. Ein flächendeckendes, regelmäßiges und professionelles Training in den regionalen Landesstützpunkten Niedersachsens nimmt daher einen hohen Stellenwert ein. Die D-Kader Athletinnen und Athleten erhalten dadurch ein wöchentliches, hoch qualifiziertes Training. Ziel ist es, junge Handballtalente gezielt und kontinuierlich in ihrer Ausbildung zu begleiten und zu fördern. Leistungssteigerungen und –stagnationen können so frühzeitig erkannt, gefördert respektive entgegen gewirkt werden.

Folgende Punkte sollen durch ein regelmäßiges Stützpunkttraining gewährleistet sein:

Schaffung von Transparenz,

Erhöhung der Trainingshäufigkeit und der Trainingsqualität,

gezielte und intensive Begleitung und Förderung von Talenten, Seiteneinsteigern und Spätentwicklern.

Das HVN - Stützpunktsystem konnte in den letzten zwei Jahren weiter ausgebaut werden. Die Landesstützpunkte in Hollenstedt, Hude, Oldenburg/Ammerland und Hannover "Burgdorf" haben das Stützpunktsystem erweitert. Ähnlich dem DHB-Stützpunktsystem sind zentrale Talentschwerpunkte Niedersachsens ausgewählt und mit einem Landesstützpunkt ausgestattet worden. Durch die Installation des Landesstützpunktes Hannover "Burgdorf" soll zudem die Thematik der Anschlussförderung einen besonderen Stellenwert erlangen. Konkret bedeutet dieses, dass sowohl im Stützpunkt Hannover "Burgdorf" als auch im Stützpunkt Hannover "Anderten" ambitionierte (DHB/NHV) Jugendliche des A-Jugendalters, also Jugendliche außerhalb der eigentlichen HVN-Förderung, mittrainieren. Im Zuge einer langfristigen sportlichen und erfolgreichen Karriere sowie einer vielfältigen und breiten Ausbildung stellt diese Konstellation einen wichtiger Eckpfeiler in der Förderung junger Sportler dar. Grundlage für die generelle Zuordnung der Talente sind die aktuellen D-Kaderlisten, der erweiterte Kaderkreis sowie Trainerempfehlungen von Seiteneinsteigern oder Spätentwicklern, die in einem Landesstützpunkt überprüft werden sollen.

Für die Zuordnung des Landesstützpunktes sind die Lage leistungsorientierter Jugendvereine bzw. verantwortungsvoller Bundesligisten ebenso entscheidend wie günstige Trainingsmöglichkeiten und eine gute verkehrstechnische Anbindung. Die HVN-Landesstützpunkte werden durch das Hauptamt koordiniert und überwacht. Die in den Förderzentren tätigen Trainer (B-Schein/A-Schein lizenziert) stehen den Vereins- und HVN-Landesauswahltrainern regelmäßig als Ansprechpartner zu inhaltlichen Fragen, Schulungsschwerpunkten, Defiziten der Kaderspieler/innen, etc. zur Verfügung.

Für die D-Kader-Athletinnen und -Athleten besteht die Pflicht zur Teilnahme am Stützpunkttraining. Eine regelmäßige Kontrolle und Aufsicht über die Leistungsentwicklung der teilnehmenden Handballer/Handballerinnen weckt eine hohe Motivation der jungen Sportler und Sportlerinnen. Der Schwerpunkt der Trainingsaktivitäten liegt, wie erläutert, auf der Schulung der individuellen Spielverhaltensweisen bzw. auf der Ausbildung und Schulung der jeweiligen Fertigkeiten und Fähigkeiten, die als Voraussetzungen dafür notwendig sind. Die Bestimmung der zu erlernenden Verhaltensweisen orientiert sich an dem Anforderungsprofil des Handballspielers gemäß der DHB-Rahmentrainingskonzeption.

#### Jahresplanung/Höhepunkte

Gemäß der Förderstufenstruktur des HVN nimmt die Anzahl der Schulungs- und Vergleichsspielmaßnahmen im Laufe der Ausbildung zu und ist immer eng an einen leistungssportlichen Höhepunkt geknüpft. Im ersten Jahr der Förderung werden 2-4 Lehrgangmaßnahmen durchgeführt, die in erster Linie der Auswahl eines Kaders und der Grundlagenbildung dienen. Im darauf folgenden Jahr steht mit der Erstsichtung zur Jugendnationalmannschaft (DHB-Sichtung) eine erste Präsentation der nominierten Talente im Vergleich mit anderen Landesverbänden an. Dazu werden die Talente 5-7-mal zu Lehrgängen oder Turnieren zusammengezogen. Intensive individuelle und kleingruppentaktische Schwerpunkte werden gelegt. Das letzte Förderjahr ist durch mannschaftliche Spielkonzeptionen gekennzeichnet. Die Qualifikation zur Länderpokalendrunde (Deutsche Meisterschaft der Landesverbände) stellt den Höhepunkt dieser Stufe dar. Die Landesauswahl wird dazu in insgesamt 10-12 Maßnahmen vorbereitet. Etliche Spielvergleiche werden vorab angestrebt.

#### Langfristiger Leistungsaufbau

Eine nachhaltig erfolgreiche Sportlerkarriere wird durch einen langfristigen Leistungsaufbau angestrebt. Die Ausbildung soll vielseitig, umfassend und behutsam erfolgen. Eine Allgemeine Grundausbildung (AGA) bildet das Fundament. Das sportartspezifische Nachwuchstraining (Grundagentraining GLT), Aufbautraining (ABT), Anschlussstraining (AST) folgen daraufhin. Das Höchstleistungstraining (HLT) bildet den Abschluss.

In der Rahmentrainingskonzeption des Deutschen Handball-Bundes ist der langfristige Leistungsaufbau folgendermaßen gestaffelt:

Grundlagenschulung bis 12 Jahre  
Grundagentraining 13 - 14 Jahre  
Aufbautraining I 15 - 16 Jahre  
Aufbautraining II 17 - 18 Jahre  
Anschlussstraining ab 19 Jahre

Mit Eintritt in das Kadersystem der Landesverbände ergeben sich für die jungen Athletinnen und Athleten zwangsläufig erhöhte Anforderungen, die ebenfalls mit einem erhöhten zeitlichen Aufwand verbunden sind.

Im ersten Förderjahr absolvieren die Jugendlichen 2-4 Lehrgänge auf

Landesverbandsebene. Hinzu kommt die parallele sportliche Belastung durch die Bezirksauswahl. Mit Sichtung zum Regionalverband, hier Norddeutsche Auswahl (NHV), und zur Jugend-Nationalmannschaft (DHB) steigt der Aufwand deutlich an. Während die Förderung auf Bezirks- bzw. Regionalebene entfällt, kommen für die gesichteten Talente für ein Jahr parallele Maßnahmen auf NHV- und DHB-Ebene, neben der Förderung auf Landesverbandsebene, hinzu. Mit Ende der Förderung im Landesverband verbleiben gleichzeitige Maßnahmen auf NHV- und DHB-Ebene, bevor ausschließlich durch den Deutschen Handball-Bund gefördert wird (Zeitraum ca. 2 Jahre nach DHB-Erstsichtung).

#### HVN - Anschlussförderung

Die Förderung der jungen Handballerinnen und Handballer auf Landesverbandsebene ist ca. 1,5 Jahre nach DHB-Erstsichtung beendet. Für eine kleine Auswahl von DHB-Spielerinnen und DHB-Spielern geht der Weg anschließend über das Jugend-Nationalteam zu den Juniorinnen und Junioren. Da jedoch nicht zwangsläufig alle Spitzenathletinnen und Spitzenathleten über Sichtungsmaßnahmen ermittelt werden (Späentwickler, Seiteneinsteiger), ist eine weitere indirekte Schulung der Handballerinnen und Handballer im Bereich der Anschlussförderung sinnvoll. Der größte Teil der Talente ist im Anschluss an die Landesverbandsförderung wesentlich im Verein „unter Beobachtung“. Bei näherer Betrachtung des handballspezifischen Höchstleistungsalters (Frauen: 22-30 Jahre, Männer: 25-33) sowie der entwicklungsphysiologischen Gegebenheiten (Körperlichkeit, Kraft- und Dynamikkomponente sehr entscheidend) sollte unbedingt eine anschließende landesverbandstechnische Betreuung stattfinden.

In einem ersten Versuch trainieren junge Spieler in den Landesstützpunkten „Anderten“ und „Burgdorf“ gemeinsam mit den leistungsstarken A-Jugendlichen der Vereine (TSV Anderten A-Jugend Regionalliga, TSV Burgdorf A-Jugend Oberliga). Nach Beendigung der Förderung auf Landesverbandsebene nehmen die Jugendlichen weiterhin am Stützpunkttraining durch Integration in die A-Jugend teil, so dass ein permanenter Kontakt zu den Landestrainern besteht. Ferner können die Spieler das Training der ersten Herrenmannschaften (Anderten Regionalliga, Burgdorf 2. Bundesliga) besuchen. Bedingt durch die permanente Beobachtung durch die Landestrainer sind so auf deren Empfehlung Nachnominierungen für nationale Kader möglich.

Im weiblichen Nachwuchsbereich ist das Training der Anschlussförderung durch die DHB-Stützpunkte und durch die Kooperation mit leistungsstarken Vereinen gesichert. Die Spielerinnen im DHB-Kader sowie Spielerinnen des erweiterten Kaderkreis nehmen an diesem regelmäßigen und längerfristigen Kadertraining teil und haben überdies die Möglichkeit, in den leistungsstarken Damenmannschaften als Gastspielerinnen zu trainieren.

#### Teilzeitinternat

Die in den letzten Jahren eingetretene positive Entwicklung der D/C- und D-Kaderstruktur in Niedersachsen erfordert eine noch intensivere Förderung als bislang. Die Verbandsarbeit kann die sportliche Entwicklung nicht von der personalen, speziell der schulischen Entwicklung der Talente trennen. Der HVN fühlt sich zudem in der Pflicht, den niedersächsischen Talenten eine in etwa konkurrenzfähige Alternative zu den bundesweit bekannten Sportinternaten in seinem eigenen Bundesland geben zu können. So hofft man auch, den berechtigten Interessen der Erziehenden gegenüber treten zu können, die die schulische

Entwicklung ihrer Kinder naturgemäß vorrangig vor dem sportlichen Weiterkommen sehen.

Durch die Anbindung an die Partnerschule des Leistungssports "Humboldt Gymnasium" können bereits zum Schuljahr 2006/2007 ausgewählte Athletinnen ihre Entwicklungspotenziale im Teilzeitinternate noch optimaler ausschöpfen.

Die gezielte Förderung athletischer und koordinativer Grundlagen im juvenilen Alter durch zusätzliche, individuell ausgerichtete Frühtrainingseinheiten bilden die Voraussetzungen für eine nachhaltig erfolgreiche und langfristige Spitzensportkarriere. Dieses neue Förderelement wird zukünftig weiter ausgebaut und auf verbreiterte regionale Basis gestellt werden müssen. Kurze Wege zwischen Schule, Verband, LSB und Akademie des Sports, OSP, SLZ und der Trainingsstätte beim DSV Hannover 78 sind, insbesondere im Flächenland Niedersachsen, hervorzuheben.

Der Sportpark Hannover bietet innerhalb Niedersachsens einzigartige Bedingungen für die Nachwuchsathletinnen und Nachwuchsathleten. Die großzügige Anlage des DSV Hannover 78 kann von den Teilzeitinternatsathletinnen und Teilzeitinternatsathleten komplett genutzt werden.

Durch die größere Anzahl an Bewerbungen aus dem weiblichen Bereich liegt der Fokus zurzeit auf der Förderung von Spielerinnen. Zukünftig ist aber unbedingt angestrebt, ebenfalls den männlichen Nachwuchs in das duale Leistungssportkonzept zu integrieren.

Die derzeit ausgewählten Spielerinnen sind in der Förderstruktur des Handball-Verbands Niedersachsen voll integriert und bilden eine homogene Gruppe. Die Altersspanne der ältesten Athletin zur jüngsten Athletin beträgt nur zwei Jahre und lässt somit ein jahrgangsübergreifendes, aber dennoch altersbezogenes Frühtraining zu.

Schwerpunkte der frühen Trainingseinheiten liegen im athletischen, koordinativen und handballspezifischen Bereich. Bei der Erarbeitung athletischer Grundfähigkeiten insbesondere der Krafftfähigkeiten ist eine Zusammenarbeit mit dem OSP angestrebt. Erste Gespräche mit den Verantwortlichen des OSP (OSP Leiter Klaus Bruckert und Dr. Heinz Nowoisky, Kraftanalyse/Biomechanik) fanden bereits statt. Die handballspezifischen Inhalte orientieren sich an der Rahmentrainingskonzeption des Deutschen Handball-Bundes für den Zeitraum 2005 bis 2008 (im Anhang beigefügt).

Die Koordination und Durchführung des gesamten Trainings wird durch eine hauptamtliche Lehrkraft des HVN sichergestellt und gewährleistet

#### DHB - Stützpunktsystem

Der Deutsche Handball-Bund (DHB) unterhält nach Absprache mit dem Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) aufgrund von sportartspezifischen Gegebenheiten kein einheitliches Bundesstützpunktsystem. Vielmehr entwickelte der DHB ein flächendeckendes Stützpunktnetz, das sich an regionalen Talentschwerpunkten orientiert. Durch das Stützpunkttraining soll eine verbesserte und konzentrierte, individuelle Ausbildung der Spielerinnen und Spieler gewährleistet werden.

Eine gewisse Anzahl an DHB-Kaderathletinnen und -athleten sollte dem jeweiligen Stützpunkt zugeordnet werden können. Dabei ist die geografische Entfernung der "Talentnester" zum DHB-Trainingsort entscheidend. Das Training muss wöchentlich erreichbar sein. Für die Installation eines DHB-Stützpunktes sind zudem qualifizierte und kompetente Trainerinnen und Trainer vor Ort entscheidend, um die Koordination und die praktische Trainingsleitung des Stützpunktes im Sinne der DHB-Richtlinien

zu gewährleisten. Die Trainingsinhalte werden durch die verantwortlichen Nachwuchstrainer des DHB klar definiert.

In Kooperation mit den Landesverbänden hat der DHB zur individuellen Schulung seiner Talente für den männlichen Bereich z.Zt. die Stützpunkte Dormagen, Langenfeld, Hamburg, Magdeburg, Offenburg, Göppingen, Heidelberg, Delitzsch und Groß Zimmern eingerichtet.

In der vergangenen Legislaturperiode wurde im weiblichen Bereich der Aufbau eines flächendeckenden Stützpunktsystems erreicht. Dabei wurden folgende Stützpunkte eingerichtet: Hannover, Oldenburg, Leverkusen, Ostfildern, Wiesloch, Heidelberg, Rostock und Leipzig.