



PRÄVENTIONSSYMPOSIUM HANDBALL

6. Januar 2018 8:00 bis 16:30 Uhr
SWISS-LIFE-HALL
Hannover

Leistungssteigerung auf ganzer Linie

Verletzungen sind im Handball, insbesondere im leistungsorientierten Handball, ein zentrales Thema. Das vielzitierte Verletzungsspektrum stellt Vereine sowie Trainerinnen und Trainer immer wieder vor große Herausforderungen. Verletzungen sind jedoch kein Schicksal!

Zahlreiche Studien zeigen, dass im Handball durch gezielte Präventionsmaßnahmen die Anzahl und Schwere der Verletzungen deutlich reduziert werden kann. Prävention ist dabei nicht nur eine zentrale Investition in die Gesundheit, sondern insbesondere auch in die Leistungsfähigkeit der Spielerinnen und Spieler und somit ein Schlüssel zu erfolgreichem Sport.

Die VBG hat in Zusammenarbeit mit dem DHB sowie mit Fachleuten aus der Sportwissenschaft und der Sportmedizin neue und bewährte Präventionskonzepte für den Handballsport erarbeitet und zusammengestellt, die eine Senkung der Unfallzahlen zum Ziel haben. Dieses Symposium soll vielfältige und praktikable Wege aufzeigen, die zur Verletzungsprävention beitragen und das Leistungsniveau der Spielerinnen und Spieler verbessern.

In Zusammenarbeit mit:

PRÄVENTIONSSYMPOSIUM HANDBALL

6. Januar 2018 8:00 bis 16:30 Uhr
SWISS-LIFE-HALL, Hannover

 **VBG**
Ihre gesetzliche
Unfallversicherung



Foto: Witters GmbH Swiss Life Hall

Programmübersicht*

Moderation: Anett Sattler, Teamsport Deutschland & Telekom Sport

Zeit	Inhalt	Referent
ab 08:00 Uhr	Empfang und Registrierung Symposium	
09:00–09:15	Begrüßung und Eröffnung des Symposiums (Lockere Talkrunde mit Anett Sattler)	Anett Sattler <ul style="list-style-type: none">• Christian Klein, VBG Sportreferent• Michael Neuhaus, DHB Lehrwart
09:15–09:45	What does it require physically to play team handball at elite level? (Vortrag in englischer Sprache)	Lars Bojsen Michalsik , M.Sc., Ph.D. Department of Sport Science and Clinical Biomechanics, University of Southern Denmark, Denmark
09:45–10:15	Verletzungen im Handball – Anforderungsprofil vs. Risikoprofil	Dr. Patrick Luig , VBG Sportreferent
10:15–11:00	How to train and plan optimal physical training in elite team handball (Vortrag in englischer Sprache)	Lars Bojsen Michalsik
11:00–11:30	Kaffeepause	
11:30–12:00 (PRAXIS)	Zielgerichtet Aufwärmen – Mehr als Bahnenlaufen	Robert Leibiger , Athletiktrainer DHB Stützpunkt Leipzig weiblich Maik Nowak , DHB Chef-Bundestrainer Nachwuchs weiblich
12:00–12:45 (PRAXIS)	Höher springen, sicher landen – Training der Sprungtechnik/-kraft und Landetechnik	Erik Helm , Athletiktrainer Perfect Athlete
12:30–13:00	Rückkehr aufs Spielfeld – Gesund, fit und nachhaltig	Hendrik Bloch , VBG Sportreferent
13:00–14:00	Mittagspause mit Lunch-Buffer	
14:00–14:30	Nur ein gesundes Talent wird Profi! – Wie viel Sportmedizin braucht der Handball-Nachwuchs?	Dr. Kai Fehske , Universitätsklinikum Würzburg, 2. Vorsitzender Deutsche Handballärzte e.V.
14:30–15:15 (PRAXIS)	Prävention von Knie-Band-Verletzungen im Handball: Pre-Injury-Tests und funktionelles Screening	Christian Zantop , Sportwissenschaftler Return-to-Play GmbH
15:15–16:00	Intrasaisonales Athletiktraining – Steuerung und Monitoring	Dominik Suslik , Leiter Athletik und Gesundheit Hannover 96 Akademie
anschließend	Verabschiedung und Get-together mit Arena-Currywurst	

* kurzfristige Änderungen vorbehalten!

Adresse: SWISS-LIFE-HALL | Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 8 | 30169 Hannover

In Zusammenarbeit mit:



PRÄVENTIONSSYMPOSIUM HANDBALL

6. Januar 2018 8:00 bis 16:30 Uhr
SWISS-LIFE-HALL, Hannover

 **VBG**
Ihre gesetzliche
Unfallversicherung

Foto: HBL/Klahn

Anmeldung

Ihre verbindliche Zusage erbitten wir bis zum 15.12.2017. Das Symposium ist auf 200 Personen begrenzt. Bitte beachten Sie, dass pro Verein maximal 4 Personen angemeldet werden dürfen.

Ihre Anmeldung ist möglich
per E-Mail: frank.hamann@dhb.de
oder unter www.vbg.de/handballsymposium

VBG – Ihre gesetzliche Unfallversicherung
Massaquoipassage 1
22305 Hamburg
www.vbg.de

Die Kosten für die Teilnahme am Symposium werden von der VBG übernommen.
Reise- und Übernachtungskosten können leider nicht erstattet werden.*

Für das Präventionssymposium Handball am 6. Januar 2018 in der SWISS-LIFE-HALL melde ich folgende Personen des folgenden Vereins an:

Name des Vereins

1. Teilnehmer/in:

Vor- und Nachname

Position im Verein

E-Mail

Herren Frauen Junioren Juniorinnen

2. Teilnehmer/in:

Vor- und Nachname

Position im Verein

E-Mail

Herren Frauen Junioren Juniorinnen

3. Teilnehmer/in:

Vor- und Nachname

Position im Verein

E-Mail

Herren Frauen Junioren Juniorinnen

4. Teilnehmer/in:

Vor- und Nachname

Position im Verein

E-Mail

Herren Frauen Junioren Juniorinnen

Adresse: SWISS-LIFE-HALL | Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 8 | 30169 Hannover

* Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhalten einen Nachweis über 7,5 Fortbildungsstunden (UE). Den Landesverbänden im DHB wird empfohlen, diese Stunden im Rahmen der C-/B-Lizenzverlängerung anzuerkennen.

In Zusammenarbeit mit:


Deutscher Handballbund