



PROGRAMM

5. sportartübergreifende Symposium
15. und 16. August 2026, HTV-Sportschule Alsfeld
Theodor-Heuss-Straße 11, 36304 Alsfeld





Michael Rüspeler

PRÄSIDENT HESSISCHER BASKETBALL VERBAND
-Grußwort-

Liebe Trainer und Trainerinnen,

ich freue mich sehr, dass sich dieses Symposium zu einer regelmäßigen Einrichtung in unserem Sportalltag etabliert hat. Unsere Ballsportarten, und gerade auch der Basketball, entwickeln sich schnell und bedürfen ständiger



Anpassungen. Ein wesentlicher Bestandteil dieser Anpassung ist neben infrastrukturellen Maßnahmen die Weiterentwicklung des Trainerwesens, gerade im Kinder- und Jugendbereich, aber auch bei den Erwachsenen. Insofern bietet dieses Symposium genau die richtige Plattform für diese

Entwicklung.

Ich danke ganz besonders den Organisatoren und Organisatorinnen dieses Symposiums und wünsche der Veranstaltung einen erfolgreichen und zielführenden Verlauf. Möge es den gewünschten Erfolg zur Weiterentwicklung unserer Sportarten beitragen.

Mit sportlichen Grüßen

Michael Rüspeler

Die Anmeldung erfolgt über die Homepage des HBV:
<https://vsp-hbv.app.b5c.eu/course/361/de>
oder über den QR-Code:



Die Teilnahmegebühr beträgt für den HBV 129€
Darin sind enthalten: Teilnahme, Mittagessen, Verlängerung von D- und C-Trainer-Lizenzen und ÜL-Lizenzen.
Es besteht die Möglichkeit der Übernachtung von Freitag auf Samstag und/oder der Übernachtung von Samstag auf Sonntag auf Eigenkosten (inkl. Frühstück).

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer,

es geht in die fünfte Runde des sportartübergreifenden Symposiums der drei hessischen Verbände Handball, Volleyball und Basketball und feiern damit fast das 10-jährige Jubiläum.

Wir wollen ein vielfältiges und umfassendes Angebot unterbreiten und im Rahmen eines diskussionsfreudigen Events im permanenten konstruktiven Austausch der verschiedenen Sportarten stehen.

Das Thema „Progression im Athletiktraining“ bewegt uns seit einiger Zeit. Jetzt ist es gelungen, dass dafür hochqualifizierte Referententeam zu „verpflichten“. Wer kennt sich denn wirklich aus, wenn ein geplantes Athletiktraining über die Jahre gesteuert werden soll? Hierbei werden die Referenten wichtige Impulse und Hilfestellungen geben.

In den sportartspezifischen Themen haben wir einen tollen Mix mit neuen Referenten und neuen Inhalten im Repertoire. Auch hierbei freuen sich alle auf einen intensiven Austausch.

Den Samstagabend wollen wir zu einem informellen Miteinander in geselliger Runde nutzen.

Bei der Zusammenstellung des Programms und in Absprache mit den Referenten haben wir auf ein Angebot für alle geachtet, für Jugend- und Seniorentainer, für Mädchen- und Jungentrainer, für leistungs- und breitensportorientierte Trainer und Übungsleiter und für alle Interessierten.

Die Hessischen Verbände und der LSBH erkennen die Fortbildung zur Lizenzverlängerung für C- und D-Trainer- und Übungsleiter-Lizenzen mit 15 UE für 4 Jahre an.

Der Deutsche Basketball Bund (DBB) erkennt die Fortbildung zur Lizenzverlängerung von 2 Jahren für A- und B-Trainer-Lizenzen an. Die zusätzlichen Gebühren für die Anerkennung und Verlängerung von A- und B-Lizenzen in Höhe von 99€ rechnet der DBB mit den Teilnehmern direkt ab.

Der Hessische Handball Verband erkennt die Fortbildung zur Lizenzverlängerung von 3 Jahren für B-Trainer-Lizenzen an.

Der Hessische Volleyballverband erkennt die Fortbildung zur Lizenzverlängerung von 2 Jahren für B-Trainer-Lizenzen an.





5. SPORTARTÜBERGREIFENDE SYMPOSIUM

IN ZUSAMMENARBEIT DES HESSISCHEN BASKETBALL VERBANDES, DES HESSISCHEN HANDBALL-VERBANDES
UND DES HESSISCHEN VOLLEYBALLVERBANDES

15. UND 16.08.2026 HTV- SPORTSCHULE ALSFELD

(THEODOR-HEUSS-STRASSE 11, 36304 ALSFELD)

Samstag, 15.08.26

09:15 Uhr	Landestrainer der LV	Begrüßung
10:00-13:00 Uhr	Gemeinsam	Gezielte Progression des Athletiktrainings im Kinder- und Jugendalter, Teil 1 Athletiktrainer der Landesverbände
14:00-17:00 Uhr	Basketball	Von einfachen Prinzipien zum Teamspiel in Angriff und Verteidigung – „unser 10-Punkte-Plan“ Reiner Chromik, Frank Arnold
14:00-17:00 Uhr	Handball	Kooperative Angriff gegen 6:0 Abwehr Jan Redmann
14:00-17:00 Uhr	Volleyball	Trainingsplan mit Schwerpunkt Out-of-System Zahra Kalhor
ab 18:00 Uhr	Gemeinsamer Abend	

Sonntag, 16.08.26

10:00-13:00 Uhr	Gemeinsam	Gezielte Progression des Athletiktrainings im Kinder- und Jugendalter, Teil 2 Athletiktrainer der Landesverbände
14:00-17:00 Uhr	Basketball	DBB-Trainings- und Spielkonzeption in der Praxis Alan Ibrahimagic
14:00-17:00 Uhr	Handball	Aktive Kooperative 6:0 Abwehr Florian Mainschein
14:00-17:00 Uhr	Volleyball	Trainingsplan mit Schwerpunkt Transition Zahra Kalhor
17:00 Uhr	Präsidenten der LV	Verabschiedung





Referentinnen und Referenten

Rastislav Jedinak – Landestrainer Handball

Alois Mraz – Landestrainer Handball

Ennio Giordani – Nachwuchskoordinator Volleyball

Reiner Chromik – Landestrainer Basketball Jungen

Frank Arnold – Landestrainer Basketball Mädchen

Jan Redmann - HSG Rodgau Nieder-Roden

Jan Redmann ist laut der beiden Landestrainer ein ausgewiesener Fachmann in der Ausbildung und Förderung von Jugendspielern im Handball. Neben der fachlichen Expertise loben die Kollegen die emphatische und pädagogische Vorgehensweise in der Betreuung jugendlicher Athleten. Wer Jan verstehen will, sollte das folgende Interview studieren:

<https://dhtv.de/ein-junger-spieler-darf-keine-angst-haben-fehler-zu-machen-interview-mit-jan-redmann/>

Florian Mainschein - GSV Eintracht Baunatal

Der 32-jährige, ehemalige Physiotherapeut und heutige Lehrer an Haupt- und Realschulen begann 2012 seine Trainerlaufbahn im Jugendhandball. Von 2015 bis 2017 war er Bezirksauswahltrainer in Kassel-Waldeck, anschließend bis 2025 A-Jugend-Trainer in der Jugend-Bundesliga bei der MT Melsungen. Ab Sommer 2026 übernimmt er das Traineramt der 1. Herren des GSV Eintracht Baunatal in der hessischen Regionalliga. Er verfügt über eine Torwarttrainer-Lizenz (2018) sowie die A-Lizenz (2022).

Zahra Kalhor – Landestrainerin Volleyball

Zahra Kalhor begann bereits mit neun Jahren ihre Volleyballkarriere und spielte sich bis in die iranische Super League sowie in die Nationalmannschaft. Als jüngste Co-Trainerin der iranischen Nationalmannschaft sammelte sie früh wertvolle Erfahrungen in der Nachwuchsförderung. Mit zwei Masterabschlüssen im Hochleistungssport und in Sportphysiologie sowie Trainerlizenzen in Iran und Deutschland bringt sie eine starke fachliche Basis mit. Zuletzt war sie im Saarländischen Volleyballverband als Kadertrainerin und Nachwuchskoordinatorin tätig und überzeugte dort mit ihrer strukturierten und zugleich empathischen Arbeitsweise.

Alan Ibrahimagic – DBB-Bundestrainer Jungen / Sportlicher Leiter DBB Nachwuchs

Alan Ibrahimagic übernahm 2013 das Amt des Bundestrainers der deutschen U16-Nationalmannschaft und sammelte seither zahlreiche Erfolge im Nachwuchs- und Herrenbereich. Er führte unter anderem die U20-Auswahl zu EM-Bronze (2018, 2019) sowie die U18 2018 zum Sieg beim Albert-Schweitzer-Turnier und 2024 zum EM-Titel. Als Assistenztrainer der A-Nationalmannschaft nahm er an den Olympischen Spielen 2021 teil. 2025 erreichte er mit der U19 das WM-Finale und führte den A-Kader-Männer bei der Europameisterschaft 2025 – zunächst als Vertretung, später hauptverantwortlich – zum Titelgewinn.

Christian Köller – “High Performance Training” – Athletiktraining mit Kindern und Jugendlichen auf einem neuen Niveau

Christian ist einer der erfahrensten und besten Athletiktrainer, die es in Deutschland gibt. Von dieser Expertise ist Julian Morsche, Bundestrainer Athletik des DBB, so fest überzeugt, dass er ihn direkt in den Betreuerstab des DBB aufgenommen hat. Seitdem betreut Christian die Nationalmannschaft der U18 der Frauen. Neben seinem Job bei “High Performance Training” (<https://highperformancetraining.jimdofree.com>) ist er als Athletiktrainer im Dauereinsatz bei den Bundesligabasketballerinnen der BC Dolphins Marburg. Kaum jemand kennt sich derart gut in der athletischen Betreuung von Nachwuchsspielern aus wie Christian Köller.





Liane Weber - Athletik Volleyball - Athletiktraining mit Kindern und Jugendlichen auf einem neuen Niveau

Liane Weber ist Athletiktrainerin (M.Sc. Sportwissenschaft, CSCS) mit einem Ansatz, der darauf abzielt, Bewegungsqualität zu entwickeln. Sie arbeitet aktuell als Lehrer-Trainerin im Nachwuchsleistungssport Volleyball und betreut auf Anfrage AthletInnen individuell. In ihren „Grundlagen der Ansteuerung“ vermittelt sie eine gezielte Muskelwahrnehmung, die AthletInnen befähigt, neue, effiziente Lösungsstrategien für Bewegungen zu finden, die ansonsten Schmerzen verursachen, oder längerfristig Probleme bereiten können. In ihrer bisherigen Laufbahn betreute sie Athletinnen und Athleten der Deutschen Volleyball Nationalmannschaft (Männer), der 1. Volleyball-Bundesliga, Beachvolleyball World Tour Aspiranten sowie die österreichische Volleyball Nationalmannschaft (Männer). Ergänzend dazu führt sie achtsamkeitsbasierte Trainingsprogramme zur Entwicklung von Konzentration und Selbstwahrnehmung an der Eliteschule des Sports durch. Ihr Fokus liegt auf der ganzheitlichen und nachhaltigen Entwicklung von Leistungsfähigkeit.

Hessischer Basketball Verband e.V.

<https://www.hbv-basketball.de>

Hessischer Volleyballverband e.V.

<https://www.hessen-volley.de>

Hessischer Handball-Verband e.V.

<https://hessen-handball.de>

