

Trainerfortbildung LLZ Heidenheim

6. & 7. Dezember 2025



Treffpunkt **HellensteinEnergie-Ballpark**
Heeracker 23, 89522 Heidenheim an der Brenz

Ansprechpartner Hannes Hirschberger, 0176 64223129

Samstag

10:00 Uhr Begrüßung im Schulungsraum

Trainingsgestaltung

Effizient & effektiv

Zirkeltraining in der Nebensaison

Hitting – Welche Drills für welches Level

ACHTUNG im Freien!

Markus Winkler

Hannes Hirschberger

13:30 Uhr Mittagspause

14:30 Uhr **Infieldtraining in der Halle**
Organisation in großen Gruppen
Schwerpunkte
Do's and don't's

Halle Max-Planck-Gymnasium

Virchowstraße 30

Eingang hinten

Hannes Hirschberger

Johannes Weber

Outfieldtraining in der Halle

s.o.

Spielformen im Winter

Sinnvolle Spiele mit Action

18:00 Uhr Ende

Sonntag

09:00 Uhr **Werfen, Pitching & Catching**
Tägliche Arbeit mit Bändern – Schulter

Karl-Rau-Halle, Beethovenstraße

Troy Williams, Mike Bolsenbroek

Wurftechnik Aufbau

- von Klein auf richtig werfen!
- Wurfprogramme im Winter
was passt zu wem

13:00 Uhr Mittagspause

14:00 Uhr Pickoff an die Bases
PFP auch im Winter

Pitching und Catching

- Einsteiger bis Fortgeschrittene
- Übungen für den Winter

Ca. 17:00 Uhr Ende