



1,5 m les:
oefenstofideeën

Gerrit Vertommen: gerrit.vertommen@handbal.be

- Vlaamse Handbalvereniging
 - CO-DSKO
 - Handbal op school, opstarten clubs, promotie
 - Coördinatie Selectiewerking U16
 - Sportkampen VHV
- Ervaring onderwijs
 - Kleuters, lager, secundair, VUB
- Speler: ruim 30 jaar gespeeld (8 jaar 1^{ste} nationale)
- Trainer:
 - Alles van u8 tot 1^{ste} ploeg heren
 - Momenteel M13, J18 Atomix Haacht en U16 regioselectie AVB

Handbal en Corona:

- Momenteel alleen toegestaan geboren in 2008 en later
- Vervangende activiteiten vanuit de federatie:
 - 1^{ste} golf:
 - Pass challenge
 - Trainingen in de tuin met het gezin
 - 2^{de} golf
 - Online (fit)handbaltrainingen 2x per week: handbal.be
 - Challenge: fysieke uitdaging + handbal “trick beweging” uitdaging: demo Black Arrow of Red Wolve, individuele en groepsprijs (school uit Lommel nam deel als opdracht lerares LO)
 - Zie speelhandbal.be, Challenge

Handbal op school:

- Filmpje met inspiratieoefenstof
- Demo: meisjes 1^{ste} middelbaar

Handbal op school buiten:

Streethandbal: Zie links youtube:

Promotiefilmpje streethandball

<https://www.youtube.com/watch?v=mw6-DMY5Ogw>

Oefenstof streethandball deel 1

<http://youtu.be/8Gh9xobZpGE>

Oefenstof streethandball deel 2

<http://youtu.be/ZTamY5GWrn8>

Oefenstof streethandball deel 3

<http://youtu.be/oiS5qDU5YLQ>