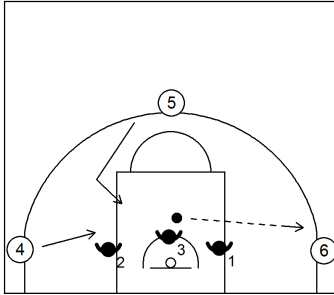




3 on 3 aanvallende rebound

- Centers + Forwards + guards
- vanaf U16
- 6 spelers
- 1 bal
- 1 basket



Vereisten:

- spelers moeten weten hoe ze in de baan van de aanvallende rebounder moeten draaien (uitboxen)

Doel: aanvallende rebound verbeteren

Organisatie:

- de verdediger in het midden passt de bal een een van beide hoeken
- de hoekspeler moet direct schieten
- de middelste aanvaller sprint om de elleboog heen naar een positie aan de weak side

- ook de schutter gaat achter zijn schot aan voor de rebound
- ALLE verdedigers moeten hun man opvangen en uitboxen na het schot

Teaching Points:

- de aanvallers moeten de baan van het schot inschatten (hoek van inval = hoek van uitval)
- proberen aan de weak side een zo gunstig mogelijke positie in te nemen **terwijl de bal in de lucht is**
- en achter de rebound aanjagen