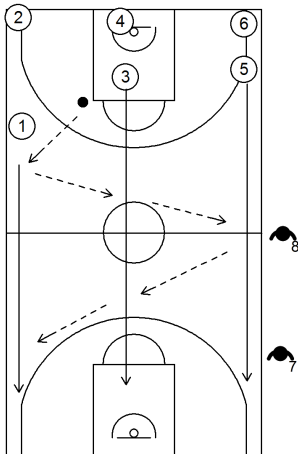




Full court passing - 3 tegen 0



- guards, forwards en centers
- vanaf U14
- 6 of meer spelers
- 1 bal
- twee baskets

Vereisten:

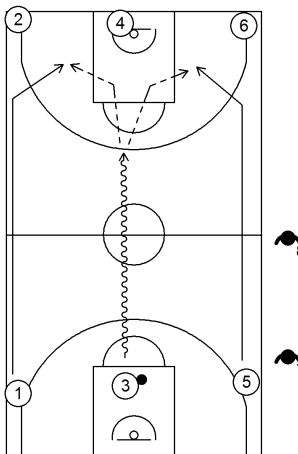
- spelers moeten kunnen vangen en passen in de loop

Doel:

- op volle snelheid overtal uitspelen

Organisatie:

- 3 rijtjes van spelers achter de achterlijn
- buitenste rijen buiten de driepuntlijn
- op volle snelheid heen en weer passend naar de overkant



- dribbelaar met max 3 of 4 dribbels terug over de lengte-as van het veld
- met een bounce pass een van beide flyers aanpassen
- afmaken met lay up of lay in

Teaching points:

- flyers moeten wijd blijven
- laat de dribbelaar zelf het aantal dribbels tellen dat hij nodig heeft
- bounce pass vóór de man

Variant:

- laat 1 of 2 verdedigers indraaien bij de middellijn of het verlengde van de driepuntlijn op het moment dat de drie aanvallers de achterlijn bereikt hebben. De aanvallers spelen dan 3 tegen 1 of 3 tegen 2 in een meer wedstrijdachtige setting. Je mag bij 3 tegen 2 alleen dribbelen als **beide** passlijnen afgesloten zijn. De trainer telt zonodig hardop af om het tempo hoog te houden.