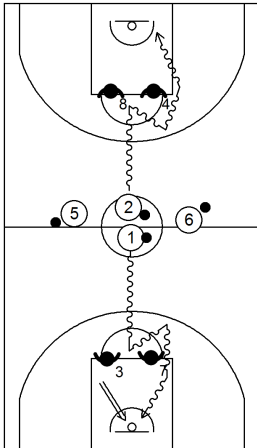




### separation en schouder aanvallen



- forwards
- vanaf U16
- 6 of meer spelers
- 4 ballen
- twee baskets

#### Vereisten:

- spelers moeten voldoende dribbeltechniek hebben om de verdediger 1 op 1 te kunnen passeren

#### Doel:

- 1) double team herkennen
- 2) backup dribbel gebruiken om ruimte te maken (seperation)
- 3) een schouder kiezen en die op volle snelheid aanvallen

#### Organisatie:

- aanvaller 1 begint met 5 harde crossovers en dribbelt daarna recht op de twee verdedigers af
- de verdedigers wachten op de vrije worplijn
- zodra de dribbelaar binnen de driepuntslijn komt gaan zij double teamen
- de aanvaller gebruikt de backup dribbel om ruimte te maken
- kiest een schouder van een van beide verdedigers en valt die hard aan
- als de dribbelaar scoort gaat hij naar de andere kant en blijven de verdedigers staan
- als hij niet scoort dan gaat een verdediger aan de andere kant aanvallen. De dribbelaar gaat dan verdedigen.

#### Teaching points:

- tijdens de backup dribbel je lichaam tussen de verdediger en de bal houden
- goed blijven kijken aan welke kant er ruimte is om te passeren
- die schouder kiezen en op volle snelheid aanvallen
- max een schijnbeweging