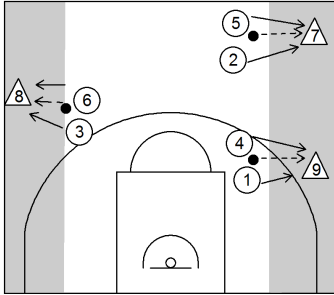




Double team na afstop dribbel

- Guards + Forwards
- vanaf U12
- 3 of meer spelers
- per drietal 1 bal



Doel: vastzetten van de dribbelaar tegen de zijlijn na afstoppen van de dribbel

Organisatie:

- verdediger passt aanvaller aan op signaal van de trainer
- aanvaller mag **NIET** dribbelen, alleen pivoteren
- de trainer telt 5 seconden af

Teaching Points:

- ga zo dicht mogelijk tegen de aanvaller aan staan (maar blijf in je eigen cylinder)
- zet wel je voeten dicht naar de aanvaller, maar houd je positie tussen aanvaller en helplijn
- als de aanvaller met zijn rug naar je toestaat, schuif dan je **voeten** naar voren

- trace the ball
- verdedigers steeds een hand laag en een hoog (Parapluutje)
- aanvaller mag **nooit** tussen de verdedigers doorstappen of passen (alleen passes evenwijdig aan de zijlijn zijn toegestaan)
- fouten vermijden; bal veroveren door 1) 5 seconden, 2) slechte pass, 3) voet van de aanvaller op de lijn

Spelvorm:

twee extra aanvallers die vrijlopen buiten de lane. Een geslaagde pass tussen de verdedigers door is een punt voor de aanvallers. 5 seconden of voet van de aanvaller op de lijn is een punt voor de verdedigers. Speel tot de 2.