



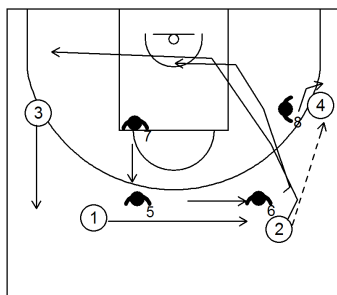
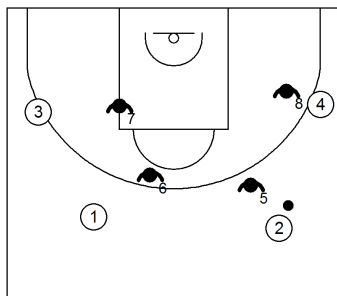
## Fogler plus transitie

- Centers
- vanaf U16
- 8 spelers
- 1 bal
- 1 basket

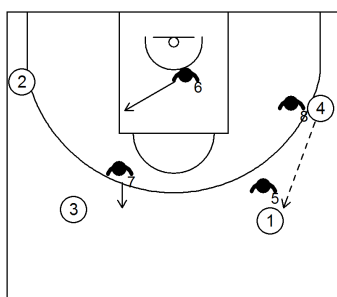
**Doel:** aanleren / verbeteren defensieve positie (1 pass of 2 passes weg)

### Organisatie:

- 4 aanvallers en 4 verdedigers
- aanvallers mogen alleen passen
- direct na de pass **moet** de passer een andere positie innemen



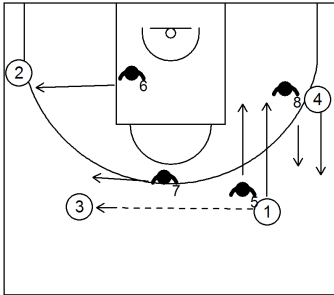
- 2 passt naar 4
- 2 snijdt naar basket
- 6 verdedigt de pass op 2 met een jump to the ball
- verdediger 8 staat de pass van 4 naar 2 niet toe
- aanvallers 1 en 3 schuiven 1 positie door



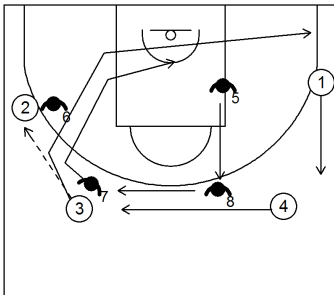
- verdediger 3 gaat van help naar denial
- bal is boven de helplijn, dus verdediger 8 gaat van de helplijn naar zijkant bucket



- bij een laterale pass wisselen aanvallers 4 en 1 van positie
- hun verdedigers veranderen van help naar denial en andersom
- verdediger 6 gaat van help naar denial



- als de verdedigers hun taken goed uitvoeren roept de trainer '20-seconden'
- de aanvallers mogen dan dribbelen en schieten en moeten binnen 20 seconden een doelpoging wagen
- bij een verdedigingsrebound of onderschepping vallen de verdedigers direct de andere basket aan
- aanvallers verdedigen full court
- na een score uit de break zetten zij direct een MTM press neer



### Variaties:

- verdedigers laten opdrukken als de insnijdende forward scoort
- bij de MTM na een score de verdediger van de innemer laten dubbel teamen op de dribbelaar. Deze twee verdedigers moeten de diagonale pass te allen tijde voorkomen. De twee andere verdedigers moeten dan de passlijnen langs de achterlijn en de zijlijn afdekken.