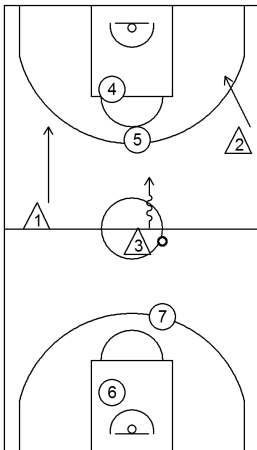




3 tegen 2



- Centers + Guards + Forwards
- vanaf U12
- 7 spelers
- 1 bal
- twee baskets

Vereisten:

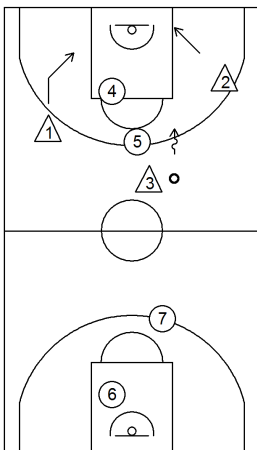
- spelers moeten kunnen dribbelen en een layup kunnen lopen

Doel:

- overtalsituatie in 3-mans break afmaken
- conditie opbouwen

Organisatie:

- 3 spelers vallen aan over de lengte van het hele veld
- 2 verdedigers aan elke kant



- aanvallers hebben één doelpoging max + een tip in
- verdedigers worden aanvallers
- speler die als laatste de bal raakte trekt mee ten aanval aan de andere kant
- winnaar is de individuele speler die 7 keer scoort
- verliezers lopen een suicide

Teaching Points:

- aanvallers moeten voldoende ruimte van elkaar houden om de verdedigers te kunnen uitpassen
- aanvallers moeten snel handelen
- dribbelaar moet na pass direct aanspeelbaar worden voor de pass terug + schot
- verdedigers moeten taken verdelen: druk houden op de bal en passlijnen afsnijden