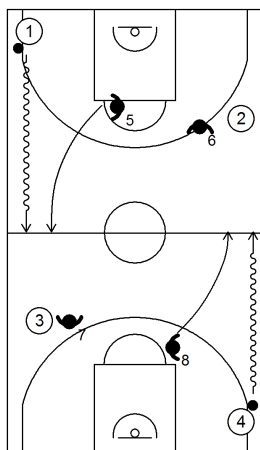




Dwing tot reverse en steal



- Guards + Forwards
- vanaf U16
- 4 tot 12 spelers
- per tweetal 1 bal
- twee baskets

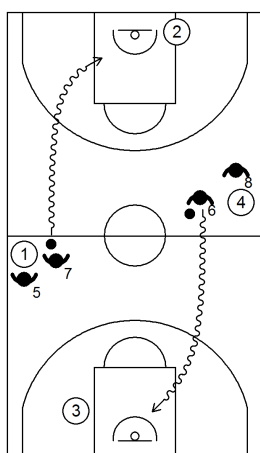
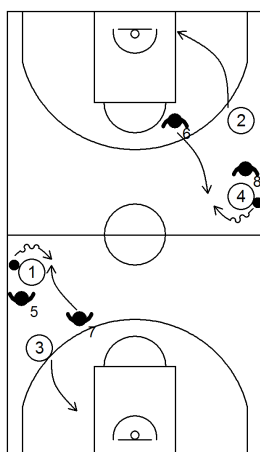
Vereisten:

- spelers moeten individueel de man met de bal kunnen verdedigen
- spelers moeten kunnen dribbelen

Doel: Dwing de dribbelaar tot het maken van een reverse dribbel bij de zijlijn en tweede verdediger gaat voor de steal.

Organisatie:

- 2 tegen 2 over de lengteheft
- verliezers moeten bij de volgende ronde verdedigen
- de trapper anticipeert op de reverse van de dribbelaar en tikt de bal weg op het moment dat de dribbelaar 180 graden is gedraaid
- maakt de lay up af op de andere basket



- een steal is 3 punten
- een 'gewone score' door de aanvallers is 1
- het tweetal dat als eerste 12 punten heeft wint
- verliezers lopen suicide

Teaching Points:

- verdediger dwingt de dribbelaar naar de zijkant, maar moet een gepaste afstand houden, rekening houdend met de handigheid en snelheid van de dribbelaar
- verdediger moet de dribbelaar naar de zijkant dwingen zodat hij een reverse dribbel gaat maken

Variaties:

- links en rechts
- met drietallen half veld; derde verdediger moet zodra de poging tot de steal begint zijn eigen man loslaten en passlijnen afsnijden