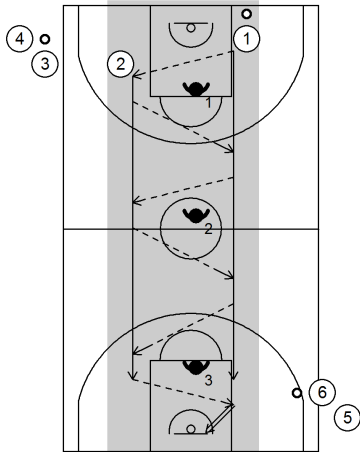




## Lummel in de cirkels uitpassen



- Centers + Forwards + Guards
- vanaf U10
- minimaal 7 spelers
- 1 bal per tweetal
- 2 baskets

### Vereisten:

- spelers kunnen pivoteren
- en een bounce pass kunnen geven

**Doel:** verbeteren van de pass langs een verdediger + passlijn openen met schijnbewegingen + vrijlopen

### Organisatie:

- in elke cirkel een verdediger; deze probeert alle passes te onderscheppen
- die mag de vloer buiten de cirkel niet raken
- maar wel met handen en voeten in de ruimte buiten de cirkel komen

- beperkt de breedte van het veld door gebruik te maken van bijv lijnen van het badminton- of volleybalveld
- de passers moeten zich langs die lijn naar de andere basket begeven
- lob pass mag niet
- passers mogen niet dribbelen
- als zij al passend de laatste cirkel zijn gepasseerd ronden zij af met een lay up
- langs de zijlijn teruglopen (9 of meer spelers) of wachten en na het laatste tweetal passend terug
- de lummels wisselen als ze een pass hebben aangeraakt
- wisselen met degene die de pass gaf

### Teaching points:

- maximaal gebruik maken van pivoteren om de verdediger weg te krijgen van de passlijn
- schijnbewegingen maken met de bal
- ontvanger moet bewegen om de passlijn open te krijgen
- ontvanger moet met zijn handen aangeven waar hij de bal wil hebben