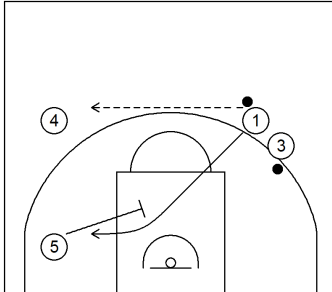




Screen plus afrollen

- forwards + centers
- vanaf U16
- 4 spelers
- 2 ballen
- een basket



Vereisten:

- spelers moeten individueel vanaf de 3-puntslijn kunnen pivoteren en schieten
- een screen kunnen zetten

Doel: inslijpen van screen en gebruik daarvan om vrij te komen

Organisatie:

- zodra guard 1 passt, zet center 5 een screen net binnen de bucket
- 1 snijdt daar omheen en vraagt de bal met de buitenhand bij de driepuntslijn
- krijgt de pass van 4 en neemt het schot
- 5 rolt af en krijgt de bal van 3
- 5 maakt af

Rotatie:

- passers nemen de uitgangspositie van de schutters over
- schutters vangen zelf af
- nemen de plaats van de passers over

Variatie:

- links en rechts

Teaching Points:

- schouder aan schouder langs het screen
- gebruik armen om de eigen cylinder te houden
- afrollen met het gezicht naar de bal en vragen met de hand die het dichtst bij de basket is

