



## Weave plus 2 tegen 1

- Centers + Guards + Forwards
- vanaf U14
- 3 tot 12 spelers
- per basket 1 bal
- een of twee baskets

### Vereisten:

- spelers moeten een weave kunnen lopen

### Doel:

- leren hoe je voorkomt dat jouw man de bal krijgt bij balinname
- overschakelen van puur je eigen man verdedigen naar verdedigen van een gebied
- conditie opbouwen

### Organisatie:

- 3 spelers lopen een weave nadat de eerste speler de bal tegen het bord heeft gegooid
- de man die de bal ontvangt bij de middencirkel legt die daar neer
- en gaat de tweede aanvaller verdedigen
- de speler die bij voortzetting van de weave de bal ontvangen zou hebben pakt de bal en wordt de eerste aanvaller
- MOET beginnen met een pass (dus geen dribbel)
- spelen daarna 2 tegen 1

### Teaching Points:

- verdediger wint als de eerste pass langer dan 5 seconden duurt
- als de pass toch gegeven wordt, dan positie innemen tussen de aanvallers en de basket
- verdediger zelf laten nadenken (welke speler durft niet 1 tegen 1 naar de basket, van wie moet je het schot zeker verdedigen, en van wie niet)

### Variaties:

- aanvallers laten opdrukken als ze niet scoren

- aanvallers een tijdslimiet geven (spelers op de achterlijn laten aftellen)
- tweede verdediger bij de zijlijn; mag gaan meeverdedigen als de bal binnen het driepuntsgebied is

