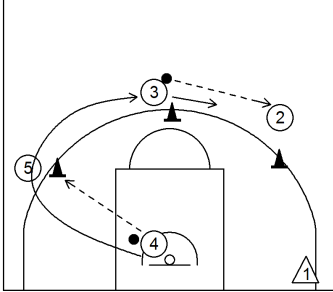




## Insnijden 2e man krijgt de bal

- forwards en guards
- vanaf U12
- 10 spelers
- 4 ballen
- twee baskets



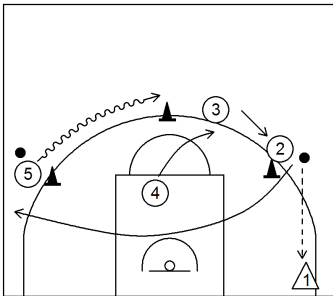
### Vereisten:

- spelers moeten een lay up kunnen maken vanuit de pass

**Doel:** aanleren loopbeweging om een andere speler vrij te krijgen + durven om de pass NIET te geven aan de eerste man die beweegt

### Organisatie:

- 3 pionnen
- vaste tweetallen



- vaste passer in de hoek van het veld
- diepe post aanpassen
- insnijden, vragen om de bal en doorlopen
- tweede insnijdende man krijgt de bal en maakt de lay up
- vangt zelf af
- passt op de oulet
- en rent naar de pion aan de andere kant van de vrije worplijn
- intussen dribbelt de man met de bal naar de volgende pion
- passt naar zijn vaste maatje
- die doorpasst naar de vaste passer in de hoek
- zelf insnijdt en vraagt om de bal (maar die niet krijgt)
- bij meer dan 10 man: 5 vrije worpen maken en dan wisselen met een vaste passer

### Teaching Points:

- de eerste man die insnijdt moet kijken naar de passer en met zijn handen vragen om de bal
- de passer moet met pass fakes zijn verdediger uit de passlijn houden totdat de tweede man insnijdt

### Variaties:

- Links en rechts

