



- forwards
- vanaf U14
- 2 of meer spelers
- 1 bal
- een basket



- Doel:**

- Organisatie:**

- coach dribbelt op de guard positie
- dreigt af en toe te penetreren en verdediger 5 moet dan instappen. Hij moet altijd ook de bal verdedigen!
- dribbelt ook af en toe naar de weak side. Verdedigers moeten dan hun man overspelen.
- forward zorgt dat hij met een in-out beweging, back door of opposten + flash vrijkomt
- help verdedigers met één voet in de bucket als de bal boven de vrije worplijn is
- op de helplijn als de bal daaronder is
- speel daarna 3 tegen 3
- speel tot de 3

### Teaching points:

- verdedigers steeds actief hun helppositie opnieuw bepalen en innemen
- als 1 direct scoort uit een lay up **alle** verdedigers opdrukken
- aanvallers aan de weak side bewegen om passlijnen te openen bij penetratie