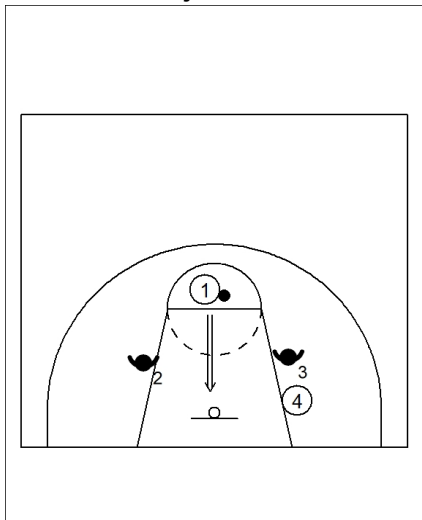




2 man achterlijn



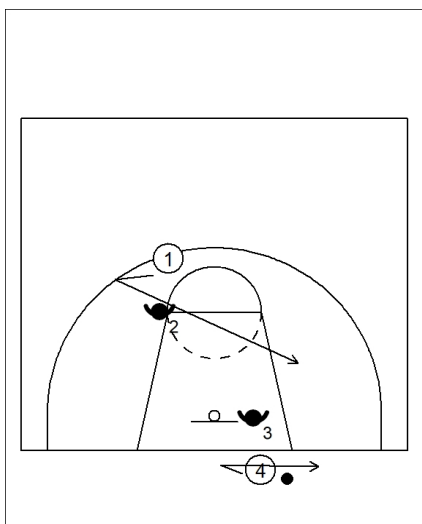
- 2 forwards/guards en 2 centers
- vanaf U14
- half veld

Vereisten:

- spelers moeten een V-cut kunnen lopen

Doel:

- balinname trainen na vrije worp of schot
- direct aanspelbaar worden na inbound pass



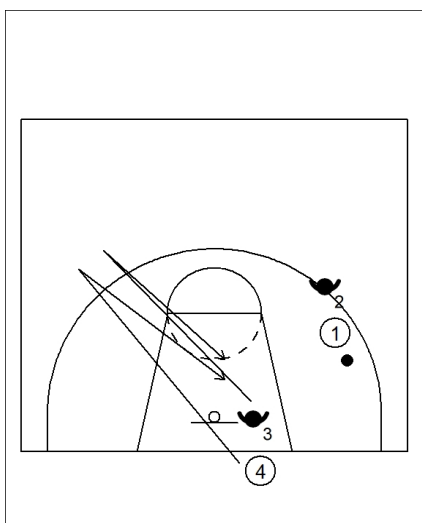
Organisatie:

- speler plukt de bal zsm uit het net en stap over de middellijn
- maakt gebruik van pass fakes
- en loopt naar links en rechts om een korte passlijn te vinden
- aanvaller 4 sprint na de inbound pass direct weg van de bal
- en zorgt dat hij met een V-cut aanspelbaar wordt

Teaching points:

- pass fakes bij inname
- lopen evenwijdig aan de achterlijn
- anticiperen op waar de medespelers vrij gaat komen en eerst een fake de andere kant op maken
- na balaanname **altijd** pivoteren met het gezicht naar de basket (zie waar de trap gaat komen **en** zie mogelijke open passlijnen voor een

snelle score)



- vrijlopen om de back door pass of lob pass te kunnen krijgen. Daardoor de verdediger richting zijn eigen basket dwingen. Daarna richting bal snijden
- handen laten zien als target
- blijven bewegen tot de bal in je handen is
- zonodig de bal met een hand off overnemen

Variaties:

- een aanvaller en een verdediger extra, die meteen na de vrije worp ruimte maken
- vanuit een vrij schot, zodat de verdediger eerst moet uitboxen en daarna snel de bal in moet nemen
- links en rechts innemen