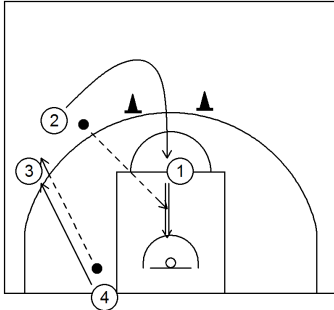




## Lay up van de trailer

### Doel:

- lay up door de trailer
- outlet pass na score
- overhead pass



### Organisatie:

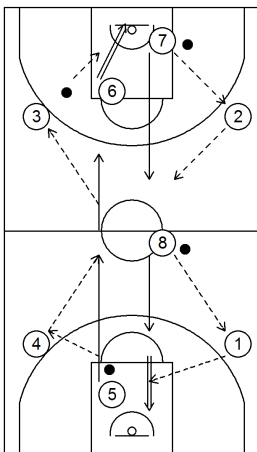
- zet 2 pilonnen buiten de driepuntslijn om de looplijn recht door het midden af te dwingen
- na score direct over de achterlijn stappen en de bal innemen
- stel een doel; bijv 40 lay ups raak

### Teaching Points:

- in de laatste stap de bal boven het hoofd brengen en het gezicht naar het veld draaien
- strakke overhead pass naar de outlet
- hoog vragen om de bal

### Variaties:

- linksom en rechtsom
- wachttijd op de forwardpositie opvullen met fake passes



### Doel:

- lay up door de trailer
- overhead pass

### Organisatie:

- 4 man lopen langs de as van het veld
- geen dribbels, alleen overhead passes
- stel een doel; bijv de eerste die 12 lay ups maakt roept "Stop"

### Teaching Points:

- strakke overhead passes
- hoog vragen om de bal
- klein sprongetje maken bij het vangen van de bal om lopen te voorkomen

### Variaties:

- linksom en rechtsom

- wachttijd van de passers opvullen met fake passes