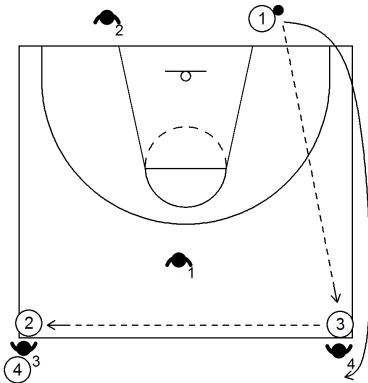


**skip 2 on 1**

- Centers + Guards + Forwards
- vanaf U14
- 8 of meer spelers
- 1 bal
- een basket

Vereisten:

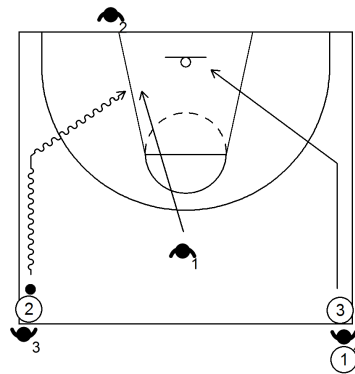
- spelers moeten op snelheid kunnen dribbelen en een layup kunnen lopen
- vanuit de dribbel een bounce pass kunnen geven met één hand

Doel:

- goede beslissingen nemen bij 2 tegen 1 uitspelen

Organisatie:

- een wit en een zwart team tegen elkaar
 - wie scoort het meeste punten in 5 minuten
 - na score of rebound passt de verdediger naar zijn teamgenoot op de achterlijn
 - met twee overhead passes gaat de bal naar de medespeler in de hoek diagonaal daar tegenover
 - die dribbelt op volle snelheid naar de basket
 - de flyer aan de weak side sprint naar de basket zodra hij gepast heeft
 - zij spelen samen de 2 tegen 1 uit
- Na een score of stop
- de aanvaller die het laatst de bal raakte gaat verdedigen
 - de verdediger passt de bal naar zijn medespeler op de achterlijn en gaat buitenom naar de middellijn
 - de man op de achterlijn gaat na de overhead pass ook buitenom naar de middellijn
 - de tweede aanvaller gaat naar achter de achterlijn
- N.B.** op de achterlijn staat tijdens de 2 tegen 1 altijd maar één man en die heeft dezelfde kleur als de verdediger

**Teaching Points:**

- als de verdediger niet in de lijn bal-basket staat, ga dan voluit door voor de lay up
- als hij wel in de lijn bal-basket staat, maak dan een jump stop
- en schiet zelf OF geef een hoge pass aan je medespeler
- DURF te schieten; jouw medespeler staat op de ideale plek voor de rebound
- het schot is vaak een bank shot (via de punt van het vierkant het bord)
- dribbel op volle snelheid
- flyer sprint op volle snelheid
- ter hoogte van de vrije worplijn pas naar binnen snijden om de ruimte die de verdediger moet bestrijken zo groot mogelijk te maken EN om de ideale hoek naar de basket te krijgen
- de pass moet hoog zijn (kan ook een bord pass zijn), zodat de flyer razendsnel kan afmaken en de verdediger geen tijd krijgt om het schot te blokken

Variante:

- met de binnenhand dribbelen
- als de verdediger in de lijn **man**-basket staat, pass dan je medespeler met een eenhandige bounce pass aan
- als de verdediger in de lijn **bal**-basket staat, een crossover naar de buitenhand maken en met een lay up scoren