



BASKET COACH.NET



Home Attacco Difesa Fondamentali Preparazione Fisica Giovanili Minibasket SKLZ News Eshop Video Contattaci

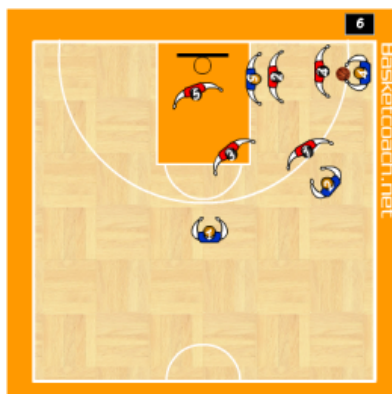
0003 - Difesa Match-up 1-2-2 - seconda parte



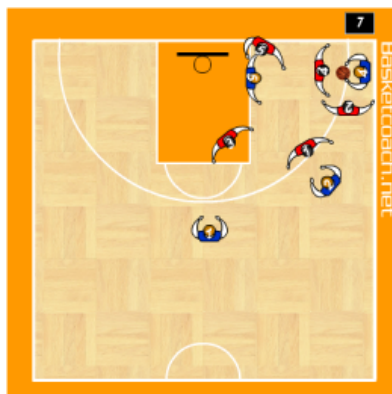
AREA PERSONALE

Opzioni difensive con la palla in angolo

Opzione A (diag. 6): X2 si trova davanti il post basso. X3 sale in punta, X1 anticipa l'ala sul lato della palla, X4 va a marcare l'angolo e X5 rimane al centro della zona.

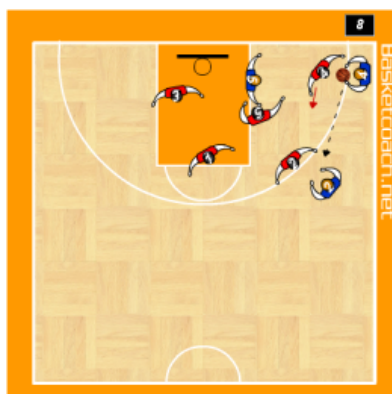


Opzione B (diag. 7): X4 e X2 raddoppiano il giocatore con palla in angolo. X5 difende sul post basso a $\frac{3}{4}$. X3 va verso l'angolo della linea del T.L. sul lato della palla e X1 difende sull'ala.



Passaggio angolo-ala destra (Diag. 8)

X4 si riavvicina al post basso.
X5 è nuovamente in linea con la palla e difende $\frac{3}{4}$ sul post basso sul lato del tiro libero.
X3 è in linea con la palla e l'angolo opposto
X2 esce sulla palla "a muro" e nega la palla al post alto.
X1 difende in posizione aperta verso la palla e chiude l'area dallo spigolo sulla linea del tiro libero



Passaggio angolo-ala sinistra (diag. 9)

Come il precedente ma con i giocatori sull'altro lato.
X5 si riavvicina al post basso.
X4 è nuovamente in linea con la palla e difende $\frac{3}{4}$ sul post basso sul lato del tiro libero.
X2 è in linea con la palla e l'angolo opposto
X3 esce sulla palla "a muro" e nega la palla al post alto.

Bentornato Federico



[Home](#)



[Associati Ora](#)



[I tuoi dati](#)



[Archivio Video Area registrati](#)

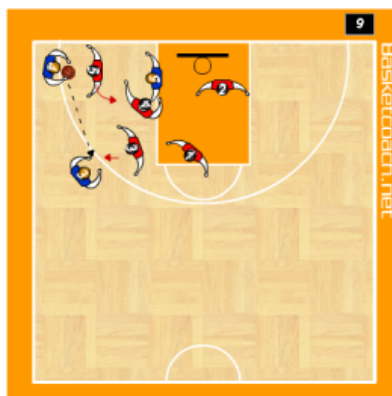


[Logout](#)



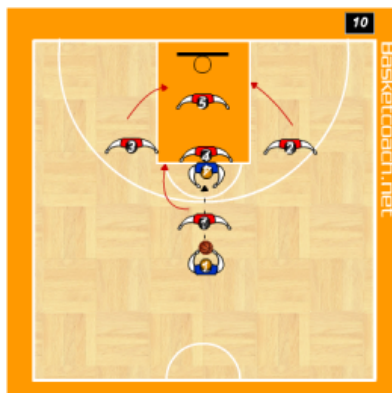
Per leggere gratis per un anno SuperBasket on-line devi prima associarti

X1 difende in posizione aperta verso la palla e chiude l'area dallo spigolo sulla linea del tiro libero.



Palla al post alto dal centro (diag. 10)

X4 sale a difendere sul post alto.
X5 scivola dietro e protegge x4 dall'1c1.
X3 e X2 si abbassano fino alla zona di post medio/basso.
X1 si gira per vedere la palla e si adegua per aiutare x4 sull'1c1 del post alto.



PARTE 1 / PARTE 3

**Tutti i diagrammi del sito
sono stati realizzati
con BKC PlayBook**



**CLICCA QUI
PER PROVARE
GRATIS**



Torna Indietro

Condividi: **OkNO**  

Televisione Svizzera

Vista dalla Svizzera l'Italia ha un sapore diverso

