

REVERSE DRIBBEL

- Evenals bij de crossover dribbel geldt hier de gulden regel: naar links met links, naar rechts met rechts.
- Bij een dribbel naar rechts wordt plotseling afgestopt, waarbij het linkerbeen voor is; in deze situatie wordt de bal beschermd door het lichaam.
- Gelijktijdig met de stop wordt gepivoteerd op beide voeten en wordt de bal, na een schuin achterwaartse stuit, van de rechterhand door de linkerhand overgenomen. Dit moment van overname lijkt dus op een crossover dribbel, maar wordt met de rug naar de tegenstander uitgevoerd.
- Vervolgens wordt voor de linkerhand een nieuwe dribbelweg "voorbereid" door de rechervoet (grote pas), rechterschouder en gebogen vrije arm naast de verdediger te brengen.
- Tijdens de actie wordt de romp zoveel mogelijk rechtop gehouden.
- Kijk op het moment van de balovername snel over je rechterschouder, zodat je je tegenstander en het speelveld weer helemaal kunt overzien.

