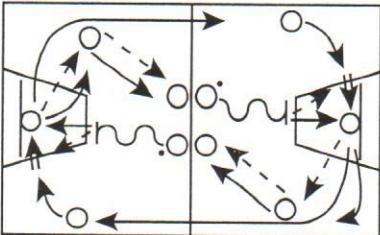
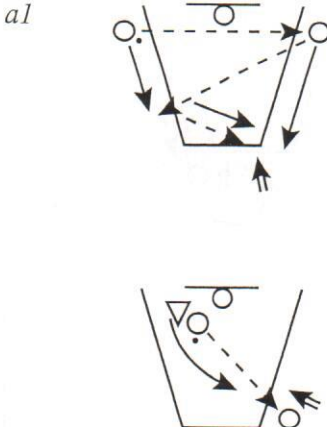
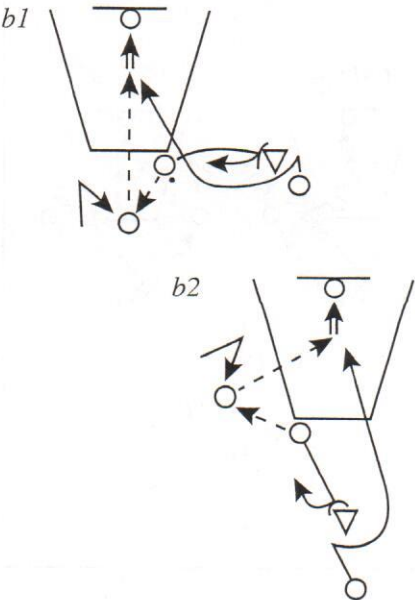


OEFENVORM	ORGANISATIE	OPMERKING
INLEIDING Sheridan drill, blok, man to man aanvallend, verdedigend/fast break, b1. Zie les p. 8		<ul style="list-style-type: none"> • Let op outlet en lay-up stop op de elleboog.
FUNDAMENTAL 1 a1 2-tal passen, schot, verdediger, rebound schot van de elleboog, na schot boxing out. a2 Zie a1, nu ook aanvallende rebound met score. a3 Zie a1, met rebound, outlet, deze aanvaller neemt schot, de rebounder gaat naar de aanvaller voor 1-1.		<ul style="list-style-type: none"> • Goed passen. • Geef de verdediger kans voor boxing out. • Neem de score. • Neem techniek boxing out door. • Neem altijd rebound. • "Vechten" voor de bal. • Bij aanvalsrebound meteen scoren.
FUNDAMENTAL 2 <i>Back screen</i> b1 High post, forward en guard bal bij high post, pass naar guard, screen op forward. b2 Bal bij high post, pass naar forward, screen op guard. b3 Met actieve verdediging. b4 Welk 3-tal voert de meeste screens uit waaruit een score valt.		<ul style="list-style-type: none"> • Timing. • Overzicht. • Goede pass. • Vertrek als screen is gezet. • Screener moet afrollen met gezicht naar de bal. • Benut dit als tweede optie.
SPEL 4 - 4 Hele veld, man to man. Vrije aanval, accent op de verdediging. Stop de dribbel, voorkom de pass.		

