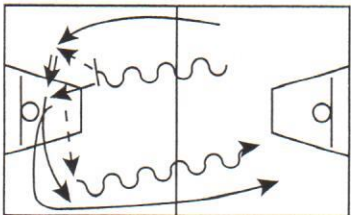
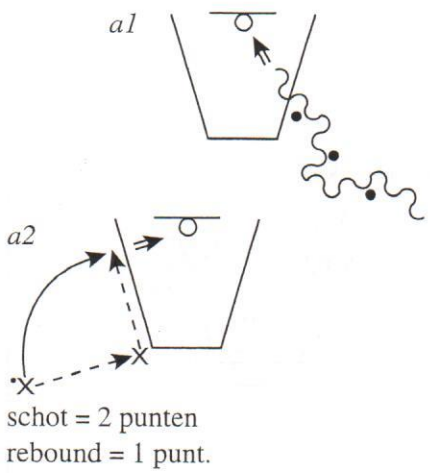
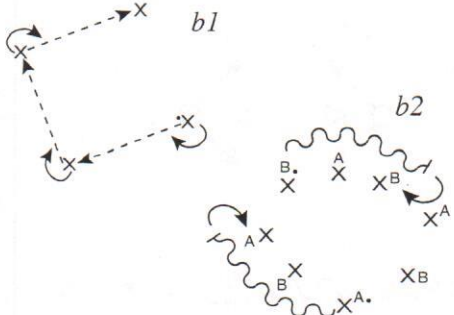


OEFENVORM	ORGANISATIE	OPMERKING
INLEIDING 2 mans break.		<ul style="list-style-type: none"> • 1-tel stop op de elleboog. • Na pass rebounden en outlet geven. • Zelf achter langs lopen. • Doorlopende oefening.
FUNDAMENTAL 1 a1 Schot vanuit slalom dribbel. a2 Schot na pass. a3 21-tigen.	 <p>schot = 2 punten rebound = 1 punt.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Overnemen hand = crossover dribbel. • Goede stop. • Onder bal doorkijken tijdens schot. • Zwanenhals. • Balans. • Na stop wijzen tenen richting bord (face the basket). • 2 teams eigen rebound.
FUNDAMENTAL 2 b1 Kring, pivot, pass. b2 Zie b1, inhaalrace. b3 Breng bal d.m.v. dribbel. b4 Wie heeft eerste 5 ronden.	 <p>Dribbel iets voorbij de medespeler maak reverse pivot geef de bal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Na pass, bal beschermen. • Pivoteren en passen. • Niet passen tijdens pivoteren. • Laatste dribbel iets hoger. • Neem de positie in van speler waar je naar toe dribbelt.
SPEL Hoepelbal Hoepels op forwards posities. In hoepel aangespeeld is score via een lay-up.		

