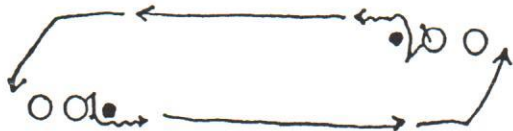


#### 4.7. Aanleren van de crossover-step:

- a. Plaats één voet schuin naar voor naast de pilon. Vervolgens wordt deze voet verplaatst naar de andere kant en naast de pilon gezet, terwijl tegelijkertijd een dribbel wordt gestart; zowel links als rechts uitvoeren.



- b. Passieve verdediger. Speler 1 passeert verdediger 2 en passt vervolgens naar 3; als 1 gepasseerd is sluit speler 2 aan achter 4; 1 wordt de nieuwe verdediger ten opzichte van speler 3. Zowel links als rechts uitvoeren.



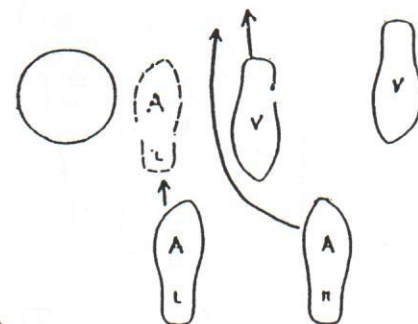
- c. Op de basket met passieve verdediger.  
d. Op de basket met actieve verdediger.

#### 4.8. Open-step:

#### 4.9. Toepassing: zie crossover-step.

#### 4.10. Uitvoering:

- Vanuit parallelstand wordt met het linkerbeen een stap gemaakt naast de rechtervoet van de verdediger.
- Aan de buitenkant wordt naast de zojuist geplaatste voet met de linkerhand een lage dribbel gestart, terwijl aan dezelfde zijde, tussen de bal en de tegenstander, het rechterbeen instapt. Deze stap wordt ingezet door de rechter schouder.
- De dribbel wordt door het gehele lichaam beschermd.
- Aan de totale beweging kunnen andere schijnbewegingen vooraf gaan.



#### 4.11. Fouten:

- a. Pivotvoet(rechts) wordt opgetild voordat de bal de grond raakt (loopregel).

#### Correctie:

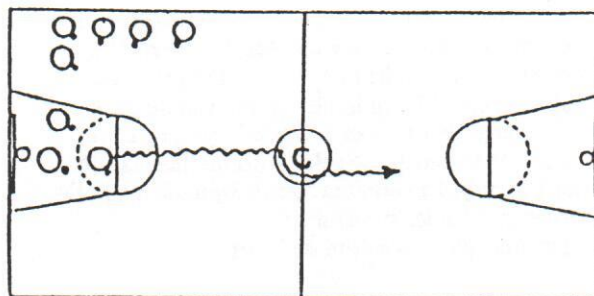
- a. Pivotvoet in kleine cirkel plaatsen.

#### 4.12. Aanleren: zie 4.7.

#### 4.13. Verandering van richting en snelheid door middel van verschillende dribbeltechnieken: zie hiervoor desbetreffend hoofdstuk.

#### 5. Extra oefenstof

- a. Alle spelers een bal. De spelleider stelt zich op in het midden van de zaal. Dribbel naar hem toe en passeer met een crossover-dribbel.



- b. Als oef. a; passeer met behulp van een andere schijnbeweging.