

5 man weave

Erstellt durch: Marco Prey für ein Interview auf playbb.de

	<p>Die 5 Spieler haben das Ziel, den Ball so schnell wie möglich nach vorne zu passen. O5 hat den Ball und wirft ihn gegen das Brett, um den Rebound zu holen. Dies ist das Startzeichen, um den Drill zu beginnen. O5 passt den Ball zur nächsten Position, hier O1. O1 passt ihn weiter nach vorne zu O4. O4 passt weiter zu O3 und O3 schlussendlich für den Abschluss zu O2. Wie beim Dreierlauf läuft jeder Spieler seinem Pass nach und wechselt damit die Spur. Der Ball wird immer zum nächsten Spieler gepasst, der weiter vorne ist, egal in welcher Spur er sich befindet. Ist der Ball beim vordersten Spieler und dieser kann den Ball nicht weiter nach vorne passen, so dribbelt er weiter zum Korb. Es wird nie ein Pass auf gleicher Höhe oder nach hinten gespielt.</p>
	<p>Ist der Ball im Korb, macht ein anderer Spieler als der, der den Korb erzielt hat den Einwurf und der Drill geht auf die andere Seite zurück. Optimalerweise wird der Ball von z.B. O5 zu O2 hinter die Grundlinie gepasst und O2 macht dann schnell den Einwurf. Das ist die schnellste Variante, der derjenige, der den Korbleger macht nach seinem Sprung ohnehin weit hinter dem Korb landet.</p> <p>Der Drill läuft entweder 6 mal hin und her oder bis zu der Anzahl von 6 erfolgreichen Abschlüssen.</p>