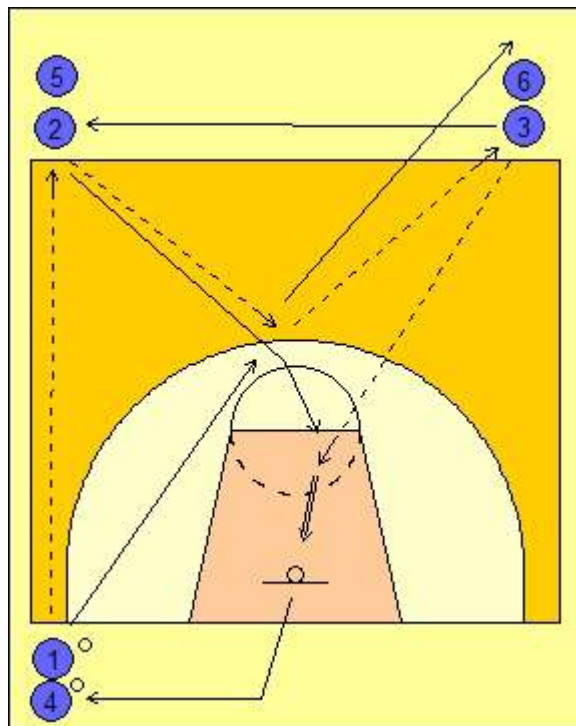


Passdreieck Abschluss Korbleger

Spieler (optimal)  6	Spieler (min./max.)  6/9	Altersklasse  U14	Bälle  2	Körbe  1
--	--	---	--	--

Übungsbeschreibung:

- Aufstellung wie auf der Abbildung. Die Bälle gehen unten links in den Corner.
- Spieler O1 passt zu Spieler O2, läuft Richtung Drei-Punkte-Linie, erhält von O2 den Pass zurück und passt direkt zu Spieler O3.
- Spieler O2 läuft nach dem Doppelpass zu O1 Richtung Korb und erhält von Spieler O3 den Ball zurück.
- Abschluss Korbleger
- Spieler O1 stellt sich hinter O3 an, O3 stellt sich hinter der Gruppe von O2 an. O2 holt nach dem Korbleger seinen eigenen Rebound und passt den nächsten Spieler im Corner an und stellt sich dort auch an.



Variation

- Übung spiegelverkehrt (Die Gruppe im Corner wechselt auf die rechte Seite)

Lerneffekt/ Ziel der Übung

- Passen in die Bewegung
- Korbleger

Organisation/ Bemerkungen:

- Schnell und genaue Pässe. Der Ball soll möglichst schnell weitergepasst werden.

Durchführung in Trainingsphase:

Enthält folgende Elemente:

Warm up	Warm up2 (2. Übung)	Mitte	Ende	Cooldown	Dribbling/ Ballhandling	Passen/ Fangen	Lay up	Wurf	Kond.	Koord.	Defense	Spiel
X						X	X					