



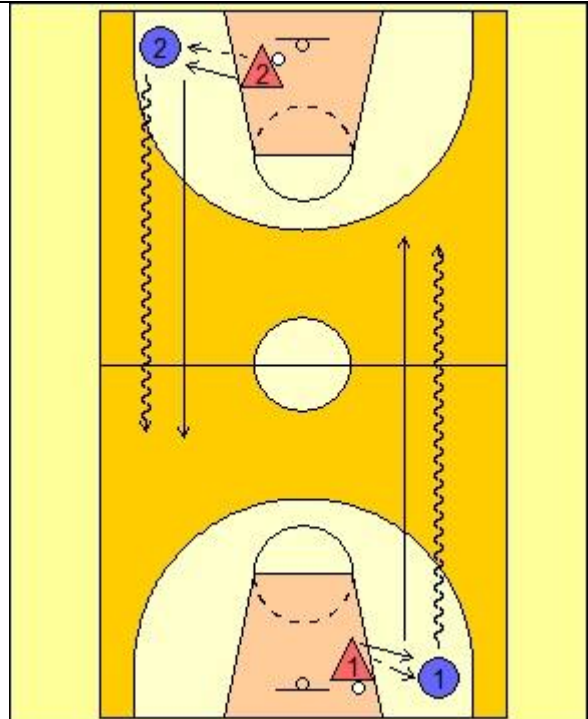
## Verteidigen der Korb- Korb- Linie

**Spieleranzahl:** egal, jeweils 2 Spieler zusammen

**Benötigte Hilfsmittel:** je Zweiergruppe ein Ball, ganzes Feld

**Übungsablauf:**

- Der Verteidiger V1 passt zu O1.
- Danach macht er einen schnellen Schritt Richtung Dribbler und geht in die Verteidigungsposition (Jump to the Ball).
- Ziel ist es den Dribbler so seitlich zu verteidigen, dass er nicht Richtung Korb-Korb-Linie dribbeln kann.
- Der Dribbler geht mit 60-70% Richtung Mittellinie und versucht Richtung Korb- Korb-Linie zu kommen.
- Dies soll verhindert werden, indem der Defensespieler immer auf Höhe des Dribblers bleibt. Etwa 5 Meter hinter der Mittellinie wird die Übung ohne Korbabschluss abgebrochen. In die andere Richtung tauscht Offense und Defense.

**Variation**

- Die Offense kann nach und nach Richtung 100% gehen. Vorher müssen aber die Basics eingeübt werden.

**Lerneffekt/ Ziel der Übung**

- Lernen den Dribbler an einer Seite zu halten und ihm nicht die Möglichkeit zu geben zum Spielaufbau in die Mitte (Korb-Korb-Linie) zu kommen.

**Organisation/ Bemerkungen:**

- Wichtig ist das der Verteidiger nicht Richtung Dribbler springt, da er in dem Moment in der Luft nicht reagieren kann. Gefordert ist ein schneller, flacher Schritt Richtung Dribbler, der in der Defensegrundstellung endet.

**Durchführung in Trainingsphase:**

- Mittelteil (Übung nur gut aufgewärmt durchführen)

**Altersklassen:**

- Ab U14

**Enthält folgende Elemente:**

- Defense
- Dribbling