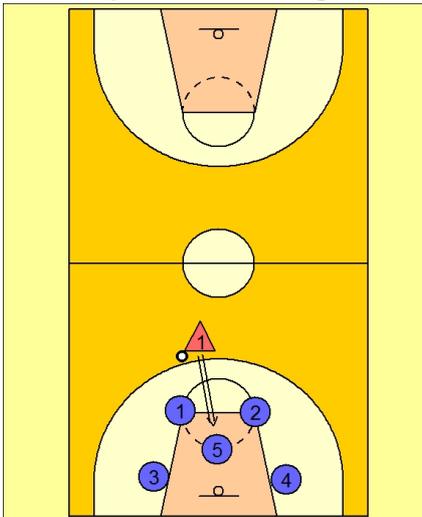


030 beispiel für einen org. fb

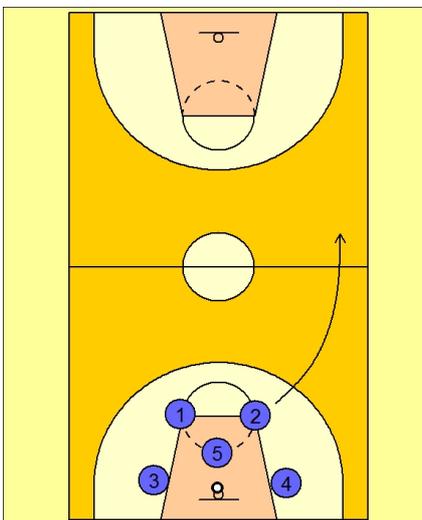


Ein organisierter Fastbreak mit anschließender Early Offense setzt genaue Laufwege voraus.

Daher kann man diese Art von Fastbreak am Besten aus einer Zonenverteidigung starten, weil dort jeder Spieler eine zugewiesene Position in der Defense hat.

In diesem Beispiel wird von einer 2-1-2 Verteidigung ausgegangen.

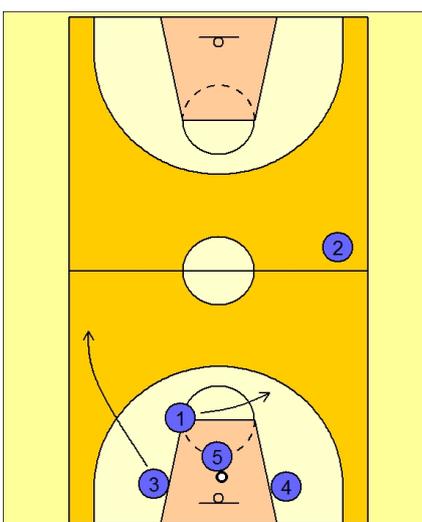
Der Fastbreak beginnt mit dem Wurf des Gegners (hier V1)



O2 (der rechte Flügel) startet sobald der Wurf die Hand des Werfers verlassen hat.

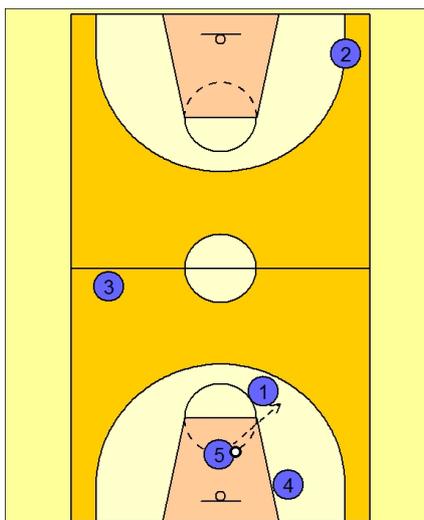
Alle anderen Spieler boxen aus und kümmern sich um den Rebound.

O2 sollte aber auf Höhe der Mittellinie mal einen Blick riskieren, ob sein Team wirklich den Rebound bekommen hat ;-)



Sobald der Rebound in den Händen der Defense ist (hier O5), startet O3 auf der linken Außenbahn nach vorne.

O1 bietet sich mit einem Cut im Outlet Bereich an.

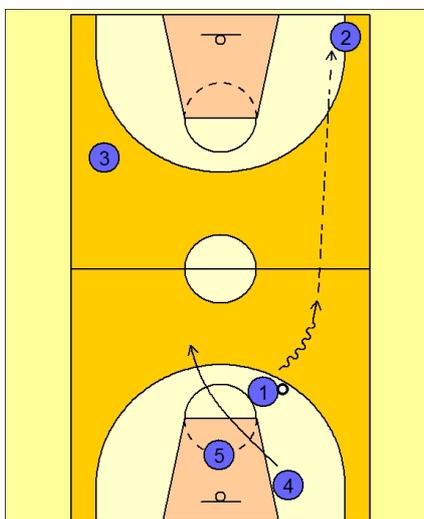


O5 passt O1 den Ball in die Bewegung.

O2 läuft in den rechten Corner.

O3 läuft auf der linken Außenbahn weiter nach vorne.

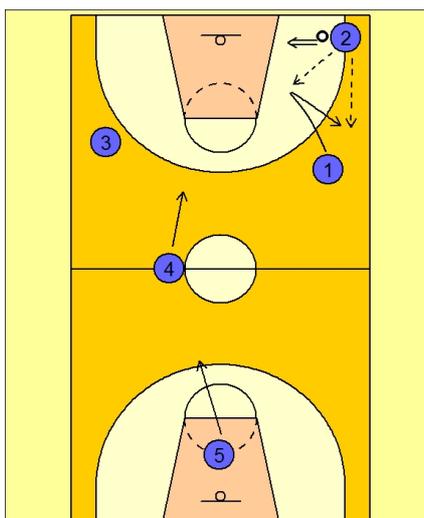
O4 wird zum schnellen Center, weil er nicht den Rebound bekommen hat. Grundsätzlich gilt: Wer den Rebound bekommt ist der langsame Center.



O1 bringt den Ball nun über die rechte Seite und soll den Ball möglichst schnell zu O2 in den Corner passen.

Durch diesen Pass soll die zurücksinkende Defense direkt wieder gebunden werden.

O4 belegt die linke Mittelbahn auf dem Weg nach vorne.



O2 hat nun folgende Optionen:

Zunächst soll ein Wurf aus dem Corner angetäuscht (und ggf. auch mal genommen werden). Dazu ist ein genauer Pass von O1 sehr wichtig.

O1 bietet sich nach dem Pass mit einem Cut in die Zone an.

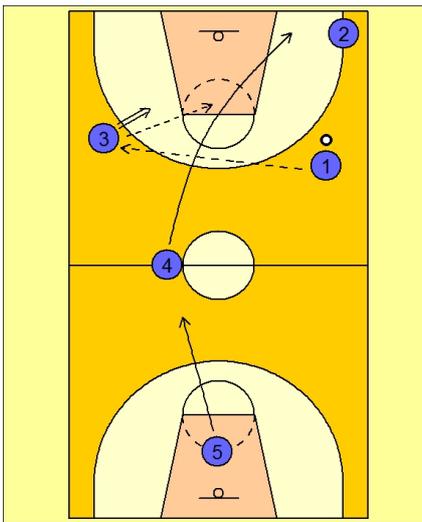
Nun folgt die anschließende Early Offense:

Bekommt O1 dort nicht den Ball geht er wieder nach außen und fordert dort den Ball.

O4 läuft weiter nach vorne.

O5 folgt O4 im Abstand von 4-5 Metern

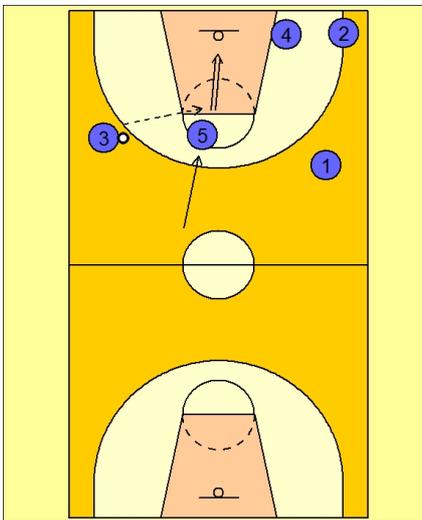
O3 hält die Position und ist ständig bereit einen Pass entgegenzunehmen.



O1 passt den Ball weiter zu O3. Werden die Pässe schnell gespielt hat O3 eine gute Wurfoption.

Ansonsten ist es das Ziel O4 in der Bewegung anzupassen, der dann mit einem Korbleger oder Nachdistanzwurf anschließen kann.

Bekommt er nicht den Ball geht er auf die tiefe Position auf der Weakside.

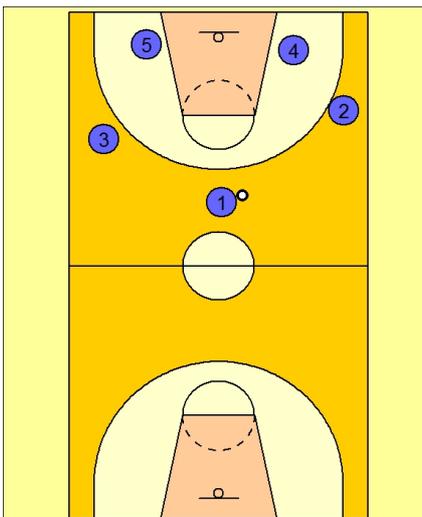


O5 folgt O4 und erhält auf Höhe der Freiwurflinie den Ball und kann von dort einen freien Wurf nehmen.

Weitere Optionen ist ein Korbleger oder ein Pass zu einem freien Mitspieler.

Bekommt O5 den Ball nicht geht er auf die linke, tiefe Position.

Nun ist nach dem Fastbreak auch die Early Offense abgeschlossen und man kann ist Setplay gehen.



Dies ist nur ein Beispiel für einen möglichen organisierten Fastbreak mit anschließender Early Offense.

Wichtig ist:

- Laufwege einhalten
- Timing (bei Pässen und Cuts)
- Spacing