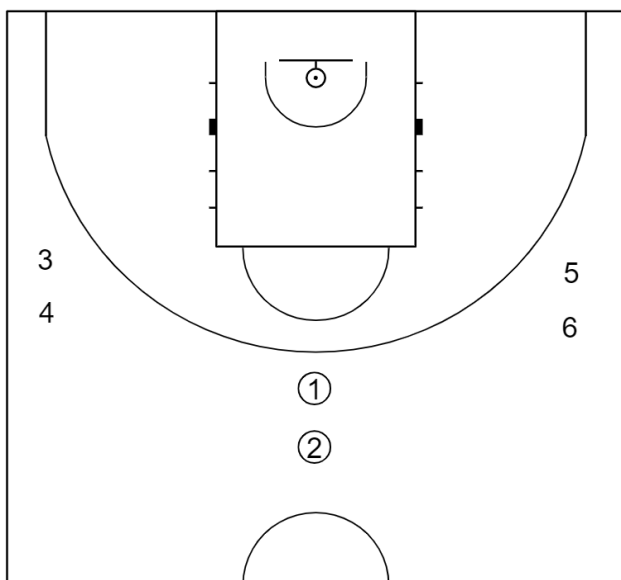


Double dribble at 3 vs 0

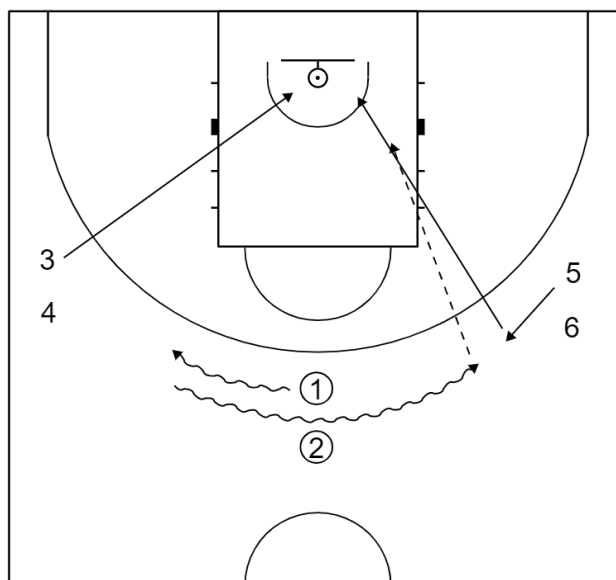
Oefenen van een double dribble at

Aandachtspunten	Variatie/Progressie
• Speler met bal in triple threat en moet snel beslissen links of rechts • Snijder moet na 1 dribbel reageren • Snelheid opvoeren voor dribble at en snijden • Let op: Lege plekken opvullen	• op andere plekken ronde de 3 puntslijn



Organisatie

- 3 teams op top en de wings
- Spelers op de top hebben een bal



Uitvoering

- 1 Dribble At 3, 3 snijdt, 5 vult op
- 1 draait (behind back/between legs) om
- 1 Dribble At 5, 5 snijdt
- 1 passt de bal naar 5 die scoort
- 1 naar rechter wing, 3 naar midden, 5 naar linker wing