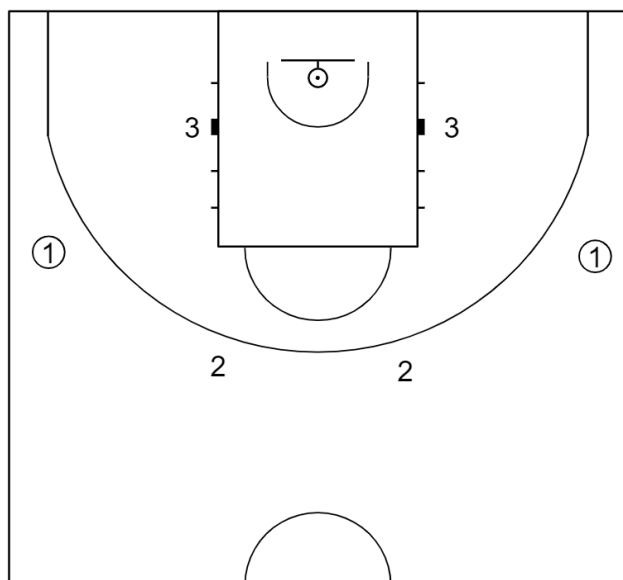


Laker cut low

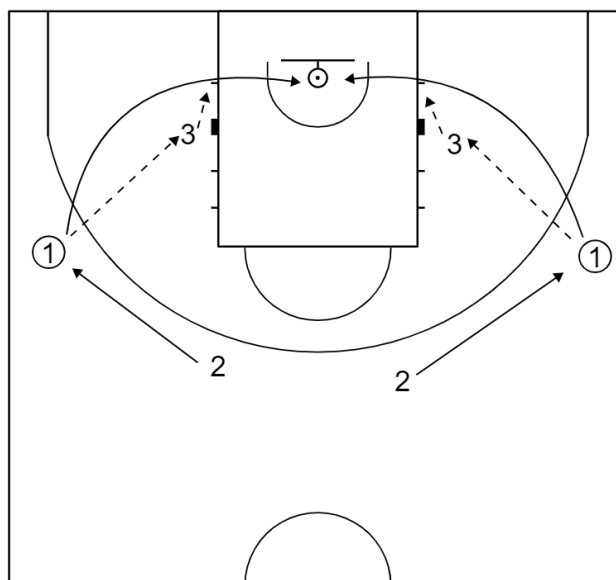
Doel van deze oefening is het oefenen van een pass naar de post en dan snijden naar de basket (een Laker cut low)

Aandachtspunten	Variatie/Progressie
• Snelheid van snijden • Chin the ball door de post • Voldoende ruimte tussen snijder en post speler	• Behind the back pass post • Hand off pass post • Drop pass • Scoren met jumpstop, fake, bankshot • Fake door de post (links & rechts)



Organisatie

- Oefen met 2 van teams van 3 op 1 helft
- Spelers 1 hebben een bal op de wing
- Speler 3 op de post positie
- Speler 2 staan op de top



Uitvoering

- 1 passt naar 3 en snijdt laag naar de basket
- 2 vult op
- 3 passt de bal terug naar 1 die scoort