

Es

betrifft:

Basketballoffense

Angriff gegen eine Mann – Mann/Verteidigung.

Dieses Angriffsmodell  
verspricht eine  
Angriffssteigerung bis zu 30  
%

Die folgenden 4 Angriffs – Möglichkeiten von Angriffssystem Chamäleon, gegen eine Mann – Mann/Verteidigung.

Chamäleon 1 die 5er-Rotation

Chamäleon 2: die 4er-Rotation

Chamäleon 3: die 3er-Rotation

Chamäleon 4: die Mühle

Die folgenden Angriffsüberlegungen von Chamäleon 1 bis 4 mit stets wechselnden Positionen und wiederkehrend in ursprünglicher Aufstellung. (Rotation -Angriffssystemen gegen Mann – Mann Verteidigung).

Dabei kann sich der Trainer aller vortaktischen Elemente bedienen

- a) 1 gegen 1 (auf die Position 1, 2, 3, 4 und 5)
- b) Direkten ( pick and roll ) und indirekten Blocks (parallel zum Korb, seitlich hin diagonal zum Korb oder hin zur Grundlinie.
- c) z. Korbschneiden
- d) kreuzen, parallel zur Grundlinie, oder kreuzen über Position 5.

und sind in allen Angriffsüberlegungen (a - d) aufbaubar.

Meine Erfahrung, nach 30-jähriger Trainertätigkeit, waren extrem positiv.

Dieses zu erläutern ist nur in einem mehrseitigen Buch möglich.

Ich stelle mich zur Verfügung

für Trainer:

die Interesse an der Einzelheit haben, diese auf der praktischen Ebene einzuführen.

Community:

elinas@web.de

@ Kein Honorar, NUR Fahrgeld, falls außerhalb Kölns.