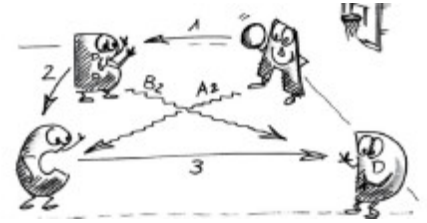


Basketball: Verbotener Durchgang

In dieser Übung wird nach einem kleinen Einstieg ein «Zwei gegen zwei» auf ein halbes Spielfeld gespielt. Die Grundaufstellung bestimmt welche zwei Spieler zusammen ein Team sind.

A, B, C und D stellen sich im Quadrat auf: A spielt den Pass von der Grundlinie zu B, der dem seitlich vor ihm stehenden C zuspasst. C spielt den Ball zu D auf der Grundlinie zu. Wenn A den Pass gespielt hat, läuft er in der Diagonale zu B und wird zu dessen Verteidiger. B macht dasselbe bei D. Jetzt wird 2 gegen 2 gespielt, A und B sind Verteidiger. Die vier folgenden Spieler halten sich für ihren Einsatz bereit, sobald der Ball nicht mehr im Spiel ist (Korb oder von den Verteidigern abgefangen).



Quelle: mobilepraxis 18/2006, Véronique Kein, Karin Hauser, Michel Chervet



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO