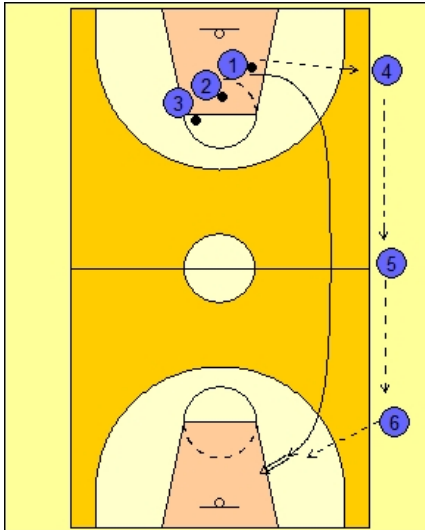


Autor: Sarah Gampe Head-Coach U18 wbl.
Systemname: Fast Passing & Shooting
Kategorie: Kombi-Drill
Erstellt am: 11.2.2009



Kurzbeschreibung: Eine Kombination aus schnellem Passen und Abschlüssen aus vollem Lauf.
Organisation: Mind. 5 Spieler, 2 Bälle



Es werden 3 Spieler gleichmäßig aufgeteilt an der Außenlinie benötigt. Diese fungieren beim ersten Sprint als Passstation. Der erste Spieler mit Ball, hier O1, sprintet zum Korb, sobald er den Pass zu O4 gespielt hat. O4 passt schnell weiter zu O5 und dieser weiter zu O6. Der Ball soll bei O6 angekommen sein, sowie sich O1 auf Höhe der Dreierlinie befindet. O6 spielt O1 einen Pass in den vollen Lauf. Hieraus wird entweder ein Wurf oder ein Korbleger genommen. Der Werfer füllt die Position von O6 auf, O6 rückt auf die Position von O5 usw.