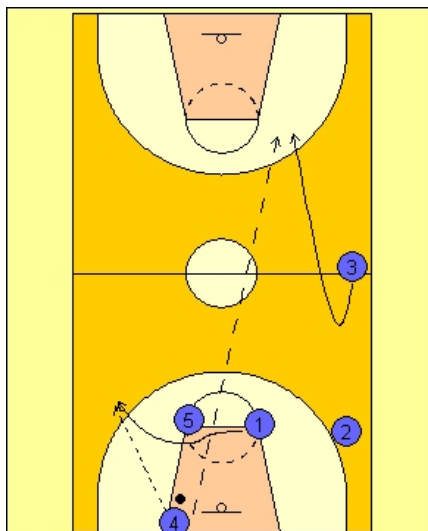
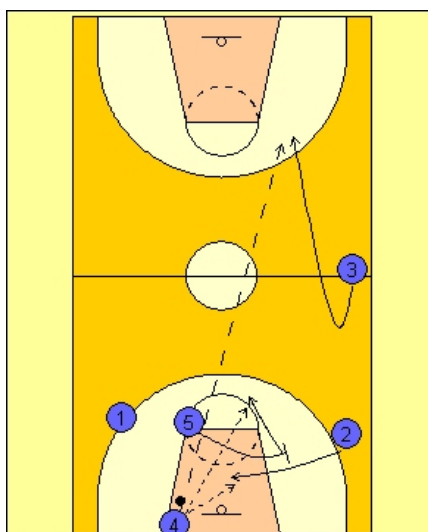


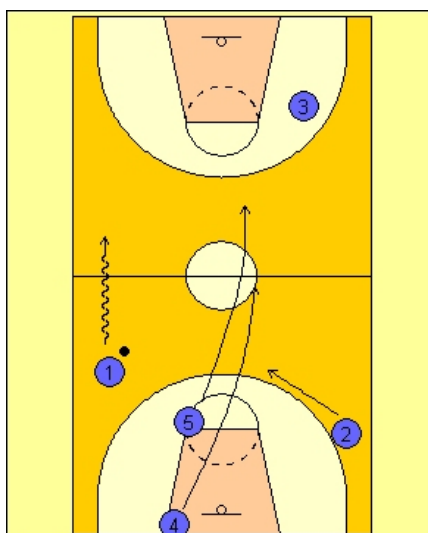
**Kurzbeschreibung:** Dieser Press Break funktioniert gegen eine Mannpresse und bietet dem angreifendem Team diverse Möglichkeiten den Ball ins Spiel zu bringen. Eignet sich gut für Jugendteams und ist schnell zu erlernen.



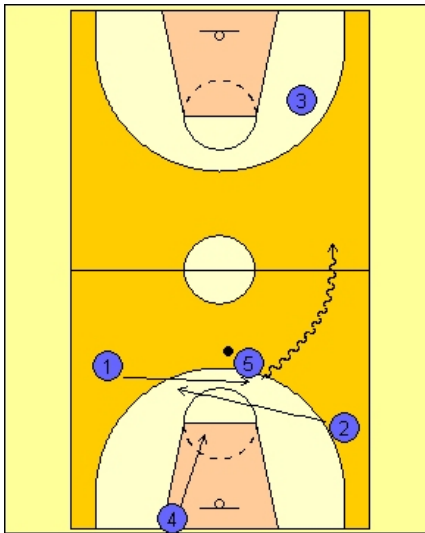
Da in den Spielen meist ein ein Center den Einwurf macht, übernimmt diese Aufgabe auch hier ein Center. Kann aber auch jeder andere Spieler machen. Wichtiger, als die Frage des Einwerfers, ist es, dass die Spieler sich schnell aufstellen und der Press Break flüssig abläuft. Die 1 nutzt die 5 als Block. Abhängig von der Defense läuft die 1 unterhalb der 5 entlang oder oberhalb der 5. Zeitgleich geht die 3 auf den Ball zu, um nach wenigen Schritten sich schnell einzudrehen und nach vorne zu laufen. Der Einwerfer hat die Möglichkeit den langen Pass auf die 3 zu spielen oder die 1 anzupassen.



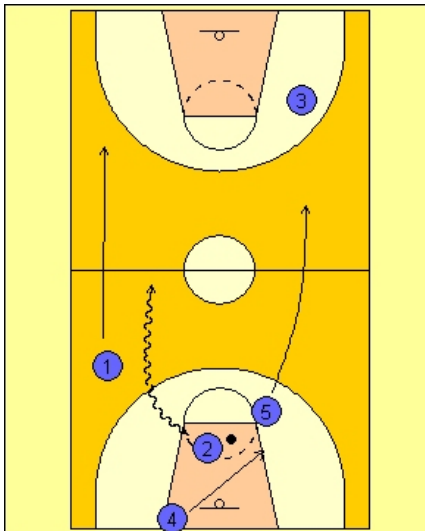
Ist der Pass auf die 1 oder 3 nicht möglich, so stellt die 5 auf der Weakside einen Block. Die 2 nutzt den Block und schneidet abhängig vom Verteidiger ober- oder unerhalb des Blocks auf den Ball zu und kann angespielt werden. Nach dem Block rollt die 5 nach oben zur Dreierlinie ab und kann ebenfalls noch angepasst werden.



Bekommt die 1 den Ball, so dribbelt sie weiter nach vorne und kann eventuell mit der 3 noch im Überzahlspiel abschließen, da sich die restlichen Verteidiger noch hinter dem Ballniveau befinden. Die 4 und die 5 laufen auf der mittleren Spur nach vorne und bieten sich nacheinander als Trailer an. Die 2 bleibt hinter der 1 und fungiert als Safety, sollte sich die 1 z.B. verdrribeln und den Ball aufnehmen müssen.



Bekommt die 5 den Ball, so sichert die 5 den Ball und wartet auf die 1, der der Ball übergeben wird (Hand-off). Die 1 leitet dann den Ballvortrag ein. 4 und 5 besetzen wieder die mittlere Spur, während die 2 wieder als Safety fungiert.



Bekommt die 2 den Ball, so leitet die 2 auch den Ballvortrag ein. Die 1 fungiert in dem Fall als Safety und die 4 und die 5 besetzen wieder die Mittelspur.