

Manuel Anglese

Juego por conceptos. Ofensiva 4 por afuera 1 interior

Importante usar los 60 grados en los dos perfiles y el quiebre de la línea de tres puntos (donde comienza la línea recta) en sus dos perfiles y 1 en el poste medio.

Intentamos anotar rápido de bandeja o tiros de "PRACTICA" TIROS SOLOS SIN OPOSICION (pie firme)

Nunca realizamos dos penetraciones seguidas

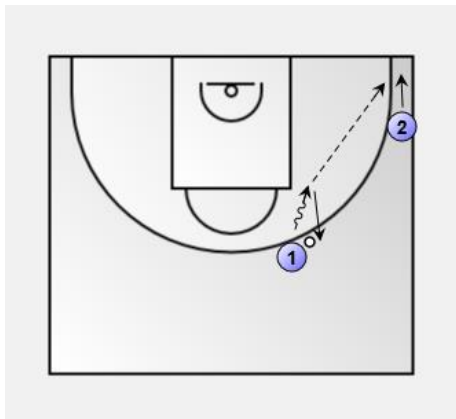
Y si el balón viene en un sentido penetrar hacia el lado contrario

Este es un sistema de toma de decisiones, hay que tomar decisiones

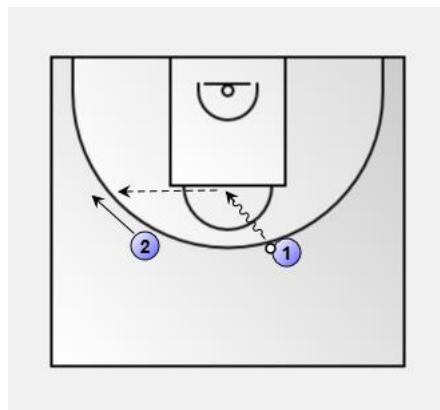
Penetraciones cortas el jugador reubica en el mismo sector que salió con pasos hacia atrás

Penetraciones largas si pasa el balón se va al lado contrario corriendo

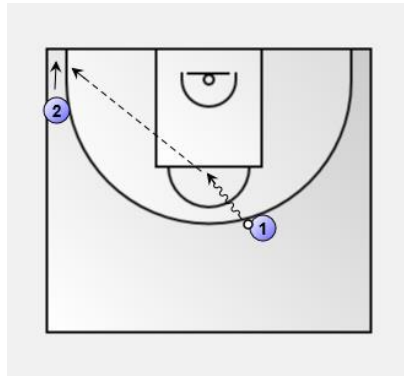
Ejercicio 2 x 0 Hacia el fondo (comportamientos cortos)



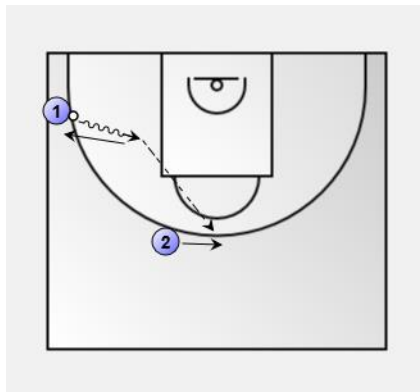
Hacia el centro



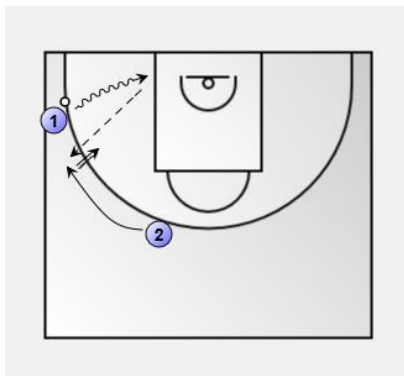
Penetración corta, comportamiento corto de jugador ubicado en "el quiebre" de la línea de 3 puntos



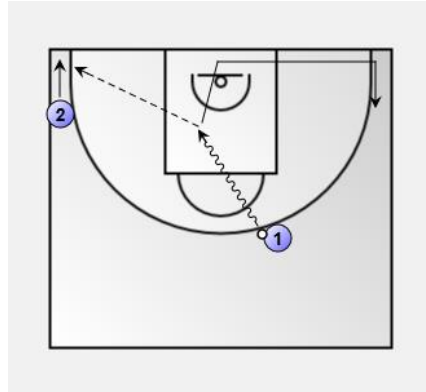
2 x 0 desde el quiebre hacia el centro sin pisar pintura



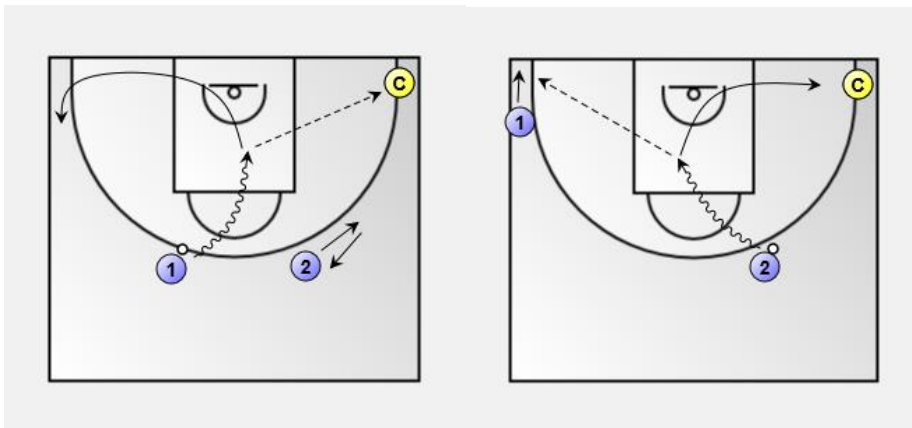
Penetración hacia el fondo, comportamiento largo a la espalda



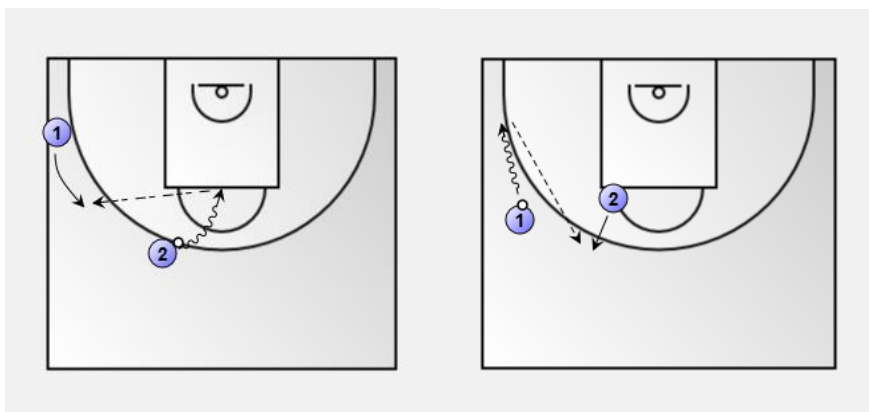
Penetración larga, comportamiento corto (ocupo el lado contrario)

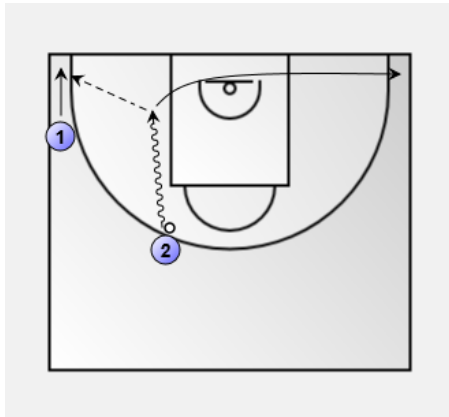


2X 0 usando un entrenador para la ejercitación

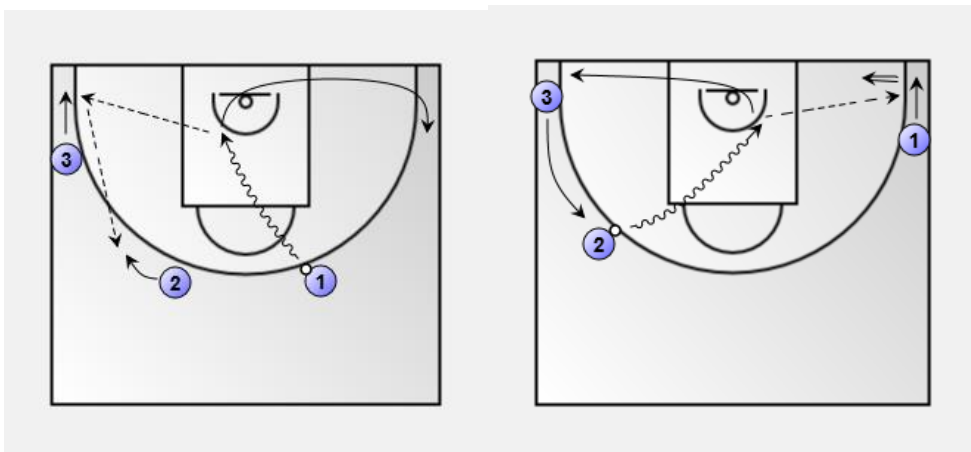


Penetración corta y comportamiento largo, reubicación, más penetración larga y comportamiento corto

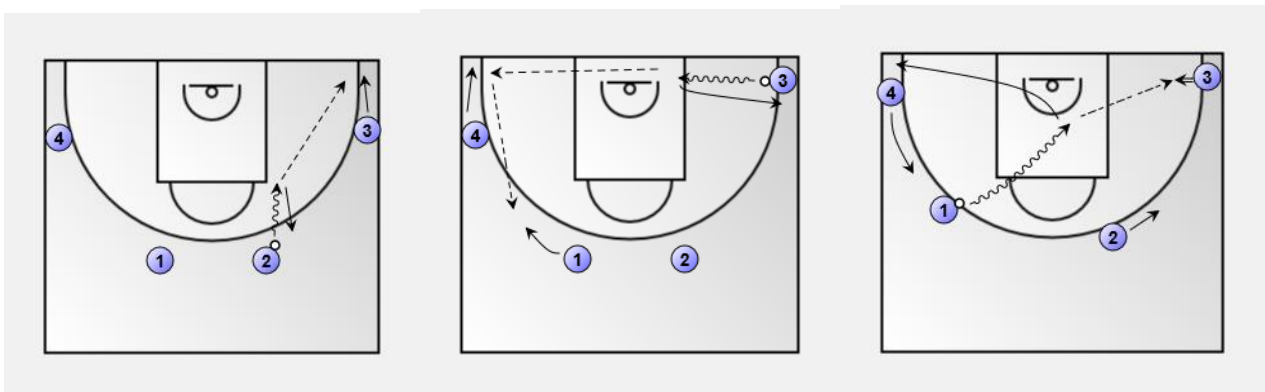




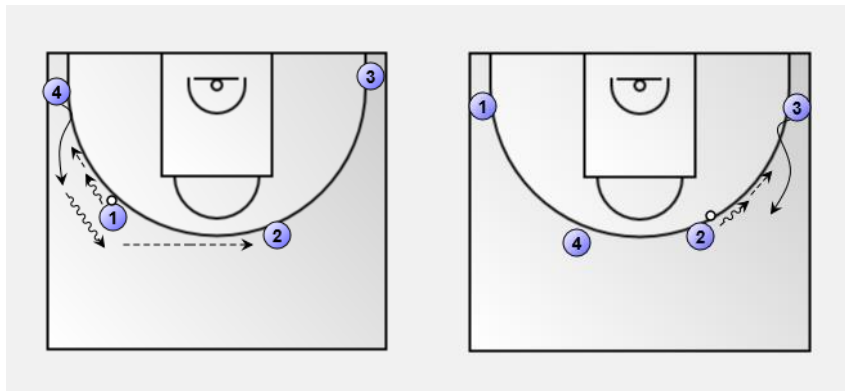
3 x 0: Penetraciones largas a y comportamientos cortos y largos



4 x 0



Misma idea, pero con el concepto “suelto” (soltar balón y cambiar posición)

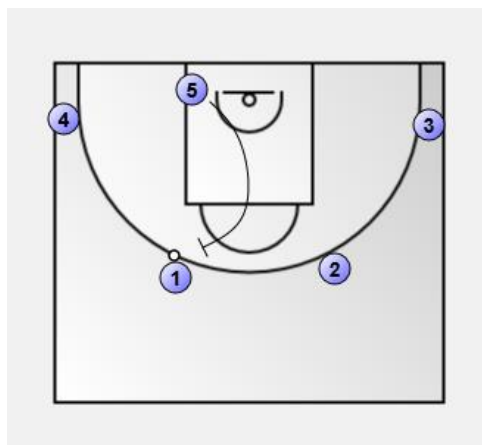
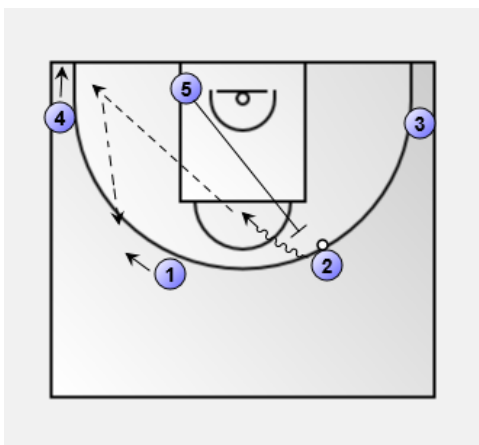


Inicio Ofensiva 4 exteriores 1 interior con estos comportamientos

Pick and roll: Pecho

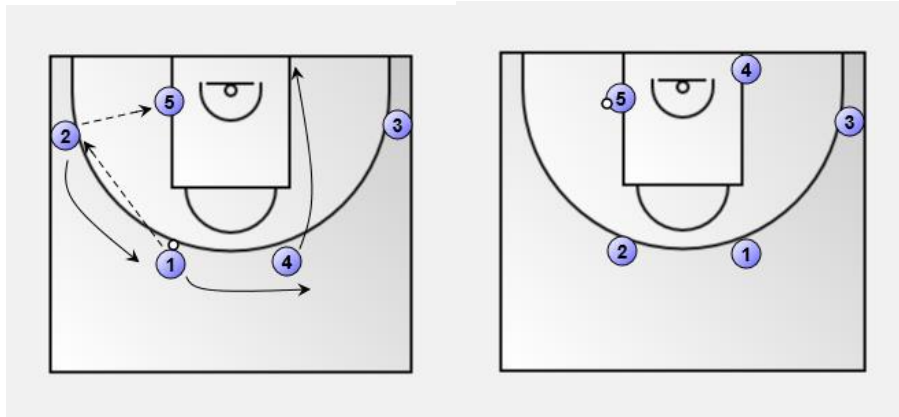
A) Carrera diagonal del 5 si el balón está del lado contrario

B) carrera en “u” si el balón esta del mismo lado (la cola al córner)



Cuando el balón llega al poste bajo le liberamos el espacio del frente al grande para que no tenga el estrés de la defensa del mismo lado

5 corta o 4 corta al dunker para jugar bajo-bajo, 1 reemplaza al grande y 2 va a lo de 1



Si un perimetral tiene poco lanzamiento exterior, el 4 queda abierto y ese perimetral utiliza la posición del dunker.