



XAVI PASCUAL:

Balance Defensivo

Lo que más preocupa a Xavi Pascual del aspecto defensivo es no encajar puntos en los primeros 8 segundos de posesión (componente emocional muy importante) y no encajar puntos en rebote de ataque. *El balance defensivo debe construirse tras pérdida de balón o rebote defensivo.*

DEBE TRABAJARSE creando reglas y hábitos de reaccionar rápidamente para defender.

Tras pérdida de balón

En las inversiones de balón, puede darse el caso de que éste se pierda.

- Cuando sucede, el jugador más cercano no debe ir a parar el balón, sino a proteger la canasta.
- El segundo jugador más cercano a balón sí va a parar balón (ya no es el último hombre) siendo su objetivo principal hacer que jugador con balón retrase el ataque (forzar a algún cambio de mano). Tercer y cuarto hombre protegen aro para coger al último jugador (siempre viendo a balón).
- El último hombre (4 o 5) hacen balance defensivo hasta abajo o hasta triple en función de las características del jugador que corre en transición

Nuestro agradecimiento a Emiliano Arce por este resumen libre