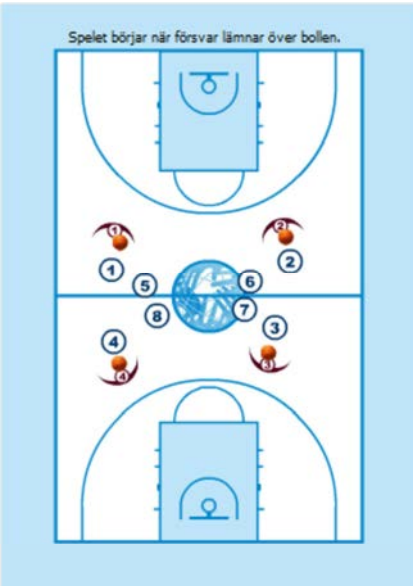
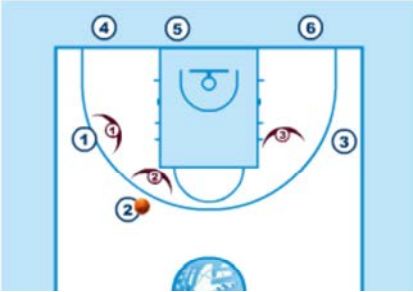
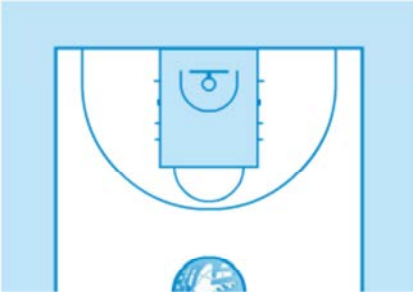




**SBBF**  
HU15 (2011/2012) Miki Herkel pass 1

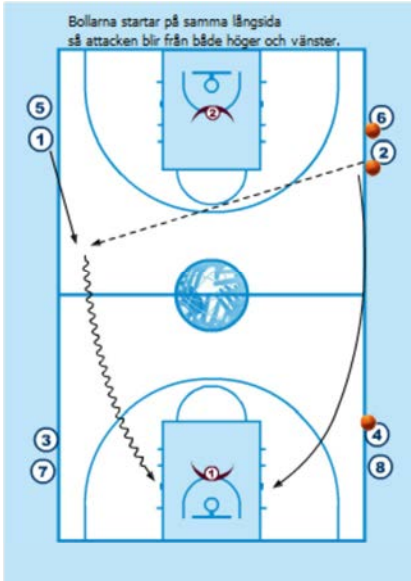
**25.05.2012**  
**00:00 - 01:30**

Topics:	Spelförståelse	Practice <b>1</b>
Goals offense:		
Goals defense:		
Players:	0	

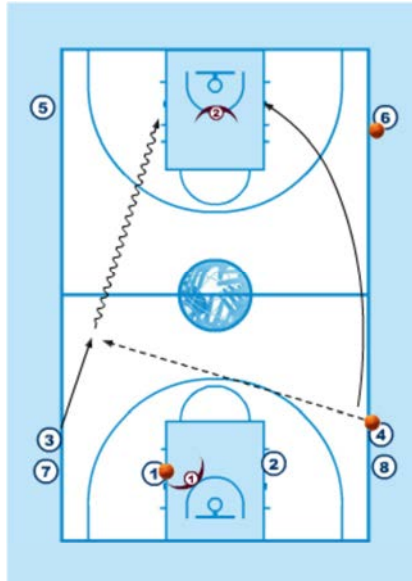
No.	Time	Text
No: 1		
		
4 5 6	00:00 00:15	Basketsmart 2 mot 1 2 mot 1 med tempo.  Nästa par startar när gruppen framför i samma riktning avslutat.  Regler endast en pass och ett skott efter på främre planhalvan. Poäng samma försvar. Miss den som gör misstaget försvar! d.v.s. den som missar öppet skott eller den som passar sin kompis i dåligt läge.
1	00:25	1 mot 1 1 mot 1 på 1/4 dels basketplan, start ett par meter in på planhalvan.  Alla fyra grupperna kör samtidigt, anfallande spelare tittar upp och ansvarar för att inga farliga situationer uppstår. Poäng eller anfallsretur samma försvar. Vinnare byter led. Spela tills poäng eller stopp.
2	00:35	3 mot 3 en korg utan studs. Spel till ett mål. Vinnare stannar nytt försvarande lag in. De lag som gör poäng skall passa ut bollen utanför trepoängslinjen efter poäng.
7 8 9	00:50	T-game screen 3 mot 3 Spel 1/4 basketplan Poäng samma anfall. Nytt försvarande lag varje bollinnehav. Alltid starta post screen.
10 11 12	01:10	Horn Pick'n'roll 3 mot 3 start horn.  Poäng samma anfall. Nytt försvarande lag varje bollinnehav. Alltid starta med hornsreen.
No: 2		
		
No: 3		
		
<b>Notes</b>		

No: 4

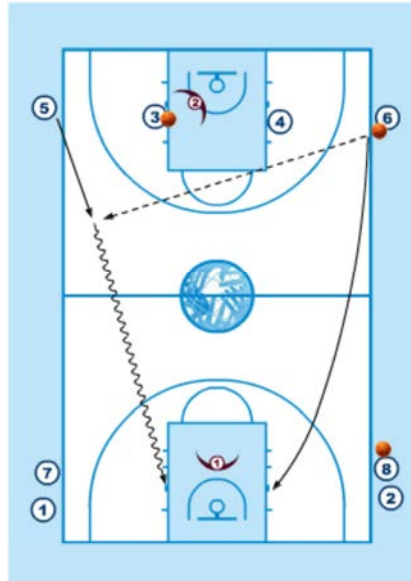
Bollarna startar på samma långsida så attacken blir från både höger och vänster.



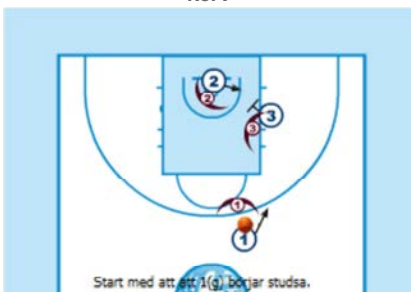
No: 5



No: 6



No: 7



Start med att ett 1(g) börjar studsa.

No: 8



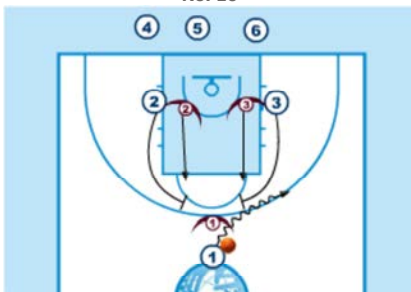
2 skall skapa läge genom att använda screen. Skott vinge, curl, fade till horn eller backdoor.

No: 9



Om bollen passas in till post spelare från vinge till guard.

No: 10



No: 11



No: 12



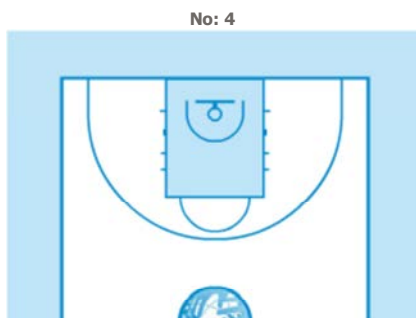
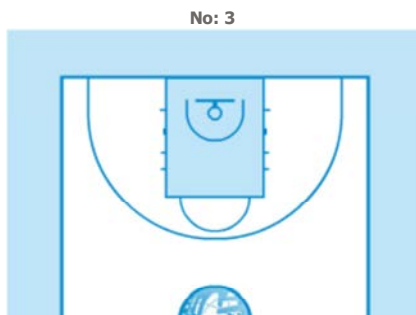
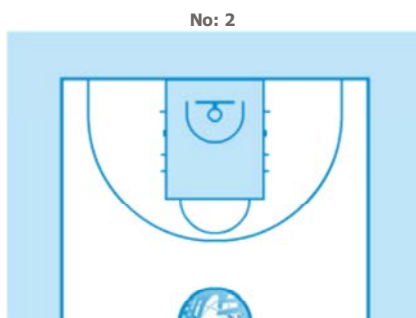
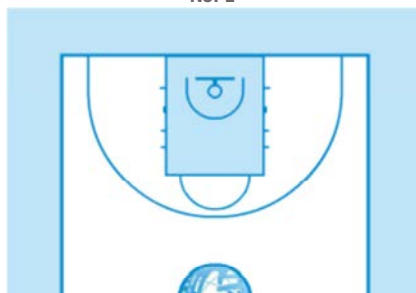


**SBBF**  
HU15 (2011/2012) Miki Herkel pass 2

**26.05.2012**  
**00:00 - 01:30**

Topics:	Spelförståelse	Practice <b>2</b>
Goals offense:		
Goals defense:		
Players:	0	

No.	Time	Text
<b>No: 1</b>		
	00:00	Basketsmart
5 6	00:15	S:t Jeans Försvarspositionering
7 8		
9		
10		
11	00:30	Flyg med boll 2 mot 2 spel vinge icke bollsida låg post. Liknande storlek på spelare på vingarna alltid.
12		
13		
14		
15		
16	00:40	4 mot 4 transition Nytt anfallande lag in när anfallet gör poäng eller försvar erövrar bollen.  Regler försvarande grupp startar alltid uppspelet med första pass efter retur, stöld eller poäng. Inkommande anfallare får inte börja springa förrän bollen gått i korgen eller erövrats av försvaret.
17		
18		
19		
20		
21	01:00	T-game screen 3 mot 3 Spel 1/4 basketplan Poäng samma anfall. Nytt försvarande lag varje bollinnehav. Alltid starta post screen.
22		
23		
24		
25	01:15	Horn Pick'n'roll 3 mot 3 start horn.  Poäng samma anfall. Nytt försvarande lag varje bollinnehav. Alltid starta med hornscreens.
26		
27		
28		
<b>Notes</b>		



No: 5



No: 6



No: 7



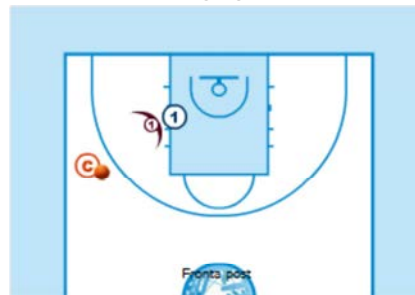
No: 8



No: 9



No: 10



No: 11



No: 12



No: 13



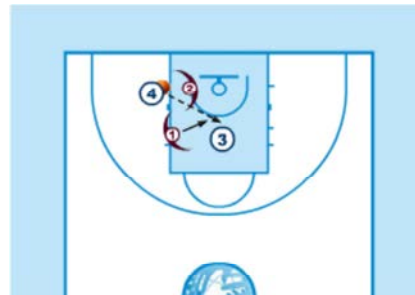
No: 14



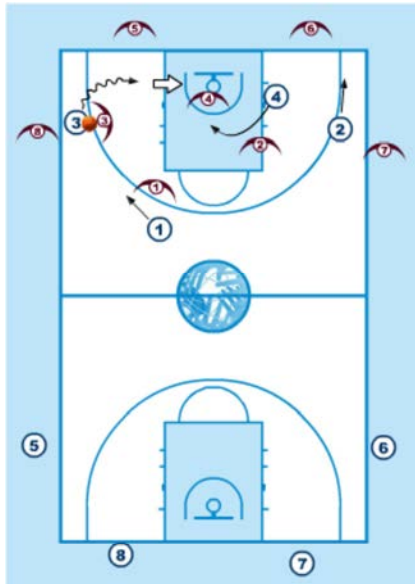
No: 15



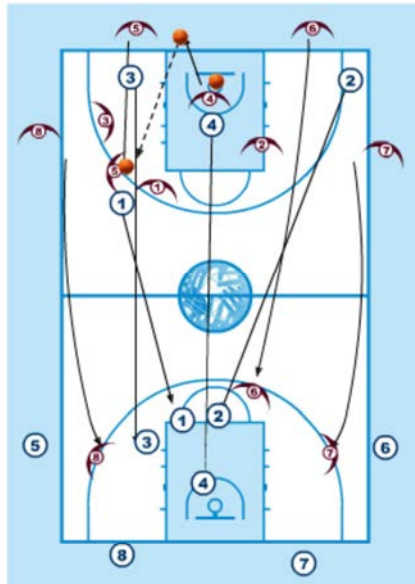
No: 16



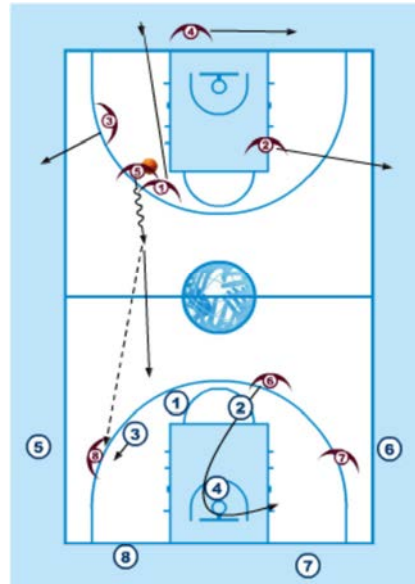
No: 17



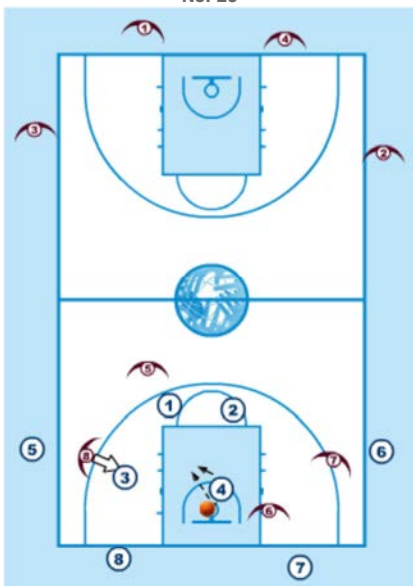
No: 18



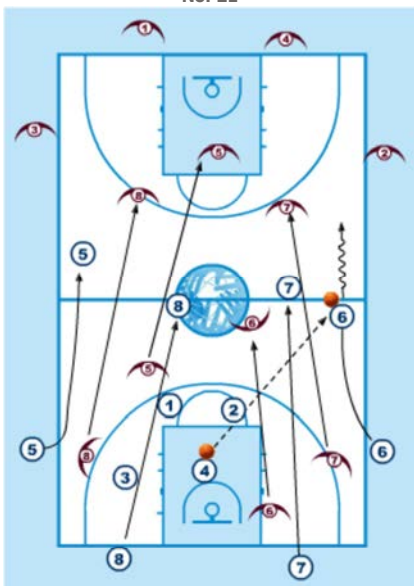
No: 19



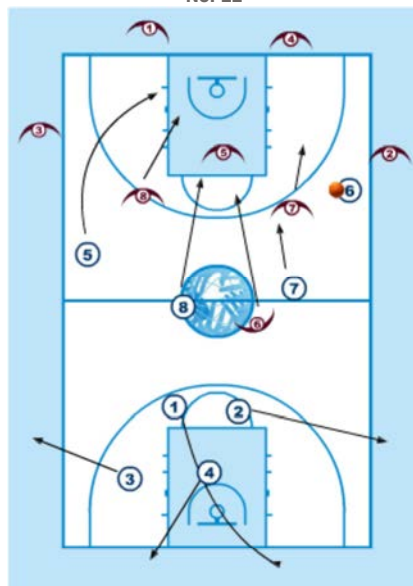
No: 20



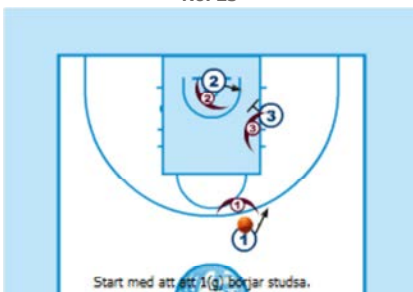
No: 21



No: 22



No: 23



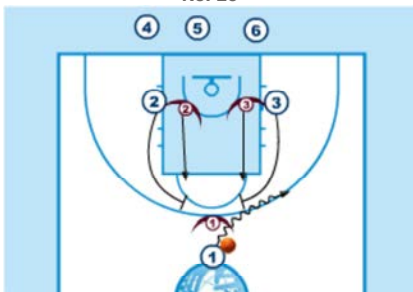
No: 24



No: 25



No: 26



No: 27



No: 28

