

# Sisäpelaaminen 1

---

2.1 KORIPALLOVALMENTAJAN JATKO-OPINNOT



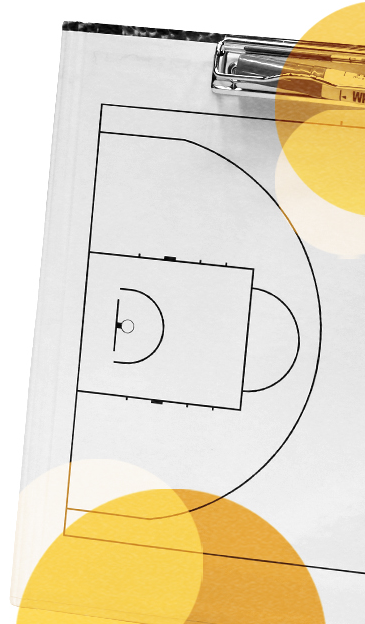
# Sisäpelaaminen

## Tavoitteet

INSIDE AND DIVE

ASEMAN VALTAUS JA KORINTEKO

LEVYPALLOPELIN MERKITYS



# Sisäpelaaminen

Tavoitteena lisätä pelaamista syvyyssuunnassa

1. SYÖTÄ PALLO AINA SISÄÄN, KUN MAHDOLLISTA
2. FRONT RIM – MID POST – EXTENDED POST
3. INSIDE + DIVE
4. INSIDE + PASS PASS





# Sisäpelaaminen

Tavoitteena lisätä pelaamista syvyysuunnassa

1. 4-4 + coach jatkuvana ½ kentällä, Inside and dive
2. 1-1 + syöttäjä aseman valtaus
  - Front rim, post, ext post (Quided defense)
3. 3-3 ”kolme levypalloa”
  - Kolme eri lähtöä (dive, kaarijuoksu, lift)
4. 4-4 LPP, Inside and dive



REFLEKTOIVAA,  
JÄIN  
MIETTIMÄÄN

INSIDE AND DIVE

ASEMAN VALTAUS JA KORINTEKO

LEVYPALLOPELIN MERKITYS

*TIETOJA  
TAITOJA  
ASENTEITA*

VAHVISTAVAA,  
VANHAN  
KERTAUSTA

UUDISTAVAA