



Hyökkäysactionin pilkkominen harjoituskokonaisuudeksi

Lassi Tuovi
Nuorisovalmennus-
seminaari
Kisakallio 10.1.2015



SUOMEN
KORIPALLOLIITTO

BASKET.FI

Lassi Tuovi

- 2004-2014 LrNMKY
- 2010--> Susijengi
- 2013&2015 Universiaadit
- HKVT 2010



10.1.2015



SUOMEN
KORIPALLOLIITTO

BASKET.FI



10.1.2015



SUOMEN
KORIPALLOLIITTO

BASKET.FI



10.1.2015



SUOMEN
KORIPALLOLIITTO

BASKET.FI



10.1.2015



SUOMEN
KORIPALLOLIITTO

BASKET.FI



10.1.2015



SUOMEN
KORIPALLOLIITTO

BASKET.FI



10.1.2015

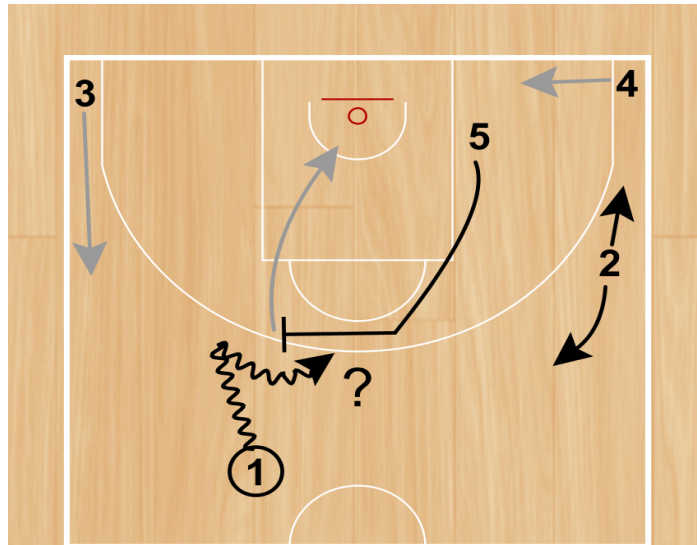


SUOMEN
KORIPALLOLIITTO

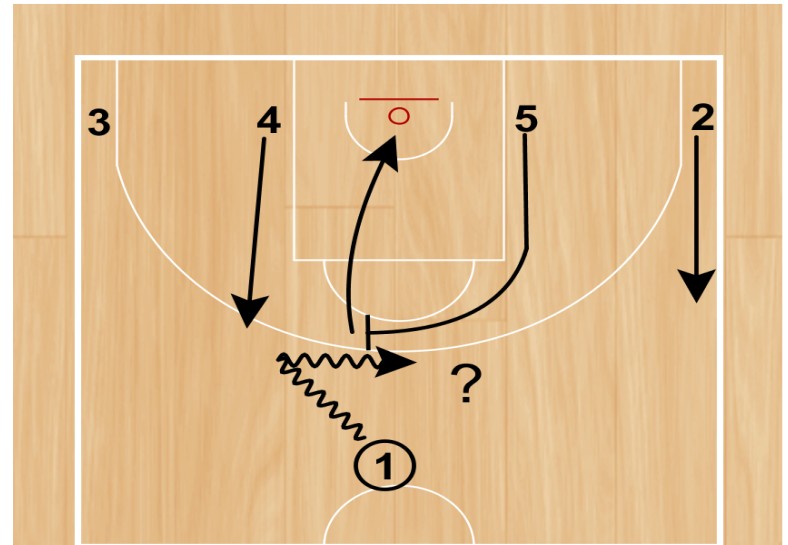
BASKET.FI

Pallollinen screeni

Tähti harjoitus
Kisakallio



Tähti harjoitus
Kisakallio





10.1.2015



SUOMEN
KORIPALLOLIITTO

BASKET.FI



10.1.2015



SUOMEN
KORIPALLOLIITTO

BASKET.FI



Basics

Valmista - ”jekuta” - käytä hyvin

Juokse - ”jekuta” - Lue&osu screeni



20/22

Passive (Soft hedge / wall)

- | | | |
|--------------------------------|-----------------------------|----------------|
| 1. Shoulder attack Jumpshot | 2. Pass (bounce 1,5/lob 2.) | 3. |
| 1. Run | 2. RTD | 3. Hit--> Roll |

...20...



10.1.2015



SUOMEN
KORIPALLOLIITTO

BASKET.FI



20/22

Under

1. Screen angle
2. Attack
3. Re-screen

Fan

1. Turn screen
2. Split to the middle
3. Attack -handoff

BASKET.FI

20/33

...Hard hedge... (22? 33?)

...Pick n pop side or soft roll...

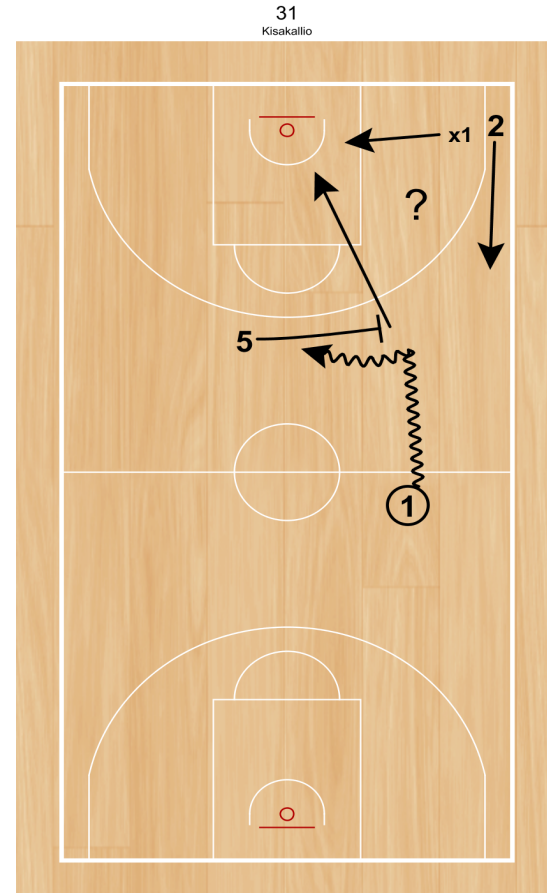
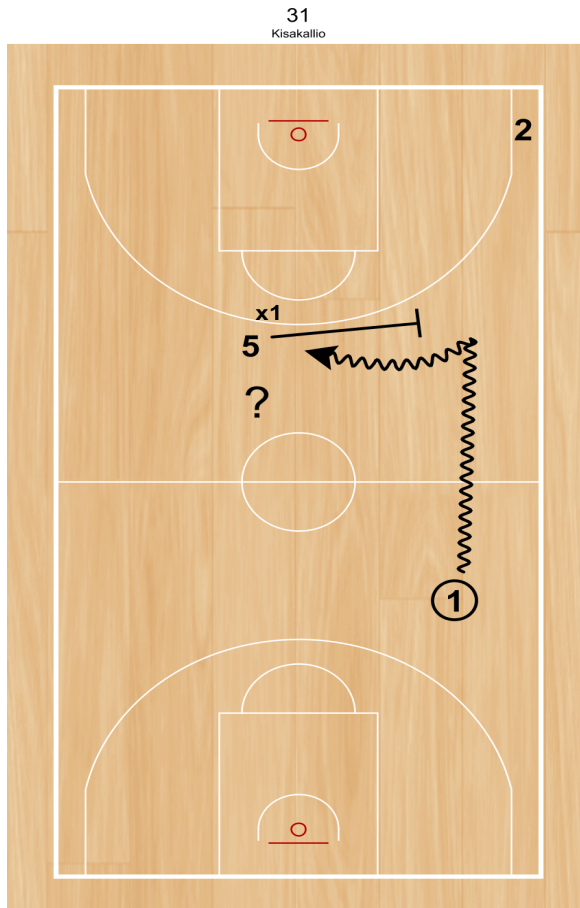
...20 mix soft roll / roll...

(22 - 2 passes)

(22 - cones)

Liikeradat

Valinnat → Puolustus





33 & 10

33 Read and React

Offense- Defense- Out

→ *Defense - Offense - Out*

2 coaches zipper

10

3 tempos

BASKETBALL

Cross screen

**CROSS
SCREEN
OFFENSE**

BASKETBALL

Cross screen

10

20/22

30/31

33 R&R

KORISTA 24/7

BASKETBALL

Cross screen

...Back screens...

...Down screens...

...Flare screens...

...Flat screens...