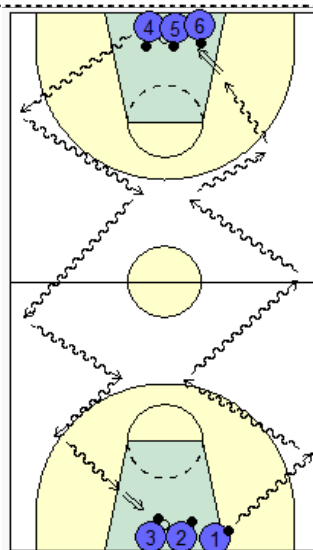


Equipo : Grupo 6 / Sesión de mañana (2) / Pista lateral /  
Duración 1:30

**Entrenadores :** *Vicent Hervás García, Raúl Rivera Pérez y Antonio Oviedo Soler*

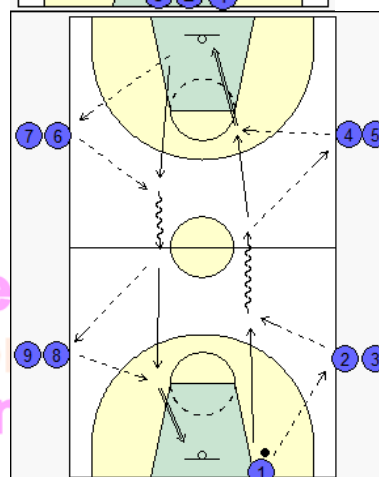
### 1/DRIBLING CON BALON

Dos filas opuestas en la pista. Los jugadores salen hacia la otra canasta realizando cambios de dirección y de ritmo. Los entrenadores eligen que cambio realizar y como se termina la acción.



### 2/PASES CON CUATRO POSTES EXTERIORES :

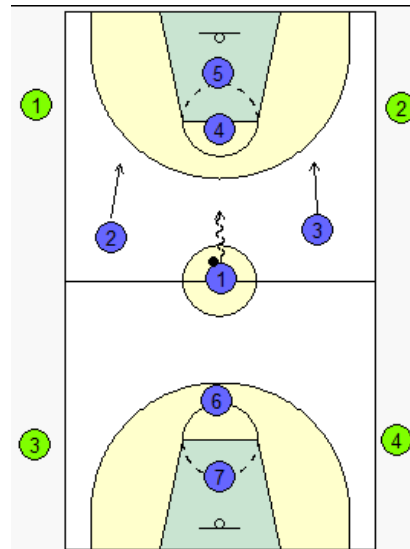
Uno sale pasando y recibiendo de los cuatro postes exteriores finalizando en las dos canastas. El último poste coge el rebote y empieza. Los postes van a la siguiente posición. El que acaba va a la primera posición.



**Escuela  
Región  
Entrer**

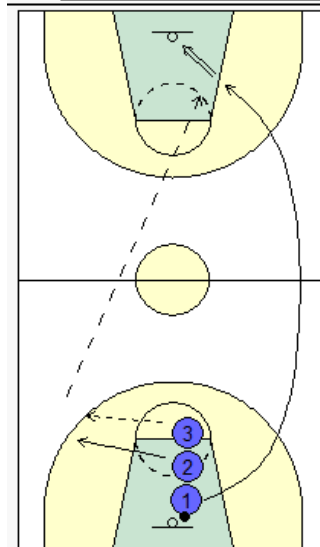
### 3/ONCE

Ataque continuo 3c2, el que coge el rebote sale con los dos exteriores hacia la otra canasta.



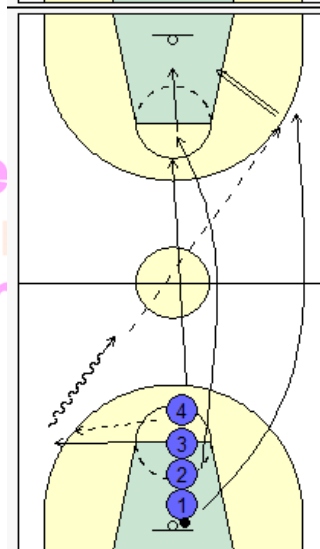
### 4/ CONTRAATAQUE TRAS PALMEO CON TRES JUGADORES.

Salen en tríos. Uno tira al tablero y corre por un lado hacia la otra canasta. Dos palmea abriéndose al lado contrario, tres rebotea pasando a dos este pasa a uno que es quien termina.



### 5/CONTRAATAQUE TRAS PALMEO CON CUATRO JUGADORES.

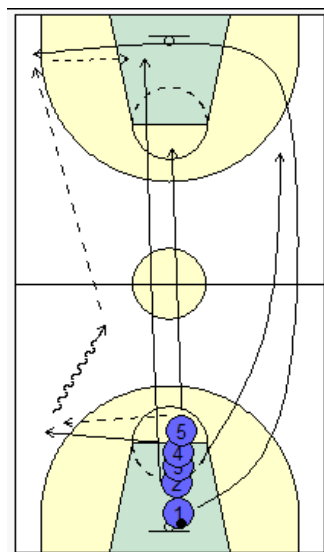
Salen en tríos. Uno tira al tablero y corre por un lado hacia la otra canasta. Dos palmea y se abre al lado contrario. Tres rebotea y pasa a dos, para que pase a uno para terminar.



**6/CONTRAATAQUE  
PALMEO CON  
JUGADORES. TRAS  
CINCO**

Salen en grupos de Cinco. Uno corre de alero y corta al lado opuesto. dos corre hasta poste bajo. Tres sigue a uno que ocupa la posición de alero.

Cuatro se abre y pasará a un alero. Cinco que rebotea, pasa a cuatro , y corre al poste alto.



7/Destacamos en los contraataques la posición que ha de ocupar cada uno, con su rol correspondiente.

8/Partido 5c5 aplicando el sistema de juego explicando sobre todo la defensa y la salida de contraataque,





