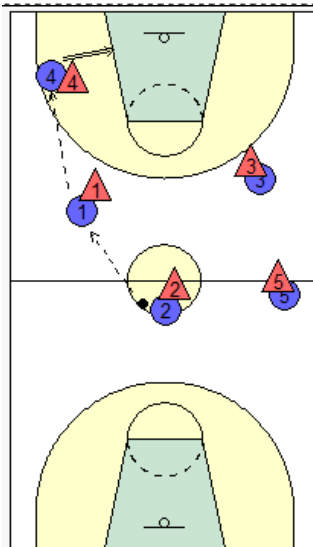


Equipo : Grupo 6 / Sesión de tarde / Pista lateral / Duración 1:30

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

### 1/TOCAR TABLERO :

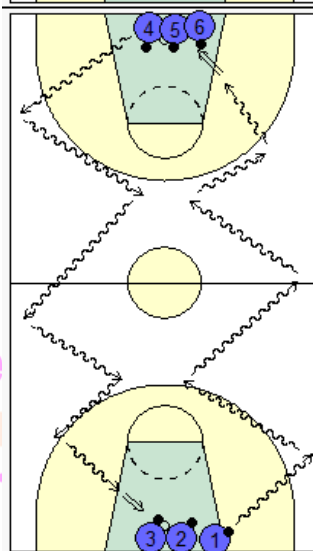
Juego por equipos sin botar el balón.  
Con pases han de meter canasta (tres puntos) o dar al tablero (un punto).



### 2/DRIBLING CON BALON :

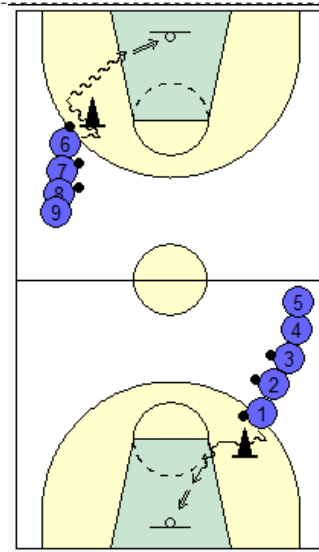
Dos filas opuestas en el campo. Los jugadores salen hacia la otra canasta realizando cambios de dirección y de ritmo.

Los entrenadores eligen como son los cambios y como se termina la acción.



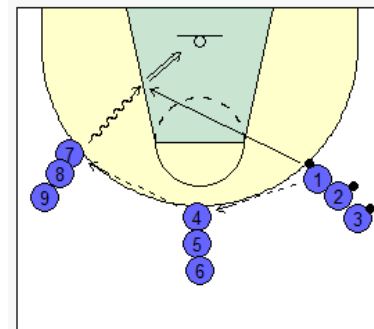
### 3/ RUEDA DE FUNDAMENTOS INDIVIDUALES

Ejercicio con diferentes fintas, cambios, botes, pasos, bandejas y tiros.



### 4/ TRES FILAS EXTERIORES 1X1 :

Circulación de balón por fuera. La fila uno pasa el balón a la dos y defiende al que salga de la fila tres cuando reciba el balón.

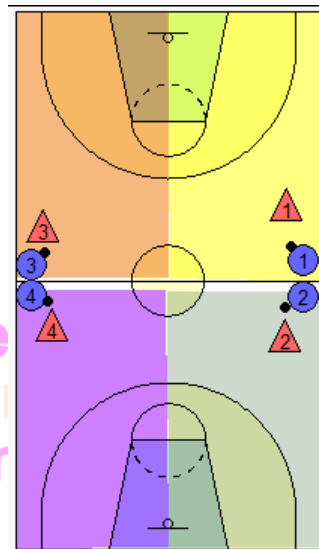


### 5/REY DE LA PISTA :

1c1 en los cuatro cuadrantes. El retador elige si quiere defender o atacar. El retador puede ir a retar cualquiera de los cuatro reyes.



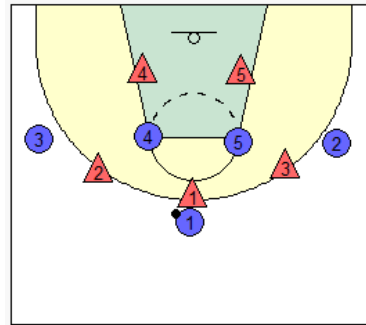
**Escuela  
Regional  
Entrer**



## 6/SISTEMA CONTRA DEFENSA

### 3-2:

Explicación del ataque contra la defensa 3-2. Forma de atacar en 1-4.



### 7/

Partido 5c5 aplicando el sistema de juego explicado en anteriores entrenamientos, tanto en defensa como en ataque.



