

Miguel Volcan Sanchez

Tema : attacco alla zona mista

Attacchi contro le difese miste. In qualsiasi difesa in cui non è chiaro se sia uomo o zona, la difesa è 'mista' o ci sono:

a. **Attacco contro la scatola e uno.** Contro la difesa che mette quattro difensori a zona (nella forma di una scatola, 2-2) e un «cacciatore» sulla stella della squadra che attacca, bisogna cercare di attaccare con normalità, ovvero di non cambiare tutto perché la difesa è strana, poco comune. Al contrario, si può anche attaccare come contro una zona normale (visto che 80% della difesa è zona). Oppure, usare una specie di passing game come contro l'uomo o la zona normale, adottando soluzioni già conosciute.

b. **Attacco contro la diamante e uno.** Contro la difesa che mette quattro difensori a zona (nella forma di un diamante, 1-2-1) e un «cacciatore» sulla stella della squadra che attacca, bisogna riconoscere che gli angoli sono vulnerabili sia per gli altri attaccanti come per la 'stella'. Una mossa che spesso dà risultati è bloccare l'ultimo difensore arretrato della zona (con due blocchi dei lunghi in posizione di pivot basso) e lasciare la stella giocare (nascondersi e uscire) da uno di questi blocchi.

c. **Attacco contro il triangolo e due.** Contro la difesa che mette tre difensori a zona (nella forma di un triangolo, invertito o no) e due «cacciatori» sulle due stelle della squadra che attacca, bisogna trovare un modo semplice di dare la palla in mano alle due stelle (almeno per toccarla e passarla frequentemente).

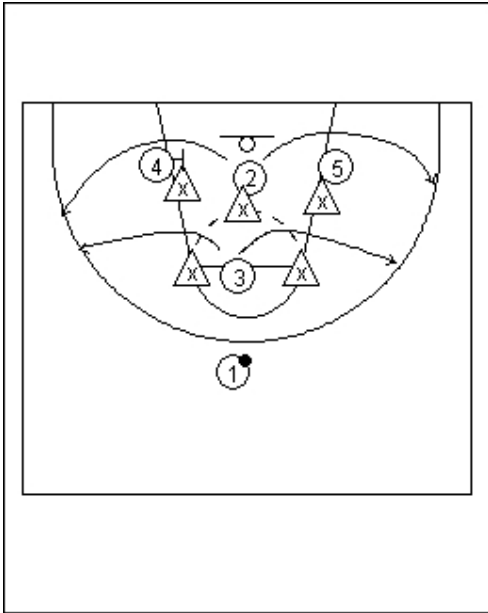
flex offense, continuità di gioco e blocchi contro il difensore della stella e blocchi contro giocatori che giocano a zona

attacco scatola e uno

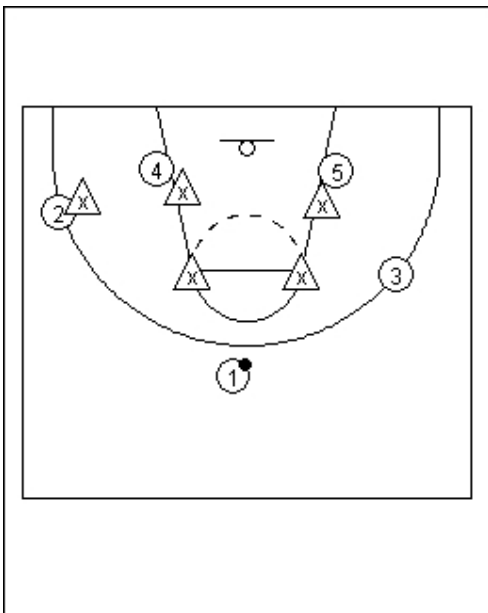
1. Avere iniziativa, attaccare la zona
2. Equilibrio, spacing offensivo e difensivo
3. Timing, pazienza, dare il tempo alle cose a accadere, coordinarsi con i compagni
4. Fondamentali senza palla, posizioni e movimenti
5. Fondamentali con la palla, uso delle finte, tiro, passaggio, palleggio
6. Convolgere all'attaccante preso a uomo, blocchi

concetti

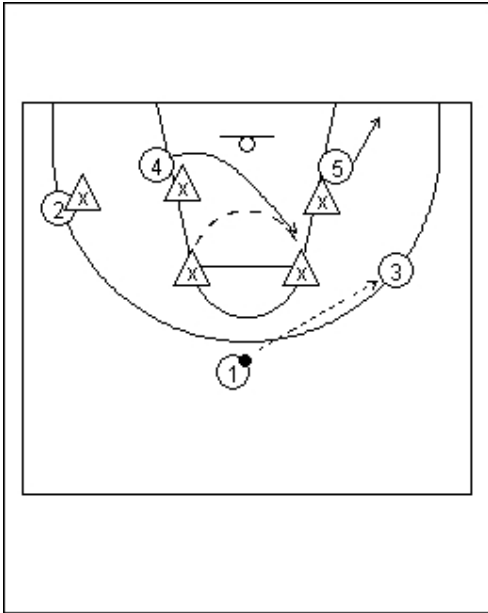
1. ampliare la zona per giocare 2 contro 1 in un posto del campo
2. penetrazione, 1 attaccante occupa a 2 difensori
3. cambi di lati
4. finta di tiro, finta di passaggi
5. movimenti iniziali portare la palla al lato contrario del difensore che è a uomo
6. un uomo in baseline, dietro la difesa
7. con 2 interni uno esce oltre il flash e blocca



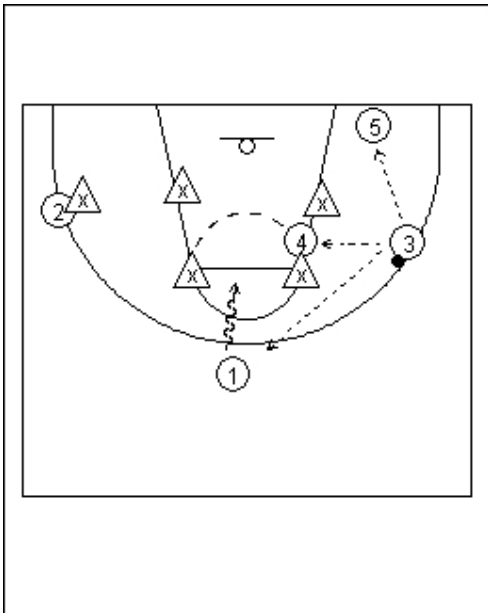
1
 iniziale, doppia uscita de la stella sopra 4 e 5 que
 blocan
 3 al lato oposito al buco



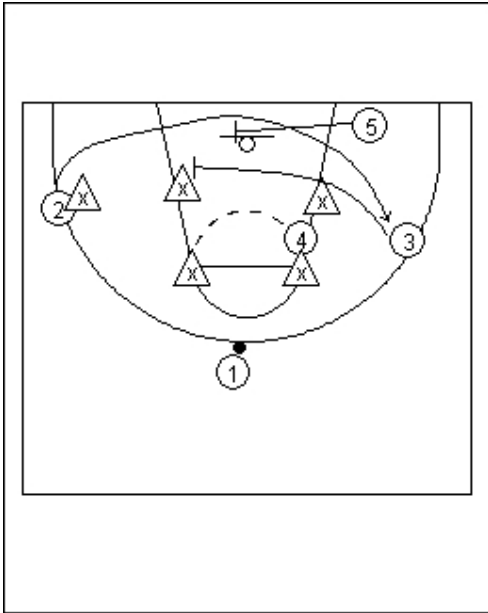
2
 definizione lato zona ,lato uomo
 lato zona se gioca con le stesse regole e principi
 que attacco a zona normale
 1 a 3
 5 abre in linea di fondo
 4 flash al centro di la zona
 sopracarica di un lato



3
 3 pasa a 5
 3 pasa a 4 al flash ,taglia vs la palla,il timing e dato dalle finte di passaggio
 3 a 1 que palleggio di penetrazione nei buchi
 3 puo penetrare nei buchi ,in queste caso 5 apre in fondo e 4 aspetta per fare il flash
 3 a 1

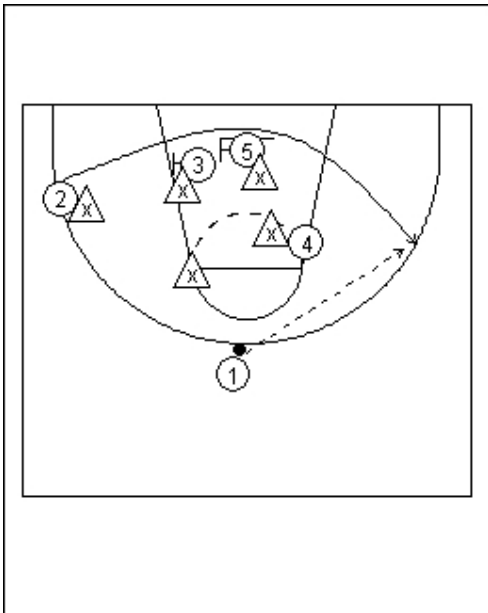


4
 palla in 1
 3 dopo passare a 1 va a bloccare per primo a 2
 5 va a bloccare a 2 e forma il tandem, 5 piu profondo per ampliare il angolo para el taglio de 2



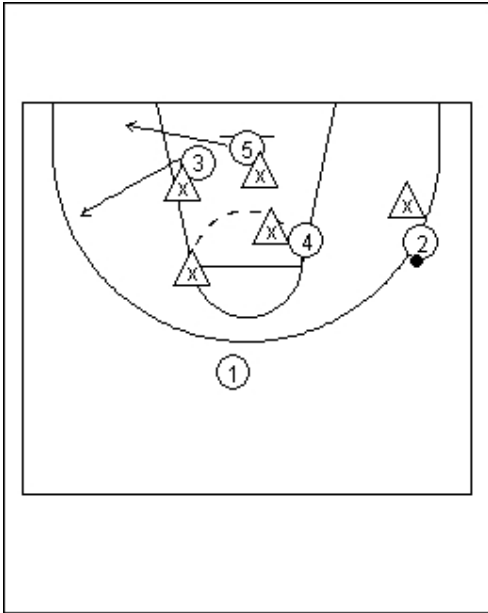
5

continua il lato a zona
 1 a 3 in posizione di ala que gioca con 5 que fa il flash al post alto
 3 a 4 que taglia in fondo e apre
 1 prima di passare a 3 puo passare a 5 que dopo il blocco a 2 attacca il centro del area
 palla in 3 sopracarica , stessi principi di attacco a zona

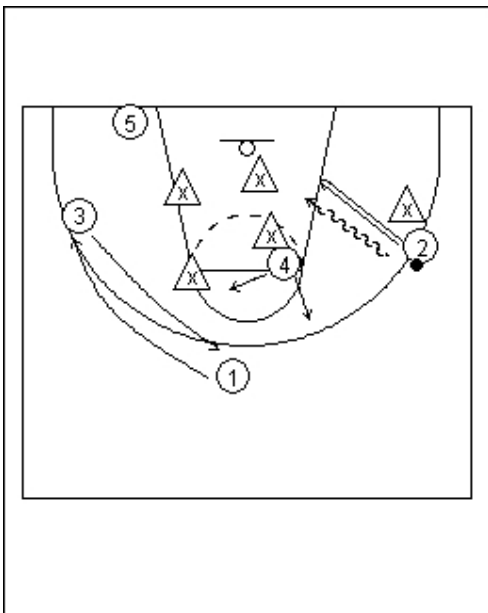


6

lato uomo, palla a 2
 2 prende il tandem di 3 e 5 e cambia il lato
 1 a 2 que esce d il tandem con la idea di tirare



7
 2 dopo il tandem prende palla con il uomo al dorso
 gioca uno contra uno per scaricare



8
 2 gioca uno contra uno in palleggio, per prendere la
 attenzione del suo difensore e de la zona para
 scaricare
 1 e 3 scambian pozizioni a schiena di la difesa
 5 gioca in fondo
 4 apre al buchi
 si ce tempo in il cambio di lato se torna a la
 sopracarica, in caso que se scabolge un passaggio