

Riunioni Tecniche 26/8/16

(1)

Trani M. Troceni P. Pasucci E. Berlioni M.  
Cini F. Menzelli N. Randone F. Forti C. Assenti  
Colombini A. Fiaschi M. Tommasini M. Tene

Verbatim di Tocco San Pietro

- **Abbilanciamento**: Opposto di molte discussioni in passato. Importante x un fatto d'immagine e di altrettanta flessibilità - ex deve essere x eventuali intoppi di corso improvvisi. E' meglio venire come siamo alle riunioni x andare a prendere abbi. (immaginazione, piacere con l'alle).  
- **Puntualità** - Allen. ↳ lettera Wilson tutti Allen.  
- **Puntualità Atleti** ES. suicidio di squadra. Anche se a riunioni sono solo 2-3 gioc.  
= **Puntualità con vocazioni** si/no .. Apparente delicato, usare sensibilità e non rispetto x Atleti non con vocato. Meglio di quel primo da parte.  
- **Significativa sempre** Allenar. x scritto A livello giovanile e possibile dedicare uno o + allenar. ad un fondamentale o ripetere ciclisti. ES. tutti i ragazzi. - Realistico però che i ragazzi non sono

x focus e lo farei sempre. (2)  
Quando --> meglio se in fase c.k.  
non ultimi 5 minuti.

- Aplo Atleti non sbiate paura di fare  
allenam. Troppo intenso / non creolo  
molto agli allenam. a tempo free preslet  
es. 15 min. riscaldamento 15 .. e se poi  
Usate sempre colloqui con i giocatori  
es. (Cosa sei cololo?) Dimolate

Se non vedete visuale soprattutto x valutare  
quando e il momento di rallentare

- Il tiro e un fondamentale che io  
faccio sempre. Quando? in fase di  
riscaldamento e dopo partita.  
Sforzatevi su fase esercizi di tiro  
con il movimento come i vs scemi  
di Ataces.

- Partitella: fase a punti es. a 7 punti  
a 11, a tempo (Usare Application:  
Teleponino). Fate anche ad HANDSEAP  
es. Partire 5 a 0 x Bristol 7 Men,  
o a 11 punti.

- DEN FARE Tiro

- Quando vi trovate con i ragazzi e  
buona abitudine INDICAR 30 sec. obiettivi  
100% NIENTE

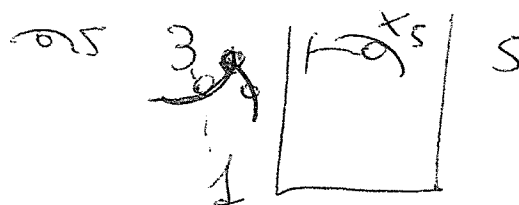
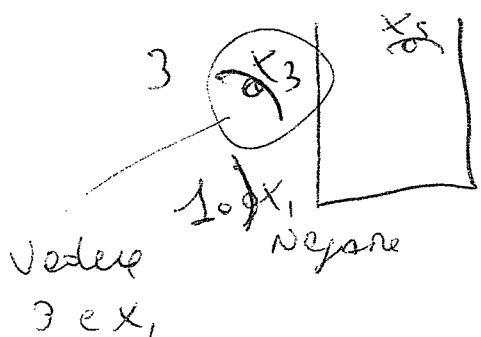
- esercizi/schemi : spiegare globale, (3)  
 lavoro su analitico. Dopo aver spiegato  
 portar subito con esercizi, no  
 tempo morti. Esercizi: scegliere  
 1-2 paragrafi di esercizi tutti e  
 poi apportano correttivi con nuove  
 esercizi

- Fino cercare di individuare la  
 problematica es. GOMITO che non  
 può chiudere contro letto, problemi  
 viste (spesso portano alle articolazioni  
 occhio buono/ problemi fruscio (Ved.  
 JAPPALEROB).

- Correzioni, usate a capo, di nuovo,  
 ripetere, senza due spiegazioni,  
 loro sanno perché.

Difese: lavoro molto sul concetto lato  
 forte e lato debole

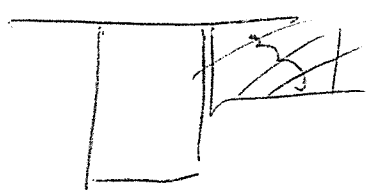
Lato forte diverso da primo



Chiusura  
 Sempre  
 +  
 SPAZI

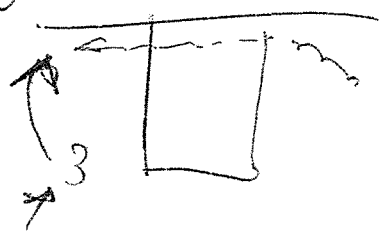
- Alleanza spaziosa, ruoveri.  
 sulle palle... Tutti sanno che non  
 so lavorare + come ai miei tempi,  
 meno palle, fronte, leppo. Ora so  
 parlare del "mente", ma fare  
 come invidio o parlare del brutto

- Evitate di fare rinvii in  
 reparti negli angoli

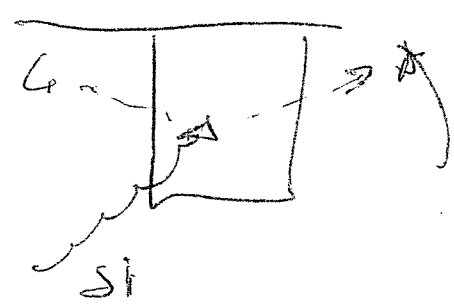
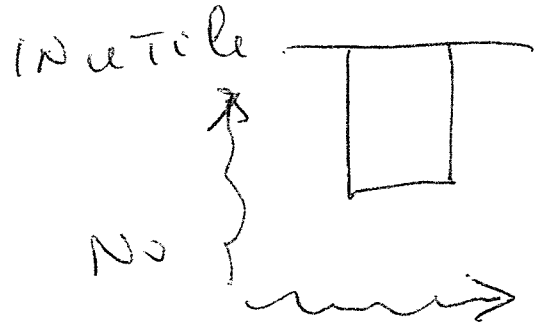


- Evitare l'assog  
 lungo l'onda Fondo

insegni a no  
 a staterci x  
 ricevere passivo



- Evitare di fare allepi su linee  
 inutile

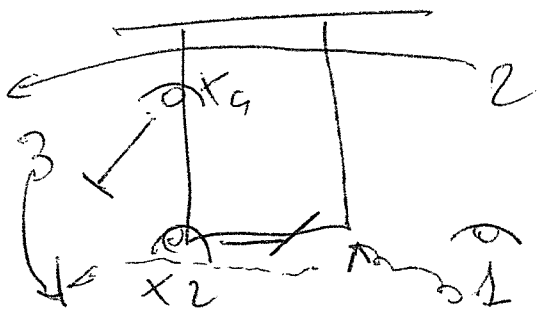


- Vediamo pick e roll (ove tonibi e vit  
 blocco)  
 Come poco di  
 Squashe e non poco a 2  
 come mettere in rotazione difese

- Fareta lezione kick roll  
- varie situazioni: Attacco e  
Difesa

= Sperimentare sempre... quella che  
Abbiamo proposto non è il sapere,  
Dobbiamo essere pronti a TORNARE  
indietro.

- Difesa a zona Puri Tempo e LATO

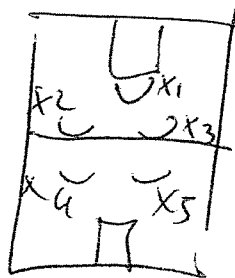


SIAMO  
sempre  
IN POSIZIONE  
con Difesa  
Nonnulli

Allo A1  
10 Nepo  
AVAN BRACCIO  
colloso e  
TANO sulle  
Palle -  
Attacco  
l'ATTACCO.

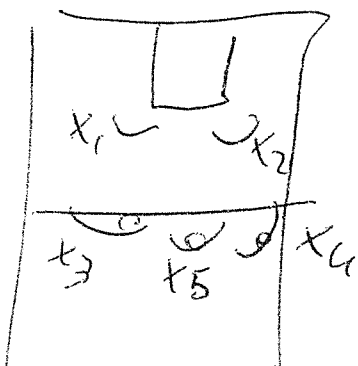
Pruning

↑ Freccia



post sempre  
anticipato  
e x1 di mano

Rome



e x1 con x3 che  
RADDOPPIANO  
e x2 con x4  
o SAN GIOVANNI FLEUDA X1 X

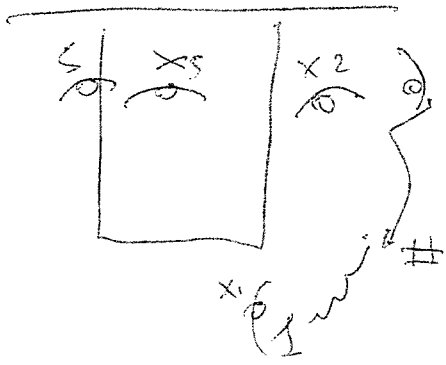
o CAPITA a livello provvisile di 6  
perche una partita xele la squadra  
AUCUNO si e' bene a zona.

// Dovranno preparare i piani vs zona  
ma la squadra ha altre priorita' ed  
e' difficile

- Occorre iniziare a praticare,  
I nostri piani ANDRA' bene sicuramente  
vs zona. Concetti di attacco  
spazio, Differenze prov. tra  
fronte pari e fronte dispari.

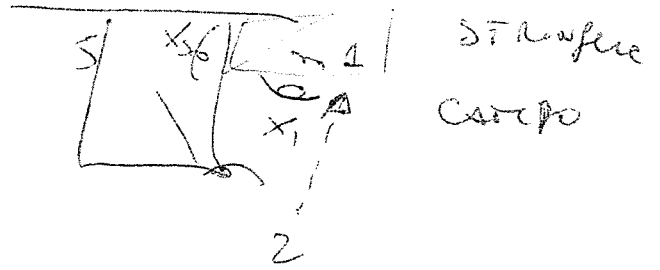
- Utilizzo contropiede x non far  
trovare difese selvatiche.  
x due soluzioni

2c1, 3c2, 4c3, 5c4

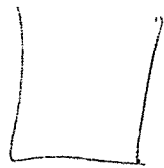


Cambi

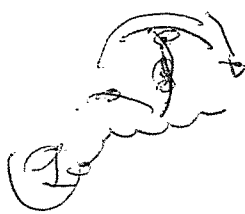
Nipote  
Saliba



Pick e Roll C. 1e



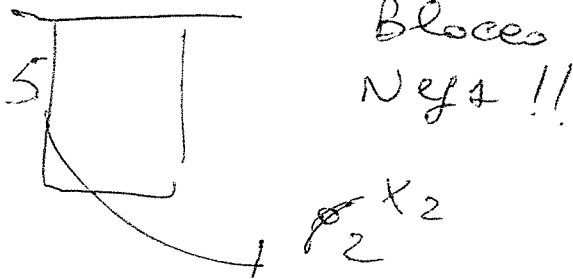
2015  
2016



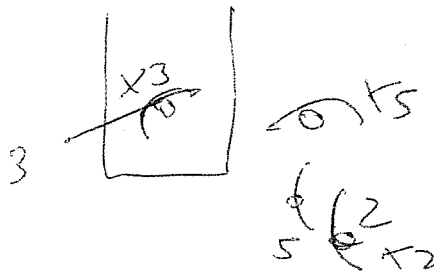
Blocco spingo Passa !!  
Braccio Alto

Tolgo spazio tra me  
X5 e 5,  
TALCO

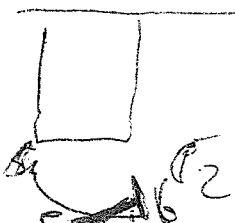
Pick e Roll. Laterale



Blocco  
Neg4 !!

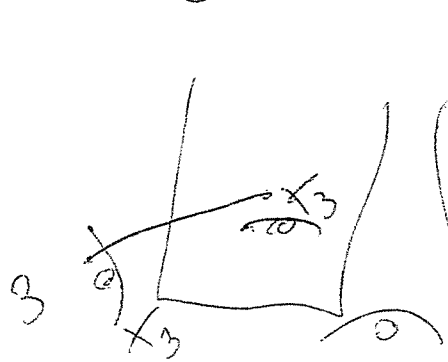


3

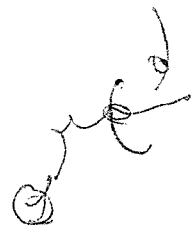


Blocco da  
sopra  
Cambio  
Anche se

FINITO



2016  
2017

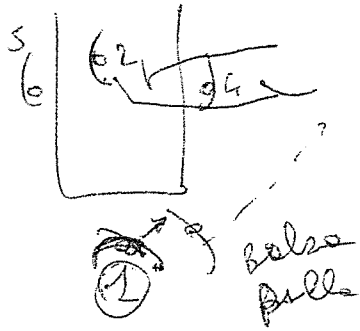


Mi  
Mella  
e Ten:  
IN Conk  
e X5 Ne  
X1 FOND

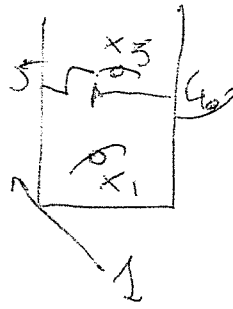
# Blocco Doppio Uscita

(2)

Stampo verso 5



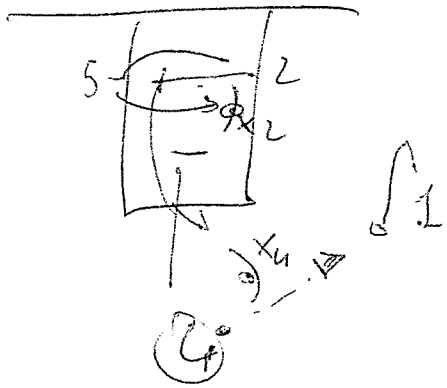
Bump X4 e  
cambio X4 e X5



(2)

X1 Area

# Blocco il bloccant



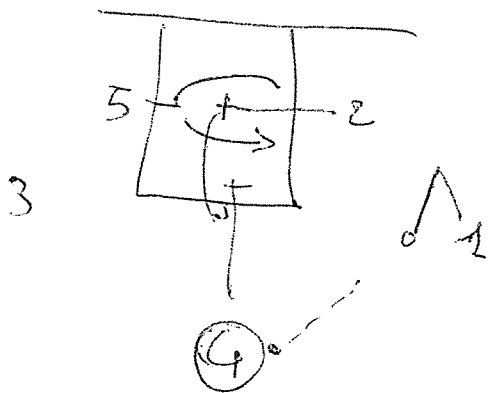
X2 Bump su 5

X5 porta sopra su 2 e rolla

4 blocco x 2 se X2 è  
in rotazione cliente cambio

X4 verso direzione di 2

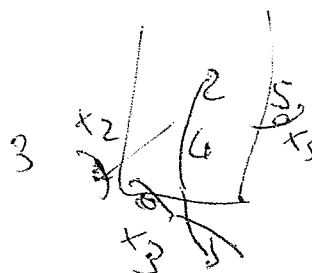
# TABLO con squarcia e 5



Core prima ma

X3 dipende su 2

X2 esce su 3!

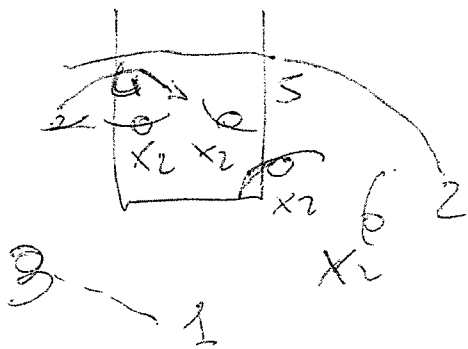


(1)



# Blocchi Staffe Orizzontali

(3)



X2 se STACCA

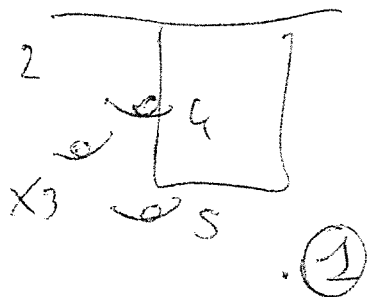
X2 passa in mano a 5

= sopra e 4 se 4 è Bass

~~in mano~~ 4 se 4 è ALT

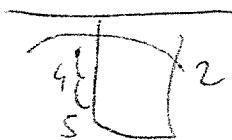
~~Staffe Orizzonti~~

Doppio Staffe Verticale

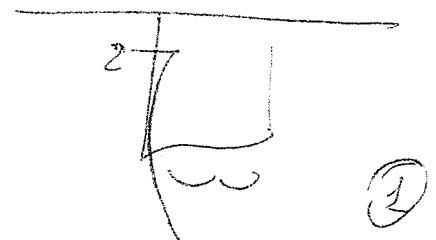


X3 STACCA e viene 1° Blocco

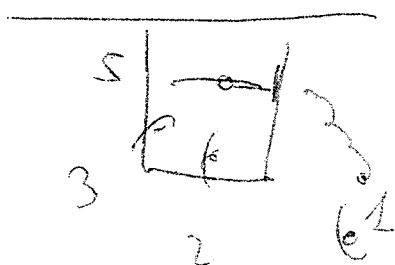
Doppio blocco



PASSARE a mano se ALT, X4 Aritia su Piccolo



Rotazioni:

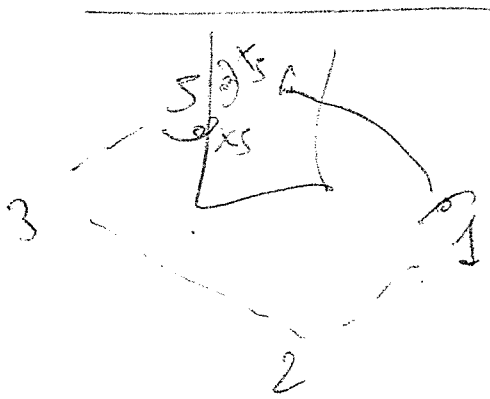


Volare Rotazioni su uscita palla.

Orchestra Aritia! Palla!

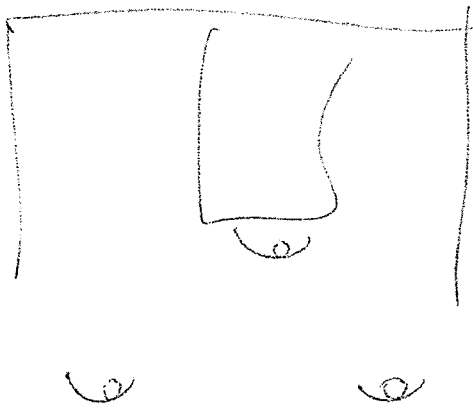
Difesa su livod Basso

4



RADDOPPO  
PIVOT  
1° PALLETTA

Zone free



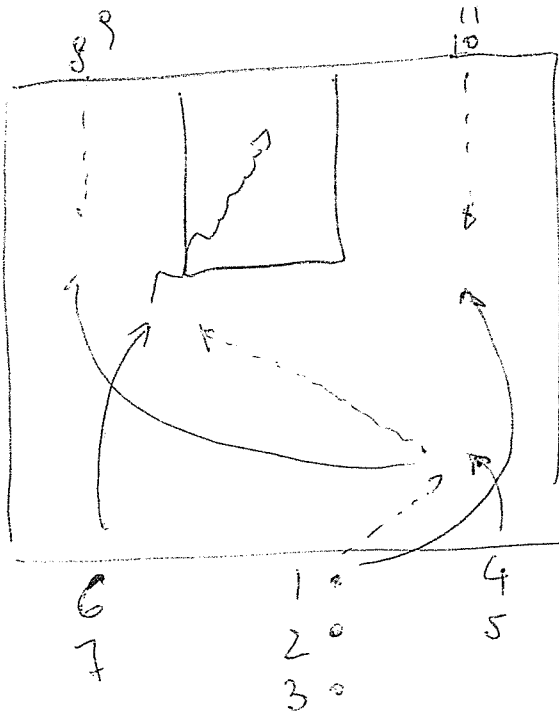
Fare continue

3 vs 3 +

3

Varie

Trecciatura Tiro  $\frac{1}{2}$  Campo



si ruota

chi tira sotto (6)

Torna nella fila 1-2-3

10 File 4 e 5

8 = 6 e 7

4 file 8 e 9

1 file 10 e 11

o sfondamento (mm) →

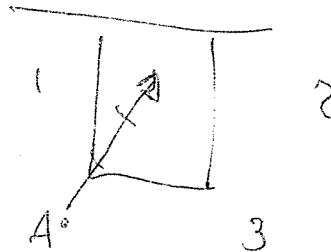
o 4 sec



( ) 4° ( )



o Lacine e strappi



Guerra  
e 3  
si vince

o Treccia 5 campi ANZITA

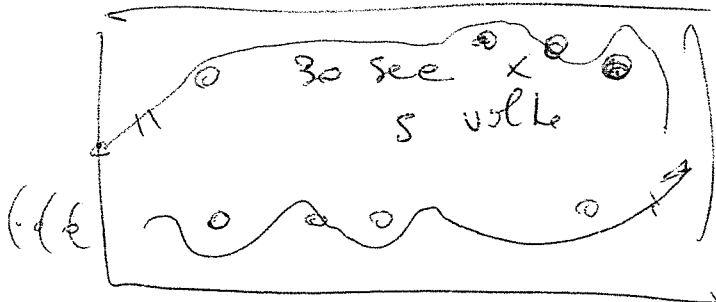
3 < 5 volte

5 < 3 volte

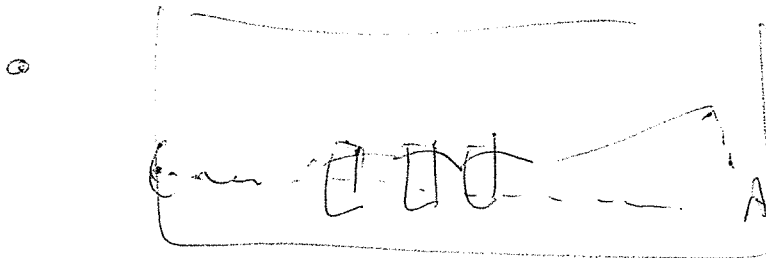
o spazio STEP  
rimbalzo  
servolo

• Truffor No Passaggi 50 N21 1 Allegho

• CONDIZIONAMENTO

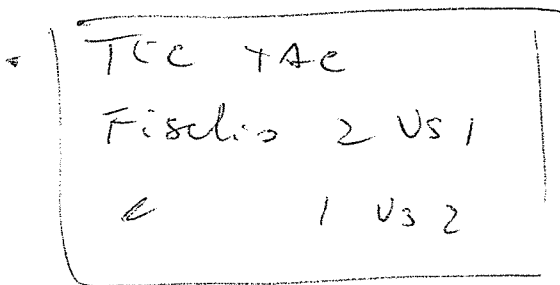


3 carti a Teste  
4/Ritmo x 5  
Volte



SAZ TO Borse  
e TAP IN

Difese



3 vs 3

