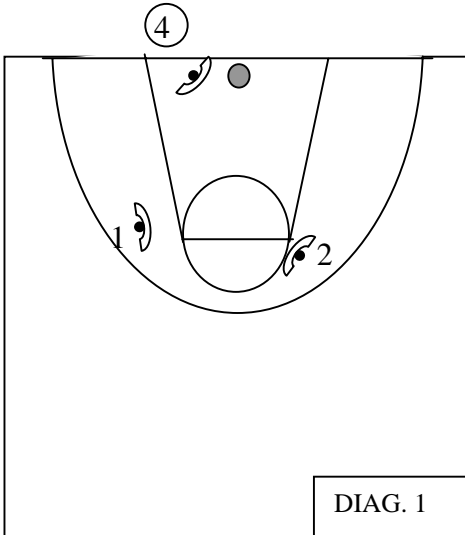


DIFESA PRESSING

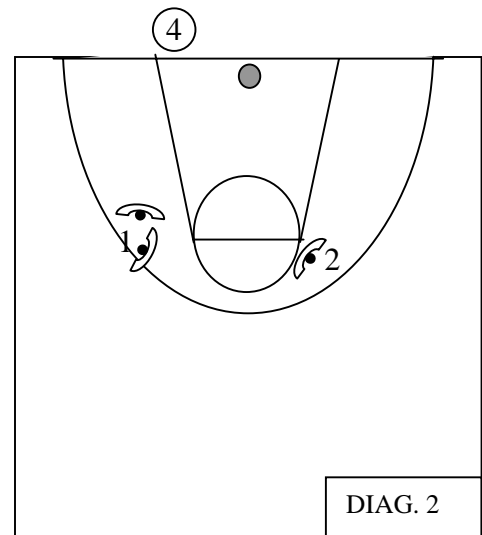
PRESSING PERCHÈ?

1. si può recuperare la partita;
2. ruotano 10 uomini;
3. è difficile attaccare il pressing;
4. non tutte le squadre hanno un attacco pressing;
5. si può scegliere un pressing "morbido" o "duro".



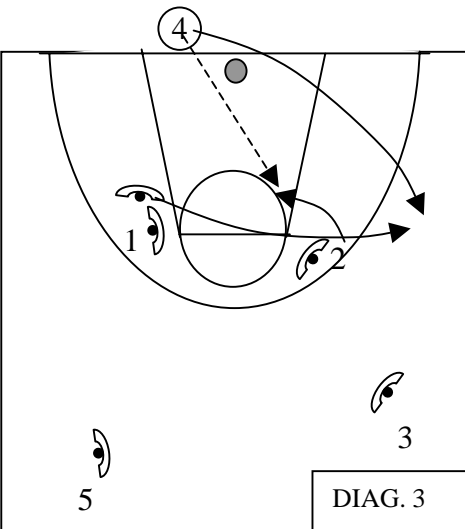
Prima distinzione:

1. blue, obiettivo far fare fatica all'attacco a portare avanti la palla; obbligare a fare almeno 2 virate, non subire skip; (diag.1).
2. doppio blue, obiettivo evitare che il play porti avanti la palla; se gli avversari giocano con 2 play, NON SI FA. (diag. 2).



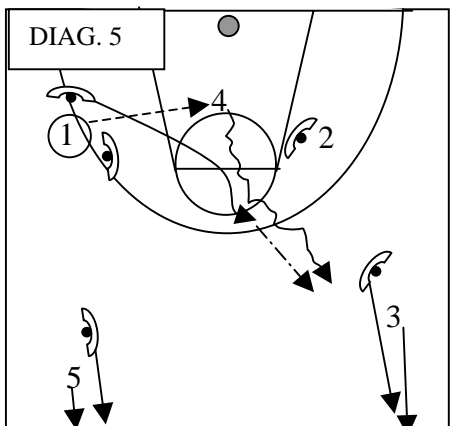
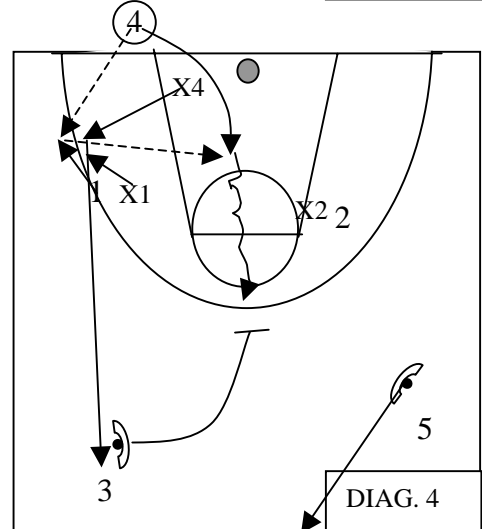
In ogni caso il giocatore che pressa deve stare sempre in anticipo tra uomo e canestro.

Nel diag. 4 (doppio blue) se 4 passa a 2 X4 recupera su 4; gli altri tra uomo e canestro.

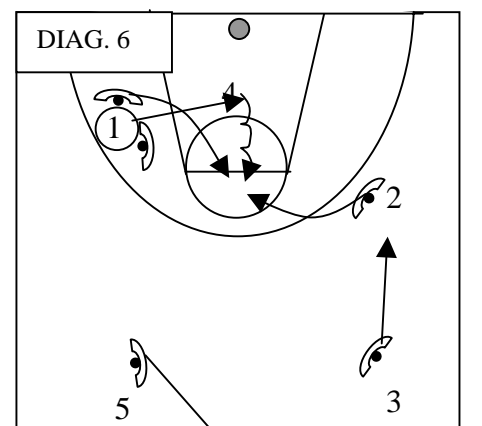


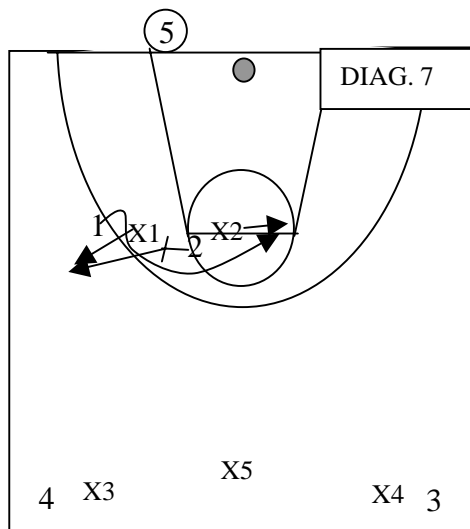
Se chi rimette è un lungo due opzioni, costringendolo sempre a palleggiare:

1. X4 dopo aver raddoppiato sull'uscita del pallone recupera su 3 il cui difensore è andato ad intercettare 4; (DIAG, 4)
2. X4 recupera su 4 cercando di mandarlo a sinistra. (diag. 5).
3. raddoppiarlo come da diag. 6.



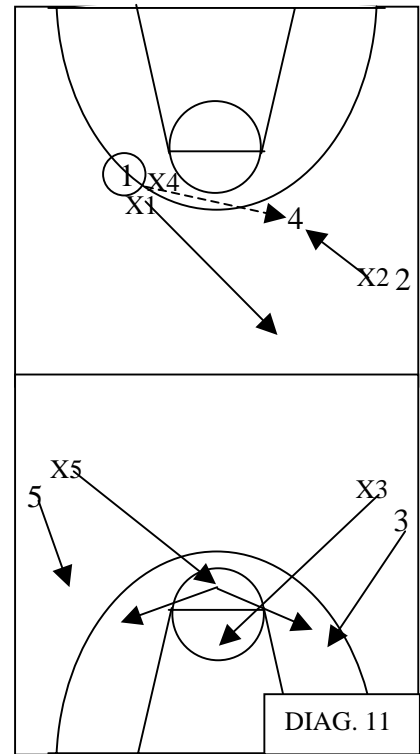
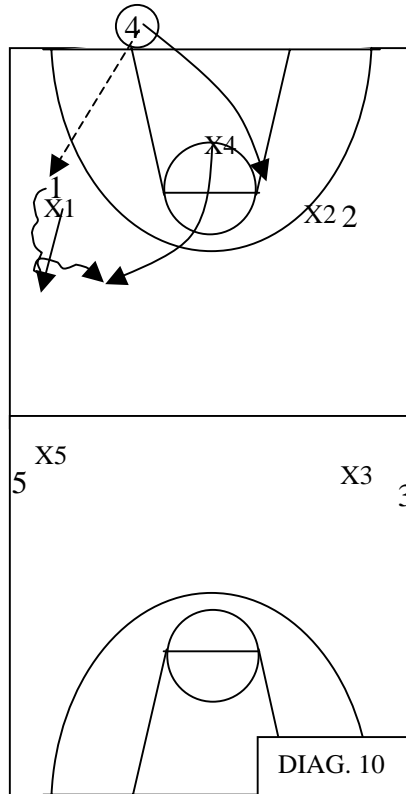
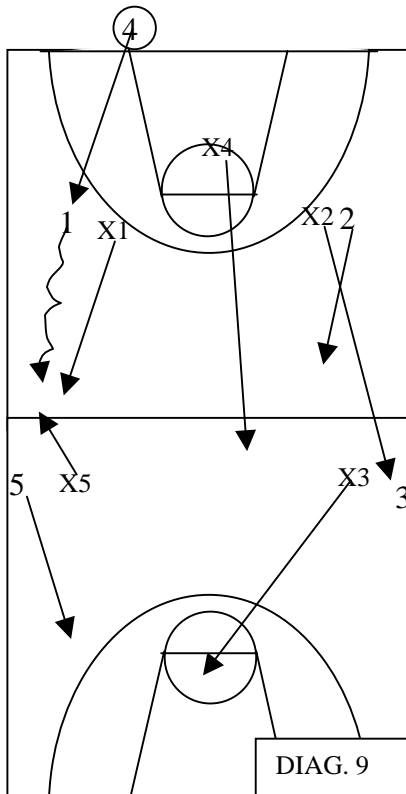
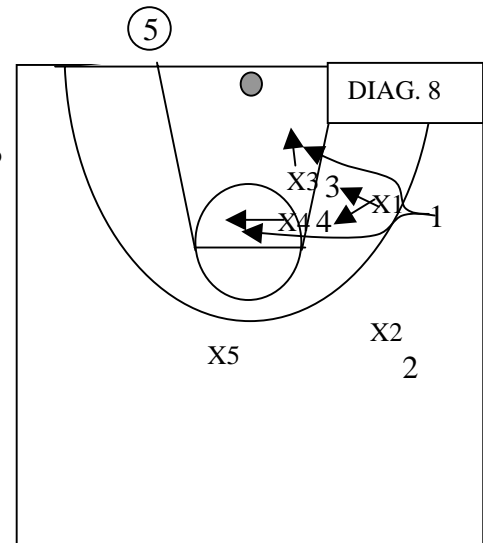
Il raddoppio deve essere fisico, ad L, con le mani sulla palla, ed il corpo sull'avversario. Va allenato.





Dopo sospensione o T. L.
 Si decide di non marcare la rimessa; cambio sistematico ad ogni blocco, X5 fa il portiere su ogni uomo che possa liberarsi. (diag. 7)

Su doppio blocco
 schieramento come da diag. 8



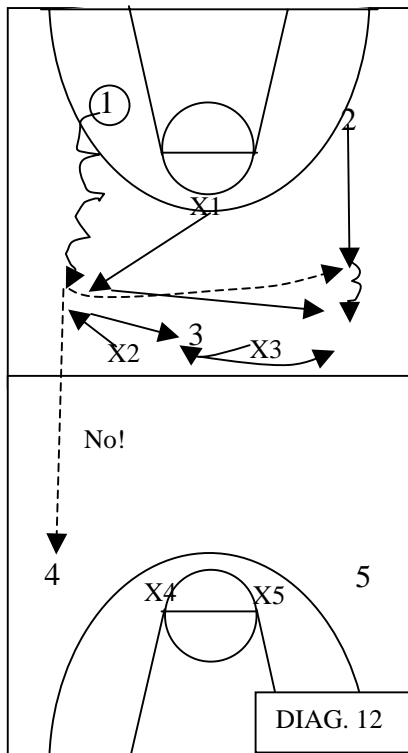
Pressing 55. Uomo c. uomo. Obiettivo raddoppiare subito, come da diag. 9, se 1 dopo aver ricevuto palleggia lungo la linea laterale.

Oppure, come da diag. 10,11, se X1 costringe 1 alla virata. X4 lo raddoppia solo se 1 gli offre la schiena;

Se la palla torna a 4 tutti si muovono come da diag. 11; in particolare X5 scende e decide dove andare in base ai movimenti dell'attacco, mentre X3 fa il portiere.

COMUNQUE, PER EFFETTUARE IL PRESSING OCCORRE SEMPRE CONOSCERE COSA POTRA' FARE L'ATTACCO.

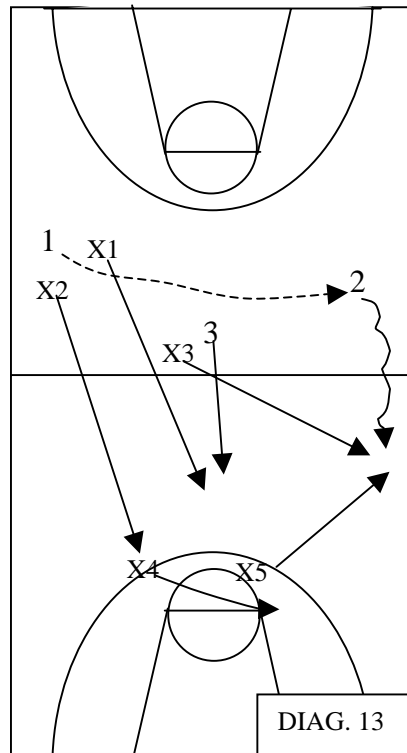
DIFESA PRESSING



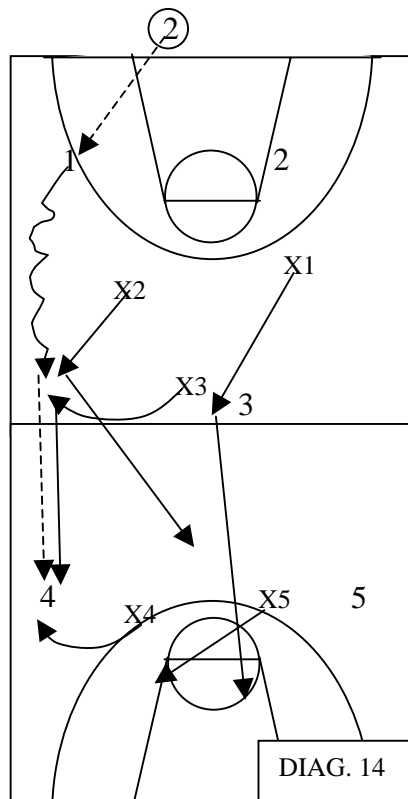
La zone press va usata contro squadre che giocano bene in transizione. Non va utilizzata, quindi, per recuperare la palla ma per impedire di giocare in transizione.

ZONA 1-2-2

1 porta avanti la palla, l'idea è subito di raddoppiare con X1 ed X2, mentre X3 prende in consegna l'uomo centrale. (DIAG. 12)
 Se la palla esce per 2, x3 va su di lui DOPO CHE x2 è ARRIVATO A COPRIRE L'UOMO CENTRALE 3. X1 va a raddoppiare.
 Bisogna cercare di impedire il passaggio da 1 a 4 che mette in grave imbarazzo la difesa.
 Se 2 oltrepassa la metà campo in palleggio, spetta all'uomo sotto andare ad effettuare il raddoppio. L'altro ruota e l'opposto avanti (X2) scende a rimpiazzarlo. X1 copre 3. (DIAG. 13)



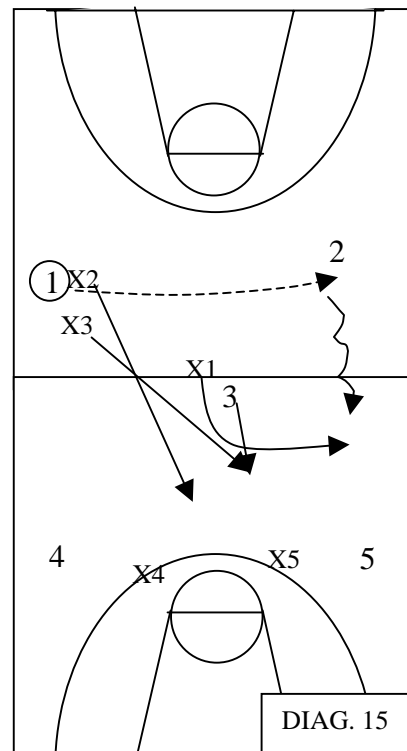
ZONA 2-1-2

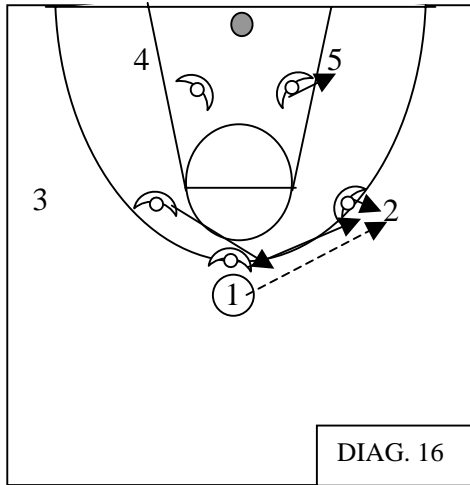


X3 il migliore atleta. Idea subito raddoppio, stavolta è X3 che va a raddoppiare con uno dei 2 davanti, mentre l'altro scala sul centrale, che deve essere sempre marcato. L'idea è di effettuare subito un raddoppio.
 Se la palla scende a 4, 3 si precipita a raddoppiare su di lui che è stato preso in consegna da X4, gli altri si muovono come da diag. 14.

Se la palla va da 1 a 2, è X1 che recupera, dopo che X3 ha coperto il centrale. (diag. 15)

Un uomo sempre sul centrale.





DIAG. 16

ZONE-PRESS A META' CAMPO.

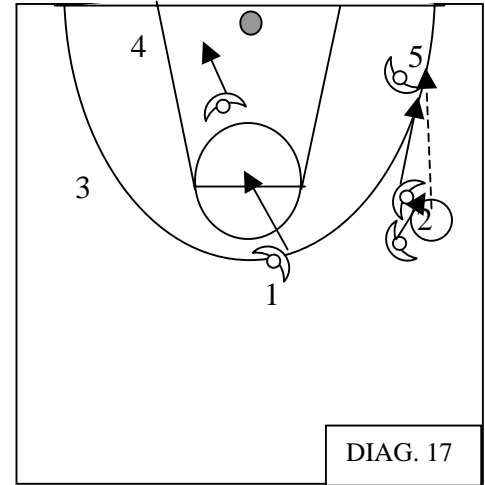
IDEA:
raddoppiare sempre e anticipare le linee di passaggio più vicine. L'ultimo ne marca 2.

ESERCIZI PER RADDOPPI.

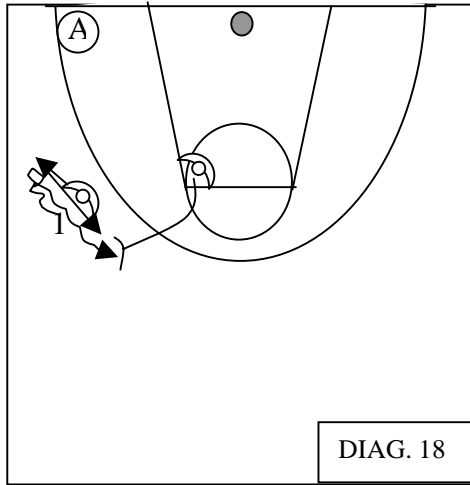
Il difensore sul palleggiatore deve esercitare forte pressione, e costringerlo a girarsi. Quando volta la schiena il compagno deve raddoppiare sfruttando la sorpresa. (diag 18)

(diag.19) il difensore del palleggiatore sempre lo costringe a girarsi. I marcatori di 2 e 3 e 4 partono staccati, e sul raddoppio si muovono come da diagramma.

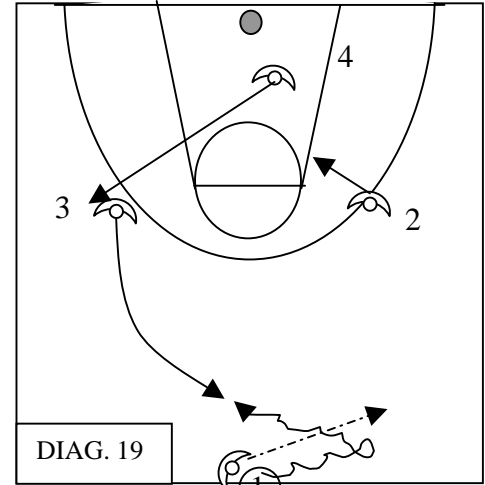
Nel caso di passaggio all'ala i difensori si muovono come da diag. 20.



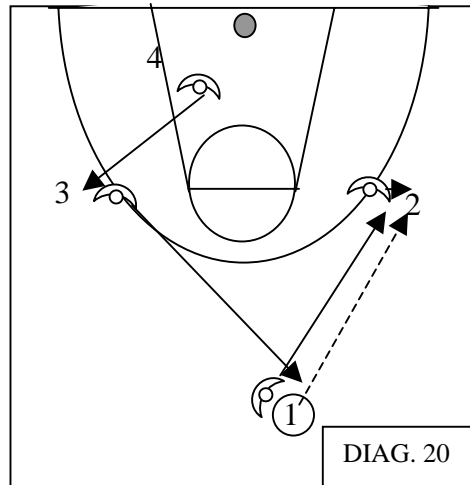
DIAG. 17



DIAG. 18



DIAG. 19



DIAG. 20