

## 小田原クリニック 2016

2016年1月24日(日)

東海大学男子バスケットボール部

HC 陸川 章

AC 小林 康法

AM : オフェンス・デフェンスにおけるファンダメンタルトレーニングについて

( 担当: 小林 AC )

- Dribble handling
- Dribble passing
- 2on1 passing
- Post jump drill
- Mican drill
- Power move→1on1
- Turn out shooting→1on1
- 1/2ct attacking→1on1
- Defense footwork→1on1

PM : 2メンピックプレーについて

( 担当: 陸川 HC )

- Guard & Wing pass & cut
- Step back dribble & Attacking
- 2men pick passing
- Wing pick passing + dummy defense→2on1 pick→2on2 pick
- Guard, Wing, Post pass & cut + pick 3on3
- Wing drive 3on2
- Ball reverse 2on2 hand off
- Ball reverse 3on3 back cut & hand off
- 4on4 On ball screen (pick, hand off) motion