



<b>Vorwort</b>	<b>4</b>
<b>Übungen für die Unterstufe</b>	<b>6</b>
1. Dribbling	6
2. Druckpass	9
3. Druckpass aus der Bewegung	12
4. Korbleger	15
5. Korbwurf aus dem Stand	18
<b>Übungen für die Mittelstufe</b>	<b>21</b>
1. Rebound	21
2. Dribbling-Parcours (Finten und Korbleger)	24
3. Korbleger aus „Give and Go“	27
4. Sprungwurf aus dem Stand	30
5. Sternschritt mit Finte und Korbleger	33
<b>Übungen für die Oberstufe</b>	<b>36</b>
1. Koordinatives Dribbling	36
2. Sprungwurf nach der Bewegung	39
3. „Pick and Roll“ mit Korbleger	42
4. Crossover-Dribbling mit Korbwurf	45
5. Sprungwurf gegen einen Verteidiger	48
6. Dribbling-Komplex mit Korbwurf	51

Die CD-ROM enthält zusätzlich alle Bewertungsbögen in editierbarer Form.