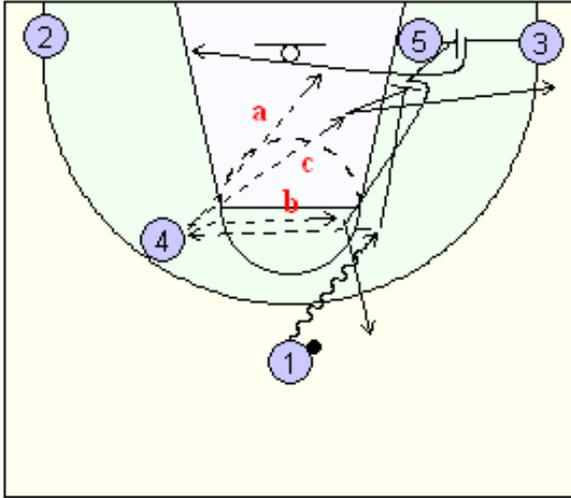




FLEX OFFENSE

Mouvement de base

1



Il s'agit du mouvement de base de la flex offense.

1 passe latéralement à 4, dont les options successives sont :

A = passe à 3 qui coupe en bénéficiant d'un écran de 5 à la baseline

B = passe à 5 qui profite à son tour d'un écran de 1 ("screen the screener")

C = passe à 1 qui appelle inside après son écran pour 5 et avant de ressortir dans le coin.

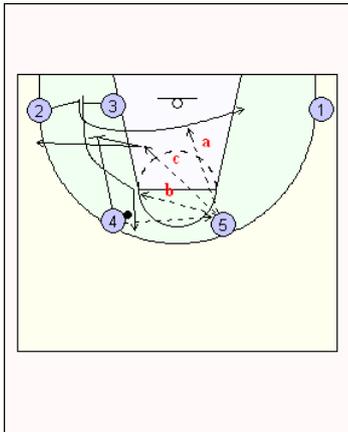
Remarques :

- Pour lancer le mouvement, 1 essaie de parvenir le plus près possible de l'extrémité de la ligne des lancers-francs.

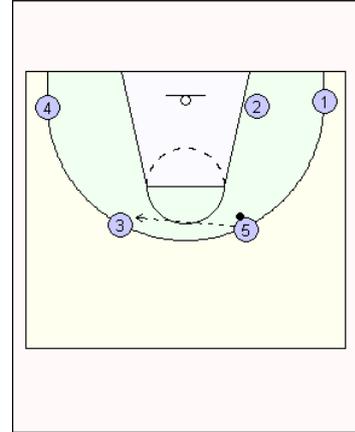
- Attention à la passe latérale entre 1 et 4.

- Quand 5 remonte, il essaie d'abord de recevoir pour un "shoot aisé" aux abords de la ligne des lancers-francs.

2



3



Si aucune option n'a pu être exploitée, 5 sort pour recevoir la passe latérale et avoir ensuite les mêmes options :

a = passe à 2 qui coupe sur l'écran de 3

b = passe à 3 qui remonte sur l'écran de 4

c = passe à 4 qui appelle inside avant de ressortir dans le coin.

Puis, passe de 5 à 3 et ainsi de suite.



Barbieux André Basketball Coach

Rue de Cipluy, 380, 7033 - CUESMES



et

: 065/520631 -



: 0475/879914



: andre.barbieux@skynet.be



: <http://www.coachbarbieux23.com>

