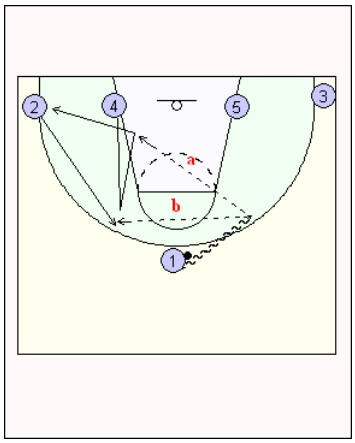
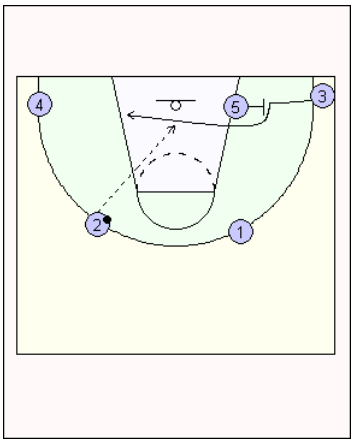
FLEX OFFENSE

Variante 3 : « Low »

1



2



Ce mouvement est appelé « Low », car on joue pour maintenir les joueurs 3, 4 et 5 à la baseline, avec des opportunités de back door pour 1 et 2.

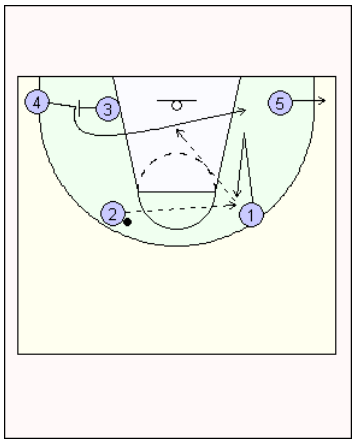
Au début, on prend une disposition en 1-4 Low.

Dans ce cas, 1 dribble vers la droite; c'est donc 4 qui monte, joue le back door (option a pour 1) puis ressort dans le coin, tandis que 2 appelle la passe latérale (option b).

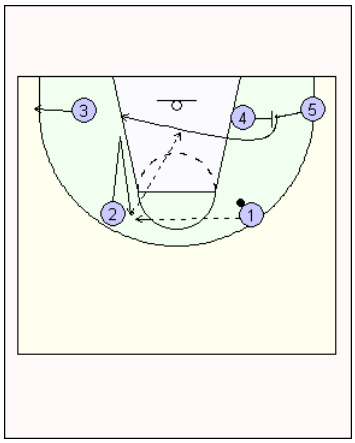
Comme dans la Flex classique, 3 coupe sur un écran de 5 pour recevoir la passe inside.

Le mouvement de départ a donc servi à amener vers le haut les deux joueurs de la transition (1 et 2).

3



4



A partir de cet instant, à chaque passe latérale, on effectue le mouvement indiqué. Il n'y a donc plus de down screen, mais feinte de down-screen, avec possibilité de passe en back door.

Le mouvement continue, avec donc ici feinte d'écran vers la baseline de 2 (avec possibilité de réception en back door), puis remontée pour recevoir la passe latérale.

5 coupe sur l'écran de 4 à la baseline et appelle le ballon inside.

Barbieux André *Basketball Coach*

Rue de Ciply, 380, 7033 - CUESMES

et : 065/520631 - : 0475/879914

: andre.barbieux@skynet.be

: http://www.coachbarbieux23.com