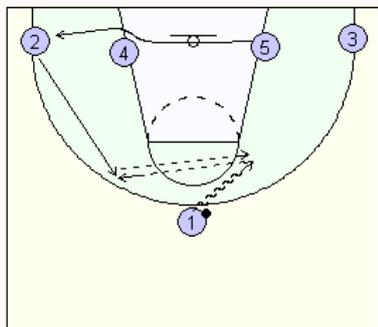




FLEX OFFENSE

Variante 5 : « Posts »

1

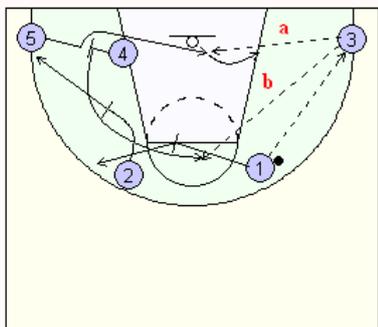


On parle souvent de « Posts » pour cette variante, car elle est d'abord destinée aux pivots.

Comme de coutume, 1 part en dribble d'un côté et c'est maintenant l'ailier opposé qui monte pour recevoir le ballon.

C'est donc 2 qui reçoit la passe et redonne aussitôt à 1. Pendant ce temps, 5 remplace 2 dans le coin.

2



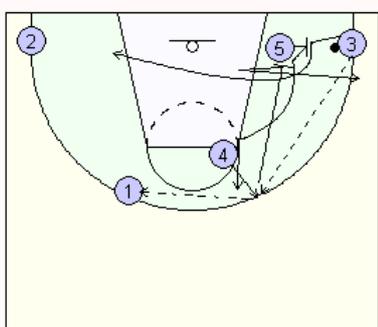
1 passe à 3 dont les deux options principales sont de servir les pivots, à savoir :

a = passe à 5 qui a reçu l'écran de 4

b = passe à 4 qui remonte à la ligne des lancers-francs en s'appuyant sur le staggered screen de 2 et 1.

Après son écran, 2 va dans le coin; après l'écran, 1 écarte; si 5 ne reçoit pas le ballon sous l'anneau il sort en post up.

3



4 va alors écarter pour recevoir la passe de 3 et le mouvement classique de la Flex Offense démarre maintenant, à savoir passe latérale de 4 à 1, écran de 5 pour 3 et écran de 4 pour 5.



Barbieux André Basketball Coach

Rue de Ciplly, 380, 7033 - CUESMES

et : 065/520631 - : 0475/879914

: andre.barbieux@skynet.be

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

