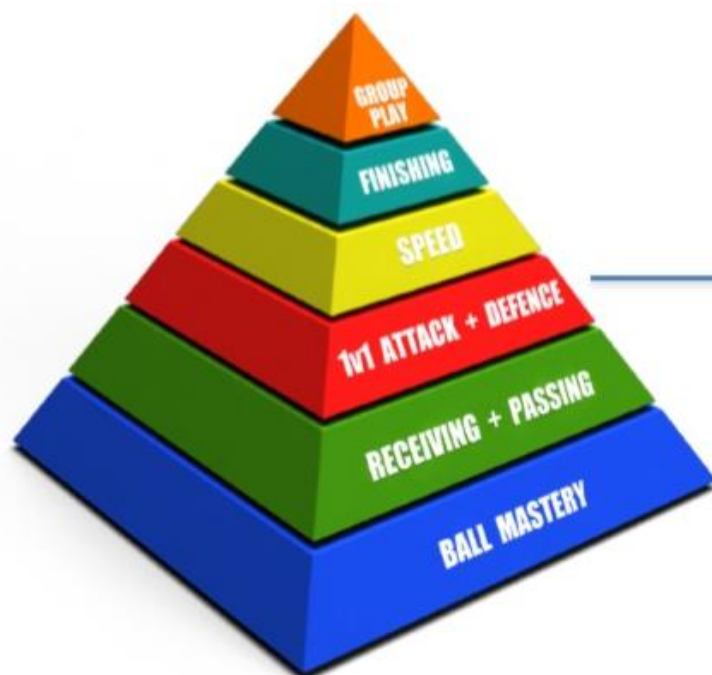


Komplexní rozvoj hráče



OVLÁDÁNÍ MÍČE: Základy. Dotek, kontrola a sebejistota, které ovlivňují každou další část pyramidy.

ZPRACOVÁNÍ & PŘIHRÁVÁNÍ: Týmové dovednosti. Bez nich je jen málo něco možné.

POHYBY 1 na 1: Individuální dovednosti k držení míče a vytvoření místa a času k přihrávce, náběhu nebo střele.

RYCHLOST: Mentální a fyzická rychlost s míčem i bez míče. Zrychlení, reakce, rozhodování.

ZAKONČENÍ: Dovednosti zakončit okolo pokutového území, soustředění. Timing, odvaha, koncentrace.

SKUPINOVÁ HRA: Vše je pohromadě. Obrana malé skupiny. Rychlý protiútok. Kombinační hra.

ZMĚNA SMĚRU: Používá se ke krytí míče a otočení se do zvoleného směru.

ZASTAVENÍ A VYRAŽENÍ: Vytvoření prostoru změnou tempa.

KLAMAVÉ POHYBY: Vytvoření místa po obou stranách protihráče tak, aby se dalo vystřelit, přihrát nebo běžet s míčem.

