

# Pick & Roll

## Übersicht

1. 1-1 Counters
2. Step-Out (Hedge) & Over
3. Step-Out (Hedge) & Under
4. Help & Recover (Flat) & Over
5. Help & Recover (Flat) & Under
6. Switch
7. Squeeze (Push)
8. Fan (Ice)
9. Double

## Blocksteller Regeln

1. Sprint zum Block, damit der Verteidiger Abstand hat
2. Verteidiger treffen -> Nadjfeji
3. Flacher Blockwinkel
  - Verteidiger muss über den Block gezwungen werden -> Ausnahme Flat-Screen
  - Aus der Tiefe kommen, damit der Winkel stimmt -> z.B. Transition
  - Seite erst kurz vorher festlegen, wenn möglich

## 1-1 Counters High- und Side-P&R

### 1-1 Penetration

Der Dribbler schlägt seinen Mann auf der vom Block entfernten Seite, wenn

- der Verteidiger unaufmerksam ist, z.B. Blick zum Block
- der Verteidiger zu eng steht oder zu früh „under“ geht



### Fake & Spin Back

Der Dribbler schlägt seinen Mann auf der vom Block entfernten Seite nachdem er zum Block getäuscht hat, wenn

- der Verteidiger sich zwischen Block und Dribbler durch zu kämpfen versucht



## Ballhandler Regeln

1. Verteidiger vorbereiten
  - Mit Ball-Fakes oder Dribble-Fakes
2. Warten bis der Block steht
3. Sauber aus dem Block kommen, d.h. der Verteidiger wird geschlagen
4. Penetration ist erste Option, Shot zweite, Pass dritte
  - Look to score, attack the Big Man

### Oder -> 3 S's:

- Stay "square" (staying square as opposed to backing our defending down)
- "setups", (fake one way to come off another),
- "shoulders" (come off shoulder to shoulder with the screener)

## 1-1 Counters High- und Side-P&R

### Shot

Wurf ohne den Block zu nutzen, evtl. mit Täuschungen, wenn

- der Dribbler-Verteidiger zu weit steht oder unaufmerksam ist
- der Dribbler-Verteidiger zu früh „under“ geht



### Slip

Schnelles Abrollen, bevor der Block genutzt wird, wenn

- der Block-Verteidiger zu eng steht oder zu früh heraus tritt
- Bei Double



## Ballhandler Techniken

- Ballhandling
  - Handwechsel, Hesitation, Täuschungen...
- Finishen
  - Shot, Layup, Floater, 1-1....
- Passen gegen Verteidigung
  - Bodenpass, Hakenpass, Back-up Dribbling und Überkopfpas

## 2. Step-Out (Hedge) & Over

- Häufigste Variante, sowohl auf der Seite als auch in der Mitte
- Der Block-Verteidiger tritt hart heraus, attackiert den Dribbler und zwingt ihn zu einem Back-Up
- Der Dribbler-Verteidiger folgt über den Block
- Beim Abrollen helfen oder switchen die anderen Spieler

### Step-Out (Hedge) & Over

(1) 1-1 Penetration, wenn Dribbler-Verteidiger überaggressiv



(2) Slip, wenn Block-Verteidiger überaggressiv



### Step-Out (Hedge) & Under

(1) Penetration, wenn Verteidiger zu früh „under“ geht bzw. Fake & Spin-Back



(2) Slip, wenn Block-Verteidiger überaggressiv



### Step-Out (Hedge) & Over

(3) Split, wenn Lücke entsteht



(4) Back-up & Attack



### Step-Out (Hedge) & Under

(3) Split, wenn Lücke entsteht



(4) Back-up und dann hart Attackieren. Der Dribbler-Verteidiger wird nicht mehr in eine gute Position kommen.



### Step-Out (Hedge) & Over

(5) Back-up & Pass



### Step-Out (Hedge) & Under

(5) Switch erzwingen. Der Blocksteller rollt im richtigen Moment ab und blockiert dadurch den Dribbler-Verteidiger

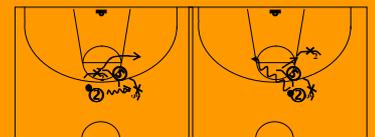


### 3. Step-Out (Hedge) & Under

- Der Block-Verteidiger tritt hart heraus und attackiert den Dribbler
- Der Dribbler-Verteidiger geht unter dem Block durch und versucht den Dribbler auf der anderen Seite wieder zu bekommen
- Beim Abroller helfen oder switchen die anderen Spieler

### Step-Out (Hedge) & Under

(6) Rescreen, Dribbler nutzt den Block. Wenn der Verteidiger raustritt, dreht sich der Blocksteller um und trifft den Verteidiger mit einem zweiten Block



(7) Swing, Blocksteller rollt hart ab und blockiert dadurch den Dribbler-Verteidiger. Evtl. Switch erzwingen und Mismatch nutzen

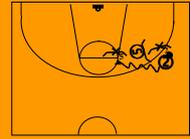


## 4. Help&Recover (Flat)& Over

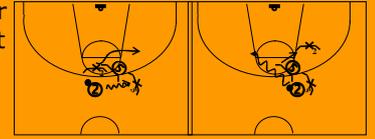
- Der Block-Verteidiger tritt im flachen Winkel heraus und verhindert ein hartes Penetration
- Der Dribbler-Verteidiger folgt über den Block
- Beim Abroller helfen oder switchen die anderen Spieler

## Help&Recover (Flat)& Under

- (3) Shot: Block nutzen und freier Wurf

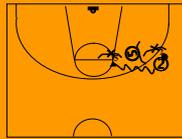


- (4) Rescreen, Blocksteller dreht sich um und trifft den Verteidiger mit einem zweiten Block

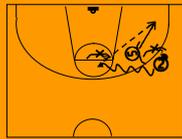


## Help&Recover (Flat)& Over

- (1) Attackieren, 1-1 gegen den Block-Verteidiger spielen



- (2) Pick & Pop, Blocksteller nach außen abrollen. Weiter Weg für seinen Verteidiger



## 6. Switch

- Block-Verteidiger und Dribbler-Verteidiger wechseln ihre Gegenspieler, wenn der Block genutzt wird
- Der Block-Verteidiger kann dazu hart oder soft heraus treten und der Dribbler-Verteidiger Over oder Under gehen
- Es ergeben sich dann die obigen Optionen
- Die effektivste Switch-Methode ist Step-Out und Over und Switch

## 5. Help&Recover (Flat)& Under

- Der Block-Verteidiger tritt im flachen Winkel heraus und verhindert ein hartes Penetration
- Der Dribbler-Verteidiger geht unter dem Block durch und versucht den Dribbler wieder zu bekommen
- Beim Abroller helfen oder switchen die anderen Spieler

## Switch

- (1) Slip, wenn Block-Verteidiger zu aggressiv ist



- (2) Drive the Big, hart attackieren und das Mismatch ausnutzen

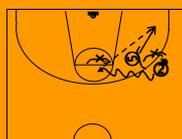


## Help&Recover (Flat)& Under

- (1) Attackieren, 1-1 gegen den Block-Verteidiger spielen



- (2) Pick & Pop, Blocksteller nach außen abrollen. Weiter Weg für seinen Verteidiger



## Switch

- (3) Hartes abrollen, Mismatch Inside. Vor allem bei Under



- (4) Swing, Mismatch inside. Vor allem bei Under

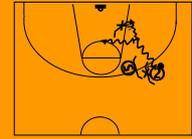


## 7. Squeeze (Push)

- Vor allem bei High-Pick & Roll weit vom Korb entfernt, außerhalb der Wurfentfernung
- Der Block-Verteidiger schiebt den Blocksteller in eine schlechte Position, weiter vom Korb entfernt
- Der Dribbler-Verteidiger geht unter beiden Durch und nimmt den Dribbler auf der anderen Seite wieder auf

## Fan (Ice)

- (1) Penetration und den Helfer schlagen -> Hesitation, Handwechsel (Split), Back-up...FLOATER
- (2) Verteidiger über den Block schlagen (Fake)



## Squeeze (Push)

- (1) Back-Door/Slip, der Blocksteller geht nach Back-Door bzw. Slip, wenn sein Verteidiger zu aggressiv ist
- (2) Attackieren, sein Verteidiger wird Probleme haben ihn auf der anderen Seite wieder zu kontrollieren

## Fan (Ice)

- (3) Pop-Out. Der Blocksteller bietet sich nach außen an (Quasi-Slip) -> Shot, Swing, Give & Go, Hand-Off
- (4) Blockachse ändern. Der Blocksteller blockt zur Baseline und rollt hart ab. Abstand zwischen Dribbler und Abroller!



## Squeeze (Push)

- (3) Rescreen, Blocksteller dreht sich um und trifft den Verteidiger mit einem zweiten Block



## 9. Double

- Der Dribbler wird gedoppelt
  - Wenn er den Block nutzt
  - Wenn der Block gestellt wird -> Early Trap
- Dazu tritt der Block-Verteidiger hart heraus und der Dribbler-Verteidiger geht über den Block
- Wie bei Step-Out & Over, nur noch aggressiver

## 8. Fan (Ice)

- Der Dribbler wird zur Baseline gezwungen
- Der Dribbler-Verteidiger verhindert, dass der Dribbler den Block nutzt
- Der Block-Verteidiger bleibt zwischen Ball und Korb und hilft beim Penetration
- Weak-Side Guard verhindert einen freien Wurf des Blockstellers

## Double

- (1) Slip, wenn Block-Verteidiger überaggressiv
- (2) 1-1 Penetration, wenn Dribbler-Verteidiger überaggressiv -> Early Double

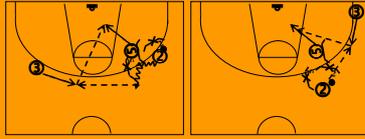


## Double

(3) Back-up & Attack



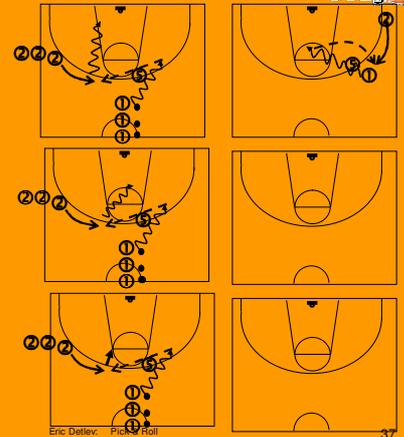
(4) Back-up & Swing



## 2-0 Weak-Side lift

### Anschlußaktionen:

1. Ball durchreissen und Baseline penetration:
  - Layup
  - Floater/Jump Hook
  - Jumper
2. Reverse Stop und Middle penetration:
  - Floater/Jump Hook
  - Jumper
3. Shot:
  - Catch & shot
  - Fake & shot



# Pick & Roll Drills

## 1-1 + Coach

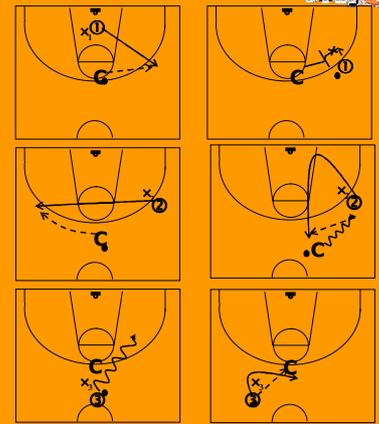
### Entscheidungsdrill

Organisation wie im 1-0 nur mit Verteidiger und dem Coach als Blocksteller.

### Aufgabe:

#### Block nutzen und scoren

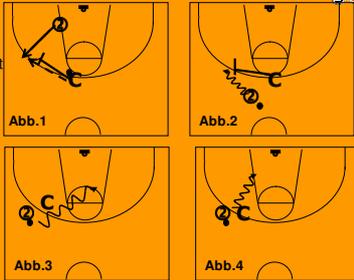
- Baseline Penetration
  - Fake & Spin Back
  - Block nutzen und Shot oder Layup
- Verschiedene Cuts
  - Side Pick & Roll
  - High & Roll
  - Hand-Off & Pick & Roll



## 1-0 Pick & Roll Moves

Pass entry oder Selbstvorlage oder Dribble entry und Pick & Roll mit coach oder Kasten (Abb. 1 & 2)

1. Block nutzen (Abb. 3) und
  - Layup
  - Floater
  - Jumper
2. Fake & Spin back (Abb. 4) und Layup, Floater, Jumper
3. Fake & shot
4. Rescreen und ...
5. Split
6. Back-up & attack



## 2-2 (+Coach) Side P&R

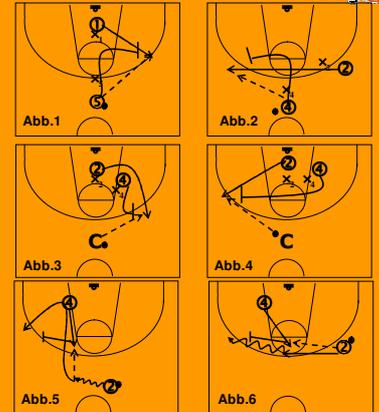
### Entscheidungsdrill:

1. Defense mit Vorgaben
  - Z.B. Help & Recover, Switch....
2. Live

Die Angreifer müssen die Verteidigung lesen und entsprechend reagieren

### Verschiedene Entries für Side Pick & Roll:

- 2-0 nach Cut (Abb.1+2)
- 2-0 + Coach (Abb. 3+4)
- Hand-Off (Abb. 3+4)



## 2-0 Techniken

Zusätzlich kann jetzt noch das Zusammenspiel trainiert werden. Je nach Vorgabe oder Kommando des Coaches Blocksituationen durchspielen.

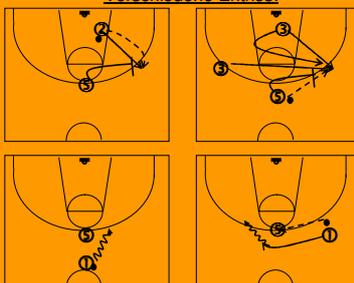
Evtl. mit passivem/halbaktivem Block- oder Dribbler-Verteidiger (Coach).

### Verschiedene Entries:

#### Side- and High Pick & Roll

Wie oben nur jetzt im 2-0

1. BL-Penetration – Abrollen
2. Slip
3. Block nutzen – Abrollen
4. Block nutzen – Pop
5. Rescreen
6. Give & Go / Hand-Off
7. Verschiedene Abschlüsse
8. Verschiedene Pässe

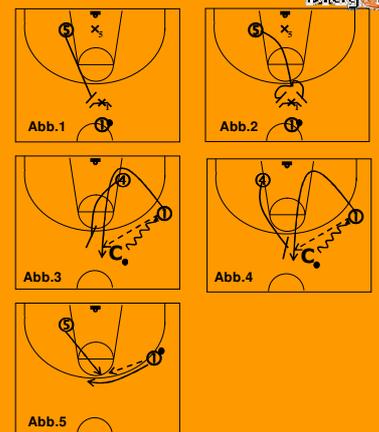


## 2-2 (+Coach) High P&R

### Entscheidungsdrill:

Verschiedene High Pick & Roll Entries:

1. Aus dem Dribbling (Abb.1+2)
  - i. 5 blockt zu einer Seite
  - ii. 5 entscheidet sich erst spät für eine Seite
2. Zipper (Abb.3+4)
3. Aus dem Hand-Off (Abb.5)

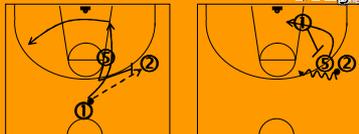


# Pick & Roll 3-3



## UCLA + Side Pick & Roll:

1 schneidet zur Weak-Side oder setzt Back-Screen für 5



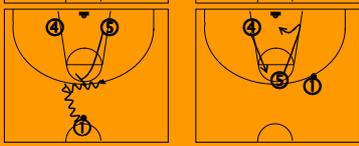
## Corner Option und Hand-Off:

1 passt den Ball in die Ecke, erhält einen Back-Screen von 5, anschließend spielen 5 und 2 Pick & Roll oder Hand-Off



## High Pick & Roll:

1 bereit den Block vor, 5 kommt zum Pick & Roll, 4 kommt nach oben, wenn 5 abrollt High-Low



Eric Detlev: Pick & Roll

41

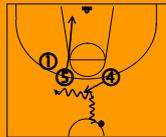
# Pick & Roll 3-3



## Horns:

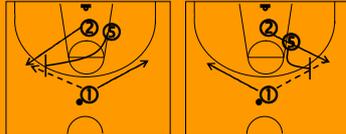
1 spielt Pick & Roll zu einer Seite, 4 poppt raus. Optionen:

1. High-Low 4 und 5
2. Nach dem ersten Pick & Roll:
  - i. Nochmal P&R mit 5
  - ii. Hand-Off mit 4
3. 5 Spielt Pick & Pop und 4 rollt zum Korb



## New York Side P&R:

2 befreit sich zu einer Seite und 5 spielt P&R mit ihm, 1 spacing. Neben allen Side P&R Optionen:  
- Swing/Skip zu weak-side Player 1



Eric Detlev: Pick & Roll

42

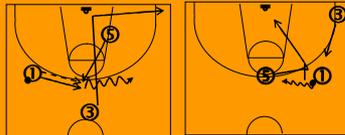
# 3-3 Plays



## Triangle Flash Side P&R:

5 flash zum Ball, 3 geht Back-Door und in den Corner, 1 und 5 spielen Hand-Off und anschließend Side P&R. Neben allen Side P&R Optionen:

- Strong Side Player kommt in den Rücken der Verteidigung



Eric Detlev: Pick & Roll

43