

Alles was ich nicht weiß, macht mich nicht heiß.

**Alle  
guten Werfer**

nähern sich in der Ausführung des einhändigen Wurfs dem perfekten Wurf (s. Definition / Buch - Exzellenter Wurf).

**Gute Werfer**

**weisen,**  
im Vergleich,  
eine hohe psychische Stabilität auf.

**D.h.:**

**Gute Werfer = Exakte Ausführung = hohe Trefferquoten = Selbstsicherheit = hohe psychische Stabilität.**

**Viele Trainer aller Kategorien, oft die Trainer, welche für die  
Ausbildung junger Basketballer  
zuständig sind,**

überzeugt diese einfache Logik nicht, und daher befolgt jeder seiner eigene Definition zur Technik des einhändigen Wurfs.

**Die Trainingskonzepte**

die Trainer stufen die Korrektur und die Verbesserung der Wurftechnik als gering oder gar nicht ein.

**Gesicherte Trainingskonzepte zur Verbesserung der Wurftechnik,**  
Wurfumfang und der Wurfintensität  
(individuell /u.teammäßig) sind mir nicht bekannt.

**Das Problem**

Alle bewahren ihr Wissen in Kühlschränken auf.

**Merke!**

Dein Wissen erhält das Siegel der Qualität - oder nicht - so es veröffentlicht wird  
Wenn Du den Basketballsport liebst, versteck' Dich nicht;

**Deine Meinung ist gefragt**

Basketball-visuell /Theo Kritikos