



2-2-1 Fullcourt förnekandepress

Bordlägga av tillfredsställer

| | |
|--|-----------|
| 2-2-1 Fullcourt förnekandepress | 1 |
| Inlednings- och personalkännetecken | 2 |
| Grundläggande personalbeskrivningar | 5 |
| Pressprinciper | 5 |
| Begrepp | 7 |
| Initial justering av 2-2-1 pressen..... | 8 |
| Ansvar i 2en-2-1 efter klumpa ihop sig i-in-bounded | 8 |
| Ansvar i 2en-2-1 för klumpa ihop sig i-in-bounded | 12 |
| Vaktmanövrar (1 och 2)..... | 13 |
| Framåt manövrar (3 och 4) | 14 |
| Tränga borrar | 17 |
| Drillborr 1: Ritt och glidbana..... | 17 |
| Drillborr2:3 på fälla 19 för 2 | Fullcourt |
| Drillborr 3: Märka | 21 |
| Borra 4:6 på 5 | 23 |
| Drillborr 5: Bemanna i en mitt | 23 |
| Pekar av betoning..... | 26 |
| Granska..... | 27 |
| Undervisningfortgång..... | 31 |
| Avslutning | 33 |

Inlednings- och personalkännetecken

Pressen 2-2-1 kallas ofta "en kontroll" press, därför att den tvingar klumpa ihop sig ut ur en mitt av däck till sidlinjerna var begåvade ball-handlers är allmänt mindre effektiva. Klumpa ihop sig omsvängningen, när körningen korrekt, 2en-2-1 tvingar anstötten för att vara tålmodig, i framflyttning av klumpa ihop sig, genom att låta, och ta bort framflyttning all passerar. Detta kan ta en anstöt ut ur dess det normalarytm, och även att göra den svår för att den anstöt ska få in i halva-half-court mönstrar.

För de inbounds passerar, 2en-2-1 ser mer något liknande en man-to-man press än en zonplanera. Varje försvarare förnekar any öppna manar i hans område. När klumpa ihop sig i in-bounded, de 2-2-1 meritförteckningarna och hustles för varje man till hans område i zonplanera.

Att matcha upp på det inbounds passerar är fördelaktigt för många resonerar.

- Det applicerar pressar på motståndaren och ger försvarstöldtillfällena.
- Det ska försvar får sällan bränt, genom att förneka hårt, därför att manen 5 är baksida som granskar handlingen, ordnar till för att välja av ett långt passerar.
- Det finns 5 försvarare som täcker endast 4 offensiva spelare, efter de femte offensiva spelarestativen som är obevakade som honom som är inbounds.
- Den ger intrycket att vi är den rinnande manen som ska bemannas. Motsättande lagledarear kan ändra till en man-to-man presssäkerhetsbrytare endast för att finna sig, fasadbeklädnad zonplanerar pressar, när klumpa ihop sig inbounded (om denna press är använt konsekvent, ska lag figurerar detta ut - vid denna tid, vi förväntar att överraskningen

dela upp i faktorer för att bytas ut av skräcken dela upp i faktorer i våra motståndarear.

- Finalen och de eventuellt viktigast resonerar för att matcha upp på det inbound passerar är

att den tvingar de defensiva spelarna för att hustle och koncentrera och att överföra meddelandet att varje spelare måste vara constantly aktivt när på däck.

Något lag, som begår till denna defensiv, att närma sig ska upptäcker värdera av tempo i basket. För börjanlagledarear tempo kan vara svårt att definiera och även svårare att undervisa. På varje jämnt tempo är ett kritiskt del- till framgång men ofta svårt att kontrollera. 2en-2-1 kan vara mycket effektiv på att få motståndarear att leka på ett obekvämt stegar. När en motståndare startar att leka precis ett lite snabbare (eller ibland ett lite långsammare) än dem skulle något liknande, missförstår - jäktade shots som är vandrande passerar, oförsiktiga omsättningar - startar att uppstå. Alla dessa kan översätta in i göra poäng körningar för ömt ställe och en stor ökning av förtroende för ditt lag.

2en-2-1 är unik, därför att "mindre idrotts-" lag kan utilize den som är konsekvent, eller även som ett primärt defensivt vapen. Ofta t är även effektiv mot "mer idrotts-" motståndarear därför att det "fållar som motsätter ballhandling vakter till sidlinjerna och ut ur en mitt,, var de har mer frihet som ska fungeras, mer övergående val och är allmänt farligare. Genom att låta klumpa ihop sig vändas om, pressen tvingar lag för att vara tålmodig, när den flyttar fram klumpa ihop sig som- denna kan vara speciellt svår för lag för några pojkar, därför att de är funktionsdugliga mot 10na understöder back-courtkränkning. Samtidigt den inbound förnekandet som är del- av pressen, kan effektivt rusa upp tempo mot den samma motståndaren.

De viktigast gynnar av denna defensiv att närma sig är det vårdar aggressiveness, och laginvesteringen, som lagledarear vet, är kritisk till framgång. Spelare och lag, som buy-in till en pressnågot liknande 2en-2-1, begår till en utforma av lek som begär aggressiveness, toughness och stolthet. Dessa är alla kvaliteter av en vinnare.

Läsning denna styrka har dig att tro att den I-förmiddagen "zonplanerar" lagledaren. Faktiskt I-förmiddagen en stark troende, som alla lag, speciellt på ungdommen jämnar, bör köra man-to-man som deras primära försvar. Grunderna av manen som bemannar försvar, är egentligen grunderna av försvar, i sin helhet. Begreppen av att innehålla klumpa ihop sig och att avspegla klumpa ihop sig som påverkar dribbler, hjälpa-och-help-and-recover och att knuffa till skäraren, Etc. är all man som bemannar grunder, men de är kritiska delar av lyckat zonplanerar också försvar, zonplanerar däribland pressar. Denna press bör inte byta ut ett lags man för att bemanna försvar; ganska det är ett stort komplement till några baserar försvar. Installera 2en-2-1 tillfogar en annan fullcourt pressar del- till din defensiva arsenal i en paketera som är både enkel att undervisa och kassaskåpet nog som ska användas utan känsla att du är dobblertilagframgång.

En final noterar... 2en-2-1 är ett stort försvar för en bred variation av ungdom- och högstadiumlag. I Washington flera av de bättre flicka högstadiumlagen använder någon variation av 2en-2-1 som- den rymmer förädlingsgrad i flicka lek, genom att tvinga anstötare för att bränna flera, understöder av skjuten tar tid på, innan den får även ut ur backcourt. Det kan vara ett stort vapen för högstadiumpojkar som väl. I 2003 på den vintergröna högstadiet i Seattle vi segrade vår områdesturnering, och laget nedde den statliga turneringen för den första tiden i 38 år. Förnekandet 2-2-1 var att lagets häftklammerförsvar.

Jag har kört 2en-2-1 effektivt med ungdomlag som väl. Jag har haft stort framgångsbring detta försvar med barn för lag så, som 6th att gradera... de enkla rotationerna låter spelare välja upp de huvudsakliga begreppen snabbt, utan att offra från fattig förvirring för försök tack vare. Allt vad jämnt du arbeta som privatlärare åt på, jag hoppas

detta materiellt ger något av värderar till dig!

Grundläggande personalbeskrivningar

Försvarare för **spelare 1 och 2** bästa i pressen. Typisk dessa är våra vakter som båda spelare bör vara aktivt på-klumpa ihop sig försvarare. Om laget använder det inbounds passerar förnekandet som är del- av pressen, 1 och 2 bör vara vakna nog snabbt att välja lokaliserar deras defensiva uppgift och, förneka det inbounds passerar. Leker längre, mer högväxt spelare på de 1 och 2 fläckarna kan vara välgörande, genom att begränsa ballhandlers vision av de övergående lanes med long, beväpnar, men ett sekundärt övervägande, efter klumpa ihop sig har pressat och dananderotationer.

Spelare 3 och 4– midcourtförsvararna. Vanligt 3 och 4 är framlänges och/eller mer högväxt vakt-aktiv nog till fastställda bra fällor och täcker korgrotationer, och högväxt nog för att försvara korgområdet, om behövd

Spelare 5– täcker baksidan av pressen. Detta är vanligt, fast inte alltid, laget centrerar. 5 måste vara kompetent att få in i placerar snabbt på början av pressen. Detta är speciellt riktigt, när det förnekar på det inbounds, passerar, sedan några lag ska försök att slå pressa med ett djupt inbounds passerar. 5 måste flyttningen sido från sidlinje till sidlinjen. Sedan han sitter baktill av pressen och har den bäst visionen av det helt att däcka, 5na måste meddela med teammates. Igen detta är speciellt viktigt, när du förnekar det inbounds, passerar. Bra kommunikation från 5 (dvs. "skäraren i en mitt! " "klocka bak dig! ", etc.) ger 1, 2, 3 och 4 med spring för informationsuppehållsaker slätt

Pressprinciper

1. **Spela inte.** Leka grundförsvar och låt motståndaren göra missförstå. Om vänt mot med det primat av: A. Göra ett plötsligt ryck på en passera med ett litet riskera på en stöld, men en garanti, att du ska, är ut ur placerar, om du inte gör stölden, eller B. som roterar till den solida passeramottagaren och leka, grundförsvar, vi väljer alternativ B varje tid. Om vi är jämna i vårt försök och utförande, odds är att slutligen, den ska pressa har en verkställa på motståndaren, och att samma passerar ska segla ut ur hejd. Stora trängs lag är grundläggande solida defensiva lag.

2.Låt aldrig ett framåt passerar till en mitt. Som klumpa ihop sig passeras runt om omkretsen av zonplanera, defensivvakterna lämnar inte en mitt, tills en teammate roterar för att täcka.

3.Var tuff. Gör dina rotationer, ingen materia hur långt eller svårt de kan verka. Låt aldrig ballen-handler tar fram till en mitt. Dessa 2 delar är kritiska och KAN vara uppnått konsekvent vid spelare med den högra mindset.

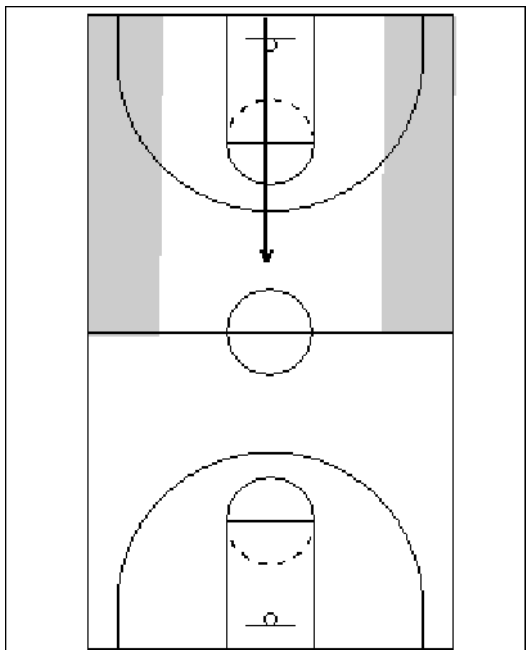
4.På fällan ne inte. Upprätta placerar med riktig snabbhet och footwork och täcker passera vid "**mirroring som** klumpa ihop sig med båda räckers– dvs. försvarare räckers agerar något liknande en avspeglar framme av klumpa ihop sig; när klumpa ihop sig går, räckers går med klumpa ihop sig upp går besegrar, räckers igen följer. Detta är jämnt med princip 1: "Ne inte".

5.Krökning dina knä. Denna är en grundläggande grund av det applicerar sammanlagt områden av leken men är bestämt relevant till pressen 2-2-1. Försvarare måste krökningen vara ordnar till för att reagera aggressively, och med ämna i pressen. Är här intressera övar: den nästa tiden som du håller ögonen på en lek, försök att spendera 5 till 10, noterar att hålla ögonen på båda lag endast från midja-waist-down. Om du ser att ett lag leker med vridna knä som är mer konsekvent än annat, det finns en store riskerar det, när du ser upp, som ska är laget med det bly-.

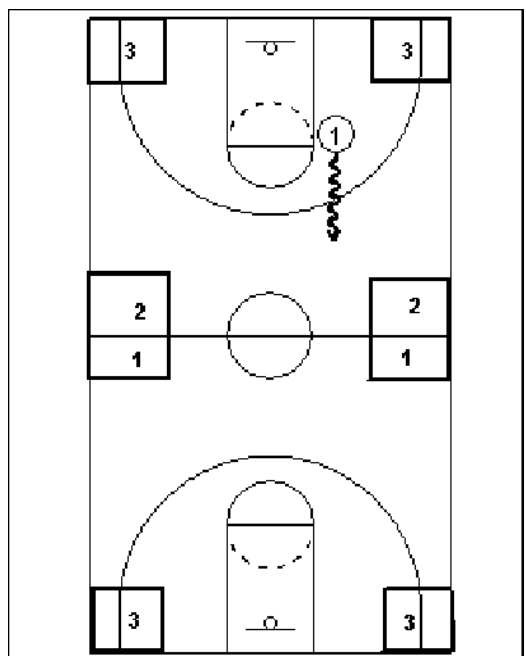
Begrepp

Ämna av 2en-2-1 är **att tvinga klumpa ihop sig in i "det blint Gränder"**, områdena i motståndare tillbaka domstol - inte mer än 5 fot från sidlinjen

(Pilen visar rikningen som anstöten är röra).



Detta kan vara speciellt effektivt mot lag med goda vakter därför att det uppehållen dem ut ur en mitt var dem ha mer rum att fungera och ha mer övergående alternativ

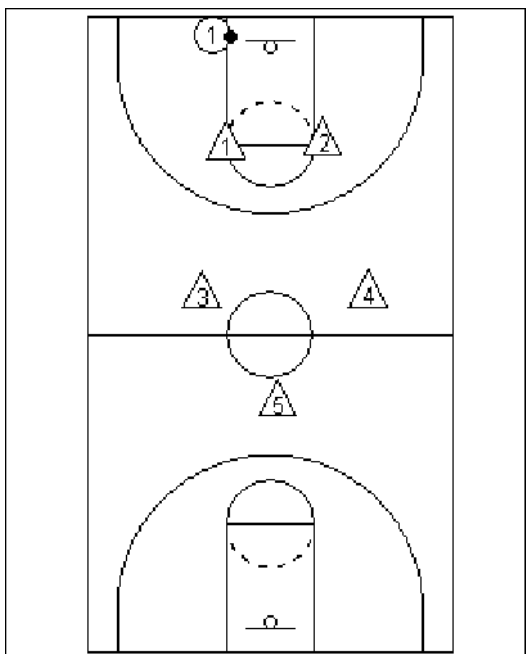


These are the best areas to trap on the basketball court.

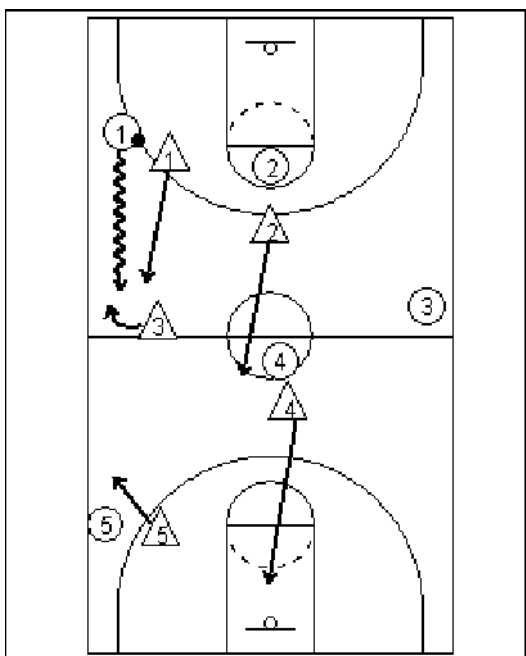
(O1) is included to show the direction the offense is moving.

In the 2-2-1, our primary focus is on setting traps in areas 1 and 2.

Initial Alignment of the 2-2-1 press (when the ball is in the center)



Ansvar i 2en-2-1 efter klumpa ihop sig i-in-bounded



1 och 2 - spelare som försvarar klumpa ihop sig (1) tvingar ballhandlar besegra "återvändsgränden" in mot halfcourtfällan. Få INTE takten till en mitt!

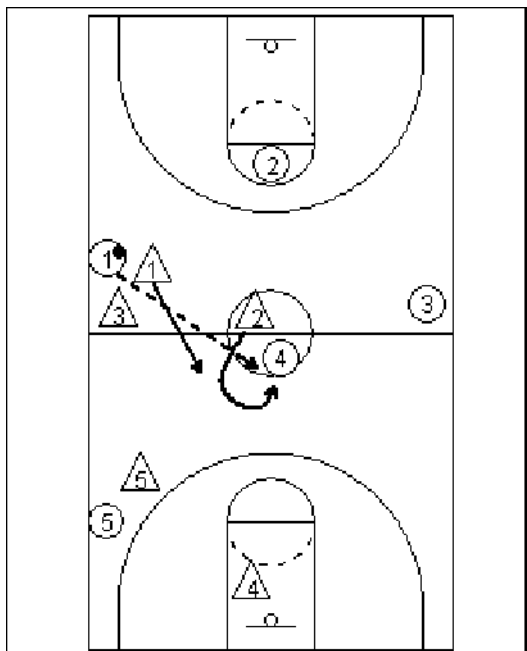
Motsatsspelare (2) försvarar passera till en mitt. Han sjunker nedanför det jämnt av klumpa ihop sig, och in i en mitt som ser för att förneka vem som helst i den mellersta en-2, förnekar O4 - (eller, vem som helst som exponerar till en mitt - detta kräver att försvarare underhåller en öppen stance, så att han kan lokalisera skärare).

3 och 4 - när klumpa ihop sig är på en spelare sida av däck, de förbereder till uppsättningen en fälla nära halfcourt.

När klumpa ihop sig är på motsatssidan av däck, de 4) flyttningarna för försvarare (till en mitt av däck och glidbanor drar tillbaka för att täcka korgen. NOTERA att, när klumpa ihop sig är på en sida av däck, alla försvarare är också på den sida av däck. Det finns inte några defensiva spelare på svag-weak-side.

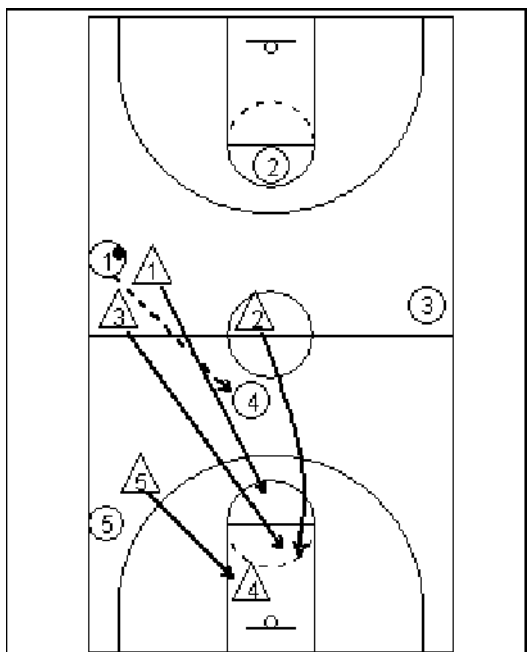
5 - är i en rikta fodrar alltid med klumpa ihop sig. Notera: ska 5 tvekar att rotera över till sidlinjen, om det framåt (4 i detta diagram) är långsamt att täcka korgen. Detta löser inte ett problem; det skapar två problem! 5 måste lita på hans teammates och göra rotationerna!

På "en Gut passera" till en mitt



Den defensiva spelare, som missa rotationen (2) bör försök att få framme av klumpa ihop sig och i grunden att nollställa pressen, genom att sätta klumpa ihop sigbaksidaen på omkretsen och ut ur en mitt.

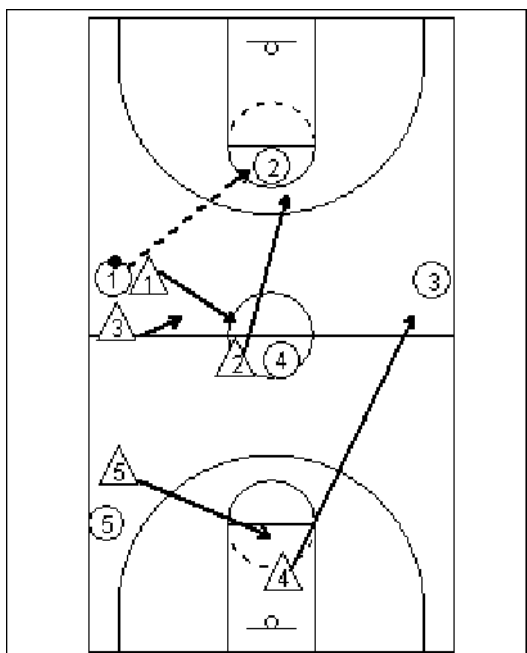
Mest lag som automatiskt ska, att dra sig tillbaka ut ur pressen på en passera till en mitt. Vi ska tappa vanligt tillbaka för, men, efter att leka aggressively, är ett sådan nyckel- dela upp i faktorer, vi fokuserar mycket mer energi på danande rotationen, än på saknad den och ge upp en mitt passerar. Spelare, som bevakade klumpa ihop sig, bör razzia in i en mitt hjälpa.



If the middle guard cannot get in front of the gut pass:

The gut pass is a trigger to all players that the press is broken.

We sprint back to cover the paint and communicate to cover the ballhandler, as we would when we're defending a fast break - transition defense).



Om klumpa ihop sig vändas om tillbaka till centrera

av däck: Pressmeritförteckningarna dess initiala justering

Vakten, som försvarade klumpa ihop sig (1), glider in i en mitt, och "märker" den annan vakten (2).

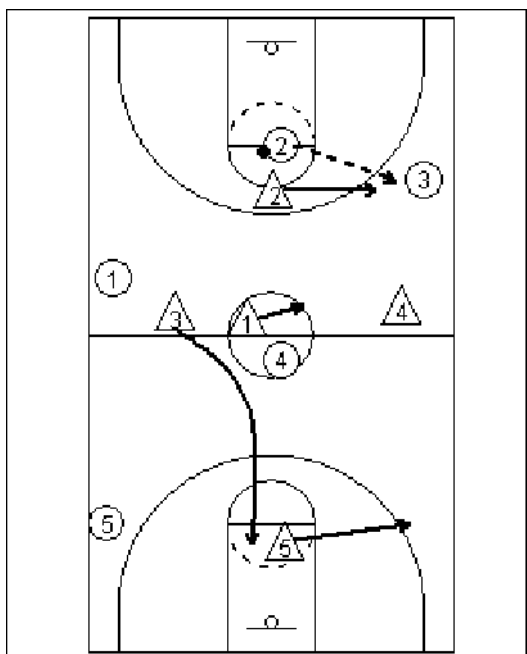
2 väntningar att märkas av annan vakt, så att en mitt återstår dold för flyttning till omkretsen att försvara klumpa ihop sig.

Här, om klumpa ihop sig vändes om till O3, skulle 2 följer passera, och styrka O3 besegrar en återvändsgränd

4 kommer säkerhetskopierad in mot halfcourt

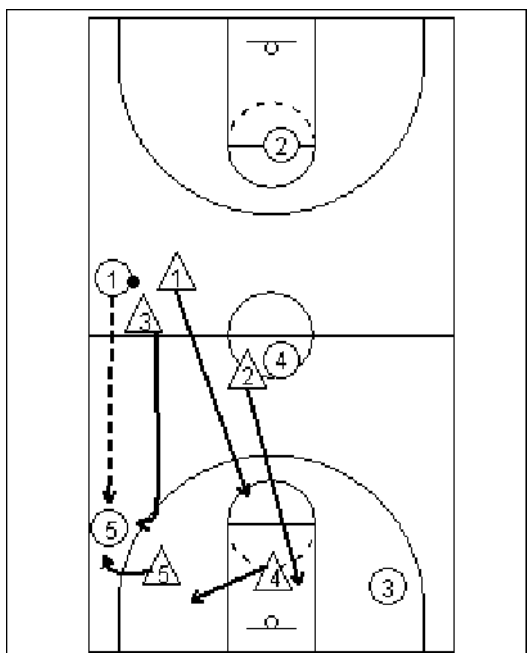
3 glidbanor drar tillbaka in till en mitt

5 stag i överensstämmelse med klumpa ihop sig



1 and 2 trade roles as the ball is reversed, so that the middle and the ball are always defended.

Om klumpa ihop sig passeras upp sidlinjen förbi midcourt fälla:



1 och 2

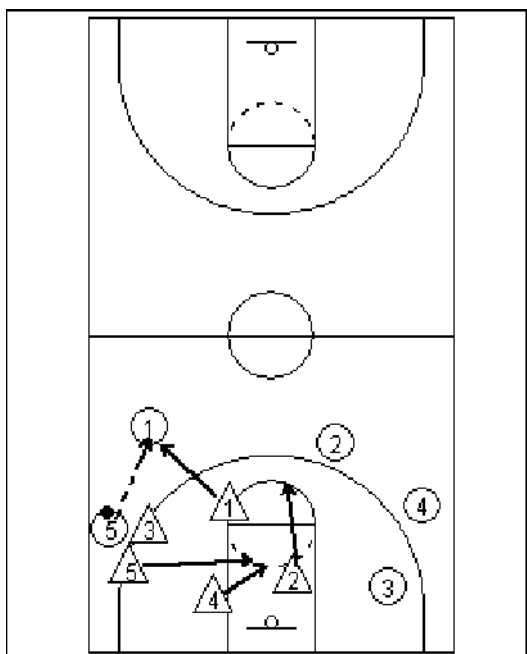
Den mellersta vakten (2) tappar för att täcka korgen.

ballsidevakten (1) täcker en mitt 3 och 4

midcourtförsvare (3) följer passera till fälla med 5. Jag berättar midcourtförsvarena, "om klumpa ihop sig går över ditt huvud, då du vänder, följer passera och uppsättningen another fälla".

Den annan midcourtförsvare (4) kommer till klumpa ihop sig-ball-side kvarteret från korgområdet.

5 håll den offensiva spelare till midcourtförsvare ankommer för att fånga. 5 kan gå för stölden, om den är tillgänglig på passera upp sidlinjen, men han bör inte spela för att få stölden (, om dvs. 5 inte får stölden, han bör ställa in för att försvara klumpa ihop sig och fällan).



När klumpa ihop sig passeras ut ur sidlinjefällan

som pressen är över och, vi skriver in vårt

halfcourtförsvaret

Om vi leker man-to-man halfcourt, vårt initialt matcha-match-ups styrka inte alltid för att vara vår det normala match-up-upp

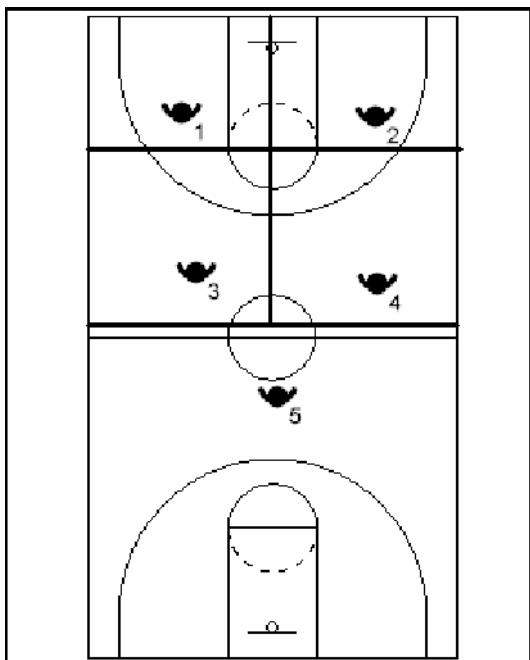
Vi måste meddela och hustle som snabbt skriver in vår man för att bemanna försvar.

Övergången mellan pressen till manen till manförsvar är en inexact vetenskap och kräver uppmärksamhet.

Detta är, när försvar är mest rimlig att koppla av eller erfara förvirring, danande det som mycket är sårbart.

Lag kan bli skickliga på denna övergång med övar; emellertid många gör, inte som den förbises ofta av likadana lagledarear och spelare.

Ansvar i 2en-2-1 för klumpa ihop sig i-in-bounded



Primära defensiva täckningsområden för det inbounds

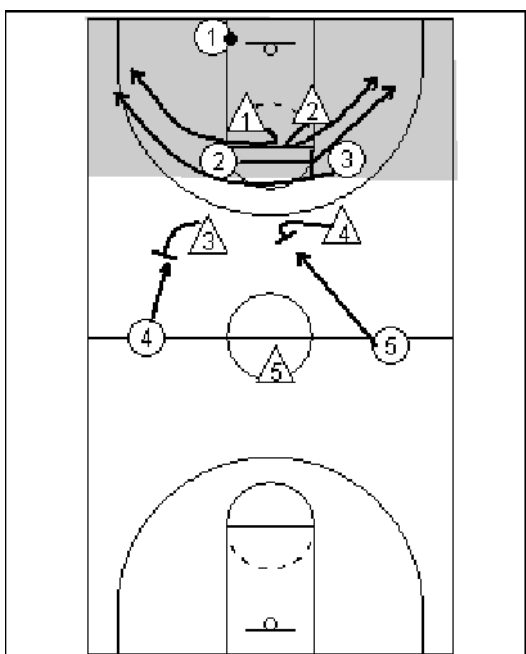
varje spelare förnekar en motståndare his/her respektive område.

1 och 2 täcker det omgående inbounds området från det fria kast fodrar fÄrdjupat till grundlinjen på antingen halva av domstolen

3 och 4 täcker antingen halva av dÄcka mellan det fria kast fodrar fÄrdjupat och halfcourt i motståndare backcourt

5 är initialt ansvariga för att täcka motståndare hela frontcourt.

**** Notera:** Först ögonkast som det kan verka som, fast område för 5 täckning är för stort. Det är inte. Stunder 5 bestämt måste hustle för att leka det inbounds passerar effektivt, oss vet det, 9 tider ut ur 10 riktar any inbounds passerar från motsatsgrundlinjen till en spelare i 5 område går att vara en lob passerar. Den tvinga lob passerar från motståndaren är ett av våra mål i pressen. Lob passerar ger stöldtillfällen, därför att deras bÄge/trajectory låter försvar reagera, för de ner deras. Vårt klara enkla meddelande till försvar är att vi är idrottsman nenar... och idrottsman nenar kan täcka lob passerar. På några lob passerar, om även vi inte får stölden, varje försvarare har överflöd av tid att reagera, och att få in i riktigt placera, för klumpa ihop sig fångas. I detta läge mer än något annat, väggen, som krÄvs egentligen, är vår uppmärksamhet och vårt försök.



1 och 2

Förneka den mest nära mottagaren på en - halvan av domstolen från free-throw fodrar få djupat till grundlinjen.

3 och 4

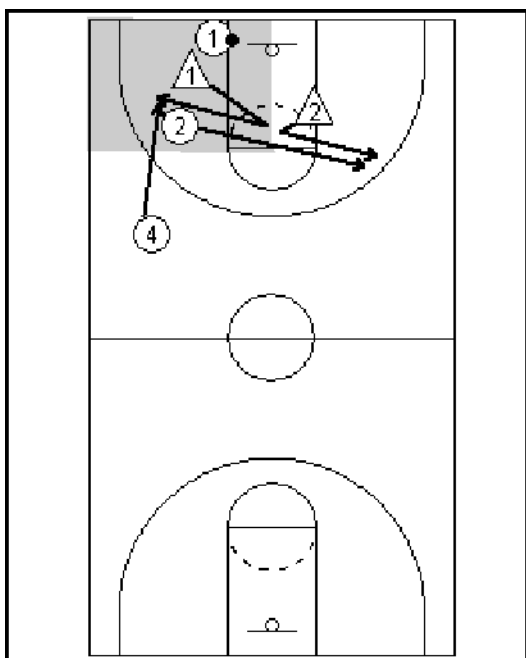
Stativ 5-12 fot från halfcourt fodrar, i en öppen stance. Spelare exponerar vanligt in i detta område från den omkring 1/2 domstolen. Se däck och knuffa till spelare som exponerar.

5 täcka den förgångna halfcourt för område. Lek upp fodra-line-on fodra på mottagare i ditt område.

Placera sig, så att du kan fånga upp en passera till spelare som är mest bortest från klumpa ihop sig.

SAMTAL! Hjälpt spelarna framåt av dig med deras matchups. Den tillbaka manen är "quarterback" i 2en-2-1.

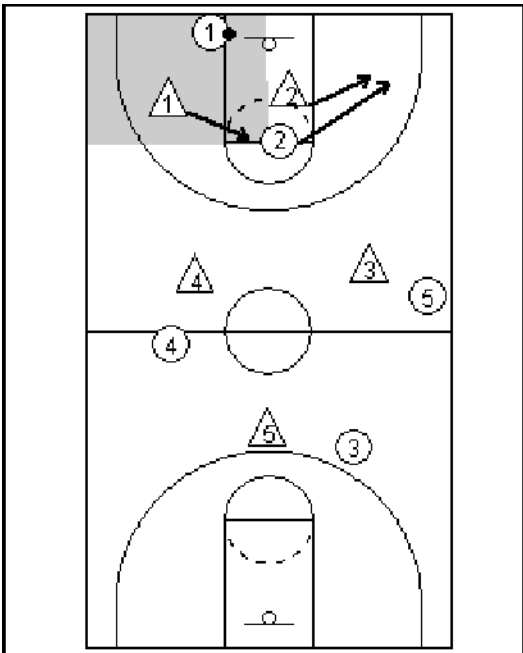
4. Om ett framåt lämnar his för att boxas, 5 bör vara ordnar till för att kliva in i det boxas och förnekar.



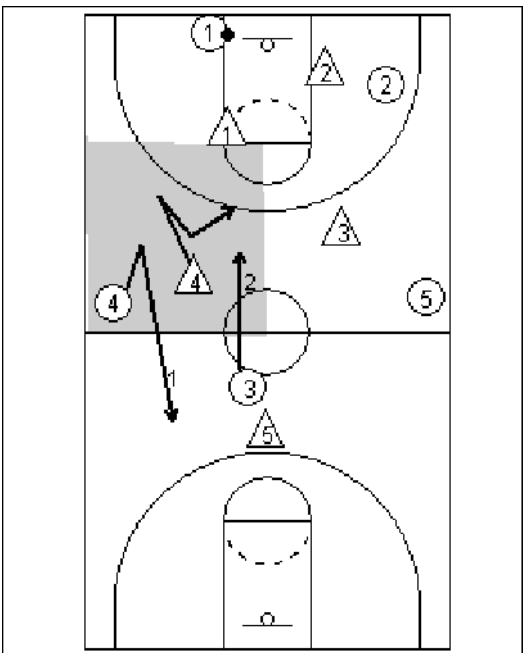
Vaktmanövrar (1 och 2)

Om din man lämnar ditt område, scramble som finner another

mottagare i ditt område. (1 förvanskar för att täcka 4 här),

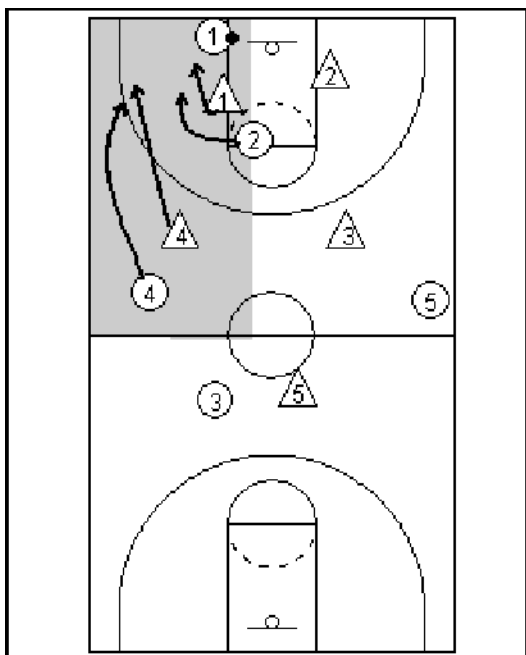


If there is nobody in your area, **pinch in towards the middle at the free throw line area**. Open up (facing the sideline) and look for anybody moving into your area while keeping vision of the ball.

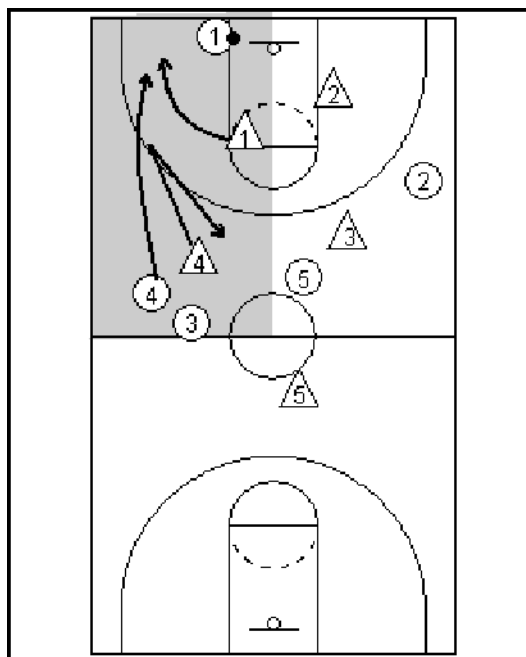


Forward Maneuvers (3 and 4)

If a matchup leaves 4's area, 4 will release and look for a new player to defend.



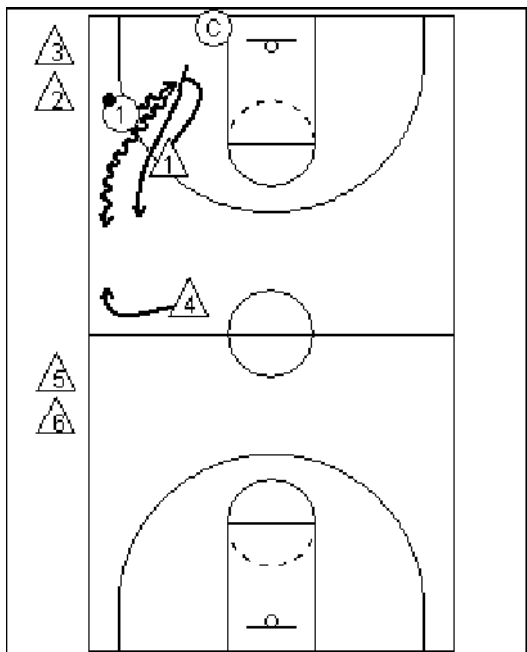
If a player flashes from a midcourt area into a guard's (1) area, continue to deny the cutter into the guard's area **IF** the guard (1) is already defending someone.



If 1's box is empty, 4 passes the cutter off to 1

Tränga borrar

Drillborr 1: Ritt och glidbana

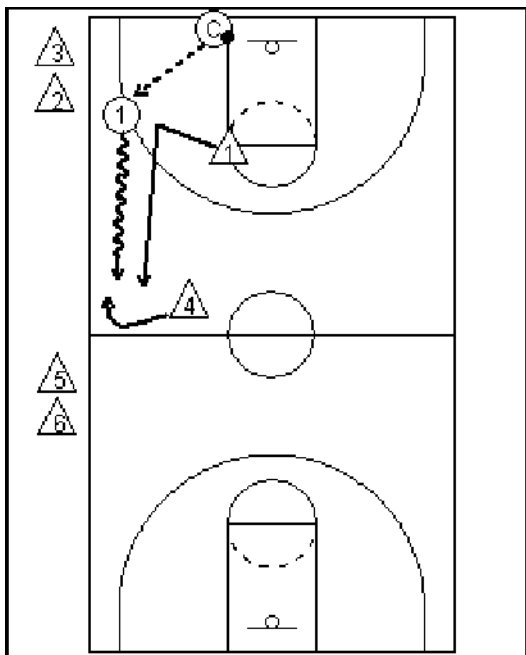


Ämna: Att undervisa vakterna i pressen 2-2-1 till påverkan klumpa ihop sig besegra sidlinjen (in i "återvändsgränden") och ut ur en mitt. Att undervisa framlänges in pressen 2-2-1 riktig positionering och hur till uppsättningen den halva domstolfällan.

Organisation: Lagledarestativen ut ur hejd under en korg med klumpa ihop sig. Framlänges line up ut ur hejd på halfcourt. Vaktline up ut ur hejd på grundlinjen. Två vakter kliver på däck; en ska lekanstöt och ska annan agerar som en bästa försvarare i pressen 2-2-1. Framåt man kliver på däck; ska de framåt agerar som en midcourtförsvare i pressen 2-2-1.

Tillvägagångssätt:

1. Lagledaren passerar klumpa ihop sig som är inbounds till den offensiva vakten
2. Den defensiva vakten försvarar klumpa ihop sig som påverkar ballhandler, besegrar "återvändsgränden" in mot fällan. Drillborren avslutar, när de två försvararna har lyckat uppsättningen en halv domstolfälla.
3. ballhandler bör försök att slå fällan, endera, genom att slå den defensiva vakten till en mitt av däck eller genom att dregla, besegrar återvändsgränden och att gå runt om eller till och med fällan.

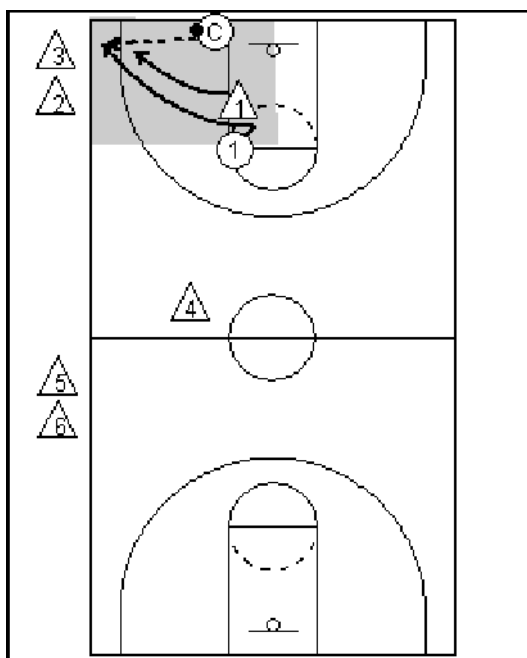


Coachningen pekar:

1. Ha den defensiva vakten att förneka det inbounds passerar på början av drillborren, när vakterna förstår och kan lyckat utföra drillborren defensivt,

2. Den offensiva vakten startar på armbåga och måste klippa

för att få



öppna i det skuggade området. Den offensiva spelare är endast tillåten att få öppen i det skuggade området, därför att, i ett modigt läge, den skulle defensiva vakten kopplar av, om den offensiva spelare lämnade detta område.

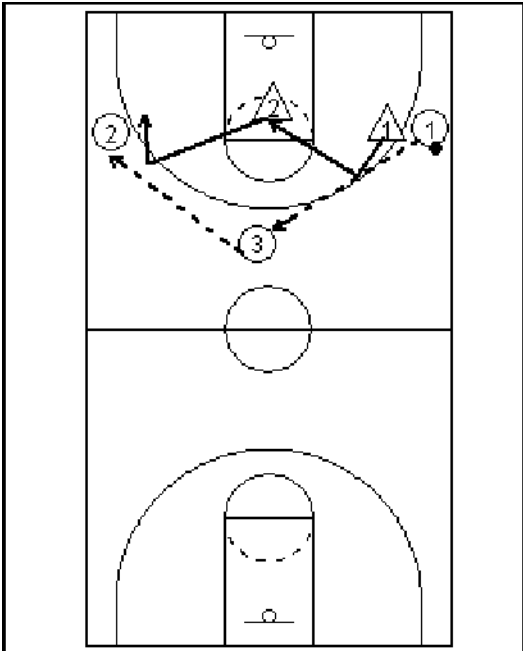
3. Efter klumpa ihop sig har lyckat inboundad, drillborrmeritförteckningarna som det normala.

4. Om ballhandlerförsöken att gå till en mitt av däck, försvarare bör glider för att klippa av honom och för att tvinga honom som är tillbaka, besegra återvändsgränsen

5. Om försvararna är mislyckade, i inställning av fällan, kör drillborren igen med de samma spelarna, tills försvararna har framgång.

6. På avslutningen av drillborren försvarare båda kliver av av däck. Den ballhandling vakten blir därefter en försvarare. Den nästa vakten som ska klivas in i drillborren, agerar som ballhandler. Det nästa framåtriktat som ska klivas in i drillborren, agerar som midcourtförsvarare.

Drillborr2:3 på fälla för 2 Fullcourt

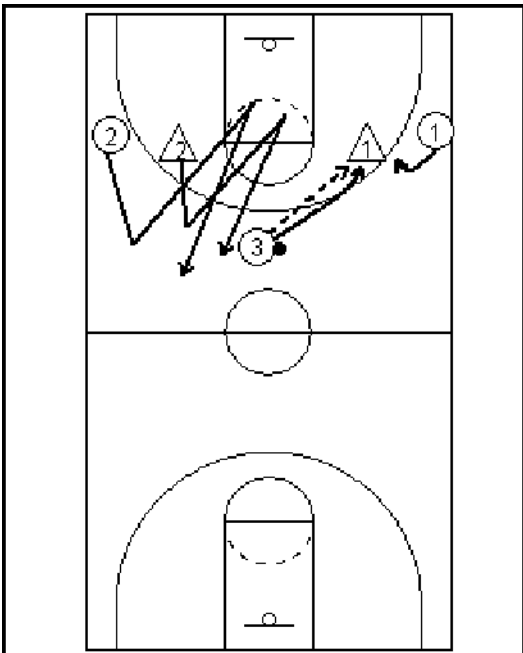


Ämna:

A. att att borra man-to-man defensiv positionering för halv domstol

B. Att framkalla aggressiv tillbehörar as well as förnekandet av första passera ut ur en fälla.

Organisation: Drillborren börjar, som en defensiv beskjuter drillborren med tre spelare på omkretsen (på peka och på båda påskyndar), och med två defensiva spelare som försvarar endera, påskynda.



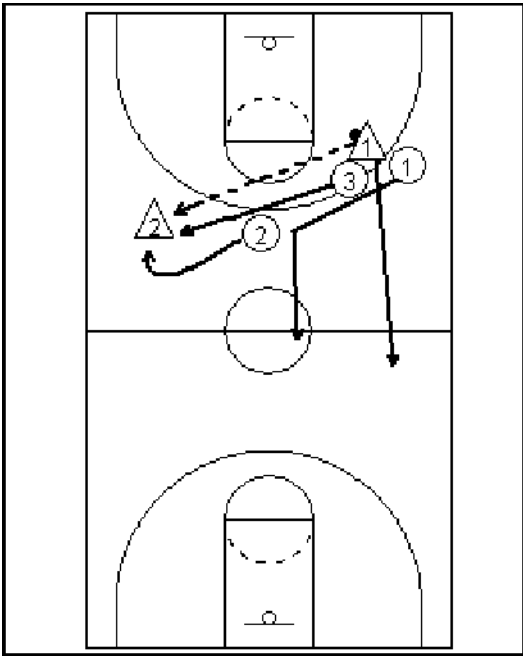
Tillvägagångssätt:

1. De tre offensiva spelarna börjar drillborren, genom att passera klumpa ihop sig runt om omkretsen. De två defensiva spelarna, varje som bevakar en påskynda, gör defensiva justeringar från på-att klumpa ihop sig försvar, till förnekandet, för att hjälpa försvar, som de skulle i ett man-to-man försvar för halv domstol

2. När det har vänt om klumpa ihop sig, en koppla ihop av tider, pekavakten passerar klumpa ihop sig till en av de defensiva spelarespelarna då kopplar roller, med försvar som kopplar till anstöten och anstöten som kopplar till försvar.

3. Försök för två det offensiva spelare till för- den övre

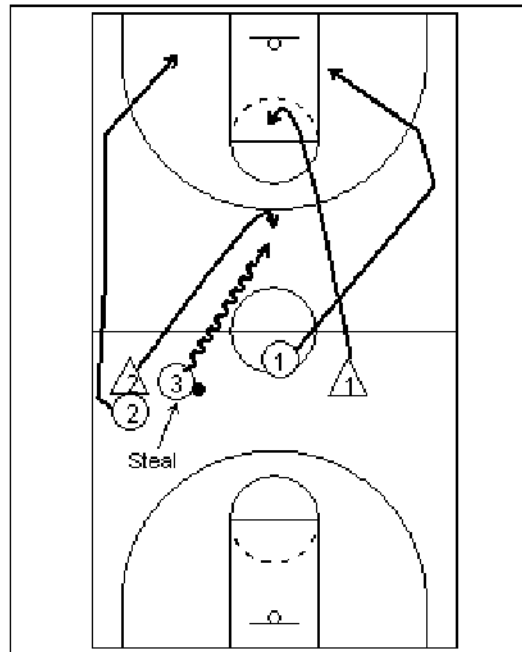
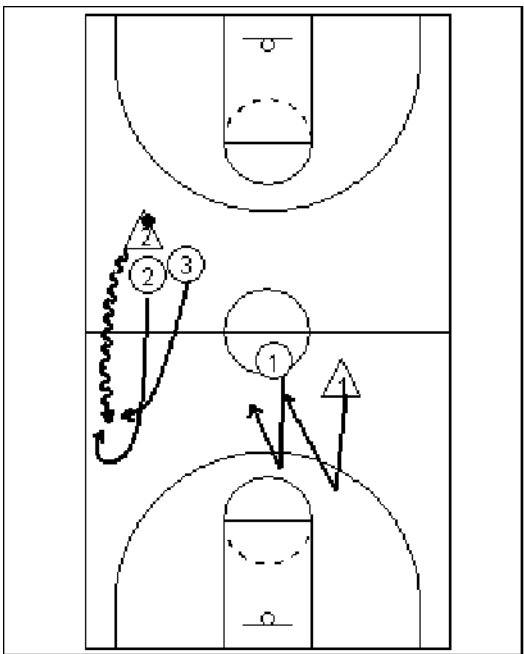
domstolen och ställningen för klumpa ihop sig på motsatskorgen som leker 2 vs. 3.



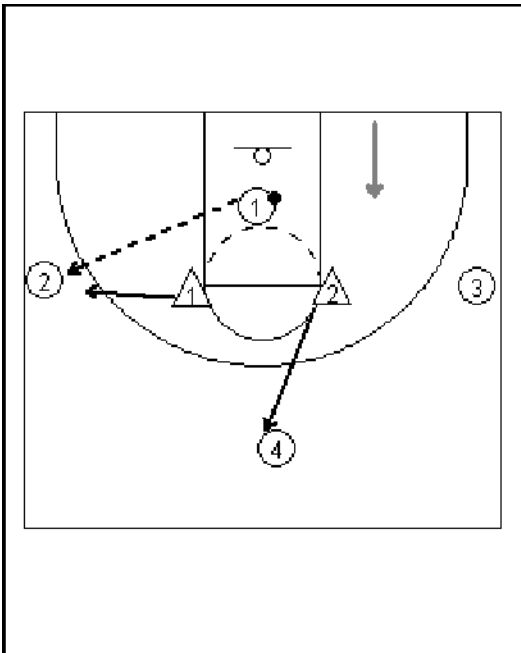
4. De tre defensiva spelarna leker "fälla och förnekar fortlöpande" kontra de två offensiva spelarna. De två försvararna som är mest nära till klumpa ihop sig fångar aggressivt, stunder som den tredje försvarare förnekar aggressivt den tredje offensiva spelare.

5. På några passera gjort av det offensiva laget, försvararna måste justera, med två försvarare som fångar klumpa ihop sig, och den tredje försvarare som förnekar uttaget, passerar.

6. Drillborren avslutar, när de två offensiva spelarna görar poäng, eller när de 3 försvararna får en stöld och ett fastaavbrott (3on2) för en korg



Drillborr 3: Märka



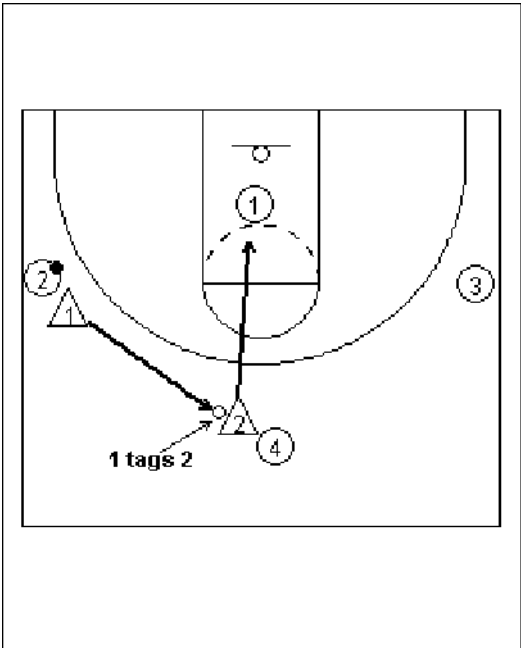
Ämna: att borra täckningsrotationer för de bästa två spelarna i pressen 2-2-1, med en betoning på att täcka en mitt passera

Organisation: drillborren är ställer in med spelare för fyra den offensiva spelare (en pekavakt, två påskyndar, och i en mitt) och de bästa två defensiva spelarna i 2en-2-1 (grå färgpilen visar att riktningen den skulle anstöten går i en lek).

Tillvägagångssätt:

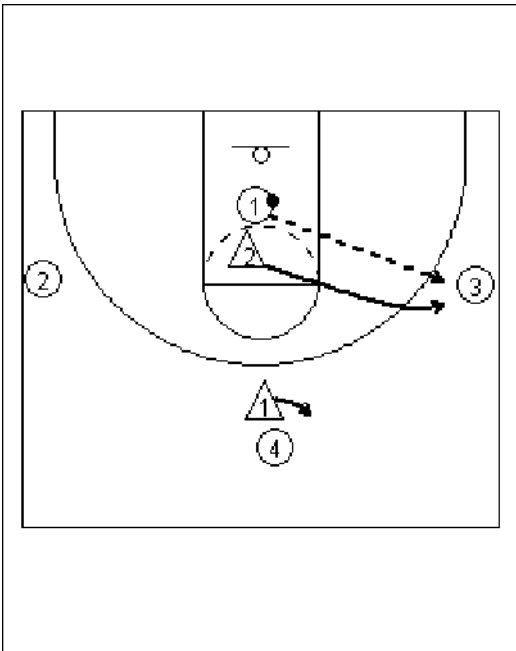
1. De tre offensiva vakterna (1, 2 och 3) roterar klumpa ihop sig runt om omkretsen. Som klumpa ihop sig roteras, spelare söker efter det öppet passerar till spelare i en mitt (4).

2. De två defensiva spelarna är varje ansvarig för en - halvan av däckta (1 är ansvariga för den lämnade halvan av däckta, och 2 är ansvariga för den högra halvan av däckta).



3. På en passera till påskynda, flyttningar för en försvarare för att försvara klumpa ihop sig och påverkan den besegrar "återvändsgränderna," (1) som den annan defensiva spelare sjunker nedanför klumpa ihop sig som täcker en mitt, passerar (2).

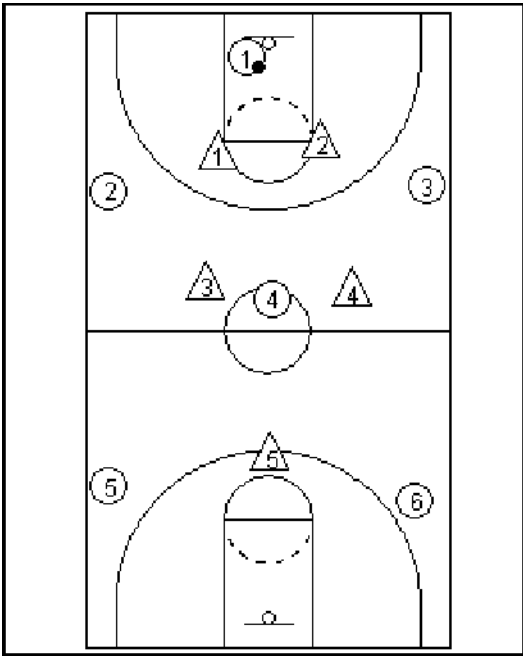
4. Som klumpa ihop sig passerar tillbaka runt om omkretsen (från 2 till 1), denklumpa ihop sig försvarare glider tillbaka in i en mitt. Försvarare som täcker en mitt (2) lämnar inte his för att placera, tills han **märkas** av hans teammate. Efter han har märkts, de 2) flyttningarna för försvarare (ut till omkretsen att försvara klumpa ihop sig. Att märka ser till att dina vakter försvarar "gut passerar" i pressen 2-2-1.



5. Påskynda, spelareansvariga för den sida av de 2) som klumpa ihop sig roteras till annan, glidbanorna för däck (över för att försvara klumpa ihop sig och påverkan som den besegrar återvändsgränsen. Den andra defensiva spelare (en) justerar för att täcka en mitt.

6. Som klumpa ihop sig roteras runt om omkretsen igen, den 2 skulle glidbanan in som ut märker 1 och 1 skulle pop för att täcka klumpa ihop sig.

7. Drillborren bör fortsätta för tre till fyra klumpa ihop sig omsvängningar som ger de defensiva spelarna flera tillfällen "att leka, märka" och repetera deras täckningsansvar.



Borra 4:6 på 5

Ämna: Att öva pressen 2-2-1 mot en offensiv numrerar fördel.

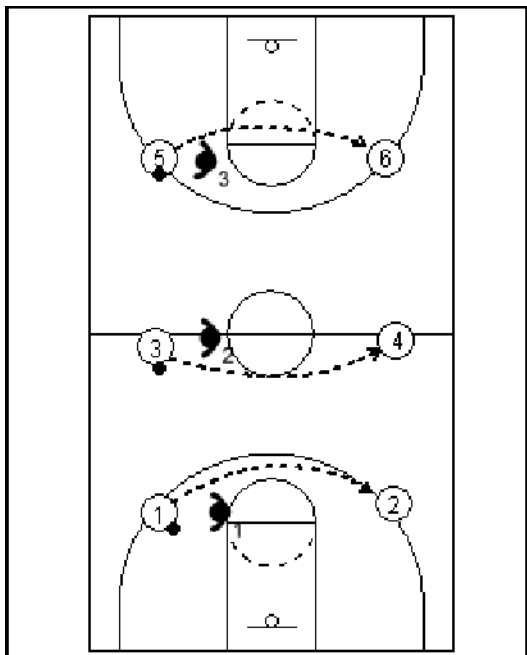
Organisation: 5 defensiva spelare ställer in i pressen 2-2-1. 1. spridning för 6 defensiv spelare sig själv ut över däck, med en spelare i en mitt (4), en spelare i baksidaen (1), två spelare på påskyndar (2 och 3) och två spelare av domstolen på sidlinjerna (5 och 6).

Tillvägagångssätt:

1. Vi leker denna modiga en besittning på tiden med det offensiva laget som försöker till den övre domstolen för flyttningen och, görar poäng snabbt mot pressen.
2. Vi ger oss alltid upp klumpa ihop sig omsvängningen som är menande, som spelare 1 ska är alltid öppen, men, som passera till spelare 4 ska, täckas alltid. Så länge som det offensiva laget är funktionsdugligt mot räkningen 10 i den tillbaka domstolen, vi önskar inte att spela, genom att täcka omsvängningarna, passerar i pressen 2-2-1.

Drillborr 5: Man i en mitt

Ämna: Att att borra att avspegla klumpa ihop sig defensivt och att söka efter

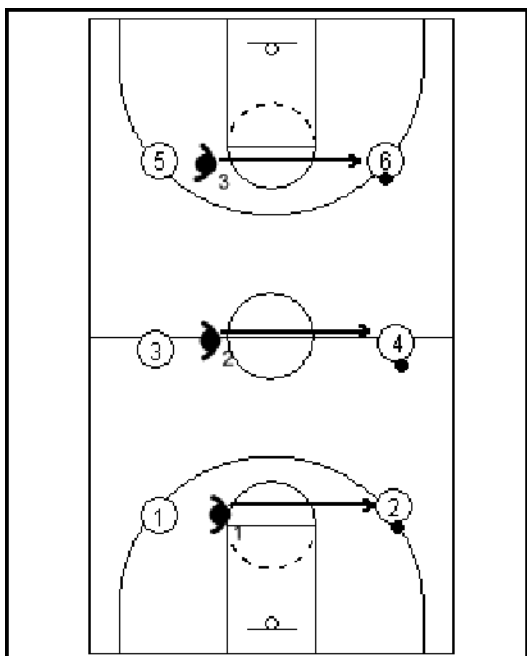


passera avböjningar. Denna drillborr förbinder specifikt till pressen 2-2-1 vid undervisning betydelsen av att inte ne i defensivt och av att leka med aktiv räcker under fällan.

Organisation: Spelare organiserar in i grupper av tre, med två offensiva spelare som vänder mot varje annan, ungefärligt 15 fot ifrån varandra. Defensivspelarestativen mellan de offensiva spelarna. En offensiv spelare har en klumpa ihop sig.

Tillvägagångssätt:

1. Alla offensiva spelare passerar klumpa ihop sig fram och tillbaka till en annan stund det defensiva spelare försök att avböja passerar. Offensiva spelare, bör "fejka en passera för att göra en passera"; att utföra klumpa ihop sig fejkar i en riktning och bortgång i den annan riktningen. Spelare bör fejka low som, om att avsluta av en passera av försvarare höft och att passera kicken som avslutar en passera av försvarare, gå i ax av. Alternativt spelare bör fejka kick som om för att passera av av deras försvarare endera och för att passera lågt och att överföra av en passera av försvarare höft.



2. Defensiva spelare följer varje passerar, bokslut ut på den offensiva spelare med klumpa ihop sig. Defensiva spelare reagerar till varje klumpa ihop sig fejkar, genom aggressively att avspegla klumpa ihop sig med båda, räcker (som klumpa ihop sig går kicken, försvararna räcker följer som, om de var en avspegla framme av klumpa ihop sig).

3. Försvarare återstår "i en mitt", tills en passera avböjs. En avböjning definieras, som en spelare som får his, räcker på någon del av basketen. När detta uppstår, den offensiva spelare, som kastade passera, kopplar placerar med den defensiva spelare, och drillborren fortsätter.

Coachningen pekar:

1. Offensiva spelare är inte tillåtna att göra någon lob passerar. Allt passerar måste vara endera riktat passerar eller studsar passerar.

2. Offensiva spelare, bör försök att ne förflutna förkroppsliga eller huvudet av den defensiva spelare, när det frigör passera. Detta försäkrar att försvar som ska för att inte få en avböjning. Genom "att fejka en passera för att göra en passera" anstötten, simulerar avsluta en passera till posta och mot en fälla.

3. Defensiva spelare bör aggressivt avspegla klumpa ihop sig med både räcker och söker efter passerar avböjningar. Passeraavböjningarna leder inte alltid till omsättningar, dem kan stilla är ganska värdesaken, i avbrott motståndare av förtroende i dess spring, mönstrar fluidly. För pressa defensiva lag, passerar avböjningar är en utmärkt indikering av aggressivness. Denna typ av aggressivness kan erodera en anstöt förtroende över jaga av leken.

Pekar av betoning

Fyra specifika områden av pressen, som kräver försöks- och extrahjälpkoncentration, är:

1. När du förnekar det inbound, passera, efter gjort, sätter in mål (som motsatt till gjorda fria kast), 1, och 2 måste hustle för att lokalisera och förneka spelare i deras område. 3 och 4 måste också hustle för att täcka deras områden, och att förhindra det långa inbounds passera till en mitt, men 1 och 2 har det mer fordra ansvaret.

2. 5 måste alltid hustle för att täcka den tillbaka fläcken i början av pressen; några ska lag söker efter en lätt korg av det djupa inbounds passerar av. 5 måste inte nödvändigtvis att vara laget centrerar. Ibland jag ska sätter en snabb vakt i denna placerar, om speciellt en motståndare ser till inbound med ett djupt passerar, om vi har besvärar med rotationen till sidlinjen (endera med *danande* rotationen eller med *att innehålla* klumpa ihop sig, när den får passerad upp sidlinjen).

3. Det är absolut kritiskt att skydda en mitt till framgången. 1 och 2 måste framkalla en vana av växling snabbt från på-klumpa ihop sig försvar för att täcka en mitt. Stunder det är inte kritiskt, att 1 och 2 "märker faktiskt" varje annat i och ut ur en mitt, det är kritiskt dem fungerar i tandemcykel och att den mellersta försvarare för att inte rotera ut, tills han är bestämd att hans partner kan täcka.

4. Eftersände (3 och 4) rotationer från midcourt till korgområdet (och tillbaka) är de längsta rotationerna i pressen och kräver försök och medvetenhet att vara täckt konsekvent.

Granska

Ansvar i 2en-2-1 efter klumpa ihop sig i-in-bounded

Spelare 1 och 2

1. Spelare som försvarar klumpa ihop sig, tvingar ballhandler besegrar "återvändsgränden" in mot halfcourtfällan. Få INTE takten till en mitt!
2. Motsattspelare försvarar passera till en mitt. Han sjunker nedanför det jämnt av klumpa ihop sig och in i en mitt och att se för att förneka vem som helst i en mitt (eller, vem som helst som **exponerar** till en mitt - är kräver att försvarare underhåller en öppen stance för att lokalisera skärare).
3. Om klumpa ihop sig vändas om tillbaka till en mitt av däck, spelare, som försvarade klumpa ihop sig glider in i en mitt, och "märker" den annan vakten.
4. När klumpa ihop sig vändas om tillbaka till en mitt av däck, spelare i de mellersta väntningarna att märkas av den annan vakten och därefter flyttningar ut till omkretsen för att försvara klumpa ihop sig.
5. Spelare 1 och 2 är varje ansvarig för en sida av däck. De kopplar INTE sidor under lek.
6. På "en gut passera" till en mitt, den defensiva spelare som missa hans rotation (spelare, som bör ha förhindrat gut, passerar) bör försök att få framme av klumpa ihop sig och i grunden att nollställa pressen, genom att sätta klumpa ihop sigbaksidaen på omkretsen och ut ur en mitt. Spelare, som bevakade klumpa ihop sig, bör razzia in i en mitt hjälpa.
7. Om vakterna inte kan få av "gut passerar framme", pressen är bruten och, alla spelare att dra sig tillbaka till korgområdet för att ställa in halva-half-court försvar. I detta läge härskar använt i övergångsförsvar är applied; med en spelare som stoppar klumpa ihop sig och alla annan sprinta baksida för att täcka korgen.

Spelare 3 och 4

1. Spelare 3 och 4 är varje ansvarig för en sida av däck. De kopplar INTE sidor under lek.
2. När klumpa ihop sig är på en spelare sida av däck, de förbereder till uppsättningen en fälla nära halfcourt
3. När klumpa ihop sig är på motsatssidan av däck, försvarareflyttningarna till en mitt av däck och glidbanor drar tillbaka för att täcka korgen. NOTERA att, när klumpa ihop sig är på en sida av däck, alla försvarare är också på den sida av däck. Det finns inte några defensiva spelare på den svaga sidan.
4. Om klumpa ihop sig passeras upp sidlinjen förbi midcourtfällan, midcourtförsvare på klumpa ihop sig-ball-side följer passera, och uppsättningar en fälla med 5 som jag berättar midcourtförsvare, "om klumpa ihop sig, går över ditt huvud, då du vänder, följer passera och uppsättningen another fälla". Den annan midcourtförsvare kommer till klumpa ihop sig-ball-side kvarteret från korgområdet.
5. Om det motstå "innanmätet" pressen med en passera till en mitt, midcourtförsvare att dra sig tillbaka till korgen och skriver in halfcourtförsvare. I några lägen en ska midcourtförsvare tvingas för att försvara klumpa ihop sig på en gut passerar.

Spelare 5

1. 5 täcker initialt korgområdet. Som klumpa ihop sigflyttningarna från sida till sidan 5 flyttningar med den. 5 är i en rikta fodrar alltid med klumpa ihop sig.
2. Om klumpa ihop sig passeras upp sidlinjen förbi midcourtfällan, 5 försvarar, innehav den offensiva spelare, tills midcourtförsvare sammanfogar honom för en fälla. 5 kan gå för stölden, om den är tillgänglig på passera upp sidlinjen, men han bör inte spela för att få stölden (, om dvs. 5 inte får stölden, han bör ställa är placerar in för att försvara klumpa ihop sig och fällan).

3. Om klumpa ihop sig passeras ut ur reträtterna för sidlinjefälla 5 till korgen och söker efter en man för att matcha upp med, som försvar ändrar till manen till manen. Om försvar skiftar till ett zonplanerarförsvar, 5 hustles tillbaka till his placerar i zonplanera.

Ansvar i 2en-2-1 för klumpa ihop sig är i-in-bounded

spelare 1 och 2

1. Förneka den mest nära mottagaren på en - halvan av domstolen från freen-throw fodrar fÄ¶rdjupat till grundlinjen.
2. Om din man lämnar ditt område, scramble som finner en annan mottagare i ditt område.
3. Koppla och förneka på en arg vakt.
4. Om det finns inget i ditt område, razzia in in mot en mitt på det fria kast fodrar område. Öppna upp (vända mot sidlinjen) och sök efter vem som helst som är rörs in i dina områdesstunder som håller vision av klumpa ihop sig.
5. Om klumpa ihop sig i-in-bounded i ditt område, välj upp ballhandler och tvinga honom besegrar återvändsgränden
6. Om klumpa ihop sig inbounded i den annan vakt område, sprinta till en mitt av däck för att täcka gut passerar.

Spelare 3 och 4

1. Stativ omkring 4 fot framåt av halfcourt fodrar direkt bak armbåga. Förneka någon spelare på din halva av däck mellan det fria kast fodrar fÄ¶rdjupat och halfcourt.
2. Spelare exponerar vanligt in i detta område från den omkring 1/2 domstolen. Se däck och knuffa till spelare som exponerar.

3. Om en spelare lämnar ditt område, frigör honom och sök efter en ny spelare för att förneka i ditt område.

4. Om en spelare exponerar till och med ditt område in i vakt område, du kan följa in i vakt område, OM vakten är redan i förnekande. Om det finns inget i vakt område, lämna inte ditt område.

5. På det inbound passera sprintar tillbaka till halfcourt.

** Minns, om de motstå försöken att översvämma vakterna boxas (överföra 3 eller mer spelare, framlänges kan kliva in och förneka, därför att deras område bör vara tomt).

Om deras område inte är tomt, 5 kan kliva in och täcka. Om det väljastaget i deras områden fördriver framlänges den motstå floden som vakterna boxas, som är ok för, även om du ska antagligen, ge det inbounds passerar upp.

Tvinga 3 eller 4 offensiva spelare för att komma hela vägen dra tillbaka till den ska klumpa ihop sig tar vanligt anstöten ut ur dess press-press-breaker mönstrar. **

Spelare 5

1. Täcka den förgångna halfcourt för område. Lek "on-the- fodrar, upp--up-the-line" mot mottagare i ditt område.

2. Placera sig, så att du kan se att spelare som är mest borterst från klumpa ihop sig och att fånga upp ett djupt passerar om nödvändigt

3. SAMTAL! Hjälp spelarna framåt av dig med deras matchups. Den tillbaka manen är "quarterback" i 2en-2-1.

4. Om ett framåt lämnar his för att boxas, var ordnar till för att kliva in i det boxas och förnekar.

5. Placera sig yourself i baksidaen av pressen framåt av klumpa ihop sig ordnar till direkt för att fånga upp några passerar upp däck på det inbound.

Undervisningfortgång

1. Vi undervisar using "den **Whole-Part-Whole**" filosofin. Som sådan, vi startar, genom **att gå till och med den hela pressen** (3/4-court, utan försvar det inbounds, passerar). Vi går igenom och diskuterar varje spelare ansvar. Vi **undervisar de riktiga rotationerna**, som klumpa ihop sig vändas om runt om omkretsen, passerat upp sidlinjen, och passerat in i den mellersta "gut passera". Vi ska **spenderar** vanligt **någon tid som scrimmaging** efter undervisning pressen och dess helhet, och, innan du bryter pressen, besegra in i borrar.

2. Därefter vi **bryter pressen besegrar** in i borrar. Vi kör vanligt **1 drillborr om dagen**. Vi startar med "**fälla och förnekar** vanligt" **för** att undervisa aggressiveness i tillbehörar, även om drillborren inte korrelerar direkt till 2en-2-1. Annat borrar undervisas typisk i efter beställa: Ritten och glidbanan, märker, 6 vs. 5.

3. Efter pressen har undervisats, vi **övar den är ofta som möjlighet i scrimmagelägen**. Vi kör vanligt **kontrollerade scrimmages, start med en spelare som skjuter ett fritt kast**, och spring pressen på gjorde fritt kast. Vi ska vanligt uppehållet som scrimmagespringet till det offensiva laget (laget som inte sköt det fria kast för att starta), görar poäng. Så länge som det defensiva laget får stölder (eller defensivrebounds) och konverterar dem in i korgar, vi önskar uppehållet som får höger baksida in i pressen, den **byggande momentum och danandekörningarna**. Stoppa ALDRIG handlingen, efter pressen har orsakat en stöld, och en ställning "detta är, när dina försvarare bör börja "att lukta blod", så att tala. Låt dem få baksida in i pressen och se, om de kan bygga på momentum.

Om vi undervisade pressen 2-2-1 över jaga av en vecka, "pressen" och "scrimmage" delar upp av **övar planerar för veckan** skulle antagligen look som är liknande till bordläggna på den nästa sidan:

| DAG | TIME ODLINGSLO TT | DRILLBÖRR & BESKRIVNING |
|-------|-------------------------|--|
| Dag 1 | 10-15 noterar: | Gå till och med den hela pressen, undervisningrotationerna och ansvaret (hel metod). |
| | 5-10 noterar | Kontrollerad scrimmage using pressen - efter gjorda fria kast. |
| Dag 2 | 10 noterar | Fånga och förneka |
| | 5 noterar | Granska ansvar (den hela metoden) |
| | 5-10 noterar | Kontrollerad scrimmage gjorde efter fria kast. |
| Dag 3 | Minut 10 | Ritt och glidbana |
| | 10-15 noterar | Kontrollerad scrimmage |
| Dag 4 | 5-7 noterar | Fånga och förneka |
| | 5 noterar | Märka |
| | 10-15 noterar | 6 vs. 5 |
| Dag 5 | 10-15 noterar | Tillfoga den inbound's förnekandet (hel metod). Vi har vanligt motståndaren kör ett enkelt pressavbrott med enkelt härskar för att få öppna på det inbound's (ha dvs. de arga vakterna, och 1 eller 2 spelare exponerar in i en mitt från halfcourtsidlinjerna), |
| | 10-15 noterar | Kontrollerad scrimmage using inbound's förnekande. Från detta peka framåtriktat, vi kör mycket och kontrollerade scrimmages using pressen på en dagstidningbas om |

Den kan vara välgörande att köra den inbound's förnekandet vs. olika olika press-press-breakers för att ge spelare en känselännelse för olika typer av lägen som de kan vänder mot i lekar. Vi ska återbesöker närmare detalj borrar om och, när det blir påtagligt att vi behöver arbete i något specifikt område av pressen.

Avslutning

En av de största utmaningarna som vänder mot både flickor och pojkelagledarear på ungdommen och högstadiet, jämnar är konsekvent få försöket som vi begär från våra spelare. I my erfara, lagen som ger ett stort kollektivt försök är oftast lagen, som har en *stark avkänning av identiteten*. De tar stolthet i dem leker långt. De har också en avkänning av individstolthet som kommer *från* dem leker långt.

På dess bäst har jag sett att denna press för förnekande 2-2-1 gör båda:

- Komma med ut maximat lagförsök som gör en lagledare stolt
- Var chauffören i utvecklingen av ett lags identitet till och med resultaten av de försök.

Ett av my mest minnesvärda exempel av detta kom flera år sedan som en recentiorlagledare på en av de statliga kraftstationerna för perennen i Washington. Illviljan skolans universitets- anseende, vi förväntades inte att vara ett mycket bra på den jämna recentior, därför att skolans recentior klassificerar var så utomordentligt begåvad som alla av "bra" spelare (en slutsumma av 9 spelare) startade ut på andraårsstuderanden, JV eller de universitets- lagen... som lämnar me med en grupp av spelare som inte endast den saknade talangen; de led från en färdig brist av self-esteem, när de har fått klippta från deras, skolar lag, och AAU teams under flera år i en ro.

Efter en långsam start till säsongen spelarna startade till uttryckligt en avkänning av medelmåtta, då speciellt deras klasskompisar slog andra lag vid 20, pekar på på nätterna! Jag mötte med huvudtränaren, som godkänt my förfrågan att skaka upp saker, genom att installera 2en-2-1. När du har spenderat en koppla ihop av funktionsdugliga dagar på intelligent rotationer och att applicera, pressa uppehållet klumpa ihop sig på sidlinjerna... som vi började att visa något defensivt framsteg... i vår jumbo 2 idrott, för vinteravbrottet, oss valde upp en koppla ihop av extra stölder, kastade motståndarearna balanserar av och gav inte upp några billiga korgar ut ur pressen. Därefter över vinteravbrott, vi fungerade egentligen på övergången från pressen in i vår halfcourtman för att bemanna försvar som installerades klumpa ihop sig förnekandet, och startat matcha upp på det inbounds passerar som beskrivit. Tona av övar startat att ändra... efter något initialt motstånd, spelare som startas för att buy-in och leka aggressively. Därefter i den första leken i Januari, efter vintersemestern, allt ändrade. Vi kom ut mot ett av de bäst lagen i uppdelningen, det hade inte borttappadt ett modigt..., och vi

peka explosionen! Jag visste att vi hade förbättrat över de föregående två veckorna, men jag hade ingen idé som vi kunde sätta tillsammans vad var enorma spelare för lek... en .all 12 gav deras evig sanningmaximum försök för de fulla 32na noterar. Över de nästa flera veckorna vi höll precis på att förbättra, och den startade att visa i spelarna bar sig långt,... som de startade även att nå någon erkännande i den större studenterna. Den mest minnesvärda delen för me var de sist fem lekarna av året. Vem som helst, som har någonsin arbeta som privatlärare åt den ska högstadiet, berättar dig att att non-non-varsity lekar inte är exakt big-ticket händelser... speciellt för Frosh och andraårsstuderandelag, var folkmassan ansar för att vara stänka av föräldrar eller spelare kompisar (oss, dela inte ens en idrottshall med de andra lagen som leker i en universitetsområde "Rec", centrerar av. Icke desto mindre for jumbon 5 spelar idrottshallen packades fullständigt! I en lek jag såg folkmassan, för leken och undrat ut, om folket gick till en händelse men, hade högt alla som landades i fel för att förlägga. My peka vakten reagerade, "dem kom att se att 32 noterar av helvete, lagledare!", i hänvisa till till universitetar av Arkansas 40 "noterar av helvete" mästare i 90-tal.

... Behaga noterar, att said tidigare att, då vi installerade först pressen jag påstod att vi inte gav upp några lätta **korgar**. Jag gjorde *inte* något att säga "lätta shots". Detta särskilda lag gav inte upp några lätta shots, men ibland motståndaren kan få några lätta shots mot någon press..., om du finner sig yourself coachningen i detta scenario, inte pressen göra panikslagen knäppas precis, yet... fråga sig yourself att två ifrågasätter:

1. Motståndaren görar poäng faktiskt av av dessa tillfällen? Om inte, why inte de görar poäng? Är den, därför att dem är precis dåligan på skyttet, eller den måste att göra med tempot dig att ha som skapas? Du ser dem som bra shots, men kan förvånas för att lära att den motsättande lagledaren ser dem, som *jäktade* shots eller *trött* shots... båda är resultat av tempot som pressen har skapat. Nu du bör bestämt *korrigera felen* att tillåten som skjutas för att hända... lagledaren bör alltid vara en lärare... men du inte behöver nödvändigtvis att hoppa ship.),

2. Vid tränga vi skapar ett läge var tempot och det växande pressar ska ha på sig ut motståndaren? Var observant; svaret är **inte** alltid "ja". Ofta fast, pressen kan ha på sig en motståndare, besegra över jaga av en lek och dig belönas plötsligt med en 8-12 pekar körning. Om du har tro i ditt villkora, du kan se att tecken som motståndaren ha på sig, besegra (räcker dvs. på knä under dead klumpa ihop sig, ökande

ersättning), och det modiga tempot är till din fördel, kan dig fungera till och med missförstår i pressen ganska än gå, i väg från den alldeles?

Funderare I den förvånar några lagledarear för att lära det oftast; Jag har fått stora resultat utan **stor talang**! Dessa lagledarear är bland de som prenumererar till skola av tanke, som tränings är endast de mest idrotts- lagen, eller bör endast användas som en desperationstaktik.

Med goda jämn undervisning, 2en-2-1 är en olik sort av pressen. Genom att låta, klumpa ihop sig omsvängningen, och, genom att förlägga en spelare (5) i baksidaen av pressen, 2en-2-1 lämnar inte försvar alltför utsatt i långt som en mer aggressiv pressnågot liknande en fullcourt 1-2-1-1 gör.

Spelare krävs, emellertid, för att ge ett fullt försök. Hjälps för denna defensiv filosofi vårdar och maximerar det försök. Ibland spelare ska överraskning dig med vad deras försök på domstolen kan utföra när en lagledare förväntar, uppmuntrar och skjuter dem in mot att ge deras **bäst försök**.

Tack för att ta tiden att läsa detta e-e-book. Jag hoppas att den har git något värderar till ditt coachningarkiv. Om du känselförnimmelsen, som den har, behar, ta ett ögonblick till:

A. Spridning uttrycka; se vänner, eller kollegor som [ska göras perfekt, övar](#) för en kopiera av deras eget, eller

B. Lämna en kommentar på perfectpractice.net med dina tankar/återkoppling.

Om du har, någon ifrågasätter eller kommenterar om 2en-2-1, skjuter me en e-post på coachjosh@perfectpractice.net. Jag önskar dig det bästa av framgång i dina coachningjakter!

Josh Stinson

www.perfectpractice.net.

[bättre](#) basket för [netto](#)

coachning

Josh Stinson har arbetat som privatlärare åt ungdomsbasket i det Seattle området för 18 år. Han har arbetat som privatlärare åt högstadiumsbasket för 10 år, på skolor efter: Hale Nathan, Ballard, Mercerö och evergreen. Han har också arbetat som privatlärare åt på den Washington mellanstadiet, den roterande pojkar och flickaklubban, och Merceröpojkarna och flickaklubban.

Josh började coachning på den Meadowbrook allaktivitetshuset i Seattle, var han arbetat som privatlärare åt en ovanlig grupp av unga män från 1st till och med 8th graderar.

Josh coachning utformad kom under tutelage av huvudtränare Ed Pepple, Shawn Hall, Max Silverman och den Ed Vassen. Hans mest inflytelserika coachningmentor är lagledaren John Burnley. Herr Burnley coachningframgång och personliga får effekt på två osannolika Seattle skolor kvalificerar honom som en av de stora lagledarearna i området.

Josh rymmer en B.A. i humaniora från den Seattle universitetar och en filosofie magisterexamen i socialt arbete från universitetar av Washington. Han övar kliniskt socialt arbete med på-at-risk barn och familjer i det Seattle området. Josh är 32 years-old.