

«Αμυντικές συνεργασίες δύο παικτών»

Καθηγητής Ν. Αποστολίδης

ΑΜΥΝΤΙΚΕΣ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΕΣ ΔΥΟ ΠΑΙΚΤΩΝ

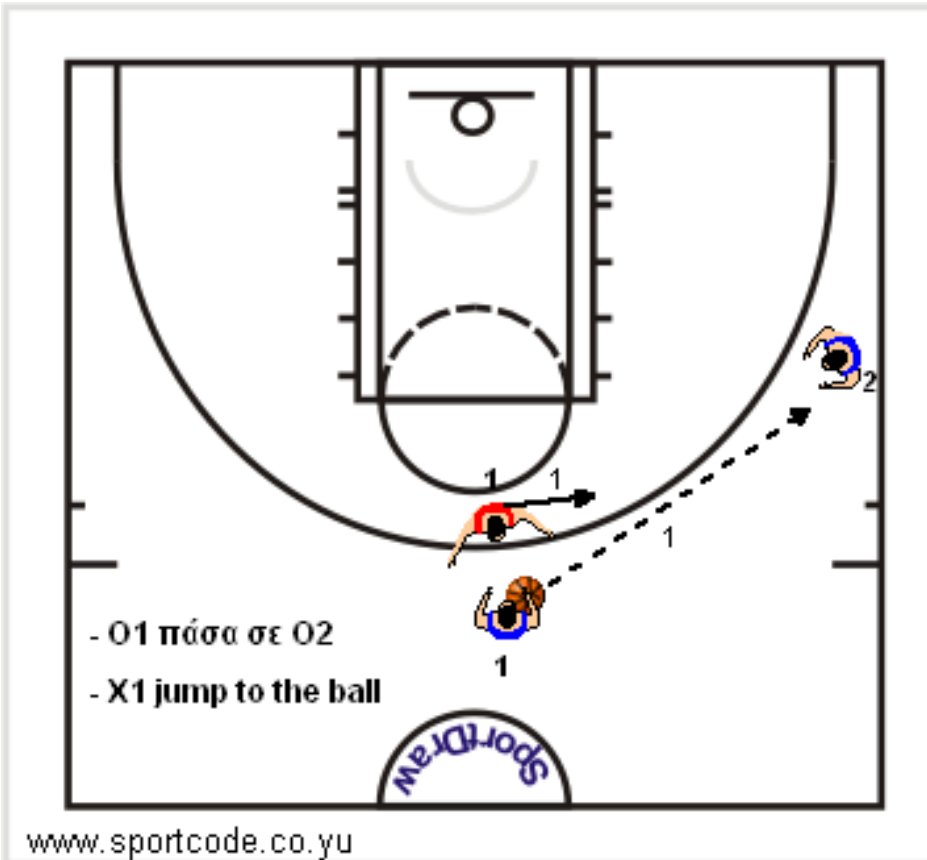
Give and go

Back Door

Hand off

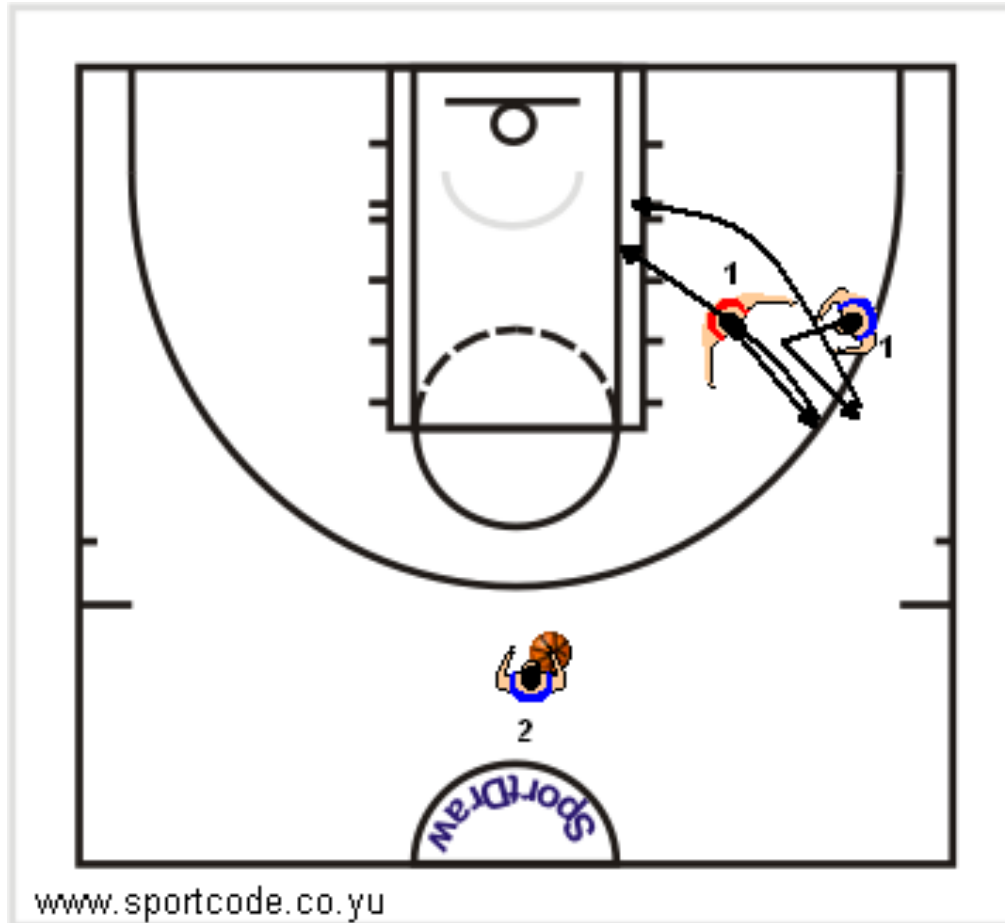
Pick & Roll

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ GIVE AND GO



1. Jump to the ball
2. ½ Body Check-overplay μέχρι το ύψος της μπάλας
3. Overplay
4. Weak side help

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ BACK DOOR



ΔΥΟ ΤΡΟΠΟΙ

1. Χ1 ανοίγει στη μπάλα και ακολουθεί τον Ο1
2. Χ1 με πλάτη στη μπάλα ακολουθεί τον Ο1

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΟΝ BALL SCREEN hand off / pick & roll / pick & pop

➤ Είναι η επιθετική συνεργασία που χρησιμοποιείται συχνότερα στο σύγχρονο μπάσκετ (65-80% της επιθετικής λειτουργίας) ειδικά μετά τη μείωση του χρόνου επίθεσης σε 24''.

➤ Ομαδική προσπάθεια

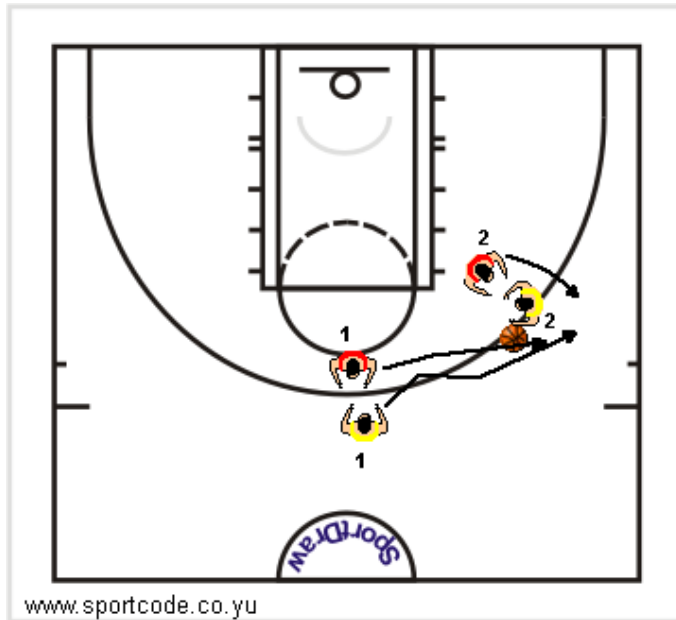
Κλειδιά

- ✓ Επικοινωνία – Η άμυνα του screener να φωνάξει 3 φορές δυνατά «Screen!»
- ✓ Επιθετικότητα

Παρουσιάζεται σε :

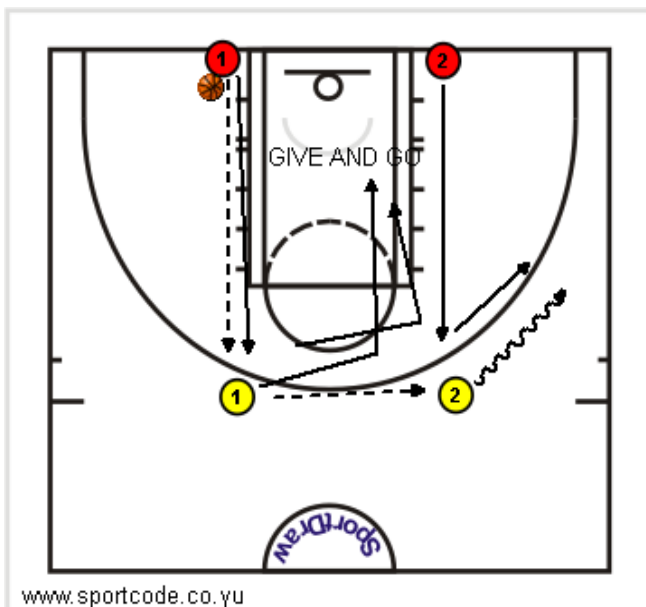
1. Set plays
2. Transition
3. end of shot clock situations
4. OOB

Οι τρόποι αντιμετώπισης της συνεργασίας **hand off** που εν δυνάμει είναι ένα κανονικό pick & roll είναι οι παρακάτω:



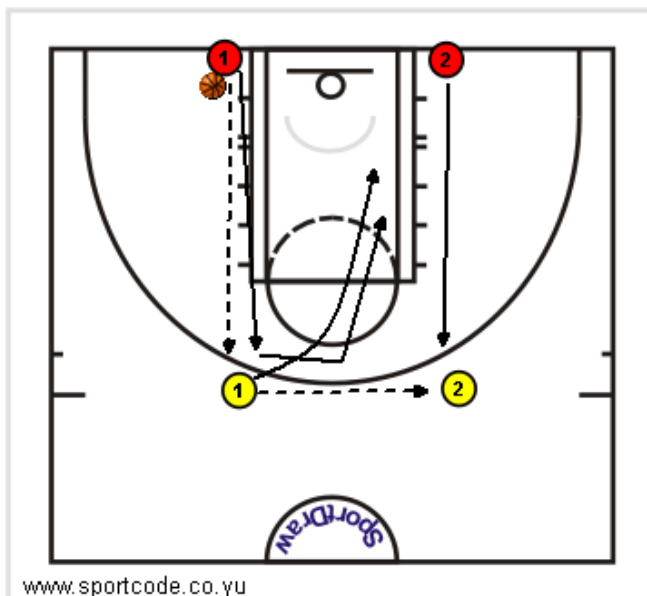
1. Ακολουθεί ο X1 σκιά, περνάει δυναμικά το screen και ο X2 τον βοηθάει στιγμιαία (αν ο O1 είναι καλός σουτέρ) με soft hedge out.
2. Ο X1 ακολουθεί στην πλάτη τον O1 αλλά φτάνοντας κοντά στον O2 ο X2 ανοίγει και ο X1 περνάει ανάμεσα και ξαναπαίρνει τον παίκτη του.
3. Στα τελευταία δευτερόλεπτα της επίθεσης ή μεταξύ παικτών που είναι ισοϋψείς κάνουμε αλλαγή.
4. Στον star της αντίπαλης ομάδας και προκειμένου να φύγει η μπάλα από τα χέρια του κάνουμε παγίδα.
5. Μπορούμε να παίξουμε άρνηση στον O1 ώστε να μην πάρει τη μπάλα. Απαραίτητη η βοήθεια από τους συμπαίκτες της weak side, γιατί σ' αυτήν την αντιμετώπιση υπάρχει ο κίνδυνος του back door.

ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΑΜΥΝΤΙΚΗΣ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑΣ



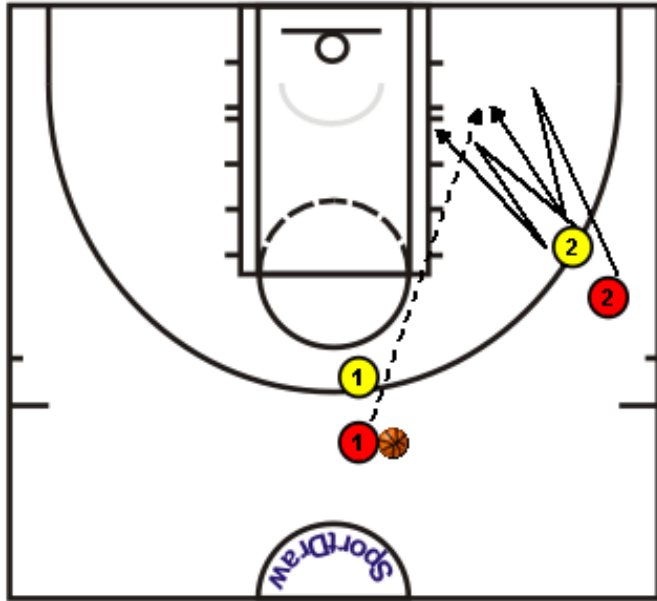
Οι παίκτες όπως φαίνονται στο σχ. Οι αμυντικοί ξεκινούν από τη baseline και κάνουν διαδοχικά close out. Στη συνέχεια ο O2 ανοίγει προς τις 45 μοίρες και ο O1 εκτελεί κίνηση give and go. Ο X1 δεν επιτρέπει στον O1 να κόψει μπροστά του και μετά παίζουν 2 vs 2.

www.sportcode.co.yu



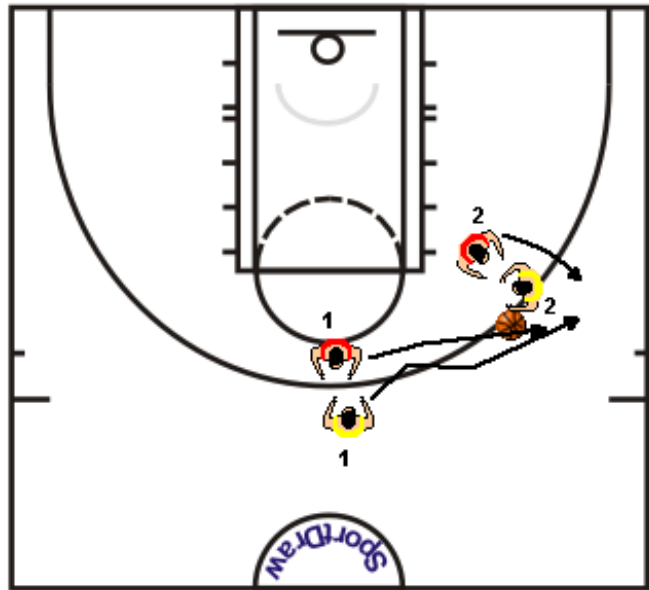
Παρόμοια άσκηση με την προηγούμενη μόνο που τώρα ο O2 δεν ανοίγει με ντρίμπλα, αλλά ο O1 κόβει κατευθείαν μετά την πάσα στον O2 με κίνηση give and go.

www.sportcode.co.yu



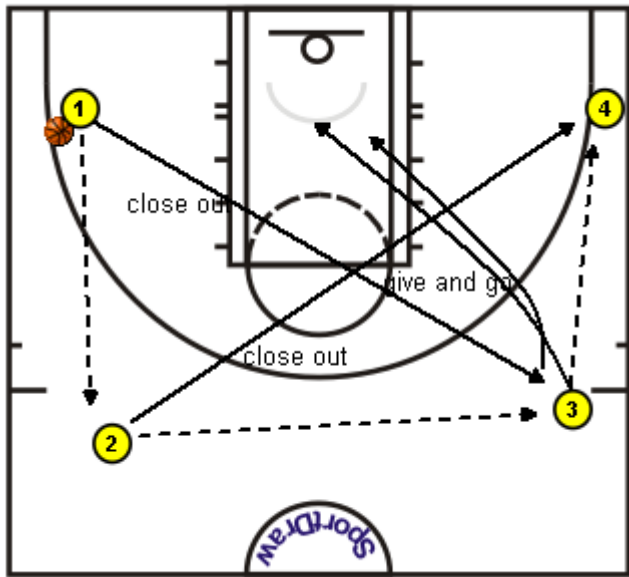
www.sportcode.co.yu

Οι παίκτες σε 2 γραμμές όπως στο σχ. Ο Ο2 προσπαθεί να εκτελέσει κίνηση back door και ο Χ2 αμύνεται σύμφωνα με τον τρόπο που του έχουμε υποδείξει. Στη συνέχεια παίζουμε 1 vs 1 με περιορισμό 2 ή 3 ντρίμπλες.

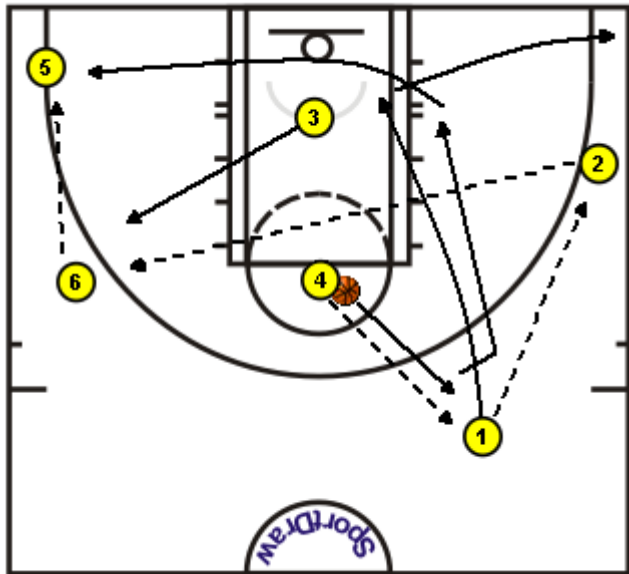


www.sportcode.co.yu

Οι επιθετικοί προσπαθούν να εκτελέσουν συνεργασία hand off και οι αμυντικοί σύμφωνα με τους 'οδηγούς' που τους έχουμε δώσει στην άμυνα αντιδρούν ανάλογα και δεν αφήνουν τη συνεργασία να ολοκληρωθεί. Η άμυνα παίζει 'σκιά', περνάει ανάμεσα, κάνει αλλαγή ή παίζει άρνηση.



www.sportcode.co.yu



www.sportcode.co.yu

Οι παίκτες σε διάταξη τετράγωνο. Ο1 πάσα στον Ο2 και τρέχει να παίξει άμυνα στον Ο3. Ο2 πάσα στον Ο3 και close out στον Ο4. Ο3 πάσα στον Ο4 και κάνει κίνηση give and go. Η άμυνα προσπαθεί να κόψει την κίνηση αυτή και μετά παίζουν 2 vs 2.

Ο4 και Ο3 (αμυντικοί) μέσα στη ρακέτα και οι υπόλοιποι παίκτες όπως φαίνεται στο σχήμα. Ο4 πάσα στον Ο1 και close out. Ο1 πάσα στον Ο2 και εκτελεί κίνηση give and go και μετά βγαίνει στη γωνία. Ο4 άμυνα όπως έχουμε διδάξει. Ο2 πάσα στον Ο3 και Ο3 close out. Ο3 πάσα στον Ο4 στη γωνία και μετά Ο4 close out. Στη συνέχεια παίζουν 2 vs 2 μέχρι το καλάθι ή το αμυντικό rebound.

Το rotation της άσκησης είναι: Ο1 & Ο2 γίνονται οι επόμενοι αμυντικοί, οι Ο4 & Ο3 γίνονται επίθεση στη θέση των Ο5 & Ο6 και οι τελευταίοι γίνονται βοηθητικοί στη θέση των Ο1 & Ο2.

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ON BALL SCREEN

- Επιλογή τρόπου αντιμετώπισης ανάλογα με τις ικανότητες των επιθετικών/ αμυντικών παικτών.
- Σημαντικό:
 1. Γνώση βασικών στην άμυνα
 2. Σωστή εκτέλεση στην προπόνηση

Φιλοσοφία προπονητή

Ίδια αντιμετώπιση για όλους
τους αντιπάλους .

Διαφορετική αντιμετώπιση ανάλογα με
τον αντίπαλο.

(Πλάνο, scouting, τακτική, έκπληξη)

Η αντιμετώπιση του screen στη μπάλα εξαρτάται:

1. Από τα χαρακτηριστικά των επιθετικών παικτών
 - Ντριμπλέρ (σουτ – διείσδυση)
 - Σκρήνερ (στη κίνηση – στο ποστάρισμα)
 - 4άρι (είναι σουτέρ;)
 - Οι περιφερειακοί παίκτες είναι καλοί σουτέρ; Είναι καλοί εναντίον close out;
2. Από τα χαρακτηριστικά των αμυντικών
 - Οι περιφερειακοί μπορούν να αντιμετωπίσουν μεγάλα σώματα;
 - Οι κεντρικοί μπορούν να αμυνθούν στην περιφέρεια;
3. Χώρος εφαρμογής του σκρην (απόσταση/σημείο)
4. Χρόνος εφαρμογής του σκρην (24'')
5. Αμυντική φιλοσοφία ομάδας
6. Ειδικές καταστάσεις αγώνα

- Ball handler → Αντιμετώπιση - 1^ο πρόβλημα
- Roll man → 1^η περιστροφή - 2^ο πρόβλημα
- Help man → 2^η περιστροφή - 3^ο πρόβλημα

Τρόποι αντιμετώπισης P&R

Over and flat or Trail & Sagging

Hedge out - Show & Over

Hedge out - Show & Under

Αλλαγή παικτών

Παγίδα - Trap

Push

Deny or Blue or Ice

Early Show

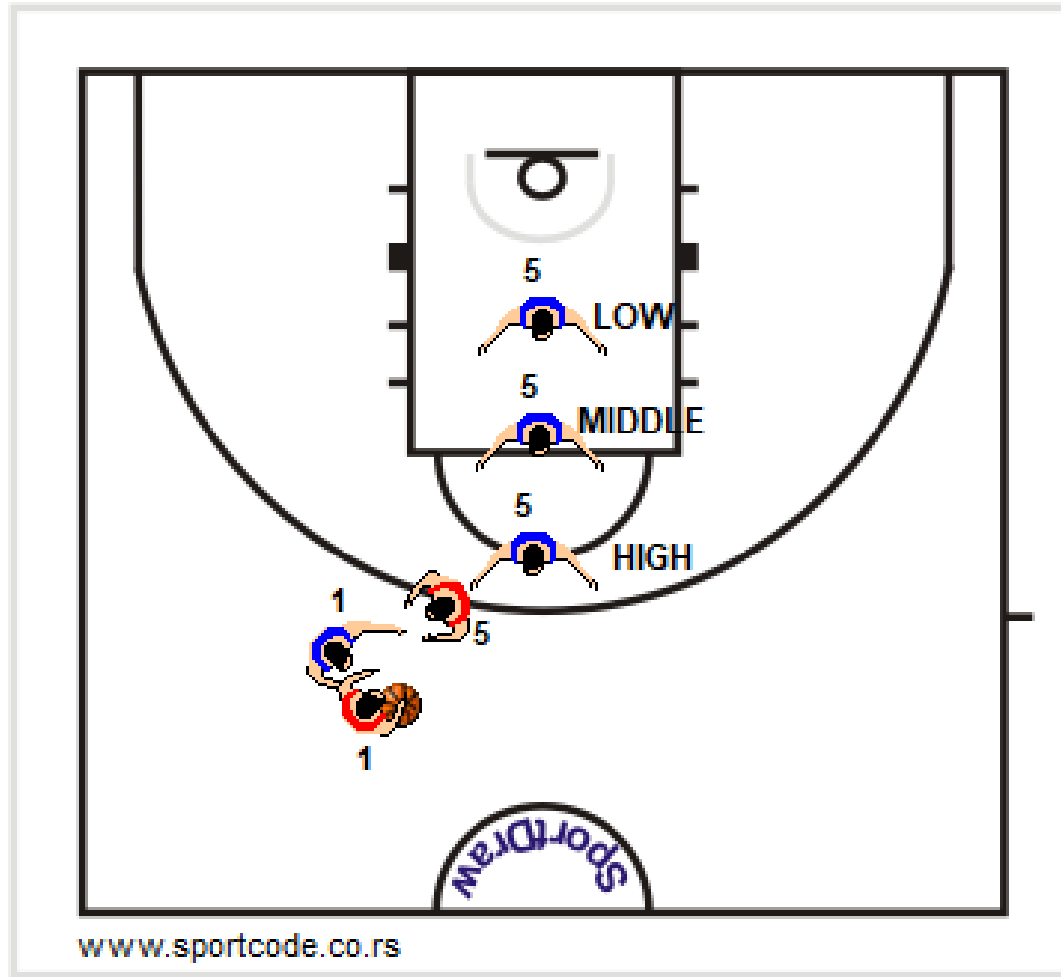
Ανάμεσα

Άρνηση δυνατού χεριού

Over and flat or Trail & Sagging

- Η άμυνα παίζει **2vs2 χωρίς βοήθειες** από τους υπόλοιπους τρεις παίκτες ώστε να αποτρέψουμε ελεύθερο σουτ
- X5 φωνάζει «screen» και τοποθετείται στη ρακέτα και στη νοητή ευθεία μπάλας και καλαθιού.
- X1 περνά πάνω από το screen, έχει επαφή με τον O1 με χέρια ψηλά για να μην επιτρέψει σουτ και προσπαθεί να ανακτήσει την αμυντική του ισορροπία (recover) πριν ο O1 διεισδύσει στη ρακέτα.
- Αν O1 διεισδύσει στη ρακέτα (περάσει τη γραμμή του φάουλ) και ο X1 δεν έχει ανακτήσει την αμυντική του ισορροπία (recover), ο X5 μένει με τον O1 και ο X1 αλλαγή.
- Σε περιπτώσεις ανάγκης, αμυντικός από τους υπόλοιπους τρεις που μαρκάρει τον λιγότερο επικίνδυνο παίκτη μπορεί να δώσει βοήθεια

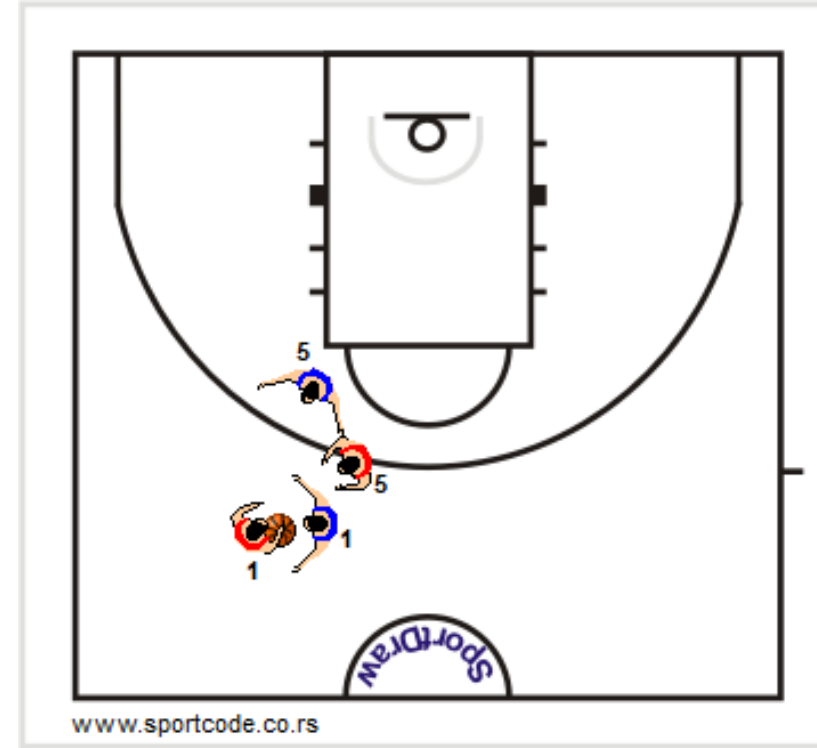
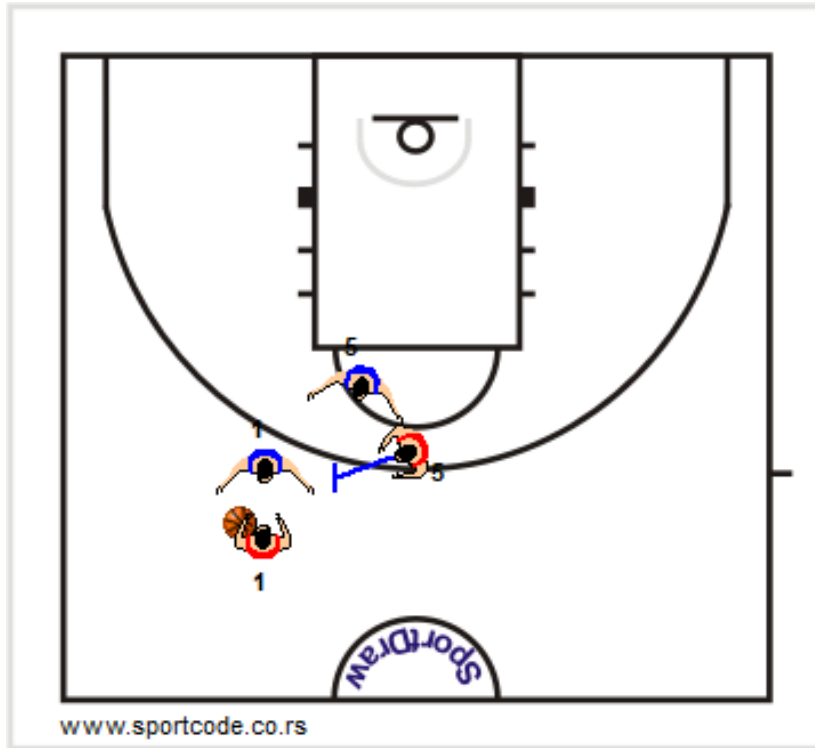
Over and flat or Trail & Sagging



Η άμυνα του screener
μπορεί να είναι :

1. High
2. Middle
3. Low

Deny or Ice (Άρνηση screen)



X5 φωνάζει screen & X1 αλλάζει γωνία και τοποθετείται με πλάτη στον screener και ο X5 μεταξύ μπάλας και καλαθιού για αποφυγή διείσδυσης

Η συνέχεια της άμυνας είναι ίδια με το Over & Flat

Hedge out

- Χρησιμοποιείται όταν:
 - (α) ο ντριμπλέρ είναι καλός επιθετικός.
 - (β) το σκρην τοποθετείται κοντά στο καλάθι.
 - (γ) ο σκρήνερ τοποθετήσει δεύτερο συνεχόμενο σκρην (rescreen)
- Απαιτεί καλή συνεργασία – επικοινωνία.
- Άμυνα screener: hedge 90° (hard show)
 - 45° (Soft show)
 - Παράλληλα

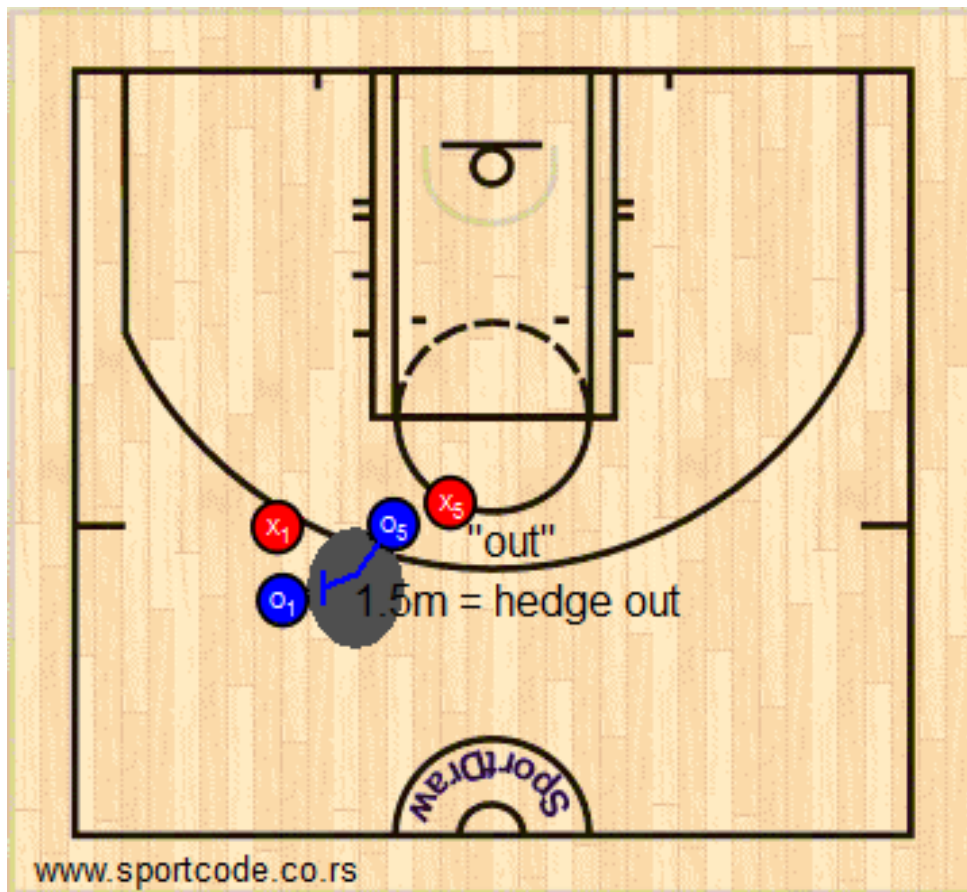
Σημεία κλειδιά:

X1:

- Κοντά στον O1. Αν το σκρην έρχεται αριστερά τότε μισό βήμα (δεξί) μπροστά
- Σπρώχνει στο σκρην τοποθετώντας τον πήχη του στη μέση του επιθετικού
- Το άλλο χέρι του X1 στη μέση του σκρήνερ
- Να μη τον περάσει αντίθετα.
- Να μην πασάρει ο O1 στην αδύνατη. Στέρνο X1 στον ώμο του O1

X5:

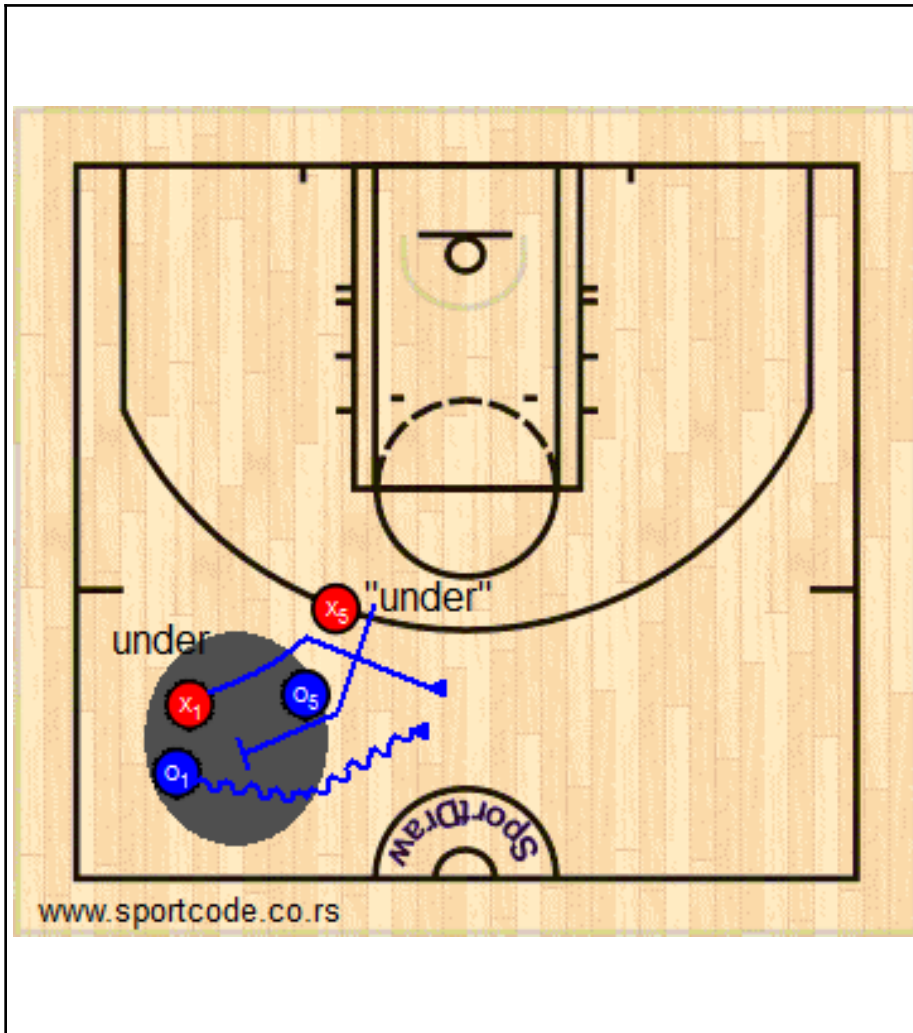
- Να είναι κοντά στον σκρήνερ πριν την εφαρμογή του
- Επικοινωνία. Φωνάζει τρεις φορές σκρην
- Επαφή με τον O5 με το χέρι
- Δεν επιτρέπει split the PnR- lay up



**ΑΠΟΣΤΑΣΗ που παίζουμε το
hedge out :**

**Ένα έως δύο μέτρα έξω από
το τρίποντο παίζουμε
hedge out.**

Αν το pick η roll εφαρμόζεται πιο ψηλά = "BETWEEN"

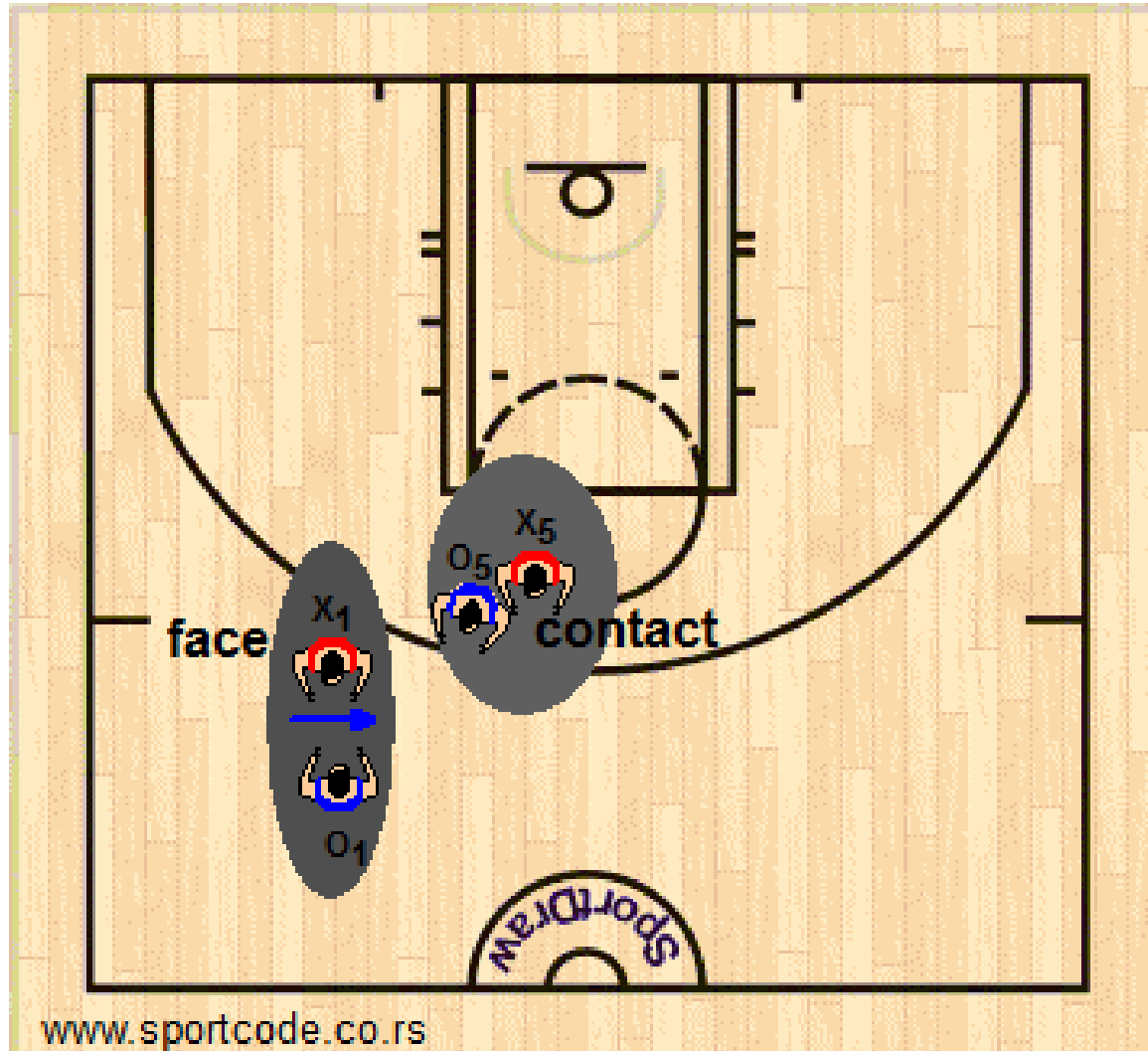


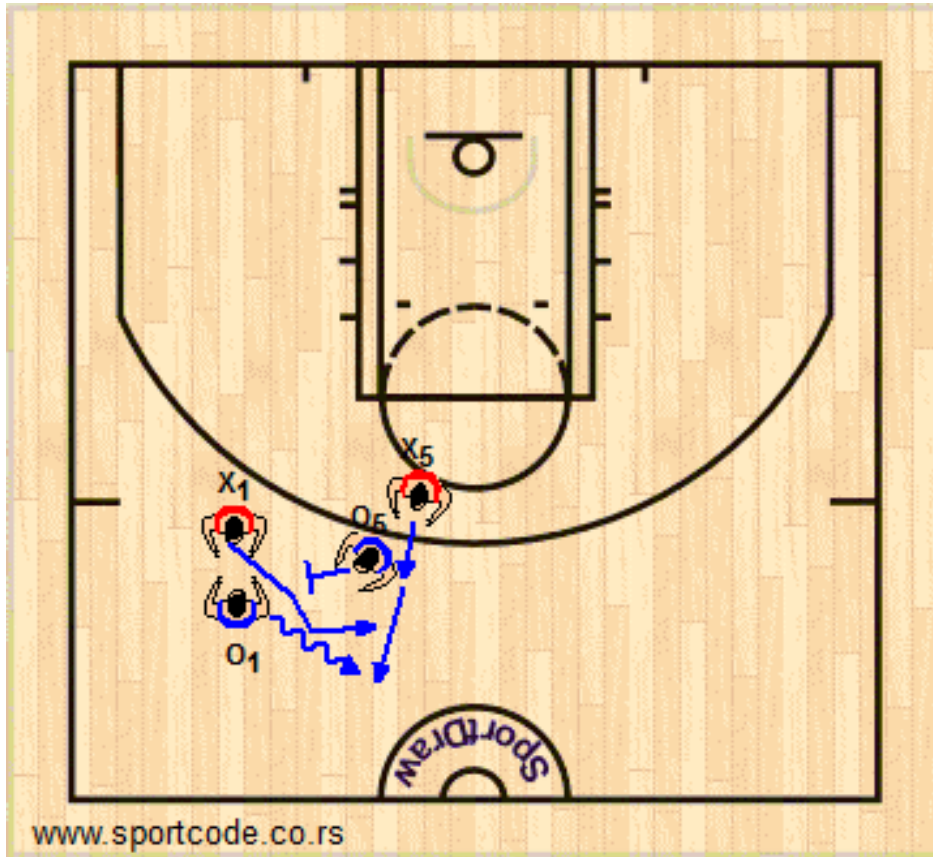
Στο BETWEEN χρειάζεται:

- πολύ καλή αντίληψη του χώρου,
- καλή επικοινωνία .
- ο Χ5 φωνάζει under
- Χ1 είναι κοντά στον Ο1 και τελευταία στιγμή περνάει από κάτω χωρίς πολύ μεγάλες αποστάσεις.

Αμυντικός Πάνω στη μπάλα(x1)

- Στόχος του X1 να μην τον περάσει αντίθετα από το screen
- Να οδηγήσει τη μπάλα πάνω στο screen έχοντας επαφή





ΑΜΥΝΤΙΚΟΣ ΤΟΥ SCREENER (X5)

- Φωνάζει “screen”
- Μέσα πόδι (βλ δεξί) επαφή με τον screener -ενωμένοι
- Και βγαίνει κάθετα πάνω στη μπάλα
- Να οδηγήσει τη μπάλα ψηλά
- Με τα χέρια ψηλά και πάνω στη μπάλα ώστε να χαλάσει την οπτική επαφή του dribbler (με το dive ή την weak side).
- 4 χέρια πάνω στη μπάλα

ΠΟΤΕ ΤΕΛΕΙΩΝΕΙ Η ΑΜΥΝΑ HEDGE OUT ΠΑΝΩ ΣΤΗ ΜΠΑΛΑ

Κανόνας 1^{ος}:

Όταν ο dribbler σταματήσει την ντρίπλα

Κανόνας 2^{ος}:

Όταν ο dribbler κάνει ντρίπλα προς τα πίσω (στην δεύτερη ντρίπλα πίσω ,ο ψηλός φεύγει και ο κοντός παίρνει θέση face cut)

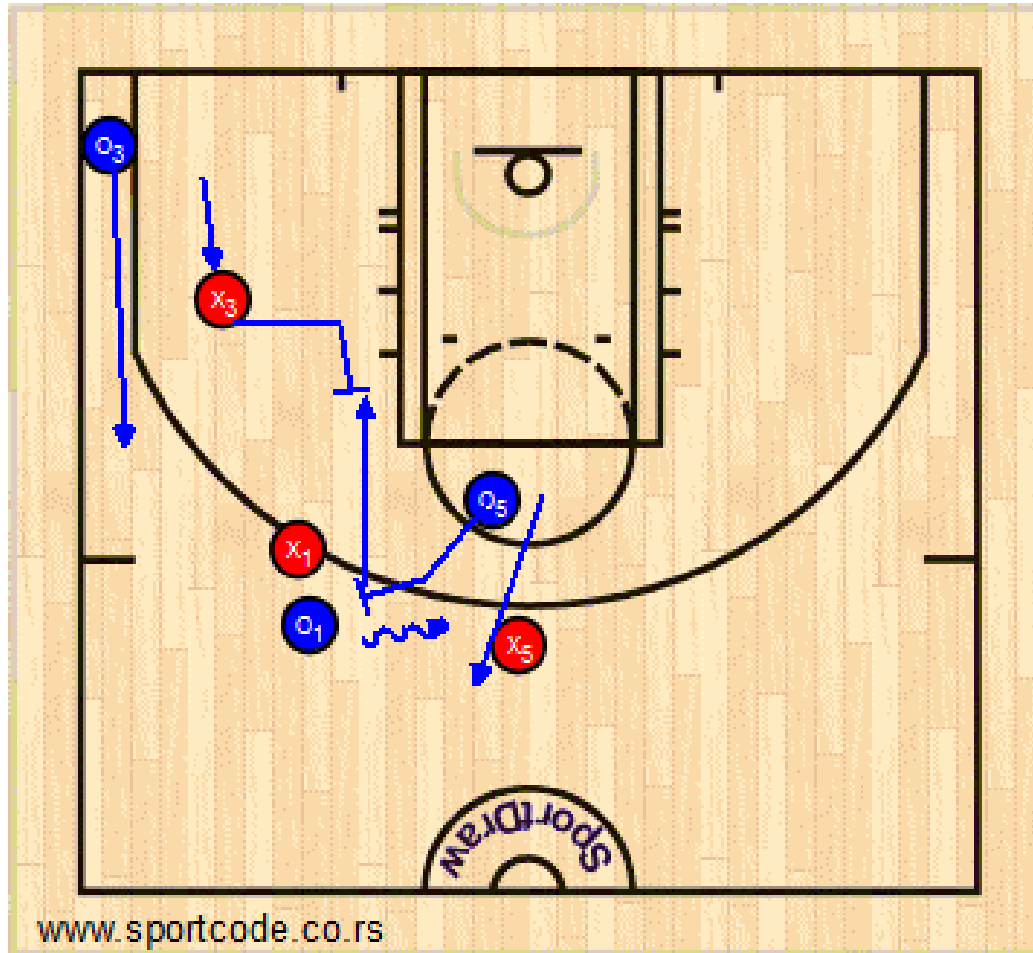
ΠΩΣ ΓΙΝΕΤΑΙ Η ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ -ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΤΗΣ ΑΜΥΝΤΙΚΗΣ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑΣ ΨΗΛΟΥ-ΚΟΝΤΟΥ

- Ο Χ5 φεύγει με τα χέρια ψηλά προσπαθώντας να αποκόψει πιθανή πάσα, έχοντας οπτική επαφή με την μπάλα και τον παίκτη του .
- Ο Χ1 αφού κάνει face cut πιέζει και ενοχλεί πιθανή πάσα του dribbler, δεν κολλάει πάνω στον επιθετικό για να μην τον περάσει
 - 4 χέρια πάνω στην μπάλα ώστε να καθυστερήσουμε την πτήση της μπάλας και έτσι να δώσουμε χρόνο στην πίσω γραμμή άμυνας να ενεργήσει
 - Είναι πολύ σημαντική η ατομική αμυντική τεχνική των δυο αμυντικών παικτών πάνω στη μπάλα

ΚΑΝΟΝΑΣ ΒΟΗΘΕΙΑΣ

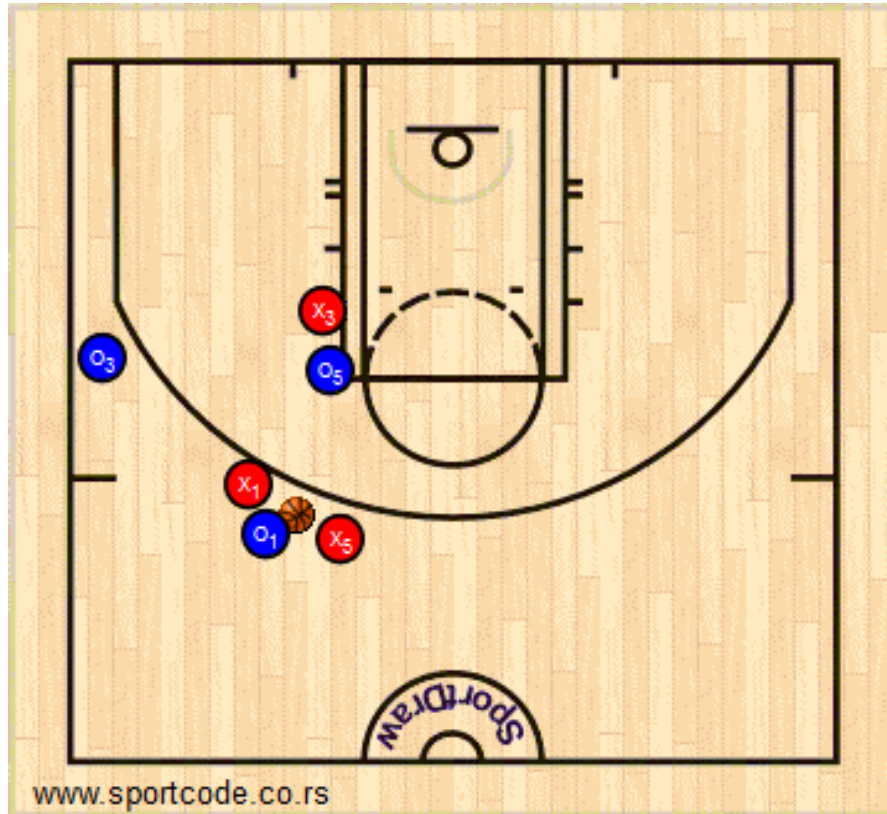
ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ 3

ΠΑΙΚΤΩΝ ➤ Τις περισσότερες φορές εκτός ελαχίστων
εξαιρέσεων η βοήθεια έρχεται πάντα από τον
πρώτο πίσω παίκτη

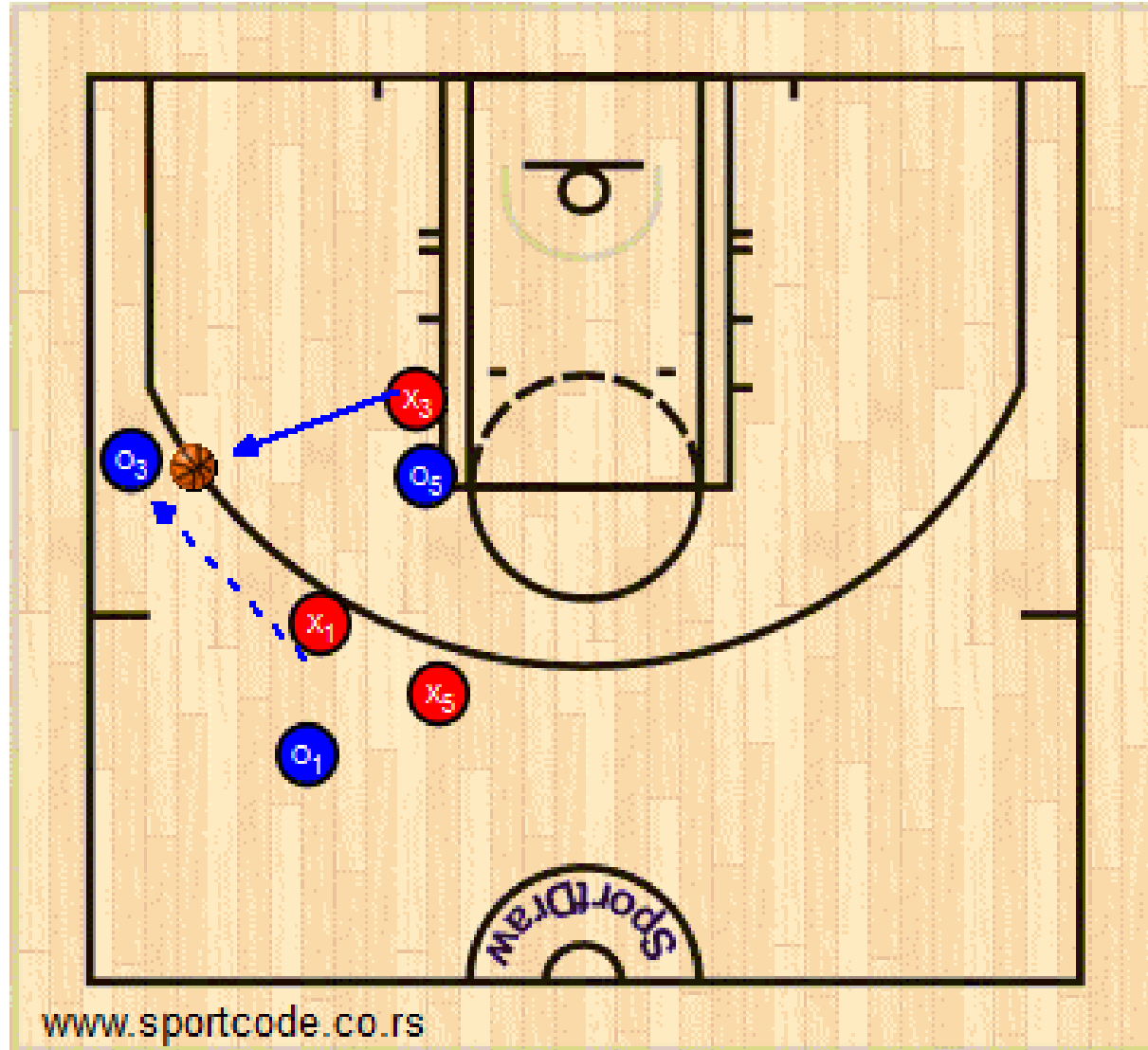


Θέση του παίκτη της βοήθειας

Ο Χ3 έχει ως στόχο να μικρύνει τις αποστάσεις για αυτό flotάρει προς την μπάλα με απόσταση περίπου ενάμιση μετρό από τον Ο3 και όσο η ντρίπλα πάει προς το screen βελτιώνει τη θέση του. Στη πρώτη πίσω ντρίπλα του Ο1 να πάει όσο το δυνατόν πιο ψηλά (περίπου στην ευθεία του foul) και να τσεκάρει το dive του Ο5

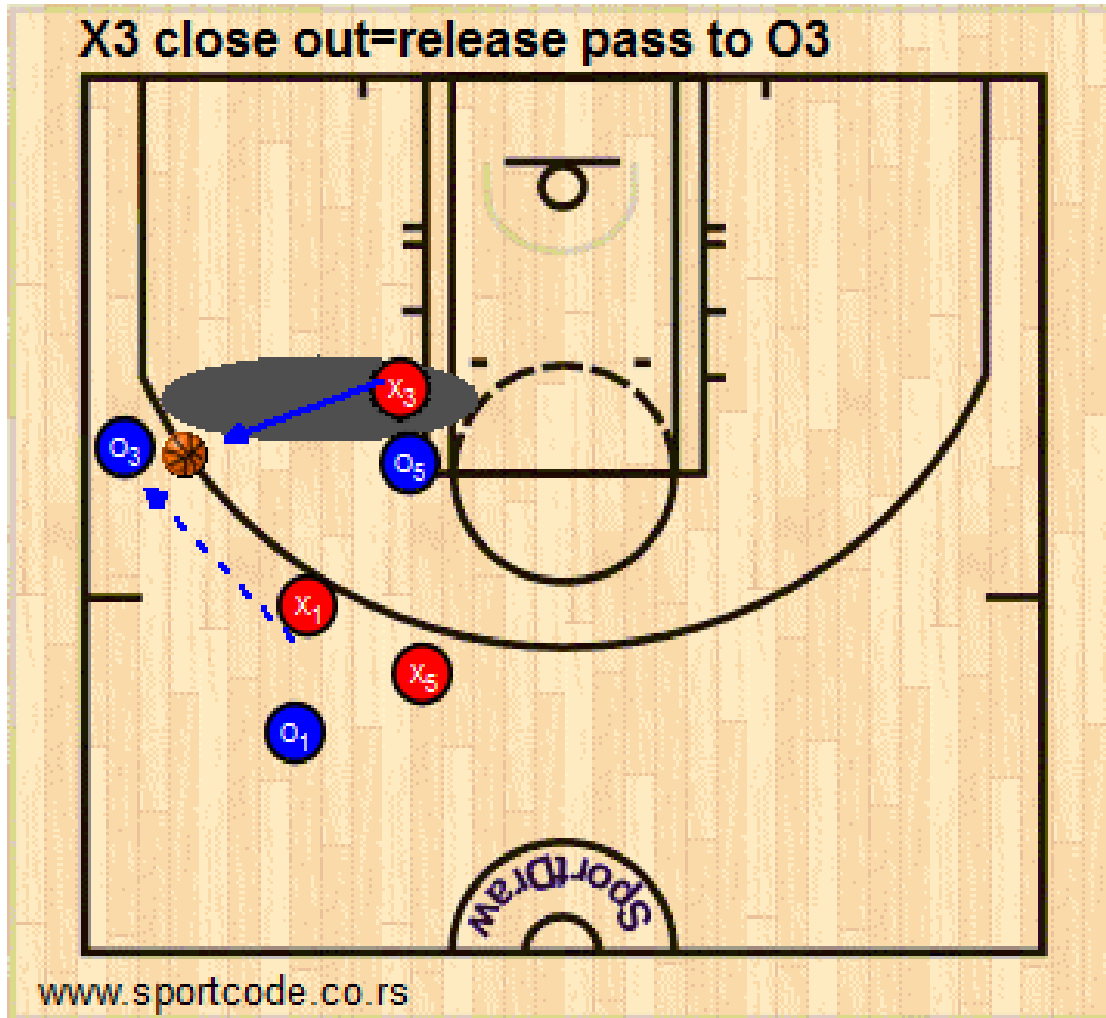


Πολύ μικρότερη απόσταση του X3 από το check ως το ανέβασμα του (O3)

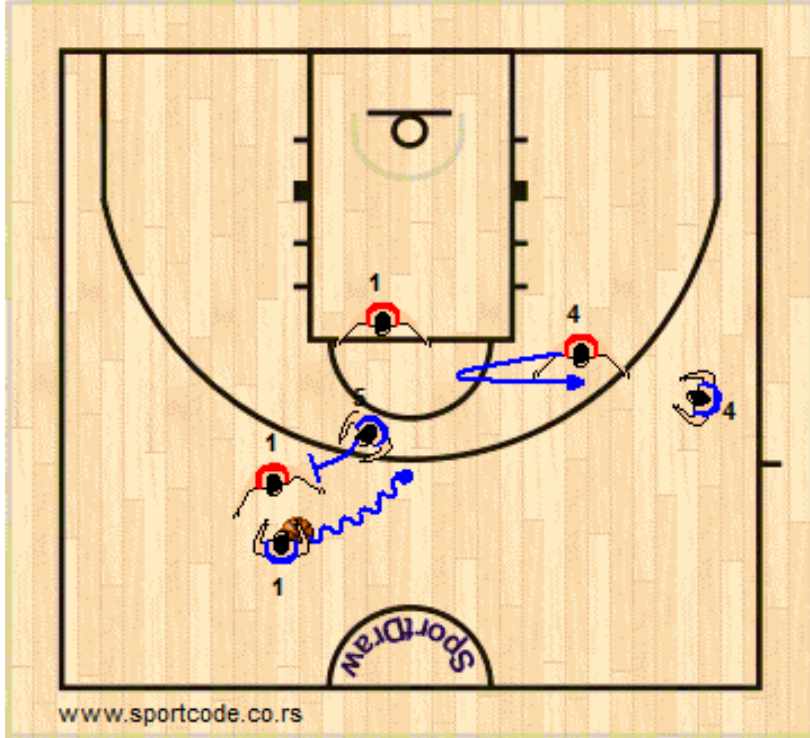


Ποτέ φεύγει ο παίκτης της βοήθειας

- Στην πτήση της μπάλας

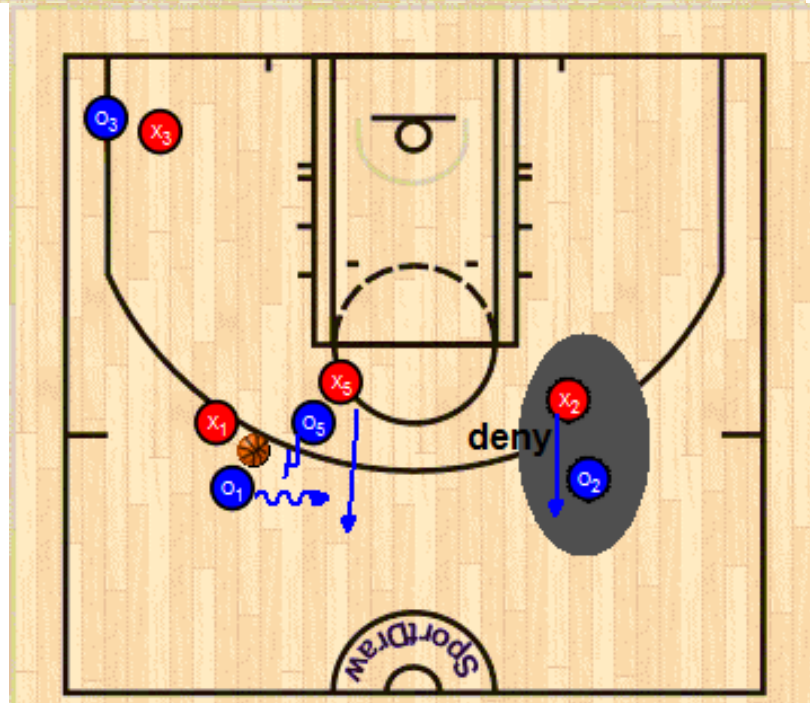


- Το ρίσκο είναι το τρίποντο.



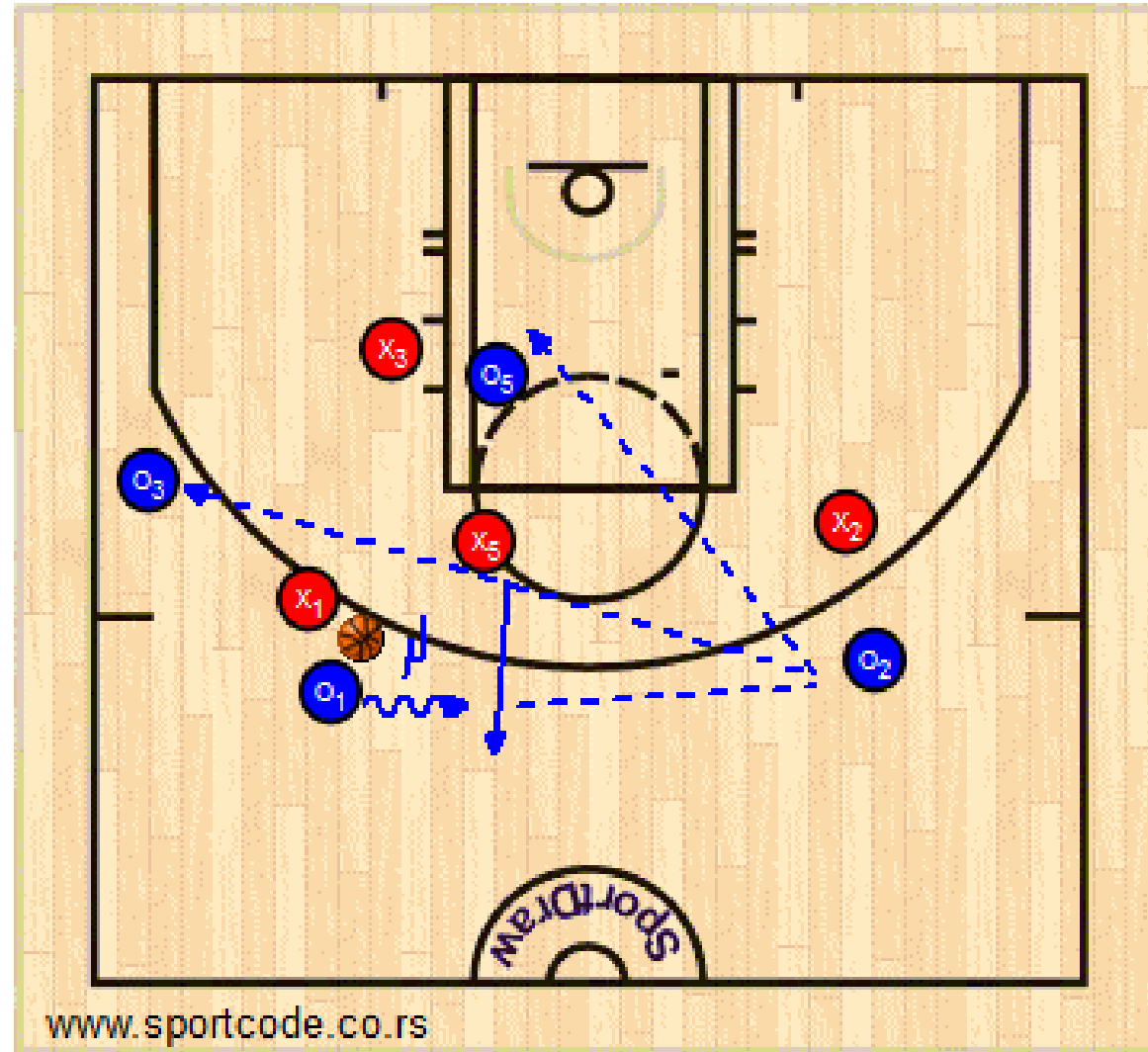
Χ4 σε κατάσταση
βοήθειας show and
recover

Ή

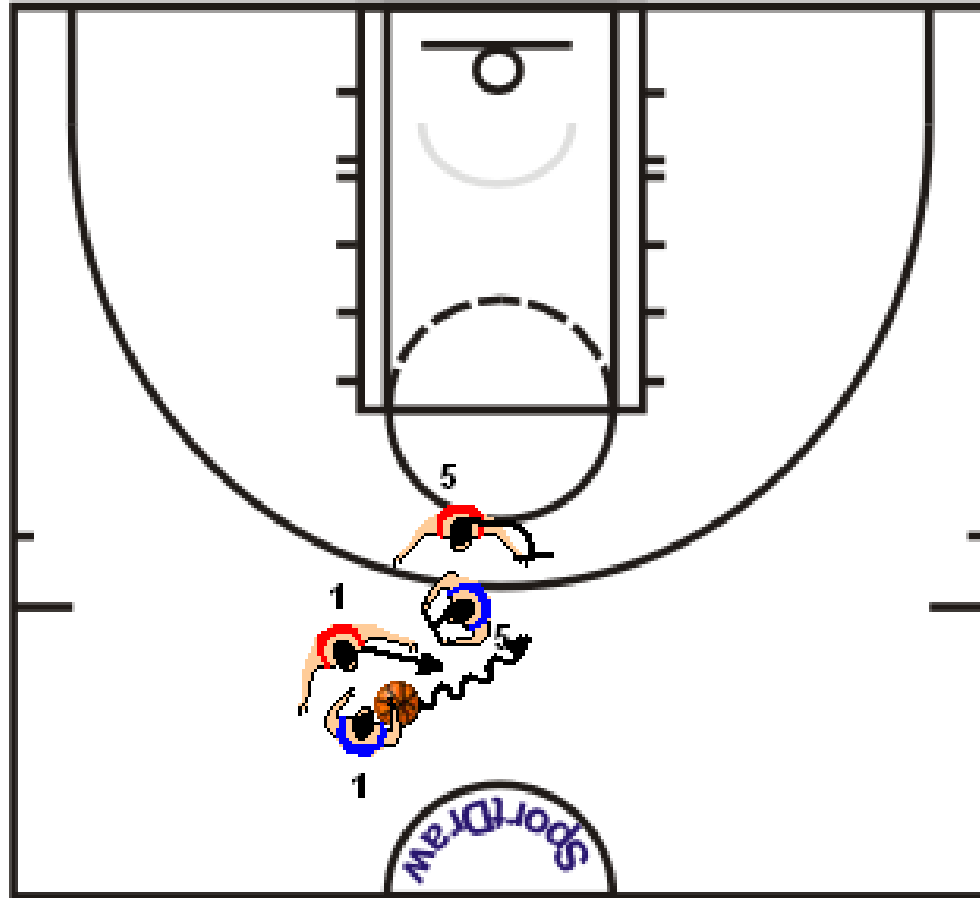


Deny

Αν αφήσουμε να περάσει αυτή η πάσα τότε η επίθεση μπορεί πολύ εύκολα να εξελίξει το παιχνίδι της με passing game

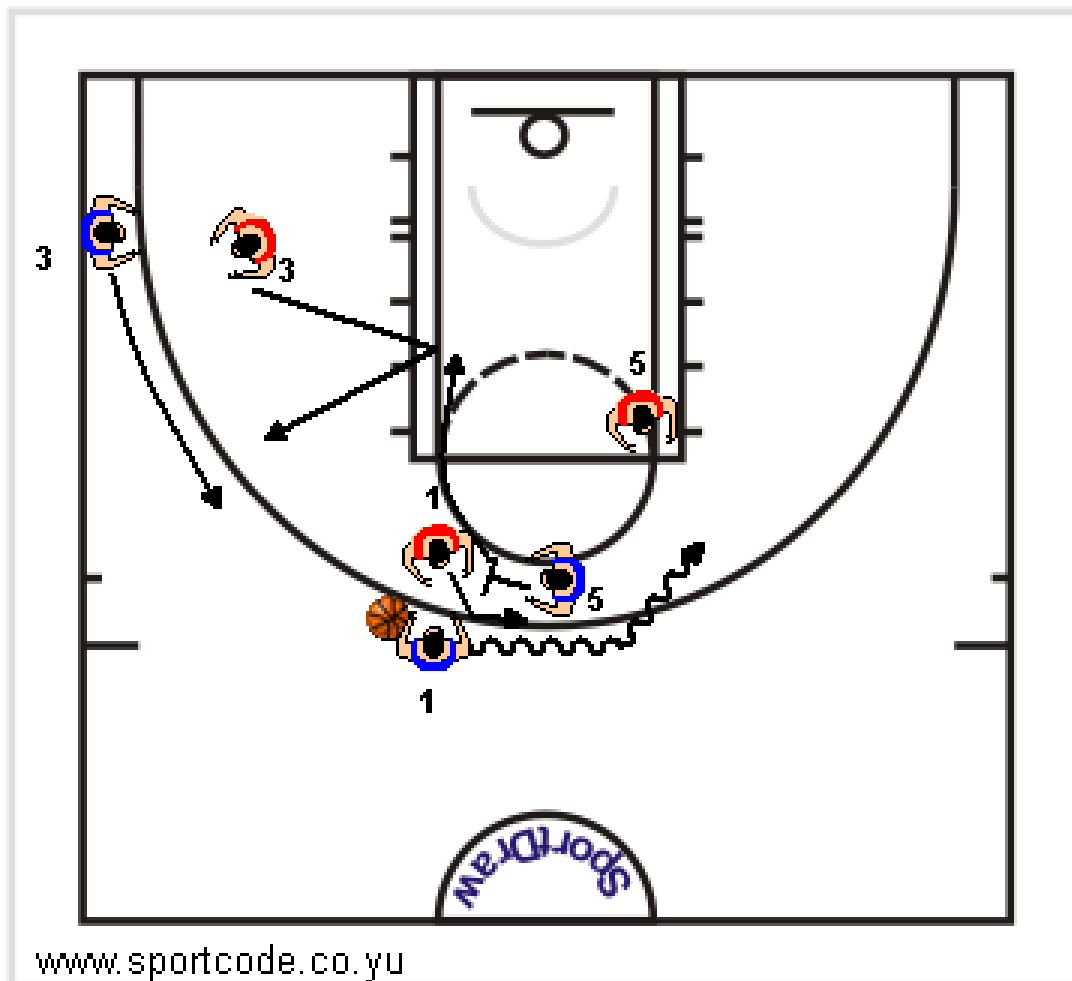


ΗEDGE OUT ΠΑΡΑΛΛΗΛΑ- FLAT



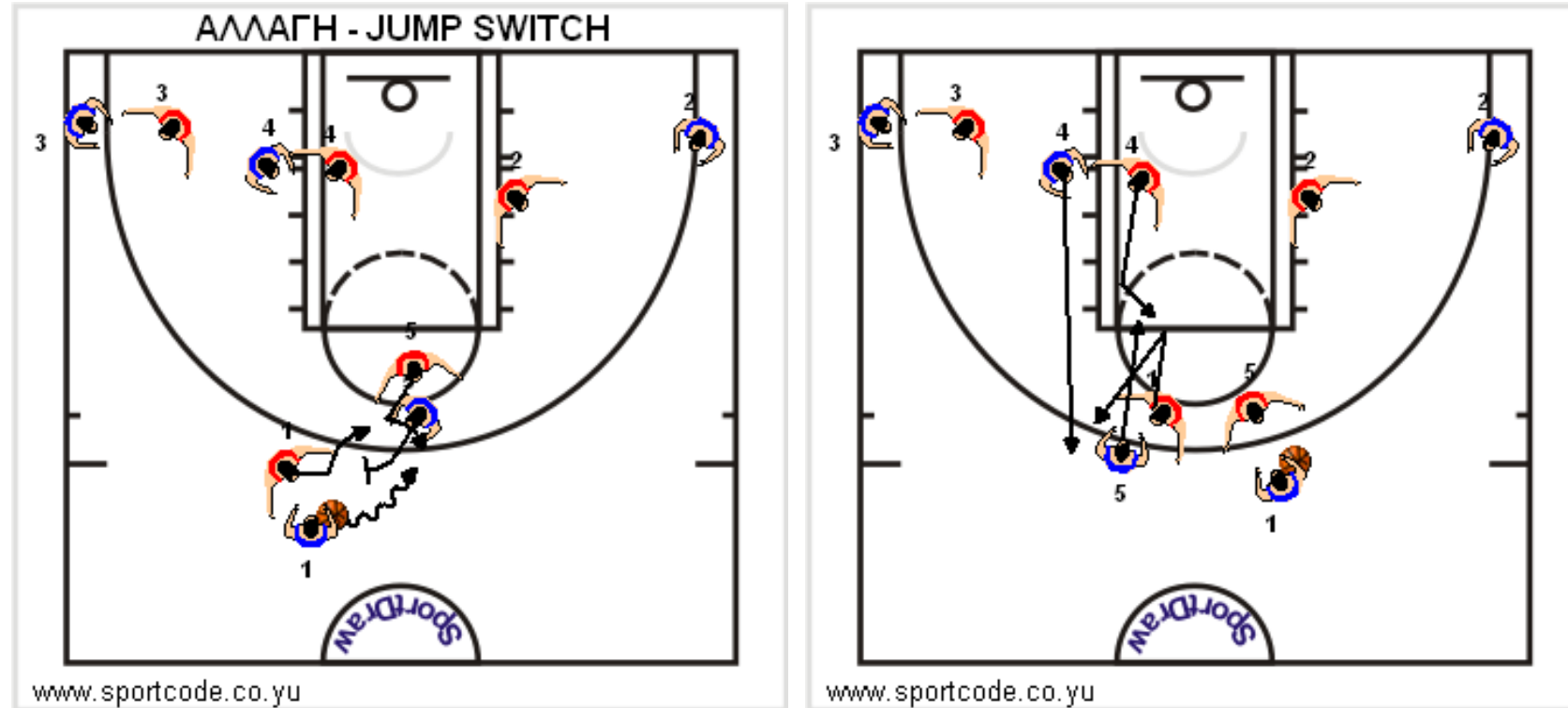
www.sportcode.co.yu

Χ1 περνά πάνω από το σκρήν ενώ έχει επαφή με το δεξί χέρι (χέρι 90°, δυναμικά) και προπορεύεται το δεξί πόδι



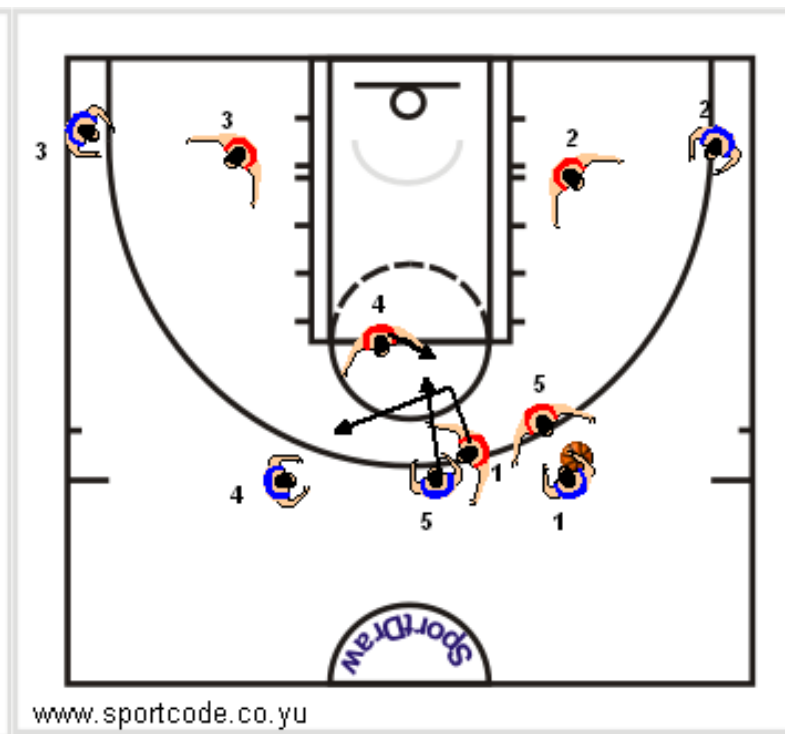
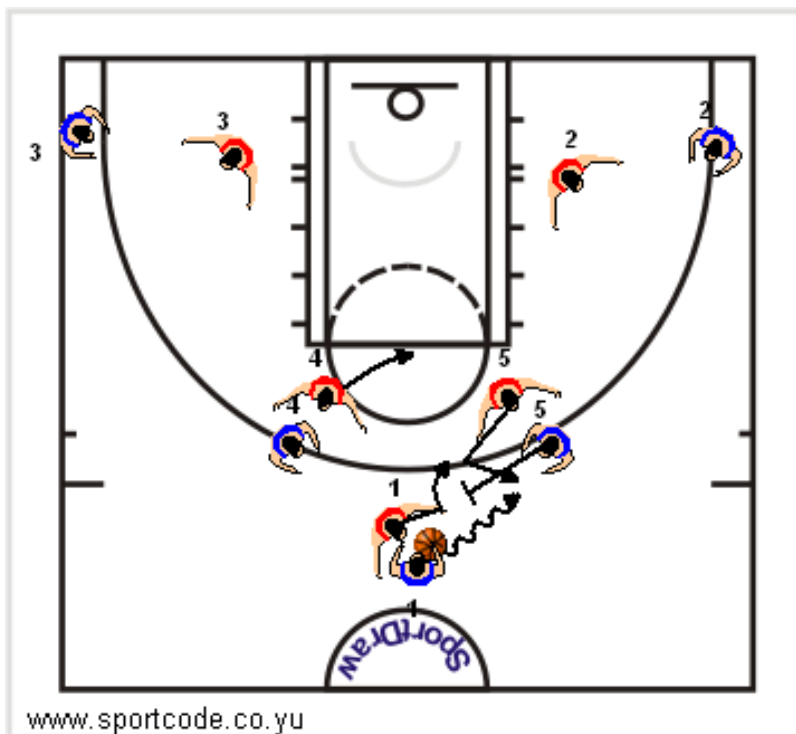
X3 contact στο γοφό του O5 που ρολάρει και μετά close out στον O3
Η επαφή (contact-bump) πρέπει να γίνει ψηλά (κοντά στη διακεκομμένη γραμμή) για να χαλάσει την ισορροπία του O5.

Συνήθως χρησιμοποιείται στα τελευταία δευτερόλεπτα ή όταν έχουμε γρήγορους ψηλούς ή ισοϋψείς παίκτες.



Αλλαγή (jump switch). Αλλαγή X5 στον O1 και X1 στον O5.
Ο X5 δεν επιτρέπει διείσδυση στον O1, δεν του κάνει επίθεση, παίζει παράλληλα.

X1 bump στον O5. Εάν O5 σκρην στον ώμο τότε πίσω βήμα και bump. Εάν το σκρην είναι στη πλάτη τότε άμυνα από πάνω.
Πρόβλημα το rebound.

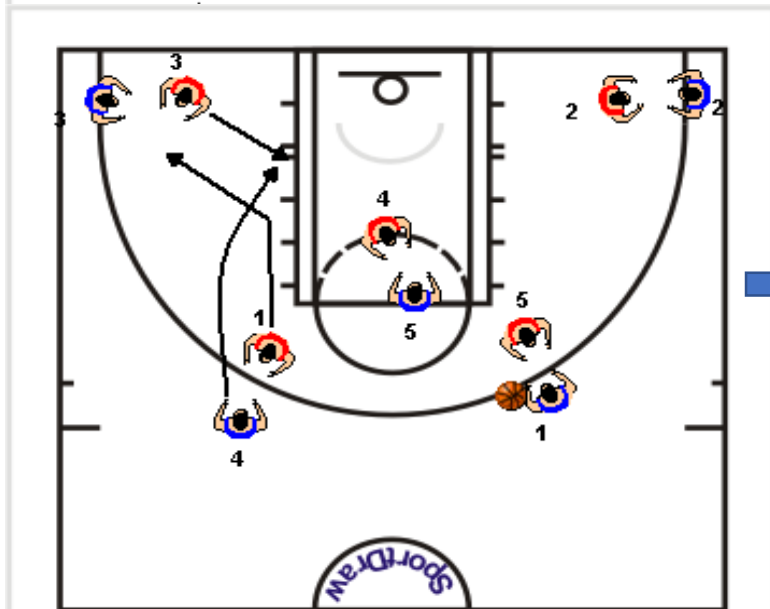
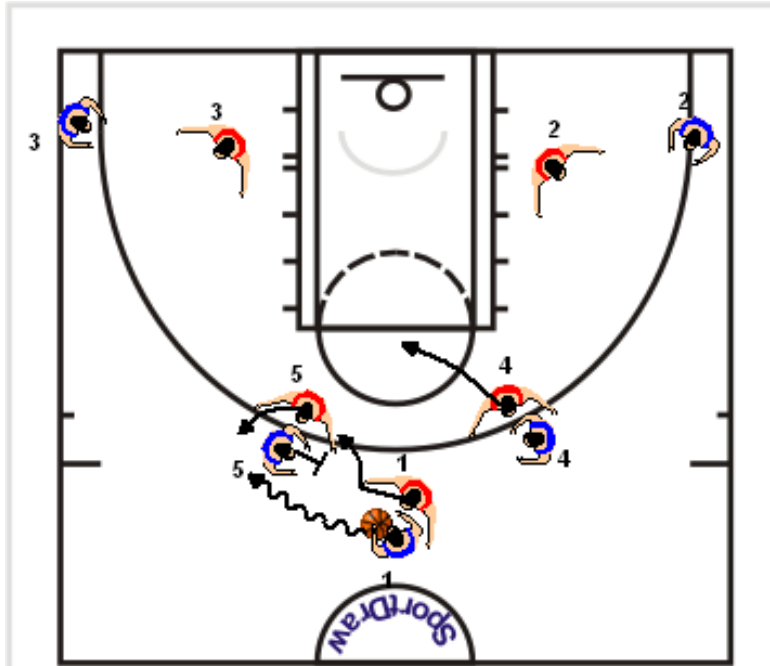


Αλλαγή (jump switch)

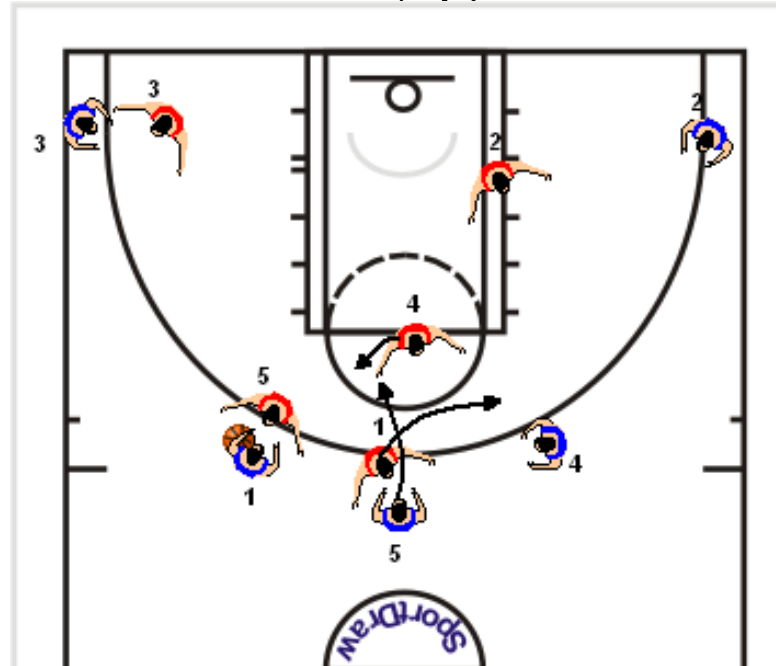
Διπλή αλλαγή X1 στον O5 και αμέσως αλλαγή με τον X4.

Κοντός έξω, ψηλός μέσα

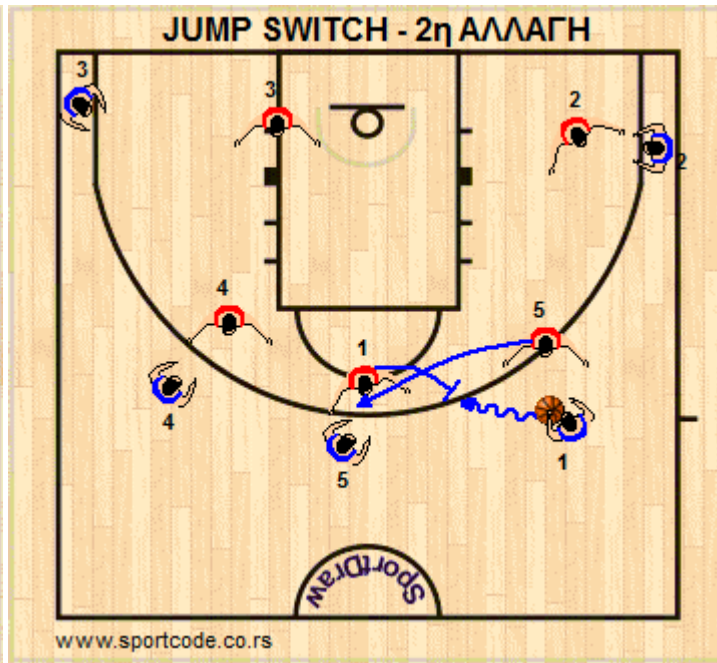
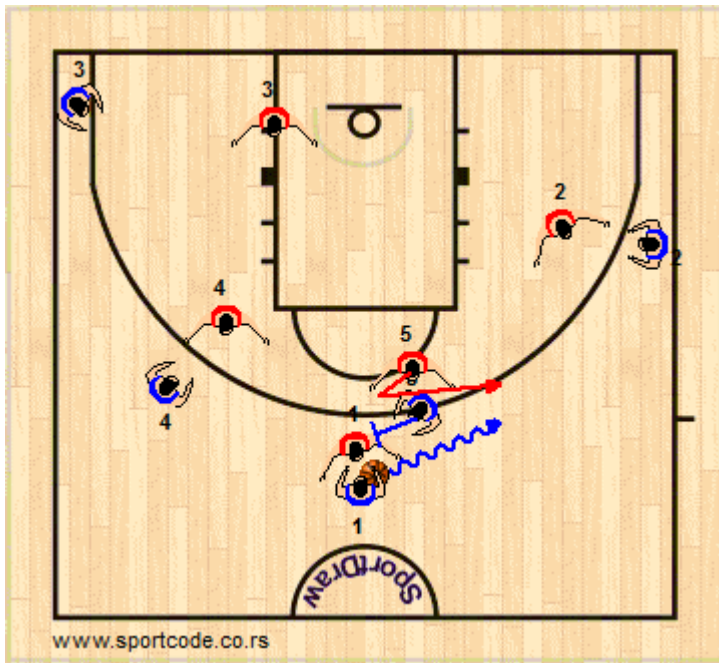
X1 αλλαγή με X5



X1 αλλαγή με X4



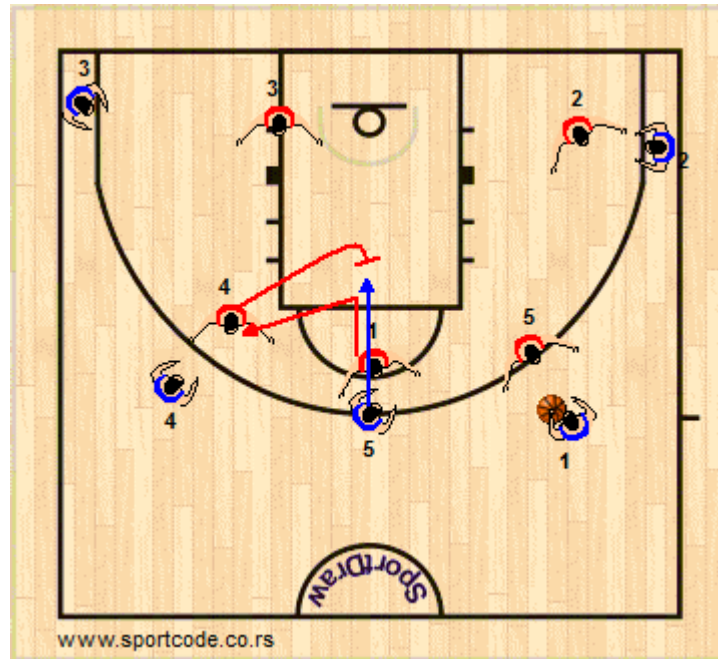
Αν ο O4 κατέβει στο low post για να ποστάρει τον κοντύτερό του X1 τότε ο X3 παίρνει τον O4 και ο X1 βγαίνει στον O3 ή X1 από μπροστά και βοήθεια από αδύνατη



Στείλε το miss match στη πλευρά βοήθειας

X1 help ή switch

**XI & X5
ΑΛΛΑΓΗ**



**XI & X4
2η
ΑΛΛΑΓΗ**

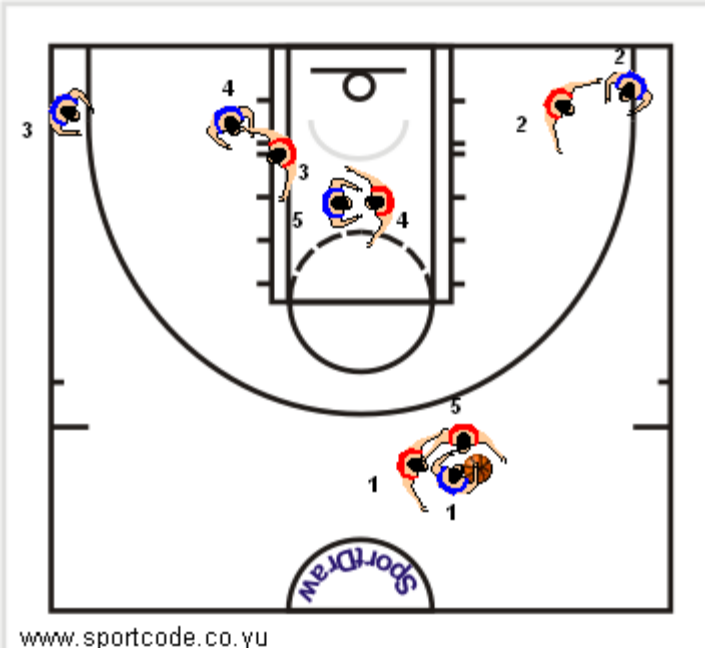
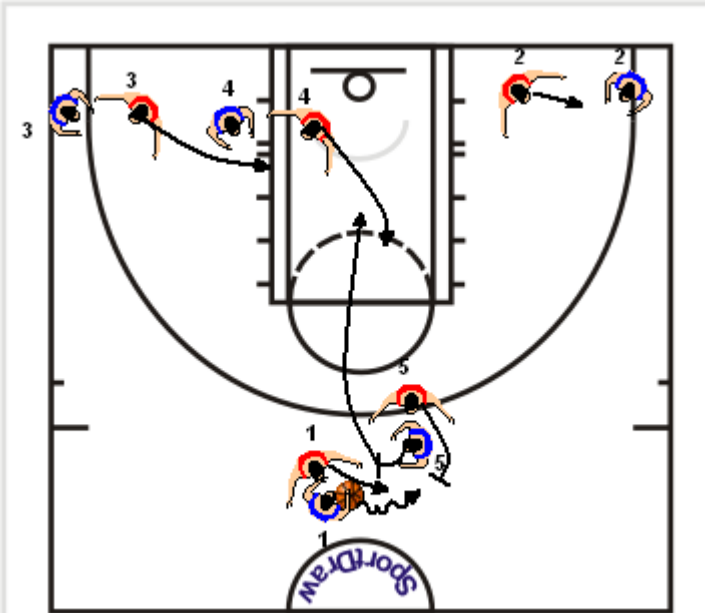


Χρησιμοποίηση:

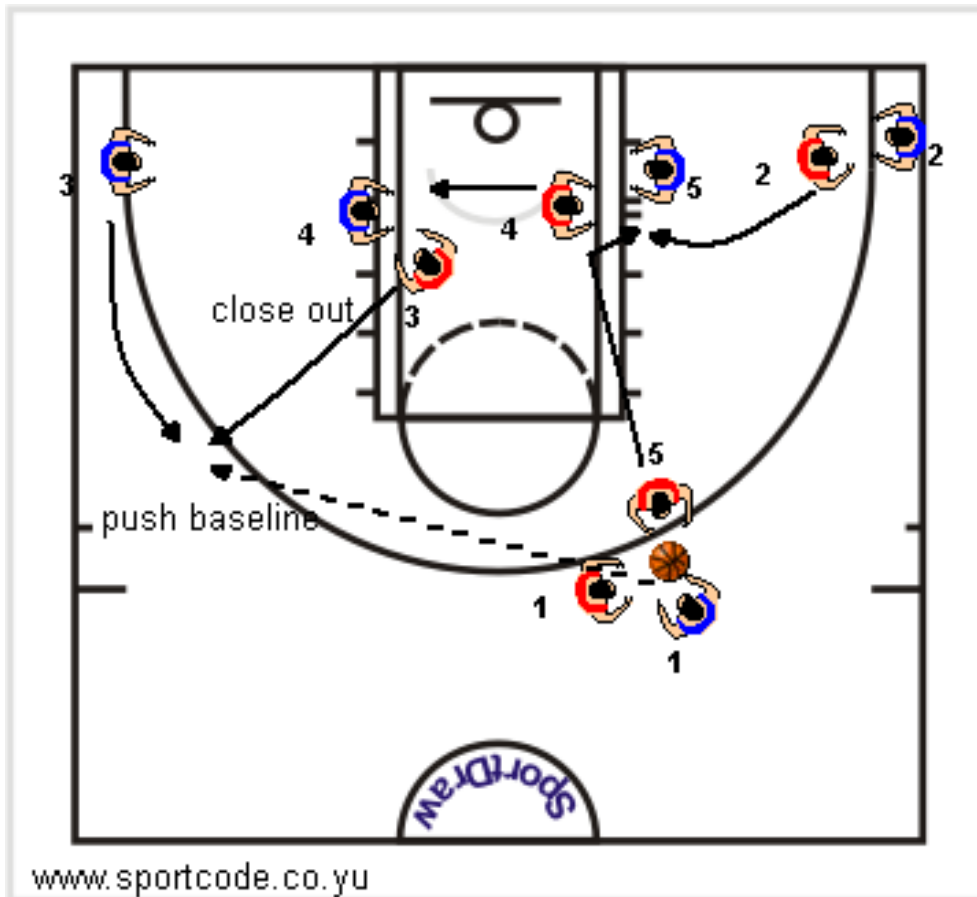
1. Όταν ο σκρήνερ είναι σουτέρ
2. Όταν το σκρην γίνεται μακριά από το καλάθι

Push και 4ος (squeeze method)

Παγίδα – Trap / early trap



1. Κατά την εφαρμογή της παγίδας, το κάτω μέρος του κορμού είναι έτοιμο για επαφή και τα χέρια να είναι στη γραμμή πάσας και λυγισμένα στον αγκώνα, οι αμυντικοί δεν πρέπει να αφήνουν χώρο ανάμεσά τους, να κάνουν φάουλ και να επιχειρούν να κλέψουν τη μπάλα
2. Να αποφασίσουμε πότε αφήνουμε την παγίδα
3. Βοήθεια από ψηλό της αδύνατης
4. Στη δυνατή πλευρά over play

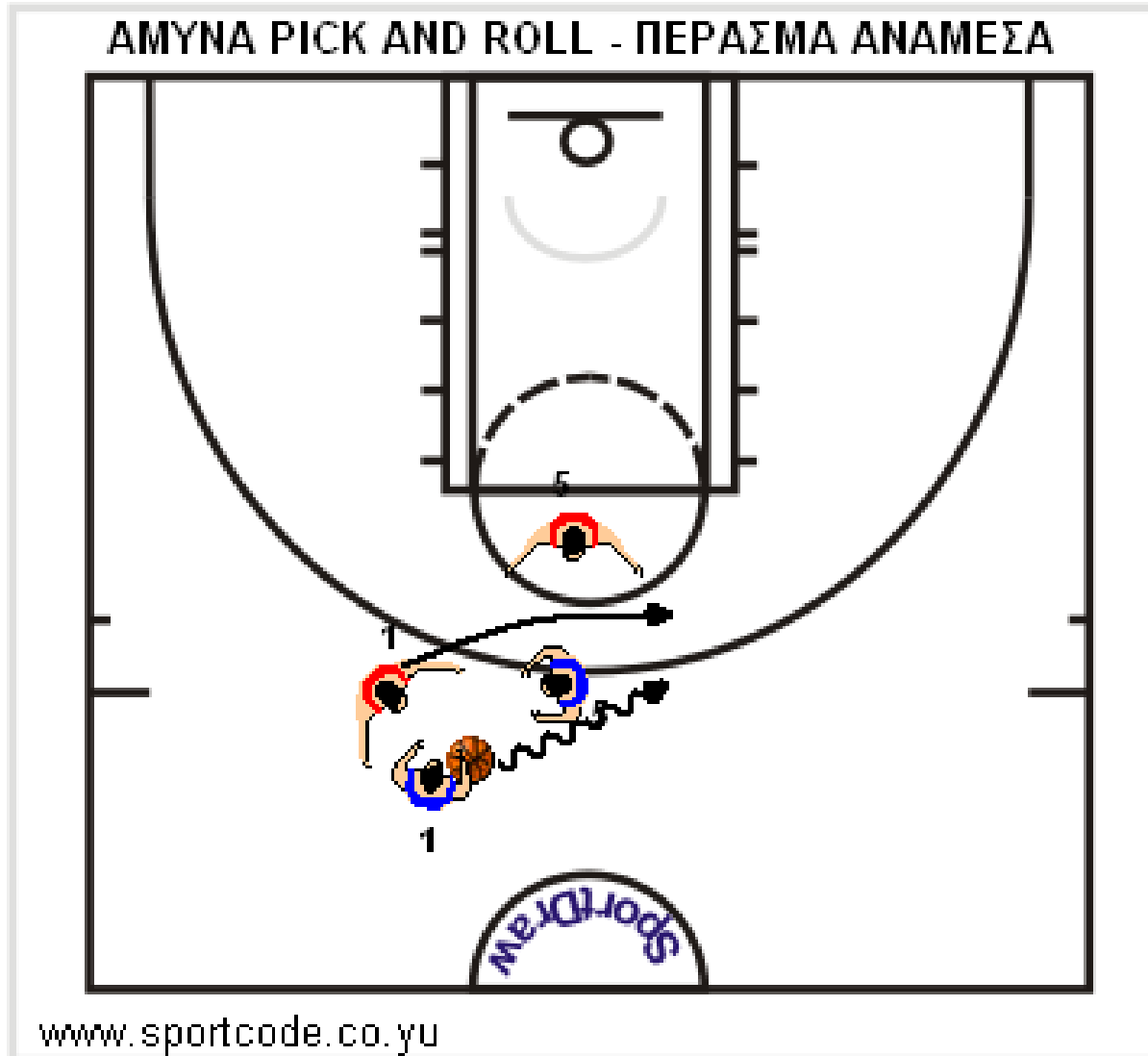


Αν ο Ο1 πασάρει τότε ο
Χ5 ψάχνει
ξεμαρκάριστο παίκτη
στην αδύνατη πλευρά

X3 Close out & Push
baseline

X4 Front

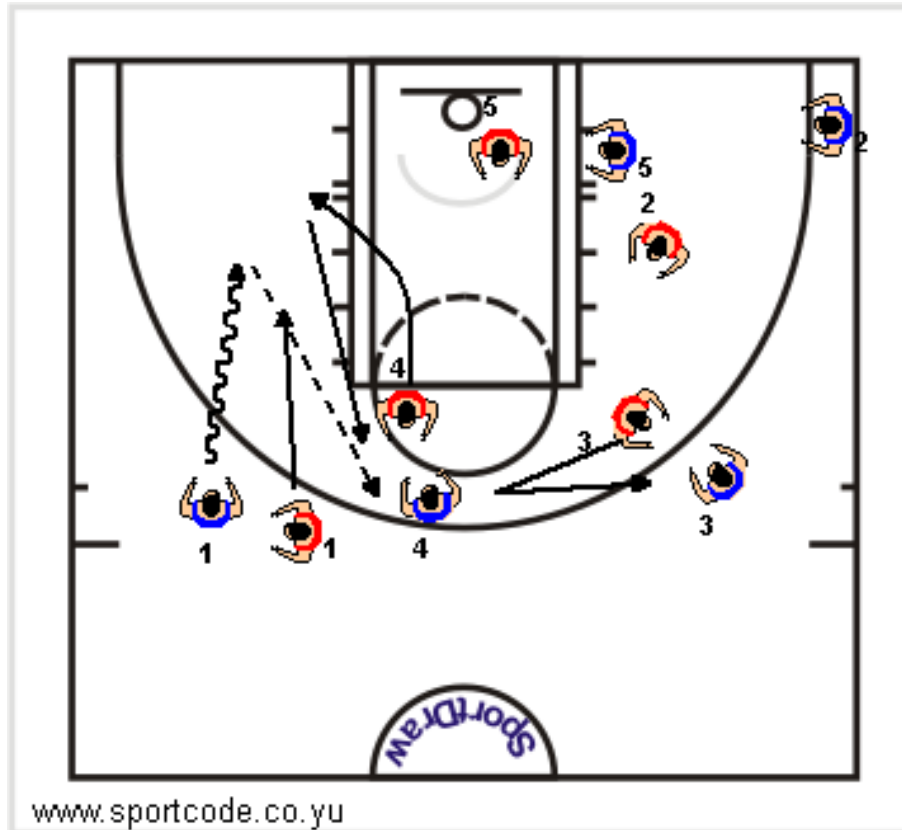
Ανάμεσα



X5 αφήνει χώρο και φωνάζει «under» και ο X1 περνά από κάτω.

Αν ο σκρήνερ μετά το πρώτο σκρην επιστρέψει για να ξαναδώσει σκρην (re-screen) τότε το αντιμετωπίζουμε με soft help και over

Πλάγιο pick n' roll – Deny



X1 οδηγεί baseline (άρνηση)
X4 προστατεύει το καλάθι από
διείσδυση

O1 πάσα O4

X3 jump to the ball από
αδύνατη στον O4 ώστε να
κάνει διστακτικό τον O1 στην
πάσα και επιστρέφει στον
παίκτη του ενώ ο X4
επιστρέφει στον O4

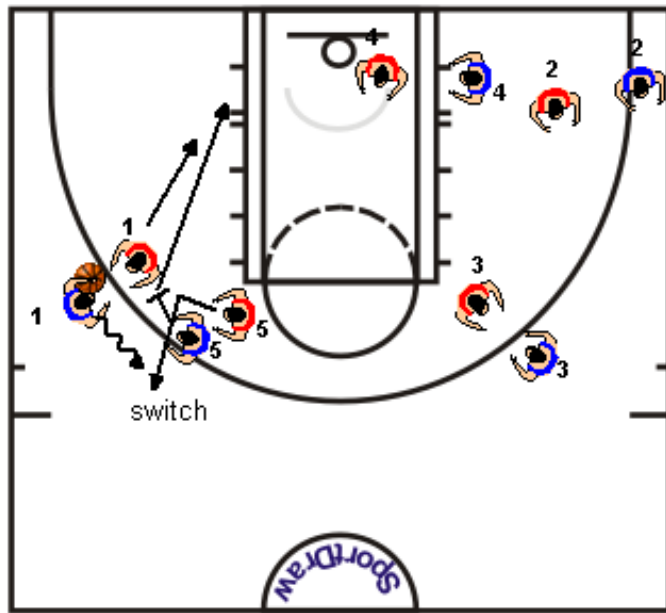
Πλάγιο pick n' roll – hedge out



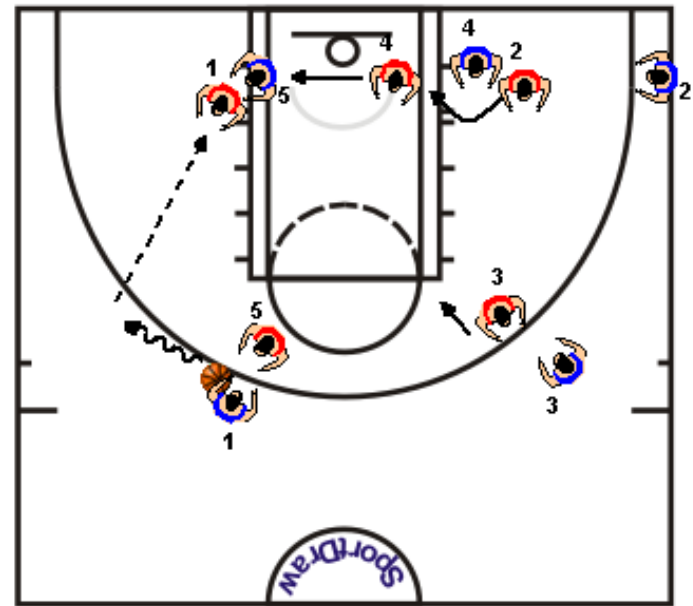
- X4 hedge out
- X1 από κάτω
- X5 στον O4 (pop)
- X4 στον O5
- X2 μπροστά από O5 μέχρι να έρθει ο X4

Πλάγιο pick n' roll - Αλλαγή

Στην αλλαγή έχουμε miss match
X1 vs O5



www.sportcode.co.yu



www.sportcode.co.yu

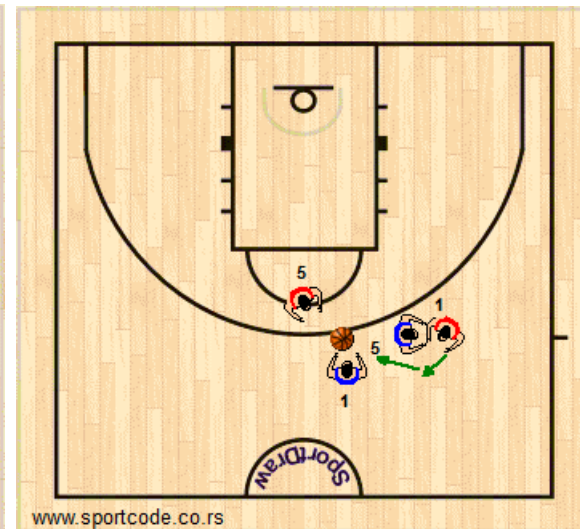
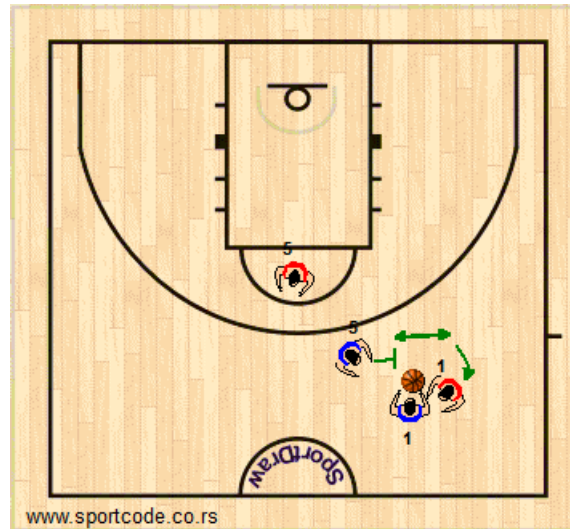
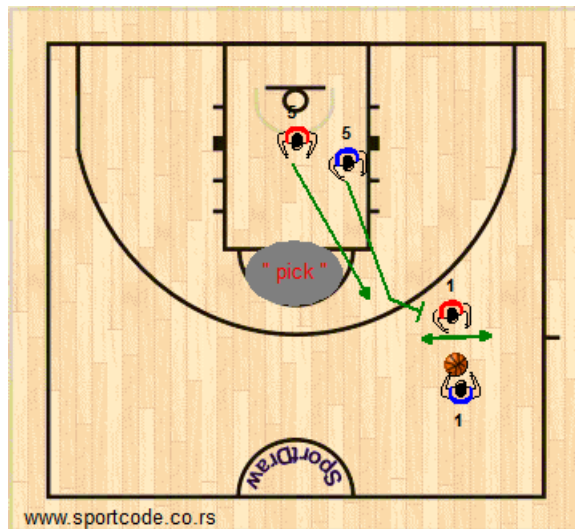
X1 παίζει από μπροστά
Αν O1 πάσα O5 τότε X1 και X4 trap

Άρνηση δυνατού χεριού

- *Αυτή η άμυνα επιλέγεται διότι:*
- Οι παίκτες μαθαίνουν δύο τρόπους να αμύνονται στο pick n roll.
- Στην προπόνηση βελτιώνουν την εικόνα τους και το αδύνατό τους χέρι.
- Το πρόσκαιρο μπέρδεμα που μπορεί να δημιουργήσει στην αντίπαλη ομάδα μέσα από το scouting

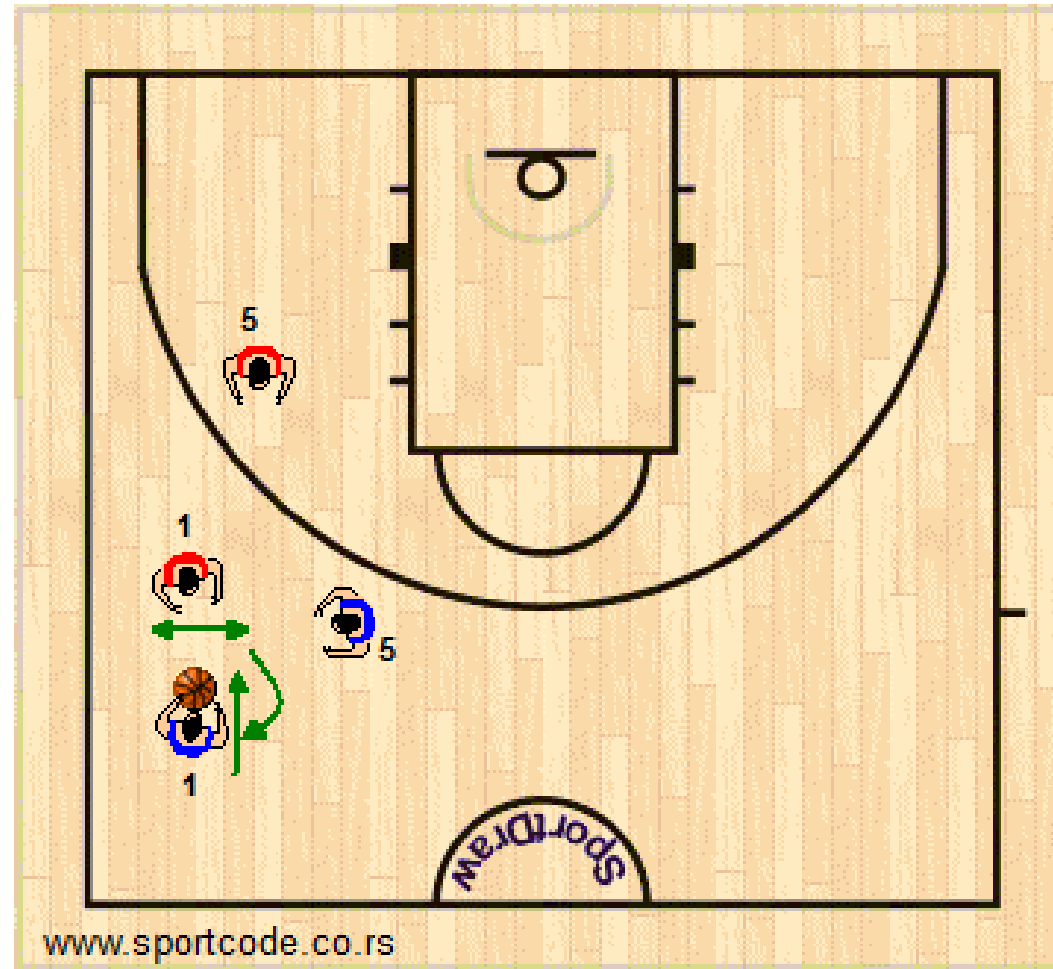
ΔΕΞΙΑ ΠΛΕΥΡΑ = HELP N RECOVER

- Ο Χ1 παίζει man to man καθρέφτης
- Ο Χ5 ακολουθεί το ανέβασμα και φωνάζει «σκρην»
- Ο Χ1 μόλις ακούσει «σκρην» κολλάει στον Ο1 , τον οδηγεί αριστερά και περνάει «σκιά» με πρώτο βήμα το πάνω πόδι

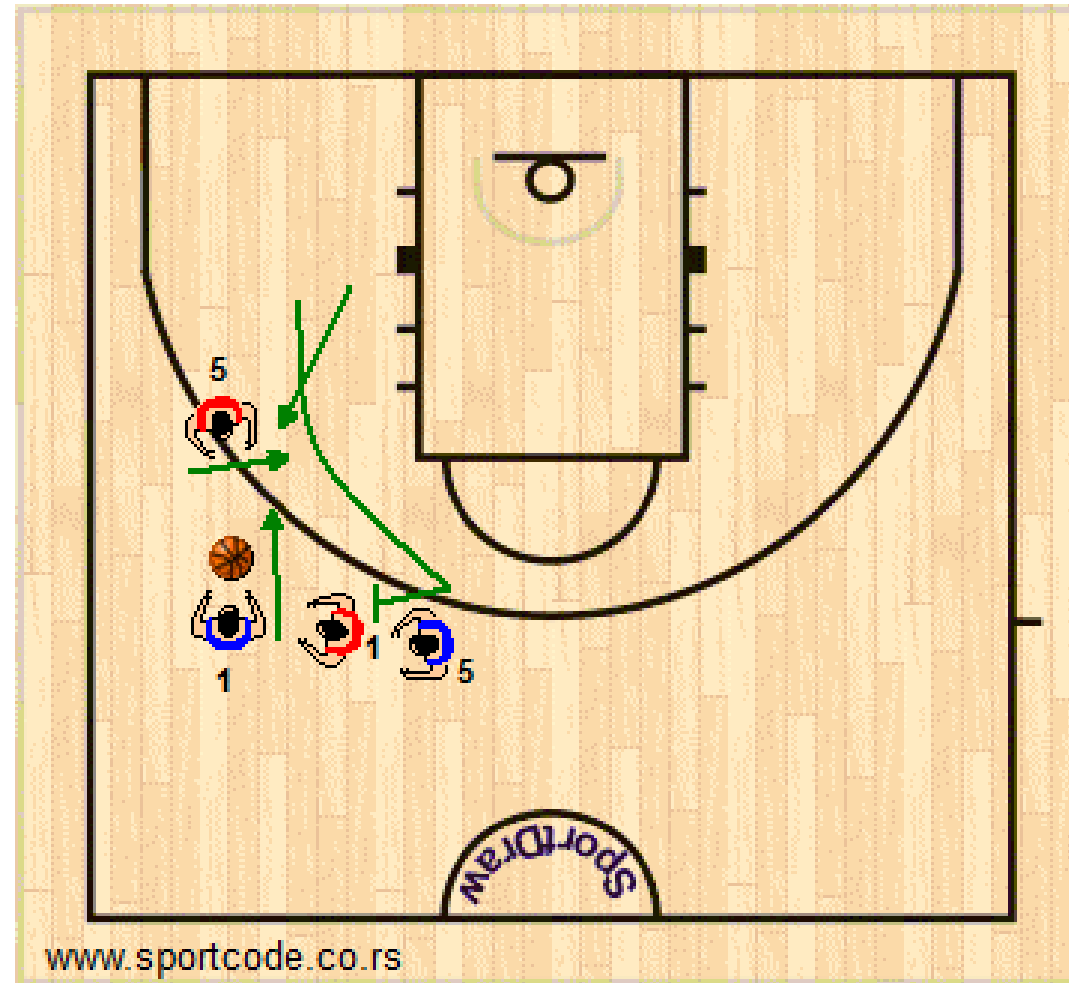


ΑΡΙΣΤΕΡΗ ΠΛΕΥΡΑ

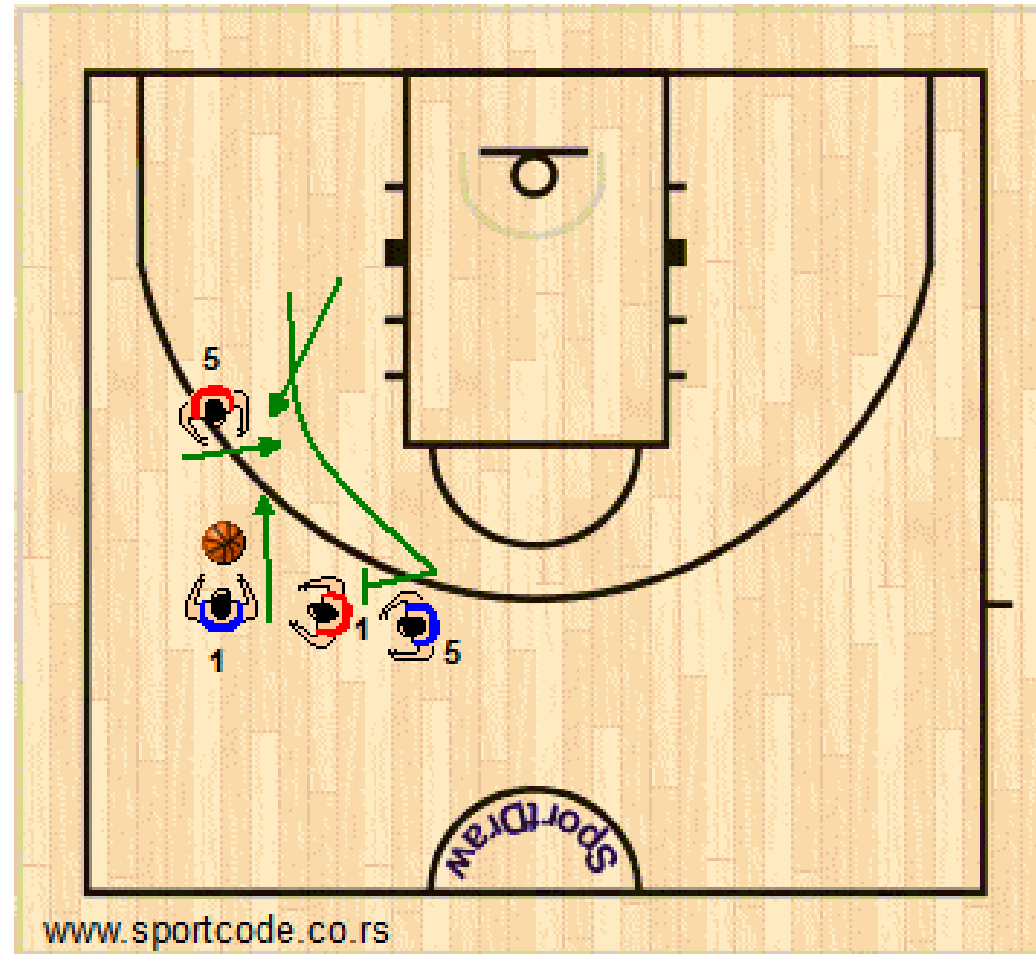
Ο Χ1 καθρέφτης ο Χ5 ακολουθεί το ανέβασμα φωνάζει «σκρην»



Ο Χ1 μόλις ακούσει «σκρην» πρέπει να αλλάξει γωνία και να γίνει ένα σώμα με τον Ο1 οδηγώντας τον αριστερά προς base line

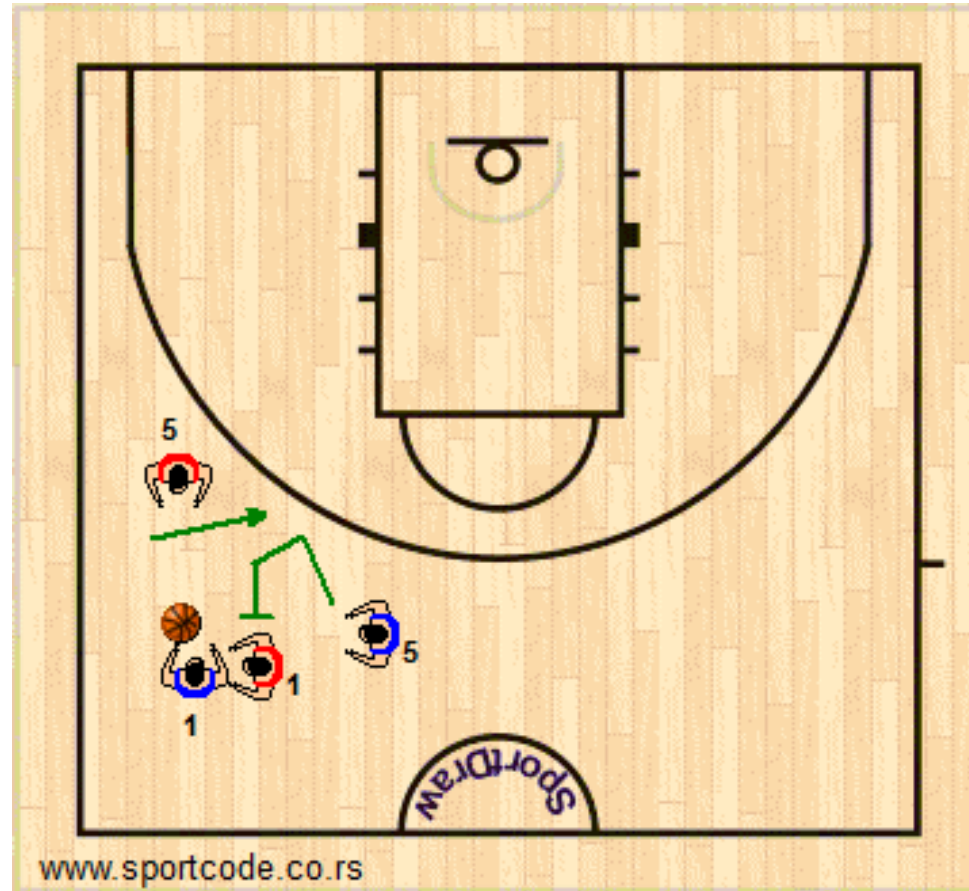


Ο Χ5 τρέχει, εκτελεί stride stop κλείνοντας τον κάθετο διάδρομο του Ο1

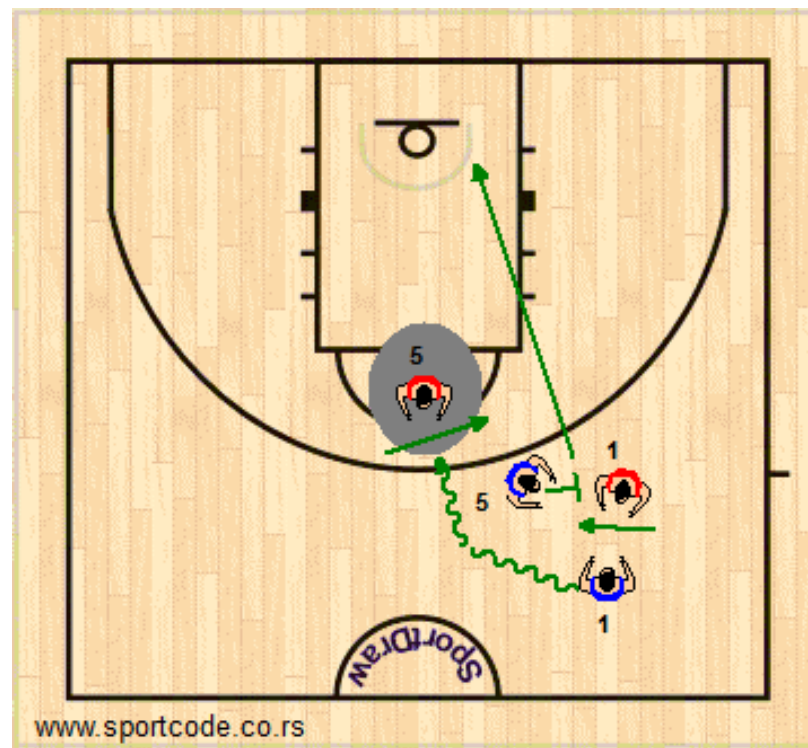
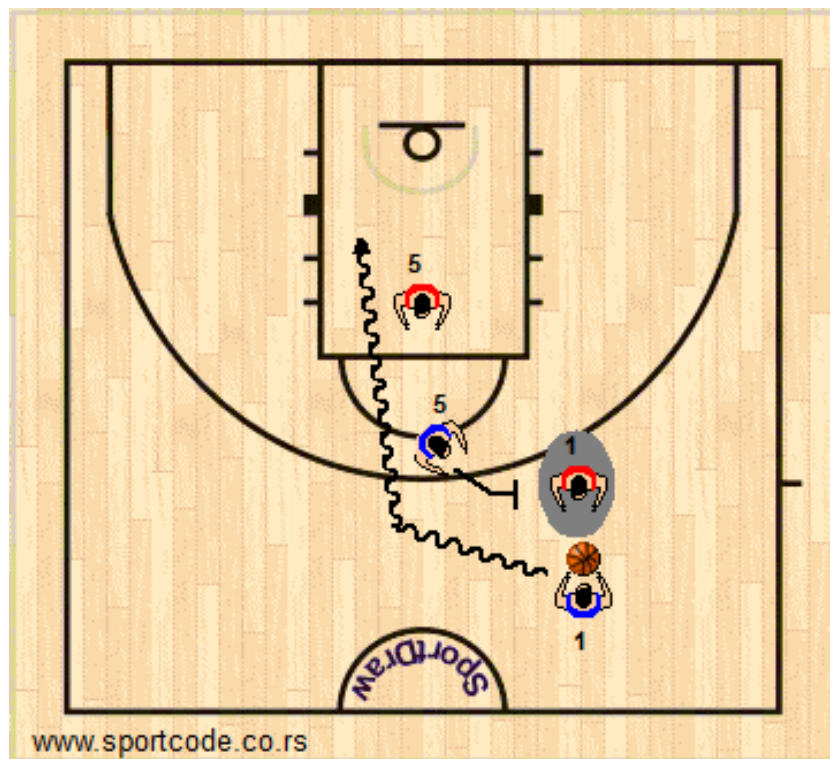


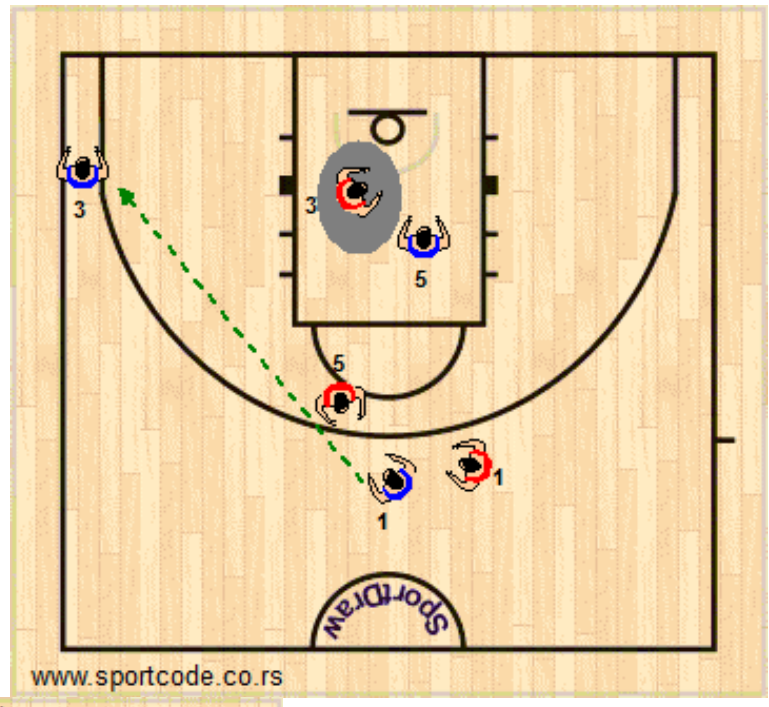
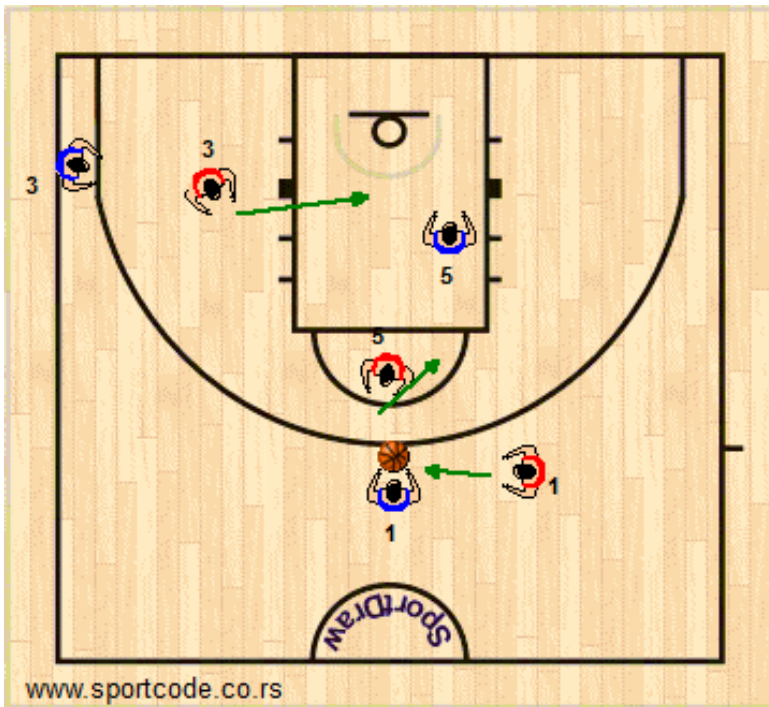
ΑΝ ΑΛΛΑΞΕΙ ΓΩΝΙΑ Ο Ο5 :

Ο Χ5 συμπεριφέρεται σαν help n' recover προσπαθώντας να ανακόψει τον ρυθμό της επίθεσης

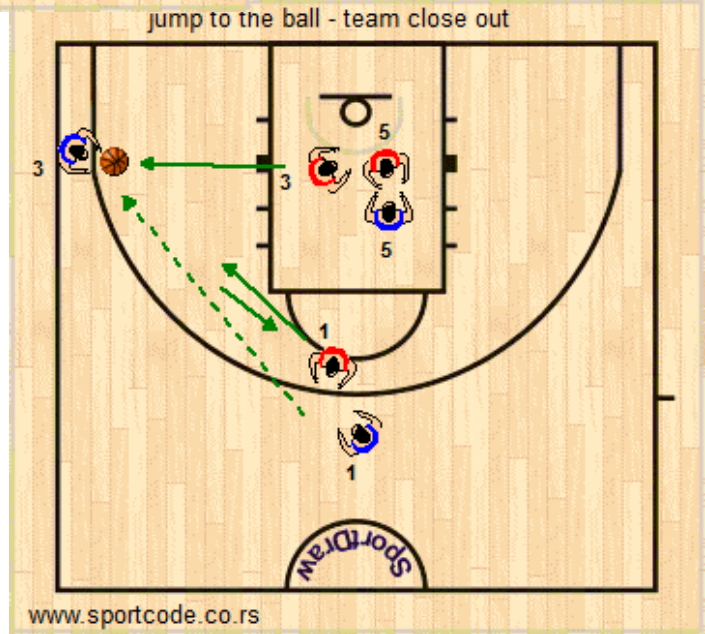


KENTPO

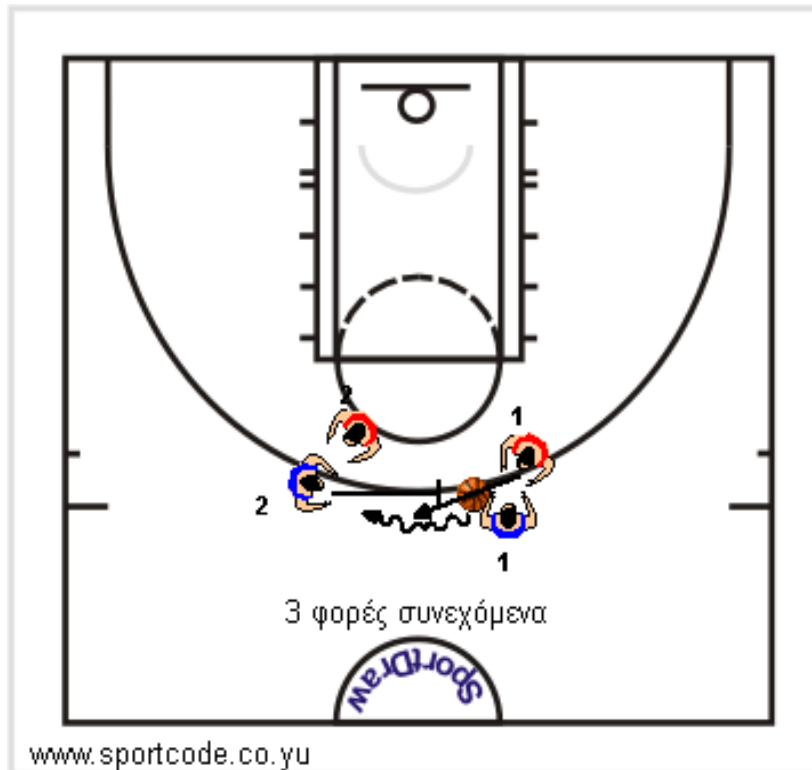




jump to the ball - team close out



ΑΣΚΗΣΕΙΣ



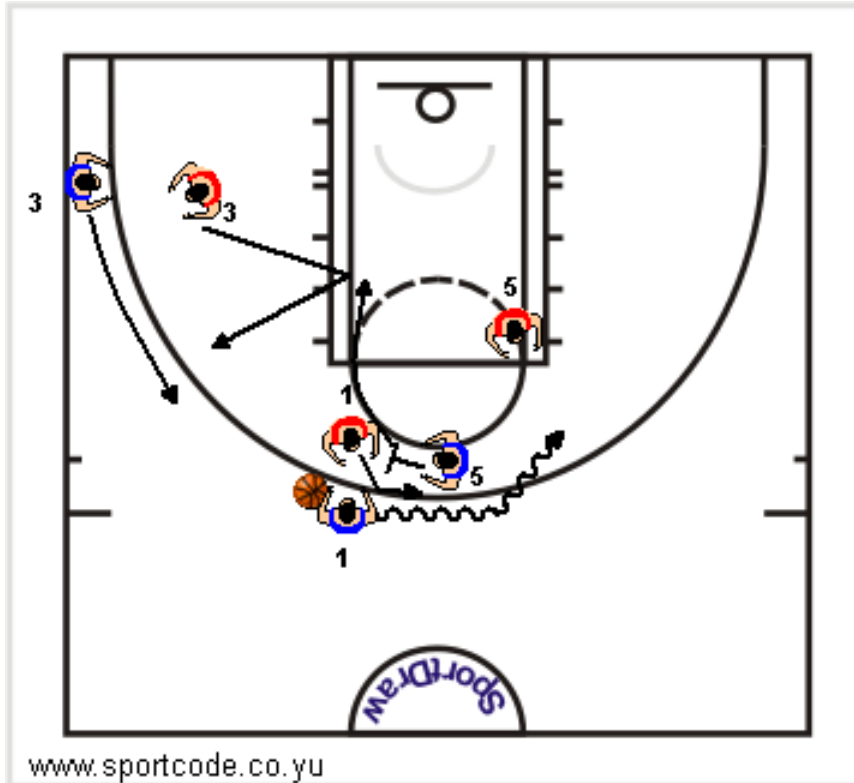
Μισό γήπεδο οι παίκτες χωρισμένοι σε ζευγάρια. Παίζουν 2 vs 2 στήνοντας 3 φορές συνεχόμενα κεντρικό pick με την άμυνα να παίζει trail & sagging.

Η επίθεση μπορεί να εκδηλωθεί μετά την τρίτη επανάληψη. Σημαντικό να μάθει η άμυνα να παίζει σωστή προσωπική άμυνα και να τονιστεί η σημασία της επικοινωνίας.

Απαγορεύουμε τα lay ups. Χρησιμοποιούμε διαφορετικές αντιμετώπισεις αποφεύγοντας το δυναμικό show and over γιατί δίνει εύκολα lay ups. Αν χρησιμοποιήσουμε αυτή τη μορφή άμυνας θέλουμε τον X1 να περάσει κάτω από τον screener για να τον τσεκάρει και να καθυστερήσει το dive του O5. Στο τέλος αλλάζουμε την άμυνα με την επίθεση ή μπορούμε να αλλάζουμε μόνο αν η άμυνα είναι επιτυχημένη (αμυντικό rebound).

3 vs. 3

- Μισό γήπεδο παίζουν 3 vs. 3 με τη βοήθεια να έρχεται από τη weak side και ο X3 να τσεκάρει τον O5 στο elbow και όχι πιο χαμηλά. Ο X3 μετά το bump γυρίζει στον παίκτη του.



Η άμυνα στο ρητ είναι trail & sagging. Αν η άμυνα δεχθεί καλάθι οι 3 αμυντικοί παραμένουν οι ίδιοι και η επίθεση αλλάζει. Σε επιτυχημένη άμυνα, οι 3 αμυντικοί βγαίνουν έξω και οι 3 επιθετικοί γίνονται άμυνα. Ο προπονητής μπορεί να εφαρμόσει πολλές διαφορετικές αντιμετώπισεις στο ρητ ανάλογα με τη φιλοσοφία του.

4 vs. 4 & 5 vs. 5

- Στο $\frac{1}{2}$ γήπεδο παίζουν αρχικά 4 εναντίον 4 και στη συνέχεια 5 εναντίον 5 με διάφορες διατάξεις και middle rnr ή side rnr και οι αμυντικοί εφαρμόζουν την προκαθορισμένη τακτική.