Niveaus Basketball

Für alle Offen

Dieses Angebot setzt kein spezifisches Leistungsniveau voraus und ist für alle Unisportler:innen offen.

N1

Am den N1 Angebot kannst du ohne Vorkenntnisse teilnehmen. Das Training richtet sich an Personen, welche die Grundlagen des Basketballs erlernen möchten.

N2

- Du verfügst über ein ansprechendes Niveau in allen technischen Fertigkeiten.
- Du kennst einfache taktische Formen.
- Du kannst die Grundtechniken im Angriff und in der Verteidigung anwenden und variieren.
- Du kennst diese Begriffe Penetration | Schneiden | Aushelfen und kannst dich in diesen Situationen korrekt verhalten.

N3

- Du verfügst über ein hohes Niveau in allen technischen Fertigkeiten.
- Du kennst anspruchsvolle, taktische Formen.
- Du kannst Angriffs- und Verteidigungstechniken sicher anwenden.
- Du kennst diese Begriffe im Basketball Pick&Roll | Zone Defense | Spacing und kannst dich in diesen Situationen korrekt verhalten.

unisport BERN

UNIVERSITÄT BERN