

CAPACITACIÓN TÉCNICA DE ALTO RENDIMIENTO

SEMINARIO ESPECIALIZADO: DEFENSA DEL PICK & ROLL

Dictado por los renombrados entrenadores: **Leo Costa** & **Juan Manuel Nardini**

Organizado por **Academia Deposoft** | Presentación de Emiliano Arce

¿POR QUÉ TU EQUIPO NECESITA ESTA CAPACITACIÓN?

El Pick & Roll es la acción táctica más jugada en el baloncesto moderno. Controlar el PnR rival no es cuestión de suerte, sino de **sistemas proactivos, reglas unificadas (90/10) y atención absoluta al detalle técnico**. Domina los 5 esquemas defensivos clave y reduce drásticamente la eficiencia anotadora de tus rivales.

PILARES METODOLÓGICOS

1. Defensas Proactivas ("Atacar al Ataque")

No reacciones al rival. Fuérzalo a jugar sus opciones "B o C" mediante desorden, presión y anticipación en líneas de pase.

2. Regla Estratégica del 90/10

Unifica el 90% de las reglas colectivas para automatizar hábitos en cancha. Reserva solo un 10% para ajustes específicos de scouting.

3. Destrucción de Timing y Spacing

Corta los circuitos de pase, evita bandejas/golas y triples liberados desde las esquinas con rotaciones encadenadas ("tirar de la sogá").

4. Esfuerzos Consecutivos y Hábitos

Construye un equipo capaz de encadenar 2 y 3 acciones seguidas: recuperar, puntear el tiro y saltar a la ayuda o rebote.

IMPACTO ESTADÍSTICO REAL

-0.15 PPP

REDUCCIÓN EN EL PUNTO POR POSESIÓN RIVAL AL EJECUTAR UN CLOSEOUT CORTO CON MANO ARRIBA ANTES DEL ARMADO DE TIRO.

METODOLOGÍA DE CAMPO

Progresión de Enseñanza

- Fase 1 (Teaching):** 5 min cognitivos al inicio sin oposición (caminata + video).
- Fase 2 (Estaciones):** Separación analítica de Perimetrales e Interiores.
- Fase 3 (Shell Drill):** Ataque orientado con restricciones para fijar automatismos procedimentales.

MÓDULOS TÉCNICOS INCLUIDOS

ESTRUCTURA BASE

1. Defensa DROP (Contención)

- Ball Handler:** Presión a la cadera, creación del "túnel" y responsabilidad del jumper.
- Roll Man:** Postura de pie interior, regla de la verticalidad y bloqueo de cara.
- Variantes:** Regla "Competir", "Dip" profunda (vs. centers lentos) y "Late Switch" en Pop.

ESPECIAL LATERAL

2. Defensa ICE / BLUE (Fondo)

- Negación del Centro:** Push del perimetral enviando la bola a la línea lateral/fondo.
- Cadena de Ayudas:** Trabajo del "Bump" (Nail) y el rol activo del "Corner Player".
- Soluciones:** Cómo resolver Handoffs (Body, Under + Paso de Salto) y Reversos.

AGRESIVIDAD & TRAP

3. Defensa STEP / SHOW

- Salto Táctico:** Salto paralelo del grande y presión absoluta del guardia.
- Rotación 3 vs 4:** Roles de LAST, X-OUT, TERCERO y el "Nuevo Último".
- Variantes:** Trap Total, Joe Under Joe y El Joe (Under de Show).

PLAN TÁCTICO COMPLETO & SOLUCIONES DE JUEGO

DOMINIO INTEGRAL DEL PICK AND ROLL

ESQUEMAS AVANZADOS

CIERRE DE POSESIÓN

4. Defensa SWITCH & SWITCHING

- **Cambio Simple:** Muro post-contacto, orientación a mano no hábil y box-out de frente ante mismatches.
- **Protección del Mismatch:** Atrapaje (Trap) desde el fondo, rotación "2 para 3" y desarme de trap.
- **Switching Múltiple:** Involucrar al 3er hombre en la caída previa a la recepción para evitar el desajuste interior.

FACTOR SORPRESA / SCOUTING

5. Defensa NEXT (Siguierte)

- **Romper el Timing:** Quitar la pelota de las manos al anotador estrella sin comprometer al pívot.
- **Roles:** El "Next" salta agresivo en línea frontal; el "Last" ordena la comunicación y cubre el primer pase.
- **Aplicación Elite:** Caso de éxito real en Finales de Liga para anular anotadores de 1vs1.

¿QUÉ VAS A LOGRAR CON ESTE SEMINARIO?

Transformación Táctica Inmediata

- **Dominio de Conceptos Clave:** Manejo perfecto del Spacing Defensivo, Closeouts en Zancada (Stride Step) y comunicación TAC (Temprana, Alta, Continua).
- **Respuestas a Situaciones Especiales:** Gestión del Early Pick vs. PnR en Transición (Regla "Nada") y lecturas ante el Repeat / Rescreen.
- **Análisis de Detalles Técnicos:** Desde la mecánica de pies en el Over hasta el trabajo de brazos en el pase de salida.
- **Manual Metodológico:** Ejercicios prácticos listos para transferir a tus entrenamientos diarios (Shell Drill, Estaciones analíticas).

Dirigido a:

Entrenadores de Formativas, Asistentes Técnicos, Entrenadores Principales de Ligas Mayor/Profesionales y Preparadores que busquen actualizar su filosofía defensiva con las últimas tendencias del básquetbol internacional.

¡LLEVA EL SISTEMA DEFENSIVO DE TU EQUIPO AL SIGUIENTE NIVEL!

Inscríbete hoy al Seminario Completo de Defensa del Pick and Roll de Academia Deposoft

¡RESERVAR MI LUGAR AHORA!

Acceso Ilimitado a las Grabaciones + Material Gráfico Resumen + Soporte de Consultas Tácticas