
Har gennemført øvelserne i DBBF's teknikmærke

Jernbolden



Jesper Nielsen

For DBBF, Jesper Nielsen

For klubben

Dato





Danmarks Basketball Forbunds Tekniskmærke

Afslutninger	Driblinger	Afleveringer	Standingsninger	Sammenspil	Fysik og koordination
Lay-up højre eller venstre <input type="checkbox"/>	Drible almindeligt med både højre og venstre hånd <input type="checkbox"/>	Aflever og gribe med begge hænder <input type="checkbox"/>	Jumpstop (begge fødder samtidig) <input type="checkbox"/>	Kan spille sammen med to eller tre spillere ad gangen <input type="checkbox"/>	Kan løbe baglæns <input type="checkbox"/>
Stående skud (form-skud), tæt på kurven <input type="checkbox"/>	Dribleslalom (min. 1/2 banelængde) <input type="checkbox"/>	Aflever med en hånd til medspiller <input type="checkbox"/>	Pivotere mindst 90 grader efter standsning <input type="checkbox"/>		Kan hinke <input type="checkbox"/>
	Drible uden at se på bolden <input type="checkbox"/>				