



© José Luis Pichel  
Marzo 2017

# 1. Defensa Zonal

Qué es

Cómo es

Por qué es

# Creencias Limitantes

No formativa (per se)

Los que hacen zona son...

No existe una buena  
defensa en zona

# Transferencia Individual - Zonal

Defensa de 1x1

Actividad en lado  
débil

Uso de manos

Defensa de PNR

Comunicación

Rotaciones

# Distancia Zonal-Individual

Espacios  
Preestablecidos

Rotación  
Preestablecida

Trabajo de  
Rebote

Bloqueos  
Indirectos

Espacios sin  
responsabilidad  
clara

Superioridades -  
Inferioridades  
Numéricas

# Mente Abierta





## 2. Conceptos Básicos de Ataque contra Zona



# Ataque de Espacios

Ver

Actuar

Generar



# Ataque de espacios: VER

## Mirar la pista

- Espacios
- Balón
- Posición de Compañeros
- Movimiento de Compañeros

# Ataque de espacios: ACTUAR

## **Atacar Espacios**

- Buscar espacios libres
- Cortes
- Permanecer
- Bote en división
- Bote en espacio de dudas

# Ataque de espacios: GENERAR

## Castigar Reacción de la Zona

- Rotaciones
- Colapsos
- Pérdida de visión de atacantes
- Rotaciones “antes de que nada ocurra”
  - Fintas de Pase
  - Forzar la atención en algo
  - Etc

### 3. Conceptos un poco menos básicos de Ataque contra Zona



# Ataque de Rotación Preestablecida

Sobrecargar

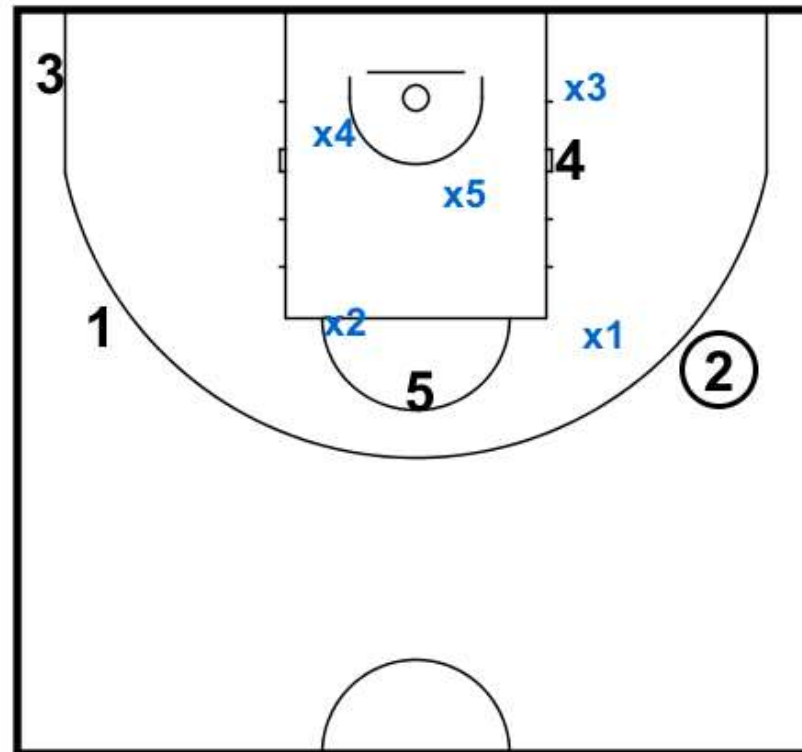
Ajustar Desajustar

Bloquear

# Ataque de rotación preestablecida: SOBRECARGAR

## Glosario

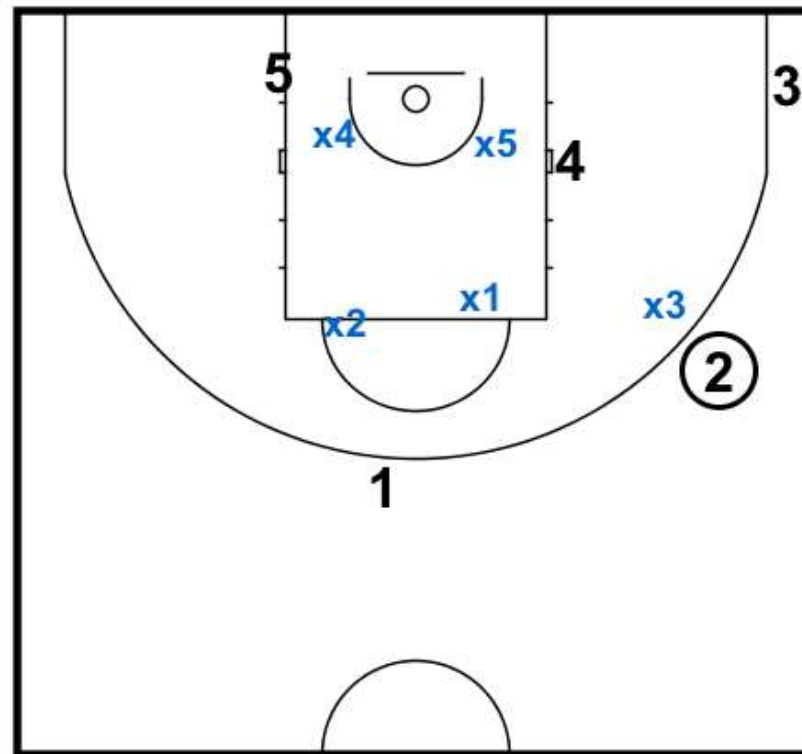
2-3  
Zona



# Ataque de rotación preestablecida: SOBRECARGAR

## Glosario

Sobrecarga 3-2 Poste Bajo  
Zona

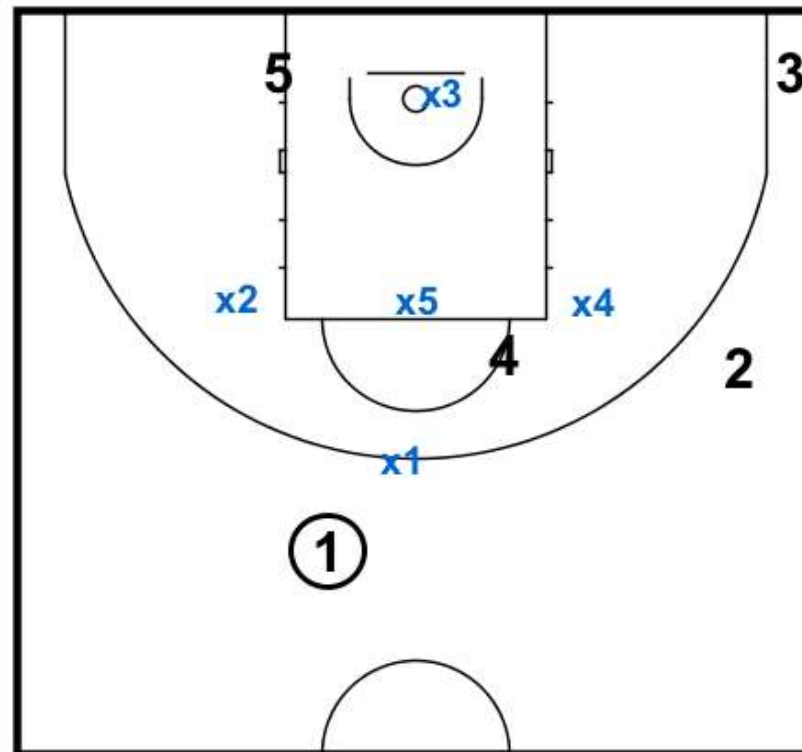




# Ataque de rotación preestablecida: SOBRECARGAR

## Glosario

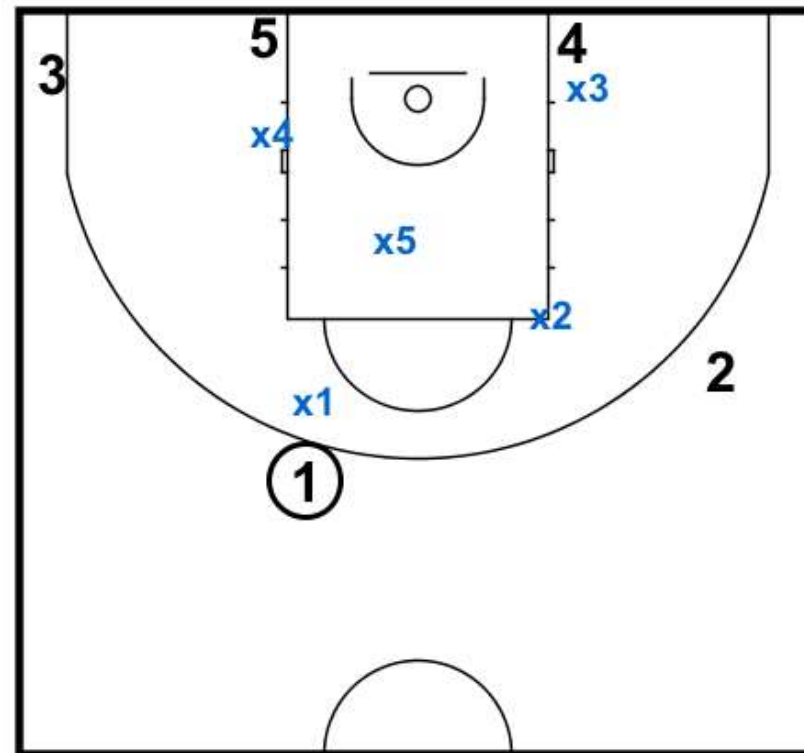
Sobrecarga 1-3-1 Fondo  
Zona



# Ataque de rotación preestablecida: AJUSTAR-DESAJUSTAR

Glosario

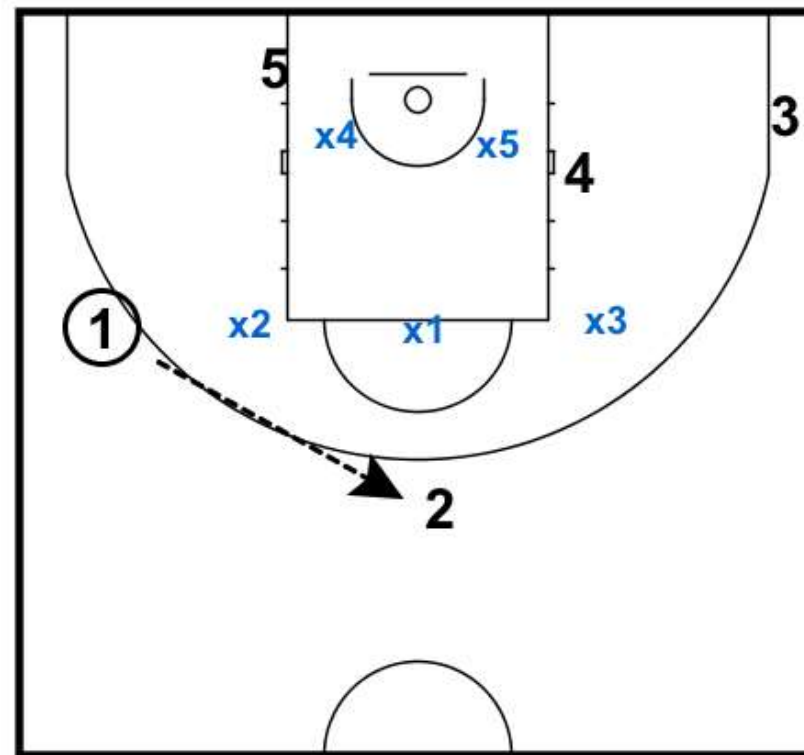
2-3  
Zona



# Ataque de rotación preestablecida: AJUSTAR-DESAJUSTAR

## Glosario

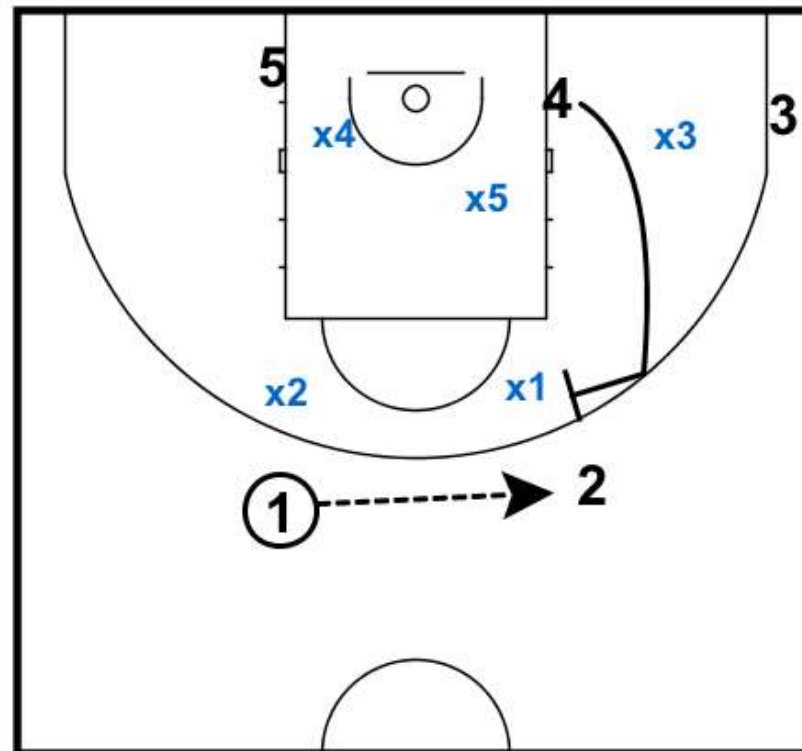
Ajustada 3-2 Poste Alto  
Zona



# Ataque de rotación preestablecida: AJUSTAR-DESAJUSTAR

## Glosario

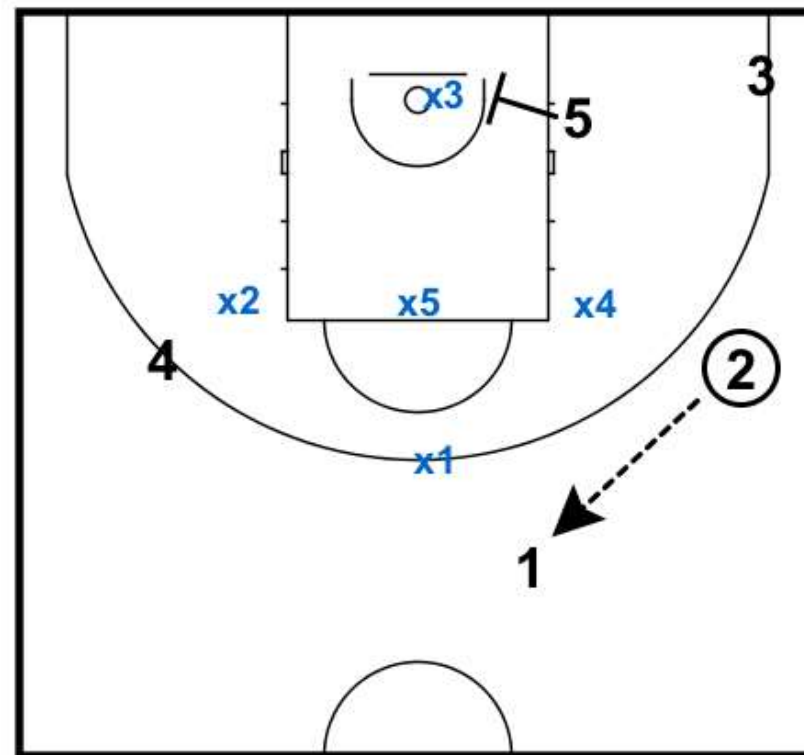
Ajustada 2-3 fondo  
Zona



# Ataque de rotación preestablecida: BLOQUEAR

## Glosario

Flare 1-3-1  
Zona





## 4. ¿Y los Fundamentos?





# Fundamentos: Jugadores capaces de...

Pasar

Tirar

Dividir

Rebotear

Fintar

Tráfico

Contacto

Espacios  
Cortos

Espacios  
Largos

Actividad  
Defensiva



Ataque vs Zona:  
¿Hay Espacio para el Desarrollo de  
Jugadores?



Muchas Gracias

José Luis Pichel

[jo.pichel@gmail.com](mailto:jo.pichel@gmail.com)

@jlpichel

646 721 483