

*Transition Press Drill 3 : 3 (9)*. Es werden drei Teams mit jeweils drei Spielern gebildet. Am Anfang ist es besser, wenn jedes Team ein anderes Trikot hat. Die ersten Angreifer mit einem Ball an der Mittellinie. Die beiden anderen Teams stellen die Verteidiger unter jedem Korb. Alle Verteidiger im Feld. Der Drill beginnt mit einem Angriff 3 : 3 auf einen Korb. Punkten die Angreifer oder wechselt der Ballbesitz durch Fehlpässe oder ähnliches werden sie zu Verteidigern und spielen bis zur Mittellinie 3 : 3 Mannpresse. Der Coach pfeift bei Verstoß gegen die 5-Sekunden-Regel und 8-Sekunden-Regel sowie bei Fouls und Schrittfehlern ab und gibt den Einwurf an das Angreifer- bzw. Verteidigerteam, sodass ein Team hinter einander mehrfach punkten kann. Sind die vorherigen Verteidiger über die Mittellinie, greifen sie 3 : 3 auf die andere Seite an. Jeder Korberfolg zählt einen Punkt. Gewonnen hat das Team, welches zuerst 10 oder mehr Punkte hat. Es kann auch ein Zeitlimit vorgegeben werden.