CORSO PER TECNICO DI BASE

GLI INTERNI

CHE COSA GLI INTERNI DEVONO SAPERE

- Caratteristiche del battitore
  - -attraverso una conoscenza diretta
  - -attraverso uno scouting report
  - -attraverso deduzioni del momento
- Le condizioni di gioco
  - -il terreno
  - -il sole
  - -il vento
- Tutte le informazioni per anticipare il gioco
  - -guardare i segnali del catcher
  - -quanti eliminati
  - -quale è il punteggio
  - -quale battitore del line up sta battendo
  - -stare pronti per tutte le possibili situazioni di: batti e corri, bunt, rubate

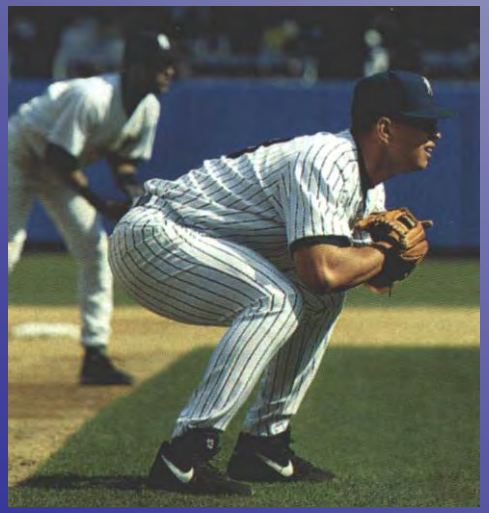
POSIZIONE DI ATTESA E POSIZIONE DI PRONTI

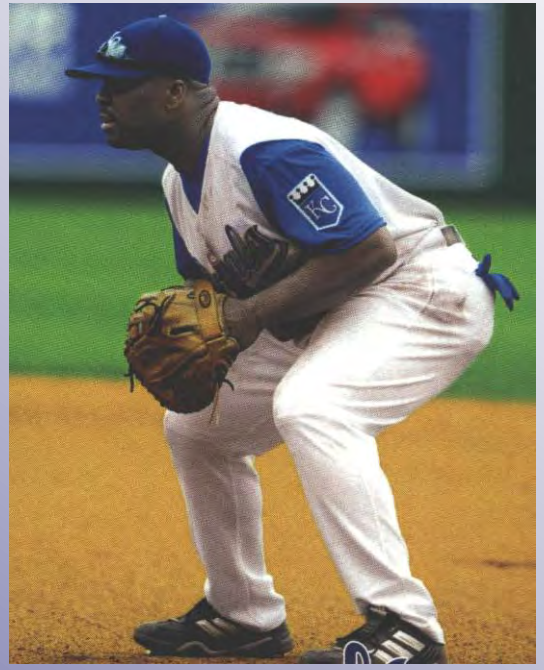
Posizione di attesa

-posizione comoda e rilassata
-piedi alla larghezza delle spalle, sinistro leggermente avanti
-peso del corpo sugli avampiedi
-corpo rivolto verso il battitore
-mani alle ginocchia o unite

Passaggio alla posizione di pronti

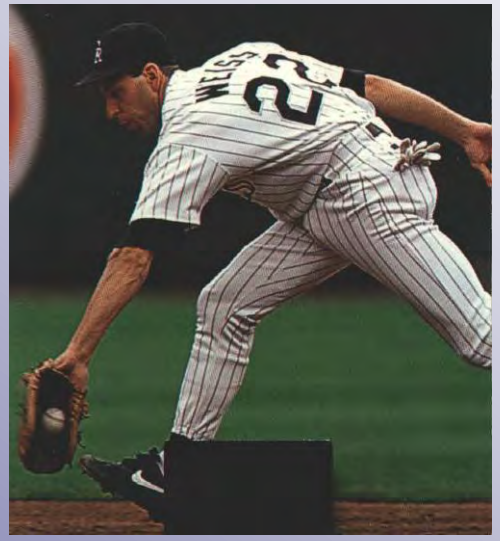
-quando il lanciatore carica
-piccolo passo sinistro destro verso casa base





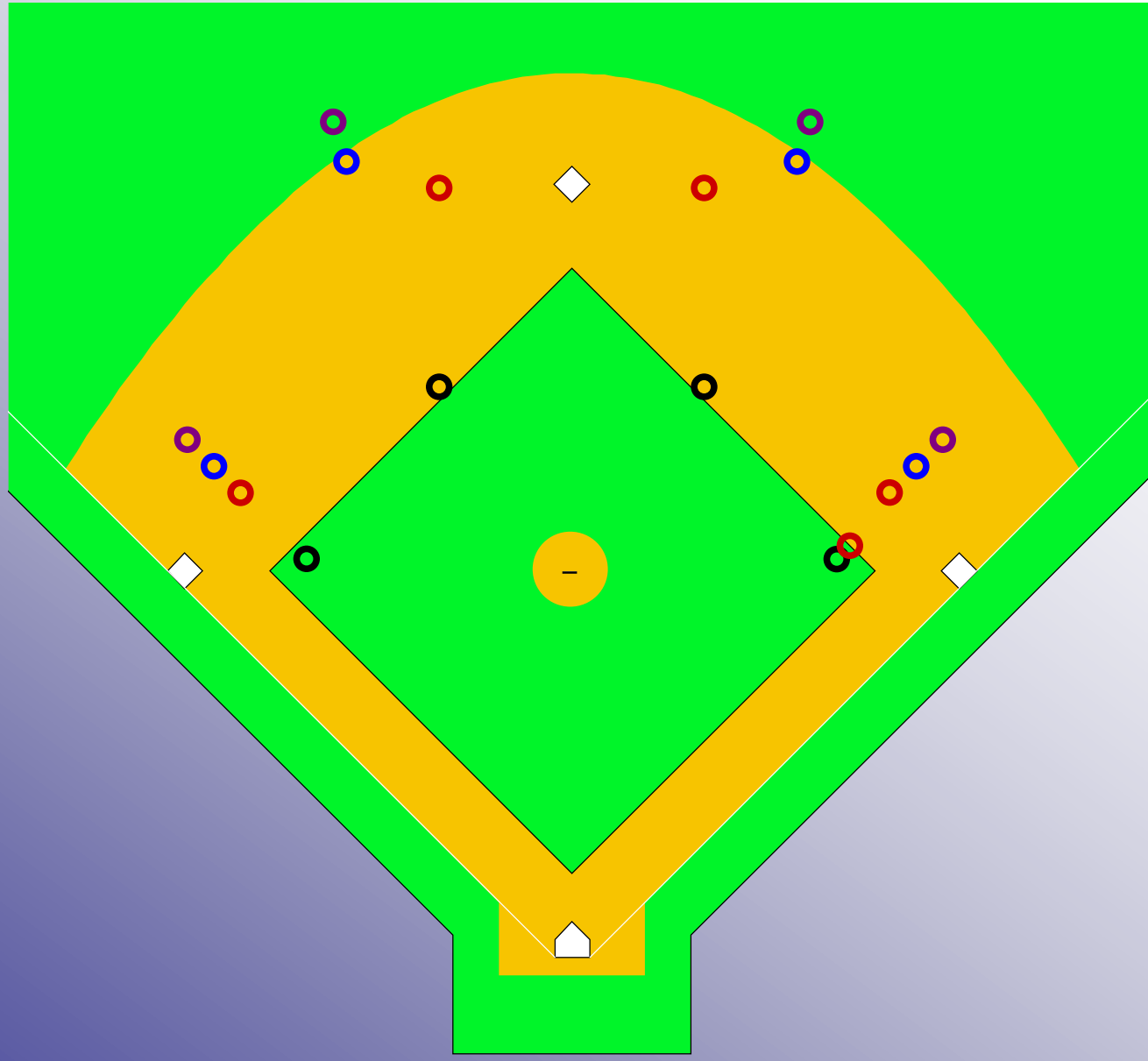
PRESA E TIRO

- giudicare velocità come rimbalza la palla
- palla battuta diretta ad un interno
- palla battuta a sinistra
- palla battuta a destra
  - -presa e tiro in back hand
- palla battuta lenta e corta



IL POSIZIONAMENTO DELLA DIFESA

- posizione normale
- posizione a metà (doppio gioco)
- posizione chiusa
- posizione profonda



5 TOOLS

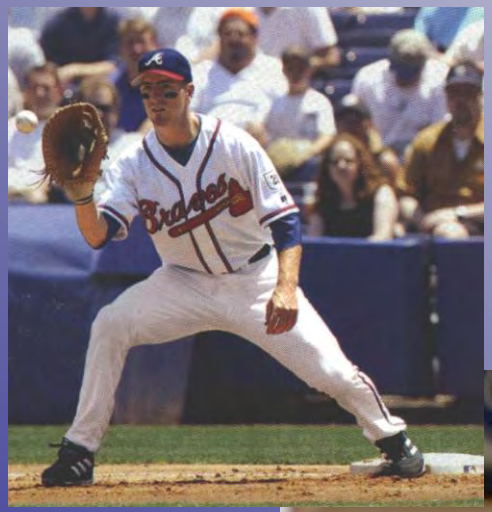
TOOLS	C	1B	2B	3B	SS	LF	CF	RF
Primary	Field	Power	Hit	Power	Field	Power	Hit	Hit
Primary	Power	Field	Run	Hit	Hit	Hit	Field	Power
Secondary	Throw	Hit	Field	Field	Power	Field	Run	Field
Secondary	Hit	Throw	Power	Throw	Throw	Run	Throw	Throw
Least imprtant	Run	Run	Throw	Run	Run	Thorw	Power	Run

- Throw — Forza del braccio - velocità del tiro
- Run — Corsa - velocità
- Hit — Battuta - capacità di produrre valide
- Power — Potenza in battuta
- Field — Abilità difensiva - mani e tiro

IL PRIMA BASE

I requisiti richiesti

- Alto, agile, forte, mani e piedi veloci
- Abile nel giocare le palle a terra e nei tiri
- Preferibile se mancino



IL TERZA BASE

I requisiti richiesti

- Forte, mani e piedi veloci
- Mani sicure
- Un braccio forte
- Abile nel bloccare le palle

L’INTERBASE

I requisiti richiesti

Degli interni è il ruolo più duro e difficile, quindi l’interbase deve essere il miglior interno a disposizione

- Agile, mani piedi e riflessi veloci
- Forte braccio per giocare le battute nel “buco”

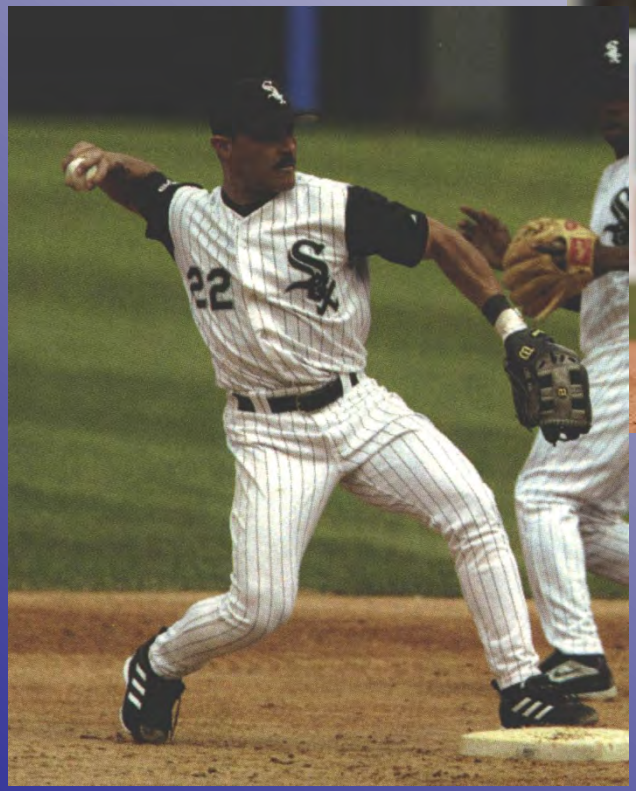
Il doppio gioco

La girata

- attorno alla base
- all'interno
- fa tutto da solo

Il tiro

- sottomano
- laterale



IL SECONDA BASE

I requisiti richiesti

- Mani e piedi veloci
- Abile nel giocare rapidamente tutte le palle a terra
- Abile nel girare il doppio gioco
- Non è un indispensabile avere un buon braccio (molti tiri sono corti)

Il doppio gioco

La girata

- passando davanti alla base
- restando dietro alla base
- a cavallo della base

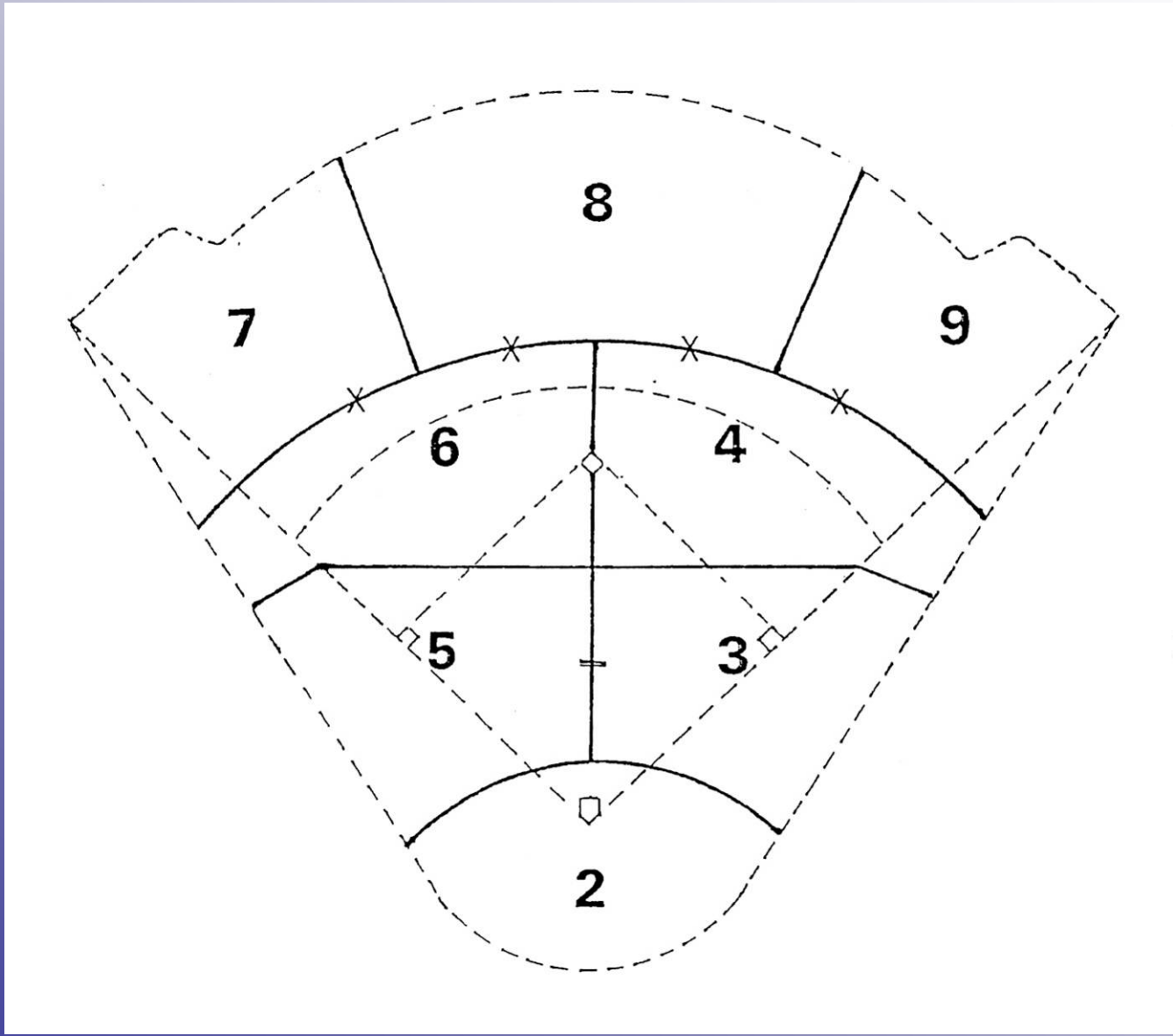
Il tiro

- sottomano
- sottomano rovesciato
- facendo perno
- rotazione con salto

IL LANCIATORE

- La copertura della prima base sulle rimbalzanti in campo destro
- La giocata dei bunts
- Accordarsi in anticipo su chi coprirà la seconda con corridore in prima per eventuale doppio gioco
- La giocata delle palle battute corte
- La copertura di casa base e terza base sulle battute agli esterni
- La copertura di casa base su palle sfuggite al ricevitore

LA COMPETENZA SULLE VOLATE



FINE