



<b>Contrarrestar</b>	
<b>Acción defensiva, nuestro equipo no tiene el balón.</b>	
<b>DESMARQUES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Repliegues y defensa en línea.</li><li>▪ Pressing al jugador que se desmarca.</li><li>▪ Provocar el Fuera de Juego al jugador que se desmarca.</li></ul>
<b>CONTRAATAQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Ocupación racional del terreno de juego.</li><li>▪ Desdoblamientos.</li><li>▪ Repliegue colectivo y Coberturas.</li><li>▪ Defensa en línea y Fuera de Juego.</li><li>▪ Pressing al jugador en posesión del balón, para cortar la iniciativa.</li></ul>
<b>ESPACIOS LIBRES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Marcaje zonal.</li><li>▪ Pressing al jugador que ocupa el espacio.</li><li>▪ Repliegues intensivos.</li></ul>
<b>AYUDAS PERMANENTES Y APOYOS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Marcaje al hombre.</li><li>▪ Pressing total.</li><li>▪ Repliegues intensivos.</li></ul>
<b>PAREDES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Marcaje zonal.</li><li>▪ Coberturas y Permutas.</li><li>▪ Pressing.</li><li>▪ Anticipación.</li><li>▪ Repliegues intensivos.</li></ul>
<b>TEMPORIZACIONES OFENSIVAS (Control del juego-Conservación del balón)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Pressing total o al poseedor del balón.</li><li>▪ Agresividad y velocidad en las acciones defensivas</li></ul>
<b>RITMO DE JUEGO RÁPIDO</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Marcaje zonal.</li><li>▪ Defensa en línea (Fuera de Juego).</li><li>▪ Repliegues intensivos.</li><li>▪ Pressing total.</li><li>▪ Presión al poseedor del balón.</li></ul>
<b>RITMO DE JUEGO LENTO</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Marcaje zonal.</li><li>▪ Pressing al poseedor del balón.</li><li>▪ Impedir las ayudas permanentes.</li></ul>
<b>CAMBIOS DE RITMO INDIVIDUAL</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Pressing al poseedor del balón.</li><li>▪ Coberturas y Permutas.</li></ul>
<b>CAMBIOS DE RITMO COLECTIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Marcaje zonal.</li><li>▪ Defensa en línea (Fuera de Juego).</li><li>▪ Repliegues intensivos.</li><li>▪ Reducir espacios.</li></ul>
<b>CAMBIOS DE ORIENTACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Marcaje zonal en línea (para reducir espacios).</li><li>▪ Repliegues colectivos.</li><li>▪ Pressing al poseedor del balón.</li></ul>
<b>VELOCIDAD EN EL JUEGO</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Marcaje zonal.</li><li>▪ Defensa en línea (Fuera de Juego).</li><li>▪ Repliegues rápidos i ordenados.</li><li>▪ Temporizaciones defensivas.</li></ul>
<b>PROGRESIÓN EN EL JUEGO</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Defensa en línea (Fuera de Juego).</li><li>▪ Repliegues.</li><li>▪ Pressing total.</li></ul>



## Combatir

Acción ofensiva, nuestro equipo <b>tiene</b> el balón.	
<b>MARCAJE AL HOMBRE</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Rápidas Paredes 1-2 o 1-2-3.</li><li>▪ Creación, Ocupación y Aprovechamiento de espacios libres.</li><li>▪ Velocidad en el juego.</li><li>▪ Cambios de Ritmo</li></ul>
<b>MARCAJE EN ZONA</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Provocar superioridad numérica ofensiva en una zona determinada.</li><li>▪ Amplitud de campo y cambios de orientación para provocar basculaciones de la defensa adversaria.</li><li>▪ Rápidas Paredes 1-2 o 1-2-3.</li><li>▪ Pases en profundidad buscando la espalda del adversario.</li><li>▪ Velocidad en el juego.</li><li>▪ Cambios de Ritmo</li></ul>
<b><u>PRESSING</u></b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Ayudas permanentes y mucha movilidad (Apoyos y Desmarques).</li><li>▪ Simplicidad en las acciones y rápidas ejecuciones.</li><li>▪ Rápidas Paredes 1-2 o 1-2-3.</li><li>▪ Amplitud de campo.</li><li>▪ Cambios de orientación.</li></ul>
<b>REPLIEGUES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Rápidos contraataques.</li><li>▪ Velocidad en el juego.</li></ul>
<b>COBERTURAS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Superioridad numérica en zona.</li><li>▪ Paredes 1-2 o 1-2-3.</li><li>▪ Cambios de orientación.</li><li>▪ Velocidad en el juego.</li><li>▪ Cambios de ritmo.</li></ul>