

“Dames 1 en het uitstekende blok!”

Dames 1 speelde tegen Aastad en verloor met 4-0. Aastad staat 2^e in de competitie en strijd met Tornado om het kampioenschap. Toch heeft Dames 1 altijd een kans op een punt en daar gaan we voor.

De blokkering van Dames 1 was uitstekend tegen Aastad en hield Dames 1 in de race. Uiteraard was Aastad de betere ploeg, maar Dynamiek was niet veel minder. Het publiek in de Mossendam werd wederom op een mooie wedstrijd getraakteerd.

Dames 1 is op meerdere punten een team dat 1^e Klasse waardig is. De verdediging was in de eerste helft van het seizoen al 1^e Klasse waardig. Dames 1 creëert voor zichzelf veel kansen door veel en goed te verdedigen. De blokkering is nu ook 1^e Klasse waardig, dat hebben ze in deze wedstrijd bewezen. In deze wedstrijd zorgt het blok ervoor, dat Aastad niet vrijuit kan aanvallen en daardoor wordt de kans groter dat Dames 1 de bal kan verdedigen. Ook werden meer punten met het blok gepakt! De aanval van Dames 1 is op alle posities 1^e Klasse waardig. Net als het spelverdelen. Wat nog achter blijft is de serve en de pass.

Dames 1 is inmiddels in staat om de tegenstander met de serve onder grote druk te zetten, maar de serve is ‘wiebelig’, het kan ook zomaar mis gaan. De speelsters zijn door Mark gevraagd om bij henzelf te rade te gaan om de serve stabielere te krijgen, want Mark en ik hebben alle tips wel gegeven. Bijvoorbeeld: Sla altijd in dezelfde richting, waardoor er fysiek niks verandert en de kans dat je bal verkeerd raakt en de serve fout gaat veel minder is. Ook op de training wordt de serve in de oefeningen getraind en ook op de training gaat het vaak mis. “Ben, wat vindt jij vaak?”, hoor ik je denken, “Zo vaak is dat toch niet, kom op zeg”. In mijn optiek is vaak: als er vaker dan één keer fout wordt geserveerd. Als een serve zonder risico fout gaat krijg ik meteen hoofdpijn. Als een serve met risico fout gaat dan heb ik daar meer vrede mee. Doel van de serve in de 1^e Klasse is om de tegenstander zodanig onder druk te zetten dat de tegenstander niet tot een aanval kan komen. Speel je op een hoger niveau, dan is de serve een aanval over 9-meter en moet je gewoon voor het punt gaan. Kortom, in de 1^e Klasse moet je moeilijk serveren en dan krijg je al geen aanval meer tegen.

Tel je bij de foute services de foute passes op, dan kom je op teveel puntverlies per set op. Die achterstand is tegen een team als Aastad nauwelijks in te halen.

Kunnen we het aantal fouten in de serve en pass met het team beperken, dan moet de tegenstander veel harder werken (energie verbruiken) om van Dynamiek te winnen. Met het blok, verdediging, spelverdelen en aanval van Dynamiek durf ik wel wat servicedruk in te leveren om servefouten te voorkomen. Per saldo verwacht ik meer punten voor Dynamiek.

Nog één ding: Dames 1 verliest extra punten in de pass als de tegenstander een sprongserve doet. In principe is de sprongserve niet zo moeilijk in de 1^e klasse. Een sprongserve in de 1^e Klasse is makkelijker dan in een hogere klasse, omdat in de 1^e Klasse er nog niet veel snelheid aan de bal wordt meegegeven. Als je op deze manier naar een sprongserve kijkt, dan heb je niks om onder de indruk van te zijn. Onze dames hebben een goede techniek en reactievermogen, maar zijn toch onder de indruk van een sprongserve en zijn teveel in beweging als ze de sprongserve moeten passen. Tijdens de wedstrijd maakt Mark het Dames 1 nóg makkelijker door de bewegingsruimte te verkleinen door 4 spelers in de pass te zetten i.p.v. 3 spelers.

In deze wedstrijd tegen Aastad liet Dames 1 een hoog niveau zien en dit is een goede voorbereiding op de slotfase van de competitie.

Setstanden: 18-25, 16-25, 15-25 en 13-25.

