

## “8 punten in twee dagen!”

Dames 1 wint van TI-Volley en van Lutheria met 3-1. De veerkracht van de dames werd donderdag en vrijdag maximaal op de proef gesteld, maar zij hebben de beproeving met glans doorstaan.

In de eerste wedstrijd tegen TI-Volley was buitenaanvaller Silke nog steeds geblesseerd. Door Elke vier sets te laten spelen werd dat enigszins gecompenseerd. In de derde set viel Anne uit met keelpijn en nam Christel (vorige seizoen de spelverdeler) het spelverdelen over. In de vierde set viel Sabine uit met migraine en nam Anne het van haar over op midden. Ondanks deze aanpassingen wint Dames 1 vrij gemakkelijk met 3-1. Ook met dank aan Mark Stukker die het coachen voor zijn rekening nam. Mark bracht met zijn ervaring de nodige rust in het team en had op ieder probleem een oplossing. Precies wat Dames 1 nodig heeft om haar spel te spelen.

De 1e set werd makkelijk gewonnen vertelde Mark. Te makkelijk misschien. De 2e set werd verloren door pass problemen. Nipt. De 3e set verliep goed en Christel stuurde met haar spelverdelen het team op vertrouwde wijze. Anne op midden in de 4e set is een noodgreep, maar Anne is een allround volleyballer die op iedere positie uit de voeten kan. De 4<sup>e</sup> set werd op zakelijke wijze gewonnen.

Setstanden: 25-18, 23-25, 25-21, 25-15.

Vrijdag was de uitdaging zowaar nog groter. Silke nog steeds geblesseerd, maar geen Elke om te compenseren. Elke had zich voor deze wedstrijd afgemeld. Silke nam de coaching voor haar rekening en dat heeft zij weer voortreffelijk gedaan. Mark kon niet aanwezig zijn. Renske werd extra ingevlogen, om Anne te vervangen indien nodig. Gelukkig was Sabine van de migraine hersteld. En zo moest het gebeuren.

De 1e set was Dames 1 erg onder de indruk van de hoeveelheid geluid in de zaal, een enorme afleiding, maar door het eigen spelletje te spelen wisten zij de set te winnen. Vertelde Silke.

De 2e set kwam de pass steeds mooi bij de spelverdeler en was Dames 1 aanvallend erg sterk. De set werd uiteraard gewonnen.

De 3e set verliep ook goed. Renske viel in voor Anne, nam het spelverdelen over en serveerde ook nog eens goed. Deze set werd ook gewonnen. Zelfs met een beter resultaat dan de 1e en 2e set (!).

De 4e set was Dames 1 in het begin helemaal de weg kwijt. Totale chaos. Dames 1 liep tegen een 21-9 achterstand op, maar gaf niet op. Silke greep in met tactische timeouts om de goede serve van de tegenstander te ontregelen en om Dames 1 rustig te krijgen. Dames 1 herpakte zich en begon zich terug te vechten. Verdedigde erg goed. Een indrukwekkende inhaalrace volgde, maar helaas was de achterstand te groot om te herstellen. Toch een klinkende 3-1 overwinning.

Setstanden: 21-25, 20-25, 19-25 en 25-18.

Achter de schermen had ik het als eindverantwoordelijke trainer/coach van Dames 1 erg druk met de wedstrijdvoorbereiding. Informeren naar de fysieke status van speelsters en op basis daarvan een opstelling maken. Het maken van de opstelling gaat ook in overleg met Mark en de betreffende speelsters en door alle uitdagingen is er heel veel afstemming geweest.

Alle communicatie verliep via bellen en Whatsapp, omdat ik nog herstellende ben van rugklachten (spit). Maar! Na vier weken van veel ‘plat’ liggen, start een nieuwe fase van herstel. Bewegen en spieren mobiliseren. De gang naar de sporthal in opdracht van de fysio. Vanaf dinsdag weer persoonlijke communicatie, hoera!