

Meer weerstand leidt tot beter volleybal

Iedere reis begint met een eerste stap. Dames 1 is dit seizoen aan de reis begonnen. De reis naar het kunnen presteren in de 1^e klasse. Dit vereist een andere speelstijl (zie vorige blog), maar ook een andere mindset.

Veel spelers spelen dit seizoen op andere posities. Zij spelen op posities die zijzelf hebben gekozen. Zij hebben aangegeven wat hun eigen doelen zijn voor dit seizoen. De spelers zijn zelf verantwoordelijk gemaakt voor een succesvol en leuk seizoen. Als trainer/coach ben ik degene die dat faciliteert en kies ik een speelstijl die de dames nodig hebben om hun persoonlijke doelstellingen en doelstellingen van het team te realiseren.

Uit de andere speelstijl komen andere taken voort. Spelsters moeten van mindset veranderen. Niet meer op safe spelen en nog veel meer. De nieuwe speelstijl die voor de 1^e klasse is bedoeld, kan je maar voor een deel trainen in de 2^e klasse. Voor het overgrote deel moet Dames 1 ervaring op doen tegen teams uit de 1^e klasse. Zij moeten de weerstand van de 1^e klasse ervaren.

In de eerste oefenwedstrijd tegen Saasveldia D1 werd de uitdaging meteen helder. Aan de andere kant van het net stond een heel ander kaliber team dan Dames 1 gewend is. Heel onverwacht gooide Dames 1 meteen alle remmen los, voerde de taken geconcentreerd uit en wonnen zij met overtuiging de eerste set met 25-16 (!). Dit was het moment dat zij aan mij en aan zichzelf hebben laten zien dat zij in de 1^e klasse thuis horen.

De tweede oefenwedstrijd tegen Webton D1 verliep meer volgens verwachting. Dames 1 kreeg een lesje anticiperen van Webton. Iedere speler van Webton stelde zich in op de aanval van Dames 1. Dynamiek moest écht met 100% power slaan om punten te scoren. Een makkelijke aanval van Dynamiek werd meteen door Webton opgepakt en gescoord. Precies de speelstijl en mindset die Dames 1 zich eigen gaat maken.

