

## "Dames 1 en het Pad van Openbaringen"

Gisteren ging het licht uit. Niet bij Dames 1, want bij hunnie wordt alles steeds duidelijker, vandaar de titel van de volleyblog. Nee, ik doel op het feit dat halverwege de 4<sup>e</sup> set het licht in de sporthal uit ging. Dat heeft ons weer een punt gekost. Lees de volleyblog, ik zal het je uitleggen. Dames 1 verloor met 4-0 by the way. Van Vips Bardot DS 1. Een topper. 4<sup>e</sup> in de competitie.

We speelden op een donderavond in de Pathmoshal in Enschede. We konden niet meteen het veld op, omdat de wedstrijd voor ons niet was uitgespeeld. Pas een uur later konden wij beginnen aan de wedstrijd. De lichten in de sporthal zitten op een tijdschakelaar en dat resulteerde in het uitgaan van de lichten halverwege de 4<sup>e</sup> set. Normaal gesproken zouden alle wedstrijden allang op dit tijdstip uitgespeeld moeten zijn. Het duurde niet lang voordat de lichten weer aangingen, maar lang genoeg om Dames 1 uit hun flow te halen en Vips Bardot onder de druk van Dynamiek uit te laten komen.

De 4<sup>e</sup> set begon goed. De opstelling verschilt niet veel van de vorige set, maar er hebben wel wat omzettingen plaatsgevonden. De meest belangrijke is, dat ik Elke naast Anne heb gezet in de opstelling, zodat de omloopbal gespeeld kan worden (i.g.v. twee aanvallers voor, geen aanvaller op rechtsvoor, komt de pass teveel naar links dan heeft Anne een extra optie om de bal achterover te geven op Elke, wederom een vorm van spreiden). Na verscheidene goede invalbeurten heb ik vertrouwen in Moniek om een hele set te laten spelen. Ze kan niet aanvallen en bovenhands serveren vanwege haar schouder, maar de rest kan ze wel en als aanvoerder (Moniek is door het team als 2<sup>e</sup> aanvoerder gekozen na Christel) geeft ze rust en vertrouwen aan het team.

De 4<sup>e</sup> set loopt gelijk op, maar het is Vips Bardot die steeds achter staat. Dynamiek speelt goed en zit in een flow. Continue houden we langs de kant de stand in de gaten. Iedere keer als Vips Bardot dichterbij komt, pakt Dynamiek de side-out en vergroot het weer de kleine voorsprong. Bij 15-13 zie ik Vips Bardot veel fouten maken, ze zitten duidelijk niet in de wedstrijd. Dynamiek zit wel in de wedstrijd en wederom krijg ik het gevoel dat deze set voor ons is. Bij 18-16 weet ik het zeker, dit gaan we niet verliezen. Dames 1 is gefocust (cirkel 1), passes zijn goed, er wordt veel verdedigd, er wordt hard aangevallen, veel slim gescoord en Anne is lekker aan het spelverdelen. Dan gaat ineens het licht uit, \*#@\$%!&#\$!, wat is dit nou weer?! Dames 1 had Vips Bardot onder druk, Dames 1 zat in de flow, die flow is nodig om de set te pakken, \*#@\$%!&#\$! Het zit ons ook niet mee. Als het licht weer aan is en de set verder gaat, probeert Dynamiek de flow weer op te pakken, maar staat Vips Bardot niet meer onder druk. De 18-16 voorsprong veranderd vrij snel naar 20-25 setverlies.

In de 3<sup>e</sup> set maak ik een grote aanpassing in de opstelling. Elke naar het midden. Sabine verzwikte haar enkel in de 2<sup>e</sup> set en dat maakt de keuze tussen Sabine of Manouk wat eenvoudiger. Ho, moment, wacht even, ik bedenk mij net iets. De wissel is tekenend voor de vooruitgang die Dames 1 ondergaat de laatste tijd. Ondanks alles wat dit team overkomt (blessures/afwezigheid), speelt het team goed. Ga maar eens na, ondanks het ontbreken van spelers, gaan we voor setwinst in de 1<sup>e</sup> Klasse tegen teams die op de eerste, tweede, derde of vierde plaats staan. De vierde set met een half herstelde Moniek en Elke op het midden is daarvan een voorbeeld. Elke kan op het midden spelen, maar alleen omdat het team zich flexibel instelt op de verandering in de opstelling. Vorig seizoen was dit niet mogelijk geweest, dan zou de rest teveel van slag zijn door deze verandering in de opstelling. Voor zover de opstelling. Voor de start van de derde set geeft Mark de zeer nodige preek (hij kon het niet laten om de Dames toe te spreken, gelukkig, want dan kan hij ook even wat stoom afblazen) en maaide het gras voor mijn voeten weg. In de tweede set namelijk, was Dames 1 weer als vanouds met zichzelf bezig en hadden ze geen oog voor de tegenstander. Dames 1 deed in de 2<sup>e</sup> set aan symptoom bestrijding (leg ik zo wel uit). Na de preek van Mark bleef voor mij alleen nog de yell over. De derde set leed Dames 1 teveel onnodig puntverlies door teveel kleine fouten op allerlei vlakken, wederom veroorzaakt door te weinig anticiperen op de tegenstander.

In de 2<sup>e</sup> set was het prijsschietsen voor het uitstekend spelende Vips Bardot. Dames 1 was zoveel bezig met zichzelf, dat Vips Bardot de fouten van Dynamiek keer op keer kon benutten. Wil je een dergelijke set doorbreken, dan moet je als coach komen met een andere opstelling. Vandaar Elke naar het midden in de derde set. Lisa is continue de speler die de gelederen moet sluiten. Een zware taak, maar dat is aan haar toevertrouwd. Lisa is een speler die op alle posities kan spelen, tot aan spelverdeler toe. Dames 1 is voor mij het eerste team waarmee je zoveel verschillende opstellingen kan maken zonder dat het spel minder wordt. Natuurlijk is er ook een opstelling waarin het maximale uit het team kan worden gehaald, maar in die opstelling hebben we de afgelopen wedstrijden maar een paar keer kunnen spelen. De tweede set was erg teleurstellend. Zeker na het goede spel van de eerste set. Oh ja, nog even uitleggen wat ik bedoel met symptoombestrijding. In de tweede set was Dames 1 steeds aan het reorganiseren (teveel met zichzelf bezig). Het is reactief volleybal. Bijvoorbeeld: Als de bal in het centrum van het veld valt, dan wordt afgesproken wie de volgende bal daar gaat pakken (terwijl al bekend is wie dat moet pakken). Het gat gaat nu op een andere plek ontstaan. De volgende bal valt op die andere plek. Vervolgens wordt besproken wie die bal moet pakken. Enzovoort. Beter is om te anticiperen op de tegenstander. Wat doet de tegenstander (kijk naar de pass) en waar denk je dat de bal komt. Nóg beter is, dat je de tegenstander dwingt om een bal te spelen die je kan voorspellen en waarvoor je al klaar kan gaan staan (de diepe ballen tegen Devoko bijvoorbeeld, waardoor je weet dat de aanval niet over midden gaat).

In de 1<sup>e</sup> set begin ik altijd met de sterkste opstelling. De spelers beginnen op hun vertrouwde positie. Als ik deze opstelling vergelijk met de opstelling van de vierde set, dan moeten we meer punten halen in de eerste set, dan in de vierde set. Immers, alle spelers spelen op de posities waarvoor ze trainen. In een opstelling die vaker wordt gespeeld. De eerste set is vaak de sterkste set van Dames 1. De vierde set laat zien dat een basisopstelling niet het enige is dat bepalend is voor het verloop van de wedstrijd. Wederom een leerzame wedstrijd die bijdraagt aan de voorbereiding op de volgende wedstrijd.

Setstanden: 25-20, 25-10, 25-16 en 25-20.

