

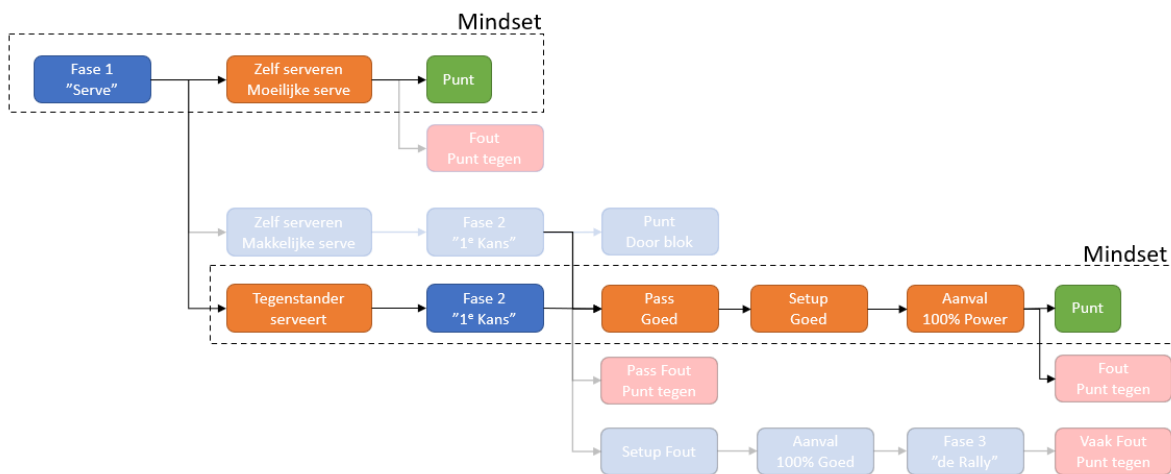
“Een eenvoudige overwinning”

Dames 1 won in Denekamp met 4-0 van TiMax/Devoko. TiMax/Devoko staat op de laatste plaats en kon geen vuist maken tegen Dynamiek. Dames 1 speelde solide, met een paar geweldige ‘100% Power’-aanvallen in de eerste set van Silke en Manouk. Daarna was het vooral Dynamiek die met een sterke service en het solide spel de 5 punten mee naar Goor nam.

De eerste versie van dit wedstrijdverslag stopt bij de bovenste alinea. Wat valt er nou te vertellen over deze wedstrijd. Nou, bedacht ik mij vanochtend, je doet de ontwikkeling die Dames 1 heeft doorgemaakt tekort. Dames 1 heeft zich een bepaalde speelstijl aangewend. Een speelstijl die vooral wordt gestuurd door een andere ‘mindset’.

Dames 1 is vanaf het begin technisch gezien een ploeg die thuis hoort in de 1^e klasse en in die 1^e klasse prachtige prestaties kan neerzetten. De eerste helft van dit seizoen is gebruikt om de beperkingen die zij zichzelf opleggen te verwijderen. Een mooi voorbeeld is de ‘fouten maken mag’-mindset. Sla maar met 100% Power. Sla maar eens niet op save. Je zal zien dat de bal niet uit gaat. Sterker nog, je zal zien dat je meer punten scoort. Bijvoorbeeld: Als nu een bal boven de rand van het net hangt door een foute pass van de tegenstander, dan zal een speler van Dames 1 die bal erin rammen i.p.v. achteruit stappen en onderhands passen naar de spelverdeler.

De nieuwe mindset richt zich op de eerste twee fases van het volleybalspel (zie de ‘mindmap’, het plaatje hieronder). Deze twee fases kosten het minste energie en leveren de meeste punten op. De derde fase kost de meeste energie en kost Dames 1 de meeste punten (zie eerdere wedstrijdverslagen), omdat in een rally veel ‘onvoorspelbare’ ballen door de tegenstander worden gespeeld. Dit komt ook door het lage niveau in de 2^e klasse.



In Denekamp was het niveau van de tegenstander ook heel laag, waardoor Dames 1 wel heel makkelijk de punten wist te maken. Maar! Om die punten te pakken moet je wel de juiste mindset hebben. Dames 1 heeft die mindset en zij deden dus wat nodig was om de wedstrijd te winnen. Het kostte weinig energie en dat gaf een onbevredigend gevoel. Natuurlijk pas je je ook een beetje aan de tegenstander aan en werd er op momenten relatief veel fout gepassd (geeft ook een onbevredigend gevoel). Renske had in de tweede set en het begin van de vierde set ook tijd nodig om haar vertrouwen te vinden, maar daarna werden de setups een stuk beter. De aanvallen komen dan minder uit de verf en dat geeft ook een onbevredigend gevoel.

Dames 1 heeft gedaan wat ze moest doen. Met 4-0 winnen. Ik ben tevreden met de uitvoering op basis van de mindset, maar kan het beter? Ja natuurlijk. Tegen dit soort tegenstanders, die niet eens blokken bij een aanval op buiten (zie de eerste foto), moet het '100% Power'-aanvallen regenen. 99% van de ballen die over het net kwamen waren eenvoudig bovenhands te passen. Dat klinkt heel gemakkelijk, maar dan moet je wel geconcentreerd zijn en niet meegaan in het spel van de tegenstander. In de sport gaat ieder team van het gas af tegen de onderste, dat is heel normaal.

Setstanden: 9-25, 18-25, 15-25 en 13-25.

