

Rapport WTT Youth Contender Vila Real, piger

I slutningen af februar rejste seks piger og to trænere fra Danmark til Vila Real i Portugal for at deltage i et så kaldt WTT Youth Contender stævne. Neden følger mine tanker fra stævnet, både hvad angår stævneformatet, internationale aktiviteter og pigernes indsatser og indtryk. Jeg vil dog starte med at rette en stor tak til Simon Fisher, som var til stor hjælp som coach og rejseleder på den her tur.

Det er hårdt men lærerigt at bestige bjerg

Sidste dagen på stævnet havde vi en del tid til at lave andet end at bare sidde i en hal. Hotellet hvor vi overnattede havde en fantastisk udsigt over en canyon som floden Corgo løbde igennem, med vandringsstier sådan at man kunne komme ned i canyonen og komme meget tæt på floden. Derfor syntes jeg det var oplagt, at vi skulle gå ned til floden og se lidt flot natur. Men endnu mere tænkte jeg at det var en god idé, fordi at når man går ned ad en bakke, så er man nødt til at gå op ad den igen på et eller andet tidspunkt.



Pigerne syntes det var ret hårdt, både på vejen ned og på vejen op. Det var ikke altid de bedste stier, og man var nødt til at passe på med hvor man sat fødderne henne.

Her i efterhånden synes jeg at dette var en lidt symptomatisk oplevelse for stævnet. Det var nemlig ret meget op ad bakke, med hård modstand i samtlige rækker, hvilket spejler sig i resultaterne. Vi gik 3-23 i kampe over fire rækker, og 20-68 i sæt. Tre spillere gik videre fra puljen i rækkerne U13, U17 og U19. I gennemsnit fik vi spillet fire kampe pr. spiller.

Man kan starte med at fastslå det åbenbare: modstanden når man kommer ud internationalt er noget vi ikke er vant til. Vi er ikke vant til den slags modstand i træning, vi er ikke vant til det til stævnerne, og vi er ikke rigtigt vant til det i ligaspillet heller. En anden ting vi ikke er vant til er at behøve være skarp fra første bold i første sæt i første kamp. Her findes der ikke nogen startdistance hvor man kan spille sig varm i eget tempo. Nemme fejl straffer sig, og det kan gå meget hurtigt i et sæt hvor man ikke vinder boldene som man ”skal” ramme.

Det her er vel ikke noget nyt rent historisk – der har altid været forskel på hjemmebane og udebane. Men for en del af spillerne var det noget nyt at opleve ”first hand”, og derfor noget vi brugte en del tid og energi på at evaluere og italesætte. Det er min bestemte opfattelse, at den her slags oplevelser er ekstremt nødvendige, lærerige og vigtige – selvom det er benhårdt mentalt at blive presset og udfordret på den her måde. Hvis spillerne (og trænerne!) ikke får lov at se, tage indtryk og lade sig inspireres af hvordan det ser ud udenfor sin egen have så tror jeg at vi får svært at virkelig rykke på noget. Min forhåbning er derfor, at pigerne tager hjem med blod på tanden og et mere tydeligt billede af, hvad det er de skal arbejde for og imod, hvis de vil være med i den her slags stævner igen. Men jeg vil også understrege, at det ikke kun er pigernes ansvar. Vi som trænere har et stort ansvar for at hjælpe dem der vil mere at få hævet niveauet på træningen i hverdagen, og at sætte sig nogle mål som er større og mere langsigtede end næste nationale mesterskab. Derfor håber jeg at det evalueres og følges op på den her tur, sådan at oplevelsen kan bruges som brændstof for det videre arbejdet i træningshallen, og på den vej give en endnu større ild i øjnene. Der findes altid mere at opleve, nye udfordringer at opsøge og nye bjerg at bestige. Men for at det skal ske så behøver man nogle gange bestemme sig for, at ikke blive siddende i samme gamle hal, og i stedet tage ud på eventyr for at se hvad man formår.

Spilmæssige observationer

Rent spilmæssigt og teknisk kan man lave følgende observationer:

- Vi er simpelthen nødt til at træne mere med og mod materiale. I løbet af stævnet spiller pigerne mod spillere med korte knopper på baghånd hhv. forhånd, halvlange knopper i baghånd og def-spillere med lange knopper på baghånd. Vi vinder totalt et sæt mod alle disse spillertyper, og materialet volder os store problemer. Med den bredde af spillestillinger og materiale som er på damesiden er det alt afgørende at vi begynder at træne regelmæssigt mod knopper. På kommende lejre kommer vi at fokusere ekstra på spil med og mod materiale, men der behøves en regelmæssighed i at træne mod det, ligesom med alt andet man skal lære.
- Flere af pigerne blev overraskede over hvor meget serv og retur betød i disse kampe. En dårlig retur var nærmest det samme som et tabt point, og hvis ens egen serv gled ud og blev halvlang eller den lange serv ikke var hurtig nok så havde man heller ikke fordel af egen serv. Vi kan især konstatere at lange server volder os voldsomme problemer. Det mest ekstreme jeg så fra coachstolen var en kamp som endte 1-3. I den kamp serverede modstanderen mellem 30 og 36 server, ca. Kun tre var korte – resten var lange hurtige server i baghånd eller forhånd. Dette er en virkelighed vi behøver vænne os til. Træning, træning, træning, både på at returnere og lave lange server.
- Relateret: ude internationalt behøver man kunne spille på systemer. Det kan være noget simpelt som at variere mellem kort serv i forhånd og lang i baghånd, eller at returnere bevidst halvlangt for at få overtaget gennem første forsvar.

- For at vinde kampe behøver man sætte >90% af sine egen muligheder. Min spontane vurdering er at vi som højest sætter 75% af vores, og at det i mange kampe er nede rundt 55-60%. Jeg tror der er fire årsager til at vi ser dette så ofte:
 - o Vi træner for lidt på spilsystemer – så når bolden kommer tilbage som den ”skal” gøre så er vi ikke sikre nok i opfølgningen.
 - o Der er for lidt fokus i den normale træning på kvalitet i serv og retur, og at gøre det svært for den man spiller med.
 - o Der er for lidt pres når vi træner åbninger/første forsvar sammenlignet med når man kommer ud. Når du adderer 20% nervøsitet på noget som du måske føler dig okay tryk med så bliver det pludseligt meget sværere.
 - o Pigerne føler sig så pressede i modstanderens serv at de føler sig tvunget at vinde alt i egen serv – og derfor bliver opfølgningen ofte lidt forhastet. Dette er noget man bare behøver vænne sig til. Udfordringen er at træne så at man føler sig tryk i egen serv selv når situationen er presset. Det er en ekstremt vigtig ligning at tage hensyn til i træningen – det er ikke tryghed eller pres, uden det er det er ikke tryghed eller pres, uden det er tryghed under pres.
- Relateret: når vi vel sætter en god åbning eller første blokering/loop igen så bliver vi ofte stående og kigger, som om vi tror at bolden er færdig. Det er ret tydeligt, at vi ikke er vant til at bolden kommer tilbage. Og det er svært at lære i løbet af en kamp – det er en vane der skal sidde i rygraden i forvejen.

Pigernes tanker og citater

Vi evaluerede som sagt stævnet løbende. Nogle af tingen som gjorde indtryk var:

- **Folk råber mere, og kropssproget er anderledes:** nogle af pigerne var nærmest chokerede over hvor højt en del af de udenlandske pigerne råbte. Og ikke kun det, nogle havde et ret dominant/aggressivt kropssprog i kampene. Det skal også siges, at der var rigeligt med eksempler på spillere med dårligt kropssprog. Men jo bedre spillerne var, desto ”hårdere” var som regel deres kropssprog. Her kan jeg konstatere at vi sjældent vinder kropssprogskampen. Ikke fordi at vi ikke råber – det er lidt individuelt hvis man vil gøre det eller ikke – uden mere fordi at vi ikke markerer vores nærvær og intention særligt tydeligt. Vi har lidt af en ”tavshedskultur”, som jeg godt kunne tænke mig at ændre på.
- **Serv og retur betyder så meget herude:** det er lige så meget pigernes observation som min. Det var et tilbagevendende tema, også når vi kørte en ekstra træning sidste dagen efter at selve stævnet var færdigt for vores del. Semibold og bare specifik returtræning blev kørt på mange af bordene.
- **Der er så mange flere i udlandet med materiale:** dette bekræfter egentlig bare det som blev skrevet ovenfor under ”spilmæssige observationer”.
- **Andre lande virker til at have ret dårlig holdånd:** dette er jeg meget enig i, og endnu mere er jeg glad for at kunne sige at det ikke gjaldt for Danmark. Pigerne behersker deres ”8-3 klap” på en måde som gør at man altid hører når en dansker spiller, og det er ikke tvivl om at vi alle er på samme hold.

Nogle direkte citater som også tål at tænkes over:

”Jeg ved ikke hvordan jeg skal forberede mig for at spille mod den her slags kvalitet. Derhjemme er det ofte nok at spille bolden over en gang og så er den færdig”

”Det er sygt egentlig, hvis jeg fokuserer mere på min modstander og hendes kropssprog så bliver jeg næsten mindre nervøs og irriteret på mig selv”

”Jeg var mindre nervøs i den her kamp end i min første. Jeg tror det var fordi at jeg ’tcho-ede’ mere, det plejer at gøre mig mindre nervøs”.

”Jeg bliver frustreret, fordi jeg kan godt se hvad det er jeg skal gøre i kampen. Jeg kan bare ikke gennemføre det”.

WTT-formatet og behovet af internationale kampe

En sidste ting som bør afhandles er WTT-formatet. Det virker til, at holdspillet er slettet helt, og at det kun handler om single i ungdomsturneringerne. Jeg forestiller mig at double vender tilbage i fremtiden, men ved ikke hvornår. Det betyder, når modstanden er så hård, at der er ret stor sandsynlighed at man ikke får flere end fire kampe (to kampe i puljen pr. række). Hvis man er U19 kan det være færdigt allerede efter fire kampe. Giver det mening at deltage og få sådant noget?

Både ja og nej.

Ja, fordi at vi behøver lære at spille kampe som er vigtige, udfordrende og svære, og vi behøver lære at gøre det fra start. Vi behøver vænne os til, at nogle gange skal man være på fra start. Sådan ser det nemlig ud hvert skridt på vejen hvis man vil nå længere, og jo før man oplever det og tager indtryk af det, desto hurtigere kan spilleren selv se hvor vigtigt det er. Her kan jeg tydeligt mærke forskel på dem som var med for første gang, og dem som været med før. Har man været med før så er forberedelserne mere nøje, nærværet fra første serv er større og forståelsen af, hvad der skal til er der inden kampen starter.

Nej, fordi at WTT-systemet som det ser ud nu gør langt fra nok for at sikre maksimal udvikling for spillerne. Deltagelse er dyrt, man forlanger minimum tre overnatninger, tillader ikke private løsninger for hotel, og har som sagt fjernet flere rækker og prioriterer altid tremandspuljer. Det betyder at vi ikke kan stole på kun WTT for at få udvikling – det kan man egentlig kun hvis man er sikker på at altid nå 1/8-del eller kvartfinale. Derfor behøver vi finde supplerende stævner/aktiviteter hvor kvantiteten af kampe er højere, uden at det for den slags skyld drejer sig om nemme kampe.

WTT-systemet har massivt forbedringspotential, men det er en virkelighed vi har at forholde os til, og hvis man er skarp, så kan man gøre noget positivt ud af det alligevel. Som når vi ryger ud tidligere end forventet sidste dagen, og i stedet kører en træning på 1,5 time, og går ud og ser lidt smuk natur. Det bygger både holdånd og en træningsvane hvor vi spiller kampe, taber eller vinder, evaluerer, og træner – and then we repeat. Det tror jeg stenhårdt på som vejen frem.

Magnus Mallander
Landstræner dame senior og ungdom