

Oud-internationals doceren toptalenten

Wijze lessen

De Internationale Club van Nederland (IC) organiseert eens in de twee jaar een scholingsdag om vaderlandse talenten in hun ontwikkeling te helpen. Tennis Magazine nam tijdens de IC Academy een kijkje achter de schermen.

De IC is zeker geen doorsnee vereniging. Het lidmaatschap is uiterst selectief en slechts beperkt tot die spelers en speelsters die Nederland in officiële landenwedstrijden hebben vertegenwoordigd. Onder de leden bevinden zich illustere namen zoals Betty Stöve, Tom Okker, Richard Krajicek, Jacco Eltingh en Paul Haarhuis, maar ook Arantxa Rus en Robin Haase uit de huidige generatie.

Jezelf verkopen

Voor de tiende editie van de IC Academy hebben deze keer negen talenten hun zaterdagtraining laten schieten. Totaal onbevangen zijn ze naar Warmond gereisd. Hun ouders en trainers zijn ook uitgenodigd, maar de mediatraining in het ochtendprogramma is wel besloten. Gabriëla van de Graaf, Paula de Man, Bernice van der Velde, Carli

Wischhoff, Kevin Boelhouwer, Thomas Gloudemans, Steffen Hart, Alban Meuffels en Moos Sporken krijgen onder leiding van NOS-commentatrice Marcella Mesker en communicatiedeskundige Theo Bollerman training hoe zij in de toekomst met de media moeten omgaan. "Dat was niet alleen leuk maar heel praktisch en leerzaam", zegt Paula de Man uit Eemnes, afgelopen zomer finaliste bij het NK voor meisjes tot en met 16 jaar. "Tijdens de mediatraining kregen wij goede adviezen over wat je wel en niet tijdens interviews moet zeggen. Ook waren er praktijkoefeningen. Zo moest ik mezelf met een microfoon in de hand in twee minuten voor een groep sponsors verkopen. Nu had ik een beetje ervaring, maar je leert altijd. Het grote voordeel van onze kleine groep was dat wij elkaar allemaal kenden en dan durft iedereen toch makkelijker in het openbaar te spreken."

Negatieve emotie bannen

Na een gezamenlijke lunch wacht het middagprogramma met eerst een sessie van Martin Koek met als thema *omgaan met veranderingen*. Dat is geen probleem voor de nationaal indoorkampioen van 1983 die in het dagelijks leven bij bedrijven trainingen over de ontwikkeling van de mentaliteit en het gedrag van de mens geeft. De tennistalenten pakken dit onderdeel goed op en van enige drempelvrees is geen sprake. Diverse onderwerpen zoals *het omgaan met winst en verlies* en *onze voorstelling bepaalt ons gedrag* passeren de revue. Belangrijk in tennis is dat je maar een korte tijd hebt om je beeld aan te passen. Na een dubieuze arbitrale beslissing wacht bijvoorbeeld twintig seconden later alweer de volgende slagenwisseling. Wég dus met die onbewust negatieve voorstelling, acceptatie en klaarstaan voor het volgende punt. Uiteindelijk blijft het altijd een kunst om de negatieve emotie de baas te zijn.

Praktijkvoorbeeld Olaru

Michiel Schapers heeft later op de middag het toepasselijke onderwerp *de overgang van talentvolle junior naar succesvol prof tennissers* gekozen. De voormalig Davis Cup-captain heeft zijn Roemeense pupil Ioana Raluca

Michiel Schapers legt samen met pupil Ioana Olaru uit wat nodig is voor de top.





Lessen over het tennisvak zijn weer eens wat anders dan wiskundesommen.

Olaru (20) meegenomen en een beter praktijkvoorbeeld is nauwelijks mogelijk. De top-100-speelster vertelt in het Engels uitvoerig over haar ontwikkeling: "Belangrijk is dat jij het zelf op de baan moet doen. Vanaf mijn zeventiende ben ik meer fysiek gaan trainen en tijdens de trainingen moet je niet opkijken tegen hoger geklasseerde speelsters. Roemenië was natuurlijk geen tennisland, waardoor je zelf oplossingen moest vinden en het vaak op vechtersmentaliteit aankwam. Ik verbaas mij in Nederland over de hoeveelheid en kwaliteit van de tennisaccommodaties." Schapers benadrukt dat je in elk geval alles gedaan moet hebben om het beste uit jezelf te halen. Het sleutelwoord is misschien wel ambitieus, want je moet voortdurend bezig zijn om beter te worden. Ook zegt Schapers dat talenten zich moeten afvragen of ze wel klaar zijn voor het profcircuit. De Zeeuwse Bernice van der Velde, die in 2009 haar future-debuut maakte, kan dat als geen ander toelichten: "Bij de futures krijg je te maken met andere speltypes. Ook de mentaliteit is anders, want bij de senioren wil iedereen altijd winnen."

Meer wegen naar Rome

Na het afsluitende praatje van IC-voorzitter Mark Koevermans komt iedereen onder het genot van een drankje en een bittergarnituur tot dezelfde conclusie. Het was een leerzame dag, waarbij de talenten zich hebben opengesteld en interessante discussies ontstonden. Voor een enkeling is het nog een korte weg, maar dan moet wel alles op alles worden gezet om de top te halen. "Dit was het overslaan van een training zeker waard", oordeelt Nederlands kampioen tot en met 18 jaar Alban Meuffels uit het Gelderse Varik. "Eerlijk gezegd wist ik niet van het

bestaan van de IC af. Het was ook nog eens een nuttige dag. Ik schrijf momenteel een werkstuk over de geschiedenis van het tennis en dan ben je bij de IC op de juiste plaats. Ik hoop dit voorjaar mijn havo-diploma te halen en dan gaat het grote werk beginnen. Daarover heb ik op de IC-dag de nodige tips ontvangen. Zo zie je dat je soms op een heel simpele manier met veranderingen kan omgaan en niet iedereen kan op zijn zeventiende zoals Rafael Nadal al een topper zijn. Ook heb ik begrepen dat je de top op verschillende manieren kan bereiken. Nu weet ik helemaal dat ik prof wil worden." **TM**



IC-voorzitter Mark Koevermans luistert aandachtig mee.

Kort

* Richel Hogenkamp en Robin Haase waren de winnaars van de REAAL Tennis Masters 2009. Hogenkamp (17) kon eerder al terugkijken op een succesvolle trip in Australië. De Doetinchemse plaatste zich bij challengers driemaal via de kwalificaties voor het hoofdtoernooi. Hogenkamp maakte in haar debuutjaar in het profcircuit meteen aardige sprong naar de 368ste plaats op de wereldranglijst.

* Justin Eleveld en Jannick Lupescu ontbraken bij de IC Academy wegens toernooien in Amerika. Eleveld moest in de halve finale van de Orange Bowl de strijd met een blessure staken.

* Tijdens de Masters van het Winterjeugdircuit gingen de titels bij de 14-jarigen naar Roos van der Zwaan en Bas Louwers. In de categorie t/m 16 jaar wonnen Daphne van den Heuvel en Max de Vroome.

* Kijk voor alle uitslagen van REAAL Jong Oranje op www.knltb.nl/nationaal (klik aan Passie voor tennis, REAAL Jong Oranje – Uitslagen).