

Iedereen heeft

Voetbaltalent

nummer 39

SAMEN TALENT ONTWIKKELEN



Maarten Stekelenburg

Onderweg naar EK met Oranje onder 19

‘Cultuur bepaalt gedrag’

Maarten Stekelenburg over Oranje onder 19

Cultuur bepaalt gedrag

In juli speelt het Nederlands elftal onder 19 jaar het Europees Kampioenschap in Georgië. Om dat toernooi te bereiken moest het twee kwalificatietoernooien spelen, die beide glansrijk werden doorstaan. Maarten Stekelenburg geeft leiding aan het team. Met hem praat De Voetbaltrainer over zijn aanpak op een breed terrein, in een speelveld met spelers die veelal op de rand van doorbreken in het profvoetbal staan.

Als er, zoals het succes van Ajax in de Europa League doet vermoeden, betere tijden aankomen voor het Nederlandse voetbal, zullen de spelers van het elftal van Maarten Stekelenburg daaraan mede inhoud moeten geven. Dat kan volgens de coach, want hij heeft een goede lichting tot zijn beschikking: 'In veel aspecten van het voetbal zitten wij met ons team dicht tegen de Europese top aan'. Het EK vindt plaats in juli in Georgië.

De start van een seizoen

U heeft ongetwijfeld vrijwel uitsluitend spelers tot uw beschikking die al een verleden bij nationale teams hebben. Hoe verloopt de overgang naar Oranje onder 19 voor hen?

Maarten Stekelenburg: 'Wanneer spelers bij ons binnenkomen, hebben we altijd een opstart. Ze worden medisch gecheckt en we hebben het over het programma van die dagen. Bovendien zijn er altijd wel

nieuwe spelers bij, die even wegwijs gemaakt moeten worden. En ook al zijn er maar twee debutanten, het betekent toch altijd dat je zaken die voor de anderen al bekend zijn, opnieuw moet benoemen. Hetgeen overigens voor de rest van de groep ook geen kwaad kan. Hiervoor gebruiken we een presentatie die we altijd in zekere vorm terug laten komen. We benoemen waarom bepaalde spelers er nu niet bij zijn: blessures, andere verplichtingen bijvoorbeeld. De staf wordt voorgesteld. Dat betreft de technische staf, mensen vanuit de KNVB en soms ook vanuit enkele BVO's die ingevlogen worden voor een bepaalde rol, maar ook alle medewerkers eromheen. In onze eerste oefenwedstrijden van een seizoen proberen we altijd uit te komen tegen sterke tegenstanders. Dat is met Engeland en Duitsland aan het begin van deze jaargang gelukt. We doen dit omdat we op deze manier zaken echt kunnen testen. Je verdedigende organisatie kun je alleen

testen tegen ploegen van topniveau. Maar ook bij het aanvallen moet je op die momenten aan de bak. We gaan die wedstrijden aan met een relatief grote groep spelers, zodat we meer spelers aan het werk kunnen zien en ze ook gelijkmatig kunnen belasten. Want we krijgen spelers fit binnen en willen ze ook graag weer fit afleveren aan de clubs.

We werken met ons team altijd in FIFA-data. Dat betekent dat we in beginsel altijd over alle spelers kunnen beschikken en we ook het recht hebben om ze desnoods op te eisen. Al gaan we wel altijd in overleg met de clubs. Maar een speler die even geen zin heeft omdat hij de belangen bij zijn club voorrang geeft, zoals recentelijk bij een van onze teams wel is gebeurd, confronteren we wel met de gevolgen: als jij nu even geen belang hebt bij het nationale team, kan het zijn dat we voorlopig geen beroep meer op jou doen. Daarmee zet je qua cultuur een norm neer.'



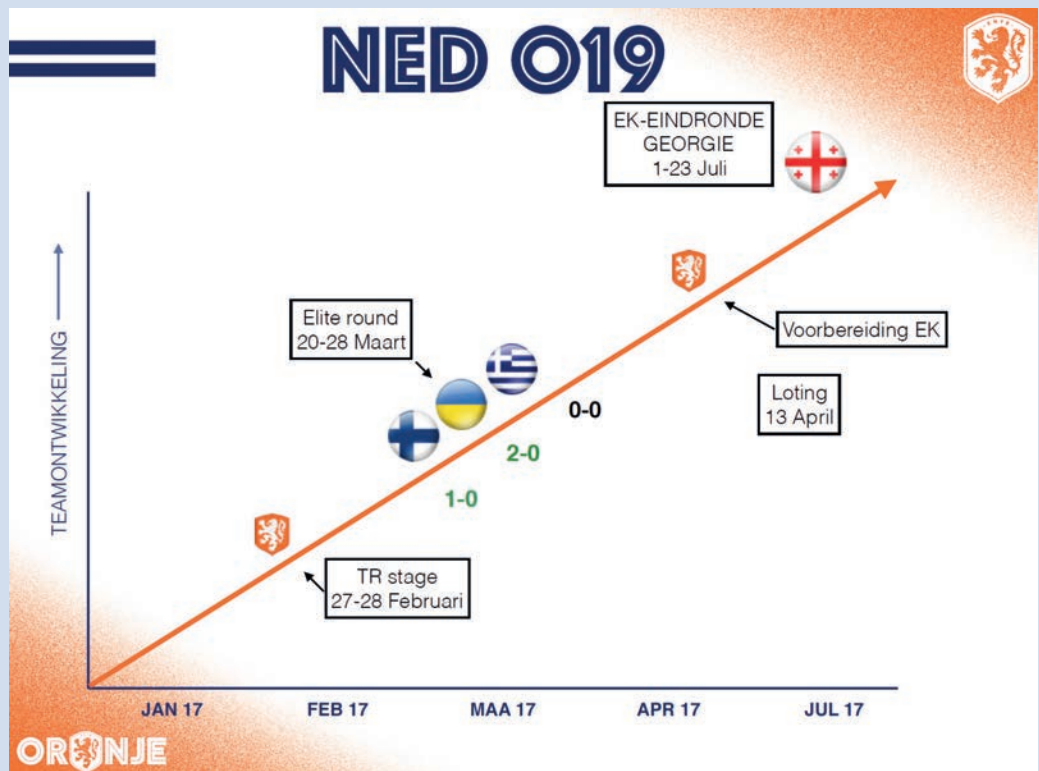
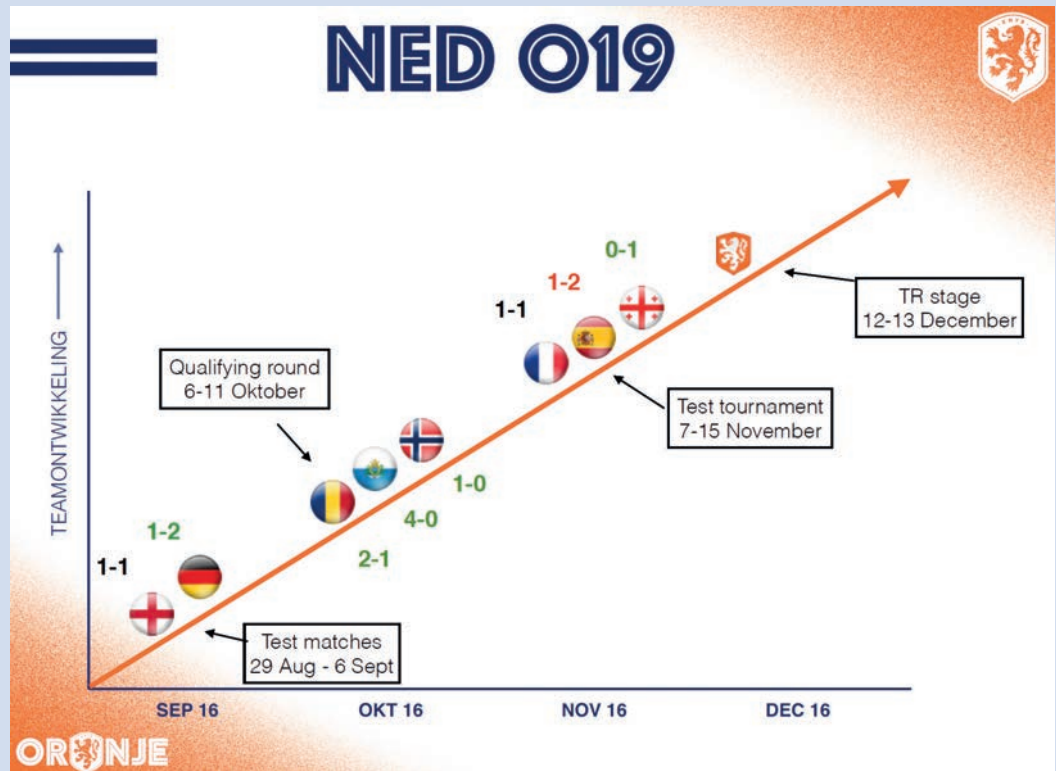
Foto: KNVB Media



Na de eerste oefenwedstrijden volgt de eerste kwalificatiereeks voor het EK.

'Die speelden we tegen ploegen van, met alle respect, een ander niveau. Wij vinden dat wij er tegen die landen echt door moeten komen. Want de eerste twee landen gaan in die groepen door. Wij zijn aan onze stand verplicht ons te kwalificeren voor de tweede fase. Hoewel we niet altijd even goed speelden, hebben we ons verdiend geplaatst. Verder hebben we kunnen werken aan diverse aspecten binnen ons spel. We zijn in elke wedstrijd veel aan de bal geweest en dat betekent dat we hebben kunnen werken aan ons aanvalsspel op de helft van de tegenstander en het omschakelen van aanvallen naar verdedigen. Hierna is er een testtoernooi in Georgië geweest, een evenement waarop alle faciliteiten voor het EK worden getest en de mogelijke deelnemers ook al kunnen wennen aan de omstandigheden en accommodaties. Daar hebben we tegen Spanje, Frankrijk en het thuisland kunnen spelen, interessante tegenstanders voor ons. Bovendien ervaren we het als een voordeel dat we al eens op de plek van bestemming zijn geweest. Het is prettig als spelers de omgeving waarin ze terecht komen al kennen. Dat geldt ook voor de staf, die bovendien de omstandigheden waaronder gewerkt gaat worden, kan ervaren.

Tussen het toernooi in Georgië en de eliteronde, de tweede kwalificatiefase voor het EK, zat een lange tijd. Reden waarom we besloten de groep in februari voor een trainingsstage bij elkaar te halen en te werken aan de vastigheden van ons team. Op deze dagen zijn ook alle spelers aanwezig. Dat is niet altijd haalbaar, reden waarom we bij Onder 19 niet zes (zoals bij andere nationale jeugdteams) maar twee stagemomenten organiseren. Vervolgens speelden we de eliteronde, waarvoor we op grond van onze goede prestaties in de eerste ronde met de tegenstanders Finland, Oekraïne en



Griekenland gunstig geloot hadden. Wij vonden dat wij in staat moesten zijn ook deze ronde te overleven, ons daarmee te kwalificeren voor het EK

en dat is uiteindelijk ook verdiend gelukt. Het was een kwestie van drie wedstrijden op rij presteren, en dat was een goede ervaring. En daarna

start ook meteen de voorbereiding op het EK.'

U had het daarstraks over de cultuur binnen Oranje onder 19. Hoe geeft u daar richting aan?

'Een vraag die ik altijd stel in de omgang met de spelers is: wat vinden we nu normaal gedrag. Zaken als telefoongebruik en social media spelen daarin bijvoorbeeld een rol. Ik wil de telefoon zeker niet uitsluiten, maar tijdens het eten vinden we dat je niet met je telefoon in de weer moet zijn. Soms moet je een speler daar even aan herinneren. Zo ook hetgeen je wél en juist níet op social media zet. Binnen TPE monitoren wij verder allerlei zaken van de spelers: hoe heb je geslapen, hoe heb je de belasting van de training ervaren, hoe voelen je spieren na een training, wedstrijdevaluaties, beelden die met ze gedeeld worden. Spelers tikken op hun smartphone bepaalde gegevens in.

Verder proberen wij invloed uit te oefenen op de cultuur binnen onze

ploeg door dit bespreekbaar te maken. Gezamenlijk maken we een flap-over waarop kernwoorden staan die gelden voor een 'winnend team'. Er staan termen op als plezier, creativiteit en discipline. Allemaal zaken die spelers benoemen wanneer zij denken aan een winnend team. Tijdens het seizoen zijn er altijd momenten waarop je daar weer even met elkaar over moet praten, en dan haal ik die flap-over er graag weer bij. Dat geeft houvast. En je kunt hem ook prima inzetten als bevestiging voor de spelers: kijk,

meer, maar echte professionals die willen presteren. Niet alleen de coach, ook zij willen graag naar het EK. Maken we de switch naar wedstrijden, heb ik het vaak met spelers over: hoe start je nu een wedstrijd? Wat is ervoor nodig om meteen goed in de wedstrijd te zitten, qua energie en speelwijze? Dan speelt bijvoorbeeld de vraag een rol als: blijven we op de middenlijn staan omdat we nu eenmaal afgesproken hebben dat we als een blok verdedigen, of jagen we in de beginfase eens flink door op de keeper

'Ook met hoeveel energie en met welke speelwijze je de wedstrijd begint, is onderdeel van de cultuur binnen je ploeg'

omdat we deze zaken allemaal goed voor elkaar hebben, zijn we goed. (zie afbeelding)

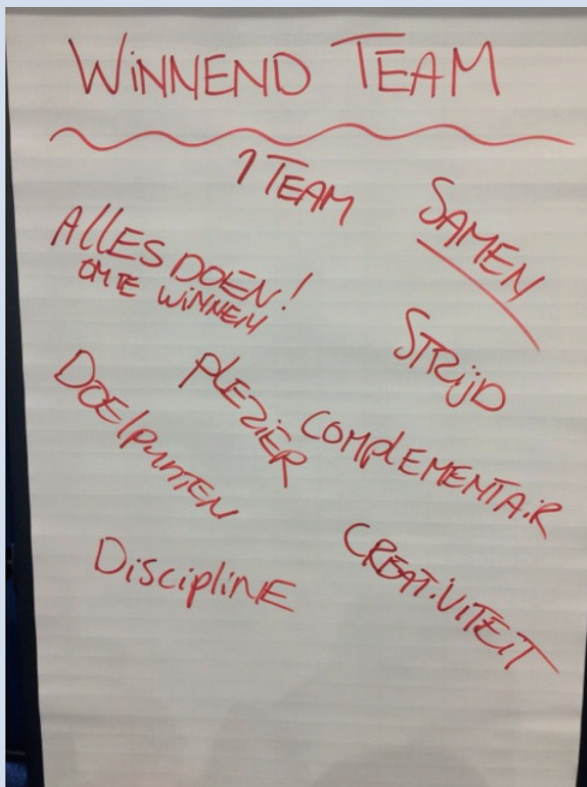
Een speler is niet per definitie in elke omgeving dezelfde. Hij kan bijvoorbeeld op school een vervelend portret zijn, maar bij de club – waar een goede discipline heerst – juist heel goed werken aan zijn ontwikkeling. De cultuur die ergens heerst, is bepalend voor het gedrag van mensen. Wij hebben met elkaar invloed op de cultuur die we in ons team creëren. Dat is niet iets wat aan komt waaien en vervolgens blijft, maar juist iets waaraan je het hele jaar tijd en energie moet besteden. In de Onder 19 is de cultuur 'samen doen'. Dit betekent ook dat een debutant wordt rondgeleid, dat we hem helpen een plek te krijgen in het team. De spelers nemen nu ook initiatief daarin. Want je kunt denken 'hé, een concurrent, die laat ik links liggen', maar het is beter om te denken 'we hebben hetzelfde doel, namelijk wedstrijden winnen, dus we kunnen elkaar beter helpen.' Deze groep is daar goed in. Het zijn natuurlijk ook geen jongens van vijftien

om daarmee meteen de toon van de wedstrijd te zetten? Een bal achter de verdediging leggen en dan aansluiten, zodat je het probleem bij de tegenstander legt. We hebben in het Nederlandse voetbal te veel meegemaakt dat onze aftrap, slapjes achteruit en vervolgens breed, meteen de uitnodiging vormde aan de tegenstander om flink druk op onze verdediging te zetten. Terwijl het juist zo belangrijk is hoe je een wedstrijd begint, dat moet je niet onderschatten. Dit soort zaken is ook een kwestie van cultuur binnen je ploeg.'

Basisprincipes

Een mooi bruggetje naar de speelwijze: wat is voor u en uw staf van belang en hoe werkt u daaraan?

'Voor de eerste wedstrijden zoom ik in op de manier waarop we met het team dit jaar willen spelen. Ik gebruik daarvoor animaties en beelden van teams uit vorige jaren. Tijdens de eerste trip, waarin we tegen Duitsland en Engeland speelden, komen daar ook beelden van onze eigen wedstrijden bij. We trainen erop en gebruiken beelden van de training. Dat is de





TEAMFUNCTIE VERDEDIGEN

Teamorganisatie
1-4-3-3 PNV



TEAMFUNCTIE VERDEDIGEN

Compact staan in de
lengte en in de breedte
speelruimte voor de tegenpartij klein maken

NEDERLAND 1-4-3-3 PNV
TEGENPARTIJ 1-4-3-3 PNA



TEAMFUNCTIE VERDEDIGEN

Compact staan in de
lengte en in de breedte
speelruimte voor de tegenpartij klein maken

NEDERLAND 1-4-3-3 PNV
TEGENPARTIJ 1-4-3-3 PNA



TEAMFUNCTIE VERDEDIGEN

Compact blijven in de
lengte en in de breedte

bal beweegt
speler beweegt
team beweegt

NEDERLAND 1-4-3-3 PNV
TEGENPARTIJ 1-4-3-3 PNA



TEAMFUNCTIE VERDEDIGEN

Positiewisselingen op het
middenveld

door middel van coaching (juiste moment en
concreet) zoveel mogelijk vanuit de zone blijven
verdedigen

NEDERLAND 1-4-3-3 PNV
TEGENPARTIJ 1-4-3-3 PNA



structuur: vooraf dingen bespreken,
trainingen, de beelden van de train-
ing bekijken en bespreken. Op deze

manier proberen we de spelers en de
speelwijze te ontwikkelen.
Het basisprincipe bij verdedigen is dat

we op het middenveld met de punt
naar voren verdedigen. Betekent dit
dan dat we nooit anders uit kunnen
komen op het middenveld? Nee, zo
strikt werkt dat niet. Tijdens wedstrij-
den kan er best een situatie optreden,
en dat is bijvoorbeeld tegen Roemenië
ook gebeurd, dat er iets anders
gevraagd wordt. Roemenië posteerde
één buitenspeler verder in het cen-
trum waardoor onze centrumverdedi-
gers gebonden werden. Juist daarom





Uitgangsposities wedstrijd Nederland-Roemenië. Nederland verdedigt met de punt naar voren.



Roemenië gaat met twee man centraal voorin spelen. Nederland haalt een middenvelder terug en laat de rechtsback doordekken.

vond ik dat hier een derde speler in de buurt moest komen. (tekeningen 1 en 2) Door die extra speler in het centrum kon mijn rechtsback beter doordekken op hun hangende linksbuiten, waardoor we op tijd in de duels konden komen. Op die manier probeerden we vanuit onze eigen zone grip te krijgen, en dat lukte. Wanneer je spelers over het hele veld moet gaan volgen, ben je in mijn ogen erg kwetsbaar. Daarvoor wordt veel te veel van positie gewisseld. Dan krijg je spelers op posities die je niet wilt. Ik probeer wel steeds pragmatische keuzes te blijven maken. We willen niet star zijn in onze speelwijze. Daarom kijken we heel goed naar wat het beste werkt in een wedstrijd. Je kunt een mooi plan maken, maar het moet wél werken.

Neem bijvoorbeeld het drukzetten. Wij zullen niet snel zeggen: zó hoog willen we drukzetten. Wij zeggen wel: wij willen zo snel mogelijk de bal weer in bezit hebben. Soms kan dat heel hoog, en dan doe je dat natuurlijk. Een andere keer lukt dat niet en zijn er fases in wedstrijden, of wanneer je tegen sterke ploegen speelt, waarin je even terug moet. Een ploeg moet dat gaan aanvoelen. Sommige spelers hebben van nature de neiging om altijd hoog druk te zetten. Dat laat ik in oefenduels weleens opzettelijk gaan, om ze hun neus te laten stoten. Achteraf kun je dan aan de hand van de beelden prima bekijken wanneer de ruimtes groot werden. Waar we geen druk op de bal konden krijgen. De keuzes die je maakt hangen af van de situatie op het veld. Soms kun je de back van de tegenstander laten opbouwen en hem door de juiste posities in te nemen, dwingen een middenvelder aan te spelen. Speel je tegen Spanje, zie je daar middenvelders die zó goed zijn in het positiespel dat je de bal liever aan de buitenkant houdt. Dat heeft consequenties voor je eigen manier van verdedigen. Maar staan wij sterk in het midden tegen een ploeg die die kwaliteiten niet



heeft, proberen we juist de bal daar te krijgen om die vervolgens te kunnen veroveren. De plek waar we de bal uiteindelijk willen krijgen om hem te kunnen veroveren, duiden wij aan als de *hotzone*. Veelal is dat tussen de linies. Daarvoor mag de tegenstander de bal hebben, spelen ze hem echter in die hotzone, moet er altijd druk op de bal zijn.

In zijn algemeenheid moet het team in staat zijn op basis van hetgeen daadwerkelijk op het veld plaatsvindt, keuzes te maken. Niet star blijven hangen in hoe we het van tevoren precies hebben bedacht. Wel blijft het uitgangspunt om dit allemaal vanuit de zone te blijven benaderen. Buitenspelers die helemaal tot hun eigen achterlijn moeten verdedigen, zien we minder graag.'

Achter de druk zitten

Kunt u nog een ander principe noemen en toelichten?

'Een belangrijk principe dat ik altijd terug laat komen is: zorg ervoor dat je voldoende mensen rond de bal hebt. Je komt heel makkelijk in de problemen doordat je geen overtal rond de bal hebt. In dat geval moet je soms gedwongen diep spelen. Op zich is diep spelen prima, mits je daar zelf bewust voor kunt kiezen en op in kunt spelen. Zodra de tegenstander je ertoe dwingt, gaat het vaak niet goed. Ook tijdens trainingen, bijvoorbeeld in positiespelen, zal ik daar vaak op coachen. Zorg voor de juiste onderlinge afstanden, zorg voor mensen rond de bal. Nog een principe waar ik veel over praat, is 'achter de druk zitten'. Stel dat de tegenstander met de 10 (en uiteraard de 9) op ons centrum drukzet, is het zaak dat onze middenvelders niet diep weg spelen. Want dan zitten ze niet achter de druk. Daarmee raken onze verdedigers geïsoleerd en worden we gedwongen tot een lange trap. Op het moment dat de 10 uitstapt, moet je als middenvelders daar kort bij gaan zitten om aanspeelbaar te zijn. Bovendien ontstaat daardoor

ruimte die ook weer door andere spelers ingevuld kan worden. Dekt een tegenstander voorin echt vól door, kan het dan prima zo zijn dat wij met een buitenspeler tussen de linies gaan spelen en daar ook echt ruimte krijgen voor een snelle aanval.

Maar vaak zie je dat onze buitenspeler bijvoorbeeld helemaal breed blijft staan en geen onderdeel uitmaakt van de spelsituatie. In plaats daarvan wil ik dat mijn spelers altijd bezig zijn om de wedstrijd te begrijpen en daarop in te spelen. Eigenlijk zitten spelers als het ware vast aan elkaar. Zodra de 6 inzakt om aanspeelbaar te worden, zakt de 10 ook in om lager op het middenveld te komen. En op diens positie kan dan bijvoorbeeld de 7 weer komen. (zie tekening 3)

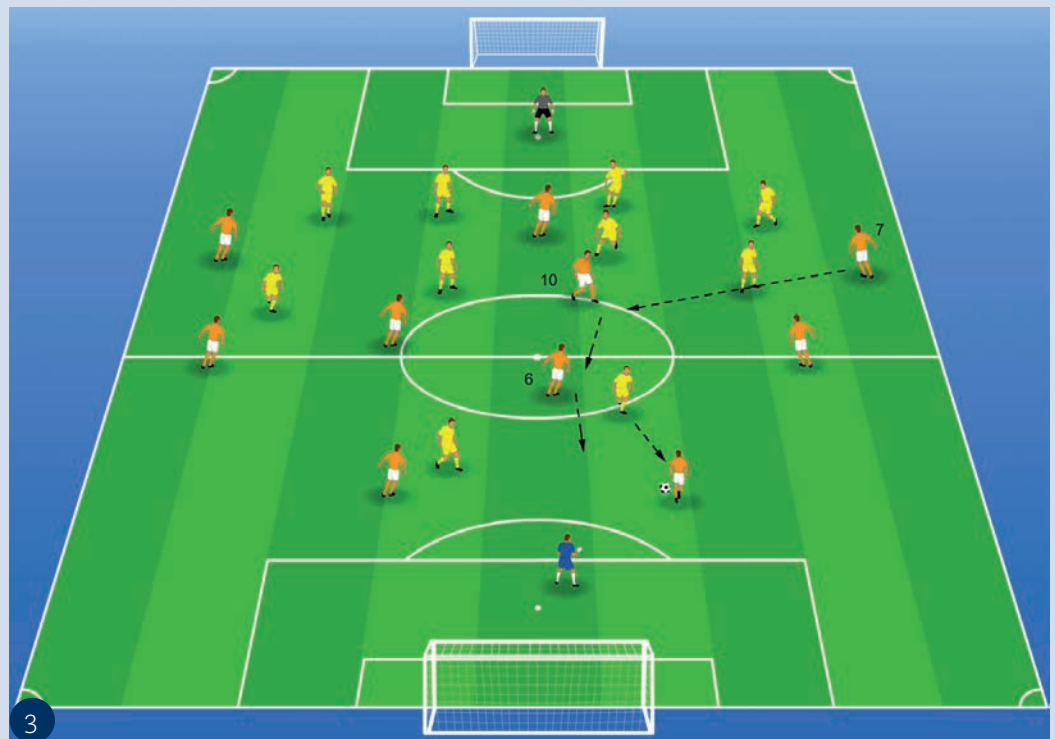
In het voetbal hebben we lang gezegd: de onderlinge afstanden moeten in balbezit zo groot mogelijk zijn. Daar ben ik het helemaal niet mee eens. Soms moet je doelbewust de afstan-

den juist kleiner maken. Doe je dat niet, zie je dat een relatief grote groep spelers nauwelijks een rol speelt bij de opbouw. Maak je de onderlinge afstanden niet te groot, zie je ook vaak dat je een linie verder kunt inspelen en dus een linie kunt overslaan. Van daaruit kan dan weer gekaatst worden en de diepte gezocht. Bovendien heb je voordeel wanneer de bal verloren gaat, want je hebt voldoende mensen achter de bal. Dat vereist dus inzicht. In welke situatie moet je nu kort bij de druk zijn, in welke situatie wat verder weg? En in verschillende fases van de wedstrijd kunnen verschillende oplossingen gevraagd zijn.'

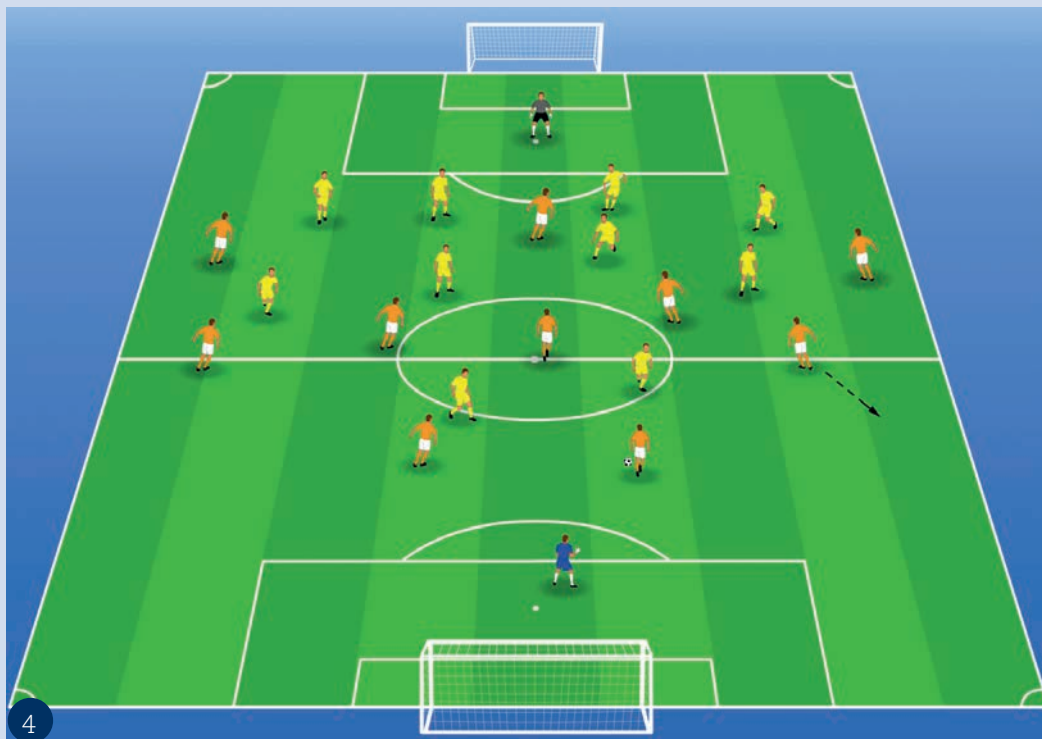
Ruimtes creëren

Uw uitleg geeft al aan dat voetbal tegenwoordig geen spel meer is van vaste posities.

'Ik houd er niet van in een vaste formatie te spelen. In het verdedigen proberen we dat wel, maar aanvallend vind ik het vooral belangrijk te



Achter de druk komen. Wanneer de tegenstander met de 10 drukzet, als middenvelder inzakken. De 6 doet dat, de 10 neemt zijn plaats in. De 7 op de spits komt op het middenveld.



Roemenië zet met twee man druk op het centrum. Optie 1: de back zakt in.



Roemenië zet met twee man druk op het centrum. Optie 2: de backs verder vooruit, de centrale verdedigers ver uiteen, een middenvelder als derde man om 3:2 te creëren

kijken waar de ruimtes ontstaan. Zet de tegenstander bijvoorbeeld met twee man druk op ons centrum, kan het zijn dat we onze rechtsback ver in laten zakken. Zo kan hij zelf aanspeelbaar worden, ofwel krijgen we op het middenveld meer ruimte wanneer de tegenstander doordekt.

Maar het kan ook zo zijn dat we de centrumverdedigers in balbezit verder uiteen laten spelen en daartussenin een middenvelder laten komen. De backs schuiven dan verder naar voren, een buitenspeler verwachten we dan tussen de linies. Zo zijn er verschillende oplossingen voor hetzelfde probleem, en mijn doel is om spelers aan het denken te zetten. Dat ze een aantal opties in hun rugzak hebben waarmee ze kunnen spelen. Als trainer van Oranje onder 19 heb ik overigens niet zozeer het gevoel dat ik mijn spelers dit nog moet leren, je merkt dat ze al een behoorlijke bagage hebben. Wel is het zo dat ik ze hiervoor de ruimte geef.' (tekeningen 4 en 5)

Kunt u een voorbeeld geven hoe u dit traint?

'Als we weer bij elkaar komen en ik wil niet meteen té tactisch trainen, geef ik vaak een vorm 8:8 + twee keepers. Dat zet ik volledig 1:1 en van daaruit moeten ze in balbezit tot voetbal komen. Dat vergt veel beweging, vooral ten opzichte van elkaar. Ook het overnemen en communiceren met elkaar is essentieel. Zetten de drie aanvallers van de verdedigende partij immers druk op de drie balbezittende verdedigers, zal er vanuit het middenveld iets moeten gebeuren. Je kunt je dan in de dekking laten aanspelen, maar dan staat alles vol onder druk. Je kunt je ook verder laten inzakken en kijken wat je tegenspeler op het middenveld doet. Dekt die niet door, creëer je een overtal. Dekt hij wel door, kan een aanvaller door in de vrijkomende



ruimte te bewegen het aanspeelpunt zijn. (zie tekening 6)

Ruimte creëren is in mijn opvatting een van de belangrijkste principes. Neem nu een situatie waarin we de bal veroveren. In het Nederlandse voetbal is 'de bal houden' dan een voornaam uitgangspunt. En dat geldt ook voor mij. Maar de eerste reflex is dan: uithalen en terugspelen. Daardoor creëer je zelf een situatie waarin je weinig ruimte gaat krijgen voor opbouwen en uiteindelijk aanval. Ik zie veel liever dat we ruimte creëren door de eerste bal vooruit te spelen. De tegenstander zal dan ook snel terugstappen. Daarna zijn er twee mogelijkheden. Ofwel we kunnen zelf snel door met de aanval, en als we toch opgehouden worden, kan de bal alsnog terug waardoor we via onze achterste linie in ieder geval wél ruimte hebben om op te bouwen.

Ik benoem het vaak als: wij willen het tempo van de wedstrijd bepalen. Zowel als zij de bal hebben, als wanneer wijzelf de bal hebben. Dat hoeft niet altijd te betekenen dat wij doorlopend de bal hebben, maar we willen wel de partij zijn die bepaalt wat er op het veld gebeurt en in welk tempo. Willen wij snel diep spelen, dan moet



8:8 + 2 keepers. Bewegen ten opzichte van elkaar.

vallen me soms de wedstrijden van Ajax tegen Red Bull Salzburg in, enkele jaren geleden. Ajax kwam nooit onder de druk van Salzburg uit. Ze waren ook tactisch daar niet op ingesteld. Spelen ze de bal namelijk een paar keer over de druk heen, krijg je wellicht een totaal ander spelbeeld.

betekent dus razendsnel in positie komen, en daarna op het juiste tempo inspelen. En aan de goede kant. Juist dat soort aspecten zorgt ervoor of je aan voetballen toekomt, of dat de tegenstander jou zijn spel kan opdringen. Dat noem ik kwaliteit in de bal stoppen: de bal zó inspelen, dat de volgende speler er ook weer iets mee kan: goed tempo, goede been, geen stuit in de pass. Goede tegenstanders voelen dat aan en gebruiken een matige pass om druk uit te oefenen. Doe je dat goed, kun je als het ware voor de duels uit spelen. Net voordat de tegenstander je tot een duel kan dwingen, heb je de bal alweer doorgespeeld.'

Hoe gaat u om met het vertonen van beeldmateriaal?

'Mijn assistent Robert Wijnands is verantwoordelijk voor het analyseren van de tegenstander. Allereerst bestuderen we natuurlijk beelden van die ploeg. Vervolgens brengen we de kansen en

'De kwaliteit die je in de bal stopt, bepaalt of de volgende speler er ook weer iets mee kan'

we ervoor zorgen dat dit kan. Willen wij langer in balbezit zijn, levert dat andere keuzes op. Dat alles heeft ook te maken met intensiteit. Daar heb ik het ook veel met mijn spelers over. Je moet klaar zijn om een wedstrijd op topniveau in te gaan, zowel fysiek, mentaal als tactisch. Als ik denk aan een team dat daar niet klaar voor was,

Daar moet je dan wel mee bezig zijn. Verder is je intensiteit van belang als je kijkt naar elementen als: hoe hard speel je een bal in, hoe snel loop je vrij. Wanneer je een bal slap inspeelt, kun je druk verwachten. Hetzelfde geldt wanneer je te laat vrijloopt, want ook dat geeft de tegenstander kans om zich te organiseren. Balbezit





Foto: KNVB Media

bedreigingen in kaart en zoeken daar de fragmenten bij die erop van toepassing zijn. Dat presenteert Robert met beelden in acht tot tien minuten aan de spelers. Na de beelden probeer ik met de spelers te komen tot een aantal kansen en bedreigingen. Waar moeten we rekening mee houden,

een kans voor ons. Wanneer wij erin slagen de hoge backs op te vangen in de zone, kunnen wij in de tegenaanval gebruikmaken van de ruimte die achter hen ligt.

Ook hebben wij toen geconstateerd dat zij met de laatste linie vrij hoog stonden en niet altijd druk op de bal

wanneer dit een keer gebeurt, zij daarna minder hoog zullen spelen waardoor wij in de opbouw meer ruimte gaan krijgen. Hetzelfde geldt wanneer je ziet dat een centrale verdediger doordekt: gebruik de ruimte erachter.

Die beelden laten we het liefst twee dagen voor de wedstrijd aan de spelers zien. Op die manier hebben we nog een dag om er in de training aandacht aan te kunnen besteden. Dan simuleert Wijnands met zijn spelers de tegenstander, ik doe dan het tactische gedeelte van de beoogde basisploeg. Ik varieer hierin regelmatig. Soms neem ik het ook even over en presenteer ik zelf de analyse van de tegenstander. Dat doe ik om afwisseling te brengen. Wanneer je altijd hetzelfde doet, ontstaat er in een groep een bepaalde sleur. Die wil ik dan doorbreken. Ook daarin probeer ik prikkelend te zijn. Soms doe ik dat in groepjes of linies,

‘Nadat je tweemaal hetzelfde hebt gedaan, kies je de derde keer een andere werkvorm; anders krijg je verzadiging’

waar kunnen we het verschil maken? Tegen Engeland hadden we bijvoorbeeld gezien dat zij met de backs hoog op spelen. Ik heb net al gezegd dat ik niet graag zie dat onze buitenspelers helemaal meelopen. Daar ligt dus ook

uitoefenden. Wij hebben toen geconcludeerd dat het goed kon zijn om de bal ook eens over hun defensie heen te spelen. Om twee redenen, ten eerste liggen daar kansen op een directe doorbraak. Maar ook zul je zien dat



WEDSTRIJDBESPREKING



18:00 UUR
5 september 2016
WERNER SEELNBINDER STADIUM



OPSTELLING

RESERVES	
16.	Justin B.
12.	Danilho
14.	Justin H.
15.	Owen
17.	Javairo
18.	Mees
19.	Kaj
20.	Odysseus
22.	Rodney
	Matthijs

BEDREIGINGEN

- Goed positiespel onder druk van tegenstander
 - Laat ruimtes niet te groot worden, zonder druk op de bal
- Veel lopende diepte vanuit middenveld
 - Zie diepte aankomen - Durf vanuit zones te verdedigen
- Slechte keuze in opbouw NED
 - Kies positie zodat je vooruit kunt
 - Speel mensen aan die vooruit kunnen
- Omschakelen naar aanvallen DUI (snel diepte)
 - Eerste druk op de bal, voorkomt direct diepte bij DUI
- Fysieke duels DUI
 - Duels aangaan, maar vooral aan de bal GOED zijn!
- Snelle spelhervatting
 - ATTENT!
- Backs DUI hoog
 - Samenwerking aan de zijanten

KANSEN

- Restverdediging niet altijd op orde (backs hoog)
 - Eerste bal vooruit, Teun en buitenspelers vaak aanspeelbaar in Omschakeling naar AANVALLEN NED
- Omschakelen naar aanvallen NED, kans op overtal
 - Door diepe 10 van DUI vaak één van onze Middenvelders vrij
- Verdedigers DUI snel achteruit, ruimte tussen linies
 - Maak ook loopacties voor elkaar - Loop bewust voor 2e bal
- Risico positiespel DUI
 - ATTENT zijn op momenten om bal te winnen
- Ruimte achter verdediging DUI
 - Lopende mensen, maar ook geven die bal

een andere keer laat ik een aantal spelers beelden zien en alvast wat voorwerk doen in kansen en bedreigingen. Je kunt best tweemaal achter een hetzelfde doen, maar de verzadiging ligt op de loer als je daarna niet een keer voor een andere werkvorm kiest. Op het moment dat je merkt dat de groep wegzakt, ben je al te laat; je moet het vóór zijn.'

Samenvatting:

- Maarten Stekelenburg oefent graag vroeg in het seizoen tegen

sterke oppositie.

- De cultuur bij Oranje onder 19 is een sfeer van 'samen doen'.
- Stekelenburg gaat niet graag uit van vaste posities, maar meer van basisprincipes.
- Afwisseling in werkvormen moet ervoor zorgen dat verzadiging buiten de deur blijft.
- Stekelenburg vindt de intensiteit waarmee je speelt (fysiek, mentaal en tactisch) essentieel als je de tegenstander je wil wilt opleggen.

Maarten Stekelenburg

Maarten Stekelenburg (1972) was eerder trainer van o.m. Ajax (jeugd), Ajax Cape Town, AFC, Almere City en bondscoach van Oranje onder 17. Hij is de zoon van Studio Sport-verslaggever Jan Stekelenburg en broer van Jeroen, die ook voor Studio Sport werkt. Stekelenburg is geen familie van zijn naamgenoot de veelvoudige international-doelman.

Derbystar introduceert: een revolutionaire trainingsbal

“Kunstgras benadeelt de spelkwaliteit en ontwikkeling van het Nederlands voetbal”, betogen twaalf aanvoerders van Eredivisieploegen deze maand in een manifest. De discussie omtrent talentontwikkeling op kunstgras is daarmee weer helemaal actueel.

Trainen jouw spelers ook op kunstgras? Grote kans dat ze niet optimaal worden uitgedaagd. Op kunstgras is het gedrag van de bal nu eenmaal veel beter te voorspellen dan op natuurgras. Dit vraagt minder aanpassingsvermogen van de speler, en ook reactievermogen en motoriek worden minder aangesproken. Met een nieuwe, revolutionaire trainingsbal van Derbystar, is dit verleden tijd.

Adaptaball

In samenwerking met Athletic Skills Model (ASM) introduceert Derbystar de ‘Adaptaball’, een revolutionaire voetbal die de speler voortdurend uitdaagt en prikkelt. De bal is met behulp van TU Delft ontworpen om op kunstgras het gedrag na te bootsen van een voetbal op natuurgras. Zo leren jonge spelers die opgroeien met kunstgras zich beter aan te passen aan wisselende omstandigheden in het veld.

Rene Wormhoudt, founder ASM en conditietrainer Nederlands Elftal: “De



ADAPTABALL



Adaptaball is rond, maar bevat aan de binnenkant een contragewichtje. De bal kan het gedrag van de bal op natuurgras nauwkeurig nabootsen op kunstgras en in de zaal. Door te trainen met de Adaptaball, worden het aanpassingsvermogen en de techniek van de speler beter ontwikkeld.”

De Adaptaball is niet alleen interessant voor de jeugd, maar voor elke voet-

baller die aanpassingsvermogen en balvaardigheid wil trainen, zowel in topsport als in breedtesport. Ook voor keepers is de bal een uitstekend trainingsmiddel. Edwin Goedhart, Sportarts Nederlands Elftal: “Behalve dat het een leuke trainingsbal is die afwisseling biedt, word je er ook echt een betere speler van. Met de Adaptaball train je reactie, timing en inschattingsvermogen.”

“De Adaptaball is dé oplossing voor het verschil in trainen op kunstgras en natuurgras. Het geeft spelers de kans zich nog beter en breder te ontwikkelen.” (Rene Wormhoudt, conditietrainer Nederlands Elftal)



ADAPTABALL APS

maat: 5
€ 89,99



ADAPTABALL TT

maat: 5
€ 49,99



ADAPTABALL TT
LIGHT

JO10 T/M JO15
maat: 5 - 360 gr.
€ 49,99



ADAPTABALL TT
SUPERLIGHT

JO7 T/M JO9
maat: 5 - 290 gr.
€ 49,99

Voor meer informatie of verkooppunten, bel Deventrade via 0570-665366 of mail naar sales@deventrade.com