



Professionele
tennisbegeleiding

Roald de Gans

Nieuwsbrief juni 2014

Tennisbegeleiding presenteert selectie 2014 in nieuwe outfits!

Van links naar rechts onderste rij: Inge van weelden, Rens Leegte, Alexandra van Weelden, Isa Hoevers, Bruce Zwartkruis, Justus Haaijema, Mart de Lijster.

Van links naar rechts middelste rij: Lenny de Gans, Cagla Yilmaz, Lois Hogendorp, Ceyda Yilmaz, Frank Wetters (Sportmasseur 'Smash Massage' + Fitness trainer)

Van links naar rechts bovenste rij: Roald de Gans (Tennis + mentale trainingen), Laura Verkerk, Marloes Huhnholz, Sabine Huhnholz, Marleen Jansen, Pieter Slagter (Loop/coördinatie trainer 'Do you Fit')



Ontbrekende speler op groepsfoto zie onder: Jesse ketelaars



Inleiding

Beste sponsors en andere tennisliefhebbers,

De mentale aspecten in de sport komen op elk niveau en op elk moment weer naar boven. Continue zijn we in een wedstrijd bezig met onszelf te veroordelen tot de meest achterlijke persoon op aarde. Wie herkent niet het “sla die bal nu eens in!” of “moet je hem nog makkelijker aangespeeld krijgen?”.

De makkelijkste manier om positief op de baan te blijven staan is om het oordelen achterwege te laten. Leer aan om te observeren i.p.v. te oordelen. Wat gebeurt er nu eigenlijk met mijn slagen? Zodra je observeert dat je forehand steeds in de diepte uit gaat zal je lichaam en geest vanzelf oplossingen gaan bedenken wat op dat moment tot je mogelijkheden behoort. Gevorderde spelers zullen dan wellicht wat meer topspin gaan produceren terwijl de wat recreatievere speler waarschijnlijk wat zachter gaat slaan. Beide oplossingen zullen leiden tot minder ongedwongen fouten en dit komt tot stand door het oordelen in te ruilen voor het observeren. De geest observeert en het lichaam voert vervolgens uit. Belangrijk hierbij is te vertrouwen op je eigen kunnen en niet in “ja maar” vormen te denken.

Maar pas op! Als je net denkt er mentaal te zijn, trap je vervolgens weer met open ogen in de valkuilen. Het terug vallen wordt vaak ervaren als falen. Het vallen is echter geen falen, niet meer overeind krabbelen wel!



Voortraject spelers

Justus Haaijema speelde in december 2013 in Emmerich (Duitsland) een toernooi. Alle 5 zijn wedstrijden had hij met winst afgesloten. Vervolgens won hij ook alle 17 wedstrijden in het kersttoernooi van Zevenaar! Na in januari in Oldenzaal en in maart in Renkum nagenoeg ook alle wedstrijden met winst afgesloten te hebben, vonden we het tijd om voor hem een paspoort aan te vragen bij de KNLTB. Hiermee kan hij toestemming krijgen om een categorie hoger (oranje) te spelen. Na voorgespeeld te hebben voor Erwin Clarenbach (regio bondstrainer) is er een verzoek ingediend en dit is goedgekeurd. Justus zal vanaf heden dus ook in oranje zijn toernooien mogen tennissen.

In de tussentijd heeft Justus nog een speciaal georganiseerd plus toernooi gespeeld in De Meern. Hier spelen de kinderen gewoon in hun eigen categorie maar mogen alleen de allerbeste van Nederland meedoen. Van de 15 wedstrijdjes gingen er 2 verloren en 13 gewonnen! Uiteraard gaat het bij sport altijd om het plezier maar de winstpartijen maken het voor Justus nog veel leuker. Echter zal hij ook moeten leren om met verlies om te gaan. In oranje ligt hier weer een nieuwe uitdaging voor hem. Ga zo door Justus!

Nieuws van de Spelers/trainers.

Hieronder volgen de belangrijkste resultaten van de competities en toernooien:

- Ceyda, Cagla, Isa, Inge en Alexandra zijn kampioen geworden in de voorjaarscompetitie! Klasse meiden!
- Rens, Mart en Lenny (en Bjorn van TV Dieren) zijn kampioen geworden in de voorjaarscompetitie! Top Jongens!



- Marloes is 1^e geworden in het 1 ster toernooi t/m 16 jr. in Hotel Inntel te Zutphen.
- Sabine is 2^e geworden in hetzelfde toernooi als bovenstaand. De zusjes waren dus 1 en 2 in Zutphen! Goed gedaan dames!
- Mart en Lenny zijn 1^e geworden in het groen 1 toernooi in Tiel.
- Mart werd in hetzelfde toernooi ook 2^e in de enkel. Onlangs behaalde Mart ook de 2^e plaats in het 1 ster toernooi in Huissen! Hierdoor is hij flink gestegen op de ranglijst t/m 12 jr. Goed bezig Mart!
- Marleen wordt 2^e in de DE3 in het Basic Fit toernooi in Apeldoorn.

- Isa en Mart zijn beide 4^e van Gelderland geworden t/m 10 jaar!



Ranking spelers

Aangezien we gemerkt hebben dat veel spelers zichzelf meten aan hun speelsterkte en hierdoor zichzelf onnodig veel druk opleggen, hebben we besloten dit onderdeel te verwijderen uit de nieuwsbrieven. Bij een kind/speler gaat het om 2 dingen. Plezier en ontwikkeling! Zodra hiervan sprake is, zal de speelsterkte vanzelf omhoog gaan. Het is zelfs soms zo dat je af en toe een paar verliespartijen nodig hebt en daardoor weer een betere speler wordt! Je speelsterkte is echter op dat moment wel even gezakt.

Sponsor uitgelicht!

Deze keer doen we dat met “Van Asselt Schilderwerken”.



Van Asselt Schilder en vastgoedonderhoud uit Dieren, ‘vakmanschap en kwaliteit’ . Sinds 1954 kunt u bij Van Asselt terecht voor al uw onderhoud aan woning of bedrijfsruimten. Het team bestaat uit ervaren en goed opgeleide vakmensen welke garant staan voor deskundig advies en een vakkundige uitvoering van elke opdracht.

Naast schilderwerk, plaatsen van alle glassoorten, behangen etc, biedt Van Asselt een breed assortiment van werkzaamheden aan. Zo zijn zij ook een specialist in het offreren en coördineren van kleinere verbouwingen. Hierbij is het altijd zo dat er meerdere bedrijven aan te pas komen. Van Asselt maakt dit makkelijker voor u door 1 complete aanbidding te doen waarbij elke partij is toegevoegd. U heeft met 1 partij te maken die alles voor u coördineert en beheert! Dit scheelt u een hoop werk en energie.

Ook verzorgen zij meerjarenonderhoud waarbij zij een plan kunnen opstellen zodat uw pand meerdere jaren wordt onderhouden zonder dat u ernaar om hoeft te kijken. Zij zorgen ervoor dat uw pand er strak en 100% van kwaliteit bij staat.

Van Asselt Schilderwerken en vastgoedonderhoud denkt met u mee, gaat efficiënt te werk, neemt al uw zorgen en taken uit handen.

Voor meer informatie:

www.asselt-schilders.nl

Tel.: 0313 414465

Gestopte sponsors:

- Podozorg

Bij deze wil ik jullie hartelijk danken voor alle steun de afgelopen tijd. Mede dankzij jullie hebben we een succes van onze tennisschool kunnen maken. Bedankt hiervoor namens ons allen. We wensen jullie veel succes in jullie onderneming.

Goede doelen

Zoals jullie weten steunt onze tennisacademie het goede doel **“Free A Girl”**!

Regelmatig krijg ik berichten binnen dat er een hoop kinderen bevrijd zijn van kindermisbruik. O.a. de Rescue Foundation en “Free a Child” waar Free A Girl nauw mee samenwerkt zorgt ervoor dat kinderen hieraan kunnen ontsnappen.

Wanneer jullie de resultaten van Free A Girl willen weten kun je je aanmelden voor de nieuwsbrief op hun site. Voor meer info. zie www.freeagirl.nl

Het tweede goede doel is **Unicef**. Aangezien wij met name met kinderen werken willen wij zoveel mogelijk doelen steunen waarbij andere kinderen ook geholpen worden om hun leven zo normaal mogelijk op te kunnen bouwen.

Unicef helpt hierbij. Wij vinden het onacceptabel dat kinderen sterven omdat ze gewoonweg geen eten hebben/krijgen. Voor ons is dit niet te bevatten. Vandaar Unicef! Voor meer info. zie www.unicef.nl

Het derde goede doel is **“Warchild”**. Warchild zorgt ervoor dat zoveel mogelijk kinderen in conflictgebieden geholpen worden hun oorlogservaringen te verwerken door o.a. bescherming, psychosociale hulp en onderwijs aan te bieden en ervoor te zorgen dat ze in een veilige omgeving samen kunnen bouwen aan een vreedzame toekomst. Want kinderen horen niet thuis in een oorlog. Nooit! Daarom Warchild!

Voor meer info. zie www.warchild.nl

Website

Voor meer informatie verwijs ik u naar de website: www.tennisbegeleiding.nl. Via de website vindt u actuele en achtergrond informatie rondom de spelers en sponsors.

Sponsors

Professionele tennisbegeleiding Roald de Gans wordt mede mogelijk gemaakt door:

