

# Hockeytraining met video

## De tegenstander een stap voor

**De hockeydames hopen met innovaties hun tegenstander altijd een stap voor te zijn. Presentatrice Barbara de Loor maakt kennis met het video-analyse systeem.**

Nederlandse topsporters gaan voor goud. Ja! 3-1! En de buit is binnen, het kan niet meer fout gaan! Welk geheime wapen heeft de wetenschap hen meegegeven?

Voor het eerst sinds hij wereldkampioen is, begeleidt trainer, Mark Lammers de dames op weg naar Beijing. Hij gebruikt daarbij graag de nieuwste technieken. Ja, dit is het geheime koffertje. Vroeger kwam daar de videobril uit, dat is een videobril met twee kleine schermpjes en die beelden werden vanuit de camera zeg maar naar de bank gezonden, en met dit kastje kon ik dat ontvangen. En dan kon ik de herhalingen terugzien in de bril.

Als je die dicht op je gezicht zet, lijkt het net één grote cinema. En dan zag ik de herhalingen en dan kon ik perfect zien waar de ruimte lag en dat gaf ik door aan mijn speelsters met tekens welke corner we konden spelen. En dat ging allemaal hartstikke goed, dus we gingen steeds meer corners maken, maar op een gegeven moment gingen de tegenstanders met hun videocamera's, mijn tekens weer opnemen. Dus die hadden na een tijdje al die corners en die tekens wel door. Dus ik dacht, dan moet ik iets verzinnen. We hebben nu een nog veel beter iets.

We krijgen nu de beelden hier naar de bank gezonden, dat zit allemaal in deze ontvangkast. En deze computer, die loopt tien seconden later dan de wedstrijd. Dus er gebeurt iets in de wedstrijd, ik zit hier en er gebeurt iets, en de corner wordt en ik kijk, wat gebeurde daar? Ik kan terugkijken en deze loopt tien seconden later. Ik kan dan fragmenten opslaan waardoor ik ze kan laten terugzien. Maar ik kan zelfs mijn speelsters hier op de bank, even laten kijken, van, wat vind je hier? Ja, ja, ze laat zich weg trekken, dus ik zou daar blijven staan. Prima, dan ga jij erin.

Mark volgt de wedstrijd dus met zijn computer in de buurt. Camera's langs het veld registreren alles en sturen dat naar de laptop van de coach. Dit video-analyse systeem is volgens hem een belangrijk wapen op weg naar goud. Ook achteraf wordt het systeem door de Technische Staf gebruikt om wedstrijden te analyseren. Kijk, nu is het zaak, dat hier, al die verdedigers, allemaal naar het doel toe rennen om die pass van Kim dicht te zetten.

Wat Mark ziet op beeld wordt weer verwerkt in trainingen. Zo kan hij spelsituaties verbeteren. Fort! Fort, en zoek hem! Ja, daar is die! Hup, aannemen en schieten! Ooh, ook mooi! Het videosysteem wordt niet alleen gebruikt om de tegenstanders te bespioneren, maar ook om het eigen team én individuele speelsters te volgen. Wat we nu gezien hebben is met name een wedstrijdanalyse. En een wedstrijdanalyse is: er is een cameraman en naast de cameraman zit een klikker zoals wij die noemen en die heeft een bord voor zich. Dat is dit bord. En op dit bord zit eigenlijk alles wat we uit de wedstrijd willen halen. En de klikker, die klikt gewoon in wat er gebeurt in de wedstrijd. Dit is een strafcorner. Dan drukt die op strafcorner. Er staan ook alle speelsters op, dus elke speelster die aan de bal is

drukken we dat in. En later na de wedstrijd of zelfs tijdens de wedstrijd, kunnen ze dat terugzien.

Mooi! Een mooie schijn! Als je continu iets fout doet, maar je weet eigenlijk niet precies wat, dan is het het mooiste wanneer je dat terugziet op video, want dan kun je kijken van: mijn stick draait raar, of daarom raak ik die bal elke keer verkeerd, omdat mijn stick verkeerd staat. Als je dat niet ziet, dan zul je dat nooit beseffen, want in je handen ligt die stick gewoon goed en denk je: nou, het gaat goed. Dus dat terugzien is heel belangrijk. Heel specifiek technisch kan het helpen, maar vooral ook tactisch.

Ik kan de beelden van mijn tegenstander terugkijken en terugkijken waarom de één me nou veel makkelijker passeert dan de ander, en wat ikzelf daarin doe. Niet alleen op het hoogste niveau, maar ook bij de jeugd kan het videosysteem worden ingezet en de prestaties verbeteren. Het leuke van de video-ontwikkeling, van de video-analyse systeemontwikkeling is, dat er ook hele talentvolgsystemen eraan vast kunnen plakken: 80% van het team, meer dan 80%, komt uit de Nederlandse jeugdteams. Het is wel eens, dat we eerder gaan monitoren, eerder gaan monitoren van, wat gebeurt er met de jeugd, welke blessures hebben ze gehad, wat zijn daar specifieke kwaliteiten? Dan kunnen we ook eerder daarop inspelen en krijg je voor zo'n speelster een betere ontwikkeling en met beelden erbij.