

## De juiste positionering in het dubbelspel

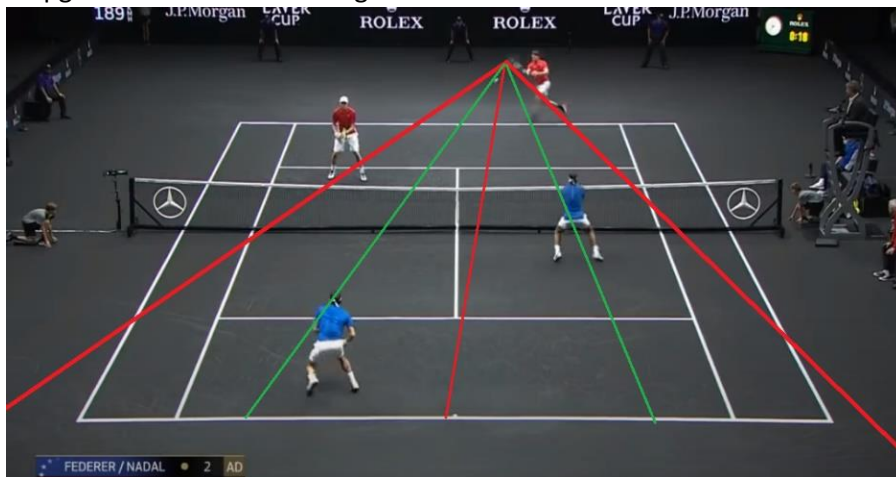
In de jaren dat ik lesgeef verwondert het mij hoeveel fouten er door tennissers worden gemaakt bij de opstelling in het dubbelspel. Deze serie columns gaat je hopelijk helpen bij het juist begrijpen en toepassen hiervan. In eerste instantie ga ik het hebben over het juist positioneren na een service maar deze theorie is ook toepasbaar als er een rally gespeeld wordt.

Een begrip wat zeer belangrijk is voor de opstelling in het dubbelspel is de bissetrice. Dit begrip komt oorspronkelijk uit de wiskunde.

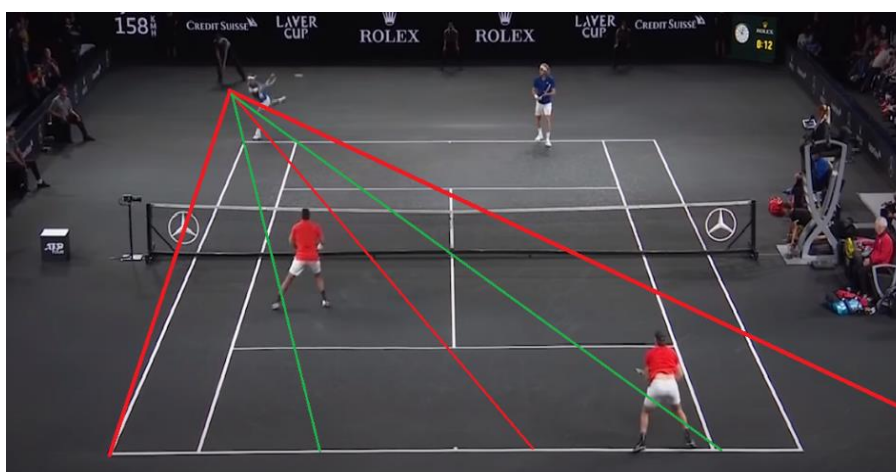
*'De bissetrice of deellijn van een hoek is in de meetkunde de rechte die deze hoek in twee gelijke hoeken verdeelt'.*

Hoe werkt dit dan in tennis en hoe kun je dit begrijpen? Wat je eerst moet bepalen zijn de maximale strooihoeken waarmee iemand kan spelen. Als voorbeeld heb ik een dubbelwedstrijd van Federer en Nadal genomen. Federer is diegene die serveert met een service naar de binnenkant. Op het moment dat de tegenstander retourneert zijn de buitenste rode lijnen zijn strooihoeken. Oftewel, plekken waar hij de bal kan spelen. De rode lijn in het midden is het middelpunt hiervan. De groene lijn is vervolgens het middelpunt van de twee rode lijnen. Deze groene lijn is de positie waar een speler moet staan om optimaal opgesteld te zijn. Zoals je kunt zien zowel Federer als Nadal een klein beetje teveel naar rechts opgesteld maar komen ze goed in de buurt. Het idee achter deze theorie is dat zowel de net- als achterspeler evenveel velddekking hebben. Het voordeel hiervan is;

- Je geeft minder open ruimtes weg
- Je geeft jezelf (of je partner) de grootste kans om een volley te spelen
- Door goed opgesteld te staan zal de tegenstander sneller een fout maken

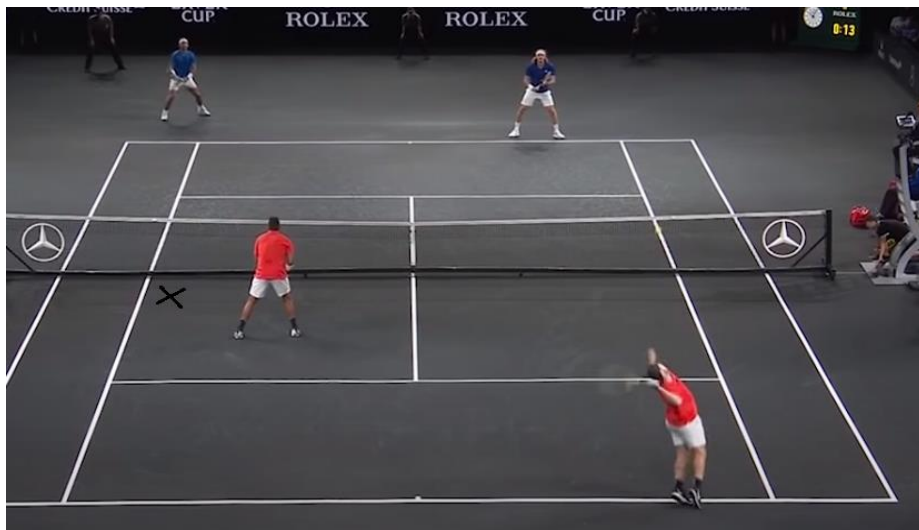


Moet je dan altijd op dezelfde plek gaan staan in het dubbelspel? Zeker niet! Dit is altijd afhankelijk van de plek waar je partner de bal speelt bij de tegenpartij. Hieronder tref je nog een voorbeeld.

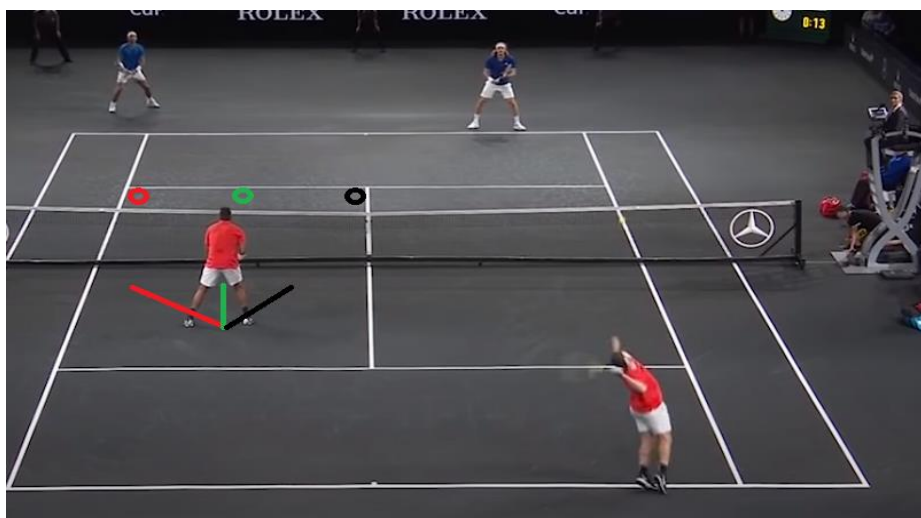


In deze situatie is de service naar buiten toe geslagen en weer heb ik de maximale strooihoeken van in dit geval Nadal geschetst met de buitenste rode lijnen. De middelste rode lijn is het middelpunt van de uiteinden en de groene lijn is waar de spelers zouden moeten staan. De serveerder staat goed zoals je kunt zien en de netspeler had meer naar links moeten staan.

De vuistregel die je kunt gebruiken voor het toepassen van de bissetrice is hoe verder naar buiten wordt geslagen, bij zowel de service als in de rally, hoe meer de netspeler naar buiten moet gaan staan. Hoe meer er naar binnen toe gespeeld wordt, hoe meer de netspeler naar de binnenkant toe moet bewegen. In mijn ervaring hebben veel spelers de neiging om de tramrails teveel af te dekken. Hierdoor geef je de tegenstander een grotere ruimte om in te spelen, wat tot minder fouten zal leiden bij je tegenstander. Daarnaast zul je als netspeler een stuk minder volleys kunnen spelen en daarmee zal de druk op de achterspeler afnemen. Dit wil je uiteraard zien te voorkomen! Een veelvoorkomende fout is een verkeerde beginopstelling. Dit wil zeggen als je partner serveert, hebben veel tennissers de neiging teveel richting de tramrails te staan. Hieronder zie je de juiste startopstelling. In het midden van het servicevak beginnen. Het zwarte kruis geeft aan waar de meeste spelers zijn opgesteld.



Blijf je hier dan staan zul je je afvragen? Nee is het antwoord! De positie waar de netspeler naar toe beweegt hangt af van de plek waar de serveerder naartoe serveert. Dit volgens de theorie zoals eerder besproken. Hieronder tref je een voorbeeld hiervan.



Op het moment dat de service naar buiten gespeeld wordt, beweegt de netspeler naar buiten toe (rood). Gaat de service op het lichaam zet hij een stap naar voren (groen) en gaat de service naar binnen stapt de netspeler naar binnen toe (zwart). Deze manier van bewegen zorgt ervoor dat je goed opgesteld staat, maar ook dat je tijdens het eventueel spelen van een volley een voorwaarts momentum hebt, waardoor je met meer kwaliteit zal kunnen volleren.

Dit is het eerste deel van een serie over positionering bij het dubbelspel. Het begrijpen van de bissetrice is hierbij essentieel omdat dit bij verschillende spelsituaties terug komt. Bij de volgende column ga ik dieper in op de andere posities.

Mocht je vragen of opmerkingen hierover hebben? Of heb jij een onderwerp waar je meer over zou willen weten in een column? Aarzel niet om mij een mail te sturen op [Bonno@tennisschoolgijis.nl](mailto:Bonno@tennisschoolgijis.nl)

Met sportieve groet,

Bonno van den Hout