



Lugnet är nyckeln i mottagning

Publicerad: 9 oktober 2015

Författare: Michael Jestin

I varje intervju hör man tränare prata om hur viktigt det är med serve och servemottagning. Bra tryck i egen serve och en stabil mottagning kan vinna matcher. Man ska inte dra allt för många slutsatser efter endast en spelad match, men vi såg vissa drag under lördagens premiärmatch som inte får bli till trender.

Först och främst måste vi säga att en vinst alltid är en vinst och oavsett om Linde går in i nästa omgång med två poäng, istället för tre, så har man en vinst i bagaget vilket kan betyda mycket för lagmoralen. Teemu Sarna har pratat en del om sin "first touch"-filosofi inför säsongen och efter vad vi fick se av Linde i lördags så har han en del kvar att ge på den fronten. En väldigt tydlig korrelation kunde nämligen ses mellan setresultaten och servemottagningen. Då Lindes mottagning är stabil så vinner de seten men då de inte lyfter serve som de ska så brister det även resultatmässigt. Lika så verkar det vara i det egna servandet.

Egentligen så kan vi inte säga att sambandet är förvånande. Mottagning är ett väldigt mentalt krävande moment och i motgång så ser man ofta att nivån på mottagningen går ner, även om motståndarens serve egentligen inte har blivit svårare. Här ser man också en stor skillnad mellan unga och äldre spelare. Spelare med mer rutin låter inte motgången stiga dem åt huvudet på samma sätt. De kan behålla sitt lugn och fortsätta

att lyfta serve enligt deras kapacitet även då ställningen inte är i deras favör. En yngre spelare kommer ta åt sig mer och känna sig mer pressad att prestera då den är i underläge. Att känna sig pressad att prestera kan ge den där lilla extra mängden adrenalin som gör en aggressivare och därmed förbättrar ens anfall eller blockspel men i servemottagning, där allt handlar om att behålla lugnet, så finns det stor risk att pressen har motsatt effekt och endast drar ner på nivån.

Allt som allt så får just den mentala biten inte bli en allt för stor faktor i Lindes spel denna säsong. Under lördagen åkte Linde berg och dalbana i sin nivå och om man inte kan lära sig att hålla en jämnare nivå, och framförallt en högre lägsta nivå, så kommer man inte kunna mäta sig med topplagen i Elitserien. Något som tyvärr talar mot Linde på denna punkt är att man har sina yngsta och minst rutinerade spelare på passar- och liberopositionen. De två moment där lugn och stabilitet är som mest centrala och där klartänkade är nyckeln till framgång där har Linde sina mest orutinerade spelare. Jag gillar dock att man valt att ge Rebecca Andersson och Anna Lennartsson så pass stora roller i laget. De är båda spelare med stor potential som kommer nå framgångar men det ger Sarna och de mer rutinerade spelarna en extra uppgift i matchsituation. De kommer behöva lägga mycket energi på att hjälpa Anna och Rebecca med att behålla sitt lugn.

På söndag är det äntligen derbydags i Arenan. Det kommer vara bra stämning på läktaren och Linde ställs inför en riktigt tuff uppgift. De yngre spelarnas mentalitet kommer verkligen sättas på prov. Själv skulle jag dock inte säga att det är resultatet i sig som är det viktigaste i matchen, ingen vill förlora ett derby men vi är fortfarande i den absoluta början av säsongen och byggandet av laget är fortfarande den viktigaste punkten. Det jag vill se är ett Linde som kan spela jämnare och stabilare under press utan djupa dalar som leder till hela setförluster. Ett stabilt Linde som håller en högre lägstanivå än i matchen mot RIG Falköping betyder mycket mer för framtiden än ett Linde som vinner matchen trots dåligt spel.

Källa: LindeNytt.com

<https://lindenytt.com/nyheter/lugnet-ar-nyckeln-i-mottagning/>