

Door André Triep

Op zoek naar het geheim van Simokos

CMV-afdeling bij Simokos bloeit en groeit

Sinds enige jaren hoort de CMV-afdeling van Simokos uit Grootebroek tot de Club van Honderd. In dit geval gaat het om clubs met 100 of meer leden in de CMV-leeftijd. Een club van die omvang kan alle niveaus uit het CMV aanbieden en daarbij differentiëren en selecteren naar niveau en bekwaamheid. Tien jaar geleden kwam Simokos daar nog niet in de buurt. Het had toen 45 CMV-leden. Met een enthousiaste en gerichte aanpak met vele vrijwilligers is er sindsdien iets moois opgebouwd en wordt al enige jaren de grens van 100 CMV-leden overschreden. Daardoor heeft Simokos nu bijna 200 jeugdleden en totaal zo'n 380 leden.

SIMOKOS staat overigens voor Sportiviteit Inzet Mentaliteit Oefening Kenmerken Ons Spel.



De afgelopen jaren eindigde SIMOKOS in april met ruim 100 CMV-leden, waarna een flinke groep doorstroomde naar de C-jeugd. Er moest na de zomer met een kleinere groep worden gestart en in de loop van het seizoen groeide die weer aan tot boven de 100. Een klein deel ervan speelt overigens al in de C-jeugd.

Op zoek naar het geheim van Simokos sprak ik met drie sleutelfiguren in het groei-proces van het CMV: Rianne Wever, Corine Admiraal en Mariet Spek. Zij trainden afgelopen jaren vooral de bovenbouw (niveau 6).

Technische lijn volgen

Een centrale rol in het succes van Simokos heeft de technische visie van waaruit wordt gewerkt. In die visie is er op alle niveaus van het CMV dezelfde trainingsopbouw, maar die wordt wel aangepast aan de niveauverschillen.

Ervaren trainers als Wim Krip en Peter de Jong begeleiden deze aanpak gedurende

...het feit dat ze allemaal
coaches hebben die verstand van
volleybal hebben.

het seizoen. Elders in dit nummer van Volley Techno staat de volleybalvisie van Wim Knip.

Wim Knip zorgt ook voor de voortzetting van de technische lijn vanuit het CMV. Hij gaat komend seizoen dames 1 en Meisjes A1 van Simokos trainen. Alle 9 ABC-teams gaan 2 maal per week trainen.

Dat betekent dat de investering in de jeugd die bij het CMV start breed wordt doorgezet bij de oudere jeugd. De MA1, MB1

en MC1 gaan komend seizoen starten in de hoofdklasse.

Vanaf niveau 1 en 2 van het CMV kan er bij Simokos getraind en gespeeld worden.

De niveaus 1, 2, 3 en 4 trainen 1 maal per week, maar niveau 6 traint structureel 2 maal per week met de meest ervaren CMV-trainers. Vanaf niveau 4 vindt ook een gerichte selectie plaats.



Spelen in de regio

De laatste jaren mag altijd een team van Simokos namens de speelkern Enkuizen meedoen aan de regiofinale en daar goed voor de dag komen. In 2014 vond de regiofinale in Soest plaats en Simokos plaatste zich toen voor de Finalfour of ook wel het NGCK. In 2015 organiseerde Simokos zelf in de Flint de regiofinale. Organisatorisch was dat een groot succes, maar sportief was het wat teleurstellen voor Simokos dat met een 3e plaats (overigens op zich een mooie prestatie) niet de landelijke finale niet werd gehaald.

Een aantal Westfriesse clubs organiseren gezamenlijk regionale talenttrainingen. Dat gebeurt bij de ABC-jeugd, maar ook bij het CMV. In voorjaar 2015 werden zeven CMV-leden van Simokos hiervoor geselecteerd.

Groei gaat niet vanzelf

Een belangrijke bron voor Simokos om zijn CMV-leden te werven is het jaarlijkse Schoolvolleybaltoernooi. In 2015 vond de 37e

aflevering van het Ries Bruin School Volleybaltoernooi plaats.

Zo'n 70 vrijwilligers werkten daar aan mee. In 2014 deden 26 jongens- en 37 meisjesteams van 9 basisscholen in de gemeente Stedebroec mee.

De meeste scholen hebben ook deelgenomen aan de clinics die Simokos-trainers in de maand november tijdens de gymles hebben gegeven.

Voorafgaand aan de toernooidagen op zaterdag konden de schoolkinderen op woensdagmiddag nog een training krijgen.

Groep 3 en 4 speelde CMV niveau 2, groep 5 en 6 speelde CMV niveau 3 en groep 7 en 8 speelde volgens de spelregels van het CMV niveau 4.

Door de constante instroom vanuit de CMV-afdeling blijft de seniorenafdeling groeien. Dat geldt vooral bij de dames. Van dames 1 van Simokos is bijna iedereen bij de eigen CMV-afdeling begonnen.

De groei bij Simokos gaat overigens niet vanzelf. De bevolking in de omgeving van Grootebroek vergrijsst, want er worden weinig nieuwe woningen gebouwd. De klassen op de basisscholen worden kleiner, en er is gewoon minder jeugd in de omgeving van Grootebroek. En bij de oudere jeugd is het probleem, dat als ze gaan studeren ze dan vaak naar Amsterdam of Groningen gaan.

De CMV-competitie wordt door de clubs die de speelkern Enkuizen vormen gezamenlijk zelf geregeld en dat gaat goed. Kinderen die naar de C zijn doorgestroomd fluiten meestal in deze competitie. Aan deze competitie deden afgelopen seizoen 17 Simokos-teams mee.

De verhouding meisjes-jongens is net als bij alle andere verenigingen scheef. Al in maart 2014 heeft Simokos een smashbaltoernooi voor CMV-6 georganiseerd.

Investeren in trainers

Simokos investeert in zijn trainers. Gestreefd wordt om alle trainers een VT-cursus te laten volgen. Elk jaar volgt een aantal nieuwe trainers een cursus VT2 of 3. Om de kwaliteit van de training te waarborgen staan er op bijna elke groep 2 trainers.

Ik vroeg aan de 3 CMV-trainers, waar je de Simokos-aanpak aan kunt herkennen. Dat leverde de volgende antwoorden op.

- Ten eerste aan de inzet en het enthousiasme waarmee punten worden gevierd. »



Rianne Wever,
voorzitter
jeugdcommissie.

...de inzet en het enthousiasme waarmee punten worden gevierd.

- Ten tweede aan het consequent in drieën en technisch verzorgd volleybal spelen.
- Ten derde aan het feit dat ze allemaal coaches hebben die verstand van volleybal hebben
- Ten vierde aan de intentie om bovenhands te serveren.

Groot groeien

Er worden veel gezellige activiteiten naast de specifieke volleybaltraining en wedstrijden georganiseerd zoals:

- Sinterklaasfeest
- Zwemmen met de hele CMV-afdeling
- Oud-Hollandse

Spellenmiddag

- Bowlen
- Ouder-kindtraining
- Mini-disco

Een belangrijke activiteit is verder dat bij de thuiswedstrijden van dames 1 steeds 2 a 3 CMV-leden als talent van de week mee mogen draaien met het inspelen van dames 1. Tegelijkertijd verschijnt er dan een kort interview met ze in het clubblad.

De Flint is bomvol

Voor een deel speelt jeugd met D-jeugd leeftijd al bij de C-jeugd mee. Door de groei van de CMV-afdeling en de hele club wordt het steeds meer passen en meten voor de TC's van Simokos om alle teams voldoende trainingsuren te geven. De eigen sporthal de Flint is bomvol en een aantal seniorteam moet in een andere zaal trainen. Het betekent dat de CMV-jeugd soms al vroeg moet trainen. Op woensdagmiddag start de eerste ronde al om 15.15u.

Voor de CMV-afdeling zijn er op maandagmiddag 3 velden beschikbaar met 1 trainingsronde van 16.30u tot 17.45u en op woensdagmiddag/avond 3 velden beschikbaar voor 3 rondes (15.15-16.30u, 16.30u-17.45, 17.45u-19.00u). De niveaus 1, 2, 3 en 4 trainen 1 maal per week. De niveau 6 groepen trainen tweemaal per week.

Veilig Sportklimaat

Simokos is in december 2014 met het traject Veilig Sportklimaat gestart. Eerst had het Simokos-bestuur een gesprek met docente Ine Klosters, waarna op 7 juni de eerste kaderbijeenkomst hierover werd gehouden.

Die werd toegespitst op Sportief Coachen en een grote groep trainers, coaches en begeleiders nam hieraan deel.

Uitdagingen

In 2014 deed Simokos met 7 teams mee aan de voorronde van de Nationale Open Jeugd Kampioenschappen (NOJK). De CMV-jongens en de CMV-meisjes wisten zich te plaatsen voor de halve finale (net als meisjes A en meisjes B). Ze presteerden goed, maar kwamen te kort voor een finaleplaats. De meisjes CMV hadden zich via de Regiofinale geplaatst voor de Nederlandse



Het Kampioensteam

Gesloten Clubkampioenschappen (ook wel Final Four) in Eindhoven. De meisjes werden zesde. In 2015 deden de meisjes CMV en de jongens CMV weer mee aan de voorronden van het NOJK. Ditmaal lukte het niet de halve finale te bereiken.

Opleidingsplan

Voor de gehele vereniging wordt gewerkt aan een technisch beleidsplan. Simokos maakt daarbij ook gebruik van gegevens uit het Meerjaren Opleidingsplan Volleybal en modules die door Scope zijn ontwikkeld. Dat werkt op termijn ook door in de technische lijn bij de CMV-afdeling. Daar worden overigens nu al jaarlijks trainersbijeenkomsten gehouden.