

# Al vroeg weer op het veld

**Amateurclubs delen de voorbereiding steeds vaker in blokken op.**

**Robin Campmans  
Enschede**

**G**radus Hempenius verbleef onlangs met zijn teamgenoten van hoofdklasser Excelsior '31 een aantal dagen op Mallorca. Feestvieren en genieten van de zon, daar kwam het min of meer op neer. „Het was de afsluiting van het seizoen, maar we waren toen ook al met de voorbereiding op de nieuwe competitie begonnen. Best vreemd als je er wat langer over nadenkt”, aldus de middenvelder.

Het eerste weekeinde van september is (op de hoogste klassen na) al vele jaren het moment waarop de amateurs weer 'voor het echte' beginnen. Zes tot acht weken eerder staat de eerste training op de rol. Althans, vroeger. Inmiddels splitsen steeds meer clubs de voorbereiding op.

Eerst een blok van een paar weken in juni/juli, vervolgens vakantie en dan het tweede deel vanaf augustus. Het komt in de top van het amateurvoetbal voor, maar eveneens bij derde- en vierdeklassers. Vorige week waren er zelfs al volop oefenwedstrijden. „Wij spelen eind deze week vriendschappelijk tegen Den Ham, dat duel is voor ons de afsluiting van het eerste deel in de voorbereiding”, vertelt DETO-trainer Walter Weghorst.

Ook de eersteklasser uit Vriezenveen heeft er al trainingen opzitten in aanloop naar het nieuwe seizoen. „Het liefst was ik later begonnen”, aldus de nieuwe trainer van DETO. „Maar de vakantie valt dit jaar zo laat dat je dan in tijdnood komt. Bovendien wil je de groep zo volledig mogelijk hebben. Dat kan door de voorbereiding in twee delen te doen. Nu is dagennog iedereen er nog, in au-



**▲ Ook voor DETO Twenterand is de voorbereiding op het nieuwe seizoen al begonnen.**

FOTO LENNÉKE LINGMONT



**Nu is nagenoeg iedereen er nog, in augustus ook weer.**

**Dat scheelt**

—Walter Weghorst

Weghorst verwacht dat zijn spelers wel degelijk profiteren van de arbeid die ze momenteel verrichten. „Daarin leg je de basis, probeer je de jongens alvast inhoud te geven. Het zijn vooral duurtrainingen die we momenteel doen. Als we op 1 augustus weer bij elkaar komen is het even kort herhalen en vervolgens echt toewerken naar de competitie-start.”

## **Uitwijken**

„Wij hadden geen nacompetitie met De Zweep, dus het werd ook wel weer een keer tijd om te beginnen”, aldus Wennemers. Toch was er een probleem voor de eersteklasser uit Nijverdal. „We mogen nog niet op de velden, ook niet het trainingsveld. Daarom wijken we de komende weken uit naar het kunstgrasveld in Hellendoorn. Voor elk probleem is er een oplossing.”

zelfs nog meer zitten. Er zijn nu spelers op vakantie, maar die keren binnenkort terug. Dan gaan er weer anderen weg. Als ik er straks niet ben, neemt de assistent het over. Hij is nu op vakantie. Zo wisselt het elkaar mooi af en heeft iedereen straks voldoende gedaan.”

## **Bierje**

Bij Excelsior is het nu echt rustig. Eind juli worden Hempenius en zijn teamgenoten weer in Rijssen verwacht. „De trainer heeft ons wel de opdracht meegegeven om de komende weken bezig te blijven”, lacht Hempenius. „Op Mallorca heb ik aardig wat gelopen, maar wel met een bierje in de hand, ha ha. Er zullen genoeg jongens zijn die fanatiek blijven sporten, ik ben niet zo'n type. Ik geloof ook niet dat ik eind juli echt voordeel heb van de trainingen die

gustus ook weer. Dat scheelt. En voor mij als nieuwe trainer is het natuurlijk wel lekker dat ik nu al echt kennismaak met DETO in plaats van eind juli.”

„Dat je compleet bent en alvast kennismaakt met de nieuwe jongens zijn inderdaad voordelen”, zegt Hempenius. „En ik heb ook nog geen spierpijn gehad, dat is normaal wel anders. Maar verder zie ik het nut er niet van in dat we al zo vroeg gingen trainen.”

## **Afwisselen**

De Zweep kiest voor een iets andere aanpak. Maandagavond was de eerste training en er komt geen onderbreking meer. „Maar er gaan wel jongens op vakantie, zelf ben ik er ook tien dagen niet”, aldus trainer Anton Wennemers. „We hebben een schema opgesteld waarbij we telkens op een andere dag trainingen hebben.”