



'HET TENNISMUURTJE MOET WEER COOL WORDEN'

Voor kinderen is tennis een trainingssport geworden. En daar moet verandering in komen. Oud-prof en tennisleraar Nick van der Meer ziet een belangrijke rol weggelegd voor het tennismuurtje.

Ergens tussen de 330 en 340. "Laten we het daar op houden." Nick van der Meer lacht en legt uit dat het zijn standaard antwoord is als hem gevraagd wordt wat zijn hoogste ranking in het internationale profennis was. Na die profcarrière, waarin hij een aantal Future toernooien won, is hij aan de slag gegaan als tennisleraar. Met evenveel passie voor het tennis als toen.

Van der Meer: "Ik ben een liefhebber, altijd al geweest. Als jongen ging ik op de fiets naar de club, op de bonnefooi. Kijken wie er was om tegen te spelen. En als ik geen tegenstander vond, ging ik alleen tegen de muur spelen. Of ik dubbelde met 'oude' mannen, zoals ik ze toen zag. En was ik niet op de club, dan speelde ik thuis in de buurt. Tegen de muur, of we spanden een net op straat."

Dat enthousiasme ziet Van der Meer nog maar weinig bij kinderen. Een beeld dat wordt bevestigd door gesprekken met andere tennisleraren. "We signaleren allemaal hetzelfde probleem: tennis is een trainingssport geworden. Kinderen komen naar de training, pakken na afloop hun tas en gaan weer naar huis. In de vakanties zien we ze niet eens op de club."

Natuurlijk zijn de tijden veranderd. Spelcomputers, social media; ze leggen beslag op de tijd van kinderen. Daarnaast wordt er in het algemeen minder buiten gespeeld. Toch wordt er op pleintjes wél gevoetbald. Waarom zien we dan geen kinderen met een racket bij muurtjes? "Het imago van tennis is wat saai, denk ik," legt Van der Meer uit. "Tennis zou wat stoerder en aantrekkelijker moeten worden in de ogen van de jeugd. De trucjes uit het straatvoetbal zijn cool, maar die kan je ook in het tennis doen. Juist tegen de Oefenmuur. Je kunt er lekker klooiën, een balletje achter jezelf slaan, tussen je benen door. Gekke dingen uitproberen."

Zo deed hij het zelf ook als kind. "Het was echt heel speels. Dan zag ik op Eurosport een bepaalde bal die werd geslagen, die dan vaak in de herhaling kwam. Nou, dan ging ik net zo lang oefenen totdat het mij ook lukte. En dat voelde dan bijna als een overwinning. Bij de muur was ik Pete Sampras, dan probeerde ik net als hem te serveren. En dan kwam een vriendje erbij en die was dan Richard Krajicek, die speelde dan alleen een backhand slice."

Wat het hem opleverde? Creativiteit, handigheid, controle. "De muur is een spiegel. Als je er keihard tegenaan slaat, komt de bal keihard terug. En terwijl je slaat, ben je ongemerkt bezig met je voetenwerk, met je uithoudingsvermogen. Zelfs toen ik al prof was, ik stond denk ik rond de 500 op de ranking, deed ik weleens mijn warming up tegen de muur. Als er niemand was om tegen te spelen, was dat een prima alternatief."

Juist voor kinderen kan het een goede manier zijn om zoveel mogelijk balcontact te hebben. Dat maakt het leerzaam en leuk. Rally's zijn vaak nog lastig op jonge leeftijd, maar bij de muur heb je als jonge



speler altijd succes. “Kinderen kunnen er verschrikkelijk veel ballen slaan, zelfs als ze onder de lijn die het net moet voorstellen slaan, komt die bal weer terug. Dat is zo belangrijk.

“Ik zie veel tennislessen waar verschrikkelijk veel attributen bij gehaald worden op de baan, om het maar zo leuk mogelijk te maken. Daarbij vergeleken is zo’n kale muur natuurlijk al snel saai. Nu de MuurMesters laten zien hoe je de muur kunt schilderen, zodat ‘ie er tof uitziet, wordt het al weer wat aantrekkelijker om er te spelen. Een mooi moment om elke vereniging en tennisleraar aan te raden om meer gebruik te maken van de Oefenmuur. Om de muur in je lessen te betrekken, al is het een kwartiertje of een half uurtje.

“Je zult de eerste keer misschien wat commentaar krijgen van de ouders, ze zullen zich afvragen waarom de kinderen niet op de baan staan. Maar als je als leraar onderbouwt waarom je het doet, kunnen ze er eigenlijk niet op tegen zijn. Door een gedeelte van de les bij de muur door te brengen, leren de kinderen wat ze met de muur kunnen doen en hoe leuk het kan zijn. Welke oefeningen werken goed? Welke challenges kun je er op spelen met elkaar? Dat kan je als kind vaak niet zelf bedenken. Als je ze dat laat zien, en er bijvoorbeeld filmpjes van maakt die je deelt, zodat ze elkaar stimuleren en ze elkaar gaan uitdagen, dan is de kans ook groter dat ze zelf de muur zullen opzoeken.”

En zullen ze misschien net zoals Van der Meer doen alsof ze een grote tennisser zijn. In dit geval een kleine Federer of Nadal, en blijven ze op de club hangen. “Laat ze lekker klooien,” lacht Van der Meer. “Het moet weer cool worden om bij die muur te zijn. Het is de basis van het tennis, daar moeten we naar terug.”