

Onbeperkt

‘De wereld aan mijn voeten’

Peter Karreman

COLOFON

Uitgeverij GVMedia 2017
Peter Karreman

**Onbeperkt. De wereld
aan mijn voeten**

Eerste druk januari 2017
ISBN 9789055993260
NUR 808/480

Tekst redactie en correctie:
Margot Reesink

Tekst redactie:
Jenny Westra

Foto's cover:
Peter Karreman en Jeroen Balemans

Foto's binnenwerk:
Peter Karreman, Jeroen Balemans,
Jan Mastwijk, Carel Schutte, Chris Korsten

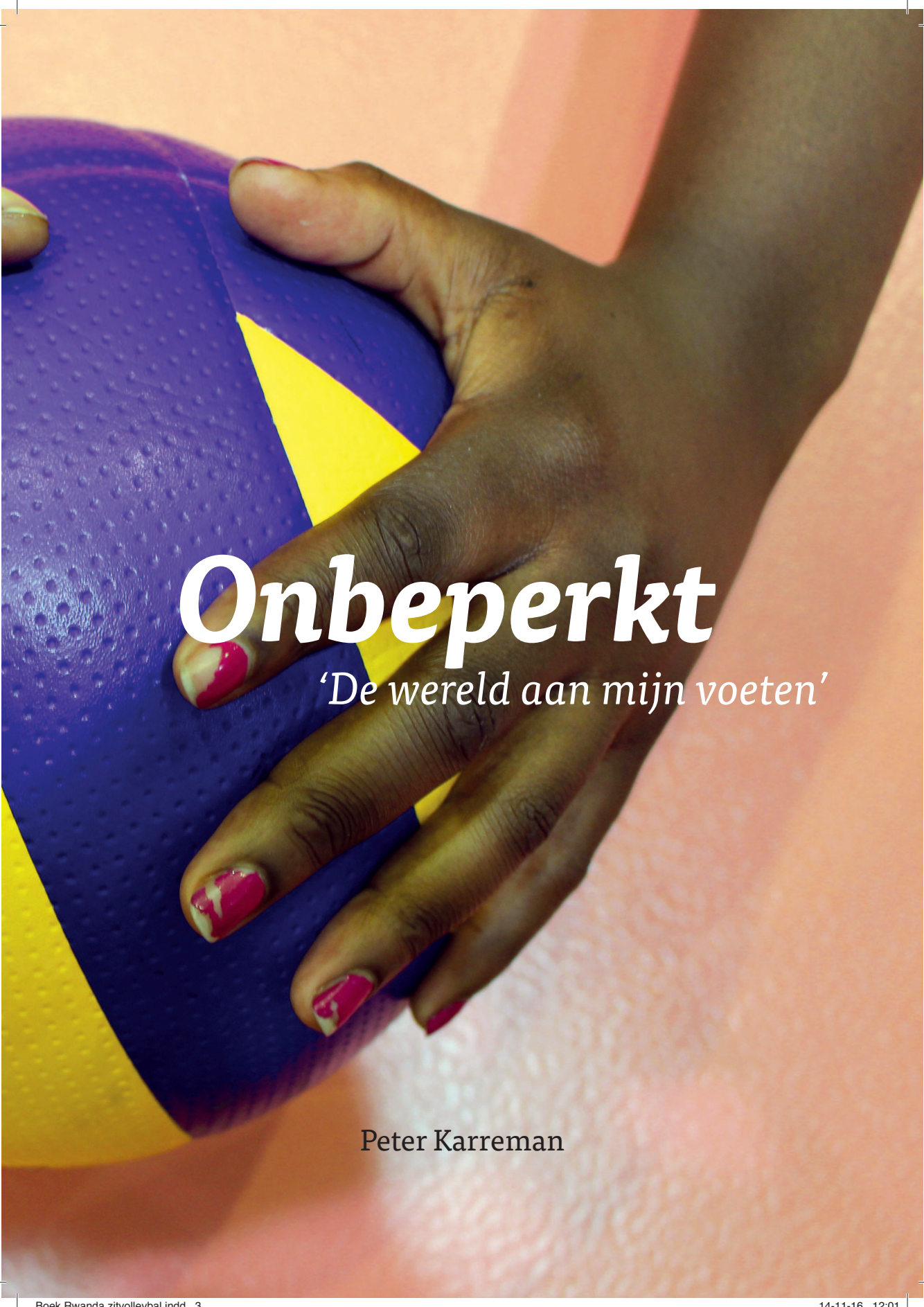
Foto's portretten:
Peter Karreman en Monique Velzeboer

Grafisch ontwerp en opmaak:
Vormvast Creatief Centrum, Uitgeest

www.gvmedia.nl
info@gvmedia.nl



Niets uit deze uitgave mag worden gekopieerd, gefotografeerd, op microfilm gezet.,
vermenigvuldigd in welke vorm dan ook, inclusief gebruik op internet, cd, cdv, cd-rom,
zonder voorafgaande toestemming van de uitgever.
Maar vragen staat vrij en de mogelijkheden zijn onbeperkt.



Onbeperkt

‘De wereld aan mijn voeten’

Peter Karreman



Inhoud

Voorwoord	7
Inleiding	9
Het damesprogramma gaat van start	18
Oefenen met de Egyptische dames	24
Het Afrikaans Kampioenschap van 2015	30
Slovenië, de eerste reis buiten Afrika	44
Trainingskamp op eigen bodem	57
De Intercontinental Cup (China)	67
Gatagara	80
Oefenen in Nederland	86
Rio!	101
Nawoord	130





Voorwoord

Een lang voortsliuimerende droom wordt eindelijk realiteit: een boek met alle ervaringen en gebeurtenissen over mijn activiteiten in een ver en arm land. Het boek was nooit tot stand gekomen zonder de hulp van vele mensen, maar vooral niet zonder de acceptatie en ondersteuning van mijn lieve vrouw Ellen. Want ik geef het je te doen. Vaak kreeg de sport voorrang op dingen die we binnen het gezin wilden doen, onze welverdiende vakanties moesten we afstemmen op de jaarlijkse competitieprogramma's en soms was ik hele weken van huis. Dat ik zo veel weg ben is juist een opgave voor haar. In het begin viel dat misschien wel mee en was de eenzaamheid niet merkbaar. Maar nu de kinderen langzaamaan de deur uit gaan, wordt dat wel nadrukkelijker merkbaar en is zeeën zaterdagavond soms echt alleen. Ook mijn kinderen Nick, Joyce en Tessa hebben mijn aanwezigheid vaak moeten ontberen en mijn aanmoedigingen vanaf de zijlijn moeten missen. Ook van hen kwam er geen onvertogen woord als papa weer afwezig was. Ik hoop dat ik dat, in de momenten dat ik wel aanwezig was, voldoende heb kunnen compenseren. Als laatste is daar het Nationaal Paralympisch Comité (NPC) van Rwanda met alle spelers, speelsters en medewerkers achter de schermen. Alles begon met hun droom. Een land in opbouw. Een land dat ontoegankelijk is voor gehandicapten en waar je als gehandicapte niet direct de beste kansen en zorg krijgt. Een land dat weet hoe te overleven. Een NPC dat knokt voor alle mensen met een beperking en ze krijgen het voor elkaar ook. Zitvolleybal staat ineens op de nationale agenda en de behaalde resultaten boezemen wereldwijd ontzag in. Een droom hebben is één ding, maar een droom realiseren is van een geheel andere orde. Dat hebben zij gedaan en daarmee hebben zij de levens van veel mensen in hun land positief veranderd, en daar gaan ze de komende jaren mee door. Zonder hun hulp was dit nooit gelukt. Ik hoop dat dit boek op een of andere manier bijdraagt in hun verdere missie, want die is nog lang niet afgelopen. Rwanda, 'The Land of Thousand Hills', je bent prachtig. Zonder iemand tekort te willen doen, draag ik dit boek op aan mijn grootste fan en grootste steun, mijn vrouw Ellen. Rwanda is prachtig, maar jij bent geweldig.

Peter



Inleiding

De sport

Dit boek gaat over één van de mooiste teamsporten die er bestaan: volleybal voor mensen met een beperking. Juist die beperkingen geven deze sport die extra dimensie. Het reguliere volleybal behoeft uiteraard geen toelichting. Is zitvolleybal dan een zeer statische vorm van volleybal? Nee, alles behalve dat.

Het heet zitvolleybal omdat het gespeeld wordt door mensen met een lichamelijke beperking. Ze missen bijvoorbeeld beide benen, één been of delen van hun lichaam functioneren minder of anders. Over het algemeen betekent het, dat een essentieel onderdeel van het volleybal, namelijk het springen, moeilijk of onmogelijk is. Bij zitvolleybal is de (letterlijke) grondregel dat het zitvlak of een deel van de romp in contact met de grond moet zijn als je de bal speelt. Voor de rest is het spel identiek. Er wordt evenals bij het reguliere volleybal 6-tegen-6 gespeeld, met als doel om de bal aan de overzijde van het net bij de tegenstander op de grond te krijgen. Er wordt gespeeld met de volledige set aan bestaande regels.

De belangrijkste verschillen zijn, dat het net wat lager hangt (de sporters bewegen zich zittend over de vloer en hebben daardoor minder hoogte) en het veld wat kleiner is, omdat schuiven langzamer gaat dan lopen. Maar juist deze afmetingen maken het spel aantrekkelijk en veel sneller dan regulier volleybal. Voor je het weet komt de bal alweer terug van de tegenstander. En door de korte afstanden heb je minder tijd om de bal te beoordelen en bijtijds te reageren.

Denk niet dat het een relaxt spelletje is, wat vanuit een rustige zithouding of een rolstoel wordt gespeeld. Alweer nee. Het 'zitten' houdt in dat je met je zitvlak op de grond plaatsneemt en jezelf schuivend zo snel mogelijk verplaatst. En zeker niet vanuit een rolstoel: die zou je in dit geval zelfs meer beperken, vanwege de mindere wendbaarheid. Het is ook niet zo dat je zittend niet zo hard kan slaan als vanuit sprong. Er wordt gewoon 'hard' aangevallen. De kans dat er bij zitvolleybal iemand 'knock-out' wordt geslagen is aanwezig. Zitvolleybal is gewoon veel aantrekkelijker en dynamischer dan regulier volleybal.

Naast het zitvolleybal bestaat er ook 'Sitzbal'. Deze van origine Duitse sport is ontstaan na de Tweede Wereldoorlog. De sport wordt jarenlang alleen maar in Europa beoefend, met name door Duitsland en Zwitserland. Rond 2004 waait het over naar een aantal landen in Oost-Afrika. De enige gelijkenis met het zitvolleybal is dat Sitzbalspelers zich ook zittend over de grond verplaatsen. Verder verschilt het

essentieel met het zitvolleybal. Bij Sitzbal mag de bal stuiten, is de techniek ondergeschikt en mag een speler meerdere malen achter elkaar de bal spelen. Het Sitzbal wilde zich tot een paralympische discipline ontwikkelen, maar is door de ontwikkeling van het zitvolleybal achterop geraakt.

Classificatie

In elke paralympische sport is er een systeem bedacht om ervoor te zorgen dat een sportprestatie enkel afhankelijk is van talent, fitheid, kracht, uithoudingsvermogen, tactisch inzicht en mentale focus. Het mag niet zo zijn dat winst of verlies wordt bepaald door de aard of mate van de handicap. Dit systeem noemen we de 'classificatie'. De 'keuring' wordt uitgevoerd door artsen en per sport wordt gekeken wat de sporter nog wel of niet kan doen.

De classificatie bepaalt of iemand mag meedoen in de paralympische tak van de sport en deelt de sporters in klassen met gelijkwaardige beperkingen. Tot op zekere hoogte is dit vergelijkbaar met de gangbare indelingen in de sport in gewichtscategorie, geslacht of leeftijd. Het hebben van een beperking is niet voldoende om toegelaten te worden tot een paralympische sportklasse. De beperking moet bewijsbaar van invloed zijn op de specifieke sport. Classificatie is dus ook specifiek per sport: een beperking in één tak van sport kan binnen een andere tak van sport weinig tot geen invloed hebben.

In het zitvolleybal gaat het meestal om beperkingen aan de onderste ledematen. Beperkingen aan de armen komen soms ook voor in deze sport. Dat laatste is voor het volleyballen wel een extra moeilijkheid, omdat volleybal een technieksport is die veelvuldig gebruik van de armen en handen vergt. En je hebt de armen ook nog eens nodig om je te verplaatsen.

Niet alle beperkingen vallen in één oogopslag op. 'Na de wedstrijd stonden ze allemaal op en sprongen ze door het veld,' zeggen mensen vaak verbaasd. Dit komt omdat niet alle beperkingen even zichtbaar zijn. Inwendige beperkingen, spierziektes, kleinere beperkingen en dergelijke vallen pas op als je wat meer inzoomt of weet waar je naar moet kijken. Als je twee benen hebt, wil dat helaas niet zeggen dat je geen 'beperking' hebt. Maar als je een 'beperking' hebt, wil dat ook weer niet zeggen dat je daardoor niets kan. Het beperkt je wellicht in sommige zaken, maar het geeft altijd nog meer mogelijkheden. En juist dat laten de sporters met een beperking ons zien.

Het land

Rwanda is één van de mooiste landen in de wereld, namelijk 'het land van de duizend heuvelen'. Het land van de gorilla's. Maar ook het land van de genocide.

Van genocide naar Kwibuka

De genocide van 1994. Een onvergetelijke, wrede gebeurtenis, die ontelbare mensen in Rwanda het leven kostte. Gedurende deze periode, waarin vooral Tutsi's het slachtoffer werden, werden in minder dan 100 dagen meer dan een miljoen Rwandezes vermoord. Het is één van de zwartste periodes in de geschiedenis van de mens. De regio was al politiek instabiel sinds 1959 en een opeenstapeling van gebeurtenissen sinds die tijd resulteerde in een genocide, die op 7 april 1994 startte. Het gevolg: een natie die geweldig leed onder het brutale geweld en die zo veel inwoners achterliet met een beperking en trauma's, zowel fysiek als mentaal. Kwibuka betekent 'herdenken' in het Kinyarwanda, de taal van Rwanda. Maar het beschrijft ook de jaarlijkse herdenking van de moorden op de Tutsi's. Kwibuka vindt plaats over de gehele wereld. Elk jaar in de week van 7 april wordt deze herdenking gehouden – elk jaar vraagt Rwanda aan de wereld om te verenigen en te herinneren aan alle levens die verloren zijn gegaan. Om er zeker van te zijn dat zo een gruweldaad nooit meer zal gebeuren in Rwanda of waar dan ook in de wereld. Kwibuka bestaat eigenlijk uit 3 kernzaken:

- **Herdenken:** Hou de herinnering hoog aan alle mensen die gestorven zijn. En ondersteun de overlevenden.
- **Herenigen:** Laat zien dat verbroedering door gezamenlijke normen en waarden mogelijk is. Laat de wereld hetzelfde doen.
- **Vernieuwen:** Bouw het land opnieuw op, deel nederig je ervaringen en leer van anderen. Laten we samen een betere wereld creëren.

Nu, meer dan 20 jaar later, in dat land van de duizend heuvelen, waar de verlorenen met diep berouw worden herdacht, vinden de Rwandezes hun weg omhoog. Ze hebben een visie van hoop, waardigheid en voorspoed voor hun land. Samen werken ze naar een heldere toekomst die ze verdienen. Eenheid en verbroedering zijn nu hecht aan elkaar verbonden.

Hoewel Rwanda één van de snelst groeiende economieën in de wereld heeft, betekent dit nog niet dat het land geen armoede kent. Of dat de zorg voor mensen met een beperking goed is geregeld. In het gehele land zijn de voorzieningen voor mensen met een beperking nog steeds slecht geregeld of niet aanwezig.

Mensen met een beperking worden achtergesteld, zitten veelal in een sociaal isolement en behoren vaak tot de armste bevolkingsgroepen. Er is wel enige ondersteuning vanuit de regering, maar dat is nauwelijks voldoende om te overleven. Wat in Rwanda echter altijd blijft gelden is: 'NOOIT WEER'.

De coach

Dit boek gaat over een Nederlandse coach, die via zijn passie voor de sport in aanraking kwam met sporten voor mensen met een beperking en met het onverwachte vrijwilligerswerk op het Afrikaanse continent.

Je weet maar nooit wat er op je pad komt

Als je mij 10 jaar geleden had gevraagd wat zitvolleybal is, had ik je niet kunnen antwoorden. Als je mij toen had verteld dat ik bondscoach zou worden van Rwanda, had ik je waarschijnlijk voor gek verklaard. Maar ik zit schijnbaar zo in elkaar. Er komt iets op je pad en dan heb je de keuze of je daar iets mee gaat doen of niet. Ik heb die keuze gemaakt en ben zo betrokken geraakt bij deze aangepaste vorm van volleybal voor mensen met een lichamelijke beperking. Natuurlijk ben ik al jaren vol passie over de volleybalsport zelf. Ik kan me zelfs geen leven voorstellen zonder deze geweldige sport. Maar in 2004 maak ik voor het eerst kennis met de 'gehandicaptensport' en het zitvolleybal. Ik was bestuurslid Technische Zaken bij de plaatselijke volleybalvereniging. Mijn collega-bestuurslid Willem was tevens begeleider van een G(ehandicapten)-voetbalteam. In het kleine netwerk van mensen die actief zijn in gehandicaptensport was Willem één van de goeroes binnen het zitvolleybal tegengekomen en had hij hem uitgenodigd om op de bestuursvergadering een introductie over deze vorm van volleybal te geven. Op deze spontane late agendawijziging had ik mij niet echt voorbereid, maar het verhaal was inspirerend. En als nieuwsgierig trainer ben ik altijd op zoek naar nieuwe uitdagingen. Voordat ik het wist zat ik een week later voor een demo-training op de vloer. En dat moment veranderde mijn leven.

Bondscoach Nederlandse heren

Wat volgt is een aantal jaren van verkenning. En eind 2006 is daar de vacature voor 'bondscoach heren zitvolleybal'. Alle acties, verdiepingen en investering in het zitvolleybal komen in één keer samen in deze functie. De Manager Topsport van de Nederlandse Volleybal Bond vraagt me of deze functie mij wat lijkt. Nou, daar heb ik wel oren naar. En na een aantal goede gesprekken is de deal gesloten. In de jaren

daarna neem ik met het team deel aan de Europese Kampioenschappen van 2007 (Hongarije) en 2009 (Polen). En tijdens het EK in Polen weten we ons tevens te kwalificeren voor de Wereldkampioenschappen van 2010.

Het Afrikaanse avontuur

Gedurende mijn periode als bondscoach van de Nederlandse heren breidt mijn netwerk binnen de wereld van het zitvolleybal zich steeds verder uit. Ik ben zo'n typische Nederlander, zo een die makkelijk contact legt, een aardig woordje over de grens praat en die typisch Nederlandse, ondernemende en nieuwsgierige houding heeft.

Het is eind 2009 als Pierre van Meenen (toenmalig president van de wereldbond) mij voorstelt om mee te helpen aan een promotieproject in Nairobi (Kenia). Op een vakantie naar Tunesië na was ik verder nog nooit in Afrika geweest, dus dit lijkt me wel wat. Ik antwoord met een volmondig 'ja'. Begin februari 2010 vertrek ik (samen met de helaas in 2013 te vroeg overleden collega Joze) naar Kenia. Joze was in Nederland een gerenommeerd speler, trainer en voormalig bondscoach. We hebben geen idee wat ons daar te wachten staat. Het is voor beiden de eerste ervaring op het Afrikaanse continent. Pierre staat ons op te wachten, samen met een aantal mensen van de Keniaanse organisatie. We krijgen een warm en vriendelijk onthaal.

Het werk begint vrijwel direct, want er is tot aan onze komst weinig (zeg maar gerust niets) geregeld. Naast algemene promotie en een beetje cursus wordt het kwalificatietoernooi voor vrouwen gespeeld voor het WK 2010 in Oklahoma. Er sluiten 3 andere landen (Oeganda, Burundi en Congo) in het sportcomplex aan. De Afrikaanse cultuur en vooral het organisatievermogen komen chaotisch en onvoorbereid op me over. Maar ondanks dat, zo zal ik nog merken, krijgt men het uiteindelijk toch vaak voor elkaar.

Het sportcomplex is een architectonisch hoogstandje, maar niet gebouwd voor mensen met een beperking. Dagelijks moeten de sporters minstens twee keer de 33 treden naar het speelveld omhoogklauteren. Van een lift hebben ze daar nog nooit gehoord. Voor de meesten gaat het tergend langzaam, trede voor trede. Sommigen komen zelfs met handen- en billenwerk boven. Op die momenten had ik maar wat graag mijn benen uitgeleend. Ook Joze met zijn dubbele beenamputatie moet elke keer een paar minuten bijkomen als hij de wedstrijdhall weer heeft bereikt. De trainingszaal bevindt zich trouwens een verdieping lager en die is via een trap van circa 13 treden te bereiken. Voordat de spelers aan sporten toekomen, hebben ze er al een training opzitten.

Dat niet alles vooruit te plannen valt in Afrika, blijkt al vrij snel. Het team van Congo arriveert een dag later, omdat ze aan de grens waren tegengehouden. Het zojuist gemaakte competitieschema gooien we om, zodat alle wedstrijden wel gespeeld kunnen worden. Het nadeel voor Congo is nu wel, dat het team al vermoeid arriveert en dat zij in minder tijd al hun wedstrijden moeten spelen. Uiteindelijk weten de dames van Kenia en Oeganda zich via dit evenement te plaatsen voor het WK 2010. Helaas moeten ze zich later vanwege financiële redenen toch afmelden voor dat WK.

Een telefoontje uit Rwanda

Weer terug van ons Afrikaanse avontuur begin ik aan de voorbereidingen en planning voor de deelname van de Nederlandse heren aan het WK in Oklahoma. Door omstandigheden loopt dit onverwachts anders en dat leidt ertoe dat ik eind maart 2010 mijn ontslag indien. Soms gaat dat nu eenmaal zo. Berustend in een normaler leven, geniet ik van de vrije weekenden. Ik denk verder nog geen moment na over wat de toekomst brengt.

Een paar maanden later is die toekomst er ineens. Via mijn vrienden en collega's Joke en Pierre komt daar een verzoek van Rwanda om de heren te begeleiden naar en tijdens het WK 2010. Met mijn werk in Kenia heb ik op een of andere manier de aandacht getrokken.

Uiteraard moest ik eerst de wereldkaart erbij pakken. Ik heb op dat moment geen flauw idee waar Rwanda ligt. En ik weet verder helemaal niets van het land. Ja, ik herinner me ergens ver in mijn achterhoofd dat er iets mee was. Het heeft die nare historie van de genocide. Maar dat is geen reden om dit aanbod af te wijzen. Eerst maar overleggen met het thuisfront, want wat betekent dit voor mijn werk, gezin, etc.? Mijn lieve vrouw staat direct achter me. 'Laten we eerst maar eens starten met een eerste week,' met die houding begin ik. Van beide kanten hebben we immers geen enkel idee hoe het zou bevallen.

In Rwanda is men pas eind 2008 met zitvolleybal begonnen en er is weinig tot geen geld beschikbaar. De onkosten van de vliegtickets en visa, hotel en verblijf worden uiteraard vergoed. Maar voor de rest zal het vrijwilligerswerk zijn. Voor mij blijft het echter volkomen duidelijk: 'Gewoon doen.'

Een paar dagen later worden de tickets geboekt.

De Rwandese heren plaveien de weg

Na de ervaring van de heren op het WK in 2010 weten ze in 2011 het Sub Sahara Championship te winnen, waarmee ze kwalificatie voor de Paralympische Spelen

Londen 2012 afdwingen. Daar wordt het team in de zwaarste poule ingedeeld, met Iran en Bosnië, de nummers één en twee van de wereld, en met Brazilië en China als andere sterke landen.

We weten vooraf dat het ondoenlijk is om een wedstrijd te winnen in deze poule. In de andere poule zaten Duitsland, Egypte en Rusland (ook landen die te sterk voor ons zouden zijn) en de wat zwakkere broeders Engeland en Marokko. We stellen ons voor het toernooi één belangrijke doelstelling, namelijk 'niet laatste worden'. En die kans ligt verderop in het toernooi. We eindigen op de vijfde positie in de poule en komen voor de negende of tiende plek uit tegen Marokko.

Nu is Marokko niet van het kaliber van onze poulegenoten, maar zij beoefenen het spelletje toch al tientallen jaren. Tegen die ruime ervaring opboksen is geen eenvoudige opgave. Het team begint zenuwachtig en laat de eerste set wegglijpen. In de tweede set krijgt het geloof in eigen kunnen op één of andere manier een boost. De spelers zien dat ze een tegenstander onder druk kunnen zetten en dat ze het initiatief naar zich toe kunnen trekken. Daarna gaat de wedstrijd steeds meer onze kant op. Na de winst in de tweede set is het vertrouwen niet meer aan het wankelen te krijgen en worden ook set drie en vier gewonnen. Na het laatste punt is het team volledig buiten zinnen. Dit is hun eerste overwinning op een groot internationaal toernooi. Rwanda kan zich nu het tweede land in Afrika noemen, na het sterke Egypte. Een prestatie op zich.

Het eerste deel van de missie zit erop. Nu is het zaak om ook de dames naar dit niveau te brengen.

En nu de dames!

Met het NPC Rwanda ben ik overeengekomen dat mijn Rwandese assistent Jean Marie na de Paralympische Spelen in 2012 de heren gaat leiden en dat ik me met de opbouw van de dameslijn zal gaan bezighouden. De heren zijn in goede handen bij Jean Marie. Natuurlijk help ik bij de heren als dat nodig is of als men dat wil. Maar het team en de staf moeten op eigen benen leren staan. Ik wil mezelf niet onmisbaar maken, maar juist proberen om trainers en coaches zelfstandig te maken.

Het NPC Rwanda is serieus en we weten dat we de achterstand met de omringende landen weer kunnen inhalen. De omringende landen zijn al in 2009-2010 begonnen met het vrouwen zitvolleybal. We hebben dus een achterstand van jaren.

Ik herinner me de meeting met de Oost-Afrikaanse landen nog als de dag van vandaag. Tijdens het Sub Sahara Championship in 2011 komen we bij elkaar om

de ontwikkeling van het (Oost-)Afrikaanse zitvolleybal te bespreken. Wat moet er gebeuren om aansluiting te vinden bij de andere continenten?

Oeganda maakt zich hard om heel snel het dames kwalificatietoernooi te organiseren om zich zo alsnog te plaatsen voor de Paralympische Spelen in Londen. Ik heb de president van het Oegandese NPC, Mpindi, meerdere keren ontmoet. Hij is een aardige man met een mooi verhaal, maar het ontbreekt hem aan de nodige daadkracht. Daarnaast heb ik het niveau van de damesteams uit 2010 nog op het netvlies staan. En in de tussentijd hebben de toen gekwalificeerde landen (Kenia en Oeganda) het WK 2010 laten lopen en geen verdere ontwikkeling doorgemaakt. Samen met de sportdirecteur van de wereldbond sta ik nogal sceptisch tegenover de wens om in zo'n korte tijd een damesteam klaar te stomen voor Londen. Bovendien is het praktisch en agendatechnisch een onmogelijk voorstel, en is het vrijwel onmogelijk om een minimaal niveau te halen. Want aan de ontwikkeling van het zitvolleybal is sinds 2010 niets gebeurd. We adviseren eensgezind 'Nee'.

Afrika is op het gebied van zitvolleybal verdeeld in 2 zones: de Arabische Zone en de Sub Sahara Zone. Jarenlang is de Arabische Zone het sterkst vertegenwoordigd met vier deelnemende landen. Inmiddels heeft de Sub Sahara Zone meer landen (circa tien) waarin de sport wordt beoefend. Rwanda heeft in 2011 nog geen dames zitvolleybal, laat staan een nationaal damesteam.

Eind 2011 heb ik de eerste voorstellen voor het damesprogramma gemaakt. De tijd is er rijp voor. Nationaal groeit het besef dat we voldoende vrouwelijke deelnemers kunnen vinden en internationaal zien we voldoende kansen om voor het eerst een Afrikaans damesteam af te vaardigen naar de Paralympische Spelen in Rio.

Tot nu toe is het niet gelukt om een blijvende sportinfrastructuur voor vrouwen op te zetten in Afrika en om van daaruit te bouwen aan nationale teams. Rwanda is het land dat weet door te pakken en dat zich realiseert dat je na een plan de handen uit de mouwen moet steken. Alleen met woorden kom je nergens.

Op de achtergrond gebeurt al van alles voor de dames. Het land wordt afgestruind op zoek naar potentiële zitvolleybalsters. De scouts nemen de ervaringen vanuit het herenteam mee. Ook worden veel herenspelers ingezet als ambassadeur voor de sport. De mannen hebben zich de afgelopen jaren verenigd in allerlei clubs, die zich weer in alle provincies van Rwanda hebben gevestigd. Sommige vrouwen hebben de clubtrainingen van de heren bewonderd en her en der zelfs meegedaan.

Tot in alle uithoeken van het land wordt gezocht: in steden, op het platteland of bij de speciale centra en scholen. Veel van de dames spelen al Sitzbal en juist binnen die populatie wordt gezocht naar de talenten voor het zitvolleybal. Het doel is simpel:

De kwalificatie van het Rwandese vrouwen zitvolleybalteam voor de Paralympische Spelen in 2016.

Maar dat is niet het enige. Het gaat niet alleen om één team, dat op het hoogste niveau acteert, juist de nevendoelstellingen zijn belangrijk:

- Sport voor mensen met een fysieke beperking in Rwanda op een hoger plan brengen;
- De aandacht en het aanbod van deze sporten aan jonggehandicapten vergroten via schoolprojecten;
- De infrastructuur voor verenigingen versterken (de topsport en nationale teams worden gevoed uit een bredere laag van sportbeoefenaars, de breedtesport);
- Het organisatievermogen voor (grote internationale) sportevenementen vergroten;
- Kennis op het gebied van trainers/coaches, organisatie van evenementen, etc. opbouwen en behouden;
- De status van vrouwen binnen de Afrikaanse cultuur op een positieve manier beïnvloeden.

Het zijn juist deze achterliggende of uiteindelijke doelstellingen, die dit project zo mooi maken. Het betekent zoveel voor mensen met een beperking. De speelsters, die eerst werden nagekeken of als 'nutteloos' werden bestempeld, worden nu met belangstelling gevolgd. Ze worden nu voor 'rijk' aangezien, omdat ze in Europa zijn geweest. Ze worden geïnterviewd en ze komen op televisie. Ineens hebben de speelsters een verhaal waar anderen met aandacht naar luisteren. Het zelfvertrouwen van de speelsters als individu en als team groeit.

Het damesprogramma gaat van start

In 2012 zijn we nog volop bezig om het herenteam zo goed mogelijk voor te bereiden op de Paralympische Spelen in Londen. We weten ook dat het beschikbare geld net toereikend genoeg is om in het mannenprogramma te voorzien. Om met de dames een start te maken, moeten we dus creatief omgaan met de mogelijkheden. Tijdens het laatste trainingskamp van de mannen in Rwanda plannen we een aantal introductietrainingen voor de dames in. Gewoon wat extra trainingen tussen de sessies van de heren door.

Voor de meiden is het duidelijk wennen. Heel zenuwachtig komen ze de zaal binnen. Geen van allen heeft ooit met een buitenlander gesproken of van een buitenlander training gehad. Laat staan van een blanke, al weten ze wie ik ben. Ze kennen de verhalen van de mannen.

Voor de meesten is het de eerste kennismaking met de grote stad of met een overdekte sporthal. Voor velen is het de eerste kennismaking met elkaar. De groep is letterlijk bij elkaar gescout vanuit alle hoeken van het land. En voor deze twee trainingen overnachten de (meeste) dames voor het eerst in een hotel. Het is dan wel geen vijfsterrenhotel, maar voor velen komt het luxe over. Logisch, omdat een normaal ontbijt voor een aantal geen dagelijkse garantie is. Ze zijn uiteraard niet uniform gekleed. Sommigen dragen zelfs dagelijkse kleding, wat voor nu prima als sportkleding dienstdoet.

De opdracht voor de trainingen is enerzijds plezier hebben in het met elkaar sporten, maar anderzijds ook om direct de essentie van het zitvolleybal aan te geven. De techniek, het direct spelen en natuurlijk het verplaatsen. De eerste vriendschappen ontstaan, het plezier op de training spat ervan af en achteraf weet men dat Sitzbal en zitvolleybal duidelijk van elkaar verschillen. Een mooi resultaat voor de eerste twee trainingen: de eerste contouren van een vrouwenteam worden zichtbaar.

Het betere 'smijtwerk'

De maanden daarna ligt de focus weer volledig op de mannen. Pas na de Paralympics van 2012 worden de aandacht en de financiën verlegd van de mannen naar de

vrouwen. In februari 2013 wordt het damesprogramma weer opgepakt met een eerste volle trainingsweek. Die eerste trainingen richten we ons op de basistechniek, het technisch correct spelen en het direct spelen in het zitvolleybal. Het is voor de dames een ware uitdaging.

Een belangrijk punt is het 'naar de bal toe' bewegen. Want ben je maar even te laat, dan kan je de bal niet meer direct en zeker niet technisch correct spelen. Laat staan dat je het zicht en overzicht behoudt op het spel. Pas als het zover is, zijn we echt aan het (zit)volleyballen. Voor nu is dat nog een stap te ver.

De introductietrainingen van vorig jaar waren korter en in vergelijking met deze trainingen relaxt. Nu moet er twee keer per dag drie uur getraind worden en dat is een forse fysieke uitdaging. Na een aantal dagen zie je dat de vermoeidheid ze parten gaat spelen. Dat uit zich onder andere in kleine fysieke ongemakken aan polsen, vingers en schouders. Steeds meer en steeds vaker lopen speelsters naar verzorger/fysiotherapeut Jean Pierre. Als trainer hoef ik niet aan te dringen. Men gaat gewoon uit zichzelf door en er komt geen onvertogen woord uit.

Ik vergelijk het niveau met wat ik twee jaar geleden in Kenia zag. Daar doen we zeker niet voor onder. Maar het niveau is niet hoog; vooralsnog heeft het meer weg van het betere 'smijtwerk', dus er is veel werk aan de winkel in de basistechnieken. Maar ik zie ook direct dat er veel meer in dit team zit. Ik heb de Rwandese daadkracht bij de heren ervaren. Ik weet dat als Rwanda die stip op de horizon zet, ze er ook vol voor zullen gaan.

De selectie is niet volledig. We beschikken over 15 tot 20 meiden (de meesten heel jong), waaruit we het team kunnen samenstellen. Maar er ontbreken op dit trainingskamp een aantal potentiële speelsters, omdat die nog op school zitten. De scouting draait nog op volle toeren en er worden nog steeds nieuwe talenten gevonden en toegevoegd. Het grote potentieel aan talenten brengt van nature een gezonde concurrentie en competitieve instelling binnen het team teweeg.

Bij de heren werd ik geassisteerd door Jean Marie. Bij de dames worden mij zelfs twee assistenten toegewezen, Solange en Katinka. Mijn verzoek om het lokale kader uit te breiden is dus gehonoreerd. Een goede zaak, want nu kan ik hen van begin af meenemen en begeleiden. Bij het eerstvolgende trainingskamp blijkt helaas dat de werkzaamheden van de nieuwe assistenten niet waren te verenigen met hun dagelijkse agenda. We vallen terug op Jean Marie, die een betrouwbare basis vormt. Dan vragen de heren of ik hen een paar keer kan trainen. Ach, ik ben er toch en tussen de trainingen van de dames past prima een training voor de heren. Het blijkt dat zij niet meer samen hebben getraind na Londen, maar ik constateer direct dat

de heren veel hebben geleerd in de afgelopen jaren. Ze genieten intens en zijn heel fanatiek. De één wil zeker niet voor de ander onderdoen. De automatismen zijn er vanaf het begin van de training. De spelers hebben aan een half woord voldoende om te begrijpen wat ik wil. De dames zijn nu waar de heren drie jaar geleden waren, zie ik en dat geeft me meteen een richting. De training is voorbij voor we het in de gaten hebben.

Ervaring opdoen, kwalificatie afdwingen?

Dit eerste jaar staat in het teken van ervaring opdoen en deelnemen aan het Afrikaans Kampioenschap 2013 voor vrouwen. Tijdens dat kampioenschap zal Rwanda de kwalificatie voor het WK 2014 (Polen) moeten afdwingen. Het vrouwenkampioenschap wordt dit jaar door Oeganda georganiseerd, dat zijn verantwoording in de verdere ontwikkeling van de regio neemt. Anderhalve week voor aanvang van het kampioenschap wordt het echter afgeblazen. Geen kampioenschap, geen kwalificatie, geen deelname aan het WK. Vooral dat laatste is een flinke streep door de rekening van de Rwandese dames. Dit is namelijk een belangrijke pijler in ons programma. Op die officiële kampioenschappen moeten we juist de broodnodige wedstrijdervaring opdoen om uiteindelijk op het gewenste niveau te komen. Ook het vervolgprogramma komt op losse schroeven te staan. Het is namelijk veel makkelijker om in je voorbereiding naar grote events toe te werken. Geld loskrijgen bij het ministerie en/of private sponsors is in dat geval net iets makkelijker. Nu zal het eerste officiële en grote event pas weer in 2015 zijn. Mijn ticket was al geboekt. Ik zou de week ervoor in Kigali arriveren en daarna samen met de dames in de bus naar Oeganda reizen. En na het kampioenschap zou ik vanuit Kampala terug naar Nederland gaan. Dat laatste werd nu wat lastig, omdat ik nooit in Oeganda zou arriveren. Alleen trainen vind ik te weinig. We moeten op een of andere manier de week anders invullen. Deze periode gaat het er juist om hoe de dames zich in officiële wedstrijden houden. Om toch die wedstrijdervaring op te doen hebben we de zaken maar omgedraaid en hebben we het Oegandese damesteam in Rwanda uitgenodigd om een aantal interlands te spelen. Ze gaan gelukkig op ons aanbod in. De eerste echte interlands, met echte scheidsrechters en in de kleuren van het land. De dames hebben zelf nog geen wedstrijdkleding, maar het tenue van de heren voldoet prima. Na een week trainen hebben Jean Marie en ik onze basisopstelling aardig in kaart. We starten met de sterkste opstelling en met onze beste serveerder aan de start. Het begin is onwennig. Logisch, want het is ook hun eerste echte wedstrijd. Ineens is