

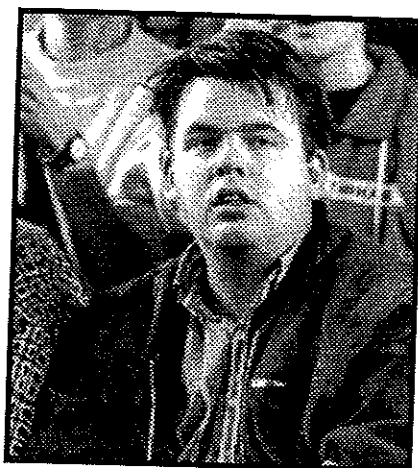
DE STEEK: DODELIJK? Een gesprek met Peter Engel over het belang van de steek door Luc Janssen

TACTIEK

Luc Janssen, trainer van Korenbeurs, heeft seniorenbondcoach Peter Engel op verzoek van de redactie gevraagd zijn mening te geven over het belang van de steek in het hedendaagse spel.

Is de flip meer naar de achtergrond gedrongen en wordt de steek als belangrijkste wapen gehanteerd bij service-ontvangst?

Peter Engel heeft deze mening niet. Luc Janssen besprak met hem onder andere over de toepassing van de steek in vijf verschillende spelsystemen.



minder groot dan achter de tafel. Toch is het belangrijk dat de mogelijkheden die er zijn, optimaal worden benut. Dat betekent dat er ook sprake moet zijn van gewichtsverplaatsing. De bewegingen waar uiteindelijk het grootste deel van de snelheid wordt uitgethaald zijn de onderarm en polsbeweging.

TACTISCHE VARIATIES BIJ DE STEEK

Bij een steek kunnen alle tactische variaties gebruikt worden:

- de richting van plaatsen is belangrijk om af te dwingen waar de tegenstander de volgende bal speelt (met name bij een steek op één van de hoeken) of om een minder goede opening van de tegenstander te krijgen (met name bij een steek op het lichaam/midden);
- met het variëren van de lengte van plaatsen laat je de tegenstander twijfelen of hij een opening achter de tafel kan spelen of dat hij de bal boven tafel moet spelen;
- met effectvariaties dwing je af dat de tegenstander minder risico bij zijn opening kan nemen, omdat hij de bal in het net zou kunnen spelen (bij heel veel backspin) of over de tafel (bij een 'dode' steekbal);
- met een steek met veel snelheid of een hoog tempo geef je de tegenstander minder tijd voor het spelen van een goede opening.

In het moderne tafeltennis is de service een belangrijk wapen. De service-ontvangst heeft een lange tijd veel minder aandacht gekregen. Het is duidelijk dat de ontvangst na de service de meest voorkomende 'situatie' is. Alleen als de serveerder fout serveert, komt de ontvangst niet voor. Er zijn meerdere soorten ontvangsten: de steek is één van de mogelijkheden. In dit artikel gaan we de steek nader bekijken. Ik heb daarvoor een gesprek gehad met onze bondcoach Peter Engel.

WAT IS EEN STEEK?

Tafeltennis kunnen we indelen in drie delen: de service, het spel boven tafel en het vervolg: het spel achter de tafel. De steek is onderdeel van het spel boven tafel: het is een van de mogelijkheden waarmee het spel boven tafel wordt afgesloten. De volgende slagen komen voor bij het spel boven tafel:

- een korte bal wordt zo gespeeld dat de tegenstander de volgende bal boven tafel moet spelen (een korte service is ook een soort korte bal); deze slag wordt ook wel 'tip' genoemd;

- een flip is een aanvallende bal op een korte bal, over het algemeen met weinig spin;
- een topspin boven tafel kan worden gespeeld op een bal die nog net een tweede keer zou stuiten; deze slag is dus niet mogelijk op een hele korte bal;
- een steek is een schuifbal die één keer zou stuiten; over het algemeen wordt de steek zo diep mogelijk en met zo veel mogelijk backspin gespeeld.

Na een korte bal wordt het spel boven tafel voortgezet. Het spel boven tafel wordt afgesloten met één van de andere mogelijkheden.

DE TECHNIEK VAN DE STEEK

Een steekbal wordt gespeeld op een korte/halflange bal. De mogelijkheden om boven tafel het lichaam te gebruiken zijn

DE STEEK EN DE SPELSYSTEMEN

Tegenwoordig is de steek in ieder spelsysteem belangrijk. Toch zijn er verschillen in de importantie van de steek voor een bepaald spelsysteem. In hiernaast staande tabel is aangegeven wat voor vijf veel voorkomende spelsystemen de volgorde in belangrijkheid is bij de mogelijkheden in het spel boven tafel.

Spelsysteem Verdediger Contraspeler Topspin 1e positie
Topspin 2e positie Allrounder

- Voorbeeld Ding Song Gerdie Keen Gatieen Creanga Waldner
- Slag nr. 1 Steek Steek Korte bal Flip Korte bal
 - Slag nr. 2 Korte bal Flip Flip Korte bal Steek
 - Slag nr. 3 Flip Korte bal Topspin Topspin Opening
 - Slag nr. 4 Topspin Topspin Steek Steek Flip

Bij bestudering van bovenstaande tabel lijkt een steek misschien niet zo heel belangrijk: bij de moderne spelsystemen (topspinspelsystemen en allrounders) staat de steek twee van de drie keer op de vierde plaats. Dat is een enigszins verte-

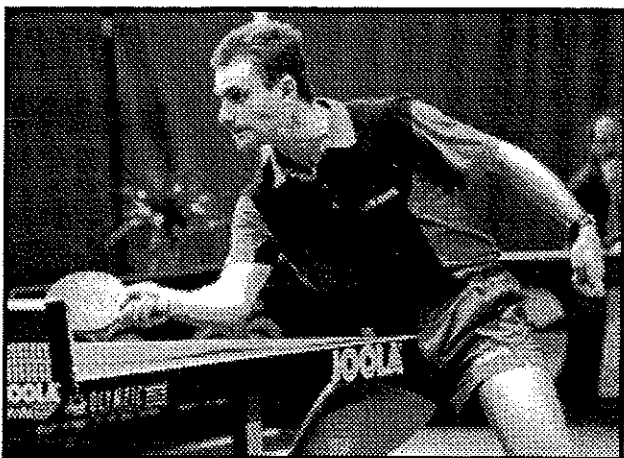
kend beeld. Aan de ene kant liggen bij deze spelsystemen de keuzemogelijkheden heel dicht bij elkaar: een topspinner (eerste positie) speelt ongeveer 35 % korte ballen en 20 % steek, terwijl een verdediger ongeveer 60 % steekt en maar 5 % topspin speelt. Aan de andere kant wordt ook van alle topspelers verwacht dat ze alles kunnen: het allround-spelsysteem zal veel belangrijker worden.

Geconcludeerd mag worden dat voor ieder spelsysteem de steek een belangrijk (topspinsysteem) tot zeer belangrijk (overige spelsystemen) wapen is.

TRAINING VAN DE STEEK

Omdat de steek voor iedereen een belangrijk wapen is, moet er in de training veel aandacht aan besteed worden. Daar kunnen nog veel interessante artikelen over worden geschreven. In dit artikel beperken we ons tot een aantal korte aanbevelingen:

- laat de spelers ook echt steken: heel veel tafeltennissers



hebben de neiging om op de training de service-ontvangst (en met name de steek) te verwaarlozen tot het terugleggen van de bal;

- besteed veel aandacht aan de variaties bij zowel de serveerder (bijvoorbeeld korte service/halflange zodat de ontvanger moet kiezen tussen verschillende ontvangstvariaties) als de ontvanger (bijvoorbeeld richting van plaatsen);

- bij de training van een slag is het belangrijk om verbindingen met volgende slagen te trainen: zo is bij het trainen van de steek de verbinding naar een blok of een overspin zeer belangrijk.

CONCLUSIE

Toptafeltennissers moeten tegenwoordig de verschillende onderdelen van het spel tot in de perfectie beheersen; zij moeten ook steeds meer alle onderdelen beheersen. In dat kader moet iedere toptafeltennissers in staat zijn een 'dodelijke' steek te kunnen spelen.

TABEL

SPELSYSTEEM	VERDEDIGER	CONTRASPELER	TOPSPIN 1E POSITIE	TOPSPIN 2E POSITIE	ALLROUNDER
VOORBEELD	DING SONG	GERDIE KEEN	GATIEN	CREANGA	WALDNER
SLAG NR. 1	STEEK	STEEK	KORTE BAL	FLIP	KORTE BAL
SLAG NR. 2	KORTE BAL	FLIP	FLIP	KORTE BAL	STEEK
SLAG NR. 3	FLIP	KORTE BAL	TOPSPIN	TOPSPIN	OPENING
SLAG NR. 4	TOPSPIN	TOPSPIN	STEEK	STEEK	FLIP