

«Rapport fra treneren»

Tekst og foto: Ann Cecilie Hjelm

Hvert år arrangerer Bergen kommune volleyballturnering for ansatte i Etat for tjenester til utviklingshemmede.

Turneringen arrangeres i Vestlandshallen i Åsane, og personallag fra bofellesskap, dagsenter og avlastningsenheter melder seg på denne store begivenheten. SOR har fått rapport fra treneren til ett av lagene som deltok. Jørgen Espeland (23) bor i Hordviktunet borettslag i Åsane – og da anledningen bød seg meldte han seg som manager og trener for personallaget.



Navn:
Jørgen Espeland (23)
Volleyballtrener for
Hordviktunet borettslag

Hvordan har rollen som trener vært?

Mitt mål som trener for Hordviktunet var at personalgruppen skulle bli så god at de vant hele turneringen sammenlagt. Et annet mål var at de skulle gjøre det

bedre enn forrige år, som ikke var spesielt imponerende. Da var vi relativt dårlige.

Hvordan la dere opp strategien mot turneringen?

Laget vårt fikk låne en gymsal på Mjølkeråen skole. Konen til en av våre spillere jobber der. Der trente vi en søndag i måneden frem mot turneringen. Før hver trening sendte vi ut tekstmeldinger til alle ansatte, og ba de om å stille opp for laget. Jeg vil si det var godt oppmøte. Folk kom på trening selv om de hadde fri. Sånn sett er jeg veldig fornøyd med innsatsen. Men vi kunne nok hatt flere treninger.

Hvis jeg skal trekke frem noen spesielle prestasjoner vil jeg si at spillerne var flinke til å dele på spillingen seg imellom. Alle fikk være med. Alle oppførte seg fint og var hyggelige mot hverandre. Vi spilte generelt gode kamper, og hvis vi sammenligner med i fjor var det bra. Selvfølgelig er det lov å bli stresset og sliten under turneringen. Det tror jeg flere ble. Men det vi gjorde feil i år, skal vi trene videre på til neste år.

Hvilke feil tenker du på da – og hvordan legger dere opp strategien videre?

Nei, for eksempel, en av spillerne våre var stadig nede med foten og skulle ta imot ballen med beinet. Det holder jo ikke, vel? Da er det noe med kommunikasjonen i laget, tenker jeg. Vi må bli bedre til å smashe, og vi kan ikke nøle så mye som vi gjorde. Samtidig må jeg fremheve at vi er skikkelig gode på surving. Det er vårt våpen.

Den videre strategien blir å få til faste treninger fram mot turneringen.



Hordviktunets Volleyballag fikk en fortjent 4-plass under turneringen i Vestlandshallen.

Og hvordan gikk det, alt i alt?

Vi kom på 4.plass, så vi har et forbedringspotensial. Men vi vant en «ekstrapris» fordi vi laget litt liv og røre under turneringen. Laget vårt var utkledd som «Jackson 5», vi hadde store afroparykker og var malte i fjeset. Vi danset til «Jackson 5» sin musikk mellom kampene. Det var skikkelig bra opplegg.

Ser vi Hordviktunet i finalen neste år?

Dette laget har potensiale til å bli bedre – det kan jeg se som trener. Det potensialet skal jeg ta ansvar for. Til neste år vinner vi for beste kostyme og for beste prestasjon. Sånn må det bli! Det er mitt mål som trener.