



Beatrijs van den Brink roeit vanaf 2006 bij R&ZV Jason te Arnhem in verschillende ploegen, dames en gemengd. In regiowedstrijden haalde zij met een vaste wedstrijd ploeg goede resultaten. Sinds anderhalf jaar schrijft zij een column in ROEIEN.

#### Reageren?

Beatrijs.column@gmail.com

## Mind-set

**Op verschillende momenten in het jaar doen instructeurs pogingen roeiers vaardigheden bij te brengen op het gebied van skiffen en groepsroeien. Vaak in koude en winderige omstandigheden waarbij de juiste toon moet worden gezet. Wie les geeft moet zich niet alleen verdiepen in de techniek. Je bewust zijn van het type cursist geeft een hogere kans van slagen in het overbrengen van de stof.**

Je hebt voelers, doeners en denkers en alle combinaties daartussen.

Een voeler heeft geen boodschap aan intellectuele bespiegelingen in zijn leertraject. Bij hem gaat het begrip via het lijf. "Het zit voor geen meter zo'n bankje", riep een gezette cursist over zijn skiff. "Moet ik hierop evenwicht houden? Die handvatten zijn ook dik, is dat altijd zo?, want ik heb maar kleine vingers. Wat is het koud trouwens."

"Ik stap wel als eerste in", riep een doenerige cursist enthousiast, voordat de uitleg van de instructeur klaar was. "Even kijken hoe je je voet neerzet. Ja, zo en dan plof ik lekker neer. Oh, is dat niet de bedoeling? Nou, ik zit al hoor. Duw je me even van de kant? Allemachtig, dat wiebelt."

Hoe gaat zo'n skiff het handigst het water in?", vroeg de denker die niet zomaar aan iets begon. "Het ziet er wel gestroomlijnd uit zo'n bootje. Hoe snel kan je daarin gaan? Maakt het uit hoe je je handen houdt? Rechts over links of juist andersom? Waarom is dat eigenlijk? Hoe heet die

beugel waar de riem doorheen steekt? Kan ik een en ander vinden op jullie site?"

Bij een cursiste liep het niet zo vlot. De instructeur dacht na. Waarom snapt ze het nou niet? Al die oefeningen van de 'stopjes' helpen niet. We zijn nu al weken bezig. Er zitten verschillende pauzes in haar beweging; een soort haperhaal. Er is eerder sprake van verslechtering dan verbetering. "Doe nu maar met z'n allen de ogen dicht en luister naar de riemen en zeg me wat je voelt", riep de instructeur ten einde raad. "Het moet een vloeiende beweging zijn, heel natuurlijk."

De dame van de pauzes kwam steeds beter in haar ritme. "Ja, dit gaat lekker", riep ze blij uit. "Nu hoef ik niet zo te denken en dan gaat het veel beter."

De instructeur kon het allemaal niet meer volgen, want hij was primair technisch geïntereerd. Gewoon rationeel en helder. Cursisten moeten luisteren en doen. Logisch toch?

"Ik voel daar niets voor", sprak hij na vele tob-sessies tegen zijn coach. "Leren vanuit gevoel is mij een brug te ver. Dat moeten anderen maar doen. Iedere instructeur creëert uiteindelijk een groep die past bij zijn 'cup of tea'."

"Laten we cursisten verschillende instructeurs geven in het opleidingstraject", reageerde de coach na deze verzuchting. Een roulatiesysteem vanuit een zekere willekeur. Dan leert iedereen het meest, niet op de laatste plaats de instructeur zelf.

