

Paula de Man uit Eemnes investeert keihard in haar tennistoekomst

'Na nederlaag eerst halfuurtje uitwaaien'

DEBIE VAN NEDERLAND

LAREN - Met grote voorzetrendheid is Paula de Man bezig om misschien wel een belangrijke exponent te worden van het toekomstige vrouwentennis van Nederland. De pas veertienjarige speelster uit Eemnes geldt al vele jaren als een belofte en ze investeert keihard in haar carrière. Of het allemaal zal leiden tot de geplande mooie loopbaan is van vele factoren afhankelijk, maar als het erin zit, zal het er gezien haar gedrevenheid vermoedelijk wel een keerje uitkomen.

De agenda van Paula de Man kent maar weinig vrije plekken, maar ze voert een gezamenlijk leven - om ook bij te praten over de stand van zaken tussentijdse haar tennisleven. Dat zit in de juiste richting, aan het ontwikkelen is. Een gesprek met een jonge speelster die bij is dat ze zo gemakkelijk leert - zit in de derde klasse van het vwo op Laar en Berg die heel goed weet wat ze wil en ontzettend slecht tegen haar verliezen kan.

- *Je bent al jaren de beste speelster van Nederland in de silver categorieën bij de jeugd. Geeft dat een bepaalde druk?*

- Toevallig ben ik twee weken geleden gepasseerd door een meêje, Richel Hogenkamp, in de categorie toe eerste jaar. Die speelt al wat meer in het buitenland en haalt voldoende vaker punten. Drink, dat is vooral iets dat je jezelf oplegt. Bij de meeste toernooien waarvan ik deelneem ben ik al eerste geplaatst, dan verdedig iedereen dat ze de finale wil halen. Dat heeft bij mij als resultaat dat ik in de eerste ronde wil terugschieten ben, omdat ik absoluut niet wil verliezen.

- *De coachante methode van je coach is heel anders?*

- Ik heb de indruk dat ik heel gemakkelijk leer, huiswerk maken doe ik niet zo vaak omdat ik goed oplet in de les en daar het meeste opmaak. Volgend jaar zou het wat lastiger kunnen worden omdat ik dan het aantal traininguren ga opdreuen.



Paula de Man: „Leuke dingen doen met vriendinnen is wel vaak zorgvuldig plannen. Ik kijk aan het begin van de week waar een laatste valt en dan spreek ik regelmatig iets af.“

ICO JESTRO KASTENBERG

Misschien dat ik dat voor een LOOT-schaal onderscheidstelling die gepasseerd is het combineren van sport en studie, red.), het Comenius-college, kies, dat is nog niet duidelijk. Het probleem is dan weer dat ik nu in twintig minuten van Eemnes naar school fiets en ik 45 minuten nodig heb om bij het Comenius te komen. Ik ben er nog niet uit.

- *Har zit een doosje met je in je tas?*

- Maandag om half vier naar

school, dan haalt mijn moeder me op en brengt me naar het station. Ik pak de trein en in Amsterdam heb ik vervolgens anderhalf uur conditiotraining onder leiding van Floris Minnaert. Ja, die knijpt me echt af. Dinsdag weer om half vier naar school, waarna ik vaak een fitness training heb. Ook woensdag weer om half vier, met de fiets naar huis en tussen half vijf en half zeven heb ik privé-training van Michiel Schapers. Donderdag ben ik wat eerder uit, om half drie. Mijn moeder

brengt me weer naar de trein en dan heb ik tussen vier en zes weer privé-training van Michiel en daarna een uur conditiotraining van Floris. Vrijdag is mijn laatste les om kwart voor twee afgelopen. Dan word ik opgepikt door mijn moeder, die me naar Almere brengt waar ik train met Jong Oranje onder leiding van Amersfoort de Jong en Miguel Jansen. Iedereen, de oud-sprinter. Zaterdag ga ik 's avonds even met iemand wat slaan en zondag speel ik in principe de hele dag competitie

voor Aliz in Amersfoort. Door een administratieve fout is dat een beetje niet doorgegaan, maar die weekende speel ik in principe mijn eerste wedstrijden.

- *Heb je in de tussentijd een verhuizing gemaakt van je je spiegel?*

- Ik vind Maria Sharapova door haar agressieve spelwijze en haar geweldige service een heel mooie speelster om naar te kijken.

- *Maar ze lijkt soms zo dikgróv.*

door Jeroen Sinkel. Die heeft me eigenlijk voor een belangrijk deel wel gemaakt tot de speelster die ik nu ben. Op een gegeven moment konden we elkaar te goed en was het moment daar om afscheid te nemen van elkaar. Hij was gewoon niet echt streng zijn op de momenten dat dat toch nodig was. Of het kwam niet meer over. De band met Jeroen is overigens heel goed los, we spreken elkaar nog regelmatig en hij komt nog bij me kijken. Michiel kan me af en toe streng aanpakken en dat is gewoon nodig.

- *Kijk je wel een paar grandstanderijen en denk je daar lang ik misschien over om jaar of acht zelf?*

- Het is iets waar ik op hoop dat het gaat lukken, ik zou het supergrag willen en probeer er alles aan te doen om het te bereiken. Of het een grote teleurstelling zal zijn als ik dat niveau uiteindelijk niet haal. Nou, dat weet ik op dat moment pas, maar ik denk van wel. Overigens zal ik wel altijd blijven trainen, ik hou van die sport.

- *Heb je naast school en sport wel voldoende tijd voor een normaal leven: shoppen met vriendinnen, naar de bioscoop, een weekendje uitwaaien?*

- Dat is niet het geval. Over vriendenjes heb ik niet met. Leuke dingen doen met vriendinnen is wel vaak zorgvuldig plannen. Ik kijk aan het begin van de week waar een laatste valt en dan spreek ik regelmatig iets af. Mijn vriendinnen hebben onderling natuurlijk meer contact met elkaar, gewoon omdat ze veel meer tijd hebben.

- *Heb je wel een, als het even niet hebt of je verliest van een speelster van wie je eigenlijk heel graag wilt winnen?*

- Ik kan heel slecht tegen mijn verlies. Na een nederlaag moet je me echt even een halfuurje met rust laten. Sommige coaches willen direct evalueren, maar dat kan met mij niet.

- *Ik kan het beste even naar buiten gaan om uit te waaien. En dan neem ik geen rackets mee, want die zouden het niet overleven. Ik ben gewoon even niet aansprekbaar, want er komen na een nederlaag woorden uit mijn mond die heel negatief en niet realistisch zijn. Iedereen weet het hoor, je moet Paula even de tijd gunnen om het te verwerken.*

- *Ze heeft inderdaad een aparte stijl zoals ik dat liever noem. Ze is bepaald niet doorsnee. Ook vind ik Ana Ivanovic heel goed, die tennis heel slim. Maar heb ik in het Frans Open-stadion in het echt gezien en ik heb haar heel vaak even gesproken, dan volg je zo iemand toch meten wat meer?*

- *Har is de samenwerking met Michiel Schapers?*

- Die is prima, ik heb onder zijn leiding echt grote stappen vooruit gezet. Mijn basis is goed