

Verantwoordelijke uitgever Deystere bv.

HorizonTaal 2021

INHOUD

pagina 1 - Cover: Tiffany Mylonas
pagina 2 - Inhoudstafel
pagina 3 - Editoriaal
pagina 4 - Milan en Yoren Rooijackers
pagina 5 - Bart Verdoodt
pagina 6 - Lukas Tzimas
pagina 7 - Daniel Kucirek
pagina 8 - Jan Vanbriel
pagina 10 - Massa Topspeelsters in Horizon
pagina 11 - Rebecca Van Orshaegen
pagina 12 - Alexander Kokorev
pagina 14 - Lissa Van Quickenborne
pagina 16 - Statistieken: Horizon-spelers
pagina 18 - Daphne Wernaers
pagina 20 - Eleni Kordolaimi tells her story
pagina 22 - Jaro Emonds
pagina 23 - Maxime Windey
pagina 24 - Katerina Hobzova
pagina 25 - Veteranen ontdekken de weg naar Horizon
- Het Tenza bestuur werd uitgebreid
pagina 26 - International tennis in times of covid
pagina 27 - Het Horizon Team
pagina 28 - Horizon greets Europe and meets the rest of the world
- Jonge spelers ontdekken competitie
pagina 29 - Corona - The lucky birds of 2008
- Horizon professionals
pagina 30 - Padel: covid leerde ons volk padellen
pagina 32 - Horizon tennisschool



© Deystere 2021 - Lay-out: Maria Swinnen
Interviews door Johan Teirlinck in samenspraak met alle geïnterviewden.



Website www.projecthorizon.eu

Teken in om de Horizon mails te ontvangen: aanvragen op johan@johanteirlinck.be



Het nieuwe jaar werd in alle stilte gevierd. Corona sneed door merg en been. Een langgerekte winterband van grijze dagen maakte jong en oud neerslachtig. Niemand mocht het huis verlaten. Het wachten was op beterschap. We keken naar de hemel en naar de coronacijfers. Helaas nergens goed nieuws te bespeuren.

Tornooien werden uitgesteld. Week na week. Geen kersttornooien. Geen krokus. Niets met Pasen. De lente eindelijk. Maar nu werden de watersluizen open gedraaid. Regen gutste uit onze broekspijpen. Als verzopen katjes moesten wij meermaals het tennisterrein verlaten. Geen interclub. Alweer. Jongeren verloren fut en zin in het leven. Een aantal stopten met tennis.

De zomer bleef met bakken water gooien. Rivieren verlieten hun contouren en waagden zich landinwaarts. Regelmatig sproeien is heilzaam voor een tennisbaan, maar dit! Inmiddels zijn we het gewoon. Om te kunnen trainen brengen we naast rackets en ballen voortaan ook paraplu's en zwemvliezen op de baan.

Onze weerbaarheid wordt tot het uiterste getest. Horizon zag licht in de duisternis en een regenboog aan de einder. We komen hier weer uit. Sterker en gretiger. Nu weten we wat we missen als we niet mogen tennissen. Ons doel is helderder. Het is onze keuze om te sporten. We willen het en zullen ervoor knokken.

2021 is allerminst een gewoon tennisjaar. Maar hoe dan ook hebben velen zich toch in de tornooien gestort van zodra dat kon. We maken een bilan op. Interviews, statistieken, verhalen, herinneringen en onze dromen. De horizon in taal.

johan



MILAN ROOIJAKKERS

Milan Rooijackers (2008 en 25 ptn) kwam dit jaar over van Het Zeen naar Tenza. Ondertussen is Milan uitgegroeid tot een rasechte Horizonner. Hij werd zelfs de vaandeldrager van een heel sterke nieuwe generatie spelers van 2008. Daarbij zitten o.a. Vik De Neys, Marco Butera, Tanguy Lebrun, Albert Nejdil en Julian Tengan. In die groep wordt opgekeken naar Milan die al een volwassen partij tennis kan spelen en over een mooi arsenaal aan tennisslagen beschikt. Milan vertelt ons hoe het komt dat hij van Het Zeen naar Horizon kwam.

We kwamen Johan tegen op het jeugdtoernooi van Tenza vorig jaar. Hij keek naar enkele matches en we geraakten aan de praat. Ook mijn broer Yoren was enthousiast over zijn feedback in de Horizon Open, nu exact één jaar geleden.

Johan bracht er veel tactische aspecten bij en heeft het ook over mentale zaken in het tennis. Dat sprak ons aan en het had ook onmiddellijk effect. Onze resultaten verbeterden.

Ik speel al tennis sinds mijn 4e door mijn papa, die met een emmer tennisballen op de tennisbaan ging staan met mij. Tennis zit bij ons wel in de familie.

Toen dat ik mijn eerste toernooi U9 had gewonnen in Woten werd tennis belangrijker voor mij.

Ik ben naar Horizon gekomen voor een verbetering van mijn tennis, het intensive programma en het niveau van de tennisschool sprak me aan. We trainen met veel leeftijdgenoten die in de coronatijd gewoon verder mochten trainen. Maar in Horizon kan je ook trainen met oudere spelers en met sterkere spelers. Dat is leuk.

Ik probeer elke week tenminste één, eventueel 2 toernooien te spelen. Ik merk op dat ik vooral mentaal verbeterd ben en door het hogere niveau bij Horizon speel ik ook beter. Mijn vertrouwen is toegenomen.

Ik speelde al de toernooien van Tenza, Stade Leuven, Sporting Hove en De Vloer in Herent. Ik behaalde toernooiwinst in T.C De Vloer en finale in Stade Leuven. Mijn beste overwinningen waren tegen Ruben Dyckmans, (halve finale stade Leuven) en Marnik Beyen (halve finale De Vloer) en Louis Anthoon (finale De Vloer) die mij helemaal weg sloeg in de eerste set maar ik kwam terug en won heel gelijk in drie sets.

Proficiat, Milan!

Het is duidelijk dat hij slechts aan het begin staat van een mooie reeks jaren. Milan is er klaar voor om zeer snel een zeer degelijke B-speler te worden.

YOREN ROOIJAKKERS

Je bent de oudere broer van Milan. Hoe lang speel jij al tennis en hoe kwam je tot tennis?

Ik ben begonnen met tennis op mijn 6e jaar, de lessen waren 1 uur per week en samen met mijn vader die geduldig de ballen toewierp.

De sporten die ik toen ben begonnen waren voetbal, basketbal en tennis. Basketbal viel na een paar jaar af omdat ik maar een klein manneke bleef. Een paar jaar geleden ben ik ook met voetbal gestopt om me volledig op tennis te concentreren.

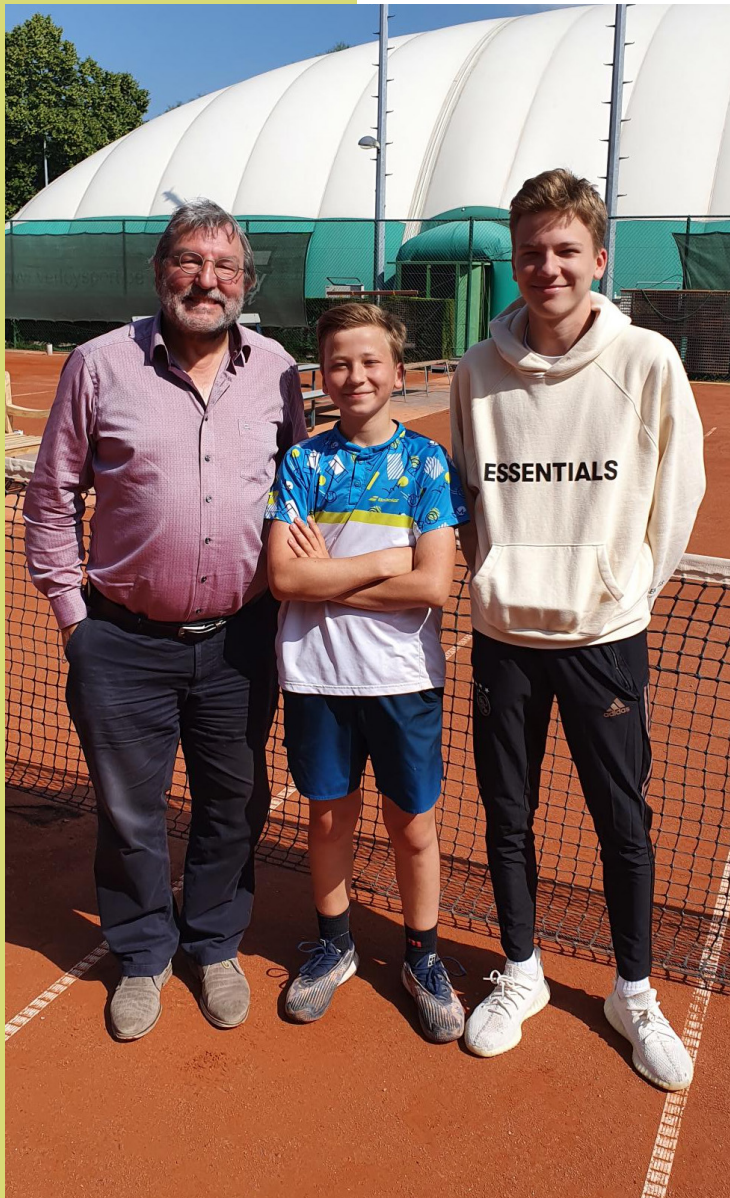
Wanneer werd tennis belangrijker voor jou?

Van zodra ik wedstrijden ben gaan spelen en daardoor er nog meer plezier in kreeg werd tennis belangrijker voor me.

Jullie beslisten om over te komen naar Horizon. Waarom?

De overgang naar horizon verliep zeer goed, het was ook mijn wens om te veranderen, de tennisschool van mijn vorige club gaf me geen uitdagingen meer, ik wilde mijn 'horizon' verbreden, er is duidelijk een betere begeleiding op tennis technisch-, competitief en mentaal vlak.

Daardoor is mijn spelniveau duidelijk verbeterd en ben ik ook mentaal sterker geworden.



Heb je inmiddels al enkele mooie resultaten behaald?

Ik bereikte al de finale het zeen sterrebeek, de halve finales in boutersem en boom. Inmiddels heb ik al een aantal 50-punters verslagen. Ik hoop dat ik nog kan stijgen in het klassement en proberen nog wat mooie toernooien te winnen.

Waar droom je nog van?

Een keer een set winnen zonder dubbele fout!

Haha, geweldig !!

BART VERDOODT

Bart Verdoodt is een gedreven speler die vorig jaar als beginner toernooien ging spelen en prompt een C30/2 klasement behaalde (=20 punten) !

Zijn houding en doorzettingsvermogen is een voorbeeld voor velen.

Bart, je bent een laatbloeiër. Hoe kwam je tot tennis?

Van jongs af aan speelde ik voetbal, op latere leeftijd werd dit zaalvoetbal. De laatste jaren begon ik ook met volleybal en beachvolleybal. Door Covid vielen deze sporten weg. Tennis sprak mij altijd al aan en dit was dus een ideaal moment om hiermee te starten.

Je bent leraar L.O. in ZAVO. Leg uit.

Na mijn laatste jaar in het secundair onderwijs wist ik dat ik leerkracht wou worden. Ik kwam uit de richting economie-moderne talen en had wel zin om voort te doen in economie. Langs de andere kant was er mijn interesse voor sport. Uiteindelijk heb ik voor lichamelijke opvoeding gekozen en ik ben nog steeds blij dat ik deze keuze gemaakt heb.

In het moeilijke coronajaar zijn collega's L.O. van ZAVO naar Tenza gekomen voor een sessie padel instructie. Wat was het doel?

De leerlingen kunnen tijdens de lessen Lichamelijke Opvoeding proeven van tennis en padel. Hopelijk krijgen ze de smaak te pakken en zetten ze hierdoor de stap om te starten met tennis en/of padel. Padel is een opkomende sport en ook voor een aantal collega's is dit nieuw. De sessie padel zorgde ervoor dat de leerkrachten vertrouwd geraakten met de sport en dat ze in staat waren om zelf de sport aan te bieden aan de leerlingen.

Sinds je gestart bent met tennis vlieg je er wel stevig in.

Je speelt vaak.

Voor Covid was ik naast zaalvoetbal en volleybal nog met andere dingen bezig. Ik volgde salsalessen en kooklessen en gaf zelf zwemles. Door de pandemie vielen de meeste van deze activiteiten weg, waardoor er opeens veel tijd vrijkwam. Deze tijd benutte ik om te leren tennissen.

Het is nu de tweede opeenvolgende zomer dat je ook deelneemt aan de Full Service, een formule waarbij elke dag getraind wordt. Beschrijf de impact daarvan op je spelniveau.

Als beginneling volgde ik wekelijks lessen. Ik ging vooruit, maar het kon sneller. Doordat ik tijdens de zomer dagelijks kan trainen, merk ik dat mijn niveau veel sneller verbetert. De dagelijkse trainingen zijn ook een goede opwarmer voor de dagen waarop ik een wedstrijd speel. Ik merk dat ik op die dagen sneller in de wedstrijd zit en betere resultaten behaal.

Je houdt van competitie. Hoeveel toernooien speelde je al en waar zoal?

Ik speelde deze zomer al 13 toernooien, voornamelijk in Vlaams-Brabant.

Kan je enkele van je beste resultaten opsommen dit jaar?

Ik speelde vier finales en daarnaast zes halve finales. Deze zomer heb ik voorlopig één toernooi gewonnen. Hopelijk komen er daar nog een paar bij.

Wat is de belangrijkste drijfveer voor jou?

Ik wil me vooral sportief kunnen uitleven, plezier beleven en uitgedaagd worden.



Wat zou je nog willen bereiken in tennis?

Ik heb mezelf niet echt doelstellingen vooropgesteld. Ik hoop vooral mijn spelniveau te blijven verbeteren, zolang ik er plezier in heb.

En plezier dat heeft hij er duidelijk in.

Elke dag verschijnt Bart met een brede glimlach op de baan. En toch blijft hij leergierig. Hij stelt vragen en wil alles exact weten. Wellicht zal hij dit jaar weer wat trapjes stijgen op de ranking.

LUKAS TZIMAS

Lukas Tzimas came some years ago to Horizon thanks to Daniel Kucirek. In this short period he became one of the major players of Horizon. Lukas also added some 40 centimetres to his total and sees things now from some other perspective.

The Horizon coaches appreciate his daily motivation and his positive approach towards the game. He always gives the full 100% and is the perfect sparring partner for a big number of players in Horizon.

Lukas likes to practice and in the Horizon context he can play a lot of friendly matches and tie breaks against all type of players. His net game and drop shots have improved, but also his service is now a serious weapon. Although born in 2007, Lukas is now approaching 1m90 and he can use this in his advantage thanks to a good service technique that Eleni added to his game.

Lukas has a huge potential and will soon appear in HEREN 1. He is hoping for the interclub in 2022. Then he can finally play alongside his buddy Daniel Kucirek in the national team of Tenza UNDER 15 and in the national men's team of Tenza.



DANIEL KUCIREK

Daniel Kucirek (2007) is currently playing tennis in Czechia. He qualified for the final round of the national championship there UNDER 14. We are lucky that we can interview him before he is off for another international tournament ...

Can you describe a NORMAL week in the winter period.

Wake up at 6:40, then I would eat breakfast and prepare for school, at 7:20 I left to go to the school bus and then I would be in school from 8:30 until 16:15 but I would be home around 17:30 as the school isn't so close to my house... When I got home, I was relaxing a bit and doing some work, at 19:00 I would have my training until 20:30.

Tuesday would be the same routine in the morning, but I would start with two hours of sport at school and then after school I was free as only on Tuesday, I didn't have tennis - rest day.

Most of Wednesdays I was going to school by bike with two other friends that live in the same street, on Wednesdays I only had two hours of school one from 8:30 to 9:15 and the second would be from 11:15 to 12:00 and then I would go home for lunch... from 15:00 to 16:00 I would have an additional class of French, later I would have training from 17:30 to 19:00.

Thursdays were always very long days, with hard subjects at school and also no free periods and then when I got home around 17:30 I was most of the time relaxing and then later I would have an individual training from 19:00 to 20:00.

Friday was easy at school and then I would have training from 19:00 to 20:30.

Saturdays were pretty much relaxing in the morning and then from 14:30 to 15:30 I would have physical training after that I would have a break and then a tennis training from 17:30 to 19:00.

Sunday I would have training from 12:00 to 13:30 and then got home and relaxed and then later in the evening I would be doing some schoolwork.



If we add up all these training sessions we have around 8,5 hours of tennis and several hours of physical training. What kind of role plays tennis in your life?

A very big part, it's something I'm doing almost every day trying to get better and better and the goal would be to succeed one day to be in the top 100, tennis is also like a `place` where I can have fun too, especially after long days at school...

What would you consider to be the biggest achievements of you last year ?

Definitely the Horizon Open that I was able to win in Men 3 and I was also able to win there my first match in Men 2, I also won St Josse tournament in men 3 and then a lot of finals.

Can you give a list of your mayor wins of this year (matches, tournaments, with scores and names of big opponents and their ranking, tournament wins, ...) ?

This year I was able to get to two semi-finals. One of them in Machelen beating Louis Van Camp (B-4/6) 6-4/2-6/6-3 and then also in Lovanium beating Giel Tjihuis (B-15) 6-3/6-4 to whom I lost the week before. I also won my first match in Men 1 in Parival.

Quite big achievement I had in Czech Republic, where I won regional championship and qualified for national one. I was also in the final of doubles there. I also managed to win regional interclub as no.1 in U14 and also helped to win two matches U18. Also in Czech Republic I had my only Tennis Europe tournament – I won first round, but I lost a quite tight match in the second round to the guy who won the whole tournament.

What is the domain you made the biggest progress recently?

It would be my baseline game and solidity of my game.

What would you hope to achieve in the upcoming years ?

Definitely to win more matches in Men 1 and for sure try to win some tournaments in Men 2, then also interclub as I didn't have the chance to play them two years in a row.

Are you looking forward to some extra things this year ?

I would like to make a big result during the Horizon Open and then the week after I have a tennis Europe tournament where I hope to make a big result too.

What did you learn from the international experiences you got this year ?

I learned that the game and tournament organisation in CZ is slightly different – the boys play since the age of 9 with normal balls and on full court and like this at the age of 14 they play harder, but mostly from baseline and with less spin. Also maybe first ten train 3-5 hours a day and are going for many international tournaments – the reason is also that there are no levels in all categories like in Belgium (for example Men have category 1 till 6 in BE and only Men Open in CZ. Also the tournaments in CZ are organised in 3-4 days and together with doubles, but it sometime means to play two singles and two doubles in 1 day....

Is there one specific tennis anecdote that you can share ?

During the regional championship tournament, I “unluckily” broke my racket against my shoe and since then I am still taking it with me in my bag in case I get mad. Then I can take that broken racket and have something I can use to smash it....

JAN VANBRIEL

Hoe kwam je tot tennis?

Ik ben op m'n vijf jaar begonnen in Exel, de meest beboste gemeente van Vlaanderen, in de jaren tachtig een dorp van een 3000-tal inwoners in het Noorden van Limburg. De lokale tennisclub TC Hechtel-Eksel ligt in het verlengde van de straat van mijn ouderlijke woonst. Onze eerste trainer was Peter Balette, momenteel assistent-trainer bij KAA Gent, maar toen nog een Jommeke lookalike en actief in het tennis als leraar.

Tenslotte ben je in Tenza terecht gekomen. Dat is verrassend. Hoe zit dat?

Dat is dankzij Pieter Berckmans, wij waren in eerste instantie fietsmakers maar nu ook tennisvrienden. Die troonde mij mee naar zijn thuishaven, Tenza.

Je hebt een flamboyante speelstijl. Emotionele uitroepen en spektakel zijn je niet vreemd. Je vliegt er altijd wel stevig in. 100%.

Ja tennis dat is een uitlaatklep en er zit ook wel een schroef los. Braaf maanballen terugbrengen en geduldig, tactisch retourneren zitten niet echt in m'n spel.

Je hebt nu al twee opeenvolgende jaren les in Horizon. Je kreeg al les van enkele internationale kleppers en nationale grootheden. Beschrijf de impact daarvan op je spelniveau.

Ja ja ben van 5 naar 35 punten gegaan en nu kan ik ook eindelijk terug meespelen in de 35 t.e.m. 50 punten reeks. Hopelijk kan ik in het 3de jaar les met behulp van de trainers m'n dubbelhandige backhand terugvinden en ook wat meer punten maken met deze slag.

Je houdt van competitie. Hoeveel toernooien speelde je al en waar zoals?

Goh, ik schat tussen de 30 en 40 toernooien de laatste 3 jaren en ik heb eenmaal het criterium van de provincie Antwerpen gehaald. Ik speel vooral in de regio's Antwerpen, Mechelen en dan jaarlijks het toernooi van m'n oude club in Limburg en de toernooien op Tenza natuurlijk !

Kan je enkele van je beste resultaten opsommen dit jaar?

Het was nog geen vetpot dit jaar, ben wel blij met de halve finale dubbel gemengd op Den Brandt met Liesje Vandebroeck, Dubbel Gemengd 5 en de overwinning tegen Ludo Geens (35punten) een ex-collega van Mathieu.

Wat is de belangrijkste drijfveer voor jou als je tennist?

De conditie onderhouden, het sociaal contact en soms dat zalige gevoel krijgen van de ballen lekker te raken.

Wat zou je nog willen bereiken in tennis ?

Een paar toernooien winnen en deelnemen aan de interclub competitie met een gezellige ploeg.

Vertel een anekdote die je dit jaar meemaakte en die wel grappig of interessant is.

Onze trainingsgroep met Marco Simoni, Skender Attakan, Pieter Berckmans en mezelf installeerden

in volle coronatijd een klein vat in de kofferruimte van mijn wagen zodat we na een outdoor tennistraining onze eigen pinten konden tappen op de parking in de buitenlucht. Uiteraard met inachtnaam van de 1,5 meter. We probeerden zo ons moreel hoog te houden. En dat is ons aardig gelukt.



Jan Vanbriel heeft met zijn bedrijf RAPID MEDIA de doeken van Horizon en Tenza gemaakt en geplaatst, alsook de Horizon-triomfboog bij de ingang. Tevens voerden zij de gigantische tekening uit op het dak van Tenza dit jaar.



Rapid Media is een collectief gespecialiseerd in mixed media: projecties, murals, guerrilla marketing, technologische installaties ...
Klanten komen naar hen toe met een casus en Rapid Media probeert die zo goed mogelijk uit te voeren.

De eerste klanten waren filmdistributeurs zoals Cinéart en Paradiso, platenfirma's en musea. Ze promoten films, bedenken stunts voor bands als Metallica, Rammstein, Dua Lipa en bouwen touch walls in musea ... Veel van de kennis die ze hiermee ontdekken passen ze ook toe voor grote corporate klanten zoals Mercedes, Netflix, Red Bull, Brussels Airport ...

Net zoals de projecties die we gedaan hebben op de 5 laatste edities van Pukkelpop is het fijn als je bijdrages kan leveren aan zaken die belangrijk waren in je jeugd. Ik was vroeger al gefascineerd door de groene SNAUWERT tennisdokken naast het veld en het is leuk dat we dat in samenwerking met Horizon op Tenza dit hedendaags hebben kunnen invullen met verschillende formaten van banners en een dak schildering.

Rapid Media is een heel hecht team van 10 vaste medewerkers die vaak als een soort James Bond individueel opereren. Voor de grotere klussen werken we ook in team en dit zowel in België als in het buitenland.



Een massa TOPspeelsters in Horizon

Horizon is altijd befaamd geweest omwille van zijn zeer sterke dames/meisjes. Sinds de komst van onze coach Eleni Kordolaimi is dat er niet minder op geworden. Naast de andere speler-coaches Rebecca Van Orshaegen en Tiffany Mylonas, zijn er nu ook nog een aantal andere toppers bijgekomen: Marta Heinen (B-15), Florence Fedeli (B-15), Fanny Parmentier (B-4/6), Zara De Schutter (A) en nog een aantal anderen.

Coralie Debruyne (B-15/4), H el ene Scholsen (A Internationaal) en Chelsea Vanhoutte (A Internationaal) waren al in Horizon, naast de speelsters die dagelijks in Tenza te zien zijn: Dorien Kappetijn (B-4/6), Lissa Van Quickenborne (B0), Lotte Vermeylen (B0), La s Dahlmann (B-2/6), Charlotte Schurmann (B-2/6), Emma Lynn Teirlinck (B0) en binnenkort zeker ook B0: Federika De Dooy, Delphine De Bruyn en Nausicaä Lens. Dit is een imposante trainingsgroep waar iedereen maar al te graag bij aansluit. Ook sterke jongens en mannen!



En te weten dat Horizon recent afscheid nam van de zusjes Iben en Oona Mol die eind juni weer terug naar Finland verhuisden. Het ga jullie goed daar ! De deur in Horizon staat altijd voor hen open ...

REBECCA VAN ORSHAGEN

Je speelt het beste seizoen uit je carrière. Mogelijk word je A! Hoe komt dat?

Normaal gaan we met de club op stage in april en worden we klaargestoomd voor de interclub (april - mei) maar helaas werd dit allemaal afgelast door Covid. Ik heb dit jaar een heel zwaar tweede semester gehad op de universiteit. Ik heb amper kunnen trainen in mei en juni door mijn examens waardoor ik mijn eerste toernooien als training bekeek. Ook omdat ik de hele maand juli nog stage liep als kinesiste in spé in het UZ Brussel - Jette. Dit heeft me een enorme boost gegeven omdat ik in mijn eerste matches al een redelijk niveau kon brengen en alleen nog maar kon verbeteren. Ik kon zelfs enkele spelers vlot verslagen waar ik het vroeger moeilijk tegen had. Uiteraard mag ik Eleni niet vergeten! Ik ben met Eleni als coach begonnen vorig jaar in augustus en ze heeft me heel veel bijgeleerd waardoor ik ook grote stappen heb gezet in vergelijking met vorig jaar. Niet enkel als speler maar ook als coach.

Zou je het een bekroning vinden van vele jaren hard trainen en werken indien je A zou kunnen worden aan het eind van het jaar?

Het zou een mooie kers op de taart zijn moest ik A worden op het einde van het seizoen maar daarvoor zal ik nog enkele mooie resultaten moeten behalen.

Hoe staat het momenteel met je studie 'kiné'?

Eind augustus heb ik nog één herexamen dat ik moet afleggen om mijn eerste jaar master af te werken. In september begin ik aan mijn laatste jaar revalidatiewetenschappen en kinesitherapie, met een specialisatie in de sportrevalidatie. Hierbij ga ik heel veel verschillende stages lopen en ga ik een beetje op zoek naar het domein waar ik in zou willen werken. Toen ik 16 jaar was, wist ik al dat ik kinesitherapeut wou worden en dat het in de sporttak zou zijn. Nu ben ik bijna op het einde van mijn studietraject en kijk ik enorm uit naar wat de toekomst mij te bieden heeft.

Recent werd je ook hoofdcoach in Horizon en verantwoordelijke van de physical coaches. Een heel cruciale rol in een tennisschool met ambitie. Hoe ga je dat aanpakken?

Ik ben altijd zelf bezig geweest met conditietrainingen. Ik train al meer dan 10 jaar met Luc Nebbot op conditioneel vlak op en naast het terrein en hij heeft me heel veel bijgeleerd over wanneer en hoe te trainen in het tennisseizoen. Die ervaring ga ik zeker gebruiken om de spelers te trainen. Ik ga dit ook niet alleen doen. Er is een prachtige coach

waarmee ik ga samenwerken, namelijk Eleni Kordolaimi. Met haar ervaring op het internationale circuit en de cursussen die ze heeft gevolgd, hebben we een brede basis waarmee we aan de slag kunnen. Ik ga ook nog enkele cursussen volgen nadat ik mijn studies heb afgewerkt om de spelers op een optimale manier naar de top te brengen.

Maar je werkt ook al in Horizon als tenniscoach. Je hebt bepaalde spelers echt bijzonder opgevolgd. Hoe liep dat? Wie heb je gevolgd en hoe doen ze het momenteel?

Ik volg enkele spelers op de club, voornamelijk Lissa & Federika, maar er zijn ook een aantal andere kinderen waar ik mee werk. Ik kan momenteel niet veel spelers volgen omdat ik zelf ook nog speel in combinatie met mijn studies. Veel tijd blijft er dan niet meer over, maar dat neemt niet weg dat ik er van geniet om spelers vooruitgang te zien boeken. Ik heb met hen gewerkt deze winter en het doet heel veel deugd om de patronen en dingen waarop we gewerkt hebben op training terug te zien in hun matches. Natuurlijk is het niet altijd rozengeur en maneschijn, maar zijn er ook mindere momenten en dat zijn de momenten waar ik het enorm belangrijk vind om klaar te staan voor mijn spelers. Ze weten dat ook en ik neem graag de tijd om hen dan terug te motiveren en te werken aan de zaken die voor hen belangrijk zijn.

Bespreek je rol als 'coach'. Wat betekent dat voor jou persoonlijk.

Ik keek altijd enorm op naar mijn eigen coaches, nog steeds. Ik ben al mijn coaches enorm dankbaar voor het werk dat ze in mij hebben gestoken. Een coach heeft een heel belangrijke rol in de speler zijn omgeving. Niet enkel in de sport maar ook in het dagelijkse leven. Voor mij waren en is het nog steeds een bron van inspiratie. Elke dag leren we zaken bij en nu dat ik zelf coach ben, vind ik het belangrijk om er ook voor mijn spelers te zijn. Ik heb veel bijgeleerd op en naast het veld en dat wil ik graag overbrengen aan de spelers. Wat mij het meeste voldoening geeft, is dat ik ze kan helpen en kan inspireren naar een beter versie van zichzelf.



ALEXANDER KOKOREV

Kan je voor de Horizonners en de lezers toelichten hoe je zelf als speler bent gestart.

Mijn eerste kennismaking met tennis begon op mijn 5 jaar, waar ik samen met mijn ouders elk weekend ging tennissen op de studententerreinen in Leuven aan het Sportkot. Alhoewel mijn ouders zelf nooit tennis hebben gespeeld, was ik opgegroeid in een sportief gezin. Mijn moeder was een goede ballerina toen ze jonger was, en mijn vader hield zich bezig met verscheidene sporten waaronder rugby, boxen, ijshockey en langlaufen.

Al snel begon ik aanleg te tonen voor tennis, en besloten mijn ouders om mij in te schrijven voor tennislessen in Stade Leuven waar ik onmiddellijk 2 maal per week begon te trainen.

Geleidelijk aan begon ik mee te doen aan kleine toernooien en goede resultaten neer te leggen. Als gevolg, besloten we om over te schakelen naar de club Lovanium waar ik onder begeleiding van Nobby Peys kwam. Daar bleef ik tot mijn 12de trainen totdat ik geselecteerd werd voor gewestelijke trainingen die doorgevoerd werden op Tennis SDI. Gewestelijke trainingen betekenden toen direct dat je minstens 4 maal per week begon te trainen. Daar kwam ik in contact met de trainer die mij zou begeleiden tot mijn 18de verjaardag, Alexander Katsnelson.

Is er een moment gekomen dat je besloot dat tennis een echte passie/ambitie voor jou was?

Er is niet echt een moment dat ik besepte dat tennis een grote passie is en deel moest uitmaken van mijn leven. Ik denk dat dit eerder geleidelijk aan kwam met het spelen, de trainingen, toernooien, nederlagen, en winsten.

Voor wat het waard is, denk ik dat tennis een grotere passie geworden is van mijn 18de verjaardag en nu nog meer. Ik ben dan beginnen beseffen wat voor een speler ik wou worden en hoe belangrijk het is om niet enkel te kunnen spelen maar ook te willen spelen, hoe belangrijk het is om blessurevrij te blijven en preventieve oefeningen/fysieke trainingen te incorporeren in je dagelijkse routine.

Als jongere was je al vrij sterk. Welke ranking had je toen je 14 jaar was?

Je draaide toen mee met de Belgische top van die leeftijd.

Op mijn 14de was ik B-15. Op mijn 13de werd ik Belgisch kampioen in het dubbelspel, gevolgd door Vlaams Kampioen in het enkelspel op TC. Forest Hills. Ik draaide mee met de top van mijn leeftijd en kwam vaak uit tegen de spelers die nu professioneel aan het spelen zijn (Kimmer Coppejans – 97 ATP, Jeroen Vanneste – 314 ATP, Michael Geerts – 292 ATP, Jonas Merckx – 443ATP).

Uiteindelijk werd je ook bij de volwassene top. Op welke leeftijd werd je B-15/4?

Op mijn 18de werd ik voor de eerste keer B-15/4 (nr. 64 BIS). Dit resultaat zou nog hoger geweest zijn, moesten mijn internationale (ITF junior) overwinningen meetellen voor mijn ranking. Echter was dit niet het geval omdat ik onder de Russische nationaliteit speelde. Het is ook daarom dat ik de laagste B-15/4 klassement kreeg (BIS) ook al vond ik dat ik hoger verdiende.



Mijn 18 jaar was ook juist het jaar voordat ik naar Amerika vertrok om college tennis te doen wat betekende dat ik in de toekomst minder zou kunnen meedoen aan lokale Belgische toernooien waardoor mijn ranking weer wat zakte de volgende jaren tot B-15 in 2018. Sinds dit jaar ben ik terug B-15/4 geworden (nr. 128).

Hoe beviel de USA?

Ik werd gerekruteerd door de Universiteit van Wisconsin – Madison dat een extreem goede atletische reputatie heeft alsook een stevig academisch niveau.

Mijn eerste jaar was een transitie jaar waar ik niet mijn beste tennis heb kunnen laten zien. Ik was wat verloren door de manier waarop daar trainingen gegeven werden: heel veel ballen slagen, lange en fysieke rally's waar veel patronen werden gevolgd en veel minder op techniek werd gewerkt wat voor mij tot dan een heel belangrijk aspect was.

Wat ook nieuw voor mij was, waren de extreem zware fysieke trainingen. Terwijl wij onder begeleiding van Alexander Katsnelson vooral conditietrainingen deden op het tennisveld met veel focus op explosiviteit en uithouding, werd in Amerika daarbovenop getraind op fysieke kracht in de fitnesszalen. Voor iemand die heel weinig aan kracht deed tot dan was dit een grote aanpassing.

Wat gebeurde er met jou toen je weer in België aankwam?

Dat is eigenlijk nog niet zo lang geleden ...

Toen ik op mijn 23ste terug kwam naar België (in 2017) was het met de intentie om hier aan mijn masterdiploma te werken en tegelijkertijd tennis te spelen. Echter had mijn lichaam andere gedachten. In de loop mijn carrière in Amerika, heb ik verschillende (serieuze) blessures opgelopen. Voordat ik vertrok, kreeg ik een patellapees ontsteking die mij meer dan 3 jaar lang lastig viel. Daarom besloot ik in augustus 2017 een operatie te ondergaan aan mijn linker knie.

Het is een hele grote meerwaarde van Horizon om jou er als coach bij te hebben. Wat heeft je overtuigd om de overstap te maken van SDI naar Horizon?

Er zijn in Horizon momenteel veel beloftevolle spelers, die onder de juiste begeleiding hun potentieel kunnen waarmaken en zelfs overtreffen. Daarenboven, ben ik ook gretig om zelf dingen bij te leren van mijn mede-Horizon trainers.

Hoe zie je het coachen nu? Wat is voor jou belangrijk?

Sinds ik ben beginnen te coachen, heb ik ook verschillende aspecten van mijn spel kunnen verbeteren. Je begint de dingen uit een andere invalshoek te zien en te begrijpen wat je nog moet doen op technisch, tactisch en fysiek vlak om beter te worden. Ik ben heel snel beginnen begrijpen waar mijn sterktes en zwaktes liggen. Dit is dezelfde aanpak dat ik probeer te nemen met mijn studenten.

Het belangrijkste in mijn ogen is, hoe spelers omgaan met tegenslagen en of ze wel elke les gemotiveerd, geconcentreerd kunnen zijn met de intentie om hun niveau te verbeteren. Ik ben me goed bewust dat je nooit 100% kunt spelen, soms is 80% van je niveau halen niet mogelijk op een bepaalde dag, soms zelfs 50%. Maar als je alles doet wat in je macht ligt om het maximum te halen uit de dag waar je gelimiteerd bent door omstandigheden, waarbij je 1% beter probeert te worden dan de dag voordien, dat is voor mij het belangrijkste.

Wat is belangrijk voor de jonge spelers volgens jou?

Het belangrijkste dat een speler kan doen is (extreme) interesse en passie tonen in tennis. Er zijn ontelbare goede spelers, maar de speler die de trainer vertrouwt, naar de trainer luistert en advies probeert te implementeren op trainingen en matches, die maakt de grootste kans om naar een hoger niveau te gaan.

Wat hoop je te bereiken met je coaching?

Aangezien ik momenteel nog geen voltijdse tenniscoach ben, heb ik misschien andere ambities dan de Horizon toptrainers. Natuurlijk is mijn ambitie om de studenten hun niveau te verbeteren op vlak van tennis door mijn ervaring met hun te delen. Maar dit is slechts tijdelijk. Mijn grootste ambitie zou zijn om de studenten te laten inzien dat, net zoals in je (latere) leven als volwassene, als je iets wilt bereiken of ergens goed in wilt zijn je ervoor moet werken. Zo simpel is het. Als het gemakkelijk was, zou iedereen het kunnen. Ik wil dat de spelers inzien dat als je je fysiek inspant tijdens de momenten wanneer je lichaam en je hoofd 'neen' zeggen en doorbijt wanneer het mentaal moeilijk gaat, dat je exact tijdens dit moment de medemens laat zien hoe mentaal sterk je kunt zijn door de



ongunstige omstandigheden te bestrijden. En door zo'n situaties te overwinnen, ga je niet enkel tennismatchen winnen, maar ga je ook vooruit in het leven.

Eigenlijk ben je nog steeds ook 'speler'.

Je kreeg af te rekenen met een blessure. Vertel.

Zoals eerder vermeld ben ik inderdaad geblesseerd geweest. In 2017 had ik een operatie aan mijn linker patellapees met een revalidatie periode van meer dan 9 maanden. Een jaar later heb ik een blessure opgelopen aan mijn linker pols (Extensor Carpi Ulnaris Tendinitis) waardoor ik weer niet voluit kon spelen. In januari 2020, juist wanneer ik goede resultaten begon te tonen (A51 en A32 geklopt en tegen A30 matchballen gehad), heb ik een andere blessure opgelopen, pubis osteitis, waarmee ik ook een 9-tal maanden heb gesukkeld. Mijn laatste blessure, een achillespees ontsteking – die toch ook 4 maanden heeft geduurd, is nu voorbij en eindelijk kan ik voluit blessurevrij spelen.

Al mijn blessures in de voorbije jaren hebben mij veel laten nadenken wat het betekent om een tennisspeler te zijn. Is het enkel tennissen en fysiek zo sterk mogelijk staan, of is er meer? Het gevolg is dat ik meer ben beginnen investeren in het preventief trainen, stabilisatie en 'core' kracht oefeningen, beter opletten wat je eet, en het belangrijkste, luisteren naar je lichaam wanneer het 'STOP' zegt. Als een extreme competitieve speler, is het laatste het moeilijkste.

Hoop je er te kunnen staan voor de Horizon Open?

Heb je je kunnen voorbereiden?

Ik ben zeker van plan om er te staan voor de Horizon Open. Ik ben er van overtuigd dat als ik nog enkele goede toernooien kan spelen en wat mentale goede overwinningen kan vinden, dat ik een veelbelovend toernooi kan spelen. Het is mijn intentie om de weken voor de Horizon Open 2 toernooien per week te spelen en zo veel mogelijk matchritme op te doen.

Kijk je uit naar 2022?

Ik kijk zeker uit naar 2022. 2022 betekent voor mij mijn eerste jaar waar ik een volle winter kan lesgeven en dan ook daadwerkelijk de verbeteringen van de spelers direct kan observeren. Tijdens de winter worden de grootste sprongen gemaakt (zowel op tennis, fysiek, mentaal als tactisch vlak). Tegelijkertijd ben ik zelf ook nieuwsgierig hoe ik buiten mijn tennislessen zelf kan ontwikkelen als speler, of ik mijn intentie om preventief te trainen kan verder trekken naar de drukbezette dagen van de winter. Mijn ambitie blijft om A speler te worden. Daarvoor zal ik ergens tijd moeten vinden om dat te doen.

Zou je in 2022 een stevig interclubteam willen op sleeptouw nemen?

Mogelijk met spelers die je zelf coacht...

Absoluut. Ik geloof dat een speler grote sprongen kan maken wanneer die beseft hoe hij/zij moet spelen om te winnen. Als buitenstander, heb je vaker een beter zicht wat er op het veld gebeurt dan als speler. Het is ook daarom dat je als trainer, tijdens de interclub competitie, je spelers bepaalde aanwijzingen kunt geven die ze misschien op dit niveau zelf nog niet zien. Hoe vaker je zo'n aanwijzingen kunt geven, hoe vaker ze zelf misschien gaan beseffen wat ze in andere matchsituaties moeten doen om te winnen.

Welke meerwaarde kan je voor ambitieuze en gemotiveerde jongeren hebben?

Met mijn internationale speelervaring (ITF junior toernooien van mijn 14de tem 18de en internationale tennistitels), alsook mijn college ervaring in Amerika en mijn hoog niveau op de Belgische tour, geloof ik dat ik een extreem diverse blik heb op tennis en wat er verwacht wordt van een atleet om op het hoogste niveau te kunnen meedraaien.

LISSA VAN QUICKENBORNE aan het woord ...

Ik ben heel blij met de progressie die ik heb gemaakt doorheen de jaren. De doelen staan zo hoog mogelijk gericht en ik denk dat ik met Horizon een kans maak om zeker 1 van die doelen waar te kunnen maken. Het aantal uren trainen hebben mij goed geholpen maar voornamelijk ook de geweldige coaches die er altijd zijn om je te helpen. Ik ben van alleen maar groepstrainingen naar 1 semi-privé, 1 privé en groepstrainingen gegaan en ik vind dat de privé trainingen zeker een grote meerwaarde zijn geweest. Aan mijn techniek is veel gewerkt, betere verplaatsing naar de bal en mijn spiergebruik ben ik beter beginnen beheersen door de specifieke oefeningen. Bij de semi-privé heb ik werkpunten gekregen van mijn coach Rebecca die ik nog nooit eerder had gekregen, wat ik zeer goed vind. In de groepstrainingen krijg je een zekere ondersteuning maar bij een semi-privé is er nog meer aandacht op je gericht waardoor de coaches nog meer zien dan normaal. Tijdens deze trainingen leer je echt de beste 'ik' uit al je mogelijke 'iks' te halen !! De extra activiteiten, zoals jeugdavonden etc., zijn even stopgezet geweest door Covid19 maar er komen er zeker nog veel aan. De Horizon Open ging wel gewoon door in de zomer vorig jaar toen er al wat was versoepeld. Deze eerste editie is zeer goed verlopen, heb er zelf een aantal matches gespeeld en de organisatie was perfect ! Er was zelfs een elektrisch scorebord aanwezig, dit vond ik wel indrukwekkend!

Vorige winter had ik een stevig trainingsprogramma, met de combinatie van mijn richting (sport) op school was dit nog net haalbaar. Qua tennis zat ik rond de 11 uur, 2 uur fysiek inbegrepen. Op school waren het 11 uren sport per week. Hieronder een klein overzichtje van mijn week.

	School	Horizon
Maandag	3u	1,5u
Dinsdag	3u	/
Woensdag	1u	3,5u
Donderdag	4u	/
Vrijdag	/	1,5u
Zaterdag	/	3,5
Zondag	/	1,5u

Mijn ranking is ook fel verbeterd sinds al deze uren trainen, gelukkig. Ik ben als C+30/4 begonnen in Horizon en ben nu B0 (75ptn). Hier ben ik nog niet helemaal tevreden mee. Desondanks was dit niet gelukt zonder de hulp van alle coaches, waarvoor dank. In de privé trainingen bij Eleni heb ik zoals eerder vermeld gewerkt op de techniek van mijn FH en BH, later ook de service en de verplaatsingen naar de bal. Door al deze specifieke oefeningen ben ik beter mijn spieren beginnen beheersen. In het begin kon ik de meeste oefeningen totaal niet omdat ik niet wist wat te doen met mijn benen, ik had geen idee wat ik ermee moest doen... Na een paar trainingen ging dit vlotter. Na al het gesleutel aan die FH en BH zijn we overgegaan naar de service, hier gaan we mee verder volgende winter! Er is nog een pak werk aan de winkel. In de groepstrainingen bij Mathieu heb ik vooral leren spelen met slice en drop wat ik totaal niet kon in het begin.

Na de zomer van 2020 heb ik geen enkele match meer gespeeld door Covid ... De druk lag in het begin van zomer 2021 hoog omdat ik totaal geen matchritme had. Ik moet eerlijk toegeven dat er veel zenuwen waren de eerste weken. In de 2de week van juli kwam ik een speelster tegen waar ik nipt van was gewonnen eind zomer 2020. Dit was een goede test om te zien wat voor vooruitgang ik had gemaakt. Deze match won ik véél gemakkelijker dan de match in 2020. Dit gaf me een enorme boost van zelfvertrouwen, het voelde als een beloning voor al die uren trainen. In datzelfde toernooi kwam ik in de finale van dames 2, mijn eerste finale in deze reeks ! Ik won o.a. ook heel makkelijk tegen Ines Vanhemelrijck die vroeger altijd al sterker was dan ik, en tegen Celia Hill die hoger geklasseerd staat en ook tegen Marie Eennaes, een heel jong en opkomend talent heb ik met de nodige moeite kunnen winnen. Tegen mijn ploegmaat Delphine Debruyne, waartegen ik het op training niet gemakkelijk heb omwille van haar speelstijl heb ik ook kunnen winnen in 2 sets.



Ik kwam naar Horizon samen met mijn goeie vriendin Federika De Dooy. We speelden al die jaren ervoor al samen tennis op Tenza o.l.v. trainer Tom Verbelen. Toen we hoorden dat we samen naar Horizon mochten, waren we heel blij dat we dit samen konden doen ! We zijn nu nog beter bevriend en dat komt deels zeker door Horizon! Ik vind vrienden hebben in een sportclub heel belangrijk, het geeft je o.a. zeker in het begin extra motivatie om te gaan trainen. Maxime Windey, die ik ook ken van de trainingen op Tenza bij Tom, kwam later bij Horizon en is nu ook een heel goeie vriend geworden. Andere mensen die ik ervoor niet kende en nu vrij goed zijn onder andere: Judith Teirlinck, Mara Vanhoudt, Rebecca Van Orshaegen, Lucas Hertsens, Lotte Vermeylen e.a. Ook met de coaches heb ik een prima relatie: Mathieu Pauwels, Eleni Kordolaimi, Johan Teirlinck,...

Initiator

Intussen heb ik mijn diploma initiator behaald. Ik vind dit een heel belangrijk gegeven omdat ik graag zou willen verder gaan in het lesgeven. Ik werk heel graag met kinderen en zou er later iets mee willen gaan doen. Het lesgeven in Horizon doe ik heel graag en ook stages geven is iets wat ik heel graag doe. Een hele week samen met de kids tennissen en lachen, kan niet beter! Je creëert al snel een band met je kindjes waardoor het nog fijner en vlotter gaat.

Ik ben van 1 uurtje lesgeven per week naar een 5 tal uurtjes

gegaan plus de stages in de vakanties. Mijn diploma van initiator heeft me veel inspiratie gegeven waardoor de uren nu goed ingevuld geraken. In het begin had ik ook niet echt inspraak over de kindjes en groepjes, nu ben ik een deel van het trainersteam van de kids en mag al wat meer zelf beslissen.

Ook dat vind ik iets heel leuk, het vertrouwen van andere coaches hebben waardoor ik nu wat meer zelfstandigheid heb, werkt heel aanstekelijk.

Toekomst

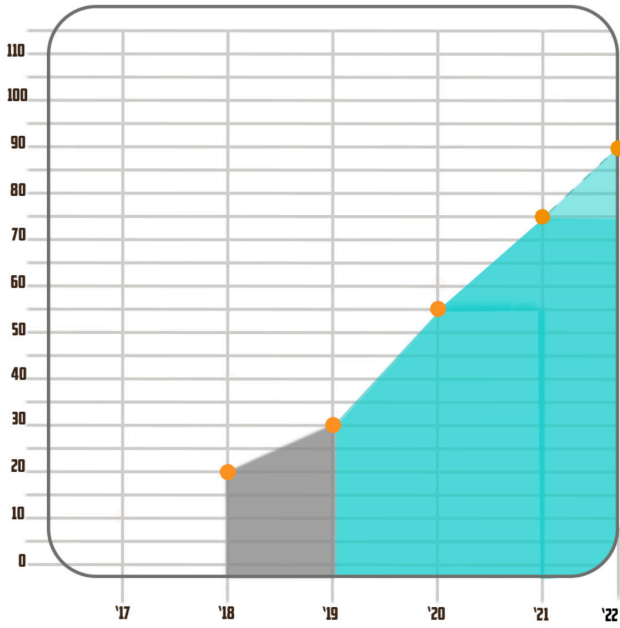
Hopelijk kan er in de paasvakantie nog een buitenlandse stage doorgaan, want ik vond de vorige editie mega leuk! Heb er heel veel uit geleerd, niet alleen op vlak van tennis. Ik ben er dingen van mezelf te weten gekomen en heb er anderen op een hele andere manier leren kennen.

Ook naar de interclub van volgend jaar kijk ik enorm uit, het zal dan alweer 2 seizoenen geleden zijn en de team spirit is daar zoals altijd geweldig wat voor mij ook heel belangrijk is !

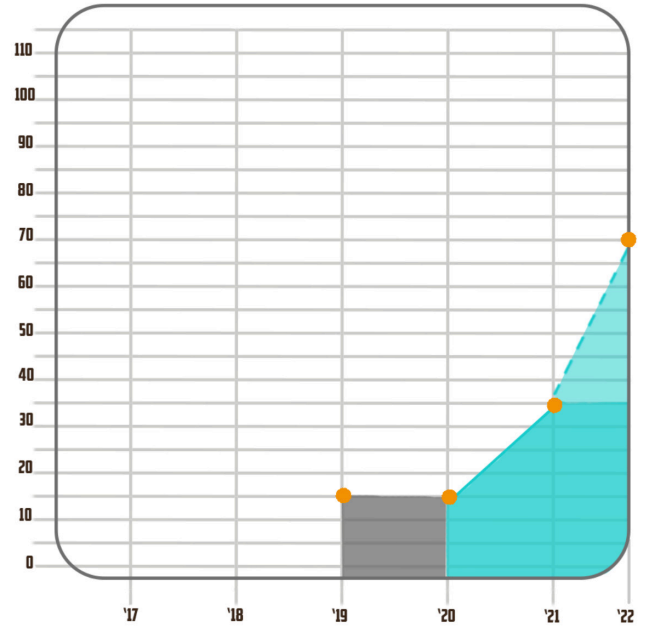
Op persoonlijk vlak hoop ik nog goed te scoren in de resterende zomer toernooien en dan zeker op mijn thuis toernooi, de Horizon Open !! Uiteraard hoop ik via mijn resultaten nog te stijgen in de rankings zodat ik komend seizoen zowel in de dames 2 – als 1 reeks kan aantreden !



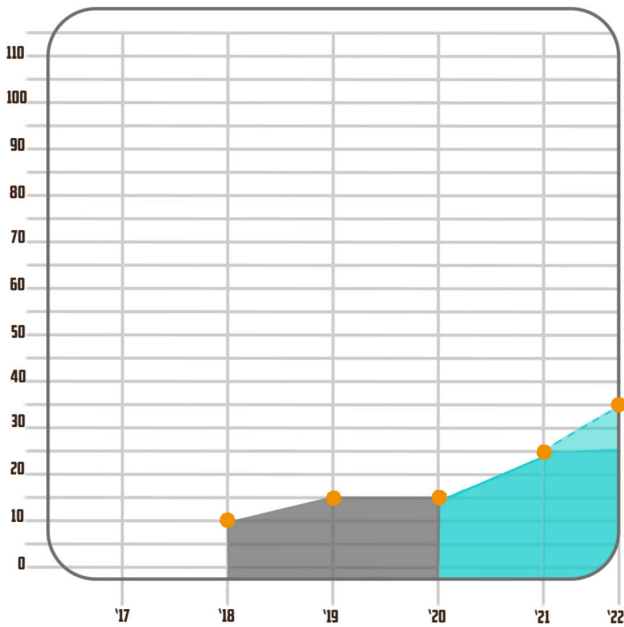
LUKAS TZIMAS °2007



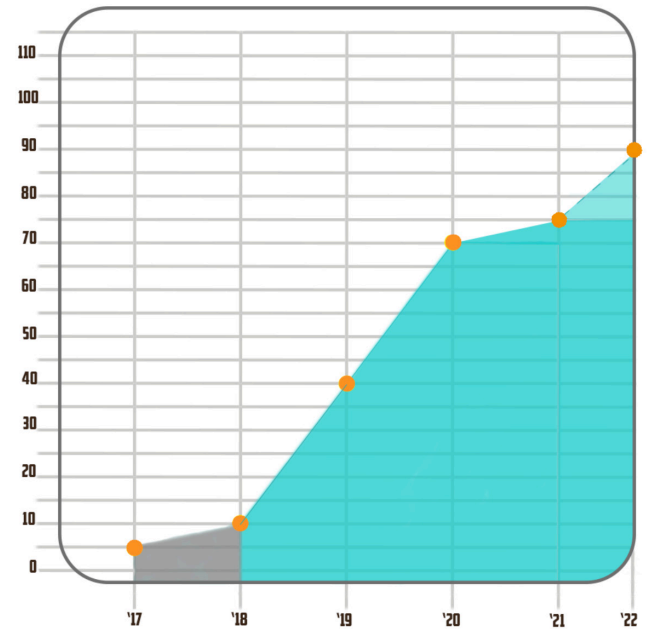
NAUSICAA LENS °2008



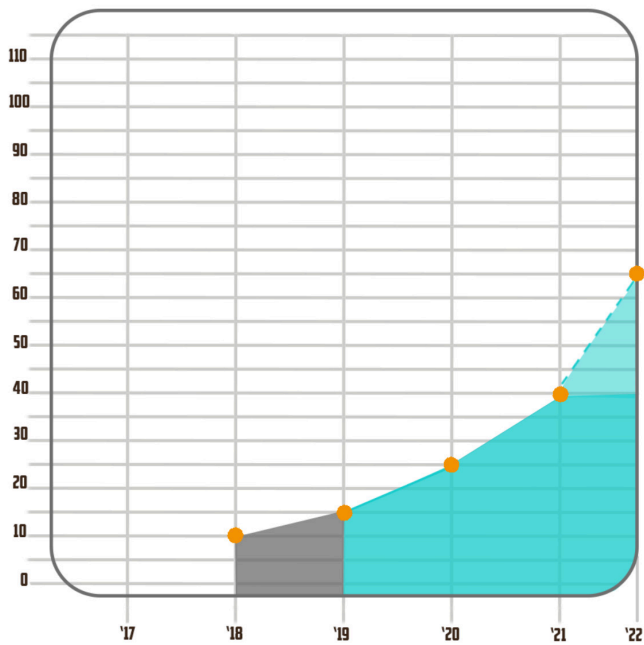
MILAN ROOIJAKKERS °2008



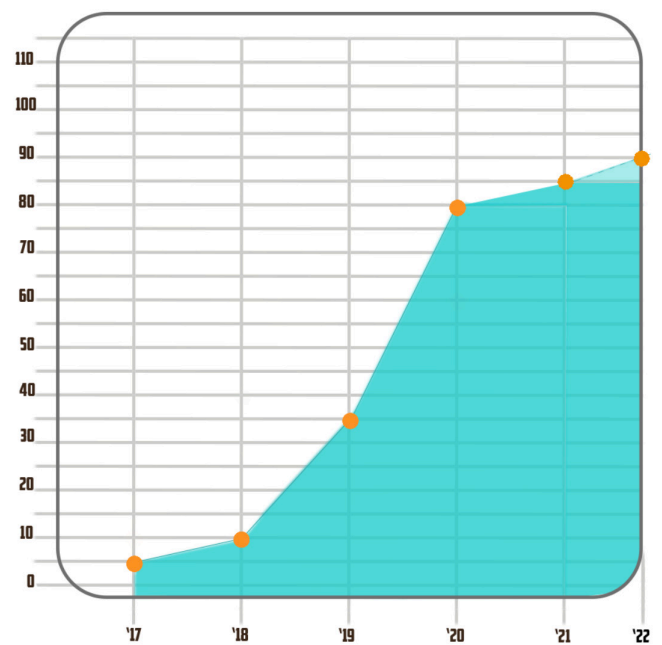
LISSA VAN QUICKENBORNE °2004



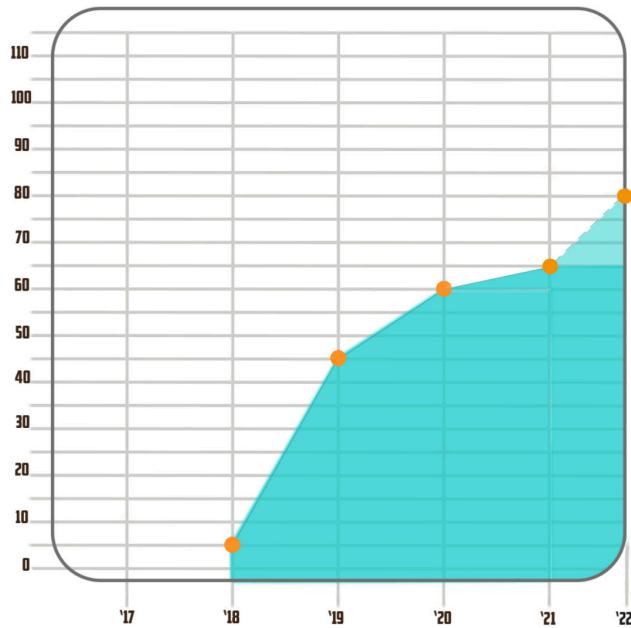
FRANTISEK NEJDL °2006



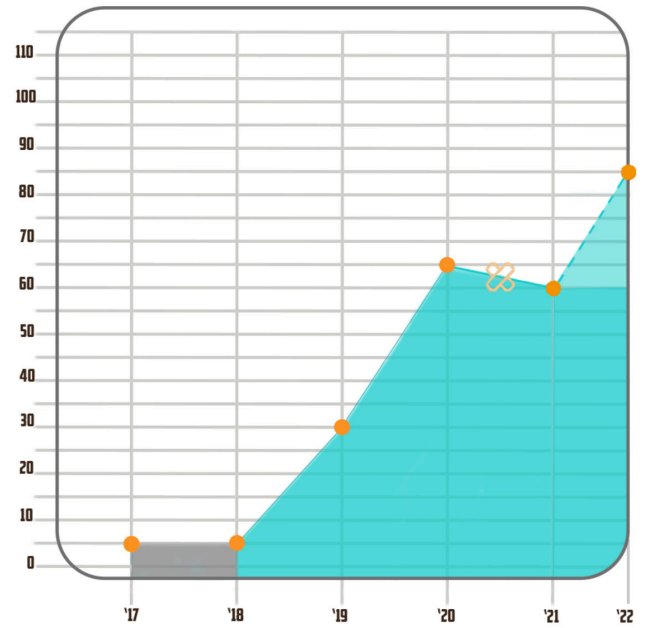
DORIEN KAPPETIJN °2007



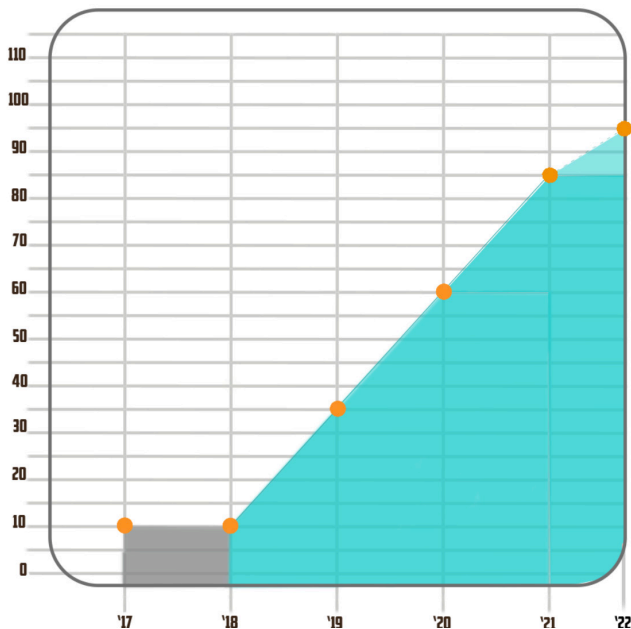
DELPHINE DE BRUYN °2004



FEDERIKA DE DOOY °2005



DANIEL KUCIREK °2007



Deze statistieken geven weer hoe spelers evolueren het moment dat ze bij Horizon aansluiten. Opmerkelijk is dat we een scherpe en onmiddellijke stijging vaststellen.

Delphine De Bruyn en Lissa Van Quickenborne stijgen liefst 16 klassen in vier jaar, Dorien Kappertijn en Daniel Kucirek zelfs 17 klassen in vier jaar.

Spelers die recenter zijn aangesloten tonen ook een plotse stijging:

- Lukas Tzimas 12 klassen in drie jaar,
- Frantisek Nejdl 10 klassen in drie jaar,
- Nausicaä Lens zelfs 11 klassen in amper twee jaar.

Milan Roojakkers klimt 4 klassen in twee jaar maar is nog erg jong.

Federika De Dooy was één jaar gekwetst maar stijgt op vier jaar toch nog een slordige 16 klassen!

Wie graag snel wil stijgen, weet dus wat te doen.

Legende

Vertikale as

= de klassen, gaande van 5 punten tot 115 punten

Horizontale as

= de jaren waarin Horizon actief is (2017, tot 2021).

Turquoise blok

= de periode waarin de speler bij Horizon traint

Grijs blok

= de periode VOOR de speler naar Horizon is gekomen

Pleister

= de speler is gekwetst

Stippelij

= de verwachte stijging dit jaar op basis van de huidige resultaten met bijhorend verwacht klassement in 2021



When watching matches of her players, Eleni makes extended personal notes in her magic book.

DAPHNE WERNAERS

Hoe lang speel je al tennis en hoe kwam je tot tennis?

Toen ik met mijn ouders op 6-jarige leeftijd verhuisde naar Hofstade heeft mijn mama voor een privéles in de Elewijtse tennisclub TC De Wehzel gezorgd. Deze moest de tennisleraar laten inzien welk niveau wij hadden om ons dan in een groep te kunnen plaatsen. Na deze privéles hebben mijn ouders mij meteen ingeschreven bij de club. Ik herinner me nog goed dat mijn lessen toen 1 keer per week doorgingen. Ik zal nooit vergeten dat ik de eerste zaterdag thuis vertrok met mijn tenniszakje en racket in de hand, om dan te weten te komen dat mijn mama ons een uur te laat had afgezet en we dus onze eerste tennisles gewoonweg gemist hadden.

Op 7-jarige leeftijd kreeg ik steeds meer zin in de lessen en wou zeker en vast groeien en beter worden. Ik kende de kinderen in mijn groep al een beetje en we hadden erg veel plezier. Toch bleven de lessen steeds beperkt. Ik had toen een 2 tal lessen per week met datzelfde groepje. Daarnaast deed ik ook telkens mee met de stages die TC De Wehzel hield, deze gingen vaak door tijdens de zomervakantie. Op 8 of 9-jarige leeftijd werd er aan mij gevraagd om privélessen te volgen met iemand uit mijn groep en dat accepteerde ik graag. Ik kreeg steeds meer zin om meer te spelen maar mijn ouders moesten mij wel kunnen afzetten. Toen had ik dus 1 keer les in groep en 1 keer privé in de week.

Ik deed ook na een paar jaartjes les mee aan de interclub. Het eerste jaar was dit een beetje proberen en oefenen maar daarna verliep alles steeds vlotter en werd het voor mij ook steeds leuker. We begonnen stilletjes aan ook meer te winnen

en natuurlijk als kind is dit super voor het zelfvertrouwen. Na meegedaan te hebben in de jeugd heb ik ook stilaan de stappen moeten zetten richting interclub bij de dames. Op 12-jarige leeftijd begon ik dan naast interclub ook toernooien te spelen en die geleidelijk aan ook te winnen waardoor ik momenteel aan mijn huidige tennisklassement ben gekomen (20 punten, C30/2).

Je speelt ook voetbal. Op een goed niveau:

Ik ben begonnen met voetbal 4 jaar geleden. Ik ben altijd al gefascineerd geweest door voetbal. Ik speel dit seizoen voor K Berchem Sport en heb in het verleden al gespeeld voor FC Zemst en K Kontich FC. Ik speel voor de A-ploeg daar dat betekent in 2de provinciale afdeling in Antwerpen. Wij trainen normaal gezien 2 keer per week (maandag en woensdag) maar soms ook nog op vrijdag. Matches worden gespeeld op zaterdag. Berchem heeft als doel om in 3 jaar nationaal te spelen dat houdt in dat de A-ploeg 2 jaar op rij kampioen zou moeten spelen.

Mijn positie op het veld is het nummer 2 dat betekent dat ik rechtsachter sta naast de centrale verdedigers. Mijn trainer zet me soms ook wel een keertje in het middenveld waardoor ik zowel moet verdedigen als aanvallen. Kort samengevat moet ik dus erg veel lopen maar dat heb ik er zeker en vast voor over.

Zeer recent kreeg je weer zin om te tennissen:

Ik heb tennis en voetbal voor een lange tijd kunnen combineren omdat het schema van de voetbal vooraf gegeven was en dus was het inplannen van tennislessen niet zo moeilijk. Naarmate je hoger gaat spelen verandert dit waardoor het op een bepaald moment gewoon te verwarrend werd om alles geregeld te krijgen. Dus besloot ik tennis even aan de kant te zetten en me meer te focussen op voetbal. Tijdens deze 'pauze' heb ik af en toe nog eens op een tennisveld gestaan met mijn zus en stiefpapa maar niet meer zo vaak als daarvoor.

Tijdens Covid-19 heb ik toch gerealiseerd dat ik tennis niet zo maar aan de kant kon schuiven. Toen ik vertelde tegen mijn mama dat ik het tennissen miste had mijn stiefpapa Tim De Smedt mij verteld over de zomerstage van Horizon. Hij zei dat we eerst konden proberen of dit iets voor mij zou kunnen zijn en dat we er niemand kwaad mee doen. Zoals verwacht is de stage in de smaak gevallen en kan ik op deze manier meer tennissen en plezier hebben en terwijl ook nog voetballen.

Is het je doel om voetbal, padel en tennis te combineren?

Zolang ik deze 3 sporten kan blijven doen en mijn mama en stiefpapa mij willen rondrijden zou ik heel graag deze blijven combineren maar mijn studies moeten dit natuurlijk toelaten. Wanneer ik uiteindelijk toch zou moeten kiezen zullen tennis en voetbal zeker en vast belangrijker zijn dan padel.

Toch zal ik het moeilijk hebben om een keuze te moeten maken tussen voetbal en tennis dus die zal ik nog even open moeten laten.

Je traint nu dagelijks in Horizon. Kan je de trainingen vergelijken met wat je vroeger deed qua tennis?

De trainingen bij Horizon zijn toch wel anders dan bij mijn vorige club. Daar kreeg ik tijdens de lessen vaak kist oefeningen dat hield in dat ik zoveel forehands en zoveel backhands moest spelen. Bij Horizon zie je tijdens de lessen meer matchsituaties. Je leert meer na te denken tijdens je punten waardoor je een ritme gaat vinden. De aanpak is bij Horizon dus meer inzichtelijk. Tijdens de stage krijg je als oefening nooit gewoon een paar ballen aangegeven met de opdracht de ballen gekruist of langs



de lijn te spelen. Nee, er wordt aan de hand van een tekening op het terrein een oefening uitgelegd en er wordt ook bij verteld waarom we dit nu zo doen en wat dit als doel heeft tijdens een tennismatch.

De spelers hebben bij Horizon allemaal verschillende klasseringen waardoor je soms tegen iemand speelt die vele beter is of hetzelfde niveau heeft en dat zorgt er voor dat je beter wordt. Technisch is het bij Horizon ook een beetje anders omdat ik in de paar weken dat ik meedeed aan de stage meer nieuwe zaken heb bijgeleerd zoals de slice, een hardere opslag, hoe ik kracht moet halen uit de grond in de plaats van uit mijn romp, etc.

Hoe klikt het met de andere spelers/spelsters in Horizon?

Ik heb even mijn tijd moeten nemen om echt te praten met de spelers en spelsters daar omdat het allemaal nieuw was. Momenteel kom ik toch wel overeen met de mensen waarmee ik heb gepraat. Het zijn allemaal heel lieve mensen die er rondlopen. Ze willen iedereen zo snel mogelijk betrekken waardoor het maken van vrienden eigenlijk heel erg vlotjes verloopt. Ik voelde mij er meteen welkom.

Ik heb momenteel toch al een 3 tal mensen waarmee ik regelmatig eens een praatje doe of eens goed mee kan lachen en dat maakt de stage natuurlijk ook een stuk leuker. Ik kan eerlijk toegeven dat ik niet de sociaalste ben die er rondloopt (vooral in het begin kan ik heel stil zijn) maar iedereen is er erg lief en helpt je ook graag verder wanneer je iets niet begrijpt of als er ergens iets fout is gelopen.

Het is nu de eerste zomer dat je ook deelneemt aan de Full Service, een formule waarbij elke dag getraind wordt. Beschrijf de impact daarvan op je spelniveau.

Na 3 jaar niet gespeeld te hebben voel ik toch dat mijn balgevoel snel aan het terugkeren is omdat je elke dag ermee bezig bent. Ook het inzicht dat ik vooraf had op het tennisveld is naar mijn gevoel toch al verbeterd. Ook heb ik al veel bijgeleerd over de goede en slechte plaatsing van ballen op het tennisterrein en wanneer ik welke bal nu het beste zou spelen.

Hou je van competitie?

Ja. Omdat je jezelf ziet verbeteren naarmate je meer speelt. Je ziet beter wat je aan het doen bent en je kan ook efficiënter trainen omdat je weet waarop je moet trainen. Ook vind ik het leuk om mezelf te zien winnen tegen personen waar ik daarvoor steeds verloor omdat je zelf ook gaat moeten nadenken over je opties. Maar het meeste hou ik van het gevoel wanneer je een match wint. De overwinning geeft je een boost waardoor ik trots ben op mezelf en ik mezelf steeds verder wil pushen om beter te worden.

Wat zijn zoal je eigenschappen wanneer je sport doet? Sterke punten?

Ik geef heel weinig emoties vrij op een veld. Ik kan bijvoorbeeld 10 slechte ballen slaan na elkaar maar je zal zelden mij zien boos worden. Ik slik vaak gewoon mijn woorden in en bereid me voor op het volgende punt. Mijn mama noemt mij hierdoor vaak The Ice-Queen.

Daarnaast speel ik ook vaak op karakter. Daarmee bedoel ik dat ik tegen mezelf mentaal kan zeggen tijdens een tennismatch bijvoorbeeld dat ik geen enkele bal meer ga fout slaan en gewoon rustig de bal telkens return in het terrein zodat de tegenstander een fout moet maken. Hierdoor heb ik in het verleden erg vaak matches gewonnen dus dat zal ik zeker een sterk punt noemen.

Wat is een belangrijke drijfveer voor jou als je aan sport doet?

Mijn drijfveer is eigenlijk het blij maken van mijn familie. Mijn mama en stiefpapa brengen mij altijd overal naartoe en daarom vind ik het echt heel stom om hun teleur te stellen. Wanneer ik een tennis-, padel- of voetbalmatch speel denk ik dus altijd op voorhand aan mijn ouders en hoe ik hun zeker en vast niet wil teleurstellen. Ook heb ik nog nooit in mijn leven meer dan 1 match gespeeld zonder mijn mama aan de zijkant van het terrein.

Mijn mama is zeker en vast een heel belangrijke persoon in mijn leven die mij telkens wanneer iets mislukt of iets niet goed aan het gaan is zal steunen en toejuichen wanneer nodig. Al gaat het over het mislaan van een bal tijdens een tennismatch of over een dipje tijdens een 2e set, ik zal altijd kunnen rekenen op mijn mama die mij tips geeft of mij boos zegt om de kop op te houden en mijn match op zijn minst nog goed af te maken. Elke overwinning heb ik aan haar te danken.

Wat zou je nog willen bereiken in tennis?

Ik zou graag nog veel toernooien winnen en een zo hoog mogelijk klassement behalen. Ik heb momenteel 25 punten en zou toch graag een 80 punten willen hebben. Ik heb het gevoel dat ik zo ook steeds beter zal worden in het plaatsen van ballen en in het harder slaan van ballen en nog veel meer.

Heb je al verrassende dingen meegemaakt in tennis?

Een paar jaar geleden heb ik tijdens een tennismatch in Vilvoorde in de tweede set met 2/5 achter gestaan na de eerste verloren te hebben. De wedstrijdleader kwam vragen aan mijn ouders hoe het er aan toe ging waarop mijn mama zei dat de match bijna gedaan ging zijn omdat ik daar bovenop ook 40-0 achter stond in het 'laatste' spelletje. ik ben er uiteindelijk toch in geslaagd het tegendeel te bewijzen en de 2e set te winnen en de wedstrijd te winnen.



ELENI KORDOLAIMI

tells us her story

Bio

I was born in Greece in a city called Lamia, roughly 2 hours away from Athens. I started playing tennis at the age of 5 in Lamia, at a club named Fthiotikos Omilos Antisfairisis (FOA). At that time, my parents and I were searching into what sport I would be interested in to start doing. Even though I mentioned multiple sports, tennis was not falling in that list.

At that time, I did not even know tennis existed. I had decided on swimming but before I even go, a family friend of ours talked us into tennis. There I went, 5 years old I thought to give it a shot and let tennis be the first sport I would try. I remember the moment that I stepped on court as if it was yesterday. The coach gave me a racket and a ball and I remember looking at the older players feeling so amused that my first question to the coach was: "And me? When will I play like them?". Since that day, I fell in love with it and never changed to another sport.

Seven years later, 13 years old was definitely a key moment for me which I remember vividly. It was the second week during the Australian open in 2006 when in Greece it was snowing but in Australia, Marcos Baghdatis was putting on his show reaching the final. Since it was snowing, schools were closed so every morning along with 2-3 other players of my age we would go to my coach's house to watch the tournament. As Baghdatis was winning against Nalbandian, I remember telling myself "This is amazing, this is exactly what I want to do. I want to become a professional tennis player and play in front of big crowds." From that day on, I went on court practicing with that goal in mind. A few days later I expressed my thoughts to my parents and then to my coach. It was absolutely incredible!

Along my career, I was lucky enough to meet a few people that became very important in my journey towards becoming a professional tennis player. If I start listing each one of them and the reason why they were important to me it will take



multiple pages so as of right now, it gives me great pleasure to simply mention their names and thank them from the bottom of my heart. My coaches in Greece who tried their best with the knowledge they had at the time, my teammates in the States, my academic advisor and compliance people at the University of Houston who took great care of me during my college years as a student-athlete, my doctor in Greece Giannis Katrabasas who is the reason why I was able to get back on court and keep on chasing my dream after my injury and who has never failed to be by my side until today, my coach Fabio Chiappini and his team in Italy who taught me everything about tennis and turned my dreams into their dreams and never stopped pushing until the very end.

However, most importantly I would like to say the biggest THANK YOU there is to my family. My parents that made the impossible possible, the people that sacrificed everything they could and put themselves last in order to give the most they could so that I could keep chasing my dream. The biggest thank you goes to you, Mom and Dad because you never stopped believing in me. If it wasn't for you, I wouldn't have been anywhere near to where I am today as an athlete, as a coach and most importantly as a person.

Achievements in tennis:

1. Ranked A int 12 in Belgium
 2. WTA Career High ranking in singles #425 / in doubles #344
 3. Won 5 ITF titles in singles and 10 in doubles
 4. 2016-2018: Member of the Greek Fed Cup Team (3rd highest ranked player in Greece)
 5. Ranked 52 in College Tennis
 6. Top 10 in Europe Tennis U16
 7. Ranked #1 and #2 in Greece from 13-18 years old, being part of the national team for European Championships
-

Training intensity of a daily schedule while I had school would be 1.5-2 hours tennis daily plus fitness 3-4 times a week with a day off being on Sundays. Later on while I was in college it changed a little bit to daily fitness plus 2-3 hours tennis daily depending on the schedule with Saturday afternoon and Sunday off. However, if we had matches in the weekend, Monday would usually be the day off. When I moved to Italy and school/university was not part of my daily routine, I would practice 3 hours a day tennis and daily fitness. Although, an afternoon in the middle of the week would be off as well as Saturday afternoon and Sunday. However, the schedule during most of the year while the tournaments were taking place would be slightly different but a day off during the week was very important.

Tennis has given me multiple life lessons but most of all it teaches you that whenever you find something you love in life, you have to go after it at full speed. It does not guarantee that if you work hard you will surely make it to the top but that's the beautiful thing about it. It teaches you the habit of waking up daily to set your priorities straight and sacrifice the rest in order to be in a position where you can try your hardest. In a position, where you can give yourself the best shot there is. That's what I love about it because in life it is the same. Nobody guarantees that one will achieve the goals they set but nothing beats the satisfaction of going to bed every night knowing you gave it

your everything. To sum it up, it is a much better feeling to risk it and go after your dream even if you end up not making it true than not trying and never finding out where you could land.

ELENI tells us about:

1. CORONA

This year that has gone by I believe it was tough for everyone. It was surely not easy being new in a completely new place starting from scratch but I was also thankful to start my coaching career.

2. BELGIUM

Putting it into perspective and comparing Belgium to other countries I have lived in, I would say that it is the most organized country I have lived in. I like the structure of it and the speed that things are being taken care of.

3. BRUSSELS

Brussels, from what I have seen at least, seems a really nice city. Although I did not have much time to explore it properly, I like the architecture and diversity of it.

4. GREECE and other COUNTRIES

There are things I miss from each country mentioned above but most of all I miss the people I met and the bonds we formed. Speaking of Greece, it has the most special place in my heart so I do miss it a little extra as well as I do my family.

5. HORIZON

The system used in Horizon is indeed different from other tennis schools, which is intriguing. It took me some time to get used to it but the variety it brings as well as the chance it gives to players to play with multiple partners during the same session is surely nice. However, just like any other system it does have positive and negative aspects at times.

6. COACHING

I would not like to point out any of the players I am working with but I am happy to be working with every single one of them. It is beautiful to see them progress with time as players and grow as people.

7. ADVICE

The most important thing is that they enjoy it. They have to be on court because they truly enjoy being there and not because they feel obliged to be there. When a kid is having fun on court enjoying themselves, it is much easier to follow instructions and therefore, to improve. No parents should at any time pressure their kid to follow a sport the kid does not like spending time on.

I would like to tell them that whatever they do in life, to be fully present in it. Whether that is going to school, being with friends, coming to training... be fully present in it. Whatever place they find themselves in, they have to understand that they need to give their best in order to take out the most. Everyone wants to become successful, be the best, highest ranked. But the question is, how many people are willing to take the actions required for that desired outcome?

8. GOALS

I would like to keep on learning and evolving daily in order to be in the best position possible to give to my players the most I can. That being said, I would love to find myself coaching at a grand slam one day. Since I did not make it there as a player, I would like as a coach, to help someone else make it.

9. ENJOY TENNIS

I do love competing still, yes. I am happy with my results so far but I do not set any expectations for myself or certain goals as I did when I was a full time player. Now, I just enjoy getting out there with the goal to compete the best I can and see what comes out of it when before the focus was more on the result.



JARO EMONDS

Jaro, hoe lang speel je al tennis en hoe kwam je tot tennis?

Een van mijn klasgenoten speelde tennis en daarom ben ik dat ook gaan proberen.

Ik speel al tennis sinds ik acht ben. Ik speelde ook volleybal, maar tennis vind ik veel leuker en toen ik op een gegeven moment een keuze moest maken tussen de twee koos ik dan ook voor tennis.

Je bent leerling L.O. in ZAVO.

Ik ga naar school op het ZAVO en ga daar in september naar het 4de middelbaar in de richting Wetenschappen.

Sinds wanneer is je niveau met een ruk de hoogte in gegaan en hoe kwam dat?

Mijn niveau van tennissen is enorm verbeterd vanaf het moment dat Horizon op de tennisclub is gekomen.

Voor Horizon kregen we enkel wat lesjes maar het was nooit echt gefocused en we kregen zeker geen individuele begeleiding. Er zijn ook zelfs momenten geweest dat er in Tenza geen lessen meer waren voor kinderen van mijn leeftijd.

Sinds Horizon gekomen is, zijn er veel meer lessen en worden de tennissers veel beter opgevolgd. Ik heb daar de vruchten van geplukt. Ik voel dat mijn tennis van dag tot dag verbetert. Ook de intensieve zomerstages hebben mij heel veel bijgebracht.

Het gebeurde ook regelmatig dat één van de coaches naar mijn wedstrijd kwam kijken. De dag na de wedstrijd kreeg ik dan een verslag van wat ik allemaal goed gedaan had, maar ook welke punten nog voor verbetering vatbaar waren en hoe ik die kon aanpakken.

Sinds je gestart bent met competitie vlieg je er wel stevig in.

Ik speel inderdaad vaak: tijdens het schooljaar is dat elke week 4x tennisles en 2x fysieke training. Nu in de vakantieperiode speel ik dagelijks 2 uur op elke weekdag.

Om een beetje ervaring op te doen, probeer ik toch regelmatig wedstrijdjes te spelen. Ik speel elke week wel in een toernooi, waar ik mij dan inschrijf in de U15/2 en de U15/3. Dat betekent dat ik dan minstens 2 wedstrijden per week speel. En iedere keer dat ik win moet ik natuurlijk nog een wedstrijd extra spelen.



Het is nu de tweede opeenvolgende zomer dat je ook deelneemt aan de Full Service, een formule waarbij elke dag getraind wordt. Beschrijf de impact daarvan op je spelniveau. De impact op mijn tennisniveau van de full service formule is heel goed zichtbaar. Het is heel leuk om te voelen, dat de leraars mij opvolgen en goeie tips geven. Verder is ook mijn niveau van de verschillende slagen verbeterd omdat ook daar heel goed op gewerkt wordt tijdens de dagelijkse lessen in de vakantieperiode.

Je houdt van competitie. Hoeveel toernooien speelde je al en waar zoal?

Ik vind competitie niet het belangrijkste, maar ik voel wel dat ik daarvan heel veel leer.

Ik ben begonnen met toernooien sinds vorige zomer maar toen heb ik er maar 2 gedaan. Ik denk dat ik deze zomer al ongeveer een 5-tal toernooien heb gespeeld. Ik speelde uiteraard het toernooi in Tenza, maar daarnaast ook in Machelen, Meise en Tienen.

Kan je enkele van je beste resultaten opsommen dit jaar?

Mijn eerste wedstrijd van het jaar in het toernooi van Tenza heb ik gewonnen. Dat was direct een 3-setter. Die overwinning gaf me moed om door te gaan.

Daarna heb ik niet veel wedstrijden gewonnen. Enkel op TC De Berken in Meise won ik eerst tegen Tijs Luypaert, een thuisspeler (Ranking 288) en daarna tegen Kasper Van Looy. In de finale heb ik dan jammer genoeg verloren tegen Siebe Van Rillaer (Ranking 105).

Dat was wel een leuke ervaring, want dat was met een scheidsrechter en dat had ik nog nooit meegemaakt ! Best indrukwekkend.



Wat is de belangrijkste drijfveer voor jou?

Het belangrijkste voor mij is dat ik heel graag tennis speel en graag ook beter wil worden.

Het is een superleuke sport, en Horizon is een hele fijne club en dat is zeker heel belangrijk.

Wat zou je nog willen bereiken in tennis?

Ik zou graag nog veel beter willen worden in tennis zowel op het vlak van techniek, als op het vlak van tactiek zodat ik de wedstrijden beter onder controle kan krijgen.

Daarnaast wil ik ook graag die wedstrijdstress onder controle krijgen, want ik merk dat ik daardoor echt niet optimaal presteer tijdens de wedstrijden.

Heb je nog iets bijzonder meegemaakt dit jaar?

Nadat ik mijn eerste wedstrijd op het toernooi van Tenza gewonnen had, was ik gewoon naar huis gegaan, en ik wist niet dat ik de dag erna opnieuw moest spelen in de kwartfinale. Ik kwam drie kwartier te laat maar had geluk dat mijn tegenstander er geen probleem van maakte. (Jaro lacht)

Daarnaast wordt er tijdens de lessen vaak gelachen. De sfeer is altijd goed.

MAXIME WINDEY

Hoe lang speel je al tennis en hoe kwam je tot tennis?

Ik begon te tennissen toen ik zo'n 7 jaar was. Eerst gewoon tegen de muur op ons terras, nadien begon ik lessen te nemen in een tennisschool. Mijn vader speelt zelf tennis maar had nooit gedacht dat ik ook de nodige kennis in huis had om hem ooit op een tennisveld te verslaan. Ik heb eerst wat ervaring opgedaan op Het Zeen, nadien ben ik lessen gaan volgen op Tenza met Tom Verbelen (samen met Lissa en Fredo). Op mijn twaalfde heb ik de tennisraket eventjes aan de kapstok gehangen omdat ik ook nog voetbalde en de combinatie met het middelbaar te veel was. Maar de zin om te tennissen bleef. Toen ik 14 was hoorde ik over de nieuwe tennisschool "Horizon" op Tenza en ik besloot om er eens te gaan testen. Sindsdien ben ik blijven spelen bij Horizon en heb er ook heel erg van genoten.

Je vader speelt ook tennis. Zit het in de familie?

Mijn vader speelt tennis sinds zijn 15de, zijn oom vond dat hij zich aan deze sport moest wagen. Hij haalde een behoorlijk niveau C15.2. Tijdens zijn legerdienst in Duitsland maakte hij deel uit van het tennisteam daar en speelde de finale van het kampioenschap in Duitsland. Mijn zus heeft ook veel getennist, maar deed nooit echt aan competitie.

Sinds wanneer is je niveau met een ruk de hoogte in gegaan en hoe kwam dat?

Mijn eerste stappen op het tennisveld waren in een andere tennisclub en het ging traag vooruit. Op een bepaald moment stapte ik over naar Tenza waar ik privéles kreeg en ging mijn niveau goed vooruit. Maar ik kwam echt uit de startblokken eens ik bij Horizon tennissen nam. De zomercompetitiestages zijn een grote toegevoegde waarde geweest. Elke dag twee uur training, en dit twee maanden lang, dan behaal je een grote vooruitgang.

Tijdens de winter train ik 2x/week, de zomermaanden schakel ik een niveau hoger met de zomerstages en doe ik vaak toernooien.

Het is nu de tweede opeenvolgende zomer dat je ook deelneemt aan de Full Service, een formule waarbij elke dag getraind wordt.

Beschrijf de impact daarvan op je spelniveau.

De Full Service is zeker een toegevoegde waarde. Helaas moet ik deze zomer voor het eerst spelen in heren 6 en kan ik zowel een tegenstander van 16 of 84 jaar hebben bij manier van spreken. Tot nu toe waren mijn tegenstanders 28+ en dat is niet zo evident om daar tegen te spelen.

Vertel een anekdote die je dit jaar meemaakte en die wel grappig is.

Ik speelde een match tegen mijn vriend Maks Obara en kreeg een serieuze pandoering. Ik was zo gefrustreerd dat ik mijn raket kapotsloeg. Sindsdien hangt deze raket in onze wasplaats als "herinnering". Elke dag passeer ik daar heel vaak en weet dat ik dit geen tweede keer moet proberen.

Zeer leerrijk!



KATERINA HOBZOVA

Can you describe all your sports and other activities in a NORMAL week in the winter period.

During the week, I have school up to 4 o'clock in the afternoon every day apart from Wednesday when I finish earlier. On Monday and Thursday I have piano and guitar lessons. On Tuesday, I go to the physiotherapist. On Saturday, I have physical training then tennis and the same goes for Wednesday with mental afterwards. I also have tennis on Friday and Sunday. Finally, I also have football on Sunday morning.

What kind of role plays tennis in your life?

Tennis is something I enjoy very much and is the activity I devote most of my time. It's also a way to clear my mind.

What would you consider to be the biggest achievements of your last year ?

I would consider that my biggest achievement was playing much more matches than before and winning most of them against players I don't think I would have won last year because of my mind state.

Can you give a list of your major wins of this year ?

Until we left for vacation I played eight tournaments in dames 4 and UNDER 15 2 and won 6 of them and lost once in the final, beating some higher ranked players.

What is the domain you made the biggest progress recently?

I think that I progressed the most physically and especially in running.

What would you hope to achieve in the upcoming years ?

In the upcoming years, I would like to get better technically and physically but also upgrade my ranking. Ideally, I would like to get a B ranking. This could potentially help me get a scholarship to a good university.

Are you looking forward to some extra things this year ?

I would like to play some interclubs because they didn't take place this year.

Fingers crossed !



Veteranen ontdekken de weg naar Horizon

In eerste instantie begon Horizon met de uitbouw van een degelijke tennisopleiding voor sterk gemotiveerde jongeren die voor wedstrijdtennis opteren. Daar ging alle aandacht heen en dat blijft tot de dag van vandaag de 'core business' van Horizon. De resultaten liegen er niet om. Vele jongeren stijgen als raketten naar de top. Maar wat bleek: deze jongeren hebben ouders!

Inderdaad. Het dagelijks (moeten) bekijken van hun eigen nazaten prikkelde bij de meeste ouders de oude tennisspielen en de vingers begonnen te jeuken. Horizon kon niet langer toezien en ontwikkelde een ambitieus programma voor 'de ouders van sterspelers'. Het bleek een gat in de markt! Massaal stortten ze zich op nieuwe rackets en kregen lessen van de Horizon-top-

coaches die het spel van deze veteranen afstoften en de doffe blik in hun ogen weer de glans van weleer gaf na het versturen van een gemene slice of een lob over de backhand-zijde.

De groep veteranen groeide aan en de tsunami aan instroom lijkt nog steeds niet te stoppen. Wie beschikt over een kind dat buitengewoon tennist, weet nu wat te doen. Intekenen als 'ouder van' en de successen opstapelen!

Nonchalant poseren sommigen van deze grootmeesters van weleer onder de Horizon-vlag. Hun toekomst lijkt verzekerd!

In de najaars dubbelinterclub zullen zij van zich laten horen: Stef Van Quickenborne, Kris Obara, Robrecht De Dooy, Bram Lebrun, Christian Windey, Carl De Ranter, ... we rekenen op jullie!



Het bestuur van Tenza werd versterkt door twee dynamische jongelingen: Bavo Janssens en Nick Surmont. Van links naar rechts zien we Stijn Van Cutsem, Inge Devos, Raf Genard, Bavo Janssens, Nick Surmont, Pieter Berckmans en Emma Lynn Teirlinck.



International tennis in times of Covid

2020 and 2021 were really tough for everyone and especially for young kids who were mentally and physically ready to make huge progress. The pandemic prohibited almost everything and so the Horizon International Program was impossible to realise.

We tried to train as much as possible but all international tournaments were cancelled for a long period. Still some brave Horizon players were able to travel to Czechia where Daniel Kucirek participated in the Czech championship under 14. He won the regional zone and got into the final stages of the national one. Nausicaä Lens, and her brother Tristan, also left to spend their summer playing tournaments in Czechia. Their mother is Czech.

Lukas Tzimas got even up to Lithuania and played also some international tournaments in the Netherlands. Dorien Kappetijn left for a tennis camp in Mouratouglu (France). After the Horizon Open we will finally try some international experience for our best youngsters. There are good international tournaments in Uccle Sports and Leopold.

For the rest all our hopes are already focussed on 2022. If the world can stay Covid-Proof we will certainly pursue our goals abroad with these and other players.

In the meantime we will train very hard with professional programs including physical training with Rebecca Van Orshaegen (master student physio) and Eleni Kordolaimi. Support will be given by Alexander Kokorev, Mathieu Pauwels, Tiffany Mylonas and Johan Teirlinck (mental coach). This team is ready to jump as soon as it is allowed.



Horizon: een tennisschool is een Team

Een Team Tenniscoaches is veel meer dan een aantal lesgevers. Er moet een eenheid heersen in de aanpak. Lesgevers moeten bereid zijn samen te werken. Naast de topcoaches die trainingen geven aan de betere competitie spelers, moeten ook goede lessen gegeven worden aan de beginners, de gevorderden en de kids.

Lissa Van Quickenborne, Fredo De Dooy, Mara Vanhoudt, Delphine De Bruyn en Emma Lynn Teirlinck namen grotendeels de allerkleinsten voor hun rekening tijdens het seizoen en tijdens de zomerstages. Verder zijn er ook nog Lucas Hertsens, Sander Cauwelier, Maxime Verbinnen en Yvan Bienfait die op een gedreven manier hun kunnen doorgeven aan volwassenen en nieuwe generaties tennissers.

De globale visie is echter dezelfde: passie uitstralen en overbrengen en op die manier een zaadje planten waarbij elke lesnemer wordt uitgedaagd het allerbeste uit zichzelf te halen en zo een nieuwe horizon op te zoeken. Vaak één die pas al gaande, al spelend wordt opgemerkt en mooier wordt.



Horizon greets Europe and meets the rest of the world

A horizon is an interesting phenomenon. Once you notice it, your curiosity is awakened and you start to run to look for frontiers, new regions, far away countries and spicy challenges. People from all over the world are seeing the same horizon and come to the same conclusion: lets learn from each other.

And that is exactly what we do with Horizon. And we love it. Lets start with our team of coaches.

Alexander Kokorev brings with him the Russian power and strength, discipline and a strong will, **Eleni Kordolaimi** has the sensitivity and will of the ancient Greek philosophers, and body of a sculpture carved from marble. Her Greek counterpart **Tiffany Mylonas** descends from the gazella whereas some other coaches add a touch of southern European taste of culture and subtlety.

Our Horizon players have their origins in almost every corner of the planet. **Maks** and **Kris Obara** reminding us of the great Polish traditions, the **Nejdl** and **Kucirek** families represent the quality tennis of Czechia, and **Lukas Tzimas** combines both Greek and Czech roots in an attempt to create a personal new breed. Don't mix up Czechs and Slovacs when you see **Katerina Hobzova**. **Aron** and **Flora Baranyi** keep the memory alive of the great times of the Hungarian Empire, whereas **Ivaylo Pamukov** shows us the delicate feeling of Bulgarian culture, staying in the same eastern European zone. For the more northern temperament we got to know the sisters **Oona** and **Iben Mol** from Finland. A touch of Africa is present in the genes of **Isaac Wauters** and **Chérifa Aidara**. Ghana stays alive in the eyes of **Julian Tengan** and the twins **Ratsimba** drift between Africa and Asia. While turning back we see Portugal in and German perseverance in **Franz Fiehn**.

The world is our village.

Jongere spelers ontdekken competitie

Een hele groep erg jonge kinderen heeft recent de competitie ontdekt. De meesten deden mee aan het jeugdtoernooi van Tenza dit jaar. We kijken uit naar hun vorderingen de komende jaren.

Met oranje bal speelden: Maxim Janssens, Tiary en Miary Ratismba, David Afsarian en Leo Selim Costa. Zij kunnen allen erg goede spelers worden als ze op een correcte manier doortrainen onder goede begeleiding.

Met de groene bal zijn er ook enkele smaakmakers die nu echt de smaak te pakken hebben van competitie:

Ivaylo Pamukov,
Franz Fiehn,
Julien Cums,
Mila Willems,
Flora Baranyi en
Marie Van Vaerenbergh.



Corona

The lucky Birds of 2008

De jongeren van 2008 waren de geluksvogels van de coronatijd, want door de strenge maatregelen mochten alleen zij nog trainen. In Horizon kregen ze allen het dubbel aantal uren dat ze hadden aangevraagd omdat de terreinen anders toch leeg bleven. Deze groep maakte dan ook spectaculaire vorderingen op één winter tijd: Tanguy Lebrun, Albert Nejd, Milan Rooijackers, Vik De Neys, Julian Tengan, Marco Butera, Hanne Brien, Azra Pacal en Paula Linnemann.



Horizon Professionals

Dorien Kappetijn, Coralie Debruyne, Lukas Tzimas, Oona Mol, Nausicaä Lens, Iben Mol, Daniel Kucirek



PADELMANIA



Het padel milieu blijft een bijzonder wereldje...

Spelers komen en gaan, padelsterreinen rijzen uit de grond, glazen wanden en hekken worden massaal aangesleurd en tapijten worden overal afgerold bovenop betonnen funderingen.

Het was zowat de enige sport die toegelaten was. Al wie graag op restaurant ging, moest thuis blijven.

Reizen was verboden. De bioscopen bleven gesloten.

Wenende kinderen werden op padelstage gestuurd en onsportieve ouderlingen waagden zich op de groene mat.

Covid leerde ons volk padellen.

Op padelbanen zie je vaak lachende gezichten en een uitgelaten sfeer. Net wat we nodig hebben in onze vrije tijd. Vandaar dat het boeiend wordt om te kijken hoe deze trend uiteindelijk een plaats zal innemen in het gehele sportlandschap. Tenza surft mee en pakt alvast uit met enkele scherpe interclub teams in de najaarsinterclub.



A group photo of six members of the P200 tennis club. The photo is framed with an orange border and features a central image of a bright green tennis ball with the text "P200" in black. Surrounding the ball are six circular portraits of the members, each with their name written next to it.

David

Frank

Bavo

Olivier

Eddy

P200



A group photo of six members of the P200 tennis club. The photo is framed with an orange border and features a central image of a bright green tennis ball with the text "P200" in black. Surrounding the ball are six circular portraits of the members, each with their name written next to it.

Delphine

Lotte

Lissa

Fredo

Emma Lynn

P200



A group photo of six members of the P50/100 tennis club. The photo is framed with an orange border and features a central image of a bright green tennis ball with the text "P50/100" in black. Surrounding the ball are six circular portraits of the members, each with their name written next to it.

Jonas

Raf

Bart

Nils

Chelsea

Nick

P50/100

TENNIS WINTERTRAININGEN '21-'22 in HORIZON

PROGRAMMA COMPETITIE

- * **BASIS PACK**
= ongeveer 8 uur per week met daarin minimaal 2x 1,5u tennis/week, 1x fysieke training, mentale training, 10 jeugdactiviteiten (video-analyse, fysieke testen, tiebreak spelen, ...)
- * **SUPER PACK**
= meer dan 10 uur per week met daarin minimaal 3x 1,5u tennis/week, 2x fysieke training, mentale training, 10 jeugdactiviteiten (video-analyse, fysieke testen, tiebreak spelen, vriendschappelijke ontmoetingen, ...)
- * **PRO PACK**
= meer dan 15 uur per week met minimaal 5x 1,5u tennis per week, 3x fysieke training, mentale training, 10 activiteiten (video-analyse, fysieke testen, tiebreak spelen, vriendschappelijke ontmoetingen, ...)
- * **ELKE schoolvakantie is er FULL SERVICE**
= dagelijkse training van 11u tot 13u voor competitiespelers tijdens de herfstvakantie, kerstvakantie (2), krokusvakantie, paasvakantie (2), 9 weken in de zomervakantie

Vraag meer informatie op johan@johanteirlinck.be
of surf naar www.projecthorizon.eu

PROGRAMMA RECREATIE

1u per week of 1,5u per week
Voor starters (START2TENNIS)
Voor licht gevorderden
Voor Kids (vanaf 4 jaar)
Speciaal aanbod: voor 2- tot 4-jarigen (mits test)
coördinatie / balgewenning / leren bewegen

ELKE schoolvakantie is er een stage
= van 10u tot 12u30 en 13u30 tot 16u tijdens de herfstvakantie, kerstvakantie (2), krokusvakantie, paasvakantie (2), 8 weken in de zomervakantie

Vraag meer informatie op johan@johanteirlinck.be



PADEL WINTERLESSEN in HORIZON

Telkens 4 sessies op maandagavonden tussen 18u30 en 23u
Aanbod in oktober
Aanbod in november
Aanbod in maart
*Bij slecht weer worden de sessies uitgesteld

Voor beginners en gevorderden.

Vraag meer informatie op johan@johanteirlinck.be

