

HAND  
BAL  
X-TRA



HANDBAL  
JEUGD

# MANAU COUCKE & IEMKE DANIËLS, MEISJES MET INTERNATIONALE AMBITIES

Tijdens één van de voorwedstrijden van de interland België – Kosovo was er een pittige match te bewonderen van de Belgische interregionale selectie tegen hun Nederlandse collega's. Vooral bij de meisjes was het bijzonder spannend en de zege kwam slechts tot stand dankzij een uitstekende keeper, de kleine maar snelle Iemke Daniëls en het veldwerk van o.a. Manau Coucke.

Interessant was trouwens ook dat die laatste twee meisjes erbij liepen met hoge internationale ambities. Heel zelfbewust en overtuigd van de mogelijkheid tot slagen. Maar tegelijkertijd toch realistisch genoeg om te beseffen dat je met handbal vermoedelijk geen professionele loopbaan kan uitbouwen en dat de school dus nog steeds een belangrijk factor uitmaakt in het dagelijks leven. Wij stellen u voor: Manau Coucke (15) en Iemke Daniëls (13) en kijken ernaar uit waar ze binnen b.v. tien jaar zullen staan.

“Aan gedrevenheid en karakter ontbreekt het geen van beide meisjes,” weet interregionaal trainer Hub Maes. “Manau had al af te rekenen met een zware blessure, waardoor ze bijna een jaar uit de actualiteit verdween, maar Fons Vranken, kinesist van o.a. de nationale volleyploegen, heeft haar uitstekend geholpen en weer speelklaar gemaakt. Iemke is dan weer een uitstekende leerling op school en zij zit eigenlijk al een jaar hoger dan haar leeftijd voorzag,” geeft hij een enthousiaste situatieschets.

## Hoe hebben jullie eigenlijk handbal ontdekt als favoriete sport?

Manau: “Mijn vader speelde vroeger handbal. Zelfs even in de nationale ploeg. En ik ging altijd mee kijken naar de wedstrijden en de trainingen. Ik vond het wel een toffe sport en stilaan begon ik wel mee te trainen en toen ik 10 jaar oud werd, ben ik begonnen bij het Nederlandse Steyn, vlak over de grens, want wij wonen in Maasmechelen. Op die manier speelde ik direct bij een buitenlandse ploeg. (lacht)”

Iemke: “Ik deed mee aan ‘multimove’, waarbij we aan allerlei spelletjes meededen. Ik deed altijd mee met de groep die al één jaartje ouder was. Als het speeldag was, stond ik al een half uur voor het tijd was, klaar met mijn sporttas. Ik ging ook altijd kijken naar de senioresploegen van mijn club Bocholt. En ik vond dat ook wel tof.”

## Kunnen jullie handbal en studies goed met mekaar combineren?

Iemke: “Ook op gebied van studies zit ik al een jaartje hoger dan mijn leeftijd. Ik zit al in het derde middelbaar. Ik heb één jaartje overgeslagen, maar dat lukt voorlopig nog perfect. Al besef ik inderdaad ook wel dat je van handbal normaal gezien nooit jouw beroep kan maken. Je bent ook

niet zeker dat je nog kan sporten als je b.v. een zware blessure oploopt. Ik wil mijn studies dan ook zeker afmaken.”

Manau: “Ik zit in het vierde jaar van de sportschool in Genk, maar ook ik wil mijn studies beëindigen met een diploma. Ik wil ook niet té snel vooruit kijken. Ik wil intussen bij Geleen wel op sportief gebied vooruit gaan en ik sta al in de junioresselectie van de Black Arrows, maar ik wil het allemaal stap voor stap afhandelen. Niets té snel beslissen, maar momenteel lukt het wel om handbal en studies te combineren.”

## Jullie hebben allebei stevige internationale ambities?

Manau: “Ik heb altijd gezegd dat ik ooit in het buitenland op het hoogste niveau wil acteren. Ik zit intussen natuurlijk al wel bij Geleen. Dat is het buitenland. Maar mocht ik ooit de kans krijgen om het in Nederland of in Frankrijk nog op een hoger niveau te proberen, dan zal ik die mogelijkheid zeker niet laten liggen. Duitsland? Niet dadelijk, mijn Duits is nog niet goed genoeg trouwens.”

Iemke: “Ik wil het absoluut in Frankrijk proberen. Ik let nu bijzonder goed op tijdens de lessen Frans, hihi! Want ze praten ginder nog een pak sneller Frans dan wij op



school. Ik vind het ook helemaal niet erg om op mijn eentje naar ginder te trekken. Ik trek mijn plan en op die manier word ik ook sneller zelfstandig. Ik zal wel zelf mijn eten klaar maken. Ik hoef ook geen medespeelsters in hetzelfde huis om een aantal dingen samen te doen. Ik red het wel. Waar ik zal belanden, weet ik nog niet, maar mijn ouders en de sportieve verantwoordelijken van het VHV zijn ermee bezig.”

### **Wat zijn jullie sterke punten en op welke vlakken moet je nog bijleren?**

lemke: “Momenteel is snelheid zeker één van mijn wapens. Maar ik zou ook nog graag een beetje groeien. Er zijn in het handbal wel een aantal kleinere speelsters die belangrijk zijn voor hun team, maar toch. Wat ik uiteraard nog mis, dat is ervaring. Dat heb ik zeker nodig om verder te groeien in het handbal en in aanmerking te komen voor de Black Arrows”

Manau: “Ik speel al bij de nationale juniorenploeg van de Black Arrows en daar leer ik heel veel bij. De contacten zijn er steviger, het gaat sneller en het niveau ligt een pak hoger dan bij de huidige selectieteams.”

### **Hoeveel uren per week trainen jullie?**

Manau: “Ik train elke dag. Dat gaat van krachttraining, naar zwemmen, naar lopen om de conditie hoog te houden en ik probeer alle spieren te gebruiken om geen verdere blessures op te lopen. En natuurlijk zijn er bij de club en elke week bij de selectietrainingen Limburg specifieke handbaltrainingen.

lemke: “Ik kom aan zo’n twaalf uur training per week. Maar naast twee keer handbal, doe ik sinds vorig jaar ook nog één voetbaltraining mee en ik ga ook graag dansen: eveneens twee keer per week. Mocht ik naar het buitenland gaan, dan zal ik natuurlijk moeten kiezen, maar momenteel komt handbal dan zeker op de eerste plaats.”



### **Hebben jullie eigenlijk nog tijd voor andere bezigheden?**

lemke: “Met handbal, dansen en voetbal zijn mijn dagen al goed gevuld, naast de noodzakelijke werkjes voor de school. Maar dat ik in het buitenland nog verder wil gaan om handbal en school te combineren, is een beslissing die ik helemaal zelf genomen heb, maar mijn ouders hebben me altijd wel gesteund. Het zou mooi zijn, mocht ik ooit gedeeltelijk of helemaal een profcarrière kunnen uitbouwen in het handbal. Maar dat is toekomstmuziek.”

Manau: “Ik ga heel veel kijken naar de matches van mannen en vrouwen op het hoogste niveau. Daar leer je ook wel heel wat uit. Maar verder ben ik ook nog wel bij de Chiro en in het weekeinde probeer ik met kleine jobjes een zakcent bij te verdienen, want dat zal ik later ook kunnen gebruiken.”

### **Ouders**

Aandachtige toeschouwers in de tribune waren zeker vader en moeder Daniëls. Bij de jeugd zijn de ouders immers nog toegelaten om wedstrijden bij te wonen. Tegelijkertijd wilden ze even polsen bij de bondsverantwoordelijken wat de mogelijkheden zijn voor hun dochter als ze naar het buitenland wil vertrekken.

“Natuurlijk kijken wij aandachtig toe hoe lemke het ervan afbrengt. En het zal thuis best aanpassen zijn zonder haar aanwezigheid. Maar ze wil het absoluut waar maken en dan hou je haar maar moeilijk tegen. Eén zaak staat vast: als ze naar Frankrijk gaat, zal dat alleen maar haar Frans ten goede komen en ze zal wellicht een ruimere kijk op de wereld krijgen. Allemaal meegenomen, als je het ons vraagt.

Ze hebben ons verteld dat het niveau van onderwijs ongeveer hetzelfde is Frankrijk als in België. Nu ja, lukt dat niet, dan kan ze nog altijd een jaartje dubbelen, want ze zit één jaartje te hoog voor haar leeftijd. Dan komt ze het jaar nadien in een klas terecht met allemaal leeftijdsgenoten. Ach, een goede algemene vorming is zeker geen nadeel voor haar.

Waar ze naartoe zou gaan? Momenteel lijkt het erop dat het Metz kan worden. Nog redelijk nabij, nog een overzichtelijke stad, want in een wereldstad als Parijs daar loop je misschien verloren. Ons lemke is ook wel iemand met karakter, die weet wat ze wil. Ze heeft altijd gezegd: als ik het middelbaar beëindigd heb, dan wil ik in de Verenigde Staten gaan studeren. En zulke dingen wil ze ook écht.

Als ze naar Metz zou gaan, dan wil ze ook niet met een groep andere speelsters in hetzelfde huis logeren. Ze wil compleet zelf haar plan trekken. Ze is een heel zelfstandige meid en ze leeft ervoor. Misschien kan ze nog wel blijven dansen in Frankrijk, maar het voetbal zal ze moeten laten vallen, want handbal komt toch wel op de eerste plaats en daarin willen we haar voor 100% steunen.”

**Marcel Coppens**



Feb. 2022

Cover: © VHV