

Oppsummering fra EM kadett jenter, juli 2026

Det er mer enn 15 år siden jeg var lagleder på UEM. Det jeg ser er at lag/land som den gang var på det laveste nivået, har et mye høyere og jevnere nivå nå. Av det jeg så i Portugal nå, er at alle lag/land fra midten og nedover (B-nivå) kan slå hverandre. På en bra dag, kan disse lagene til og med matche lavere lag/land på A-nivå. Et godt eksempel på dette er de norske kadettjentenes lagkamp mot Moldova. Norge tapte knepent 2-3 der Miriam Horpestad vant begge sine kamper og dbl tapes 2-3. Miriam kunne vært en god 2'er i mange lag, til og med på A-nivået. Moldova ble til slutt nr.13.

Spillere:

- Miriam Horpestad, Rosseland
- Yanwen Zhu, Trondheim
- Molly Kirkeby-Garstad, Oslo

Coach:

- Jan Berner

Innledende puljespill (gruppeinndeling etter forrige resultat – UEM)

Norge – Azerbajdzjan 1-3

Horpestad – Babazade 3-0

Zhu – Mammadli 1-3

Horpestad/Kirkeby-Garstad – Babazade/Mammadli 0-3

Horpestad – Mammadli 0-3

Norge – Sveits 0-3

Horpestad – Ulrich 0-3

Kirkeby-Garstad – Wu 1-3

Horpestad/Zhu – Ulrich/Hu 0-3

Norge – Latvia 3-1

Horpestad – Izulena 3-0

Zhu – Zibunova 0-3

Horpestad/Kirkeby-Garstad – Zibunova/Izulena 3-2

Horpestad – Zibunova 3-0

Moldova – Norge 3-2

Delev – Zhu 3-1

Lipovan – Horpestad 2-3

Delev/Lipovan – Horpestad/Kirkeby-Garstad 3-2

Delev – Horpestad 1-3

Lipovan – Zhu 3-0

Plasseringsspill, 25-34

Estland – Norge 3-0

Allev – Zhu 3-2

Soms - Horpestad 3-1

Allev/Soms – Horpestad/Kirkeby-Garstad 3-1

Norge – Skotland 1-3

Horpestad – Hart 3-1

Kirkeby-Garstad – Adekola 0-3

Horpestad/Kirkeby-Garstad – Adekola/Hart 0-3

Horpestad – Adekola 1-3

Norge – Kypros 3-0

Horpestad – Dionysiou 3-2

Zhu – Achillides 3-2

Horpestad/Kirkeby-Garstad – Dionysiou/Achillides 3-0

Bosnia – Norge 3-1

Hadzovic – Horpestad 1-3

Botonjic – Kikeby-Garstad 3-0

Hadzovic/Botonjic – Horpestad/Zhu 3-2

Hadzovic – Kirkeby-Garstad 0-3

Norge fikk 31.plass til slutt.

Kampstatistikk;

Single

- Miriam Horpestad 8-4
- Yanwen Zhu 1-4
- Molly Kirkeby-Garstad 0-4

Dbl

- Miriam Horpestad/Molly Kirkeby-Garstad 2-4
- Miriam Horpestad/Yanwen Zhu 0-2

Kommentar;

For at resultatet skal bli bedre, mener jeg at spillerne bør lære seg å håndtere stress og press. Dette er noe norske bordtennisspillere generelt er og har vært dårlige på gjennom lang tid, ikke bare i dette mesterskapet. Mange kamper ledes klart, for så å tape likevel eller at man ikke kommer opp på sitt eget nivå.

I Norge utsetter man seg ikke for å kunne tape for en som er lavere ranket, er dårligere eller yngre (dette gjelder ikke bare jentene i årets UEM). Spillere har ofte som unnskyldning å melde seg på i en eldre klasse for å få mer sportslig utfordring. For å finne en løsning, synes jeg at jentene bør være i flere kampsituasjoner mot hverandre, spille flere turneringer f.eks i Sverige der man møter spillere i samme alder og samme

nivå. Det hjelper ikke å spille i Herrer A- eller Herrer B-klasser eller høyere divisjonsspill mot antatt eldre spillere og juniorgutter som er redde for å tape for 13-14-årige jenter. Utfordringen for norsk bordtennis er å lære seg å håndtere/spille bra bordtennis under press og sterk nervøsitet. Så lenge spillerne unngår å møte hverandre i turneringer der det er jevnt nivå og prestisje, så blir ikke nivået bedre. Dette har ikke med det tekniske å gjøre, men med det mentale. Det blir bare nesten.....

Et UEM er toppidrett, og spillerne må lære seg å møte de mentale krav som stilles, dersom de ikke ønsker å havne nederst på resultatlistene.

Hva er det som gjør at jentene spiller jevnt mot Moldova, for dagen etter er de sjanseløse mot Estland, som er et betydelig dårligere lag. Det er ikke backhand og forehand som har blitt dårligere over natten, men følelsen av å være favortitt i den ene og "under-dog" i den andre kampen. Samme jentelag vant over Estland i NETU i juni. Et annet eksempel er at jentene tapte bronsekampen 2-3 mot Latvia i NETU. Under UEM vant jentene med 3-1, og Latvias nr.1 var veldig nervøs. Det viser at det ikke bare er Norge som har strever med denne problemstillingen.

Konklusjon

- De norske jentene bør oppsøke utfordringer der de eksponeres for det å kunne tape/lære seg å håndtere nervøsitet i kampsituasjon mot sine norske venninner i Norge, og ta de sjanser som finnes som NM yngre, NM junior og eldre junior, NM senior, Topp 8 og NC.
- De norske jentene bør ta seg flere turer til Sverige, og heller spille de "enklere" Sweden Tour – turneringene der de eventuelt kan vinne eller gjøre et bra resultat. Safirs internasjonelle turnering er kanskje for vanskelig, de bør finne konkurranser der de finner spillere på eget nivå.
- De norske jentene bør delta i lokale rankingturneringer der man blir delt inn etter nivå, og får spilt mange jevne kamper. Dette kan være en bra start.

Spillerne må tørre å spille – det er den store forskjellen på de som spiller på høyere nivå/øvre halvdel.

Jan Berner