

Michael Green

Roll i klubben :

Tränare för Dam C och Herr A



Hur länge har du varit aktiv i klubben?

Började som tränare vid årsskiftet 17/18.

Min kompis drog med mig till motionsgruppen och när klubben hade sin julavslutning så såg några tränare från 4-mana gruppen att jag hjälpte några kids med teknik och då frågade tränarna om jag ville komma och testa på att vara tränare, vilket jag tyckte lät intressant.

Tre saker som är viktiga att tänka på för att utvecklas som spelare?

1- Våga göra fel, om man blir för bekväm med var man är och inte vågar gå ur sin comfortzone så blir det svårt att utvecklas.

2- Teknik sitter i ryggmärgen, så om man inte får in rätt teknik i början så kommer man behöva gå bakåt innan man kan bli bättre,

3- Fokusera på det du gör bra

om du försöker dig på något nytt, tex hoppserve och sätter 2 av 10, fokusera på dem två du satte och vad du gjorde rätt för att lyckas med dom istället för vad du gjorde för fel på dom åtta du missade

Grattis till utmärkelserna årets tränare säsongen 24/25 hur känns det?

Tack så mycket.

Det är väldigt roligt att bli utsedd till årets tränare. Jag strävar alltid för att bli bättre som tränare och tar lärdom från andra klubbar om hur dom lägger upp sina träningar, så att få ett "kvitto" på att det man gör faktiskt funkar och går bra är väldigt roligt.



Vad är det bästa med att spela/ träna volleyboll?

Det är väldigt roligt att spela volleyboll, det är svårt att förklara, man behöver testa det för att förstå vad som är så speciellt med det. Att vara tränare är så roligt. Att få se sina spelare utvecklas och få självförtroende i sitt spel, glädjen dom får när dom lyckas med något för första gången

Vad tycker du är roligast med volleyboll som sport?

Det är en väldigt cool och unik sport, med tanke på att bollen hela tiden är i luften och du har en väldigt kort kontakt med bollen. Trots det så kan man ha väldigt olika och avancerade anfall och som tränare så gillar jag strategin inom sporten också. Det finns många olika sätt att spela mottag, pass och anfall. Det är en väldigt teknisk sport och många vet inte hur bra kondition man behöver, man behöver inte vara snabb på en lång sträcka men du behöver vara väldigt explosivt för att vara snabb under kortare stäckor.

Har du några andra intressen förutom volleybollen?

Jag spenderar den mesta av min tid i hallen, men är jag inte där så gillar jag att kolla mycket på sport, F1, Volleyboll, Hockey, Basket, ser en del på serier och spelar en del data/tv spel.

Har du något extra roligt minne/händelse från Kungälv volley?

Det finns många roliga minnen, nästa alla gånger man är iväg på turneringar under en hel helg, denna säsongen kommer jag inte glömma nu när dam C kom 2:a i VSS. Den första turneringen jag åkte på var Habos 4-mannafestival och jag hade bara varit med på en träning då och hade ingen koll på vart vi skulle och trodde att vi skulle samlas den tiden som vi skulle åka, så när jag anlände till mötesplatsen och lastar in väskor så åker alla bilar, så det var bara att haka på en bil som såg ut att ha en massa packning i sig och hoppas på att man kommer rätt, jag hade inget nummer till någon annan tränare, så det var 2 timmar med panik till Habo. Det var en gång jag hade spelat själv i Falköping och vi var på väg hem och jag fick ringa min tränare och be henne vända för att en älg hade sprungit in i min bil. Det finns mycket roligt som händer, men det som är mest speciellt för mig är när vi tog silver i röd grupp i U16 SM med flickor 08, dom va obesegrade till finalen och det va en väldigt jämn finalmatch.

