

SKITS TALENT TEAM



Port of
Amsterdam



20 JAAR

SPONSOREN

Natuurlijk willen we alle sponsors van de afgelopen 20 jaar bedanken! Echter beperk ik me in deze sponsoruiting tot de huidige grote sponsors.



INHOUDSOPGAVE

- | | |
|---------------------------|---|
| 4 - Pijke Steenhuis | - Van de voorzitter |
| 6 - Jan-Willem Broos | - Redactioneel |
| 8 - De Redactie | - Ploegenoverzicht |
| 11 - De Redactie | - Sponsors |
| 12 - Jaike Loots-De Graaf | - Het begin |
| 16 - Stan van den Berg | - Een ploeg op poten zetten |
| 18 - Guus Heijnen | - Overstijgend |
| 21 - Arne Melse | - Dromen & Doen |
| 24 - Johan Hendriks | - Het Summum |
| 26 - Pieter Overmars | - GEEN idee |
| 28 - Stefan Wolffenbuttel | - Het ontstaan van natuurijsliefde |
| 32 - Jan Maarten Heideman | - Doelen stellen |
| 35 - Tessa Snoek | - Van regioijdster naar de Topdivisie |
| 36 - Esmee Visser | - Duurzaam plezier |
| 39 - Willem Hut | - Don Quichot of de 3 musketiers? |
| 42 - De Redactie | - Centerfold |
| 45 - Kees de Vrij | - De Port of Amsterdam schaatser |
| 48 - Christoffel Hendriks | - Blijven verbeteren |
| 54 - Ellen de Waard | - Primi, secondi, tiramisu en dan presteren |
| 58 - Casper Helling | - Leerschool SKITS |
| 61 - Joris Wouters | - Trotse thuisbaan |
| 62 - Suzanne Klous | - Ploegenspel |
| 65 - Ton Griffioen | - Talent volgen |
| 66 - Joris Boelens | - Een vloek of een zegen? |
| 69 - Jan-Willem Broos | - Blijven gaan |
| 72 - Simon de Smit | - Ontluiken |
| 76 - Paul Wevers | - 15 jaar op glad ijs |
| 78 - Erik-Jan Kooiman | - Verrassend |
| 80 - Kees Jan Hendriks | - De oorspronkelijke idee |

FOTO'S

Door de aard van dit project (in avonden in elkaar gezet in beperkte tijd) is het me helaas niet gelukt om van alle foto's de maker te achterhalen en toestemming te vragen voor het gebruik van de foto. Mocht je als fotograaf hier problemen mee hebben, laat het dan weten, dan haal ik de foto weg en plaats ik het boekje opnieuw zonder de foto. Dat gezegd hebbende wil ik alle fotografen bedanken dat zei onze mooie sport zo op de gevoelige plaat hebben weten te zetten en ik de verhalen in dit boekje ermee mag sieren :).

VAN DE VOORZITTER

In 2022 nam ik het voorzitterschap over van Joris Boelens. De ploeg zat in de lift, de resultaten mochten er wezen, maar helaas was de hoofdsponsor het jaar ervoor gestopt. Elk jaar weer was het moeilijker om de begroting passend te maken zonder te veel in te leveren op sportieve kampen of wedstrijden in het buitenland. We konden minder kleding bestellen, vergoedingen voor rijders verdwenen, en de huisjes werden elk jaar iets minder comfortabel.

Toch namen zowel de Belofte- als de Topdivisierijders steeds meer taken op zich. Ik was ook elk jaar weer verheugd door hoe rijders om gingen met minder geld, het toonde voor mij wat ik ook al de jaren ervoor merkte, deze ploeg heeft geen actieve bestuursleden en passieve rijders, maar iedereen werkt samen om elk jaar weer de ploeg het jaar door te helpen, zonder dat dit ten koste gaat van de sportieve resultaten. Elk jaar weer doorstroom vanuit de Topdivisieploeg, en elk jaar ook weer talenten uit de Beloftenploeg die doorstromen naar een hoger niveau.

Als ploeg proberen we ook te vernieuwen, wat de laatste jaren met name tot

uiting kwam in een streven naar meer duurzaamheid, en minder uitstoot van de ploeg. Een vreemd streven voor een schaatsploeg, omdat kunstijs niet bekend staat om de duurzaamheid. Toch raakt klimaatverandering onze sport hard, met steeds minder natuurijs, minder natuurijswedstrijden en daarmee ook minder aandacht voor de sport. Dit proces gaat natuurlijk met horten en stoten, maar ik vond het bijzonder om te zien hoe dit onderwerp elk jaar meer ging leven binnen de ploeg. Als eerste de overstap naar geheel vegetarisch eten op trainingskampen, wat voor meerdere rijders best een grote stap was. De grootste verandering was het reizen naar trainingskampen. Casper Helling ging al

jaren met de trein naar de Weissensee, maar werd door de rest van de ploeg voor gek verklaard. Een langere reis, veel vertragingen, en voor het laatste stuk toch afhankelijk voor hulp van mensen met een auto. Omdat we dit toch als belangrijke stap zien in ons duurzaamheidsdoel hebben we drie jaar geleden besloten om vanaf dat moment elk jaar met de trein naar Inzell te reizen in oktober en naar de Weissensee in januari. We hebben een reis met de nachttrein meegemaakt met acht uur vertraging, we rennen elk jaar met 15 man volle bak door station München HBF omdat de aansluiting met de sprinter naar Inzell elk jaar te krap is, en we zijn een keer een rijder kwijtgeraakt die compleet vergat uit te stappen iets voorbij Keulen. Ondanks deze opsomming raken rijders elk jaar meer overtuigd van de treinreis naar Duitsland en Oostenrijk. Casper heeft de volgende stap al gezet, door met de trein naar Lulea te reizen, maar voor rijders die reis van rond de 48 uur maken ben ik, denk ik, geen voorzitter meer. Ik ben zelf mijn

hele leven vegetariër, en ik ben heel blij dat we als ploeg ook meer rekening houden met duurzaamheid en welke invloed dat heeft op het schaatsen. Daarnaast hoop ik dat treinreizen meer de standaard wordt, en het is leuk om te bedenken dat wij daar als ploeg voorlopers in waren.

Ik vind het heel mooi om onderdeel te zijn van een ploeg waarin iedereen zijn steentje bijdraagt, beseft dat we het toch elk jaar weer met elkaar moeten roeien, en toch mooi als enige studentenorganisatie in Nederland die actief is op het allerhoogste niveau in de sport, best iets om trots op te zijn. De toekomst van de ploeg ziet er op dit moment helaas minder rooskleurig uit, door het gebrek aan een hoofdsponsor en kleinere sponsors. Ik hoop heel erg dat we de komende tijd de weg omhoog kunnen vinden en nog jarenlang als studentenploeg actief kunnen zijn in het marathonschaatsen. Als u een idee heeft voor een oplossing, of een deel hiervan, horen we het heel erg graag!



Pijke zet de vegatrein op



Gelukkig weet Pijke op onverwachte momenten de winst nog te grijpen

REDACTIONEEL

Oke, dames en heren, zijn jullie er klaar voor?! Met dit boekje stappen we met zn allen in een tijdmachine die ons 20 jaar terug in de tijd teleporteert en vervolgens ons met de gang van een sprinttrein voor een massasprint in Thialf terug naar het heden terugvoert. Maar het begint dus allemaal in 2004... Bovengetekende was toen 8 jaar oud. Het zou nog 3 jaar duren voor ik schaatsen als 'mijn' sport zou ontdekken en ik had überhaupt nog geen flauw benul van het bestaan van het fenomeen 'marathonschaatsen'. In 2004 was ik als echt Brabants menneke aan 't voetballen (of nouja, ik was keeper...) en speelde al een jaar FIFA2003 kapot met FC Barcelona.

MAARRR ONDERTUSSEN, in Amsterdam, zag een nieuwe marathonschaatsploeg het levenslicht. Ik durf wel te stellen dat de toenmalige betrokkenen niet hadden durven te bevroeden dat ze 20 jaar later door een zich op dat moment 100 km zuidelijker en 25 km westelijker bevindend FIFA spelend mannetje gevraagd zouden worden om hun herinneringen nog eens op te halen over hoe dat nou allemaal gegaan is en VOORAL niet te schromen om

te vertellen wat dit persoonlijk met hen deed. Het is nogal een understatement om te zeggen dat dit iets bijzonders is. Hoe vaak doe jij iets waar 20 jaar later plots iemand je over appt? Dit geeft aan hoe bijzonder onze ploeg is, en om dat te illustreren zal ook ik een persoonlijk verhaal vertellen over mijn tijd bij de ploeg.

Toen ik in het seizoen 2016/2017 vrij plots ontdekte dat marathonschaatsen best

wel goed gaat als je maar veel fietst, was ik ontzettend verrast. Ik kon als 23 jarige landelijk gaan rijden zonder dat ik dat ooit voor mogelijk had kunnen houden. Ik vond een mooie ploeg in Skate4AIR en leerde daar heel veel. Ik weet nog dat ik in mijn eerste seizoen al vrij makkelijk uitreed en van voren mee kon doen en al durfde te dromen van Topdivisieschaatser zijn. Nou is me dat toch ontzettend tegengevallen in de jaren daarna... Ik bleef wel leren, maar uiteindelijk was Skate4AIR niet de juiste omgeving voor mij om de stap te kunnen maken. Ik moest daar weg om mij niet geheel duidelijke redenen... Na een coronajaar bij Forte Sportswear kwam ik bij PoA te rijden. Eindelijk bleek daar de omgeving te zijn waar ik tot mijn recht kwam. Met enthousiaste ploeggenoten en een fijne begeleiding kon ik ontbolsteren. Na 1 jaar bij de PoA beloften kon ik door naar de Topdivisie en werd mijn droom werkelijkheid! En daar bleef het niet

bij... Zelfs mijn stoutste dromen werden overtroffen, in het seizoen 22/23 wisten we met de hele ploeg Roel in zodanige positie te zetten dat hij kon strijden om de overwinning en de grote betaalde ploegen moesten reageren op ons! Dat was echt heel onwerkelijk om mee te maken en om aan bij te dragen.

Dat deze droom in vervulling kon gaan, heb ik dus deels te danken aan al die 113 rijders, al de trainers/coaches, bestuurders, sponsors en andere betrokkenen die 20 jaar lang hun steen(tje) hebben bijgedragen om te komen tot de geweldige ploeg die we nu zijn. Om uitdrukking te geven aan mijn dank, heb ik gepoogd om een vleugje van de bevlogenheid van al deze mensen te vangen in dit boekje. Helaas zal het me niet lukken om iedereen het recht aan te doen die zij of hij verdient, maar ik hoop dat zij het mij kunnen vergeven. Veel leesplezier!



Dit had het Brabantse menneke niet vermoed



Soms is het goed om achteruit te kijken

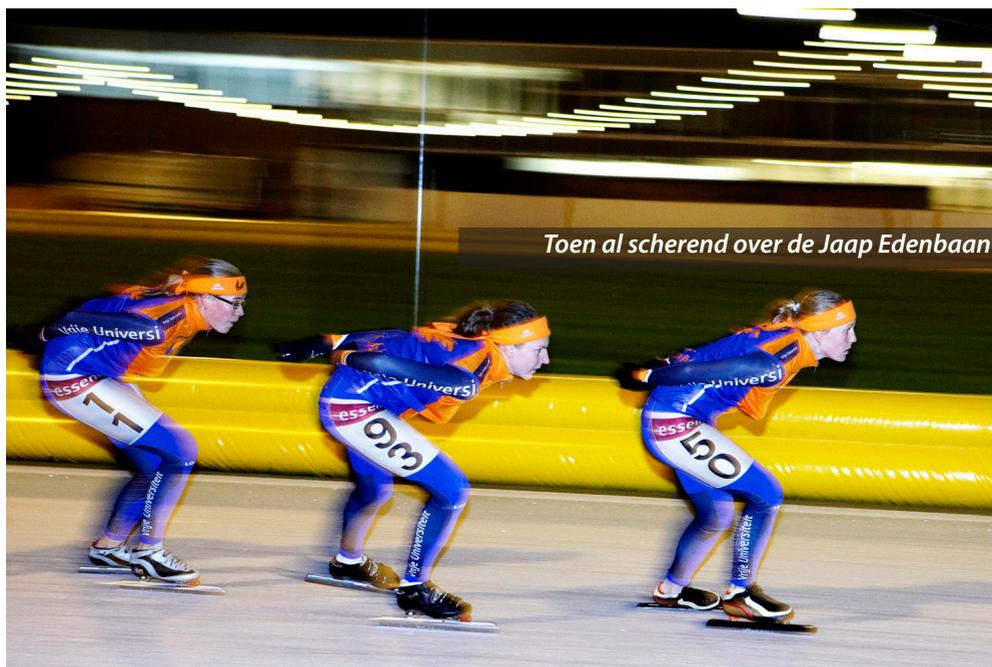
HET BEGIN

In 1999 ging ik in Amsterdam studeren en werd ik lid van de IJSVU en US. IJSVU voor de leuke activiteiten met medestudenten, US voor het serieuze sporten; voor een schaatstrainingsuur met licentie. Er werd al een tijdje gesproken over een mogelijke fusie van die twee verenigingen. In 2003 hadden beide clubs dezelfde voorzitter en ik brainstormde met clubgenoten over een naam voor onze nieuw op te richten club.

Er was een oproep gedaan, we puzzelden met letters om een leuk klinkende afkorting te maken (het moest iets worden met studenten, schaatsen, skeeleren en wielrennen). Het was lastig, er waren enkele opties. Er kwam een enquête onder alle leden van beide clubs en..... SKITS won. De letters stonden nergens voor, maar dat was prima.

Er waren in die tijd op de Jaap Edenbaan veel schaatsers die op de woensdagavonden

meereden met de baanmarathons. Ik weet niet of dat nu nog steeds zo populair is, maar op woensdagavonden werden toen meerdere marathons gereden (heren C1, C2 en C3 en dames D1 en D2), allemaal na 21:00 uur, ik meen 3 categorieën op een avond. Om de week was mijn niveau weer aan de buurt. Ik genoot van die avonden, ik reed eerst bij de dames, daarna bij heren C2 en later zelfs bij de C1. Mijn vriend, nu man, reed ook mee, mijn zus, haar vriend, later man ook. Ik ken nog een paar



Toen al scherend over de Jaap Edenbaan

IJSVUkoppels, of SKITSstelletjes.

In de winter van 2002/2003 reed ik voor het eerst landelijke marathons, eerst zonder ploeg, als eenling, dat kon toen. Het jaar daarna bij een klein ploegje uit Vierlingsbeek, waarvan ik gratis kleding en korting op materiaal kreeg.

Ik vond het leuk dat er in de zomer van 2004 gevraagd werd of ik voor het marathonteam van SKITS wilde gaan rijden. Het werd opgericht om talentvolle SKITSers de kans te geven landelijk in een ploeg te rijden. Het was voor mij geen moeilijke keus, ik zat op dat moment bij

een klein ploegje waar ik doordeweeks niets mee deed, we zagen elkaar alleen bij de wedstrijden. Ik trainde altijd op de ijsbaan in Amsterdam op trainingsuren van SKITS of bij de marathonselectie en in de zomer bij de fietstrainingen van Kees. Het zou leuk zijn om in mijn eigen clubkleuren landelijk te rijden en om met elkaar te kunnen trainen. Ik was benieuwd wie ze nog meer zouden vinden voor de ploeg.

Kathalijne Oudhoff had al 9 jaar ervaring en vond het leuk om in haar laatste jaren landelijk schaatsen tactische inzichten te delen terwijl ze promoveerde. Zo hadden



Maar ook in Thialf

we een soort meerijsende coach. Jessica van Dijk, Astrid de Graaf en Kimberly Muusse gingen voor het eerst landelijk rijden. Michael Breedt was de ploegleider. We moesten nog veel leren, we reden geen goede uitslagen. Wel won ik dat jaar het NSK maraton in Eindhoven dankzij een goede ploegentactiek. Dat eerste jaar heette we SKITS/Alphaplan en Zanders & Partners. Andy van Waes, actief bij de club, werkte bij Zanders & Partners. Ik weet niet hoe we aan Alphaplan als sponsor kwamen. Ik moet zeggen dat ik me nu, achteraf, een beetje schaam dat ik zo weinig weet van de sponsoronderhandelingen. Daar hield ik me niet mee bezig, daar waren anderen druk mee. Ieder zijn talent.

Het jaar daarna werd de naam van de

ploeg veranderd in J&B auto's-SKITS-VU marathon. Astrid de Graaf had haar oom Joost gevraagd te sponsoren, Joost van J&B auto's Bussum. Die kwam duidelijk op het pak te staan en hij maakte reclame met een mooie actiefoto van zijn nichtje. Bij de heren B hadden we Tom Spaargaren, Stan van den Berg en Arno Hendriksen rijden. Allemaal trainend in Amsterdam en lid van SKITS. Cees Schep kwam in 2006 en in 2007 kwam Pieter Overmars er voor de heren bij en Anne Bult, Paula Mol, Zinzi Mol bij de dames. In 2009 versterkte Maartje Zwaan en Tim Griffioen de ploeg. In 2010 werd het heren team een topdivisie team (A team) en stopte de ploeg met het damesteam.

De eerste twee jaar gingen we niet naar de Weissensee met het SKITS team. Ik

ben na twee jaar SKITS naar een grotere ploeg gegaan. Ik weet nog goed dat ik op de Weissensee keelonsteking had en aanklopte bij de verzorging van SKITS. Daar was wel een (bijna afgestudeerde) dokter mee. En in diezelfde week werd ik gebeld door iemand van de ploeg. Of ik het recept van pannenkoeken uit mijn hoofd wist (was er in 2007 nog geen internet in Techendorf?). Door slechte weersomstandigheden waren alle wedstrijden uitgesteld en de ploeg van SKITS was van plan om pannenkoeken te gaan bakken en te verkopen op het kleine meer. Je zou aan anderen moeten vragen of dat uiteindelijk ook echt gebeurd is en of het wat opgeleverd heeft.

In de loop van de tijd is het allemaal een stuk professioneler geworden. Als ik nu

SKITS intyp op schaatspeloton.nl en kijk hoeveel schaatsers er gereden hebben voor de ploeg in de afgelopen 20 jaar zie ik een indrukwekkende lijst met namen. Het zijn er 110! En wat voor namen! Leuk om iedereen te ontmoeten!



EEN PLOEG OP POTEN ZETTEN

In het seizoen 2005-2006 ben ik samen met Tom Spaargaren begonnen bij de marathonploeg van SKITS. Ik kwam studeren in Amsterdam en werd destijds met een warm welkom ontvangen bij de marathonploeg van SKITS en de baansselectie Marathon van Amsterdam. Destijds was de ploegleider Michael Breedt en speelde de baansselectie nog een grote rol in het trainingsprogramma.

Na een jaar pauze in 2006-2007 ben ik in 2008-2009 opnieuw bij de ploeg gekomen. Dit was het jaar dat we met Pieter Overmars, Cees Schep en Tom Spaargaren voor het eerst een serieuze ploeg bij de B's hadden. Dat jaar werd de ploeg ook actiever bij de vereniging en gingen we mee met onder andere de fietsweekenden en de winter-, en zomerreis. Het hoogtepunt was in februari 2009. Toen werd Pieter Nederlands kampioen bij de B's met 2 rondjes voorsprong. Het was niet alleen schaatsen. We hadden ook veel lol met de vereniging. Ik weet nog dat we na het NK in Heerenveen met de auto naar het schaatsweekend in Breda reden om daar tot in de late uurtjes het

Nederlands kampioenschap te vieren in de kroegen van Breda en het Kamphuis.

Destijds zat ik ook met Pieter Overmars in het bestuur en probeerden we een brede selectie op te zetten voor langebaanschaatsers en marathonschaatsers. In 2009 hadden we de SKITS selectie gestart onder leiding van Piet Schipper en Kees de Vrij. Ik weet nog dat we een mail kregen van Piet Schipper dat de topsport mentaliteit toch echt verbeterd moest worden tot grote ergernis van Piet Schipper. We zouden minstens 16 uur per week moeten trainen en rekening moeten houden met de sociale activiteiten. Best wel leuk



Van B-rijder (rechtsonder) in 07-08(foto ploeg 08-09)



om die mails van 15 jaar geleden terug te lezen... Wat een energie hebben we destijds gestoken om die gezichten allemaal dezelfde kant op te krijgen.

Het jaar van 2009-2010 was het laatste jaar bij de B's met Johan Hendriks, Tim Griffioen en Pieter Overmars. Het jaar daarop zijn we gepromoveerd naar de A-rijders, mede door organisatorisch talent van Guus Heijnen en Arne Melse. Ik denk dan aan innovatieve trajecten met Adidas en schaatshelmen. Uitgebreide evaluaties zijn er gemaakt van de Adidas pakken met banden over de schouders en benen. Evaluatievragen waren destijds: heb ik last van het pak? (ja) en kan ik er mee naar de kroeg? (Nee). Maar we hadden wel Adidas als sponsor.

Ik denk dat het op sportief gebied vanaf dat moment stroomopwaarts ging. Met serieuze sponsoring vanuit de Amsterdamse haven en een mooie

formule van C, B en A rijders zijn er vervolgens veel mensen serieus gaan schaatsen via de marathonploeg. Denk bijvoorbeeld aan Christiaan Grigoleit, Mark van der Harst en Christoffel Hendriks. Vanaf dat moment had de ploeg ook een serieuze aantrekkingskracht naar andere rijders binnen het marathonpeloton. Denk dan bijvoorbeeld aan Jeroen Janissen en Victor Ramler. Mooi dat deze serieuze talenten toch nog een paar jaar bij de ploeg hebben gereden.

Als ik zo terug kijk heeft het ongeveer 5 jaar geduurd om van een fatsoenlijke B ploeg een A ploeg te maken en in de beginjaren heeft het qua opzetten van de organisatie enorm veel investering gevraagd. Ik denk dat de ploeg echt wel trots mag zijn met de organisatie die er nu staat. En hoop ik voor de ploeg dat deze nog lang voortgezet kan blijven. Al 20 jaar een stabiele factor in het marathonpeloton. Een mooi Jubileum.

OVERSTIJGEND

'Zullen we het gewoon zelf gaan doen?' Ik kijk met een schuin hoofd naar Arne. Dan kijk ik naar Johan die eerst peinzend voor zich uit kijkt en dan een glimlachje van opwinding niet kan onderdrukken. 'Kunnen we dat wel?' vraag ik, 'ik bedoel, het is niet zomaar iets'. Arne neemt een slok van zijn biertje en zet het glas weer op de tafel in het cafe van boven nul. 'Natuurlijk kunnen we dat.. Nou ja, weet ik veel.'

In de korte stilte daalt het idee bij ons alle drie in en ontschiet ons op hetzelfde moment een lach. Zo'n lach die je krijgt als je denkt aan iets dat je gaat doen waar je eigenlijk alleen maar over kan fantaseren omdat het onbereikbaar ver weg lijkt. Een lach vol opwinding omdat het een grote kans bestaat dat het niet gaat lukken. Een zeker risico. 'Oke, laten we het doen,' zeg ik tot besluit, 'maar wel met z'n allen.'

De rest van die winter in het seizoen 2009/2010, bleven we zeer goede resultaten behalen in het belofte peloton

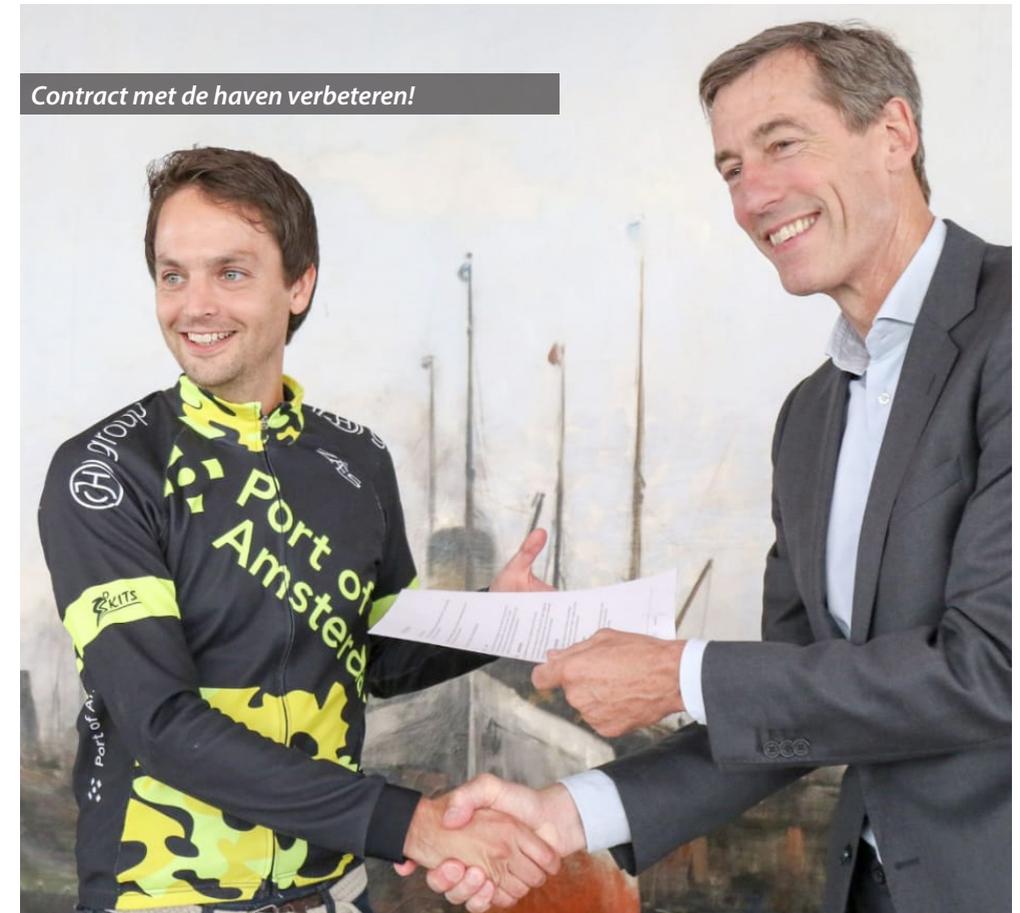


Bestuurlijk talent uit de regioploeg

en op (Nederlands!) natuurijs. Achter de schermen werkten we op volle toeren verder aan het plan om als team naar de Topdivisie te promoveren. We benaderden nieuwe rijders, trainers, bestuursleden, sponsors en de KNSB. We bedachten een naam (SKITS TALENT TEAM) en werden een stichting naast de vereniging. In dezelfde winter moeten we ook tot het moeilijke besluit komen om te stoppen met de dames topdivisie ploeg. Daar was de binding met de vereniging in de loop der jaren verdwenen.

In het late voorjaar en de zomer van 2010 werd er door de rijders flink afgezien. Het Amsterdamse bos, een fietskamp in de Ardennen, het bekende werk maar dan met overall een schepje erbovenop. Wat mij echter nog het meeste bijstaat zijn de maandagavonden in het Olympisch stadion. We deden daar een extra sprongtraining. Het had iets magisch om op die plek, bij een ondergaande zon, te werken aan onze droom.

Maar we deden nog veel meer. We werkten samen met bewegingswetenschappen (VU) om innovatieve langlaufpakken te testen die we van onze kledingsponsor Adidas had losgeweekt. We gingen werken met oortjes (phonak) en introduceerden de schaatshelm. We haalden van alle kanten kennis in huis over materiaal,



krachttraining, kleding, voeding en coaching. We ontwikkelden een visie en een missie. En er werd vooral veel gelachen.

Bij de openingsmarathon van dat jaar kon ik een traan niet onderdrukken toen ik de rijders blinkend en vol kracht, maar ook gespannen als een kind op Sinterklaasavond, op het podium zag staan voor de teampresentaties. Ik was 25 destijds maar het was voor het eerst dat ik iets met volle overgave had gedaan.

Het hield niet op na dat jaar. We groeiden verder en bleven 'de ploeg', generatie na generatie. Sommigen bleven een jaartje, anderen wel tien. We zetten er na een paar jaar weer een damestak naast. Elk jaar stroomden er talenten vanuit de regio door naar de landelijke teams en sommigen zelfs door naar de professionele ploegen. We gingen naar Amsterdamse basisscholen om kinderen te vertellen over schaatsen en haalden ze naar de baan om zelf te schaatsen en de marathon te kijken. We verbeterden de sponsorcontracten,

kregen een eigen uur op de Jaap Eden, gingen trainen in Heerenveen, shorttracken, een skeelerploeg erbij en we betrokken Casper Helling en Jan-Maarten Heideman. Zo konden steeds meer bieden aan de rijders. Het was soms ook wel eens lastig, als het over geld ging, over langlopende blessures, over emancipatie, of over relaties binnen de ploeg. Daar heb ik soms buikpijn van gehad of slecht van geslapen. En dan de volgende dag toch weer met elkaar in gesprek om weer door een deur te kunnen.

Sinds ik ben gestopt als rijder en als voorzitter/teammanager volg ik trots de huidige ploeg van een afstandje. Terloopse contacten op de Jaap Eden, de livestream. Ik doe dit trouwens samen met mijn vrienden die ik in 'mijn' tijd bij de ploeg heb mogen maken, de ploeg smeedde voor ons een hechte(re) band.

Het grote geheim is wat mij betreft dat door al die veranderingen heen iets blijft dat voor de rijders, trainers coaches en bestuurders hetzelfde is. Iedereen heeft het over 'de ploeg' als een enkelvoudig fenomeen maar in werkelijkheid heeft iedereen zijn of haar eigen band en betekenis ontwikkeld. Er is iets dat die persoonlijke betekenissen dus overstijgt en het tot 'de' ploeg maakt. Een heerlijk gegeven dat hopelijk nog minimaal 20 jaar mag voort bestaan. De reünie op 14 september is alvast een goed begin.

In overvloedige en dankbare herinneringen verblijvende,

Guus Heijnen



DROMEN & DOEN

Dat studentenploegje waar enthousiasme voor de schaats "topsport" wat schaatsers en begeleiders samenbracht. Ik gaf het stokje over als coach aan Casper Helling, het begon ergens zo'n 18-19 jaar terug als teammanager... Lang geleden. En dus beginnen feit en fictie zich door elkaar te bewegen, het romantiseren is al een tijdje bezig...

Het was geweldig, we wonnen vrijwel elke wedstrijd waar we aan de start stonden. Of was dat fictie? Wie me een beetje kent, weet dat ik vrij matig tegen mijn verlies kan... Dat viel dus niet mee. Maar goed winst was ook; een stap beter, vrolijke schaatsers, beter schaatsen, een plan uitvoeren, samen een prestatie neerzetten, een sterk team, ja en ook wedstrijden winnen.

Als coach kom je dicht bij de sporters. Als de hoofdvoorwaarden van een goede prestatie zag ik uiteindelijk dat één; iedereen goed in z'n vel zat, en twee;

een ieder lekker kan functioneren in het team. Om dat voor elkaar te krijgen moest ik snappen wie iemand was, waar men vandaan kwam, waar zit de kracht en de kwetsbaarheden. Daarvoor was de vertrouwensband met de coach belangrijk. Zo maakte ik er bijvoorbeeld een traditie van om nieuwe sporters in hun thuisomgeving op te zoeken. Vaak was dit inclusief een rondje fietsen en op de koffie bij de ouders. Om de teamdynamiek te beïnvloeden probeerde ik regelmatig trucs te verzinnen zodat sporters die van nature minder dominant waren hun plekje vonden en aanjagers de boel versterkten.



Arne legt uit welke kant het op moet

Dat leverde voor mij vaak een bijzondere en soms kwetsbare band op met de sporters, vanuit die rol als coach, iets anders dan vriendschap.

Nog even terug naar dat winnen. Winst was ook, dingen voor elkaar krijgen; een mooie sponsordeal, goede samenwerking en gekke ideeën. En van dat laatste hadden we er genoeg, het normale ter discussie stellen... En daar had ik veel lol aan!

De formule was vaak (in een andere sport of setting wordt XYZ gebruikt) kunnen we daar ook wat mee in onze sport?! Met een goede band met de faculteit bewegingswetenschappen van de VU, gingen we los. We innoveerden wat weg in die jaren, we ontwikkelden, testten en gebruikten het. EN... Werkte het? Tuurlijk alles werkte! Soms met grote impact, soms met een negatief effect op de prestatie, vaak een beetje vreemd, maar het werkte. We werden natuurlijk vreemd aangekeken. Dat zal niet altijd even relaxt zijn geweest



Erik was de helmpionier

in de kleedkamer, in onze traditionele sport maar goed, daar zat ik niet :)

Wat hebben we in die tijd zoal gedaan?

- Langlaufpakken waar je in kon hangen... Het is 2008, op TV zat ik naar langlaufen te kijken en adidas (ja met een kleine A) had pakken met elastische banden. Dat langlaufen leek op de duurprestatie, beweging en (hoeken?) die we bij de marathon kenden... De volgende winter zat de ploeg met het kleinste budget van top tot teen in de adidas kleding, met schaatspakken speciaal voor ons gemaakt. Daarvoor was een mail en een bezoekje aan Duitsland samen met Johan Hendriks genoeg. Toen adidas stopte, hebben we ons eigen marathonSNELpak ontwikkeld met de adidas technologie erin geïntegreerd.

- Met de ploeg creëerde we een eigen taal, jawel! Dat doen m'n dochters van 3 en 5 ook, maar goed... We wilde tijdens de koers meer dan alleen "naar voren" roepen van langs de kant. Dat deed iedereen al... En dus creëerden we een gebarentaal. Ik geloof dat dat wel een succes was. Vele jaren later werd dat door ons aangevuld met een iPad met tekens en getallen.

- Kevin Floris ontwikkelde met de ploeg harde scheenbeschermers speciaal voor het marathonschaatsen, zo kon je vlak achter iemand anders schaatsen. Lekker doorrammen in de volle sprint. Een top uitvinding!

- En uiteraard mochten de schaatsijzers ook niet ontbreken, en dan begeef je je wel op glad ijs, sleutelen aan de ijzers

levert gedonder op. We reden tests voor Krienbühl en Maple. Schaatsijzers van extra hard staal in allerlei diktes.

- De gekke ideeën bleven niet alleen beperkt tot materialen, er waren ook ultieme transfers; Naast onze topstudenten hadden we af en toe een impulsje nodig. Sjoerd Geraets, SKITSer en oud trainer van de ploeg was materiaalman voor de Duitsers en kende ook de Belgen. Hij tipte ons dat Bart Swings ging schaatsen en mogelijk marathons wilde rijden. En dus tekende we snel een contract met hem. Toen ik uitzwaaide maakte we de 2 beste deals voor de ploeg; Jan Maarten Heideman en Coach Casper. Alle drie, transfers die niemand zag aankomen en toch zeer succesvol waren.

- En dan natuurlijk de schaatshelmen. Daar staan we als ploeg mee op Wikipedia leer ik net. We gaan terug naar 2012. Vrijwel niemand droeg een helm op de baan. Het was niet hip, veel mensen vonden het

onnodig, en op elke ijsbaan in Nederland werd dagelijks iemand afgevoerd met hoofdletsel... Een enkeling droeg een helm en toevallig 1 man bij ons in het team, Erik Valent. Als studenten moesten we later waarschijnlijk ons geld verdienen met het koppie, dus op zich een goed idee om die te beschermen. Het wielrennen was eerder ook van nul acceptatie toch omgegaan, het moest kunnen. En toen zagen we Chris Hoy de legendarische baanwielrenner met een hele vette helm rondfietsen. Super strak en op het eerste oog met kenmerken die we zochten voor het schaatsen. Een e-mail en een bezoekje later samen met Swen Faber en we hadden de exacte helm die Chris droeg in handen en een deal om schaatshelmen te ontwikkelen met Casco. Zo werd onze ploeg de eerste in het peloton die met helmen reed en een dikke bijdrage leverde aan de acceptatie van de helm.

Dus dromen en doen!



HET SUMMUM

De vierde wedstrijd op Nederlands natuurijs in 5 dagen, Veluwemeer 2012.

Sneeuwbrilletje, lange haren piepen onder mijn muts uit. Ik voel me sterk, maar tot nu toe lukt het niet om verschil te maken. Wachten op het sprintje, ach, laat ik maar eens aanvallen.

10 km, het tempo zit er nog niet in, het peloton gaat traag. Nou, dan maar eens aan de boom schudden. Ik rij lekker door, kijk achterom, ik zie alleen maar ijs, glimmend in de zon, en in de verte het peloton. Ijszeilers varen in de verte. Nou ja, lekker stukkie schaatsen dan maar.

30 km, Camera naast me, even zwaaien,

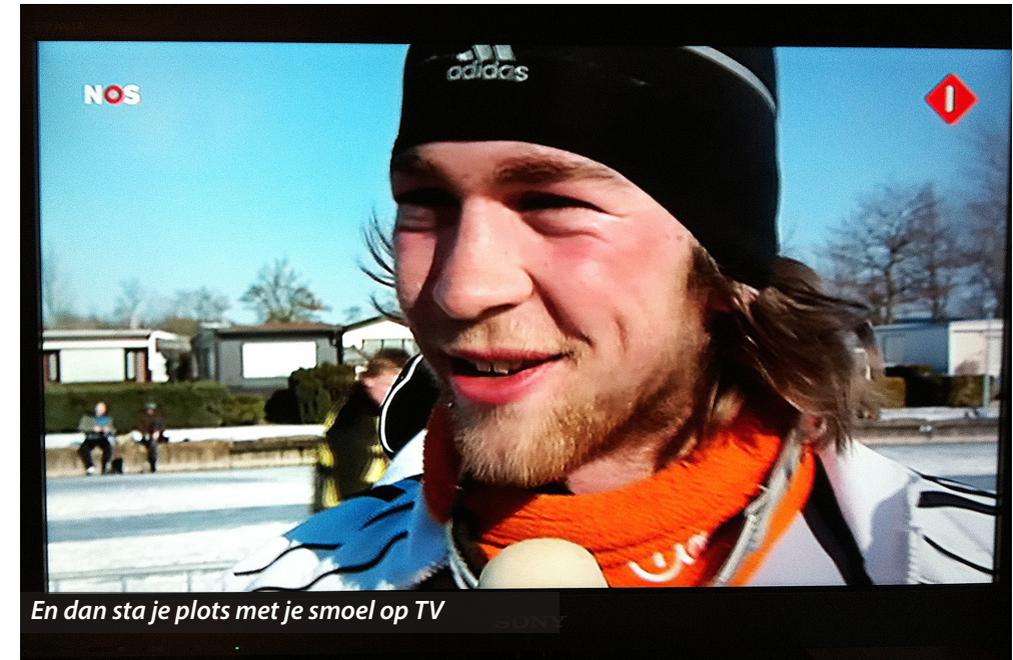
gebeurt toch niet vaak dat je zo op tv komt. Even lachen naar de camera. Man, wat rijdt dit lekker.

50 km, bijgehaald door een kopgroepje, maar er zit nog steeds niet echt tempo in. Weet je wat, ik reed lekkerder in mijn eentje. In de NOS uitzending: "De student wiskunde uit Amsterdam, wat heeft hij vandaag gegeten."

90 km, poeh, nu is alles er wel af. Die camera die bij me rijdt is nu irritant, die spat sneeuw omhoog. Lijkt wel alsof ik in een sneeuwstorm rij.



Hoe sterk is de eenzame schaatser?!



En dan sta je plots met je smoel op TV

92 km, bijgehaald door Ruud Aerts. Ik roep: "met z'n tweeën naar de finish."

93 km, hij demarreert vol uit mijn wiel. Kak, dat had ik kunnen weten...

98 km, kopgroep van 11 man komt erbij. Zou er nog wat in zitten in de sprint? Nee natuurlijk niet.. 10e.

100 km, Eervolle vermelding van de NOS, hij vraagt: "wat heb jij vandaag gereden?" Ik denk: "heb je niet op zitten letten? Komen jullie net aan, ik heb de hele dag op kop gereden." Ik zeg: "Nou euh, de veluw... Ja, een hele mooie koers. Het ging lekker, ik kon blijven gaan, en gaan, en nog een keer gaan. Heel lekker geschaatst vandaag!". Ik ben zeer aandoenlijk.

Wat een mooie tijden. Toen Heideman nog niet voor SKITS reed, toen Sjoerd Huisman er nog bij was. Toen SKITS in grijs/oranje reed en nog niet in kanariegeel. Toen Pieter zei: "Waar zie je dat nou nog, die bomen, dat riet."

GEEN IDEE

1116 km van huis (de Jan Eef), 298km van de Wessensee af. Dus relatief dichtbij mijn marathonverleden zit ik hier in Oostenrijk een stukje in mijn mobiel te proppen voor de oude ploeg. Tja, "het blijft toch je zoon hè", zou ma Flodder zeggen. Zo voelt dat ook nog een beetje bij de ploeg. Dus we zetten maar weer wat op papier (of op het scherm).

Ja wat betekent het nou om onderdeel te hebben mogen zijn van dat rare clubje mensen wat ellendig veel ronden rijdt, onbegrepen in de steden, enigszins begrepen in de noordelijke landelijke delen van NL, ja oké en aan de Weissenensee kennen vast enkele mensen ook het fenomeen marathonschaatsen. De rest van de wereld heeft GEEN idee.

Nu alweer dik tien jaar na dato ben ik nog steeds geen marathonfan, ik snap de koers niet en begrijp ook eigenlijk niet waar het voor nodig is, geldt uiteraard voor sport in het algemeen tenzij het leuk is, of de bloedsomloop bevordert. Maar alles meer dan 60 ronden is eigenlijk niet meer leuk. Laat staan 100, 150 of 200km. Wie? Waarom? Doe toch niet.

Maar dan komt nu een rare situatie, ik stond 2 weken geleden op een heerlijke camping in Bedoin (voet van de Ventoux) zwembad, 30+, cocktails minder dan 10€, wie gaat er dan bijna 2 uren zitten ploeteren op een huurfiets, tja ikzelf. Gek. Ook ga ik nog braaf elke woensdag naar het Amsterdamse Bos voor een pak op m'n broek, gewoon omdat ik mijn hele bewuste leven al op woensdagavond in zo'n bos schaatsprongen maak. Al wil ik mijn verleden het liefst openlijk affakkelen. En dat lukt in de weekenden aardig, het blijft toch ergens iets te lekker om flink te trainen. Ook de woensdagavond competitie, de sociale contacten zijn een leuke bijvangst, maar ik kom ook als er niemand is die ik ken. Heerlijk, rondjes

rijden op het ijs. Waarom? Lekker door de stad fietsen 40 minuten verstand op NUL, dan rijden en met een prettig gevoel de avond afsluiten. Het is bijna dé reden om in Amsterdam te wonen. Niet vanwege de Bourbon Street of club Lofi.

De ploeg schijnt vandaag de dag buitensporig goed te presteren, ik hoop dat dit wel gepaard gaat met de nodige onzin, tijdverspilling en inefficiëntie. Zodat iedereen voor ogen houdt dat er genoeg ruimte moet zijn om het gewoon te doen omdat het lekker is. Of omdat je merkt dat je lijf het nodig heeft. Dan is de prestatie een gevolg van en geen doel op zich. Doen jullie wel rustig aan dames en heren? Ik geloof er geen barst van. Maar ik ben ook allang ergens anders neergestreken en laat jullie lekker je ding doen. Soms krijg ik wel eens eens wat flarden van info over de huidige situatie, maar meer dan dat hoor ik er niet meer over.

En dat brengt mij mooi bij het laatste belangrijke punt, want van wie krijg ik

ongewild die info? Van enkele belangrijke vrienden die ik als bijvangst heb leren kennen in de ploeg. We zien elkaar nog maandelijks, appen dagelijks (al is appen natuurlijk geen maatstaf voor sociale kwaliteit, alsjeblieft zeg!), we sporten samen, delen her en der wat leed en enkelen gaan tegenwoordig samen naar clubs of festivals. Jongens dat is leuk! Voor alle schaatsers zou ik willen zeggen: er is nog een prachtig voorland. Waarbij je nog kan genieten van: je sport, je eventueel opgedane vriendschappen of kennissen, en het leven heeft echt veel te bieden buiten die gekke marathonwereld. Al is dat echt een uniek wereldje, niet al te hoogdravend of geldgericht. Eigenlijk, van alle sportwereldjes misschien wel de meest "lekker gewoon gebleven". Geniet ervan en er zit voor eenieder nog veel in 't vat.

Liefs, P

Opgedane vriendschappen of kennissen



Ergens uit het vat



HET ONTSTAAN VAN NATUURIJSLIEFDE

In de seizoenen 2013/2014 en 2014/2015 schaatste ik voor het toenmalige Team Haven Amsterdam in de Beloftendivisie. Daar maakte ik mijn debuut als landelijke marathonschaatser. Inmiddels maak ik deel uit van de Topdivisieploeg van Team Okay / Interfarms en ben ik te herkennen aan beenummer 95. Ik wil jullie graag wat vertellen over mijn schaatscarrière en hoe mijn liefde voor natuurijs is ontstaan.

Mijn eerste stappen in de wei

Mijn eerste landelijke seizoen als marathonschaatser startte ik in de fel gele kleuren van Team Haven Amsterdam. Met flink wat bravoure ging ik dit avontuur aan. Het tactische spelletje van het marathonschaatsen vind ik erg leuk en in al mijn jeugdigheid dacht ik het hele peloton wel aan te kunnen. Zo'n succesverhaal werd mijn eerste seizoen in het geel helaas niet. Na een vervelende blessure ging ik eigenlijk pas in januari weer een beetje hard schaatsen en groeide het

vertrouwen. Een 19e plek in de marathon van Tilburg werd mijn beste klassering van dat seizoen.

Verliefd op het natuurijs van de Weissensee

Wel is in dit eerste seizoen mijn liefde voor schaatsen op natuurijs ontstaan en dan vooral de liefde voor het natuurijs van de Weissensee. Schaatsen met de bergen om je heen in het gemütliche Oostenrijk, heerlijk! Op de Weissensee is er altijd veel publiek aanwezig bij de wedstrijden,



Stefan (3e Haven man van links) leert op de Weissensee



Roel en Stefan op avontuur

wat voor een fantastische sfeer zorgt. Daarnaast is het ijs behoorlijk 'uit'gereden door de vele toerrijders, waardoor er veel scheuren in het ijs liggen. Hier kan ik al spelenderwijs lekker overheen fladderen. Het aanpassen van mijn slag aan de omstandigheden ligt mij wel en daarom kan ik er denk ik wel goed overheen. In mijn eerste natuurijswedstrijd werd ik tussen de Topdivisierijders direct 25e en eindigde ik als 2e beloftendivisierijder.

Lachen, gieren, brullen, maar ook een goede leerschool!

In mijn jaren bij de ploeg heb ik het enorm naar mijn zin gehad! Een herinnering die ik graag met jullie wil delen; Op de Weissensee zijn we ons aan het voorbereiden op de Alternatieve Elfstedentocht. In alle vroegte staan we op en proppen we ons vol met

pannenkoeken en havermout. Het heeft die bewuste nacht behoorlijk gesneeuwd en eigenlijk zien we de bui al hangen, helaas geen koers. Maar wat moet je met al die energie op de dag waarop het eigenlijk moet gebeuren? Juist! Hartenjagen! We hebben die ochtend een heus hartenjaag kampioenschap gehouden en de verliezer, die mocht op meest originele wijze een sprong in de diepe sneeuw maken. Onze Mark van der Harst heeft als een volleerd schansspringer de sneeuw getrotseerd. Vervolgens op zoek naar de (avond ervoor opgezette) verzorgingstent. Het meer op; natte voeten, uiteraard niet te vinden, wel een vlag van een concurrerend team en een hoop sneeuwballen verder, ben ik een hoop herinneringen rijker. Ook heb ik veel geleerd bij Team Haven Amsterdam. In mijn tweede jaar op de Weissensee



Wat kan zó mooi zijn, maar toch ook zo veel zeer doen?

weet ik nog goed dat ik plezier haast belangrijker vond dan de prestaties. Ik was nog Beloftendivisieschaatster en een jong veulen. Samen met Max van Boxel waren we de dag voor de Alternatieve Elfstedentocht de hele middag aan het sleetje rijden. De huidige trainer/coach Casper Helling (toen alleen de trainer van de Topdivisieploeg) gaf ons het advies op ons bed te gaan liggen en goed uit te rusten. De volgende dag zat ik in de kopgroep en werd ik 21e en tweede rijder van de ploeg (inclusief de Topdivisieploeg) nog voor marathonlegende Jan Maarten Heideman (die dat seizoen ook voor Team Haven uitkwam), ondanks dat we het advies van Casper naast ons neer hadden gelegd. Inmiddels weet ik beter en denk ik als ik op bed lig te rusten of iets te druk ben de dagen voor een wedstrijd nog wel

eens aan het advies van Casper. Volwassen worden is een proces denk ik dan maar....

Van Team Haven naar Okay / Interfarms

Een aantal jaren verder ben ik bij Team Okay / Interfarms terecht gekomen. Deze ploeg heeft net iets meer faciliteiten om tot topprestaties te komen dan mijn vorige schaatsploegen. De ploeg traint in Heerenveen op het ijs van Thialf. Dat is wel een verschil met al die jaren ploeteren op het ijs van de Jaap Edenbaan. Ik ben een echte zaaltjesglijder geworden, geen wind en regen meer, maar meer de klinische omstandigheden van een schaatslab in een grote schaatstempel, waar rondjes 24 je om de oren vliegen. Het blijft bijzonder hoe hard sommige rijders kunnen schaatsen. Ik probeer me daar met mijn natuurijstechniek staande te

houden. Het grote voordeel van schaatsen met mijn huidige team zit hem denk ik in het feit dat die gasten waarmee ik schaats allemaal knetterhard kunnen schaatsen. Je wordt continu uitgedaagd, buiten je comfortzone gedreven. Je wilt mee en je moet mee, anders wordt je er genadeloos af gereden.

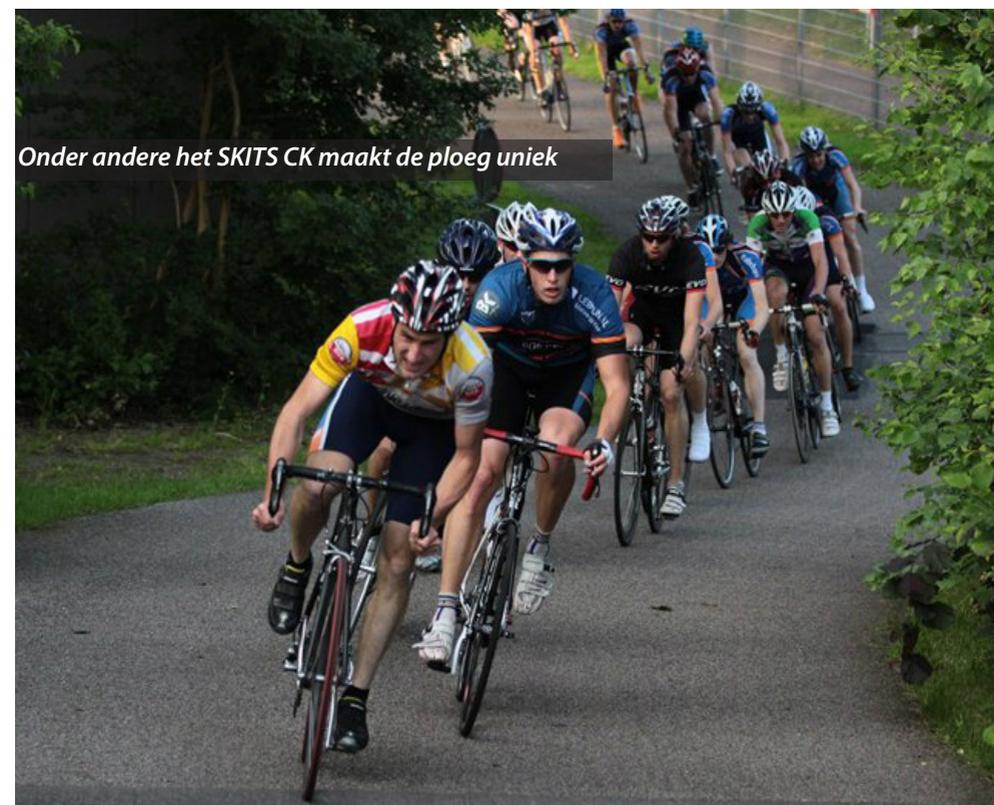
Schaatsen is leuk, schaatsen met een groep leuker!

Plezier hebben in het schaatsen blijft uiteindelijk wel de belangrijkste drijfveer. Samen met je maten eindeloos rondjes knallen op het ijs en elkaar er proberen af te rijden, heerlijk! Het is wel enorm bijzonder

hoe er uit de studentenvereniging SKITS een marathonschaatsploeg is ontstaan, de steun en support die wij kregen van de leden was heel gaaf. Daarnaast is er geen enkele andere schaatsploeg die ook een eigen clubkampioenschap op de wielrenfiets heeft!

Nou, ik hoop dat jullie dit verhaal leuk vonden en ook mij (naast alle Topdivisierijders van Port of Amsterdam) aankomend seizoen zullen aanmoedigen bij de marathonschaatswedstrijden!

Groeten, en tot kijk op de ijsbaan!



Onder andere het SKITS CK maakt de ploeg uniek

DOELEN STELLEN

Beschikt u over weinig tijd, of wilt u liever niet te veel lezen, dan adviseer ik zoveel mogelijk over te slaan van mijn tekst en direct naar het slot te gaan.

Zelf mocht ik mijn laatste jaren als marathonschaatser doorbrengen in de ploeg van team Port of Amsterdam / SKITS. Ik ben ongeveer 15 jaar beroepsschaatser geweest, in verschillende ploegen. Van buiten werd ik steeds ouder terwijl ik mij van binnen soms zelfs jonger voelde worden. Mooi vond ik het dan ook om tijdens fietsdagen naast een student filosofie en tevens rijder voor Team Port of Amsterdam te mogen fietsen en van gedachten te wisselen.

In mijn laatste seizoen, toen ik 42 jaar was, ben ik 11de geworden in de Alternatieve 11-studentocht in Oostenrijk. Dat vond

ik mooi. Wel bijzonder dat je geholpen wordt door zoveel mensen van de ploeg. Van trainer tot ploegleider, ploegmaats, sponsors en nog veel meer mensen

Het typen van tekst gaat me moeizaam af. Schaatsen ging vaak makkelijker. Mede daarom adviseer ik nog een keer naar het slot over te stappen.

Of misschien toch maar lezen, het typen lijkt nu weer makkelijker te gaan. Vreemd, want ik krijg misschien wel het moeilijkste in gedachten. Dat moment was in Amsterdam. Zelf had ik net de openingsmarathon gewonnen terwijl



Je van binnen steeds jonger voelen



Gas er op zetten

zo'n kleine 200 meter na de finish marathonschaatser Willem Poelstra in elkaar zakte. Hij werd met de ambulance naar het ziekenhuis gebracht. Kort daarop hoorden we dat hij was overleden. Veel marathonschaatsers gingen een paar dagen later naar de begrafenis. Daar merkten we hoeveel passie hij voor het schaatsen had. Ik denk dat misschien van de huidige schaatsers niemand van Willem Poelstra heeft gehoord (neehoor, ik heb wel van hem gehoord, red.). Waarschijnlijk hebben een aantal van Port of Amsterdam / SKITS wel van wijlen Sjoerd Huisman gehoord. Ook een op jonge leeftijd overleden marathonschaatser.

Slot

Om schaatsers wellicht te kunnen helpen van de huidige generatie is het van belang

om naar je doelen te kijken. Voor het komende seizoen zou je bijvoorbeeld als doel kunnen stellen om bij de top tien te kunnen rijden tijdens wedstrijden. Voor een doel over vier jaar kun je misschien proberen een wedstrijd te winnen of iemand anders te helpen aan een overwinning. Als je een doel stelt voor over 15 jaar dan wordt het misschien werkgerelateerd. Heb je een doel van over 15 jaar al voor ogen dan kan het zijn dat je korte-termijndoel misschien komt te vervallen. Het kan zomaar zijn dat het beter is te gaan stoppen met de wedstrijden of juist nog beter je best te gaan doen met het schaatsen. En als je werk voor ogen ziet in de voeding dan ga je je daar misschien al tijdens het schaatsen mee bezig houden. Of je krijgt een hele andere functie. Bijvoorbeeld in het bestuur, om

zo je toekomstige loopbaan te faciliteren. Wanneer je je doel heel ver weg weet dan kun je beter met je doelen voor de korte termijn omgaan. Als ik bijvoorbeeld vraag om je doel over 40 jaar te formuleren klinkt dat voor velen ver weg. Welk doel heb je dan?

En dan komt hier misschien je langste termijn doel: Wat is je doel over 120 jaar of nog langer. Veel mensen willen daar niet over denken. Terwijl als je jouw doel hiervoor weet, je de andere doelen ook beter kunt plaatsen. Ik heb thuis een nieuw boek liggen met hele oude verhalen waar het doel voor de langste termijn in staat. Dat boek is het meest gelezen boek ter wereld, dat u misschien wel kent.



En altijd je doel voor ogen houden

VAN REGIORIJDSTER NAAR DE TOPDIVISIE

Bij Port of Amsterdam start voor vele schaatsers het marathon avontuur & zo ook voor mij!

Mijn zus Heidi zat al een paar jaren bij het team en ik ben door haar en mijn broer Robin ook enthousiast geworden over het marathonschaatsen. Na het langebaanschaatsen in de junioren tijd, vond ik het erg leuk om bij Port of Amsterdam aan te sluiten voor de marathon. Eerst als regiorijdster & daarna heb ik bij het team de overstap gemaakt naar de topdivisie.

Het leuke aan mijn tijd bij Port of Amsterdam was de diversiteit van niveaus. Je kon op een leuke manier ervaring opdoen binnen het marathon schaatsen, met het dames- en mannen teams in de verschillende divisies.

Super leuk dat Port of Amsterdam al 20 jaar een vaste waarde is in het peleton & ik kijk terug op een hele leuke tijd! Bedankt!



En dan uiteindelijk handen in de lucht op de AEW!

DUURZAAM PLEZIER

Wat leuk dat ik gevraagd werd om een stukje voor het 20-jarig jubileumboekje te schrijven. "Natuurlijk doe ik dat", was mijn eerste reactie. Toen ik mij echter daadwerkelijk achter het kladblok bevond, werd het mij een beetje heet onder de voeten. Het was al zo lang geleden dat ik deel van SKITS mocht uitmaken dat ik mij eigenlijk niet meer veel exacte details en veel interessante verhalen kan herinneren. Ik heb vooral een overall gevoel aan de SKITS-tijd overgehouden. Wat mij verbaasde, toen ik opzocht wanneer ik precies deel uitmaakte van Port of Amsterdam/SKITS, is dat ik maar 2 jaar voor PoA heb gereden. Zo voelt het niet. Het voelt zo dat als je ooit deel hebt uitgemaakt van SKITS, je je voor altijd verbonden blijft voelen (dat is wederzijds :), red.).

Het waren seizoenen 2015-2016 en 2016-2017 dat ik mij in het fluoriserende geel mocht kleuren. In dat eerste seizoen zat ik ook bij RTC Noord-West. De samenwerking en combinatie met SKITS ging goed. Ploegleidster Dione Noordhoff bracht als docent en onderzoekster

bewegingswetenschappen veel kennis met zich mee en zo was zij de ideale persoon om studenten in de sport te begeleiden. Persoonlijk kon ik het echt heel erg goed met Dione vinden en heeft zij mij altijd veilig en gewaardeerd doen voelen. De teamsfeer stond bij haar ook hoog in het



En of ze het fluoriserende geel kleur gaf



Esmee leidt de dans

vaandel. Ondanks dat alle meiden binnen PoA ergens anders traiden en woonden, werd ervoor gezorgd dat we goed onderling contact hadden, af en toe samen afspraken en dat de neuzen dezelfde kant op stonden. Ik vond het echt een gezellig en leuk team maar ook een team dat altijd alles wilde geven en de aanval niet schuwde. Ook de omgang met de andere teams binnen SKITS is iets unieks dat niet veel voorkomt, zo kan ik jullie nu zeggen. Dat ik doordeweeks niet meetrainde met SKITS, was qua saamhorigheidsgevoel in het team niet te merken; er werd een sfeer gecreëerd waarin het laagdrempelig was om elkaar binnen SKITS aan te spreken, iedereen moedigde elkaar aan (zowel voor- als na de wedstrijd) en de mannen en hun ploegleiders schroomden zich niet om ons ook dingen te leren. Ik voelde mij al snel omarmt.

Het seizoen erop sloot ik als stagiair aan bij Team Plantina en verhuisde ik naar Heerenveen waardoor de focus nog meer op de langebaan moest gaan liggen en

ik helaas maar weinig marathons heb kunnen rijden. Daardoor liepen de wegen van SKITS en ondergetekende na dit jaar uiteen. Ik heb vervolgens niet meer bij een marathonteam gezeten, totdat ik in 2023 weer in de Topdivisie ben gaan rijden onder Team Bouwbedrijf de Vries. SKITS heeft bijgedragen aan de keuze terug te keren in de marathonsport. Ik heb moeilijke jaren achter de rug met overtraining, blessures en daaruit voortkomende mentale struggles waarbij ik het plezier en de liefde voor het schaatsen verloor. Ik wilde mezelf niet nog meer pijn doen en moest keuzes gaan maken om het plezier te hervinden en terug te keren naar mijn intrinsieke motivatie. De marathon zou mij in dit proces kunnen helpen omdat ik een fijn en goed gevoel heb overgehouden van mijn tijd bij SKITS. Een tijd waarin ik mocht presteren, samenwerken voorop stond, ik mijn energie kwijt kon, ik gezellige mensen om mij heen had en er gerelativeerd kon worden. Door de marathons afgelopen seizoenen ben ik ook meer gaan terugblikken op mijn tijd bij SKITS, die leuk

was. Ondanks dat het ondertussen al lang geleden is, houd ik er een goed en warm gevoel bij. Ik heb veel respect voor hoe het team is georganiseerd en hoe jullie met weinig middelen toch elk jaar weer iets moois en stabiels weten op te zetten. Hoe jullie de afgelopen jaren ook bezig zijn met duurzaamheid en dit doorvoeren in de sport, dat doet mijn hart goed. Dit is namelijk iets waaraan ik mij in de topsport erger en daarom probeer ik me ook uit te spreken. Echter, naar mijn mening zit er op het gebied van duurzaamheid toch een bepaald conservatisme in de topsportwereld. Het voortouw dat jullie hierin nemen kan ik alleen maar aanprijzen! Ook straalt de ploeg plezier uit en (meer dan de betaalde teams) iets 'hobbyachtigs' wat mij aanspreekt. Dit is

waarom de marathon mij ook goed deed en goed doet; tegelijkertijd plezier maken en hard werken staat voorop & met elkaar voor een doel gaan en niet alleen maar 'me myself and I'!

Van harte met jullie 20-jarig jubileum en op naar meer! Ik wil jullie bedanken voor wat jullie mij hebben kunnen geven en bijgebracht hebben. Het heeft met 100% zekerheid bijgedragen aan mijn gouden medaille op de Olympische Spelen. Alles is dus mogelijk en jullie maken dingen mogelijk. Dus blijf zo doorgaan, daar komen heel veel blije mensen (en een blije aarde) van!



DON QUIHOT OF DE DRIE MUSKETIERS?

Port of Amsterdam / SKITS heb ik mee mogen maken zowel als tegenstander in mijn eigen actieve carrière als marathonschaatser en als deelnemende partij in mijn functie als Competitieleider bij de KNSB. In beide gevallen heb ik bewondering voor de wijze waarop ze zich manifesteren binnen het marathonschaatsen. Marathonschaatsers zijn authentiek, eigenzinnig, doorzetters en moeten ook wel een tikkeltje gek zijn gezien datgeen je moet doen en laten om goed te willen zijn. Dit zie ik zeker terug bij jullie.

Maar in welke mate komen de verschillende beschreven kenmerken terug? Dit wisselt per seizoen, per persoon en per wedstrijd. Zeker stond PoA in mijn eerdere jaren bekend als een ploeg die niet vooraan mee streed om de prijzen. Maar na de nodige wedstrijden gezamenlijk te hebben gereden kom je elkaar ook volop tegen, waardeer je de vechtlust en moet ik eerlijk zeggen dit ook wel te hebben gebruikt op bepaalde momenten door rijders aan te moedigen toch vooral mee te rijden en

over te nemen. Het enthousiasme won het op bepaalde momenten toch van het tactisch vermogen. Niet altijd is gezegd dat studenten met een bepaald niveau ook op hetzelfde niveau kunnen denken wanneer ze vol adrenaline in een wedstrijd zitten....

Zoals bij een natuurijs Grand Prix in Lulea waar we een nieuwe bocht moesten leggen om zo niet onder de brug door te hoeven ivm dooi, deze bocht was





Hier probeerde hij nog voor te waarschuwen...

behoorlijk scherp en zodoende stond ik hier de 1e rondes om iedereen toch te verzoeken niet te hard door de bocht te gaan. Wanneer rijders eenmaal door de bocht gegaan waren zag ik het toch ook als hun eigen verantwoordelijkheid, bij bijna alle dames en heren ging dit goed, echter 1 persoon was toch te enthousiast en heb ik een snoekduik in de sneeuwrand zien maken, gokje welk pak deze persoon aan had?

tikkeltje studentikoos. In ditzelfde licht heb ik de bewondering om als ploeg sterk te zijn, jezelf te verbeteren en een eenheid te vormen. Zoals het gezamenlijk trainen in Leeuwarden en het met de trein reizen naar natuurijswedstrijden. Een visie waar jullie in geloven en wat jullie dus ook sterker maakt. Blijf zo door gaan, ook de komende 20 jaar!



Zo zagen we hem graag bezig

Naast de wedstrijdskills, die ik zeker heb zien stijgen en waar ik met bewondering ook gezien heb naar datgeen gerealiseerd wordt als ploeg, ben ik ook gecharmeerd naar de structuur waarbinnen de deelnemers ook zelf taken op zich nemen als ploegmanagement. Daar kunnen genoeg andere ploegen een voorbeeld aan nemen en dit laat ook zien dat de betrokkenheid niet stopt bij de eigen voorbereiding als rijder op het volgende seizoen. Wel merkte ik verschil in vertaling van de betrokkenheid in het ook tijdig opleveren van zaken... Toch nog een



Het werelduurrecord van Bart



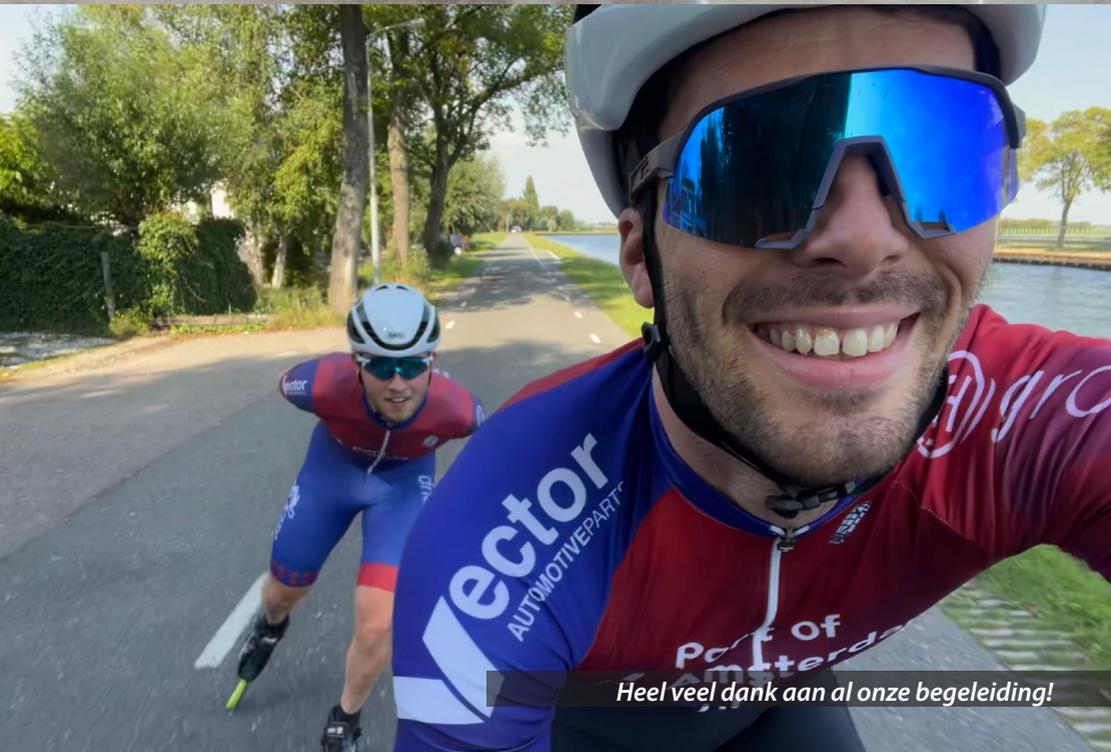
Klimaatprotest op de Weissensee



Brons op het NK Ploegenachtervolging



Hangen, vouwen, zitten & trappen!



Heel veel dank aan al onze begeleiding!

DE PORT OF AMSTERDAM SCHAATSER

In een ander millennium, een ander tijdperk, schaatste ik nog wel eens met een Neerlandicus. Het was de tijd dat we ons nog regelmatig op Nederlands natuurijs aan verre tochten konden wagen. In de auto van en naar discussieerden we het liefst over de theorieën van Noam Chomsky en andere intellectuele hemelbestormers. Het waren barre, onbekommerde tijden...

Maar toen het erop aan kwam trad hij in de voetsporen van zijn vader, nam diens transportbedrijf over en nestelde zich in de Haven van Amsterdam. En hij kreeg kinderen. Die kinderen leerden schaatsen. De twee jongens zelfs behoorlijk goed. Het werden marathonschaatsers. De Neerlandicus/ondernemer kon dat alleen maar toejuichen. Zelf was hij er ook een van de lange adem. Elfstedentochten reed hij fluitend. Ik kan het weten want die reed ik samen met hem. Zelf heb ik er geen actieve herinnering aan maar hij beweert dat een telefoontje van mij hem het duwtje gegeven heeft om sponsor te worden van een studentenmarathonploegje met

daarin zijn oudste zoon. De Vrije Universiteit (36 jaar mijn 'baas', volgend jaar voor het laatst) gaf al een paar jaar een paar centen aan een heel klein studentenploegje. Het werd tijd om groter te gaan denken en daar was Kees Jan! De kiem was gelegd voor wat zou uitgroeien tot 'Port of Amsterdam', inmiddels alweer jarenlang een begrip in de schaatsmarathonscene.

Kan/wil ik iets schrijven over 'dé' of 'een' Port of Amsterdam schaatser is het verzoek. Willen ja, kunnen nee. Het is namelijk een onmogelijke vraag. Pik ik er één uit, bijvoorbeeld de legendarische Nederlands kampioen bij de beloften, Pieter Overmars

Plezier aan ons bewegen





Kees ziet ons gaan op Baambrugge

over wiens schaatscapriolen alleen al boeken vol te schrijven zijn, dan doe ik een onafzienbare rij andere schaatser tekort. En over dé Port of Amsterdam schaatser kan ik kort zijn: die bestaat niet. In die 20 jaar zijn er zoveel schaatser voorbij gekomen. Allemaal minder of meer getalenteerd, gedreven, succesvol dan wel pechvol. Vol bravoure of juist (te) bescheiden. Grootheden als het Belgisch wonderkind Bart Swings of veelwinnaar Jan Maarten Heideman maakten ooit deel uit van de ploeg net als veel andere (sub)toppers in het marathonpeloton. Ze hebben allemaal één ding gemeen: ze hebben korter of langer in een pak van de Haven/Port met ziel en zaligheid gestreden op het scherpst van het staal. Of doen het nog. De huidige rijders doen het zeker niet slecht. Net als alle andere jaren verwachten we dat ze dit

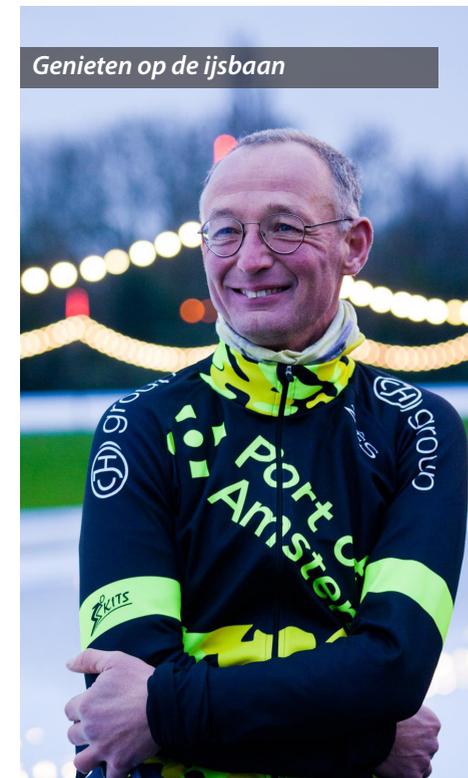
jaar gaan winnen, maar nu echt ;).

Als er één ding kenmerkend is voor PoA schaatser is het dit: ze winnen niet veel, staan hooguit incidenteel op het podium. Mij zijn ze er niet minder om. Het is moeilijk opboksen tegen meer professionele ploegen. Dát ze doen wat ze doen vind ik al geweldig. En dat is eigenlijk altijd zo geweest. Zelf moeten ze natuurlijk wel in hun dromen blijven geloven anders vallen de trainingsinspanningen die ook zij moeten leveren niet op te brengen. Daarbij helpt het wel dat ze bijna altijd vriendenploegen zijn die elkaar ook met de nodige humor en plezier door het 'loodzware' bestaan van semi-topspporter heen loodsen.

Over plezier gesproken. Ik denk wel

eens dat ze er zelf te weinig bij stilstaan hoeveel plezier ze anderen bezorgen. Niet eens zozeer met hun prestaties maar met hun manier van bewegen. Zo mag ik zelf op zonnige dagen graag naar het skeelerbaantje van Baambrugge fietsen om ze daar bezig te zien. Beetje spiegelen met trainer Casper, soms een summiere aanwijzing, ondertussen de hemel afspeuren naar interessante vogels en wolkenformaties, maar vooral toch om te genieten van de pure schoonheid van hun bewegingen.

Daarom vind ik het jammer -hier toch een kritisch puntje- dat ze zich zo weinig laten zien op het ijs van hun 'thuisbaan' de Jaap



Genieten op de ijsbaan

Edenbaan. Als er te midden van recreanten en leergierige schaatscursisten ineens een 'echte' schaatser opduikt in de vorm van een Port of Amsterdam schaatser (Jurian of Simon af en toe het afgelopen seizoen) dan zie je die mensen denken: 'Wow!', 'Hoe doen ze dat? Het ziet er zo gemakkelijk uit.', 'Wat zitten ze diep, wat gaan ze hard.' Ik zet het lesgroepje waar ik op dat moment mee bezig ben dan aan de kant en laat ze alleen maar kijken, kijken, kijken. En applaudiseren als J of S nog een keer met een grijns van oor tot oor langskomt...

Lijkt me een lekkere ego boost. Alleen al daarom zouden ze vaker langs moeten komen. Kan misschien in de trainingsprogrammering opgenomen worden ;) ?

Nu ik er nog eens over nadenk schiet me te binnen dat er toch één schaatser is die model staat voor Port of Amsterdam. Iemand die overigens nooit in een Haven/Port of ander marathonpak gereden heeft. Dat is natuurlijk C J Hendriks himself. Ook een pure lange afstand schaatser (hoewel iets minder snel), met waanzinnig veel passie voor de sport, loyaliteit, ausdauer én verstand van zaken. Zonder wie de ploeg er niet was geweest. Die schaatser de ruimte gaf zich -na of naast het schaatsen- in zijn bedrijf verder te ontwikkelen. Op klompen kleumend langs het ijs om aan te moedigen, zich op te winden en vervolgens weer te relativieren. Zo'n 15 jaar lang. Dat is lang!

BLIJVEN VERBETEREN

20 jaar het SKITS talent team, voornamelijk bekend als Team Port of Amsterdam. Als ik het goed heb nagekeken ben ik hier 13 jaar bij geweest. Dit is het eerste jaar dat ik in deze periode niet de spanning voor de eerste wedstrijd hoeft te voelen. Het is wat onwennig, en ik denk dat ik het met name in de natuurijsperiode behoorlijk moeilijk ga krijgen dat ik geen onderdeel meer ben van de ploeg. Overigens heb ik wel genoeg om naar uit te kijken en zenuwachtig over te zijn, eind september verwachten Nienke en ik een dochtertje.

Mijn marathoncarrière startte op een zekere donderdag, met een telefoontje van Arne. Op dat moment zat ik in een niet zo nuchtere toestand in een café in Amsterdam. Ik heb even gevraagd of ik zo terug mocht bellen. Vervolgens heb ik buiten een rondje gelopen om wat te ontzuiveren. In die periode was ik nogal zoekende wat ik met mezelf aan moest na een verkeerde studiekeuze en de meeste dagen onder invloed van weet ik niet wat. Voor mij was dit een soort wake up call. Ik miste het om "fit" te zijn. En als ik dan weer fit ging worden, wilde ik het ook

goed doen. Van de ene op de andere dag ben ik acuut gestopt met alle troep die ik mezelf in die tijd aandeed, en werd ik weer sporter.

Op dat moment was ik helemaal niet bezig met A rijder worden. Eerst maar eens kijken of ik überhaupt de C's bij kon houden. Het enige wat ik probeerde en altijd ben blijven proberen is om mezelf te verbeteren. Op deze manier werd ik B rijder en wist uiteindelijk zelfs bij de A's leuk mee te doen. Bij POA draait het om jezelf blijven ontwikkelen, dat kan op elk

niveau, of je C, A of D rijder bent of bestuur, en is haast belangrijker dan het niveau wat je hebt. Een gemotiveerde C rijder is voor de ploeg waardevoller dan een A rijder die er niet zoveel zin in heeft.

In de rustperiode haalde ik altijd geen enkel tentamen. In de zomerperiode deed ik vervolgens dubbele vakken om het toch weer in te halen. Het combineren van topsport en studie gaat volgens mij niet over prioriteiten stellen, maar vooral over zorgen dat je goed in je vel zit. Als je je goed voelt haal je én je tentamens én je rijdt goede wedstrijden. Misschien dat deze instelling je net niet tot de absolute top brengt, maar we hebben toch best wat bijzondere dingen gedaan met ons studentenploegje.

Zijn we dan wel echte topsporters, als niet alles wijkt voor de sport? Ja, ondanks de ambivalente ambitie ben ik ervan overtuigd dat we het maximale er uit

halen. We hebben misschien iets minder tijd en een kleiner budget, maar we hebben wel een clubje slimme mensen bij elkaar. Ellenlange discussies over hoe we slimmer en efficiënter met onze training om kunnen gaan. Een bijna wetenschappelijke benadering van de schaatstechniek met Kees. Ik ben nooit een schaatser met de mooiste techniek geweest, maar zonder Kees was het nog een stuk beroerder geweest. Ik weet nog precies hoe het samen met Kees lukte om eindelijk wat meer recht door te plaatsen. Het begon bijna op schaatsen te lijken wat ik deed.

Casper heeft ons altijd gestimuleerd zelf na te denken over je training en tactiek. Dit gecombineerd met een onuitputtelijk enthousiasme voor oncomfortabele trainingen

heeft tot heel wat originele en (misschien soms wel te) experimentele trainingen en



Ploffel met Max op het CK wielrennen in 2012



Ploffel met Max op het NSK marathon van 2015



Geen sport zo mooi als marathonschaatsen op natuurijs

sessies geleid. Het is wel een mooi verhaal, maar of ik nou echt beter ben geworden van 3 uur 30s/30s intervallen vraag ik me af. Maar door deze houding leer je wel je lichaam kennen, en uiteindelijk te doen wat nodig is om goed te worden.

Om ons voor te bereiden op alle zware inspanningen had Casper bijvoorbeeld verzonnen mee te doen met de ARA. Een soort georganiseerde speurtocht competitie die de hele nacht duurt. Achteraf nog steeds de vraag of je hier nou beter van werd, maar het zorgde wel voor teamgevoel. En die gekke Casper en Victor wonnen uiteindelijk ook nog. Twee enthousiaste kabouters die voor hun lol in een wak springen. Meestal kregen ze hierbij nog de halve ploeg mee ook. Overigens ben ik van mening dat Cas en

Roel de ARA nog steeds in moeten halen.

Er is geen sport zo mooi als marathonschaatsen op natuurijs. In de affectie voor oncomfortabele en zware inspanningen vond ik in Casper de ideale coach. Hoe kouder en guurder de omstandigheden hoe mooier de wedstrijd. Al mijn hoogte en diepte punten in mijn schaatscarrière zijn op natuurijs. Meerdere keren ben ik huilend over de finish gekomen. Al lag de finish ook vaak net iets te ver, het was altijd een avontuur.

De hele natuurijsperiode heb ik altijd bijzonder gevonden. Een aantal weken zijn we full prof, en draait alles om schaatsen. Hier heb je het hele jaar naar toe gewerkt. Maar ook op de Weissensee kunnen we best zelf koken, het is echt niet dat je daar

minder van gaat schaatsen. Jan Maarten keek zijn ogen uit dat we het allemaal zelf deden, maar hij droeg hier met plezier aan bij.

De laatste jaren hebben we de ambitie uitgesproken onze sport duurzaam uit te voeren. Met de ploeg laten we zien dat als je het slim aanpakt, je ook met duurzaam vervoer en voeding topsport kunt bedrijven. Het zou mooi zijn als er nog een aantal sponsors aanhaken om dit kracht bij te zetten. Ik ben er van overtuigd dat er geen beter sportteam is wat de goede combinatie tussen topsport en duurzaamheid aan kan tonen.

Deze zomer is voor mij het zwarte gat, het normale leven zonder topsport, begonnen. Ik ga het wel missen om straks niet meer aan de start te staan en te weten dat je jezelf helemaal binnenstebuiten gaat keren.

Je zal maar even niks te doen hebben met je leven, of maar één ding zoals werk om je op te focussen. Gelukkig hoef ik me daar binnenkort geen zorgen meer over te maken, met een meisje op komst. En de combi van verschillende ambities, die maakt me alleen maar scherper.

Wat willekeurige anekdotes uit 13 jaar SKITS talent team/Port of Amsterdam:

Zweden -21. Sjaak vanaf het ijs via de oortjes: 'Jongens volgens mij moeten jullie een beetje opschieten'. Reactie terwijl we rustig onze schaatsen aan het aandoen zijn: 'de start is pas over 5 minuten, we hebben alle tijd'. Rustig loop ik samen met Mark de tent uit. 'Nu hierheen komen, het



Ploffel blijft verbeteren

dames peloton komt er al aan. WE GAAN NU STARTEN!. Blijkbaar kan je prima rennen met beschermers. Over een stalen trap met alle overkleding nog aan naar het ijs. We passeerden nog Christiaan die niet zo hard over die trap heen durfde. En Niels moest de tent nog uitkomen! Het peloton inmiddels al gestart en wij nog heen en weer door de startlijn om officieel wel gestart te zijn. Gelukkig konden we allemaal nog aansluiten, maar het scheelde weinig.

Ardennen +37, Cyclosportive Criquelion. We hebben een goud nummer dit jaar,



Skeelers in de Haven

dus we mogen vooraan starten. Bart en ik weten aan te sluiten bij de kopgroep. Bij elk wisselpunt krijgen al die anderen een tasje aangegeven. Met een beetje rondvragen blijken het allemaal eliterenners te zijn waar we tussen rijden. De enige manier om bij te blijven is demarreren voor het waterpunt, en vervolgens het gat weer dicht te rijden. Ik hou het vol tot 10 km voor de finish. Daar ben ik in berm gaan beland om af te koelen. Diezelfde dag beland Kevin van oververhitting in het Ziekenhuis, komen Eric en Casper ten val en verliest Niels zijn ketting. Op de weg terug hebben we Johan nog moeten duwen met ook een zonnesteek.

Heerenveen +15, 1 uur voor de start. 'Casper wil jij mijn transponders ophalen? ik ben op weg maar ben veel te laat!'. Een crisis op werk zorgt ervoor dat ik op zaterdag moest werken en uiteindelijk veel te laat naar de wedstrijd kon. Nienke

heeft me uiteindelijk naar de wedstrijd gebracht terwijl ze niet eens mocht komen kijken met de corona lockdown. Ze vond het niet verantwoord dat ik in mijn gestreste toestand achter het stuur ging zitten. In de livestream zie je mij vlak voor de start in normale kleding de baan op rennen, terwijl iedereen al aan het inrijden is. In totale verwarring rij ik rond, ik doe 1 aanval op automatisme. Precies raak, als enige van de ploeg ben ik mee rond. De rest van die wedstrijd ben ik door Luuk en Niels verrot gescholden dat ik op moest letten. Niet eens zozeer mijn benen, maar ik was er totaal niet bij met mijn hoofd. Uiteindelijk rij ik met een 5e plek een van mijn beste uitslagen op de baan die mij het minste ligt.

Friesland +10. Sjaak: 'Ik voel me niet zo goed vandaag dus sla hier af, maar als jullie die kant op gaan kunnen jullie er wel een mooi rondje van maken'. Niels

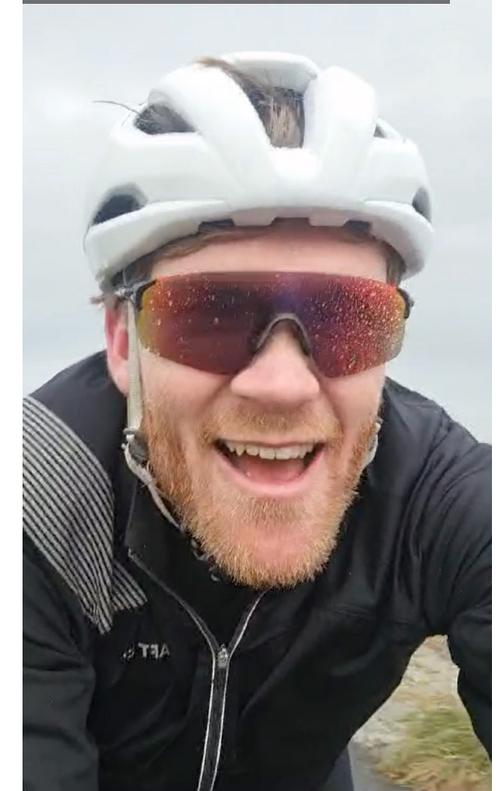
Immerzeel: 'Volgens mij kom dat helemaal uit hoor, daar zit een meer waar we dan omheen moeten'. Niels Overvoorde: 'Jawel, dat komt wel goed. En we willen toch een lange duurrit maken?'. Deze discussie ging ongeveer de hele rit door. Uiteindelijk na een uur of 3 zijn we maar omgekeerd omdat we anders niet voor het donker thuis zouden komen. Natuurlijk ging het het laatste uur ook nog regenen. Overvoorde heeft wel uit schuldgevoel het laatste

uur op kop gefietst. Die dag hebben we geleerd dat we blijkbaar beter naar Immerzeel kunnen luisteren voor de route.

Grossglockner +10 en -3. Mijn eerste jaar bij de ploeg. Stan wil naar de Grossglockner. Ik kon Pieter bijhouden in de Ardennen, dus dat moet dan hier ook wel lukken toch? In de aanloop naar de klim is het al koers, en moet ik me hier al over de kop rijden om bij te blijven. Maar in de klim ga ik achter Pieter aan. Dat gaat goed tot halverwege, dan val ik helemaal stil. 1 voor 1 komt iedereen me inhalen. Van links naar rechts slingerend over de weg bereik ik letterlijk huilend de top. De laptop van Stan waarop de beelden stonden waar ik als een hoopje ongeluk achterin de bus zat is helaas gestolen. In de afdaling is er ook nog een versnellingsbak gesneuveld van een huur bus, lekker studentikoos. Jaren later ben ik samen met Casper in de herfst nog eens terug gekomen om het goed te maken. Met -3 in de sneeuw kwam ik boven, een van mijn mooiste ervaringen op de fiets. De Grossglockner zal voor altijd mijn berg blijven.

Weissensee +10. 5:00 uur, de ochtend van

de start van de alternatieve elfstedentocht. Ware het niet dat er die nacht 2 meter sneeuw uit lucht was komen vallen. Maar ja, als je die ochtend je hebt ingesteld op een 200km, dan kan je niet meer slapen van de adrenaline. Zaten we daar te hartenjagen om 6 uur 's ochtends. De verliezer moest van het balkon in de sneeuw springen. Ik verloor nog bijna, maar uiteindelijk was Mark de klos. Na een sierlijk uitgevoerd ski jump zag je hem volledig in de sneeuw verdwijnen, de beelden hebben zelfs het shownieuws gehaald.

 PlanPloffel: terugfietsen van
Leeuwarden naar Amsterdam


PRIMI, SEGUNDI, TIRAMISU EN DAN PRESTEREN

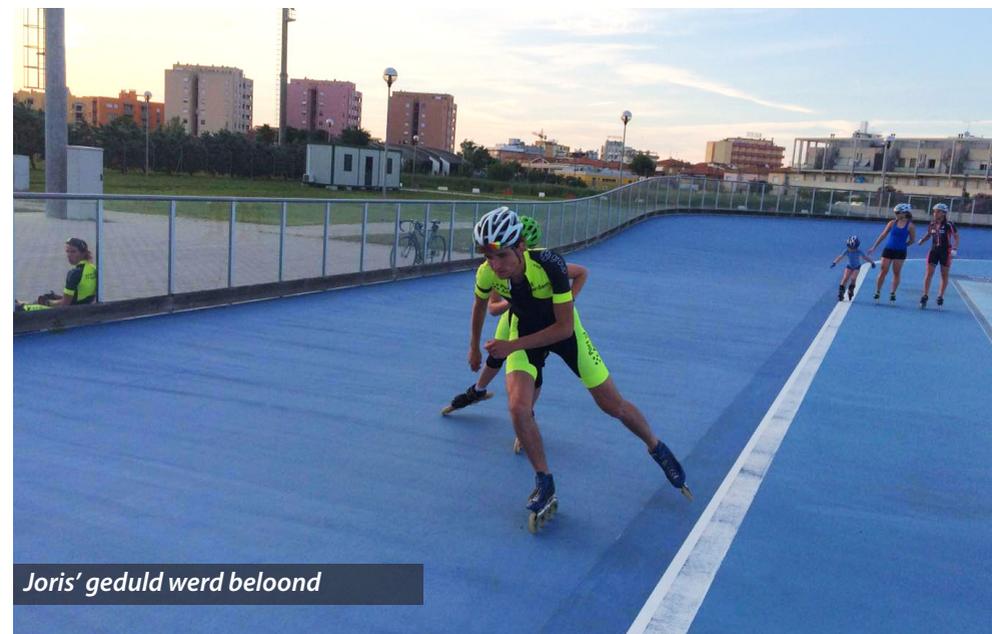
Joris kende een leuk gebied in Italië waar we wel goedkoop heen konden vliegen in Ancona. Echter viel de ticketprijs in juli toch wel wat tegen. Dus dan maar met de auto, maar hoe regel je dat lowbudget met 12 studenten zonder auto, laat staan een fietsendrager...

Gelukkig hadden we Bobbie die bezig was met een knutselproject om een aanhanger voor 18 fietsen te maken. En met 3 auto's dan moest het wel lukken een reis te maken van dik 1500 kilometer. Met auto 1 ging dat inderdaad voorspoedig in 15 uur. Auto 2 had de aanhanger, en met max. 80 op de snelweg liep het toch al snel uit tot een uurtje of 18. Auto 3 had echter het record. De 4 dames in de oude auto van de ouders van Annelies (die niet geschikt werd geacht voor de aanhanger, en toen we een berg op probeerden te rijden bleek wel waarom) deden er nog wat langer over

door verschillende avonturen onderweg. Het begon met de onmogelijkheid om een geopend tankstation te vinden midden in Duitsland, een zoektocht door verschillende Duitse dorpen, een crisismoment op een parkeerplaats en uiteindelijk de redding net voor de tank echt leeg was. Inmiddels waren de dames zo vervan de route afgeweken dat de meest logische route naar Italië via Frankrijk leidde, wat ook nog voor interactie met de grenspolitie zorgde. Het was tenslotte het jaar van de vluchtelingencrisis, en 4 blonde dames waren blijkbaar uiterst



Hier is het om te doen



Joris' geduld werd beloond

verdacht. Toen auto 3 na bijna 24 uur in Italië aankwam was de opluchting dat de dames nog in leven waren bij de rest van de ploeg groot.

Daarna had iedereen na de lange autorit of na alle stress of iedereen veilig aan zou komen wel een diner verdiend, en daar werd voor gezorgd! In het restaurantje vlak bij onze villa suggereerde Italië kenner Joris dat we toch zeker wel een primi, een secondi en een dessert moesten bestellen, want anders zouden we zeker niet genoeg hebben. De borden pasta die we als voorgerecht geserveerd kregen bleken echter al groter dan de portie die de gemiddeld SKITS'er tijdens de social voor zichzelf opschept. En toen moesten de brokken vlees en de tiramisu nog komen...

Na deze overdadige maaltijd moest er

de volgende dag wel getraind worden. Onze bestemming, Senigallia, was naast goedkope vliegtickets uitgezocht op de prachtig blauwe skeelerpiste die in het stadje lag. Om hier gebruik van te maken hadden we echter eerst toestemming nodig van de Italiaanse autoriteiten, en daar bleek iets meer bureaucratie aan te pas te komen dan we hadden verwacht. Maar met engelengeduld kregen Joris en Annelies het na een dag wachten op het gemeentehuis dan toch voor elkaar: er mocht geskeelerd worden! Na het skeeleren was het tijd voor een frisse duik bij zonsondergang. De algen in het water dachten er alleen net zo over, waardoor we het toch maar bij die ene duik hebben gehouden. Ondanks fanatiek insmeren met factor 30 zaten onze benen namelijk onder de rode vlekken.

Naast geskeelerd werd er ook gefietst door

*Heuvelsprints!*

de prachtige omgeving. Uiteraard waren dit geen gewone rondjes, maar werd een trainingsschema gevolgd waar Joris streng op toezag. De eerste dag stond er een duurrit op het programma, waarbij D1 niet overschreden mocht worden, wat nog best een uitdaging was berg op en met onderlinge competitiedrift. Enkele mannen en 1 vrouw werden dan ook tot de orde geroepen door de trainer, het Limburgse bloed kroop toch waar het niet gaan kon... Op andere dagen moest er juist wel omhoog gesprint worden, en hier kwam Joris zijn kennis van de lokale wegen wel van pas... De geitenpaden waar je lopend al nauwelijks omhoog kon komen wist hij wel te vinden, en daar mochten wij onze heuvelsprintjes doen. Hoezeer we ook onder de indruk waren van Joris zijn routekennis, op deze momenten waren we niet echt blij met hem...maar alles voor de massasprint in de winter.

In de prachtige villa met uitzicht op een mooi zonnebloemveld moest ook een

week lang een huishouden gedraaid worden. Eigenlijk ging dat nog best wel soepel, misschien omdat er een goede taakverdeling gemaakt was. De mannen vonden de recepten die de dames hadden bedacht (iets met risotto) toch wat te ingewikkeld en besloten dat ze beter hun innerlijke carnivoor konden volgen en de barbecue konden regelen. Het eten was voor sommige ploeggenoten sowieso vrij exotisch, op de boerderij hadden ze nog nooit couscous gegeten ('Is dit rijst ofzo?'). Ook voor de was was een goed systeem bedacht. Om alle fluorescerende shirtjes uit elkaar te halen, werd een systeem bedacht van het aan elkaar ritsen van verschillende maten. Zodat je jouw gele maatje S terug kon vinden aan het blauw-oranje SKITS shirt maatje L.

Uiteraard was er ook genoeg tijd voor gezelligheid. Tourpouletjes werden fanatiek bijgehouden en elke middag kwamen de laptops (die eigenlijk bedoeld waren om te studeren) op tafel voor de

etappe van de dag. 's Avonds was het tijd voor spelletjes, of eigenlijk maar een spel: 30 seconds. Het fanatisme dat we tijdens de heuvelsprintjes niet altijd konden opbrengen kwam hierin wel tot uiting. Uiteraard bloeide er in het romantische Italië ook nog wat liefde op, maar 8 jaar later bleek deze toch net zoals de zonnebloemen te zijn vergaan.

Dit verhaal is het verhaal van een van de trainingskampen, maar is ook het verhaal van de regio- en damesploeg van het jaar 2016/2017. Een jaar vol gezelligheid, maar ook fanatisme en een strak trainingsschema. Een jaar waarin de rijders Joris en Anna af en toe wel konden schieten als we nog een heuvelsprintje

moesten doen, maar ook ontzettend dankbaar waren voor hun tomeloze inzet waardoor de ploeg echt een team was. En die leidde tot goede prestaties in de winter. Een jaar waarin liefdes doodbloeden, maar vriendschappen ontstonden en bleven bestaan. Net als de week in Italië was het een jaar om nooit te vergeten!

*Eén team, één taak!*

LEERSCHOOL SKITS

Twaalf jaren trainer/coach van de interessantste ploeg van het peloton hebben mij ook persoonlijk veel gebracht. Het is boeiend om aan de slag te zijn met sporters, die meer in het leven hebben dan linksom draaien. Gesprekken over schouders vlak houden, HIIT en sweatspottraining kunnen naadloos overgaan in discussies over duurzaamheid, politiek of morele ambitie. Dat is prachtig, ik vind het mooi om deze gesprekken van de generatie van de toekomst aan te horen en mee te voeren.

Ondertussen rijden wij marathons tegen Olympische sporters en professionals. Het is een enorme uitdaging om deze concurrenten te verslaan, die de mogelijkheid hebben om de hele dag rondjes te rijden. Maar het is juist ook inspirerend. Het is de uitdaging om met beperkte tijd en middelen, toch optimaal te presteren. Door effectieve en efficiënte trainingsvormen te kiezen, waarbij ik aan Bart en Roel moet denken. Of door de beschikbare tijd heel gestructureerd

in te delen, waar vooral Erik in uitblonk. Tegenwoordig is de workation populair, ergens in de bergen werken op afstand, in combinatie met trainen en vakantie.

We vormen een ploeg van sporters, die nadenken over wat ze doen. Zo helpen we elkaar, en worden we wijzer. Soms vermoeien we elkaar. Bijvoorbeeld tijdens ellenlange teambesprekingen. Vooral met de gebroeders Immerzeel werd dat vaak een 'Schaats Inside', met alle nieuwtjes en roddels in het peloton. Daarom wordt nu vaak de 1800 of 3600 seconden-regel gehanteerd. Van Johan overigens geleerd om besprekingen nooit in de emotie kort na een wedstrijd te doen, en daar houden we ons nog trouw aan.

Het klinkt vanzelfsprekend, maar ik ervaar iedere keer weer dat wat voor de één werkt, niet automatisch goed is voor de ander. Na ruim 10 jaar marathonschaatsen wist ik wat voor mij werkte. Die ervaring helpt mij bij het training geven. Maar wat voor mij werkte, werkt niet per se voor de ander. Zo werd het 'rondje van de Sjaak' een begrip, doordat Sjaak altijd een extra lusje aan de training plakte, omdat hij gebaat was bij extra kilometers. Een 2 uur herstelrit voor Niels is al een zware duuringspanning voor Jesse (maar dat laatste is aan het veranderen).

En iedere rijder beweegt ook nog eens op zijn eigen manier. Een bewegingsanalist,



Niet evalueren, wel polsen

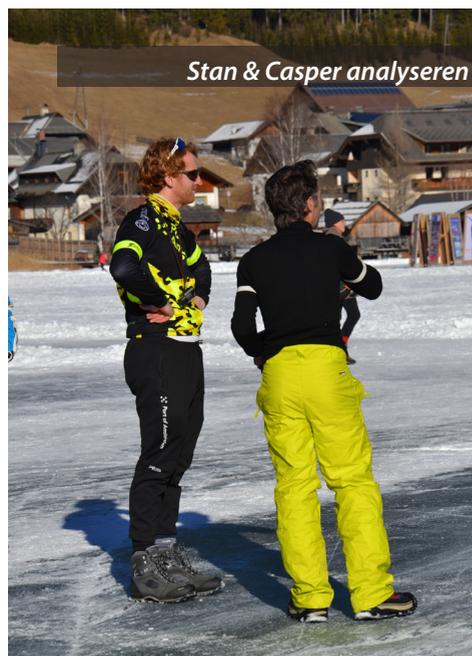
die sporters in vier beweegtypes indeelt en een paar keer heeft meegekeken, heeft meervragen dan antwoorden opgeroepen. We zijn ons nu nog meer bewust van de onderlinge verschillen in bewegen, waarmee de zoektocht naar de best passende techniek een eeuwigdurende puzzel blijft. Ik heb geleerd dat iedereen de ruimte moet krijgen om dingen op eigen wijze te doen en veel verschillende dingen moet ervaren, om erachter te komen wat persoonlijk werkt. Dus regelmatig wat uitproberen, en uitdagende en speelse vormen gebruiken.

Zo hebben we met Christoffel veel gewerkt aan het verbeteren van zijn techniek, maar hij kon dat het beste op het moment dat hij zich daar niet op focuste. De uitdaging was dus om tijdens het schaatsen zo min mogelijk met techniek bezig te zijn. Het luisteren van een podcast werkte goed.

Daarnaast zijn er, zeker in de zomer, grote verschillen in persoonlijke voorkeuren qua trainingsvormen, we hebben de wielrenners, zoals Luuk en Bart, skeeleraars als Sjaak en Erik, en atletische types als Jurian en Jesse. Altijd mooi als rijders de andere vorm zich ook goed eigen weten te maken.

Dit is wel een uitdaging als je met één grote groep traint. Het grote voordeel is dat rijders zich aan elkaar op kunnen trekken, maar het is ook lastig om op eigen tempo of inhoud te trainen. Daantje 'de voorste' was een tijdlang onze beste rijder in de wedstrijden, maar wilde dat ook iedere training weer laten zien, waardoor zijn ploeggenoten regelmatig boven hun macht trainten.

Of je wilt of niet, als trainer heb je toch een bepaalde machtspositie. Je woorden



Stan & Casper analyseren

kunnen zomaar onbedoeld een bepaalde lading krijgen. Het maakte grote, en blijvende indruk toen een sportpsycholoog benoemde dat iemand zowel gangmaker, als kanker van een ploeg kan zijn. Ook het door Christoffel afgedwongen privilege om te laat te komen, zoals een verhalenverteller dat eens noemde, is altijd blijven hangen.

Al in het eerste seizoen heb ik geleerd dat iedereen zijn eigen interpretatie aan uitgesproken woorden geeft. Dat leidt soms tot onverwachte situaties. Ik had eens voor het seizoen tegen een debutant gezegd dat hij er eerst voor zou moeten zorgen om zoveel mogelijk meters te maken in de wedstrijden om ervaring op te doen. Later bleek hij dit als een gebrek aan vertrouwen van de ploegleiding in hem te hebben opgevat, en de rest van het seizoen interpreteerde hij alles vanuit dat

gebrek aan vertrouwen. Dit heeft dan ook niet tot een succesvol seizoen geleid. Met dit soort ervaringen in het achterhoofd ben ik mij altijd bewust van mijn rol en mijn woorden. Ik ben altijd op mijn hoede als ik een bericht verstuur, en doe vanuit mijn rol niet snel mee met grapjes in een appgroep.

In de loop der jaren zijn veel rijders van ons naar grotere ploegen overgegaan, die vervolgens mooie prestaties hebben geleverd, zoals Jeroen, Niels, Niels, Stefan, Victor en meer. Ik hoop dat ik deze en alle andere rijders wat heb kunnen leren, en zo word ook ik van iedere rijder steeds iets wijzer. Team SKITS/Port of Amsterdam, en iedereen die daarbij hoort, is één groot lerend team



TROTSE THUISBAAN

De Jaap Eden Ijsbaan feliciteert Team Port of Amsterdam / SKITS met haar 20e verjaardag!

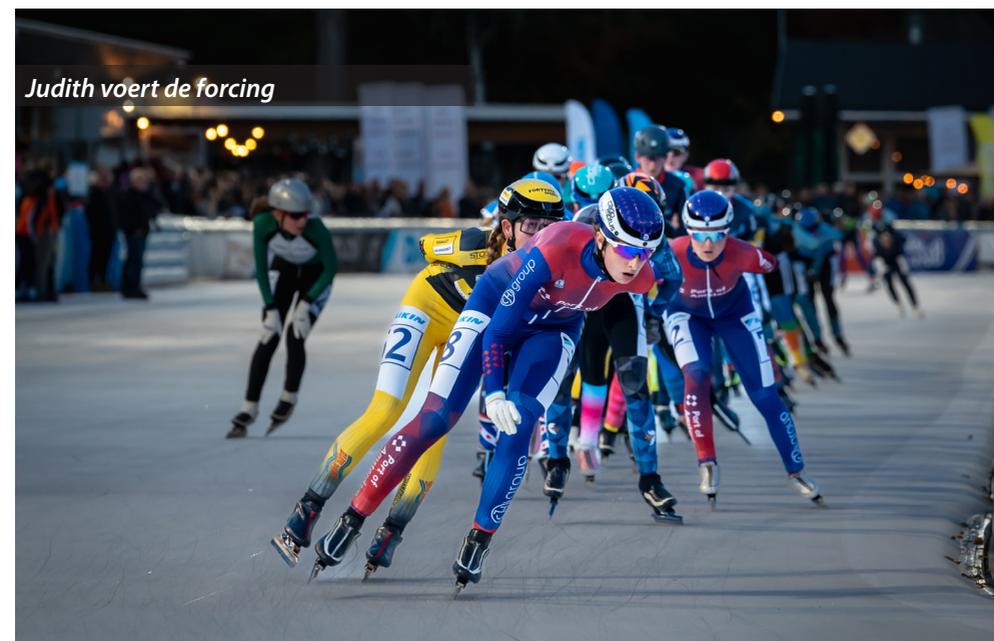
Met bewondering hebben we van dichtbij de groei mee mogen maken; van de toetreding tot deelname op het hoogste niveau, de oprichting van de dames ploeg, de eerste overwinningen, het vastleggen en behouden van mooie sponsors, de transfers van rijders naar "grotere" ploegen, de stunt van het uurrecord op natuurijs tot de recente stappen tot het verduurzamen van de activiteiten.

Het was al knap dat het lukte om in 2004 voortkomend uit een studentenschaatsvereniging (SKITS) een eigen marathonploeg op te richten. Het is vervolgens bijzonder knap om dit

20 jaar in stand te houden. Maar het is buitengewoon dat 20 jaar lang het unieke karakter van het initiatief behouden is. Na 20 jaar lukt het nog steeds om met redelijk bescheiden middelen, drijvend op studenten, onderscheidend en innovatief te blijven.

Jaap Eden Ijsbaan er bijzonder trots op dat de oudste ijsbaan van Nederland de thuisbaan is van de oudste marathonploeg van het land.

Op naar de volgende 20 jaar!



PLOEGENSPEL

In 2017 kwam ik bij de ploeg door mijn broer. Hij was al rijder bij de ploeg en deed het nogal goed in de wedstrijden, dus vroegen ze zich af of Joeri geen broers of zussen had. In die tijd was dat niet gek, want er waren wel meer families vertegenwoordigd in de ploeg. Tot dan toe deed ik aan langebaanschaatsen, dus ik vond het best spannend om mij volledig te richten op het marathonschaatsen. Toch had ik door de verhalen van mijn broer vooral zin om aan te sluiten bij de ploeg. Mijn eerste kennismaking met de andere rijders was een trainingskamp van vier dagen in Ede.

Ik kende helemaal niemand. Het viel mij op dat het heel gezellig was, maar dat er ook hard getraind werd. Ook werd mij duidelijk dat ik bepaalde grenzen over moest gaan. Op de eerste dag van het trainingskamp wilde Joris namelijk dat we op skeelers van een soort halfpipe afgingen. Verder moesten we duwen en trekken tijdens het skeeleren en speelden we een potje voetbal op de skeelers. Voor iemand die gewend was om technisch een goede schaatsslag te produceren op skeelers was

dit nogal een overgang. Toch voelde ik me vrijwel meteen op mijn gemak.

In de winter reden we 6-banen-wedstrijden en Regiotop-wedstrijden, soms twee keer in een weekend. Er bestonden op papier geen ploegen, toch stonden wij met zes yellow/fluo pakken aan de start en voerden we natuurlijk ploegenspel uit. Dit tot grote ergernis van sommige dames in het peloton. Mijn doel in die wedstrijden was om in ieder geval een aanval op te zetten of



Het peloton aanvoeren



Strijden tegen de elementen

een ploeggenoot te helpen. Mijn mooiste wedstrijd was een 6-banenwedstrijd in Haarlem. We waren als laatste aan de beurt, om 23.00 uur. Voorafgaand aan de wedstrijd zagen we de bloemen en stelden vast dat je het daarvoor echt niet hoefde te doen. Vlak voor ik op het ijs stapte voelde ik mij ineens ontzettend slecht, maar besloot toch van start te gaan. Ik had me nou eenmaal aangemeld en opgeven was geen optie. Gedurende de wedstrijd voelde ik me steeds beter. Ik besloot dan ook mijn eigen doel na te streven en met 4 rondjes op het bord in de aanval te gaan. Verbazingwekkend genoeg reageerde er niemand en kwamen ze uiteindelijk te laat. Ik had gewoon een wedstrijd gewonnen en kon het zelf amper geloven. Helaas bestaan er geen finishfoto's van de enige wedstrijd die ik ooit wist te winnen. Wel kwam er een mooi artikel uit op schaatspeloton,

waarin vooral werd aangehaald dat mijn broer de dag ervoor de winst pakte in een beloftenwedstrijd. Maar de mooiste prijs had ik natuurlijk al binnen, de 'bomen', zoals we voorafgaand aan de wedstrijd de bloemen hadden genoemd.

Binnen de 6-banencompetitie vormden zich steeds meer kleine ploegen en het niveau in de Regiotop wedstrijden werd ook steeds beter. Ambities om bij de topdivisie terijden leken verweg, omdat het niveauverschil erg groot was. Uiteindelijk besloot de KNSB in seizoen 2019/2020 een dames beloftenpeloton op te zetten en konden zich echt ploegen vormen. Het waren toentertijd voornamelijk individuele rijders die toevallig in hetzelfde pak reden, maar het begin was er. De kans om ooit bij de topdivisie te rijden kwam hiermee dichterbij. Toch

wilde ik voornamelijk laten zien dat dameswedstrijden ook leuk konden zijn en dat er veelvuldig ploegenspel in voorkwam. Het allermooiste moment was de winst van Judith in Den Haag waarin ze solo een rondje pakte. Ik liet me afzakken en deed een poging om haar een stukje richting het peloton te brengen, Floor reed het gat helemaal dicht en bleef zo dicht mogelijk bij Judith om controle te houden en Iza reed voor het peloton om te voorkomen dat er te veel chaos zou ontstaan. Een mooie wedstrijd, met mooi ploegenspel en een geweldig resultaat.

Tijdens de trainingen keek ik vooral uit naar de wedstrijden, daar ging ik pas echt

aan. Het spelletje zien en daarop reageren vond ik het mooiste aan het rijden in het peloton. Helaas kan ik zelf niet meer rijden door een blessure aan mijn heup/bil. Hierdoor kan ik niet meer trainen zonder pijn. Ik mis het na 60 rondjes uren napraten over wat je allemaal gezien en beleefd hebt. Toch is het langs de kant als ploegleider ook ontzettend leuk. De dames ontwikkelen zich goed en de wedstrijden worden kwalitatief steeds beter. Als ploegleider kan ik mij gelukkig nog uitvoerig met tactieken bezighouden en heb ik het mooiste overzicht op het peloton. Het is niet zo mooi als zelf rijden, maar het is nog steeds genieten.



Het spel regisseren

TALENT VOLGEN

Als schaatsliefhebber moet ik nog altijd denken aan de mooie tochten in Noorden en Nieuwkoop, wat vaste prik was, elk jaar in mijn jeugd. Woonde toen in Kamerik, was klunen naar Grecht en de sluis bij van Woerdense Verlaat. Elk moment dat het mogelijk was maakte ik rondje van 30 km en liever nog 2 keer.

Ongeveer 10 jaar geleden ben ik in contact gekomen met Casper Helling, om mij te begeleiden bij de voorbereiding voor de Weissensee, voor de heroïsche tocht over 200 km. Hoewel niet met echt te vergelijken, wel een prachtig alternatief zoals de naam zegt. Aangezien Casper al jaren trainer is van Port of Amsterdam was kennismaking met team/schaatsers al snel een feit. Wat mij persoonlijk aanspreekt is het ongelofelijke enthousiasme van jonge talenten. De energie knalt eruit! Focus, concentratie en vooral power. Waar je je van afvraagt: 'Hoe krijgen ze dat voor elkaar?!'

Voor mij dan ook een reden om ze te

ondersteunen vanuit mijn bedrijf WWCP/merk VECTOR. Heb over de jaren vele schaatsers zien groeien en ook bij andere teams terecht zien komen. Dat lijkt me soms wel eens jammer, gezien het samenspel van de sterke ploegen tijdens de marathonwedstrijden. Maar doel van deze ploeg blijft talenten opleiden en dat alleen al is een prachtig streven.

Hat harte gefeliciteerd van jullie jubileum. Ik blijf volgen en hoop op nog heel veel nieuw talent! Tot ziens op de schaatsbanen en Weissensee. En dank voor jullie hulp over de jaren in Oostenrijk tijdens de moeilijke momenten als ik mijn tocht reed.



Soms snapt het talent het niet helemaal en volgt het jou

EEN VLOEK OF EEN ZEGEN?

Al sinds 2015, na bijna ieder seizoen, hebben Casper en ik steevast dezelfde vraag die boven onze hoofden reist. "Hoe gaan we het aankomend seizoen doen nu onze sterkste rijder (of rijders) doorgestroomd zijn?"

Vaak begint dit op de Weissensee wanneer je hoort dat een van je rijders in gesprek is met een van de topploegen uit het peloton. In eerste instantie baal je dat je je sterkste rijder of rijdster dreigt te verliezen. Iedere sporter of trainer kent natuurlijk dezelfde winnaarsmentaliteit waardoor je in eerste instantie hoopt dat je sterke rijders blijven en je het volgende seizoen misschien nog wel een stapje beter kunt doen als ploeg. Anderzijds neemt gelukkig al snel het gevoel van trots het over, gun je de rijder deze mooie stap van harte en ben je blij dat het opleidingskarakter van de ploeg weer zijn werk heeft gedaan. En

wanneer toch de eerste gedachtes van teleurstelling het dreigen over te nemen, is er gelukkig altijd iemand binnen de ploeg die onze doelstelling van opleiden aanhaalt. Wij moeten géén topploeg willen worden, wij moeten niet proberen onze beste rijders te behouden. Wij moeten rijders opleiden, voor een volgende stap in hun carrière klaarstomen en afleveren bij de grotere ploegen.

Waar de opleidingscarrousel voor de topdivisieploeg leidt tot het doorstromen van rijders naar topploegen. Zo draait deze carrousel op dezelfde manier voor



Joris en Roan met hun huidige talenten



Joris zoals we hem gewend zijn

onze beloftenploegen. Als ik terugreken vanaf 2010 (sinds de ploeg een eigen topdivisie herenploeg heeft) heeft het opleiden gezorgd voor 20 beloften heren die gepromoveerd zijn naar de topdivisie. Daarnaast zijn er nog eens zes rijders vanuit anderen beloftenploegen gedebuteerd bij onze topdivisieploeg. Maakt dus een totaal van 26 promoverende topdivisierijders in één ploeg, bijna een half peloton! Bij de dames waren dit negen beloften rijdsters die de stap naar de topdivisie maakten. Daarbij echter de kanttekening dat dit in aanzienlijk kortere tijd was, omdat deze stap pas sinds 2016 mogelijk is.

De visie van de ploeg is bekend, het liefst leiden we rijders op van C (regio) naar B (beloften) naar A (topdivisie). Hier hebben we gelukkig meerdere succesvolle voorbeelden van binnen de ploeg die al deze stappen hebben doorlopen. Maar waar de grootste talenten natuurlijk in het oog springen qua prestaties, zoveel mooier

zijn soms de onverwachte ontwikkelingen die gemaakt worden. Rijders die boven hun eigen verwachting uitstijgen en een niveau halen waar ze voorheen niet van hadden kunnen dromen. Opleiden is ervoor zorgen dat mensen het maximale uit zichzelf halen. Als dat lukt dan sta je als trainer of ploegleider te glimmen van trots ongeacht welke stap er gemaakt wordt.

Mensen het maximale uit zichzelf laten halen geldt in de visie van de ploeg ook in de meest brede zin van het woord opleiden. Naast sportieve ontwikkeling van rijders kan dit ook het geval zijn bij rijders die als ploegleider of trainer doorstromen binnen de ploeg, SKITS-bestuursleden van de vereniging die later actief worden binnen het bestuur van de ploeg maar ook rijders die zich binnen de ploeg op andere vlakken dan alleen het sportieve ontwikkelen. Want sporten is leuk, maar de wereld daarbuiten is nog zo veel groter dan alleen sport.

Bewustwording op maatschappelijk vlak, de juiste balans tussen studie/werk en sport, het duurzaamheidsvraagstuk waar we ons als ploeg over buigen de laatste jaren. Sportieve prestaties zijn mooi, maar zelf glim ik misschien nog een stukje harder bij deze tweede soort ontwikkeling. Als ik bijvoorbeeld op trainingskampen de rijders hoor discussiëren over politieke kwesties of duurzaamheidsvraagstukken – of ‘simpelweg’ wanneer ik zie dat ze lol met elkaar hebben en er hechte vriendschappen ontstaan. Of als een rijder naast ambitieuze sporter ook actief wordt binnen de vereniging SKITS in commissies of bestuur. Ook hier kan het zijn dat rijders daardoor andere keuzes maken. Keuzes die

misschien de topsporter met oogkleppen op niet zou maken. Ook hierin zou je kunnen zeggen dat een opleidingsploeg een vloek en een zegen is. Echter, ook hier geldt dat het misschien in eerste instantie een vloek lijkt, maar als je iets beter kijkt dat het een enorme zegen is om te mogen werken met breed ontwikkelde sporters!

Ik ben trots op de uitgebalanceerde ploeg die we zijn. De sportieve prestaties zijn geweldig en de opleidingsstatistieken maken mij als trainer en ploegleider trots. Echter is de trots als mens op alle ‘andere’ vormen van ontwikkeling die binnen de ploeg plaatsvinden nog vele malen groter!



BLIJVEN GAAN

Het begint allemaal op 10 januari 2016, dit was de eerste keer dat Koen de Best een indruk op mij maakte, en het was direct een diepe. Ik reed namelijk het 6-banentoernooi en er was een jongen die het presteerde om in zijn eentje een rondje wist te pakken op het peloton...

Ik weet nog dat ik me afvroeg wie er in godsnaam zo idioot sterk was dat hij in zijn eentje sterker was dan een heel peloton. Die wedstrijd werd ik anoniem 20e, mijn beste prestatie dat seizoen en welgeteld 1 plekje voor Douwe, waarvan ik toen nog niet wist dat hij later ook mijn ploeggenoot zou worden. Ik had dus nog een extra jaar in het Zesbanentoernooi nodig, maar Koen ging natuurlijk al door naar de Beloftencompetitie.

Toen ik eenmaal ook in de Beloftencompetitie aangekomen was, seizoen 2017-2018, kwam ik Koen weer

tegen als een sterke knecht van de grote Port of Amsterdam belofteploeg. Het was maar goed dat hij sterk was, want dom reed hij ook. Hij sleurde op kop van het peloton op momenten waarvan ik dacht dat het beter was om dat niet te doen. Achteraf zei hij dan dingen als ‘iemand moest het toch doen’. Koen bleef in de jaren daarop altijd sterk rijden, maar kon nooit echt laten zien wat hij in zijn mars had, deels omdat hij moest knechten voor zijn snellere kopmannen, deels door valpartijen en hersenschuddingen.

In het seizoen 2021-2022 kwam ik in de belofteploeg bij Koen. Koen had inmiddels de ambitie laten varen dat hij Topdivisieschaatser kon worden, want die ambitie leek hem meer in de weg te zitten dan te helpen. Dit leek mij wel een goede insteek, maar ik wist dat Koen het alsnog wel in zich had. Koen was in de tussentijd ook beter gaan koersen, we wisselden elkaar (met ook Bart) netjes af in de kopgroepen en dat seizoen won hij dan ook een wedstrijd, in Haarlem, overigens weer 1 plekje voor Douwe, van wie we toen nog steeds niet wisten dat hij ooit onze ploeggenoot ging worden. Een wedstrijd winnen bij de beloften, daar ben ik nooit ook maar een beetje bij in de buurt gekomen, maar Koen kon het. Het duurde desondanks toch nog even voor het besef was ingedaald, maar Koen kwam uiteindelijk tot de conclusie



dat hij toch wel naar de Topdivisie wilde.

Die zomer had Koen pech, hij reed een koers op de fiets en kwam hard ten val, met een flinke hersenschudding tot gevolg. Dit gooide zijn fysieke voorbereiding flink in de war, dus dat vertekent zijn resultaten in de wedstrijden die winter natuurlijk wat, en hij wist desondanks een mooi aantal wedstrijden goed uit te rijden. Maar toch hoorde ik hem vaak klagen over dat hij 'zat te slapen in de koers' en geen focus had. Ik zag het met lede ogen aan, want in mijn hoofd bestaat het niet dat iemand die zo sterk is als Koen en beloftenwedstrijden kan winnen, genoodzaakt is om Topdivisiewedstrijden lijdzaam te ondergaan. Een treffend voorbeeld was de 1e natuurijswedstrijd in Burgum (waar ik al na 5 rondjes klaar was omdat ik mijn schaats bot had getrapt op de kant): Koen reed met zijn handen op zijn rug in de rondte en leek vanaf de kant niet bereikbaar voor aanwijzingen. Achteraf zei hij dat hij vooral bezig was

met overeind blijven en uitrijden, iets waarover ik nogal hard oordeelde dat dat niet de insteek moet zijn van je wedstrijd...

Maar goed, we gingen door, deze zomer bleef Koen wel staan en was hij een van de sterkhouders in de trainingen. Echt een betrouwbare kracht waarop je kunt bouwen. Iemand waar je hele team beter van wordt. In de wedstrijden is hij nu veel scherper, hij maakt goede acties, maakt het verschil en de koers hard door zich op het juiste moment op te offeren (zoals bijvoorbeeld in Utrecht en Thialf). In Tilburg voelde ik dus aankomen dat hij een keer in de kopgroep zou zitten die rond zou gaan, alleen was ik zo dom om dat uit te spreken. Koen begon furieus aan de wedstrijd, zette groepen op, maar werd na ongeveer 20 rondjes onderuit getrapt in het gewoel van het peloton... Flink balen natuurlijk, maar Koen wist er goed mee om te gaan.

Toen was het 3 dagem later tijd voor de 1e natuurijsmarathon. Groot aangekondigd



En blijven gaan

op de NOS, verreden op een smal baantje; iedereen wilde van voren zitten. Het was chaotisch en het viel nooit stil. Ik kon dus niet echt goed schuiven, en we vlogen rondes lang met 3 rijen dik over het baantje. Ik zag harde valpartijen en vond het heel moeilijk en stressvol. Koen daarentegen reed heel sterk. Ik kwam tot de conclusie dat ik niet zo hard had moeten oordelen een jaar eerder in Burgum, dat dat echt niet nice was. Achteraf baalde ik dat ik totaal niet mee had kunnen doen in de wedstrijd. We misten dan ook de kopgroep, en dat kwam deels omdat ik niets kon bijdragen.

De dag na Winterswijk hadden we weer koers op Noordlaren. Dit keer op een nog kleiner baantje (slechts 333 meter), met hele korte rechte stukken. Koen zei dat hij zich niet helemaal fit voelde, maar wel van start kon gaan. Ik heb letterlijk nog nooit 30 rondjes lang aan de binnenkant van een peloton geschaatst met 2 rijen daarbuiten en alleen maar verder door het peloton heen gezakt. Op een gegeven moment

kwam Koen om me heen en riep hij 'KOMOP JW!', wat mij heel erg inspireerde. Ik stapte ook een rij naar buiten en begon ook naar voren te schuiven, het risico voor lief nemend dat iemand uit de binnenste lijn op zijn bek zou gaan en mij mee zou nemen in zijn val. Ik begon het zelfs vet te vinden dat we zoiets bizars deden. Uiteindelijk was het nog steeds niet mijn wedstrijd, maar kon ik me in ieder geval 2x bemoeien met de wedstrijd. Uiteindelijk zat Roel mee in de beslissende kopgroep, hij werd knap 7e. Koen was uitgestapt, toch ziek. Ik vond het echt klasse dat hij er toch was en ervoor ging.

Wat ik dus zo bewonder aan Koen, is dat hij zich nooit uit het veld laat slaan, juist ondanks dat hij echt wel baalt als het weer eens tegenzit. Al jarenlang blijft hij gaan en hij wordt steeds beter. Schitterend om mee te mogen maken en van te leren. Ik ben benieuwd hoe ver hij wel niet kan komen. Ik heb wel een vermoeden, maar dit keer ga ik het niet zeggen ;).



En niet meer stoppen

ONTLUIKEN

In 2022 kwam ik voor het eerst echt in contact met POA. Het was mijn examenjaar en ik reed bij een langebaanselectie in Amsterdam, zoals ik al jaren deed. In het langebanen had ik nooit echt de ambitie om op het hoogste niveau mee te doen. Die 500 meter was te kort voor mij om goed uit de verf te komen en bovendien had ik het naast het schaatsen ook druk. School nam ik best serieus en ik was veel tijd kwijt aan mijn pianocarrière en wat al dan niet. Ik had er wel veel plezier in en reed naast het langebanen graag af en toe een marathon.

In al die jaren op de Jaap Eden ijsbaan had ik de PoA-rijders vaak genoeg zien rond schaatsen. Ik was altijd wel onder de indruk. Waar onze training vaak bestond uit steigerings van 300 meter, leken die marathonrijders alsmar door te blijven rijden. Bij het kampioenschap van Amsterdam waren er ook weleens PoA-rijders en dan probeerde ik ze de eerste rondjes bij te houden totdat ik toch een rustiger groepje moest

kiezen. Ik wist nog weinig over de ploeg, maar mijn interesse was al gewekt. In mijn examenjaar besepte ik me dat ik nog maar een jaar als junior mee zou kunnen doen voordat ik me met de senioren moest gaan meten in het langebanen. Dat zag ik niet zo snel gebeuren, maar ik deed dat jaar ook mee met het 6-banen toernooi. Daar kreeg ik een inkijkje in de marathonwereld en dat smaakte naar meer. Ik wilde graag de stap maken naar de beloften, maar misschien ook kijken hoe ver ik het kon schoppen op de lange afstanden in mijn laatste jaar als junior. Ik besloot een tussenjaar te nemen. Ik zou Casper Helling, de grote baas van het PoA-gezelschap, spreken over de telefoon. Het viel me op hoe open en meedenkend hij was. In de jeugdselectie waar ik in had gezeten moesten de jonge rijders regelmatig in het gareel worden gehouden door de trainers en waren er altijd strakke instructies. Casper vertelde me over de ploeg. Een ploeg voor studenten door studenten. Casper geeft weliswaar de trainingen en maakt de schema's maar de ploeg draait op een organisatie van studenten, vaak van SKITS. Ik zou pas een jaar later gaan studeren, dus ik was relatief jong voor deze studentenploeg en ik moest bovendien nog een flink niveauverschil overbruggen.



We kwamen erop uit dat ik nog een seizoen bij m'n langebaanselectie zou blijven rijden, maar wel af en toe mee zou komen trainen en een aantal wedstrijden in de tweede B-ploeg mee kon rijden. Zonder school had ik de tijd om eens een baantje te nemen, wat muziek te maken en natuurlijk om hard te trainen. Het B-peloton was genieten en in tegenstelling tot het langebanen is het een echte teamsport waar een hoop tactiek bij komt kijken, dus ik probeerde zoveel mogelijk te leren van de eerste beloftenploeg, die me onder hun hoede hadden genomen. Op de trainingen die ik af en toe mee deed merkte ik hoe leuk het was om mee te rijden in die treintjes die ik altijd op de Jaap Eden baan rond zag vliegen. In zo'n groep reed ik rondjes die ik zelf nooit had kunnen rijden, ook niet met de selecties waar ik in had gezeten. Uiteindelijk wist ik dat jaar

het NK marathon junioren A te winnen en tweede te worden op de 5 km. Dat was een mooiere afsluiting van mijn juniorentijd dan ik me had kunnen voorstellen. Bart Vreugdenhil ging van de beloften naar de topdivisie, waardoor er plek kwam in het eerste beloftenteam en na twee maanden reizen (het was toch een tussenjaar) begon ik mijn eerste zomer bij PoA. De eerste training die ik mee deed was op de fiets en ik werd meteen gelost. Ik was pas een paar jaar geleden begonnen met af en toe fietsen in de zomer dus dit was een flinke vuurdoop. Van vermoeidheid en onoplettendheid viel ik ook nog eens van mijn fiets aan het einde van de training. Het vorige seizoen was gelukkig motiverend, want hier kon ik duidelijk niet een beetje passief meedoen, maar mocht ik meteen aan de bak. 'Ermeë bezig zijn' was het motto dat ik van Roel



Sprinttrein met Jesse

Boek hoorde. Ik wilde een plan maken om mijn belastbaarheid op te bouwen, dus ik vroeg Casper om advies en kwam er snel achter dat Casper niet de enige was die zich bezighield met de trainingsleer. Ik kreeg input van de bewegingswetenschappers en ervaren rijders in de ploeg en wist vrij snel aan te haken. Over het trainingsschema wordt ook veel overlegd tussen trainers en de rijders. Iedereen geeft zijn mening en daar wordt ook naar geluisterd. Niet alleen in de wedstrijden maar ook in de zomer doen we het samen. We vragen naar elkaars vooruitgang, denken met elkaar mee en rekenen op elkaar voor de trainingen. Ik merkte dat je in deze ploeg niet zozeer verantwoording hoeft af te leggen aan de trainer maar vooral ook aan je ploeggenoten. De meeste van onze rijders studeren of hebben al een baan. Iedereen zet zijn vakantiedagen in of neemt studieboeken mee om door het jaar heen naar kampen en wedstrijden op natuurijs te gaan.

Daar is de prioriteit het sporten, maar daaromheen is het net een vakantie met vrienden. Want we zijn geen collega's. Daar zijn we niet professioneel genoeg voor, om eerlijk te zijn. We kunnen er immers niet van leven en zijn eerder een groep liefhebbers en vrienden. Jan-Willem Broos zegt weleens 'schaatsen is slechts de belangrijkste bijzaak'. Begrijp me niet verkeerd. We nemen het erg serieus om te proberen zo goed mogelijke marathonschaatsers te worden. Van Christoffel Hendriks, die veel werkuren en trainingsuren wist te maken, leerde ik dat er eigenlijk heel veel uren in een dag zitten. Het een hoeft het ander niet uit te sluiten. Met die inzet en dat plezier in het schaatsen rijden we als studentenploeg op het hoogste niveau mee in de Topdivisie. De betrokkenheid en het enthousiasme in de ploeg is aanstekelijk en ik was al snel serieuzer met mijn sport bezig dan ooit. In de Topdivisie is PoA de underdog, doordat rijders die heel goed worden in



De 200 uitrijden

onze ploeg vaak naar andere ploegen doorstromen en er steeds nieuwe rijders vanuit de B's bij het team komen rijden. We zijn een opleidingsploeg, waar rijders de ruimte krijgen om te leren, om zich te ontwikkelen en om stapje voor stapje betere wedstrijden te gaan rijden. Die ruimte was voor mij erg fijn. Ik kon me optrekken aan het team zonder me te hoeven bewijzen. Toen ik nog moeite had met het fietsen kon ik dat op mijn eigen tempo opbouwen en werd ik aangemoedigd om mijn grenzen te verleggen in de trainingen. Ik studeer nu wiskunde, ik begin dit jaar filosofie daar bij te doen en ik heb ook graag tijd om muziek te maken. Het helpt enorm dat er begrip is voor de ruimte die ik daarvoor laat. Iedereen is namelijk meerdere balletjes in de lucht aan het houden. Zo hebben we met Morris Witkamp een internationale top frisbeeër in ons midden en met Bart Vreugdenhil een echte carrièremaker.

Vorig seizoen was dan eindelijk mijn eerste echte winter bij de ploeg en daar heb ik veel van genoten. Van Jesse Vollaard's winst op het NK neo-senioren tot de Alternatieve Elfstedentocht op de Weissensee, en van onze podiumplaats op het NK ploegenachtervolging met Bart Vreugdenhil, Roel Boek en ik tot de redelijk bizarre training van 3 uur lang buffelen op ijsbaan Haarlem. Ook dit seizoen heb ik weer wat stapjes gezet, zoals mijn eerste wedstrijden bij de A-rijders uitrijden en meedoen met een aantal Holland cups. Al was het een geslaagd seizoen, bleef ik toch achter met het idee dat er meer in zat, wat me dit jaar weer veel motivatie geeft. Ik ben blij dat ik het geluk heb om me bij een ploeg als de onze door te kunnen blijven ontwikkelen. Hier heb ik de plek gevonden waar ik het meest uit mezelf kan halen met het meeste plezier.

15 JAAR OP GLAD IJS

Ongeveer 15 jaar geleden ging de telefoon en ik kreeg een headhunter aan de telefoon en die vroeg mij of ik voorzitter wilde worden van Oram. Nou, het zei me niks, dus ik zei: 'Is dat een failliet Zwitsers horlogemerkt?'

'Nee, dat is een ondernemersorganisatie', was zijn antwoord. Het bleek een ondernemersorganisatie te zijn die zich bezighield met een netwerk, maar vooral ook met belangenbehartiging; lobbyen. En toen ik me daar eenmaal in had verdiept, ging er een wereld voor me open. Zowel maatschappelijk, economisch, maar ook cultureel en sportief. Je kijkt achter de schermen van Amsterdam, daar zie je wie er een bijdrage aan leveren, wie er actief in zijn. Niet eens zo geweldig veel... Dus ik begon als voorzitter van Oram en dat ben ik nog steeds. En na een aantal jaren werd ik ook voorzitter van de Jaap-Edenbaan, de oudste nog altijd bestaande openlucht schaatsbaan ter wereld. En dat bleek naderhand natuurlijk een hele goede link met het team van Port of Amsterdam. Vlak na dat moment van 15 jaar terug, kwam ik Kees Jan tegen in het



bestuur. En die zei: 'Is dat niet iets voor jou, wat leuk, kan je ons helpen om die brug te slaan naar contribuanten, firma's en het verder professionaliseren van het team!'. En dan ben je plots inderdaad een soort brug tussen het team en de haven en de haven schaatsploeg: de schaatsploeg Port of Amsterdam. Toen heb ik meegemaakt dat het daar in de loop van de jaren elke keer professioneler werd. Dus op een zeker moment werd het materiaal beter, de ploeg werd steeds beter, er werden coaches ingehuurd, er werden trainingsweken naar Inzell georganiseerd, er werden busjes gehuurd om naar de Weissensee te gaan en ga zo maar door. Dus elke keer kwamen er stappen bij en dat zagen we natuurlijk ook in de resultaten. Dat was natuurlijk prachtig, en dat moesten we verkopen. Kees-Jan met Hendrix, CJH, en Port of Amsterdam, aan de hand van eerst Meijer en daarna Koen Overtoom. Die waren zeer enthousiast en die zagen ook wel een mooie rol om daar een bijdrage aan leveren. Maar wat we belangrijk vonden, is ook draagvlak in de haven. Toen hebben wij gezorgd dat clubs als TMA, Peijneman, ABN en nog een hoop bedrijven bij gingen dragen. Dat heeft toen geholpen dat er waarschijnlijk niet hetzelfde bedrag binnenkwam als bij andere teams, maar in ieder geval zo'n 80, 90 duizend per jaar. Daar kon je in ieder geval een hele hoop van doen op het gebied van techniek. Goed materiaal, kleren, maar ook goede schaatsen, goede

trainingsweken, en ga zo maar door. De sfeer was altijd goed. Ik trad natuurlijk een paar keer per jaar op met een praatje, maar dat hoeft steeds minder. Men werd professioneler en kon veel zelf. Ik bleef natuurlijk wel ondersteunen in het slaan van die brug, ik heb er altijd van genoten en het leuk gevonden bijdragen te leveren. Ik ben zelf een zwakbegaafde sporter die door energie en wilskracht zijn gebrek aan talent altijd heeft moeten compenseren en dat zag ik bij de heren en dames ook. Het waren eerst alleen herenteams, daarna kwamen ook damesteams. Er was een goede mentaliteit. Er werd geknokt om beter te worden op alle fronten en om daar deel van uit te maken, dat heb ik leuk gevonden en dat vind ik eigenlijk nog. De haven is nu ietsje verder teruggetreden. Die is nog wel contribuant, maar voor een minder bedrag. Kees-Jan Hendriks doet nog mee. Dus wat we nu gaan doen

is een breder draagvlak zoeken in de haven, dat we onder de paraplu van het havenbedrijf, dus niet het facilitair bedrijf, de havenbedrijven, zover krijgen om de zaak te ondersteunen. En dat is eigenlijk wat we doen. Maar het belangrijkste is dat de sfeer altijd goed is geweest. Het gaat hier niet om geld, het gaat om de vechtlust! Het gaat om het plezier in de sport en daarin resultaten bereiken. Of het nou Johan Hendriks was of Christoffel, maar ook degenen die coördineerden, zoals Guus Heijnen, Lars en nu dus ook Pijke. Ga zo door zou ik zeggen! We blijven altijd streven naar verbetering, dan kunnen de successen ook niet uitblijven. Ik zal jullie nog wel een aantal jaren blijven ondersteunen en verzorgen van de eenheid binnen de havengemeenschap als kern om door te blijven gaan. Ik wens jullie alle goeds en heb een heel mooi lustrum!



VERRASSEND

Mijn eerste herinnering aan de ploeg van Port of Amsterdam/SKITS is het NK Natuurijs op het Veluwemeer in 2013. Buiten het feit dat dit als laatste NK Natuurijs natuurlijk veel te lang geleden is, was het ook mijn eerste kennismaking met dit soort koersen. Evert Hoolwerf, waarmee ik toen nog samen bij de B's reed, waarschuwde me vooraf: "Let op die SKITSers." Ik had geen flauw idee.

Op het buitenijs speelde de wind een rol, waardoor je op de smalle ijzers ineens ook "op de kant" gezet kon worden. Iets dat ik alleen kende uit wielervoers. Al snel begreep ik wat Evert bedoelde. Wind op de kant, iedereen achter elkaar, en dan was er één ding verboden: met je rechterschaats de sneeuwrand raken. In korte tijd overkwam dat meerdere rijders van SKITS, die daarmee stuk voor stuk in pirouette raakten en vervolgens hard onderuit gingen in die sneeuwrand. Hoe Evert dit vooraf voorzien had, weet ik nog altijd niet. Toen ik dit tafereel gade geslagen had, besloot ik om dan zelf maar half in

de wind te gaan rijden, ik wilde het risico niet meer lopen om in de sneeuwrand te eindigen.

Beuken

De jaarlijkse wedstrijd op de Jaap Edenbaan is een begrip. Hier spelen de elementen nog ouderwets een rol. Bij het zien van de lampjes aan de binnenkant van de baan wordt iedere marathonschaatser weer een beetje nostalgisch. De "mannen van de lange adem" zoals ze door Herbert vaak getypeerd worden als noeste schaatser, zijn tegenwoordig maar wat blij als ze op maandag weer op het glij-ijis van Thialf

mogen trainen. Naast die folklore van de Jaap Eden dacht ik vaak tijdens het inrijden: goh, is dit ook leuk als je hier week in week uit traint?

Voor de dames en heren van SKITS business as usual, dus blijven ze in hun thuisvoers beuken en aanvallen, met al die hardheid en ausdauer die zij aan de dag kunnen leggen omdat zij dit ijs daadwerkelijk gewend zijn. De rijders van SKITS wilden zich natuurlijk tonen op hun thuisbaan en werden extra in het zonnetje gezet door de speaker bij iedere (kansloze?) aanval.

Zo ook Christoffel Hendriks, die van bovenstaande kwaliteiten zijn signatuur heeft gemaakt. Tussen al het gecontroleer van de drie grote blokken door, was hij vaak de man die onvermoeibaar en heroïsch doorbeukte, op zowel kunst- als natuurijs. Wat had ik graag in de afgelopen 10 jaar een fatsoenlijke natuurijswinter in Nederland gezien, dan was hij vast één van de mannen die een koers had kunnen winnen in een zware koersweek. Daarover gesproken, dat is ze op het hoogste niveau nog altijd niet gelukt. Niels Overvoorde, Victor Ramler, Jeroen Janissen en Roel Boek, stuk voor stuk kleppers in het huidige peloton die hun opleiding genoten onder de vlag van Port of Amsterdam/SKITS, maar de ploeg verlieten als het tijd werd om te oogsten.

Werelduurrecord

Dat ze in de ploeg over het algemeen hoogopgeleid zijn, is terug te zien in de aanpak van Casper Helling. Met zijn intelligente schema's en vernieuwende ideeën maakt hij de rijders en rijdsters beter, en zijn ze voor een deel van de trainingen



Het record op kunstijs is nog steeds van Erik Jan

verhuisd naar snel ijs in Leeuwarden. Iets dat de ploeg in de breedte een stuk sterker heeft gemaakt.

13 december 2022, een dag waarop intelligent en heroïsch samenkomen. Die dag typeert voor mij de ploeg van Port of Amsterdam/SKITS. Toen ik de aankondiging las, dacht ik: goh, wat slim van ze om dit zo te doen. Het werelduurrecord is natuurlijk sowieso heroïsch, (ik ga er vanuit dat Casper en Bart dat hartgrondig met me eens zijn ;-)) maar om dit uurrecord te combineren met landelijke schaatskoorts was een prachtig vooropgezet plan. Bart en de ploeg haalden er het nieuws mee, en Winterswijk stond ineens prominent op de natuurijsskaart van Nederland. Ik ben heel benieuwd waar de ploeg de komende jaren het marathonschaatsen mee gaat verrassen!



Erik-Jan heeft Christoffel in het vizier in de AEW die hij zou winnen

DE OORSPRONKELIJKE IDEE

Gedurende de afgelopen 20 jaar heeft de ploeg heel veel bereikt. Een heleboel mensen maken onderdeel uit van dit succes.

De oorspronkelijke idee was om de wonderlijke schaatsbeweging te gebruiken om vooruit te komen.

Opzij afzetten en dan snelheid maken.

Simpel, kleine sport dat marathonschaatsen. Iemand twitterde tijdens corona: als je even traint rijd je al voorin mee. Kletsboek maar het werd wel gezegd.

Als toeschouwers en sponsors hebben wij een ongelooflijk aantal rijders, begeleiders en supporters leren kennen. Er werden prestaties geleverd waar wij niet aan

kunnen tippen.

Meer dan 100 rondjes rijden 30 laag of zo, met een duizelingwekkende snelheid, blijft maar voor weinigen weggelegd. Iedereen die deelneemt aan dergelijke wedstrijden in het A of B peloton levert een ongelooflijke prestatie. Ooit was ik trots op een elfstedentocht die ik in 13 uur uitreed, op de Weissensee rijden ze 200 kilometer binnen 6 uur,

De plakkerige flesjes met een banaantje eraan getaped worden perfect op tijd en met zorg aangereikt en de coach en de begeleiding zorgen er voor dat het

beste in de rijders naar boven komt. Er wordt ook lol gemaakt, er wordt keihard getraind. En de "studentjes" van de leukste ploeg van het peloton presteren ook nog op allerlei andere fronten. Ik noem geen voorbeelden want daarmee doe ik beslist anderen te kort.

Daarom is de ploeg met alles erop en eraan buitengewoon waardevol.

Podiumplaatsen, zou leuk zijn, maar daar gaat het natuurlijk niet alleen om, denk daar maar eens over na.

Opleiden, leren, dingen meemaken daar gaat het om bij de ploeg en als je goed bedenkt welke verhalen er allemaal te vertellen zijn over het wel en wee van de

ploeg, dan is onze conclusie dat de ploeg geslaagd is in het streven om met een perfecte afzet vooruit te komen.

Het was voor ons een voorrecht om van nabij mee te maken wat er allemaal gebeurd is met de ploeg. Wij hebben ons al die jaren uitstekend vermaakt en willen iedereen die al die tijd betrokken is geweest daar voor bedanken.

Wie zei er ook alweer "alles van waarde is weerloos"? Dat geldt eigenlijk ook voor de ploeg, ik roep iedereen op om de ploeg te blijven ondersteunen en bij te dragen aan de mooie parel die de ploeg is.

Evelien en Kees Jan



VRIEND WORDEN?

Kun je geen genoeg krijgen van dit soort verhalen? Dit soort verhalen produceren we aan de lopende band gedurende een seizoen. Wil je daarvan op de hoogte blijven? Word dan nu vriend van de ploeg! Voor 100 euro ontvangt u de nieuwsbrief, ontvangt u een uitnodiging voor de 1e wedstrijd in Amsterdam en de ploegenpresentatie! Meer informatie is te vinden op : <https://www.skitstalentteam.nl/vriend-woorden> en vriend worden kan via Vrienden@skitstalentteam.nl

Vanuit kansloze positie reed Niels Immerzeel terug naar een 9e plek.



Er zijn nog zo veel verhalen te vertellen...

TEAM PORT OF AMSTERDAM DECEMBER NIEUWSBRIEF

AANKOMENDE KOERSEN:
1 JAN - NK LEEUWARDEN
6 JAN - TILBURG
13 JAN - THIAF
20 JAN - EINDHOVEN

THUISKOERS

- ROEL



18

Normaliter zijn de meeste rijders van onze ploeg op zondag uren aan het maken op de racefiets, maar deze week was het tijd voor een dubbel schaatsweekend! Zaterdag koers in Breda, zondag in Amsterdam. Een extra wedstrijd op onze thuisbaan is natuurlijk altijd leuk, maar vanwege het dubbelweekend, had ik er extra veel zin in omdat ik merk dat ik vaak heel goed herstel van een wedstrijd. Je hoort dan toch dat het bij de rest meer in de benen gaat zitten dan bij jezelf.

Of dit ook echt het geval was, weet ik niet, maar ik had zelf in ieder geval wonderbenen! Ik ben iets eerder dan normaal begonnen met aanvallen en ben vervolgens de hele koers van voren te vinden geweest, en kon keer op keer weer mee met de aanvallen. Voor mijn gevoel zat ik er bij elke groep bij, behalve natuurlijk de laatste beslissende groep, zul je altijd zien...

Meestal zou ik daar echt van balen, maar afgelopen zondag was dat anders. Ik heb niet gekoerst met mijn hoofd maar met mijn hart, en heb echt enorm genoten van het koersen met ondergaande zon en het vele publiek langs de kant dat ons kwam aanmoedigen. Soms stem ik mijn koers vooral af op de grote mannen, omdat je weet dat als zij zich echt kwaad maken het lang hard kan gaan en dan wil je nog energie over hebben. Afgelopen zondag is dat niet eens in mijn hoofd opgekomen, en was het van begin tot einde ouderwets buitenspielen.



zelf in de aanval. En dat werkte wel! Uiteindelijk reden we nog maar met z'n tweeën het laatste rechte stuk op en kon ik nog net m'n schaats als eerste over de lijn krijgen. Daarna hebben we samen de eerste PoA overwinning van het seizoen kunnen vieren.



GELUK

- JAN-WILLEM



16

In Deventer was ik niet helemaal fit, maar ik had er wel zin in. Gekscherend zei ik in de voorbespreking dat ik me goed genoeg voelde voor precies 1x aanval, maar dat dat niet erg zou zijn, want dat moest dan maar de goede zijn. Normaal gesproken strik ik altijd 3x mijn veters, maar nu zaten ze na 2x al precies goed. Heb je wel eens zo'n dag dat gehard waarop alles precies jouw kant op valt en dat je dat doorbegint te krijgen? Ik kreeg het vermoeden dat dit wel eens zo'n dag kon zijn... Nu probeer ik geluk af te dwingen door alle wedstrijden terug te kijken en te analyseren, maar dan moet je het alsnog wel hebben. En wat denk je? Na 40 rondjes stopte ik af voor Roel, maar blijkbaar ging dat een jongen van OKAY te hard, en kwam ik zelf ook los van het peloton (<https://youtu.be/fdeagBwmsc-7t-680s>). Ik kreeg dat pas 250 m later in de gaten, maar toen moest ik mezelf hard uit de voeten maken om nog mee te zitten met de kopgroep, want het peloton ging vol in de ankers. Gelukkig kon ik net aan aanhaken bij een groepje met Ploeff daer nog bij.

Zaten we mooi met 3 op 21 en uiteindelijk 17 in de finale! En die finale begon met 70 rondjes te gaan, want het 'peloton' moest uit koers. Kon ik mooi revanche nemen voor Groningen, toen ik ook rond zat, maar moest lossen voor de finale. Met wat (schijn)aanvallen en afstoppend werk, lukte het 2x om Roel vooruit te krijgen. Hier mochten de andere ploegen hun krachten op stuk rijden. Ik denk dat dit dus bijdroeg aan Roel zijn 6e plek in de eindsprint. Het mooiste was natuurlijk de zege in de ploeguitslag van die dag!



WINNEN

- ELINE



54

In Breda heb ik zomaar gewonnen!!!! Niet te geloven! Na een geweldige wedstrijd in Deventer waar ik 3e werd, kon het eigenlijk al niet meer op. Het was zo leuk om samen met de ploeg en m'n familie die podiumplek te vieren, dat we toen tegen elkaar zeiden: "Echt leuk om in Deventer op het podium te staan, beter dan in Breda ofzo". Maar toen wisten we nog niet dat ik een week later op het hoogste treetje zou staan... Haha. Het was heel erg mistig op de baan en op het middenterrein stonden allemaal stellages, waardoor het lastig was om iets van de overkant te zien, de ideale omstandigheden voor een kongroep. We reden vanaf het begin alert en wisselden elkaar goed af door te zorgen dat er steeds iemand mee zat met een aanval. Uiteindelijk zat ik in de beslissende aanval en pakte ik door heel goed afstopwerk van de ploeg met 3 anderen een rondje op het peloton. Ik voelde me zo sterk dat ik eraan dacht om daarna nog een aanval te plaatsen, maar de andere meiden riepen me bij de orde en zeiden: "niet teveel op kop!!!!". Daar hadden ze helemaal gelijk in want ik kon veel beter m'n energie sparen voor de finale. In Haarlem had ik geleerd dat afwachten daarin geen zin had, dus ging ik nu

