

## Wanneer op klapschaatsen?

De klapschaats is een revolutionaire innovatie in het langebaanschaatsen. Daar is iedereen het over eens. Maar waarom? Wat is nou precies het voordeel en hoe werkt het nou precies? Het antwoord daarop is, ook voor de wetenschap, ruim 10 jaar na introductie nog steeds niet helemaal duidelijk. En het kan best nog wel even duren voor we weten hoe het echt zit.

Een vraag die voor ons (schaatsers, ouders en trainers) veel belangrijker is: Op welk moment moet een jonge schaatser overstappen op klapschaatsen?

Helaas hebben we daar, ook als trainers, nog geen eenduidig antwoord op! De ene trainer is immers wat behoudender, de ander wat gedurfter. Maar we hebben allemaal de wijsheid niet in pacht. Wel kunnen en willen we wat houvast geven om deze vraag te beantwoorden.

Cruciaal (en daar zijn alle trainers en mechanica-experts het over eens) is een goede zijwaartse afzet. Met een vaste schaats kan je, ook als je te veel naar achteren afzet, nog een redelijke snelheid ontwikkelen. Dat doe je dan door met de punt af te zetten. Zeker niet ideaal, iets dat je weer moet afleren om echt hogere snelheden te kunnen ontwikkelen, maar je komt er wel mee vooruit.

Zet je bij een klapschaats naar achteren af, dan opent het klapmechanisme zich en krijgt daardoor de punt van de schaats geen grip op het ijs. Een groot deel van de energie gaat dus achterwaarts verloren in het luchtledige. Maar belangrijker: in de praktijk blijkt het erg lastig om een schaatser die naar achteren afzet, op klapschaatsen een zijwaartse afzet aan te leren.

Misschien dat over 10 jaar, na de onvermijdelijke introductie van de Easyglider met klapmechanisme, kinderen vanaf de eerste bewegingen op het ijs aanleren om zijwaarts af te zetten omdat ze anders niet van hun plek komen. Maar voorlopig hebben we te maken met een generatie die begint op vaste schaatsen en dus onvermijdelijk het puntje van de schaats misbruikt heeft of nog ge(mis)bruikt.

Te vroeg overstappen kan voor hen een teleurstelling betekenen en is voor de ouders zonde van de investering.

Aarzel daarom niet en vraag ons gewoon of uw kind er al aan toe is.

Wij zien ze wekelijks schaatsen en hebben dus een redelijk beeld of ze structureel een goede zijwaartse afzet hebben. Overigens zullen wij niet snel ongevraagd richting schaatser de aanbeveling doen om over te stappen op klapschaatsen. We zijn ons namelijk maar al te goed bewust dat wanneer we dat zouden doen er voor u bijna geen weg terug meer is en we u opzadelen met een flinke uitgave. Mochten wij van mening zijn dat uw kind al lang toe is aan de overstap, dan zullen we dat eerst aan u kenbaar maken. Maar ook hierin zullen we redelijk terughoudend zijn.

Hopelijk dat het bovenstaande een beetje houvast geeft op het gladde ijs.

Met vriendelijke groet,

De trainers