

Ik ben Nikita Rugenbrink, studente Media en Redactie aan het ROC van Amsterdam-Noord. Ik ben door de organisatoren van de Hogerop WomenCup gevraagd om de winnares van de minicup 2019/2020, Michelle van den Hoek, te interviewen over schaatsen en het schaatsevenement. In dit artikel komt u meer over haar te weten en wat zij nou van schaatsen vindt.

Wie ben je?

"Ik ben Michelle van den Hoek, 19 jaar en ik studeer bedrijfskunde aan de VU. Ik heb van mijn zestiende tot mijn achttiende geschaatst. Ik heb de laatste (mini) WomenCup gewonnen, een mooie afsluiter van het schaatsseizoen 19/20".

Waar woon je?

"Ik woon in Rijnsburg, vlakbij Leiden".

Waar schaatste je?

"Ik schaatste eerst in Haarlem met mijn club NIJC (Noordwijkse schaatsvereniging), totdat ik werd gevraagd voor de wedstrijdgroep, de C-selectie van Haarlem. Ik heb me daarbij aangesloten en de rest van mijn schaatscarrière eigenlijk bij de baanselectie van Haarlem geschaatst".

Hoe vaak schaatste je?

"Meestal schaatsten we drie keer in de week en daarnaast reed ik wedstrijden. Voor de rest deden we in het winterseizoen krachttrainingen en fietsten we".

Waarom schaatste je?

"Ik vond het eigenlijk vanaf het begin al erg leuk en het ging ook heel goed. Daarom vond ik het ook heel leuk; ik werd ieder jaar beter. Die ontwikkeling doormaken gaf me veel motivatie. Ik mocht ook aan mooie toernooien meedoen en dat gaf wel een kick. En het was natuurlijk leuk om je techniek te verbeteren en lekker over het ijs te glijden".

Wat vond je het leukste aan schaatsen?

"Ik vond het leuk dat, ondanks schaatsen eigenlijk een individuele sport is, het altijd erg leuk en gezellig was en dat je elkaar op zat te peppen en het beste uit elkaar haalde".

Deed je ook nog aan een andere sport naast het schaatsen?

"Eigenlijk was het schaatsen heel druk. Maar als je kijkt naar alles om het schaatsen heen dan moet je denken aan hardlopen, fietsen, krachttraining, skeeleren en shorttracken. Het zijn eigenlijk veel verschillende sporten in één. Zelf ben ik doorgegaan met krachttraining".

Wat was de reden dat je meedeed aan de WomenCup?

"Eigenlijk was het een soort van grapje. Mijn trainer destijds is ook trainer bij Hogerop en die stelde voor dat wij ook meededen aan de WomenCup. Ik wilde eigenlijk gaan met een hele groep meiden uit mijn team, omdat wij de mensen daar natuurlijk niet echt kenden. Uiteindelijk ben ik samen met één meisje uit mijn team gegaan en daarmee heb ik toen samen gereden. Achteraf vond ik het wel veel leuker dan ik had verwacht en ik had dit jaar ook weer mee willen doen, ondanks dat ik gestopt ben".

Wat vind je van het evenement?

"Ik vond het best wel gezellig en het is vooral opgezet voor de gezelligheid en plezier, denk ik. Het is een leuke wedstrijd, maar ze weten denk ik ook wel dat het niet het NK is bijvoorbeeld, dus daarom is er ook een veel luchttere sfeer. Het was ook wel grappig om alleen tegen meisjes te rijden en mensen te zien die je eigenlijk niet zo goed kent".

Hoe bereidde je je voor op een wedstrijd?

“De week ervoor moesten wij altijd van onze trainer hard door blijven trainen ook al hadden we een wedstrijd. De ochtend ervoor ga je nog een beetje hardlopen en rekken en strekken, een beetje wedstrijdvoorbereiding op het droge. Dit herhaal je dan voor de wedstrijd, alleen zet je wat meer spanning op je benen en dan ga je de wedstrijd rijden”.

Hoe zwaar vond je de afstanden? (500-1000m red.)

“De bedoeling is als je rijdt, dat je helemaal kapotgaat en als je dat niet doet dan heb je iets fout gedaan tijdens je wedstrijd”.

Wat vond je goed/leuk aan de laatste editie?

“Ik vond het wel grappig dat ze tussendoor een quiz hadden en de prijsuitreiking was erg gezellig. Het was gewoon een luchtige wedstrijd zonder dat er te veel spanning op lag”.

Wat zou er beter kunnen?

“Ondanks dat het luchtig was, wil je natuurlijk wel op tijd op het ijs staan en dat lukte door de quiz niet heel goed. Wij moesten na die quiz vrij snel op het ijs staan en ik denk dat ze dat niet goed ingecalculeerd hadden, dus dat was wel een dingetje, maar voor de rest vond ik het heel leuk”

Zou je volgend jaar weer mee willen doen?

“Ja. Vooral omdat je dan weer allemaal mensen ziet. Ik ben gestopt met schaatsen dus dan vind ik het wel leuk en grappig om aan zo een wedstrijd mee te doe, zeker omdat ik het eigenlijk niet meer doe”.

Heb je zelf nog een idee voor de WomenCup 2022?

“Ik denk eigenlijk dat het concept al best volledig is, het is een schaatswedstrijd voor vrouwen. Heb ik daar nog ideeën voor? Misschien dat je in het begin met z'n allen in de kantine verzamelt en een leuke intro krijgt, want wij wisten niet zo goed wat we moesten verwachten”.

Door: Nikita Rugenbrink

Studente Media & Redactie aan het ROC van Amsterdam