Amsterdamse Schaats- en Skeelervereniging 10/2026

HOGEROP

Voor de zomer schreef onze voorzitter dat wij bij Hogerop 's zomers niet in winterslaap gaan. De mooie verslagen in dit clubblad bewijzen dat. Van skeeleren tot fietsen in Limburg: de afgelopen maanden hebben we bepaald niet stilgezeten. Nog voordat de Jaap Edenbaan openging, trapten we het seizoen af op het ijs in Heerenveen. Inmiddels werken we in weer en wind op het vertrouwde Amsterdamse schuurpapier aan onze techniek.
Check de aangescherpte veiligheidsregels, zodat we veilig de winter doorkomen.
Geniet van de verhalen.

Van de voorzitter ❄ Angst voor asfalt ❄ Hoogtemeters, vlaai en gezelligheid ❄ Wandering in the forest of ignorance ❄ Veilig schaatsen ❄ Spandoek voor Cees ❄ Blij dat ik glij ❄ Onze wedstrijdkalender



Hogerop fietsweekend in Limburg. Foto Karine Ondewater

Wist je dat?

In ons blad verwijzen we soms naar een website of vermelden we een e-mailadres. Daar maken we hyperlinks van. Dat is een klikbare tekst waarmee je direct naar een andere locatie, pagina of bron springt. Super handig dus.

Gastschrijver

Dankzij meerdere gastschrijvers zijn deze en eerdere edities extra goed gevuld. En weet je wat het leuke is? Die gastschrijvers zijn gewoon clubleden, net als jij en ik.

Denk je nu: dat lijkt me wel wat, maar waarover zou ik schrijven? Laat je daardoor niet tegenhouden en mail clubblad.hogerop@gmail.com. Dan vinden we samen een manier.



Foto Roos Lantink

Colofon

(Eind-)redactie Ruth Pannekoek
Vormgeving Ad van Helmond
Teksten Paul Brouwer, Ingeborg Lang, Klaas Luijten, Klaas Pieter van der Meer, Karine Onderwater, Ruth Pannekoek

We hebben dit blad met plezier en zorg samengesteld. Staat er per ongeluk toch een fout in? Laat het ons weten – we blijven tenslotte sporters, geen professionele reporters. Meld het ons via clubblad.hogerop@gmail.com

Heb je zelf een leuk verhaal of idee? Meld je het ons via clubblad.hogerop@gmail.com of schrijf de volgende keer zelf mee!

© oktober 2026

VAN DE VOORZITTER



Lieve Hogerop-ers,

We staan weer op het ijs! Iedereen heeft inmiddels z'n eigen groepje en trainer gevonden en volgens mij is bijna iedereen ook tevreden. Okay, hier en daar hoor ik nog wat gesputter over de ijskwaliteit en de bediening in de Jaap, maar laten we het erop houden dat dat opstartprobleempjes zijn. Zelf behoorde ik ook tot de klagers over het ijs, maar dat kan ook komen dat we kort geledentijdens ons zeer geslaagde openingsevent nog op het fijne ijs van Thialf reden. En niet alleen het ijs was fijn, hetzelfde gold voor de training die we kregen van Petra Grimbergen en Beorn Nijenhuis. Voor de enkeling die hen niet kent: Petra is viervoudig winnares van de Alternatieve Elfstedentocht, deed als wielrenster mee aan de Olympische spelen en was Hogeropster van het eerste uur. Beorn Nijenhuis reed 1:07.07 op de 1.000 meter en deed na zijn schaatscarrière als neurowetenschapper onderzoek naar de zwabbervoet. Niet de minsten dus.
Na de training hield Beorn nog een lezing over… ja, waarover eigenlijk? Onder andere over hoe je ondanks onze gevorderde leeftijd en onze middelmatige schaatstechniek toch nog beter kunt leren schaatsen. Een aantal tips kwamen voorbij: 'Neem niet te veel klakkeloos aan wat je trainer zegt.' 'Doe vooral dingen die je nog nooit gedaan hebt.' 'Blijf vragen stellen.'
Een paar weken na de seizoensopening had het bestuur een door Frank Onink georganiseerde kick-off meeting met onze trainers. Zowel het bestuur als onze trainersploeg was bijna voltallig aanwezig. Ook dat was een hele leuke bijeenkomst. De nieuwe trainers Aimee Stroink en Paulien Verhaar hoorden onder meer van hun collega's hoe het is om Hogerop-ers te trainen. We kwamen er niet zo slecht vanaf. Volgens de trainers zijn wij leergierig en proberen wij doorgaans goed uit te voeren wat de trainers ons opdragen. Maar dat is dus eigenlijk tegen het advies van Beorn in. Die wil dat je vooral naar jezelf luistert. Volgens onze trainers zijn er ook Hogerop-ers die hen – volledig in lijn met de adviezen van Beorn – tijdens de training het hemd van het lijf vragen; zoveel zelfs dat andere Hogerop-ers aandacht tekort dreigen te komen.
Tja, het geeft allemaal stof tot nadenken. Zelf heb ik me voorgenomen toch maar goed te blijven luisteren naar wat mijn trainers Pijke Steenhuis en Frank Onink mij dit seizoen te zeggen hebben. Veel plezier bij de trainingen allemaal!



Met jouw stem blijven we een loeigoeie club

Ruim 30 jaar geleden is onze club opgericht vanuit de overtuiging dat iedereen een loeigoeie training verdient om nog beter te worden in deze prachtige sport. Daarom bestaat Hogerop.

Onze jaarlijkse algemene ledenvergadering (ALV) helpt ons als club goed te blijven.
Een ALV klinkt misschien saai, maar vergis je niet. Dit is hét moment waarop alle leden meepraten en mee bepalen. Hoe staan we ervoor? Waar gaat de vereniging naartoe? En waar kunnen we het samen beter of leuker maken? Want met jouw stem, blijven we de club die we willen zijn.
Nu en in de toekomst.

Als dat niet voldoende reden voor je is, kom dan voor de gratis schaatstraining om 8 uur of de koffie en appelgebak. Beiden zijn onderhand Hogerop tradities.

Kun je er niet bij zijn, of juist wel en wil je deelnemen aan de gratis training voor de ALV? Mail dan voor donderdag 12 november naar secretaris2025@hogerop.org.

Algemene ledenvergadering

Zaterdag 14 november van 09:30 – 11:30
Panorama zaal Jaap Edenbaan



Angst voor het asfalt

Door Ruth Pannekoek

De allereerste Hoperop training was op skeelers. Schaatsen op asfalt klinkt spannend. Aangemoedigd door de belofte van de trainer en het enthousiasme van mensen die me voorgingen, bond ik ondanks mijn angst voor asfalt de skeelers onder. Om te ontdekken dat vertrouwen, net als techniek, te trainen is.



Waarom

Vraag ChatGPT waarom schaatsers zomers skeeleren en je krijgt een weloverwogen antwoord. ‘De zijwaartse beweging en het diep zitten lijken sterk op elkaar. Het helpt de conditie op peil te houden en de smalle wielen trainen balans en stabiliteit.’ En, dit is mijn persoonlijke favoriet, ‘buiten trainen op asfalt is praktisch wanneer er geen ijsbaan beschikbaar is.’ Waar zouden we zijn zonder AI?

Toeren

Waar ChatGPT vooral de trainingsvoordelen opsomt, klinkt bij Rick Donia iets heel anders, namelijk plezier. ‘Skeeleren is heerlijk toeren door het landschap,’ zegt hij recht uit het hart. Leontine Kranendonk sluit zich daarbij aan: ‘Het komt het dichtst bij het kindergevoel van





rolschaatsen en dus spelen en van spelen word je beter op vele vlakken in het leven.’ Dat gevoel weet AI niet te vangen.

Allereerste keer

Van dat lichte kindergevoel was weinig te merken toen ik mij in april meldde voor mijn allereerste skeelertraining. In ons vorige clubblad deed Juriaan Koolhaas de belofte dat hij iedereen helpt veilig en met vertrouwen te skeeleren. Dat, gecombineerd met het enthousiasme van mijn trainingsmaatje Floris Steenbrink die speciaal voor de skeelertraining lid werd (zie clubblad november 2014), trok me over de streep. Met knikkende knieën en geleend materiaal voelde ik me vooral angstig. Want dat asfalt….

Hoe rem je?

Ik ben niet de enige die opziet tegen asfalt en dan met name tegen de kans het te kussen. De meeste mensen die ik op het ijs spreek, hebben ‘m. Want hoe rem je als je geen rem hebt? Terwijl ik verkrampt die eerste training de groep probeerde bij te benen, vroeg ik me af waaraan ik was begonnen.

Bij overstekend wild

Gelukkig loste Jurian zijn veiligheids- en vertrouwensbelofte direct in door aan onze remskills te werken. Want ook zonder een rem kan je op skeelers tot stilstand komen. Je kunt rustig afremmen door uit te rollen of je voeten zo te plaatsen als op het ijs, wanneer je je schaatsen niet bot wil maken. Het kan sneller met een sleepvoet. En voor noodgevallen – bijvoorbeeld als er een konijn of vos oversteekt – is er altijd nog de berm.

Toen Juriaan dat uitlegde, keek ik alsof Henk Kroes met temperaturen ver boven het vriespunt ‘it giet oan’ zei. Een halfuur later reed ik door de berm. Mijn angst maakte plaats voor druppeltjes vertrouwen en zelfs een beetje kinderlijk plezier.



Op natuurijs

Ook Caroline Roset ontdekte hoe ver je kunt komen door je angst onder ogen te zien. ‘Weet je nog toen het park vol lag met maaiafval? Jurian liet ons bewust over de takken rijden. Pak ze maar, was zijn uitnodiging, zonder je slag te veranderen. Wat ik eerder niet durfde, lukte ineens! Kan ik straks op natuurijs met de scheuren spelen.’

Plezier begint waar de angst zit

Zoals sneeuw verdwijnt als de temperatuur stijgt, zo smolt deze zomer mijn angst voor asfalt. Mijn bovenbenen branden tijdens het rijden, ik leerde druk op te bouwen in mijn afzet en andere Hogerop-ers kennen en kreeg er plezier in.





Misschien heeft ChatGPT dus toch gelijk: skeeleren is goed voor je conditie, balans en techniek. Maar de belangrijkste les leerde ik niet van AI, maar van Hogerop. Vertrouwen groeit door te oefenen en soms begint plezier precies daar waar je angst zit.

Foto’s Raoul Schildmeijer

Hoogtemeters, vlaai en gezelligheid

door Karine Onderwater en Paul Brouwer

Na een paar jaar in de luwte is een mooie traditie nieuw leven ingeblazen. Het eerste weekend van september trokken zestien clubleden eropuit voor een sportief en gezellig fietsweekend door Nederland, Duitsland en België. Met stevige klimkilometers, mooie routes, lekker eten en vooral veel gezelligheid smaakt dit naar meer.

Social Ride

Fietsen en schaatsen. Beide sporten vragen veel van de bovenbenen en bilspieren waardoor het perfect bij elkaar past. En dus verzamelen Hogerop-ers, zodra het voorjaar aanbreekt, bij het Flevoparkbad voor



de wekelijkse Social Ride. Zonder trainer, maar mét elkaar trekken we eropuit door Noord-Holland en soms ook daarbuiten.

Clubhistorie

In de historie van onze clubs zijn al heel wat mooie tochten gemaakt, van rondjes IJsselmeer tot ritten door het Limburgse heuvellandschap. Na de corona jaren was deze traditie in het slop geraakt. Vorig jaar trokken nog maar vier gravelaars naar Limburg. Gelukkig blijft de behoefte om samen te fietsen levend. Toen dit voorjaar het plan voor een nieuwe editie werd geopperd, stroomde de appgroep vol met enthousiaste ik-ben-erbij en leuk-ik-doe-ook-mee berichten.

Roet in het eten

Naarmate september dichterbij kwam, vielen er helaas nog wat deelnemers af. Een operatie, een volle agenda of een ander fietsweekend dichter bij huis gooide bij sommigen roet in het eten. Toch bleef er een mooie groep over: een brede afspiegeling van onze vereniging, met zowel leden die fietsen combineren met het schaatsen op het KNSB-uur als fanatieke fietsers die vooral op de racefiets te vinden zijn.





De pre-party

Dit jaar bleef het niet bij de traditionele zaterdagrit. Omdat meerdere deelnemers graag ook op zondag wilden fietsen, besloten de meesten al op vrijdag af te reizen naar Zuid-Limburg. Hotel In den Hoof vormde de uitvalsbasis voor het weekend. Daar hadden we vrijdagavond, met een glas speciaalbier in de hand, pre-pret.

Twee treintjes

Zaterdag vormde het sportieve hoogtepunt van het weekend. De route die Gert-Jan Vroege had uitgestippeld, was geïnspireerd op lus 3 van de Amstel Gold Race, maar dan in onze eigen Hogerop-variant. Met de klok mee, reden we in twee treintjes, door het Limburgse heuvellandschap, waarbij we onder meer de Cauberg afdaalden en onderweg de nodige klimmetjes voor de kiezen kregen. Na ruim 100 kilometer en ongeveer 1.500 hoogtemeters door Nederland, Duitsland en België stegen we af. De benen moe, de magen leeg en natuurlijk mocht de Limburgse vlaai niet ontbreken.

Zomerse temperaturen

Voor wie meer wilde, was er op zondag een tweede rit. Met Ingeborg Lang aan het roer reden we noordelijker, langs minder toeristische wegen een prachtige route. Met zo'n 85 kilometer en 450 hoogtemeters iets vriendelijker voor de benen. De zomerse temperaturen en onze 30-jaar Hogerop sokken maakten het plaatje compleet. En ja, ook op zondag was er weer ruimte voor Limburgse vlaai. Sommige tradities moet je simpelweg in ere houden.

Lek

Een opvallend detail: gedurende de twee fietsdagen reed niemand lek! Dat is op zichzelf al een prestatie. Al gold dat geluk helaas niet voor de auto. Onderweg naar huis reed Paul Brouwer lek. Zo bleef er nog wat te sleutelen.

Op naar Twente

Met op het hoogtepunt zestien deelnemers, twee mooie ritten en een flinke dosis gezelligheid kunnen we terugkijken op een zeer geslaagd weekend. Het is mooi om te zien hoe een traditie die even op de achtergrond was geraakt, weer tot leven komt. Die energie hoort bij ons

We kijken alweer vooruit! Zet het eerste weekend van september volgend jaar alvast in de agenda, want dan trekken we naar Twente. De ambitie is duidelijk: een nóg grotere groep Hogerop-ers op de fiets, met minstens zoveel sportiviteit en gezelligheid.

Dus houd het weekend vrij, pomp de banden op en zorg dat je erbij bent. Be there or be square!





Wandering in the forest of ignorance

Door Klaas Pieter van der Meer, foto's Ingmar Maurice

Altijd al willen weten hoe je de schaatstechniek specifiek op jezelf kunt toepassen? Nieuwsgierig naar de waarheid achter de façade van de (professionele) schaatswereld? In dit verslag van de seizoensopening lees je er meer over!

Schaatstempel

Heerlijk weer eens een "ouderwetse" seizoensopening in de heiligste der schaatstempels, Thialf. En dan nog wel praktisch geregeld (waar ik groot voorstander van ben, zonder poespas met een grote touringcar of zo): gewoon met eigen vervoer. Hulde aan de organisatoren!

Helemaal Hogerop

En aldus begon de voorpret al een halve week eerder. Via de deelnemersapp werd een groot carpoolmatchingsysteem in de lucht gebracht om het mogelijk te maken om zo veel mogelijk met elkaar mee te rijden. Weer helemaal Hogerop, dacht ik toen ik de enthousiaste trits aan apps zag verschijnen. Geen overbodige luxe als het 23° is bij de start van het schaatsseizoen, wat toch een vreemd "schaatsgevoel" geeft; hier laat de klimaatverandering zich duidelijk gelden.

Als Thialf zelf

Gelukkig was van die relatief hoge buitentemperatuur in de schaatsbunker van Heerenveen niet veel te merken. Heerlijk glad en snel ijs! Schaatsen onder en als Thialf zelf – de mythologiekenners weten het: dienaar van Thor, bekend om zijn snelheid – heerlijk flitsen over het ijs. Lekker inrijden, ons seizoen is begonnen.

Weer hetzelfde?

Van tevoren waren er allerlei gedachten door mijn brein heen geschoten. Zouden we weer hetzelfde gaan doen als vijf jaar geleden, toen wij immers een seizoensopening met een (op papier) haast identiek programma hadden? De vorige les van Beorn Nijenhuis kon ik mij nog herinneren: 'de bocht begint halverwege het rechte stuk en als je dan eenmaal bij de bocht bent aangekomen, gewoon pardoes linksaf slaan.' Ook herinnerde ik me nog mijn frustratie over het ogenschijnlijke gemak waarmee Beorn in de bocht accelereerde. De moed zakte me in de schoenen. Hoe kon ik zijn overduidelijk talent ooit evenaren met veel oefenen/noeste arbeid? Welnu dit jaar weer een kans.

Nadoen

Ik werd niet teleurgesteld. Na de fotosessie mocht ik, ingedeeld in de eerste groep, beginnen bij Beorn. Ditmaal begon hij heel interactief vragen te stellen. Wat wij wilden leren. 'Nou…, de bocht,' kwam er toch wat aarzelend uit de groep als antwoord. 'Wat dan van de bocht,' vroeg Beorn, om ons daarna duidelijk te maken dat er niet 1 goede oplossing is voor allen, maar dat je vooral zelf moet ontdekken wat voor jou zelf werkt! Experimenteren dus. Vervolgens moesten we de bocht gaan nadoen van onze favoriete schaatser (m/v), om zo experimenteren te stimuleren. Bij mij moeten dit soort lessen altijd indalen om effect te hebben, dus hier kan ik komend seizoen nog flink wat op nakauwen.

Nog meer oefenstof

Daarna aanwijzingen van Petra Grimbergen. Allereerst zo ontspannen mogelijk schaatsen. Niet met aangespannen spieren, maar in je gewrichten hangen. Dit om zo veel mogelijk energie over te houden voor een eventuele eindsprint in een Marathon. Voor mijn bovenlichaam lukte dit, maar om mijn benen dan ontspannen te houden... Nog meer oefenstof voor komend seizoen! Vervolgens schaatsen zo compact als een blok, knie zo snel mogelijk na de slag weer optrekken naar de schouder en zoals bij een schommelbeweging, zo lang mogelijk wachten op je valmoment. Nu dus concreet herkenbare schaatstechniek oefeningen.



Voorproefje

Aan het einde van de sessie begon het ijs toch wel aan te slaan, dus hadden we alvast een voorproefje van wat we op de Jaap Edenbaan kunnen verwachten.

Jubileumsokken

Na de schaatssessie een dankwoord van de voorzitter aan Karine en Ellen, de organisatoren die deze seizoensopening zo voortreffelijk hadden georganiseerd en natuurlijk aan Beorn en Petra, die de Hogerop 30 jaar jubileumsokken als dank kregen uitgereikt.

Gezonde levensstijl

Als afsluiting een zeer vermakelijke presentatie van Beorn, met onder meer veel personal insights over onder andere Jac Orie, Peter Mueller en Erben Wennemars. Over de laatste werd, ter onderstreping dat bij schaatsen er toch veel niet is zoals het lijkt, aangegeven dat hij zowel als schaatser en als presentator van de NOS een soort voorbeeldfunctie heeft (vooral als sportieve man met gezonde levensstijl), maar dat de werkelijkheid was dat hij als sporter altijd een fikse stapel Ritter Sport repen wegwerkte. Niet bepaald het algemene beeld dat hoort bij

een gezonde levensstijl. Dit ter onderstreping dat er voor iedere sporter iets anders geldt. Voor de één is Ritter Sport een noodzakelijke aanvulling op een karig dieet, terwijl dit voor Jochem Uytdehaage fataal zou zijn geweest.

Filosofische kern

Daarmee komen we bij de haast filosofische kern: in de schaatswereld worden veel zaken als waarheid verkondigd, terwijl daarvoor weinig tot geen wetenschappelijke onderbouwing bestaat. Daarnaast kunnen slechte ideeën lang voortbestaan, zonder dat ze echt aan de kaak gesteld worden. Als voorbeeld de introductie van de klapschaats. De mannen (Ritsma en Van der Velde) vonden het maar niets en hebben deze introductie jaren kunnen tegenhouden (en hun heerschappij in de schaatswereld zo kunnen laten voortduren), totdat de vrouwen dit doorbraken.



Wees sceptisch

Heel veel weten we eigenlijk niet en is ook helemaal niet onderzocht of het ook daadwerkelijk werkt. En daarmee kunnen verkeerde ideeën ook lang standhouden. Daarmee deed Beorn een oproep aan ons Hogerop-ers en werden wij weggestuurd met een haast heilige taak: 'Wees sceptisch als iemand iets bij het schaatsen verkondigt als een waarheid. Vraag je altijd af of dit werkelijk zo is en als algemene waarheid geld. Stel de vragen: Waar is dit op gebaseerd? Is dit wetenschappelijk bewezen?' Want, zo stelde Beorn, ten aanzien van veel in het schaatsen gebruikelijke: 'We are wandering in the forest of ignorance.'

Veelzeggend was de quote van onze secretaris, naar aanleiding van deze uitspraak, aan het einde van de bijeenkomst: 'Mensen zijn liever samen in de leugen dan alleen in de waarheid.'

Veilig schaatsen

Ook vorig jaar hebben enkele van ons gemerkt dat een ongeluk in een klein hoekje zit. Rijden met een helm is sinds dit jaar verplicht. Maar wat moet je verder doen om veilig te schaatsen?

Kleding

- Bescherm jezelf: draag een helm (verplicht) en snijvaste materialen zoals handschoenen, enkel en beenbeschermers voor je eigen veiligheid.
- Laat zien dat je erbij hoort: clubkleding voor rijders en trainers aanbevolen voor herkenbaarheid.

Verzamelen/instructie momenten

- Verzamel in een smalle strook langs de boarding, zodat er ruimte is voor uitrijders.
- Sluit achteraan de groep aan, als je per ongeluk doorschiet dan neem je niemand mee.
- Sta in een J-vorm, zo heb je zicht op de aankomende rijders en klapt er niemand in je rug.

De kern

- Uitrijden langs de boarding, 2 aan 2.
- Links inhalen. Is er geen ruimte? Wacht!
- Eerst kijken, dan pas rijden.
- Achteropkomende rijders hebben overzicht en zijn dus verantwoordelijkheid.
- EHBO op het ijs = stop je oefening en ga uitrijden.
- Rode lampen aan = van de ijsbaan gaan.

Begin oefening

- Start na de bocht.
- Kijken over je schouder en zoek ruimte voordat je een oefening start.
- Is er geen ruimte, wacht of begin na de volgende bocht.
- Rij alleen of in kleine groepjes (max. 6 rijders).
- Voeg pas in op de snelle binnenbaan als je op snelheid bent.

In de snelle baan

- Ga je toeren, doe dit in een treintje van maximaal 6 rijders (ongeacht welke club).
- Achteropkomende rijders hebben overzicht en dus verantwoordelijkheid.
- Wil je inhalen, maak reclame en roep tijdig "HOGEROP".
- Roep "dubbel" als je 2 treintjes inhaalt.
- Alleen inhalen als er ruimte is, anders tempo minderen.

Als je klaar bent/uitrijdt

- Bij uitvoegen steek je arm uit naar rechts.
- Uitvoegen doe je pas na 1 á 2 slagen op het rechte eind gedaan te hebben.
- Uitrijden doen we 2 aan 2.
- Uitrijden in de buitenste wedstrijdbaan, langs de boarding.

Startjes oefenen

- Startjes oefen je op de 1.000m finish of – indien beschikbaar – de krabbelbaan.
- Werk met een 'starter', deze checkt of er ruimte is voordat je start.
- Stel een 'seingever' op, deze stuurt andere uitrijders naar de buitenkant.
- Laat ruimte voor overige uitrijders.
  Meldt andersoortig grensoverschrijdend gedrag via vcp@bga.amsterdam of neem contact op met de vertrouwenscontactpersoon van de BGA.

Als het mis gaat

- Zie je iemand vallen, matig je snelheid en informeer anderen.
- Bij EHBO op het ijs, stop direct je oefening en ga rustig uitrijden.
- Bespreek incidenten met jouw Hogerop trainer, deze spreekt de trainer van de andere club.



Fout uitrijden



Goed uitrijden



Tour de France 16 juli 2026, 12e etappe

Door Billy Hoogstraten

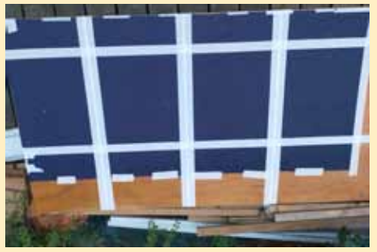
Spandoek voor Cees

Wat eraan voorafging

Het moet tijdens de laatste ijstijd geweest zijn dat we als Hogerop met een klein groepje onder dentoen al bezielende leiding van Peter van de Rol naar Collalbo togen voor een schaatskamp.
De eerste jaren bivakkeerden we in een "Bejaardentehuis" langs de weg tussen Bolzano en Collalbo, waar we met name Schweinehackse als brandstof kregen voor onze serieuze trainingen.
's Ochtends 3 uur trainen, 's middags zeker nog eens twee uur en 's avonds video's kijken om het rugzakje vol verbeterpunten te stouwen.
En echt nog ijstijd want we hebben zelfs een training moeten overslaan omdat we de wagens niet van de parkeerplaats kregen die zelf tot ijsbaan was geworden.
De Spartaanse aanpak veranderde al snel toen we het luxe Hotel Bemelmans op loopafstand van de ijsbaan "bemachtigd" hadden.
Schaatskamp werd allengs schaatsvakantie, partners, oma's, kinderen gingen mee en de behoefte aan een goed matras sloeg soms om in de behoefte aan een betere kamer.
In de ochtend nog steeds drie uur serieuze schaatstraining en af en toe een wedstrijdje tussendoor, tegen Shimizu bijvoorbeeld.
's Avonds super gezellig met z'n allen aan een lange tafel genieten van de kookkunsten van Theo en geanimeerd bediend door Annemarie en er gleed net zoveel bier door de kelen als ijs onder de ijzers tijdens de training. En we maakten onzelf onvergetelijk door met welhaast Italiaanse passie de Oudejaarsavond smoel te geven



Een jonge Cees Bol aan de start in Collalbo





The making of...

En daar in Collalbo maakten we kennis met Cees Bol, zoon van Peter en Annemarie; een mannetje van een jaar of acht.
Direct is duidelijk dat Cees gezegend was met een enorm talent voor schaatsen en hij doorliep dan ook alle selecties op Jaap Edenbaan en daarbuiten. En 's zomers op de racefiets om de conditie op peil te houden, ook daar viel Cees op door zijn prestaties.
En waar vroeger de beste schaatsers ook de beste wielrenners waren (niet eens zoveel vroeger: onze mede-oprichtster Petra Grimbergen was 1 van de laatste van die Mohikanen!), moest er nu door Cees op jonge leeftijd gekozen worden. Volgens mij heeft hij er wel even over moeten nadenken maar het werd dus wielrennen. En hoe !
In zijn eerste profjaar wint hij in Nokere wat hem direct een gigantische Cees Bol Fanclub bezorgde in Belgie.
Via ondermeer Sunweb met Tom Dumoulin droeg hij bij Astana een hele flinke steen bij aan de 50 etappe-overwinningen in de Tour van Marc Cavendish.



En nu kwam hij dus op 16 juli met zijn nieuwe Franse ploeg Decathlon op slechts 12 kilometer bij mij vandaan langs.
Dat mocht niet onopgemerkt blijven dus besloot ik een spandoek te gaan maken; het had vast eenvoudiger gekund maar met mijn mathematisch brein besloot ik dikke, vette letters te printen en eindeloos uit te vergroten om de juiste mallen op het doek te maken en af te werken met twee bussen goudverf van de Action.
Met het spandoek langs de fietsstang gebonden de twaalf kilometers naar het parcours gereden en daar met een groepje Fransen wachten op de renners in de afzink (wat zeggen de Belgen dat toch mooi) van de 4de categorie Col du Lanton.
Op de vraag wie "CEES" is antwoordde ik vol trots een mij bekende Nederlander die in jullie Franse ploeg Decathlon rijdt.
Chauvinisme aan twee kanten bevredigd.
En in 1 keer zoeft het dan voorbij; gemaskerde mannen in een lint boven de 60km/uur.
Voor de zekerheid heb ik maar constant "Hup Cees" geschreeuwd en plotseling stak midden in het lint Cees (toen heel even wel herkenbaar) zijn arm omhoog en slaakte een kreet. Het was een kreet maar voor mij blijft het "Billy !!!!!".
Toen snel naar huis om de finale op TV te zien waarbij Cees zo'n verschroeiende lead-out deed voor Olav Kooij dat hij vlak voor de meet een meter of 10 loszat van het peloton. Hij leek er zelf van te schrikken,
Begin van de avond kreeg ik bericht van Peter dat Cees hem had laten weten dat hij me gezien had.
Mijn dag kon niet mee stuk.
Het kleine jochie in mij heeft nog een paar dagen lopen huppelen.



Kees en Cees



Cees Bol wint de vierde etappe in de Ronde van Groot Brittanië 2026

Blij dat ik glij…

We kennen elkaar van onze trainingen, maar hoeveel weten we écht van elkaar? Op deze blauwe bladzijden ontdek je de mens achter de sporter. Evert-Jan, Ingeborg en Jan openen dit winterseizoen. Wie volgt? Je hoeft geen kampioen te zijn om een leuk verhaal te hebben. Dus denk je: 'Ach, waarom ook niet?' Stuur dan een mailtje naar clubblad.hogerop@gmail.com.

Evert-Jan Grit
lid sinds 2023

Hoe ben je bij de club terechtgekomen?
Ik ben bij Hogerop gekomen door mijn vrouw Esther, al jaren enthousiast lid. Zij vroeg me vanaf het begin of ik er ook bij wilde komen. Ik zat echter prima bij STG Waterland, tot er steeds minder schaatsers in mijn groepje overbleven waar ik me sportief aan kon optrekken. Bij Hogerop kan dit gelukkig wel. En niet onbelangrijk: Hogerop heeft de mooiste clubpakken van de JE-baan! Plus natuurlijk de leuke mensen en goede trainers.



Wat vind je het leukste aan schaatsen?
Ik kan intens genieten van de schoonheid van de schaatsbeweging. Als toeschouwer en als beoefenaar. Héél soms ervaar ik het zelf: dat het, al is het maar een paar seconden, even helemaal klopt. Dat je voor je gevoel perfect over het ijs gaat. Ultiem geluk is dat. Met namen en rugnummers ben ik niet bezig. Ik weet echt helemaal niets van schaatsers. De beweging, daar gaat het me om.

Wat typeert jou als schaatser?
Bijna elke marathonwedstrijd doe ik wel een keer een vroege (en dus kansloze) ontsnapping. Dat ik net zoals in de Renner van Tim Krabbé even de eerste ben in de wedstrijd. Het is begonnen toen mijn kinderen eens kwamen kijken en ik wilde dat de naam van hun papa door de stadionspeaker werd omgeroepen. Dat lukte: "… na drie ronden gaat aan de leiding nummer 43: Evert-Jan Grit!" In de finale ging ik onderuit, precies voor de neus van m'n kinderen…

Wat doe je als je niet op het ijs staat?
Ik heb 25 jaar gewerkt als professioneel vredesactivist in conflictgebieden in het Midden-Oosten en vooral in Syrië. Ik ben nu zeg maar aan het 'afkicken' en op zoek naar een nieuwe invulling. Sportief gezien stap ik het liefst op de racefiets: alleen, met Esther, of met een groep en sinds ik bij Hogerop zit, rijd ik elke zaterdag mee met de social ride.

Ingeborg Lang
lid sinds 2016

Hoe ben je bij de club terechtgekomen?
Toen Duosport plaats moest maken voor de schaatsschool, ging ik trainen bij de opvolger SV Fenix, maar daar miste ik de uitdaging en schaatsmaatjes om van te leren. Door mee te doen aan de Hogerop Women Cup (en de light-versie te winnen) kreeg ik de smaak echt te pakken. Via voetbalclub T.O.S., waar onze jongens samen speelden, kende ik Marieke en Willem-Jan (toen voorzitter van Hogerop), en op vrijdagochtend leerde ik Marjolein kennen. Zo kon ik beginnen met serieuze trainingen: zaterdagochtend bij Kees de Vrij en woensdagavond bij Peter.



Heb je een 'bucketlist'-tocht of evenement dat je nog wilt doen?
Veel staat al afgestreept: de Alternatieve Elfstedentocht in Oostenrijk, het NK Marathon en schaatsen op de buitenbaan van Collalbo in Italië. Nog op mijn lijstje staat schaatsen in Zweden, misschien met de HLSK, waar ook Hogeroppers als gids meegaan. En als ik weer tijd en ruimte heb voor langere afstanden en wedstrijden, wil ik graag de Alternatieve Elfstedentocht in Luleå rijden of lange baan zodat ik kan deelnemen aan een WK Masters het liefst op een buitenlandse baan zoals Salt Lake City of Inzell.

Waarom ben je bestuurslid geworden van Hogerop?
Ik organiseerde een aantal jaar de Hogerop Women Cup, omdat ik het leuk vind om betrokken te zijn bij de vereniging. Daardoor had ik veel contact met toenmalige bestuursleden Nanne en Yvonne. Omdat ik al penningmeester was van een coöperatie, wilde ik Nanne niet opvolgen. Maar toen Yvonne, als enige vrouw in het bestuur, mij vroeg haar op te volgen, kon ik daar geen nee tegen zeggen.

Wat doe je als je niet op het ijs staat?
Ik ben een bezige bij en onderneem graag van alles met vrienden, kinderen of familie. Elke dag wandel ik met mijn hond Aisha (husky/herder). Het liefste op het strand, in het bos of op de heide. Verder ga ik graag naar festivals om lekker lang te dansen. In de zomer fiets en skeeler ik en maak in Marokko trektochten te paard. Het boksen voor kracht en souplesse is er door corona en een verhuizing bij ingeschoten, maar zodra mijn triatlon- en lange afstand schaatsplannen concreter worden, pak ik de krachttraining weer op.

Jan van Huystee
lid sinds 2009

Hoe ben je bij de club gekomen?
Lang geleden was ik een turner, daarna atleet. Bij atletiek blonk ik uit in polsstokhoogspringen. Ik heb 3x meegedaan aan het NK en sprong 4m50. Hoewel ik de ALO heb gedaan, ben ik nooit gymleraar geworden, wel zelfstandig meubelmaker. Samen met Frits Ham (ook Hogerop lid) hebben we ruim 40 jaar ons eigen interieurbouwbedrijf gehad. Via een zwager ben ik bij de Almeerse Schaatsvereniging begonnen met een vereniging schaatsen. Omdat fietsen in de zomer een logische aanvulling is, ben ik bij Vincent gaan trainen en uiteindelijk lid geworden van Hogerop.

Wat vind je leuk aan schaatsen?
Bewegen is sowieso leuk! Schaatsen op natuurijs is het allermooiste, maar bij gebrek aan koude winters is baanschaatsen een prettig alternatief. Schaatsen voelt heerlijk, geeft een gevoel van snelheid en doordat het zo technisch is, valt er altijd iets te leren c.q. verbeteren. Gezellig samen met anderen en na afloop een drankje in de Jaap. Maar na een half jaar heb ik ook wel weer zin in de zomer.



Wat typeert jou als schaatser?
Helaas een hupje in de bochten wat ik zelf niet merk. Sommigen noemen mij daarom Jan Hup. Menig trainer heeft geprobeerd hier iets aan te veranderen. Zo blijft elk jaar weer een uitdaging om het schaatsen echt goed onder de knie te krijgen.

4. Wat doe je als je niet op het ijs staat?
Sinds kort ben ik gestopt met werken dus komt er meer tijd vrij voor de dingen die ik graag doe zoals in de bergen skiën, wandelen en fietsen, lang met de camper op pad (die ik zelf aan het inbouwen ben) en wie weet blijft er nog tijd over voor een mooi boek.

Wedstrijdschema Jaap Edenbaan 2026-2027

Ook dit seizoen zijn er verschillende kansen om naast de trainingen tegen elkaar en/of de klok te (st) rijden. Zet de data in je agenda. Rijd mee of moedig aan.

Woensdagavond Marathoncompetitie

Vanaf woensdag 14 oktober rijden we 20 woensdagavonden de baancompetitie. Daarna volgt op woensdag 17 maart het **Kampioenschap van Amsterdam**, alleen voor rijders van de baan-competitie marathon.
Landelijke KNSB-marathon is er op zaterdag 12 december.
Het **Gewestelijk Kampioenschap** voor dames, heren en masters is op woensdag 2 december.
Inschrijving verloopt via de KNSB.
Kijk voor meer informatie over de marathoncompetitie van dit seizoen op onze website. De competitieavonden worden verreden na 21:00.
Wil je een keertje **proberen** of de marathon iets voor jou is, of heb je nog andere vragen? Kijk op de Sportity app of stuur een e-mail naar BGA, Bart Wesseling.
Nieuwsgierig wie er nog meer marathon rijden bij Hogerop? Word lid van de **WhatsApp-groep Hogerop Marathon**.

Zondagavond Langebaanwedstrijden

Ook dit seizoen kunnen rijders met een KNSB-wedstrijdlicentie meedoen aan de **Andantino-bokaal**. Die wordt verreden tijdens vijf open inschrijvingswedstrijden en een finale: 18 oktober, 25 oktober, 8 november, 6 december, 20 december en de finale op 17 januari. Daarnaast staat de **Amsterdamse Sprint League** op het programma (1 november, 29 nov, 10 jan en de finale op 6 feb). Op 14 en 15 november is de **Jaap Eden Vierkamp**.

Kun je niet iedere avond? Geen probleem, je mag enkele wedstrijden meerijden. Dat is het leuke: je kiest wat het beste bij je behoefte en beschikbaarheid past. Soms is er een vaste afstandscombinatie, soms kun je kiezen uit meerdere afstandscombinaties. Alle wedstrijden worden verreden in de avond, na 19:00.
Twijfel je of wedstrijd rijden iets voor je is? Vraag kosteloos eenmalig een daglicentie aan via de KNSB-website. In de appgroep Hogerop Langebaan is altijd iemand bereid om te helpen bij vragen. Wil je weten wie van de Hogeroppers langebaan rijden? Word dan lid van de **WhatsApp-groep**.

Je kunt natuurlijk ook altijd deelnemen aan onze specials:
Hogerop Womencup:
zaterdag 30 januari 2027.
Hogerop Clubkampioenschap:
zondag 24 januari 2027 (onder voorbehoud, verplaatsing wordt bekeken)

Overige 'wedstrijd'-activiteiten

Vierdaagse van Noord-Holland
Kom op zaterdag 12 december naar de Jaap Edenbaan om de topdivisie te bekijken. De avond begint om 18:00, met de jeugdmarathon in de pauze.
Waterman Trofee
Zondag 22 november 2026. Dat schaatsen geen solosport is, bewijst de Waterman Trofee, die sinds midden jaren zeventig wordt verreden. Marathon- of langebaanrijders van elk niveau zijn welkom. Het belangrijkste is dat je een duo vormt van vergelijkbaar tempo. Klik hier voor meer info en inschrijven.

De 4 x 1,5
Zondagavond 28 februari 2027, aanvang 20:00. Nog zo'n voorbeeld van samen schaatsen is de team-wedstrijd van 4 x 1,5 uur. Teams van vier personen rijden een koppelkoers waarbij ze samen zoveel mogelijk rondes proberen te rijden. Van het team is steeds één rijder in de baan. De anderen moedigen aan en 'rusten' tot ze aan de beurt zijn.
Alternatieve wedstrijdvormen
Zaterdag 27 februari 2027, met op zondag 21 februari 'Schat je tijd'.

Overige activiteiten

Family & Friends:
zondag 27 december 2026
Smeltwedstrijd:
zondag 21 maart 2027
Zondagavond Buffelavond
Wil je jezelf uitdagen in je duur-vermogen? Kom dan naar de buffelavond. Een buffelavond start met een korte warming-up, gevolgd door 60 minuten onafgebroken schaatsen in verschillende snelheids-groepen. Op kop van elke groep rijden enkele schaatsers die het tempo bepalen. Voor de binnenste drie groepen komt dit neer op respectievelijk 90, 81 en 70 rondes in een uur. Een vierde snelheidsgroep rijdt iets langzamer en korter: 45 minuten, 47 rondes.
Dit seizoen buffelen we op: 1 nov, 29 nov, 3 jan, 17 jan en 21 feb. Op 24 jan is er bovendien een halfuur buffelen voor de jeugd.
Koop je kaartjes of scan op de avond zelf je rittenkaart aan de poort en schaats lekker mee! Voor meer informatie klik hier. Voorrijders kunnen zich aanmelden via marathon@bga.amsterdam.

Dag	Datum	Start	Eind	Soort	Wedstrijd
zo	1 nov 2026	19:20	20:30	Langebaan	Amsterdamse Sprint League - 1
zo	1 nov 2026	20:45	22:00	Buffelen	Buffelen
wo	4 nov 2026	21:00	23:00	Marathon	Marathon Competitie Amsterdam C6 C2 C1
vr	6 nov 2026	21:00	23:11	Langebaan	HCA - 111 ronden
wo	11 nov 2026	21:00	23:00	Marathon	Marathon Competitie Amsterdam C4 C5 C3
za	14 nov 2026	19:40	21:30	Langebaan	Jaap Eden Vierkamp
zo	15 nov 2026	19:20	21:45	Langebaan	Jaap Eden Vierkamp
wo	18 nov 2026	21:00	23:00	Marathon	Marathon Competitie Amsterdam C6 C1 C2
wo	25 nov 2026	21:00	23:00	Marathon	Marathon Competitie Amsterdam C3 C4 C5
zo	29 nov 2026	19:20	20:30	Langebaan	Amsterdamse Sprint League - 2
zo	29 nov 2026	20:45	22:00	Buffelen	Buffelen
wo	2 dec 2026	20:00	23:00	Marathon	GK Marathon Dames, Heren, Masters
za	5 dec 2026	19:40	21:30	Langebaan	Team Pursuit
wo	9 dec 2026	21:00	23:00	Marathon	Marathon Competitie Amsterdam C6 C1 C2
za	12 dec 2026	18:00	21:30	Marathon	KNSB-marathon met Jeugdmarathon in de pauze
wo	16 dec 2026	21:00	23:00	Marathon	Marathon Competitie Amsterdam C5 C3 C4
wo	23 dec 2026	21:00	23:00	Marathon	Marathon Competitie Amsterdam C6 C1 C2
wo	30 dec 2026	21:00	23:00	Marathon	Marathon Competitie Amsterdam C4 C5 C3
zo	3 jan 2027	20:45	22:00	Buffelen	Buffelen
wo	6 jan 2027	21:00	23:00	Marathon	Marathon Competitie Amsterdam
zo	10 jan 2027	19:20	21:45	Langebaan	Amsterdamse Sprint League - 3 + Team Sprint
wo	13 jan 2027	21:00	23:00	Marathon	Marathon Competitie Amsterdam C3 C4 C5
zo	17 jan 2027	20:45	22:00	Buffelen	Buffelen
wo	20 jan 2027	21:00	23:00	Marathon	Marathon Competitie Amsterdam C6 C1 C2
wo	27 jan 2027	21:00	23:00	Marathon	Marathon Competitie Amsterdam C5 C3 C4
za	30 jan 2027	19:40	21:30	Langebaan	Hogerop Womencup
wo	3 feb 2027	21:00	23:00	Marathon	Marathon Competitie Amsterdam - C6 C2 C1
za	6 feb 2027	19:40	21:30	Langebaan	Team Pursuit + (Finale) Amsterdamse Sprint League - 4
wo	17 feb 2027	21:00	23:00	Marathon	Marathon Competitie Amsterdam - C4 C5 C3
za	20 feb 2027	19:40	21:30	Langebaan	Lange afstanden
zo	21 feb 2027	7:00	9:00	Langebaan	Alternatieve wedstrijdvormen - Schat je tijd
zo	21 feb 2027	19:20	20:30	Langebaan	Team Sprint
zo	21 feb 2027	20:45	22:00	Buffelen	Buffelen
wo	24 feb 2027	21:00	23:00	Marathon	Marathon Competitie Amsterdam - C6 C1 C2
za	27 feb 2027	19:40	21:30	Langebaan	Alternatieve wedstrijdvormen
zo	28 feb 2027	19:20	21:45	Langebaan	4 x 1,5
wo	3 mrt 2027	21:00	23:00	Marathon	Marathon Competitie Amsterdam - categorie 3, 4 & 5
wo	10 mrt 2027	21:00	23:00	Marathon	Marathon Competitie Amsterdam - categorie 6, 2 & 1
wo	17 mrt 2027	20:00	23:00	Marathon	Marathon Kampioenschap Amsterdam