

ISU SHORT TRACK WORLD TOUR

# SPREEKBEURTPAKKET KNSB

De schaatssport in Nederland



# Geschiedenis schaatsen in Nederland

Wanneer het vriest, haalt iedereen in Nederland de schaatsen uit de kast en wordt er gedroomd van natuurijs of zelfs wel de Elfstedentocht. Zo'n 38.000 Nederlanders zijn lid van de schaatsbond KNSB, waarbij zo'n 650 schaats-, inlineskate- en natuurijsverenigingen zijn aangesloten. Hoe is het schaatsen eigenlijk ontstaan?

## Vervoersmiddel

Hoe, wat en wanneer is niet precies duidelijk. Mensen bedachten al ver voor het jaar 0 om geslepen dierenbotten onder hun voeten te binden om zo over het ijs te glijden. De echte schaatsslag kon je hiermee eigenlijk niet maken. In plaats daarvan gebruikte men stokken met een punt eraan, waarmee je je kon afzetten.

## Eerste wedstrijden

Toen de botjes waren vervangen door de eerste glij-ijzers, enkele eeuwen later, ontstonden ook echte schaatswedstrijden. De eerste bekende 'hardrijders' zijn Adam Hurdrider en Cornelis IJzes van Cubaard. De meeste wedstrijden waren voor mannen of paren, pas later mochten ook vrouwen aan wedstrijden meedoen.



# KNSB in 1882 opgericht

Deze wedstrijden werden steeds populairder en rond 1850 ontstonden overal in Nederland ijsverenigingen. In 1882 richtten tien van die verenigingen samen een landelijke bond op: de KNSB. In 1891 organiseerde de Amsterdamsche IJclub het eerste wereldkampioenschap en een jaar later werd de ISU (Internationale SchaatsUnie) opgericht, waarvan landgenoot Pim Mulier voorzitter werd. Pionier Mulier geldt als een van de grondleggers van geornaiseerde sport in Nederland, zoals we die nu kennen.



Jaap Eden(baan)



## Wist je dat?

## Eerste kunstijsbaan

Tot 1962 reden de schaatsers altijd buiten op natuurijs, in dat jaar werd pas de eerste 400-meterkunstijsbaan in Nederland geopend. Sindsdien hoefden Nederlandse topschaatsers niet meer naar het buitenland om te trainen, ze konden dat voortaan ook in eigen land doen, ook als er geen natuurijs lag.



De eerste 400-meterkunstijsbaan in Nederland de Jaap Edenbaan is, gelegen in Amsterdam?



In 1986 de eerste kunstijsbaan in Nederland (Thialf) pas een dak kreeg, wat de omstandigheden beheersbaarder maakte, waardoor iedere rijder gelijke kansen kreeg?



Nederland tot 1960 weinig internationale titels pakte? Pas na de komst van kunstijsbanen kwamen veel kampioenen uit Nederland.



Jaap Eden de eerste wereldkampioen uit Nederland was? Hij veroverde de titel in 1893, 1895 en 1896.

# Wat doet de KNSB?

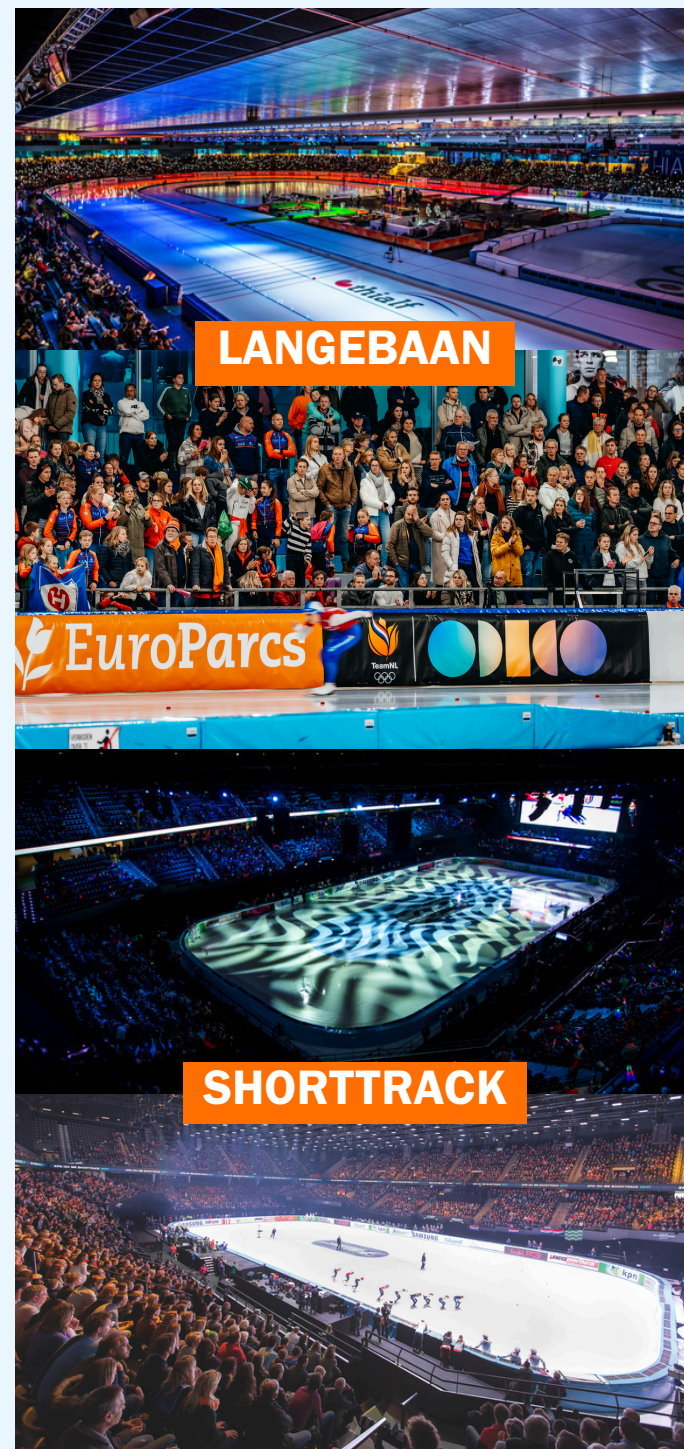
De Koninklijke Nederlandsche Schaatsenrijders Bond (KNSB) is de Nederlandse organisatie voor de schaats- en inlineskatesport.

## Verantwoordelijkheden

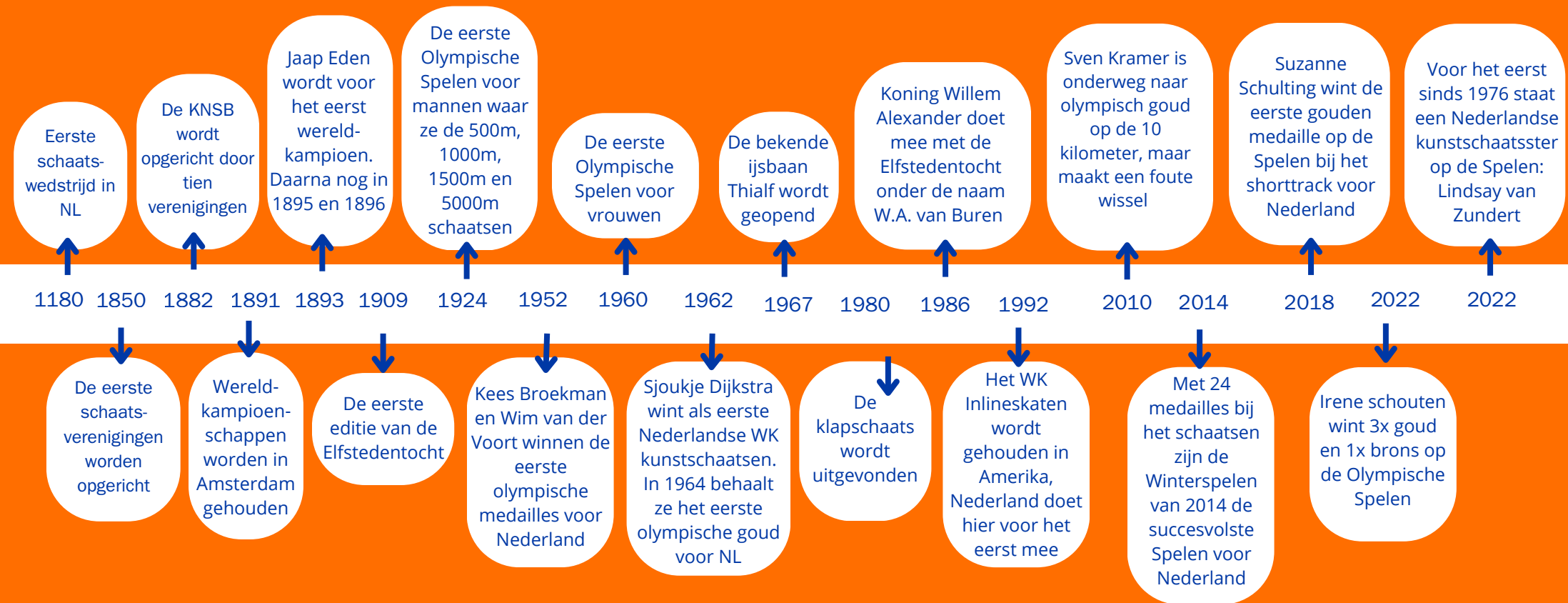
De KNSB is verantwoordelijk voor zeven disciplines: langebaanschaatsen, shorttrack, marathon, kunstschaatsen, schoonrijden, inlineskaten en schaatsen op natuurijs. De KNSB bevordert de sport voor alle schaatsliefhebbers: van kinderen die kennis willen maken met het schaatsen en inlineskaten tot de talenten van de toekomst. En voor de schaatsers die wekelijks een rondje op de baan schaatsen tot de topsporters die medailleurs veroveren en hun fans vermaken.

## Organisatie wedstrijden

De KNSB organiseert wedstrijden voor alle niveaus, waardoor alle 38.000 leden van de KNSB kunnen schaatsen. Ook leidt de bond trainers, vrijwilligers, scheidsrechters en coaches op, zodat elke schaatser in Nederland beter kan worden. Wie erg goed is in schaatsen, wordt misschien wel geselecteerd voor één van de KNSB Talent Teams. De schaatsbond is ook verantwoordelijk voor de nationale teams en de talentontwikkeling in alle disciplines.



# Schaatsen in Nederland: Door de tijd heen



# Kunstschaatsen

Al sinds 1896 worden er wereldkampioenschappen kunstschaatsen gehouden.

Het kunstschaatsen kun je verdelen in verschillende disciplines: solorijden, paarrijden, ijsdansen en synchroonschaatsen. Bij bijna elke discipline rijden de schaatsers twee küren. Een kür bestaat uit verschillende onderdelen: sprongen, pirouettes en (dans)elementen die door een jury worden beoordeeld.

## Solorijden

Bij het solorijden schaatst altijd één man of vrouw tegelijk. Bij wedstrijden heb je een korte en een lange (vrije) kür. Bij de korte kür heb je daar 2 minuten en 40 seconden voor. In die tijd moet je een aantal afgesproken 'elementen' laten zien: sprongen, pirouettes of zweefstanden. In de vrije kür, die voor vrouwen 4 minuten en voor mannen 4 minuten en 30 seconden duurt, hebben de schaatsers veel meer vrijheid. Ze worden niet alleen beoordeeld op de kwaliteit van de onderdelen, maar op de hele opbouw van de kür, de originaliteit en bijvoorbeeld hoe goed de kür bij de muziek past.



## Paarrijden

Hier schaatsen één man en één vrouw samen hun kür. Bij dit onderdeel is van alles mogelijk. Zo zijn er de 'lifts', waarbij de man de vrouw optilt, vaak wel tot boven zijn hoofd. Je hebt ook geworpen sprongen, waarbij de man als het ware de vrouw in de lucht gooit, en de vrouw vervolgens goed moet landen.

Beide schaatsers moeten bij het paarrijden heel goed op elkaar ingespeeld zijn, elkaar door en door kennen en helemaal op elkaar vertrouwen.

Bij het paarrijden worden de wedstrijden ook gehouden over een korte en een vrije kür, net zoals bij het solorijden.



# Ijdsansen

Ijdsansen is een heel technisch onderdeel van het kunstschaatsen. Hier wordt net zoals bij het paarrijden in paren gedanst, maar toch is er een groot verschil. Ijdsansen lijkt immers meer op stijldansen. De paren mogen geen geworpen sprongen doen en ook boven het hoofd liften mag niet. Daarnaast mogen de paren elkaar niet langer dan vijf seconden loslaten. Bij wedstrijden rijden de paren een korte dans en een vrije dans.

## Wist je dat?



Op de Winterspelen van 2022 voor het eerst sinds 46 jaar (!) een Nederlandse kunstschaatsster op het ijs stond?



Kunstschaatsen de eerste olympische wintersport was?



Elke beweging bij het ijdsansen volgens de afgesproken ijdsansfiguren moet gebeuren?



Sjoukje Dijkstra en Joan Haanappel gelden als de grande dames van het kunstschaatsen in Nederland? Ze overleden beiden in 2024.

# Bekende kunstschaatsers



**Daria Danilova en Michel Tsiba**  
een stel zowel op als naast de baan

**Sjoukje Dijkstra** won  
meerdere medailles op  
WK's en de  
Olympische Spelen

**Lindsay van Zundert** is in  
2022 de eerste  
kunstrijdster in 46 jaar die  
naar de Spelen mag!

# Synchroonschaatsen

Bij dit onderdeel van kunstschaatsen komen niet slechts één of twee schaatsers tegelijk op het ijs, maar gebeurt dat met een hele groep van 12 tot soms wel 32 (!) schaatsers. Zo'n groep rijdt een kür en moet daarin zoveel mogelijk als één eenheid optreden.

# Langebaanschaatsen

Het meest bekende schaatsonderdeel is het langebaanschaatsen. Het is niet voor niets één van de meest bekeken sporten op de Nederlandse televisie. De wedstrijden worden gereden op een 400-meterbaan.

Per rit komen er twee schaatsers aan de start, die iedere ronde van baan wisselen. Je kunt je tenslotte voorstellen, dat de rijder in de buitenbaan anders elke keer de grotere bocht moet maken en dus een langere afstand rijdt dan zijn tegenstander in de binnenbaan. Het doel van een langebaanwedstrijd is om de snelste tijd neer te zetten van alle schaatsers.



## Wist je dat?



De naam langebaanschaatsen komt van de 400-meterbaan, die langer is dan de kortebaan (160 meter) die ooit populairder was?











In 1924 schaatsen voor het eerst een olympische sport was? Toen mochten alleen mannen meedoen.



In Heerenveen de bekendste ijshal van Nederland staat en misschien wel van de wereld? Deze ijshal heet Thialf.

# Onderdelen langebaanschaatsen

-  500 meter
-  1000 meter
-  1500 meter
-  3000 (v) / 5000 (m) meter
-  5000 (v) / 10000 (m) meter
-  Mass start (ongeveer 20 rijders tegelijkertijd in de baan, degene die als eerste over de streep komt, wint)
-  Teamsprint (drie rijders starten, elke ronde valt er eentje af en na drie rondes finisht er één rijder)
-  Ploegenachtervolging (drie rijders van één team achter elkaar)



## Ireen Wüst

Zij is de beste olympiër aller tijden met 13 medailles, waarvan 5 gouden.



## Sven Kramer

De meest succesvolle Nederlandse schaatser aller tijden. Hij won vier olympische titels en werd dertig keer (!) wereldkampioen.

# SHORTTRACK

Misschien wel het spannendste onderdeel van schaatsen is shorttrack. Shorttrack betekent letterlijk 'korte baan'. Het wordt gedaan op een ijshockeypiste (van 30x60 meter), waarop met blokken een baan van 111,12 meter wordt neergelegd.

Bij shorttrack is het doel niet om de snelste tijd neer te zetten, maar om rechtstreeks van je tegenstanders te winnen. In één rit komen meestal vijf schaatsers tegelijk op het ijs. Een wedstrijd bestaat meestal uit meerdere rondes. Als je wilt winnen, moet je soms voorrondes en een kwartfinale rijden, voordat je via een halve finale uiteindelijk de finale bereikt.

De schaatsers gaan vaak zo hard en schuin door de bochten, dat ze hun hand even op het ijs zetten om hun evenwicht te bewaren en niet te vallen. De afstanden die worden gereden zijn 500, 1000 en 1500 meter. Bij grote kampioenschappen wordt er nog een superfinale gereden over 3000 meter, met een tussensprint na negen rondes.

## Blokjes?

Op de baan liggen blokjes om te zorgen dat iedereen netjes de baan blijft volgen. Soms glijdt er een blokje weg of moeten de blokjes verschoven worden. Weten hoe het blokjes leggen werkt? Kijk dan [hier](#).



# Wat dragen shorttrackers?

Vanwege de kleine baan ziet het materiaal van een shorttrackschaatser er anders uit dan bij andere schaatsers. De schaats is iets gebogen en de schoen is iets hoger om beter door de krappe bocht te komen. Om blessures te voorkomen dragen shorttrackers verder handschoenen, knie- en scheenbeschermers, een nekbeschermer en natuurlijk een helm. Hoe beter je wordt, hoe belangrijker goede bescherming is. Er bestaan snijvaste pakken, zodat je niet gesneden kunt worden bij een val. IJzers zijn tenslotte scherp en er wordt vaak gevallen.

## Wist je dat?



Dat Itzhak de Laat zijn eigen helmen ontwerpt? Dit doet hij ook voor andere sporters.



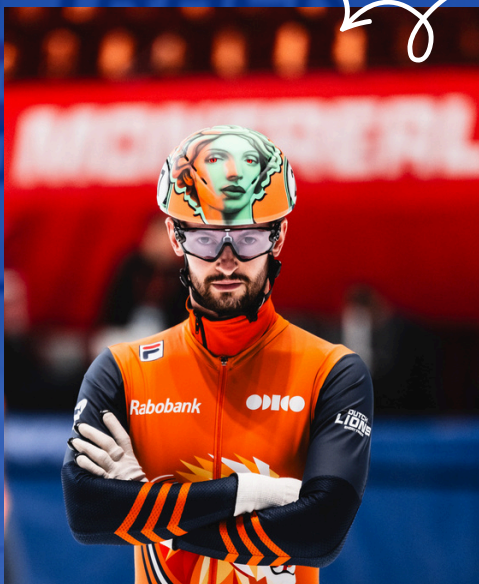
Je een straf kan krijgen tijdens de wedstrijd als je je tegenstander hindert?



Shorttrackers tijdens de wedstrijden allemaal coole inhaalacties maken en bijna op het ijs liggen als ze de bocht door gaan?



Er in het team meerdere broers en zussen zitten?



Sjinkie Knegt is Nederlands bekendste shorttracker. Hij won veel, en werd in 2015 allround wereldkampioen.



Melle en Jens van 't Wout



Xandra en Michelle Velzeboer



# MARATHONSCHAATSEN

Bij het marathonschaatsen gaan alle deelnemers tegelijkertijd van start en wint de schaatser die na afstanden van 40 tot soms wel 200 kilometer als eerste over de streep komt.

Soms is er aan het einde van zo'n wedstrijd nog steeds een grote groep schaatsers over (dat noem je een peloton), die uiteindelijk sprint om de winst. Het gebeurt ook vaak dat er eerder in de wedstrijd door een aantal rijders wordt aangevallen en er maar één of een paar schaatsers nog om de winst kunnen rijden.

Het is dus een hele tactische sport, waarvoor je veel conditie nodig hebt. Omdat het niet koud genoeg is om hier op natuurijs te schaatsen, rijden de marathonschaatsers nu op Nederlandse kunstijsbanen en op natuurijs in het buitenland.

## Wist je dat?



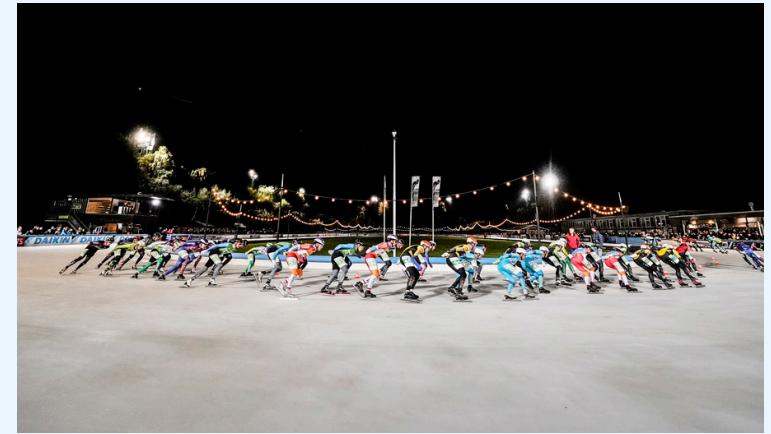
Sommige marathonschaatsers ook goed zijn op de langebaan? Zo hebben Jorrit Bergsma en Irene Schouten al meerdere wereldtitels gewonnen.



De marathonschaatsers ook wel 'mannen en vrouwen van de lange adem' worden genoemd?



De meeste marathonschaatsers ook nog een baan hebben naast het sporten? Zo was de laatste Elfstedentochtwinnaar Henk Angenent spruitjesboer



Jorrit Bergsma en Irene Schouten wonnen meerdere titels op de langebaan, maar ook op de marathon

# Inlineskaten

Als aan het einde van de winter de ijsbanen dichtgaan, kun je heel de zomer niet schaatsen, denk je misschien. Maar als je die ijzers inruilt voor wieltjes, kun je gaan inlineskaten, ook wel skeeleren genoemd.

De inlineskaters rijden wedstrijden op de piste en op de weg; de piste is een echte 'skatebaan' van bijvoorbeeld 200 meter. Dit is een ovale baan. Met de weg wordt niet helemaal letterlijk de weg bedoeld; het is meestal een parcours uitgelegd op sportcomplex of een parkeerterrein. Er mogen heuvels in zitten, en in ieder geval mag de baan niet helemaal rond zijn. Voor de marathon kan een parcours van meerdere kilometers worden uitgelegd, bijvoorbeeld in een stadscentrum. De marathonwedstrijd is, net als een hardloopmarathon, 42 kilometer lang.



## Wist je dat?



Er elk jaar een SKATE4daagse wordt georganiseerd? Iedereen kan zich daarvoor inschrijven en je krijgt dan een week de tijd om vier keer te skeeleren.



Er verschillende wieltjes zijn voor droog en nat weer?



Inlineskaten geen olympische sport is, maar dat de rijders dit wel heel graag willen?



De tweelingbroers Mulder (Ronald en Michel) op de langebaan titels gewonnen hebben, maar ook tijdens het inlinen?



In 2020 de NK inlineskaten op het circuit in Zandvoort zijn gehouden? De skeeleraars reden dus op hetzelfde asfalt als Max Verstappen.

# Natuurijs

Wanneer de temperatuur onder de 0 graden komt, worden veel schaatsers onrustig. Ze krijgen schaatskoorts. Dit is gelukkig geen ziekte, maar een sterk verlangen om te gaan schaatsen buiten op natuurijs. In Nederland komt dit helaas niet elk jaar voor. Daarom gaan de marathonrijders een paar keer per jaar naar het buitenland om daar te rijden op natuurijs.

## Elfstedentocht

De bekendste marathon op natuurijs is de 200 kilometer lange Elfstedentocht. En hoewel die 'Tocht der Tochten' zo bekend is, is hij in de geschiedenis maar 15 keer gereden. De laatste was in 1997. Elk jaar als het gaat vriezen, dan hopen de schaatsliefhebbers dat het dit jaar eindelijk gaat gebeuren. Maar helaas is het deze eeuw nog niet koud genoeg geweest, waardoor het ijs te dun was om de Elfstedentocht te rijden.

### Wist je dat?



Koning Willem-Alexander onder de schuilnaam W.A. van Buren in 1986 meedeed aan de Elfstedentocht?



Als je de Elfstedentocht uitrijdt, je een Elfstedenkruisje krijgt?



Er een film is gemaakt over de zwaarste Elfstedentocht? Deze film heet dan ook 'De Hel van 63'.

# Zelf schaatsen!



Voor kinderen is schaatsen een ontzettend leuke sport. Om naar te kijken, en vooral om te doen! Als er natuurijs ligt, maar ook om af en toe eens met vrienden naar de ijsbaan te gaan óf om echt voor te trainen en misschien wel wedstrijden te rijden.

Als je nog maar net begint met schaatsen en les neemt bij een (kunst-)schaatsvereniging, zul je beginnen om spelenderwijs te leren. Oefeningen die je bijvoorbeeld gaat doen zijn: op één of twee benen glijden, slalommen (tussen pionnen door schaatsen), remmen, dichtbij de grond zitten en overstappen in de bocht.

Soms zijn er leuke activiteiten als jeugdelfstedentochten, clinics van topschaatsers en clubwedstrijden. Als je het leuk vond om aan het jeugdschaatsen mee te doen, kun je meestal gelijk doorstromen naar een trainings- of wedstrijdgroep van een vereniging in de buurt.



# SUCCES MET JE SPREEKBEURT!

Hopelijk heb je nu veel meer geleerd over het schaatsen en inlineskaten!  
Als je op zoek bent naar nog meer informatie, kun je kijken op onze  
websites [Schaatsen.nl](http://Schaatsen.nl) en [KNSB.nl](http://KNSB.nl).

**KNSB**  **SCHAATSEN.NL**

 **thialf**