



## Schaatsen in Zweden met de HLSK

Auteur Tom Nieuwenhuijsen

Copyright HLSK

Winter 2018-2019

Versie 1.5, 4 september 2018



## **Je houdt van schaatsen op natuurijs en wil dat vaker doen dan in Nederland kan**

Zo is de HLSK ontstaan. Als het natuurijs niet meer vaak genoeg naar Nederland komt dan zoeken we het op. Waar? In Scandinavië, in Duitsland, of waar dan ook. Maar hoe doe je dat, schaatsen op onbekend en ongeprepareerd natuurijs? Op de Zweedse manier: met een gids, een veiligheidsuitrusting en altijd in gezelschap, nooit alleen.

Je leest deze brochure omdat je je hebt aangemeld bij de HLSK en een fadder (Zweeds voor mentor/mentrix) hebt gekregen die je deze brochure heeft gestuurd. Deze brochure geeft je een idee hoe een HLSK schaatstrip van enkele dagen in Zweden tot stand komt en hoe zo'n trip verloopt. Zweden is niet de enige schaatsbestemming, maar we nemen Zweden als voorbeeld omdat Zweden het schaatsmekka is voor de HLSK. Het ligt noordelijk genoeg voor jaarlijkse vorst en zuidelijk genoeg voor afwisseling met dooi, waardoor het ijs er meerdere keren per seizoen blank en glad bij ligt. Gidsen van de HLSK gaan gemiddeld meerdere keren per seizoen met een groep naar Zweden voor een schaatstrip.

*Het is goed om je vooraf af te vragen wat je zelf zoekt. Wat verwacht je er van? Hou je van geveegd, goed ijs, waarop je lekker hard kan rijden, zonder zorgen? Hou je van lekker uitslapen, beetje cultuur en ook nog een paar uur lekker buiten schaatsen? Of ga je voor zoveel mogelijk schaatsen in de prachtige natuur op het beste ongerepte ijs dat er op dat moment te vinden is, wat dus ook heel matig ijs kan zijn? Dat laatste geldt voor een HLSK-trip. Tijd voor shoppen en cultuur is er meestal niet. Op geveegde banen rijden we in beginsel niet. En ja, het ijs kan wel eens tegenvallen, maar dan gaan we er toch lekker tegenaan. Kilometers doen er niet toe, ijs- en natuurbeleving des te meer. Vroeg op, om bij het eerste licht bij het ijs te zijn, dan is er ook nog tijd voor een plan B. Herken je jezelf in deze benadering? Ga dan gerust mee, je doet je zelf een enorm plezier! Zit je er anders in, praat dan eerst eens met de gids en met mensen die al vaker mee zijn geweest en besluit daarna of je het gaat doen.*

Voordat je voor het eerst meegaat heb je een introductieavond bijgewoond, heb je de website [www.skridsko.net](http://www.skridsko.net) leren kennen en heb je met je fadder besproken voor welke trip je je zal inschrijven. Je uitrusting (of leenuitrusting) is in orde en gecheckt door een gids.

### **De organisatie**

De organisatie van een trip ligt in handen van de gidsen. Zij besluiten zelf of ze een trip gaan doen en wanneer ze die dan plannen. Een HLSK trip begint met het aankondigen van de trip op Skridskonet (SN) door de gidsen (altijd twee). Dat kan kortere of langere tijd van tevoren gebeuren. In november worden soms al weekends in maart aangekondigd. Alle aankondigingen hebben een voorlopig karakter. Waar de trip precies heen gaat hangt af van de vraag waar er schaatsbaar ijs te vinden is en zo ja, waar het beste ijs te vinden is. Daar valt een aantal weken vooraf nog niets over te zeggen. Daar valt eigenlijk pas de laatste paar dagen voor vertrek iets zinnigs over te zeggen. Het kan zelfs zijn dat een trip moet worden afgeblazen, maar dat komt gelukkig niet vaak voor omdat ons doelgebied (vanuit Nederland) heel groot is. Voor jou begint de trip met je inschrijving voor de trip op SN. De gidsen zullen dan contact met je opnemen en met je bespreken of de trip geschikt is voor je. De gidsen beslissen uiteindelijk wie er mee gaat.

*De onvoorspelbaarheid is een belangrijke karaktertrek van HLSK evenementen. De grootste mogelijke flexibiliteit tot de laatste minuut is essentieel. Niets is van tevoren zeker, behalve dat je gaat schaatsen op het beste ijs dat je gegeven de mogelijkheden kunt vinden. 's Ochtends vragen "waar gaan we morgen schaatsen?" heeft meestal geen zin. Want dat wordt pas in de*

*late middag/avond duidelijk. Vandaar ook: alle spullen worden altijd ingepakt en meegenomen, ook als er een kans bestaat dat later besloten wordt nog een nacht in dezelfde logiesgelegenheid te blijven. 'Travel light' is noodzakelijk in HLSK verband, neem alleen mee wat je nodig hebt, laat thuis wat misschien van pas kan komen.*

De gidsen zijn het hele seizoen aan het werk, ook als er niet geschaatst wordt. Zij volgen de ijsontwikkelingen praktisch dagelijks. Vanaf uiterlijk twee weken voor het geplande vertrek gaan de gidsen focussen op de trip. Zij e-mailen de deelnemers die zich hebben opgegeven. Als er afvallers zijn proberen ze nog nieuwe deelnemers te interesseren. Ze wijzen op de paklijst, ze geven instructie over de hoeveelheid additionele bagage. Eventueel verdelen ze rollen en taken (wel of geen eten mee; boodschappen doen; koken) over de deelnemers.



Onderwijl werken zij aan een reisplan. Dit doen ze op basis van de meest recente gegevens van SN, van actuele weerberichten en vooruitzichten, van satellietbeelden en van alle andere relevante informatie die voorhanden is. Zij verzamelen de best mogelijke info en zoeken zo nodig hulp van meer ervaren HLSK-ers, of van HLSK-ers met diepere kennis op deelreinen, zoals meteo en satellietbeeldinterpretatie.

*Een van de keuzes is die van vervoer. Vliegtickets zijn goedkoper naarmate ze langer van te voren geboekt worden. Maar de bestemming lang van te voren vastleggen is niet altijd handig. De keuze auto of vliegtuig + huurauto zal dus altijd moeilijk blijven. Met de auto of busje naar Zuid Zweden is te doen (je bent in 10 uur ca. 100 km boven Malmö), maar afhankelijk van de verplaatsingen binnen Zweden zelf, rijd je al snel in totaal 2500 tot 3000 km in 4 dagen. Dat vindt niet iedereen een feest. Toch zitten er veel voordelen aan eigen vervoer. Er vertrekt geen vliegtuig op een bepaalde tijd. Dat maakt je extra flexibel. In de tripaankondiging nemen de gidsen op hoe er gereisd zal worden. Koop pas een ticket als de gidsen hebben aangegeven welke vlucht genomen gaat worden.*

Uiterlijk 24 uur voor het geplande vertrek valt de beslissing of er vertrokken wordt. Tot dat moment kan er in beginsel nog afgeblazen worden. Maar dat gebeurt alleen als de ijscondities te slecht zijn of als de verwachte weersomstandigheden zo slecht zijn dat ze te veel risico opleveren. Tot de vertrektijd en zelfs tijdens de reis kan nog worden geschoven met de exacte bestemming op basis van "last minute" info.

*Bedenk bij vliegen dat schaatsen, stokken, flessen, messen e.d. niet in het toestel meegenomen mogen worden. Je zult dus altijd bagage moeten inchecken. Als je de schaatsrugzak incheckt, zorg dan dat deze verpakt is in een hoes, anders ontstaat er makkelijk schade aan banden, riemen e.d. Stokken worden verzameld in een snowboard- of ski-tas, die wordt ingecheckt als bijzondere bagage.*

## Voor het eerst op Zweeds ijs

Voor het eerst op Zweeds ijs betekent vaak ook: voor het eerst op de Zweedse manier schaatsen, dus met gepakte rugzak met reddingslijn, prikkers om de hals en stokken in de hand. Als je gelegenheid hebt is het aan te raden om in ieder geval een keer met de rugzak te gaan schaatsen. Je zult merken dat je even een nieuwe balans moet vinden. De gidsen houden rekening met 'newbies' in de groep en zullen in ieder geval ook een oefening met de reddingslijn en de priemen met de groep doen.

*Oefenen met de rugzak is mogelijk in Biddinghuizen; stokken mag je daar niet meenemen op het ijs. Je kunt wel een beetje simuleren dat je ze vasthoudt. De rugzak en de Zweedse manier van schaatsen laten niet of nauwelijks toe dat je met je handen op je rug staat. In het algemeen (op goed ijs) heb je de stokken bij elkaar voor je vast, met de punten naar beneden gericht. Pas bij een lastige passage of op moeilijk ijs ga je ze gebruiken en neem je in je linker- en rechterhand een stok. Je gebruikt ze zoals langlaufers bij de schaatsslag doen of door je zelf met twee stokken tegelijk vooruit te prikken met twee benen op het ijs (goed idee om een kort dun stuk ijs over te steken).*



Loop nooit zo maar het ijs op. De gids gaat altijd eerst. Pas als hij/zij aangeeft dat het veilig is volgt de rest.

Als iedereen zijn/haar schaatsen aan heeft, doen we in paren de 'buddy check': we controleren bij elkaar of iedereen zijn uitrusting goed heeft zitten, dus rugzak met waterdichte (kano)zak waarin complete set droge kleding en lucht, correct aan de rugzak bevestigde reddingslijn die gemakkelijk tevoorschijn kan worden getrokken, ijspriemen (2) met fluitje, hoog om de nek of op een band van de rugzak, bevestiging rugzak tussen de benen door (zodat hij niet omhoog kan komen in het water), twee stokken. Is iemand

niet compleet of goed uitgerust dan beslist de gids hoe verder te gaan. Het kan betekenen dat er niet betrokken wordt. Veiligheid gaat voor alles.

*De veiligheidsuitrusting is ervoor bedoeld dat iemand die door het ijs zakt zonder grote problemen er uit gehaald kan worden en verder kan. Zweden is groot en leeg. Uitgangspunt is dat een schaatsgroep zichzelf in de natuur weet te redden. Vandaar de uitrusting: de Zweden gaan er op het ijs van uit dat je er wel eens een keer door zult zakken en dat je jezelf dan moet kunnen redden (met hulp van anderen; je staat nooit alleen!). Er wordt geschaatst op ongerept ijs. Alle Zweedse meren kennen stroming en andere natuurlijke fenomenen die van invloed kunnen zijn op de sterkte en dikte van het ijs. De gids staat altijd voorop, als er iemand door gaat is de kans verreweg het grootst (>90%) dat het de gids is.*

Voor vertrek bespreekt de gids het dagplan met de groep. Wat gaan we doen? Hoeveel pauzes zullen er worden gehouden? Wanneer houden we pauze? Enz. Het is een plan, gaandeweg kan blijken dat het bijgesteld moet worden. De gids zal daar dan aandacht aan besteden. Voor vertrek bespreekt de gids ook de volgorde van de groep waarin geschaatst wordt.

*Omdat we op ongerept natuurijs schaatsen, waarvan het draagvermogen werkende weg moet worden verkend, schaatsen we in een rij, in het spoor van de gids. Dit blijkt voor Nederlandse schaatsers één van de lastigste onderdelen: de discipline om in de rij te blijven. Toch is het belangrijk dat het gebeurt. Alleen dan weet de gids dat zijn groep een veilige passage maakt.*



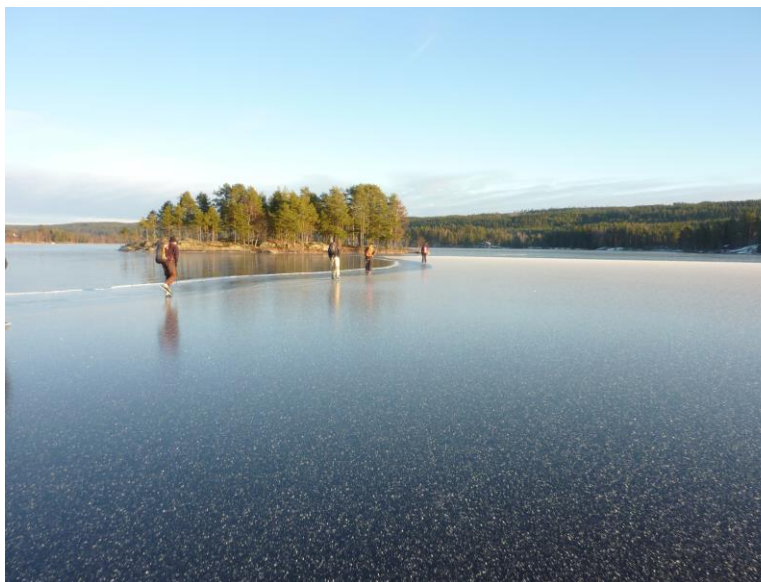
*Schaatst iemand buiten de rij dan kan hij/zij op dun ijs komen, dat niet is verkend. Soms zullen er omstandigheden zijn waarin wat breder kan worden uitgewaaierd, of naast elkaar gereden kan worden. De gids zal dat dan aangeven. Maar zodra de gids zijn/haar armen spreidt, moet iedereen weer in de rij en minimaal 15 meter afstand van elkaar houden. Steekt de gids een hand omhoog, dan betekent dat onmiddellijk stoppen en blijven staan op de plaats waar je bent. De groep gaat pas weer rijden op instructie van de gids.*

De gids schaatst altijd voorop. De tweede gids of assistent-gids schaatst vaak achteraan, maar soms zal de gids de tweede gids vragen om als tweede te schaatsen, op een meter of 15 tot 20 achter de gids. In dat geval wijst de gids een ander aan voor de laatste positie. Die positie is wel belangrijk. Achterom kijken bij schaatsen is moeilijk. Als iemand in de rij valt of een probleem heeft, dan moet de achterste man/vrouw de gids waarschuwen met een fluitsignaal (fluitje zit aan de priemenset). Ook kan de achterste schaatser beter nota nemen van eventuele vermoeidheid van groepsleden.

Eenmaal op weg zal de groep nooit harder gaan dan de langzaamste deelnemer. Niemand wordt immers aan zijn lot overgelaten op het ijs. De langzaamste deelnemer schaatst dus nooit achteraan in de groep. In de praktijk blijken verschillen in tempo niet snel een probleem. Omdat er over ongerept ijs wordt geschaatst en het ijs vrijwel nooit kilometers achtereen 'hetzelfde' blijft, is er altijd veel te verkennen aan passages over scheuren, kistwerken, dunner ijs enz. Dat leidt tot regelmatige stops. Er wordt bovendien met regelmaat (kort) gepauzeerd voor een bakkie en (wat langer) voor de lunch. Het afleggen van kilometers is vanaf het eerste moment min of meer bijzaak. Deze ervaring hebben eigenlijk alle HLSK-ers die wel eens in Zweden hebben geschaatst. Bij de samenstelling van groepen wordt wel goed gekeken naar het niveau, om te grote verschillen te voorkomen. Als er bij inschrijving twijfel bestaat bij de gidsen over het niveau van een deelnemer wordt dat besproken. Het kan leiden tot uitschrijving. Overigens hebben de gidsen vooraf altijd het laatste woord over de samenstelling van de groep. Ook mogelijk te verwachten problemen in de groepsdynamiek kunnen aanleiding vormen om een deelnemer uit te schrijven.

*In beginsel ben je met een schaatstocht de hele daglichtperiode bezig. Het is gebruikelijk om aan het eind van de tocht op het ijs even te verzamelen. De gids vraagt hoe de deelnemers de tocht hebben beleefd. De*

*deelnemers bedanken de gidsen. De gids geeft aan dat de tocht afgelopen is. Hij/zij doet zijn schaatsen af en gaat als eerste van het ijs. Niet zelden gaat juist bij het betreden en het verlaten van het ijs iemand er doorheen omdat zwakke plekken vaak aan de oevers zitten. De groep volgt daarom de door de gids gekozen weg van het ijs. Ook dit vraagt weer om een beetje discipline, waar wij Nederlanders het vaak moeilijk mee hebben.*





## **Van het ijs en op naar? ... nieuw ijs!**

Eenmaal van het ijs wordt alles weer ingeladen in de auto's of het busje. De gidsen gaan direct informatie verzamelen over schaatsmogelijkheden voor de volgende dag. Op basis van die informatie beslissen de gidsen waar die avond geslapen zal worden. Dat kan ook twee- of driehonderd kilometer rijden betekenen. Onderweg eventueel boodschappen doen voor eten, om 19:00 uur (soms later) op de nieuwe locatie uitpakken. De HLSK maakt in beginsel gebruik van zogenoemde Vandrarhems, een soort jeugdherbergen. Sobere, doeltreffende slaapgelegenheden, met vaak 4- of meerpersoonskamers. Je wordt geacht zelf schoon te maken; er is een keuken waarin een eenvoudige maaltijd bereid kan worden. Sommige gidsen houden wel van wat meer comfort, maar er zijn er ook die het liefst ook nog zouden kamperen. Dit soort zaken worden natuurlijk 'aan de voorkant', bij inschrijving, aangegeven.

*Het is goed om af te spreken dat iedereen verantwoordelijk is voor zijn eigen spullen. Dit betekent dat iedereen zich ook alleen druk hoeft te maken over zijn eigen bagage. Het beste is dat iedereen ook alleen zijn eigen spullen naar binnen en naar buiten draagt. Vaak zijn er een of twee tassen/dozen met etenswaren. De groep kan afspreken dat één van hen daarvoor verantwoordelijk is (de ervaring leert dat er anders heel veel in koelkasten onderweg achterblijft). Let goed op je spullen, want in het algemeen is er geen mogelijkheid om terug te keren naar een vorige slaapplek. Ook hierom is het goed om alleen mee te nemen wat je echt nodig hebt.*

De deelnemers koken en wassen af. De gidsen werken aan het programma voor de volgende dag. Tijdens het eten wordt de tocht van de dag geëvalueerd. Tegen het eind van de avond maken de gidsen het plan en het back up plan voor de volgende dag bekend. Dan wordt ook het tijdstip van opstaan en vertrek besloten. Dat is bijna altijd vroeg. Zelfs in de donkerste tijd wordt het om 8.30 uur licht. In februari en maart is dat al veel eerder het geval. De reistijd naar het ijs duurt, zelfs als je er heel dicht bij bent, altijd wel een half uur, maar kan ook veel langer duren. Vertrekken om 7 uur is heel gewoon. De ervaring heeft geleerd dat een groep al gauw 1,5 uur nodig heeft om vertrek gereed te zijn. Dat betekent dat de wekker dan op 5.30 wordt gezet..

*Waarom altijd zo vroeg op? Twee redenen: we gaan naar Zweden om zoveel mogelijk te genieten van schaatsen op natuurijs. Dus benutten we de daglichtperiode liefst maximaal. Maar belangrijker: hoe goed de research ook geweest is, niemand weet precies van te voren hoe het ijs er bij ligt. Stel dat het erg tegenvalt. Dan heb je nog de mogelijkheid je plan B tot uitvoering te brengen en een andere plek op te zoeken. Zweden is groot dus dat zal al snel meer dan een uur tijd vergen. Begin je niet vroeg dan blijft er weinig tijd over voor een plan B.*

's Ochtends wordt stevig doorgewerkt. Water opzetten voor de thermosflessen. Ontbijt en vullen van de broodbakken. Opruimen, de kamers netjes achterlaten. Iedereen zorgt voor zijn eigen thermos en broodbak en iedereen draagt zijn eigen spullen naar buiten. Dit ritme herhaalt zich elke dag. De laatste dag kan anders lopen, afhankelijk van het vervoer naar huis. De gidsen proberen wel altijd te zorgen dat er ook de laatste dag nog geschaatst wordt, al is het kort, want de lange reis terug is met verse herinnering aan natuurijs veel korter dan met herinneringen van alweer een dag oud. Op de terugweg evalueert de groep de hele schaatstrip en bij voorkeur maakt iemand een evaluatieverslag met leer- en verbeterpunten. Het is verstandig om kort na thuiskomst voor jezelf ook een lijstje te maken met verbeterpunten aan uitrusting en bagage. Want voor je het weet ben je weer onderweg ....