

j e t s k a t i n g

nieuwsbrief juli 2007 van Harriët Koorn

Wielervedstrijden in Lisse

Afgelopen twee maanden heb ik niet zo veel wedstrijden gereden doordat ik veel woensdagen op trainingskamp was. Ik heb er alleen drie in juni gereden. De wedstrijd van 6 juni ging erg lekker. Ik kon goed voorin mee rijden en ook echt mee doen met de wedstrijd. Één rondje voor het einde was er vlak achter mij een valpartij. Ik schrok er erg van, maar gelukkig zat ik er net voor.

De wedstrijd van 13 juni ging ook lekker. De opdracht was om er meteen in te vliegen en dan maar te zien, en dat lukte ook. Er was weer een valpartij. Alleen dit keer vlak voor me. Net na een bocht lagen er opeens een paar op de grond. Doordat ik volle bak in de remmen moest slipte m'n achterwiel een paar keer weg en was ik bang dat ik ook zou vallen, maar gelukkig liep het goed af en kon ik de berm in om er omheen te rijden. Doordat het hierdoor een beetje chaos was geworden werd de wedstrijd even stilgelegd. Dat vonden m'n benen niet zo leuk. Daarna ging het voor geen meter meer. Toch was het een leuke wedstrijd.

De wedstrijd van 27 juni ging voor geen meter. Het woei super hard waardoor het steeds op een lint ging. Ik had niet de benen om goed mee te kunnen rijden jammer genoeg. Het was ook de eerste keer dat ik met een 53 blad reed, dus misschien had dat er ook mee te maken.



in het peloton

Tijdrit op parcours Lisse

Maandag 11 juni hield m'n vader met de fietstraining van de Noordwijkse ijsclub een tijdrit op het wielercircuit in Lisse. Ik heb ook meegedaan omdat ik graag een pr wilde rijden. De tijdrit ging over één rondje, dat 1450 meter lang is. Vorig jaar heb ik op 11 september ook meegedaan, en toen reed ik 2.07.87. Ik was erg benieuwd wat ik nu zou rijden. Gelukkig ging het goed en reed ik een dik pr in 2.05.27. (gemiddeld 41,67) Daar was ik erg tevreden mee. Ik rij een stuk eerder in het seizoen harder dan vorig jaar. Dit is natuurlijk geen garantie dat ik gelijk harder ga schaatsen maar het is wel leuk. Ik hoop in september nog een keer een tijdrit te rijden.



Zomerijs Thialf

Ik ben drie keer naar het zomerijs in Thialf geweest. Eerst van 17 t/m 21 juni, daarna van 29 juni t/m 1 juli, en nog van 5 t/m 7 juli. We overnachtten alle drie de keren weer in Akkrum, net als voorgaande jaren. De bedoeling was dat ik mijn nieuwe Viking schoenen ging testen deze periodes. Daaruit bleek dat de linker schoen niet goed zat. Daardoor zijn we een paar keer naar Viking geweest om te kijken wat er aan gedaan moet worden. Dat had wel tot gevolg dat ik weer op m'n oude schoenen heb gereden. Ik heb wel nieuwe ijzers kunnen testen. Op m'n oude ijzers heb ik vier jaar gereden en die zijn helemaal af. Het was wel erg wennen, want het voelde in eerste instantie toch minder vertrouwd. Aan het einde van het zomerijs had ik wel het idee dat ik er redelijk vertrouwd op raakte, dus dat was mooi. Ik zou eigenlijk ook aan de wedstrijd mee doen, maar ik werd ontzettend verkouden en liep erg te hoesten. Doordat we ongeveer aansluitend aan het zomerijs naar Ulrichen zouden gaan en ik er daar geen last meer van wilde hebben, heb ik me voor de wedstrijd afgemeld.

Ik begin overigens de komende winter weer gewoon op m'n oude schoenen. Viking gaat na hun vakantie m'n schoen aanpassen, maar ik weet niet hoe lang dat duurt, en ik wil niet vlak voor belangrijke wedstrijden nog aan ander materiaal wennen.

Sponsoring

Helaas ben ik er nog niet in geslaagd om dit jaar een nieuwe hoofdsponsor te vinden. Hoewel ik heel erg blij ben met mijn overgebleven sponsors, zou ik met extra sponsors nog meer trainingsmogelijkheden kunnen creëren. Heeft u interesse om mij te sponsoren, neemt u dan gerust eens contact met mij op. Via mijn website: www.jetskating.nl kunt u uitgebreid lezen wie ik ben, wat ik gedaan heb, wat ik doe en wat ik graag wil bereiken.



ADVOCATENKANTOOR COBY KOORN

arbeidsrecht · personen- & familierecht
bestuursrecht · letselschade

(071) 523 09 45 · Leiden
www.cobykoorn.nl

j e t s k a t i n g

Trainer: Piet Schipper; Trainingsbegeleiding: Gerard Koorn; Fysieke controle: Energy Control, Weesp; Manueel therapeut: Wilbert Nieuwenhuys, Merenwijk Leiden; Drukwerk: NDR Uw reprocentrum, Den Haag; Sponsors: Advocatenkantoor Coby Koorn, Leiden;

Trainingskamp Ulrichen, Zwitserland

Maandag 9 juli vertrokken we weer naar Ulrichen. Toen we in Zwitserland aan kwamen regende het, en dat deed het de dag erna ook nog. Er was zelfs sneeuw gevallen op de Nufenenpas. Toen we naar boven reden om te kijken was het er -1 graad en sneeuwde het er. Het zag er allemaal wel weer prachtig uit.

Ik heb erg lekker getraind dit kamp. Op de eerste dag na was het prachtig weer, en lekker warm, zo'n 27 graden in het dal. Ik heb goed kunnen skeeleren op het vliegveld, en we hebben ook een prachtig centrum gevonden waar ik krachttraining kan doen. Het fietsen ging ook weer lekker. Ik kon merken dat ik makkelijker klom dan vorig jaar. Ik heb net als vorig jaar de Nufenenpas en de Gotthardpas beklommen, en dit jaar ook voor het eerst de Grimselpas.

Door het prachtige weer heb ik alle trainingen goed kunnen doen, en ben ik ook nog eens lekker bruin geworden. Weer een geslaagd kamp dus.



koud begin in Ulrichen



inlinen op het vliegveld



lekker bergop fietsen



de Nufenenpas



links de Grimselpas met linksboven de Rhônegletsjer en rechts de Furkapas



op weg naar de Grimselpas

Planning

Omdat ik nog geen nieuwe sponsor heb gevonden zal ik niet naar het zomers van Berlijn gaan. Het eerst volgende kamp is weer naar Ulrichen, van 16 t/m 26 augustus. Daarna is het de bedoeling om eind september wel naar Berlijn te gaan, om daar te schaatsen.

<http://www.jetskating.nl>