

'IK HEB AARDIG WAT BLAUWE PLEKKEN GEZIEN'



Marjelle van Driel (21), vierdejaars geneeskundestudent in Utrecht, is kunstschaatstrainer. 'In het begin ben je op het ijs alleen maar bezig met overleven.'

WAT DOE JE PRECIËS? 'Sinds vier seizoenen geef ik kunstschaatstrainingen bij Kunstrijschaats Vereniging Midden Nederland (KVM on Ice), meestal aan kinderen tussen 7 en 12 jaar. Ik ben zelf op 15-jarige leeftijd bij KVM on Ice begonnen met solorijden, een van de disciplines van het kunstschaatsen.'

HOE ZIET ZO'N TRAINING ERUIT? 'De training begint met warm schaatsen, gevolgd door een warming-up. Daarna gaan we aan de slag met de (basis)schaatsvaardigheden en pasjes ter voorbereiding op het diplomaschaatsen waarbij oefeningen als pirouettes en sleepjes aan de jury worden getoond. Zeker bij de jongere kunstschaatsers wordt de intensieve training afgewisseld met wat spelletjes. Ik vind het belangrijk dat prestatie en plezier hand in hand gaan op het ijs. Hoe verder gevorderd de groep is, hoe meer en moeilijker de elementen die in de training worden geoefend. Denk daarbij aan sprongen zoals rittberger en axel. De training wordt afgesloten met pirouetten. Naast de on-ice-uren geef ik soms droogtrainingen waarbij we techniek, elegantie en lenigheid op het droge oefenen.' Lachend: 'In het begin ben je op het ijs vooral bezig met overleven op de dunne ijzers, dan is op het droge oefenen een uitkomst.'

EEN SPORT WAARBIJ AARDIG WAT KAN MISGAAN...

STA JE OOK WEL EENS ALS DOKTER OP HET IJS? 'Kunstschaatsen is een van de moeilijkste sporten. Het is handig dat ik iets weet van scheefstaande polsen en sportblessures. Ik heb gelukkig nog nooit iemand helemaal verkeerd zien vallen, maar ik heb aardig wat kneuzingen en blauwe plekken gezien. Het is als trainer heel fijn dat ik kan inschatten of iemand doorgestuurd moet worden naar de spoedeisende hulp.'

WAAROM IS DIT DE LEUKSTE BIJBAAN? 'Kunstschaatsen is relatief weinig bekend. Op dit moment zijn er ook geen grote voorbeeldfiguren in Nederland. Als programma's als 'Sterren Dansen op het IJs' weer op tv komen en we weer een topper hebben die prestaties levert op hoog niveau, zullen meer mensen geënthousiasmeerd raken om zich op het ijs te begeven. Het is namelijk een prachtige sport met heel veel aspecten: sierlijkheid, elegantie, intensiviteit, voetenwerk... Daarnaast vind ik onderwijs geven ontzettend leuk. Dus dat ik mijn enthousiasme voor deze sport op kinderen kan overbrengen maakt het voor mij de leukste bijbaan.'

EN VERDIENT HET EEN BEETJE? 'Dat valt tegen. Het enthousiasme en plezier van de kinderen zijn voor mij het meeste waard' ●