

Schaatsteam Wim Nieuwenhuizen

Trainingskamp in Duitsland

NIUWKOOP / INZELL
– Voor het tweede zomerschaats-trainingskamp van dit seizoen was schaatsteam Wim Nieuwenhuizen in het Duitse Inzell voor training op het ijs van de Max Aicher Arena.

Het team bestond uit Vishwaraj R. Jadeja, Nino van Dijk en Bart Valentijn. Marjan van Dijk was mee voor de verzorging. Bij aankomst, donderdag 24 juli, werden eerst twee trainingen gedaan. De volgende dagen werd dagelijks drie keer zo'n anderhalf uur getraind.

Gedurende de week is ook gefietst. Op de laatste vrijdag is de 500 en 1500 meter gereden en op zaterdag de 500 en 1000 meter. In totaal werden zeven persoonlijke records gereden. In totaal is 33.40 uur op het ijs



Terwijl velen nog volop genieten van de zomervakantie, traint dit team afweer op de lange ijzers. (Foto: pr)

getraind over 23 trainingen, exclusief de wedstrijden. Op de fiets is 4.28 uur getraind met een totaal van 114 km. Alle teamleden waren op de laatste dag best wat minder fris dan in het begin van het trainingskamp, maar dat is een logisch gevolg van de geleverde arbeid. Ondanks die vermoeidheid werd ook op de

laatste dag nog goed getraind. Het hoofddoel van het trainingskamp was om de schaatstechniek te verbeteren. Hierin is behoorlijk veel vooruitgang gemaakt. Het volgende trainingskamp is eind augustus gedurende 16 dagen in de Franse Alpen. Meer informatie: www.schaatsteamwim.nl.