

## Sneeuwduinen en vette wanten - dinsdag 9 februari

Een rustige dag. Mijn stelling dat je bij duursporten de eerste dag alles aan kunt, de tweede dag een beetje moe bent, de derde dag denkt dat het allemaal niks voor je is, en pas vanaf de vierde dag echt in een ritme komt, lijkt ook bij het schaatsen te kloppen. Vandaag ging het allemaal een stuk soepeler.

's Ochtend wat rustiger weg dan anders en de 'rode'baan gereden. Die was voor het eerst een keer geveegd. Daarna naar het zuiden: Storsund. Veel scheuren in het ijs, maar ondanks een flinterdun laagje sneeuw van 's nachts, ging het tamelijk soepel. Bij Storsund over een landtong gekluund om op het kleine meer verder te schaatsen. Een paar dagen geleden was het ijs daar mooier (minder scheuren) maar wel minder goed geveegd. Dat bleek nog steeds het geval te zijn, en omdat het ondertussen was gaan sneeuwen, werd het er niet beter op. Gelukkig ligt de sneeuw er door de lage temperatuur (circa -5) heel los op, dus er doorheen schaatsen is geen enkel probleem.

Toch lukte het mij om mijn kniebeschermers een keer goed te testen. Ik kwam hard op mijn rechterknie en gleeed daarop nog een paar meter door. Ik blij dat ik de kussentjes drie keer zo dik heb gemaakt: geen centje pijn.

Terug in Storsund kwamen we een Nederlander in zijn eentje tegen. Hij was gevallen en had daarbij zijn wenkbrauw stevig opengehaald. Maar dat had hij zelf eigenlijk niet in de gaten. Maar hij had zich ook niet goed georiënteerd en wist eigenlijk niet waar hij was. Hij stond net de kaart van het gebied te bekijken (die hangt daar aan een paal), maar kwam er niet goed uit. Omdat hij ook na drie keer uitleggen niet goed doorhad hoe hij weer terugkwam bij de Framby Udde, lieten we hem met ons mee terugrijden.



Het was niet zo spectaculair als vorig jaar, maar de wind kwam lekker opzetten, het sneeuwde opeens stevig en de scheuren werden langzaam maar zeker onzichtbaar. Samen met het ijs waar je niet één slag echt kunt glijden, was het hard werken.

Bij de Framby Udde aangekomen herkende ons gezelschap het allemaal niet. Pas toen hij zijn eigen caravan zag, wist ie dat ie weer op de startplek terug was. Ik was blij dat ie zo verstandig was om het ijs af te stappen. Wel zei ik hem nog dat ie even iemand naar zijn wenkbrauw moest laten kijken, want volgens mij moesten er een paar krammetjes of hechtingen in.

Wij gingen Ulf opzoeken en hem zijn souvenir uit Nederland brengen (drop). Hij was er zeer verguld mee. Een tijdje in de winkel rondgehangen en mijn schaatsmaat heeft nog een fraai shirt gekocht. Tussendoor ben ik nog even naar de caravan gelopen om zeker te weten dat de man met de wenkbrauw gezelschap had. Ondertussen was ik er namelijk van overtuigd dat ie misschien een kleine hersenschudding had. Gelukkig bleek zijn vrouw er ook te zijn, dus nadat ik zeker wist dat alles in orde was (of in ieder geval dat hij in goede handen was) ben ik teruggegaan en zijn we koffie gaan drinken.

Rare jongens die Zweden. Tussen 12 en 2 kun je gebruik maken van een lunchbuffet. Ongeacht wat je daarvan eet (al is het slechts een kop soep): je betaalt altijd hetzelfde. Maar nu keek mijn schaatsmaat uit naar een lekkere kop soep; was het na 2-en en was er geen soep meer! Wel broodjes en allerlei taarten, maar geen soep.

Het sneeuwde nog steeds hard, dus we hebben lang gedaan over de koffie. Nog een tijd met C – de organisator van de Runn-Is-veckan – zitten praten. Hij baalde een beetje. Door het ingelaste NK op het ZuidLaarder meer, hebben een heleboel marathonrijders hun komst naar Falun en Borlänge met een dag verlaat. C was de hele morgen bezig met herboeken. Vervelend ook voor de ploegen. De kwartiermakers (die zorgen voor tenten en ander materiaal) waren al met hun vrachtauto's in Zuid-Zweden, en konden halsoverkop omdraaien om naar Assen te rijden.

Het leek even op te klaren, dus we trokken de schaatsen weer aan. We waren van plan om direct over te steken naar het hostel, want er lag overal een flinke laag verse sneeuw. Maar we waren nog geen honderd meter onderweg toen het toch begon te kriebelen: het gleed allemaal wel lekker. Dan toch nog maar even de rode baan. Prachtig! Weliswaar ijs waar je flink moet opletten, maar door de verse sneeuw was het één grote witte vlakke waar we doorheen schaatsten. De sneeuw viel zo hard, en het woei ook nog stevig, dus langzaam maar zeker vormden zich kleine stuifduinen van sneeuw op het



ijs. Gelukkig hebben wij ondertussen allebei onze maatregelen genomen: de (dikke) wanten gaan tussen twee broeken in precies op hoogte van het heupgewricht. De wanten van mijn schaatsmaat hebben hun aankoopprijs al helemaal terugverdiend. Een paar keer werd de val op zijn heupen netjes opgevangen door een dikke laag dons.

Toen we na de rode baan weer op de (deels geveegde) blauwe baan terecht kwamen, ging het zo lekker dat we nog maar even een extra rondje reden. Na 50 km stapten we geheel tevreden van het ijs.

In het hostel lazen we allemaal leuke mailtjes. Het blijkt dat er in Nederland alweer goed geschaatst kan worden. Weliswaar nog geen grote tochten, maar wel een stuk beter ijs dan hier. We wensen jullie allemaal heel veel schaatsplezier!!! Bewaar wat ijs voor ons.

Mijn schaatsmaat kookt, terwijl ik de foto- en videoadministratie op mij nam, en snel daarna gingen we met T en A op weg naar Borlänge. Daar troffen we een 'Bandy'-veld aan. Bandy is een soort ijshockey voor kinderen. Het veld is ongeveer het formaat van een voetbalveld. Daarop was een keurige ijsvloer gelegd. Het was prettig om weer eens voluit uit te kunnen slaan. Wel even wennen, want het was één grote ijsvloer die veel vierkanter was dan we gewend zijn van de Jaap Eden. De bochten waren onwennig, want er was weinig om je aan te oriënteren: je kon een bocht van 90 graden rijden, dan een stukje rechtuit en dan weer een bocht van 90 graden, of je kon een extreem luie bocht rijden.

Al met al: heerlijk door de sneeuw(val) schaatsen. Na zo'n 25 km stapten we met enigszins moeie ruggen van het ijs. Maar weer terug in het hostel toch wel het idee dat 75 km op een dag goed te doen is.

Morgen naar het meer van Orsa / Mora. Voor iedereen die dit leest: veel plezier op het ijs! Tot de volgende blog.

