

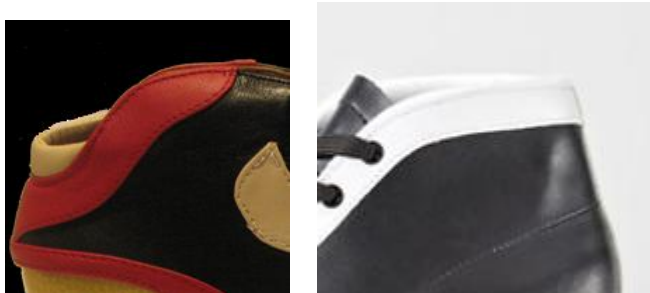
# Keuze schoen en schaats

---

Het is nogal afhankelijk van je voet welke schaats je het beste past.

Maar er is tegenwoordig een belangrijk verschil tussen een top schoen en een normale schoen.

Om de pasvorm beter te maken wordt er in een goede (top)schoen gebruik gemaakt van een thermoplastische contrefort. Dit is een substantie die door verwarming slap wordt en bij koude de vorm van je voet aan neemt. Een aantal merken; Viking, Bont, Maple, Seves zijn merken die dit gebruiken.



Een schoen geschikt voor klapschaatsen heeft vaak aan de achterkant ruimte of een soort inkeping. Dit is omdat je de voet moet kunnen strekken en daardoor heeft je achillespees aan de achterkant wat meer ruimte nodig om die beweging te maken. Vaak is ie aan de zijkanten wat hoger om zo wat meer zijwaartse steun te geven. Vraag en kijk altijd of de schoen deze kenmerken heeft.

Het ijzer moet goed hard zijn (uitgedrukt in HRC Rockwell) en is bij een wedstrijdschaats ook wat hoger. Je kunt kiezen uit een aluminium legering of een staal legering.

De legering wordt zo samengesteld dat het ijzer stijf is maar ook niet te stijf want we vinden het fijn dat je een schaats wat kan sturen. Dit is niet iets wat je bewust waarneemt. Je merkt het pas als je van een slapper frame naar een harder frame gaat.



Afzet klapschaats

De standaard Viking maakt vaak gebruik van een staal legering(61 HRC) en geeft dus wat meer soepelheid. Maar kies je voor een sprint ijzer dan is het ijzer al weer wat harder (64 HRC)



Maple Comet 64 HRC



Viking Nagano 2000 Hardheid 62 HRC



Viking Nagano Sprint 1.1 66 HRC Nikkel

Maple maakte van oudsher vaak gebruik van een aluminium legering met 65 HRC maar tegenwoordig hebben ze ook staal.

Een goede zaak is Oomsport in de schaatsbaan De Uithof in Den Haag. Azzuri in de schaatsbaan Breda is ook goed. Beide hebben de equipment om schaatsen aan te meten, in de oven te plaatsen en maken gebruik van druk machine om de schoen dicht om de voet te krijgen.



#### Schoendrukmachine

Ga je naar een shop in de buurt, vraag aan de balie of ze een schoen kunnen verwarmen en dat je in schaatszit je schoen kan aantrekken. Met een krukje want anders krijg je zure benen 😊.