



(PRE)SELECTIE GIDS SEIZOEN 2025/2026

Celebrating
— 10 YEARS —

Inhoudsopgave

Introductie 3

Wat houdt de (pre)selectie in? 4

D-Day 5

MIF 6

(Pre) selectie schema 25/26 7





INTRODUCTIE

Met ingang van 25/26 is er niet alleen meer ijs maar ook een nieuwe selectieaanpak!

Naast het recreatief schaatsen kan de sport op een nog serieuzere manier beleefd worden. Bij het (pre)selectie schaatsen komt de nadruk steeds meer te liggen op prestaties zonder uiteraard af te stappen van het fijne gevoel dat de KSVH-beleving aan alle leden biedt.

(Pre)selectie schaatsen betekent leger ijs, meer uren en ook off-ice, een essentieel onderdeel van de sport. Ook het rijden van wedstrijden kan ook onderdeel uitmaken van het selectieschaatsen en vanaf seizoen 25/26 kan dit zelfs uitgetest worden in Haarlem tijdens onze D-days!

WAT HOUDT (PRE)SELECTIE IN?

KSVH

De pre-selectie is eigenlijk vrije instroom hoewel er wel een minimaal schaatsniveau vereist is maar de lat wordt hier niet te hoog gelegd. Uit deze pre-selectie wordt de selectie gekozen en hieruit worden weer de deelnemers aan wedstrijden gekozen. Dit nieuwe systeem introduceren we langzaam binnen de club met ingang van 25/26.

Voorwaarden meedoen aan de (pre)selectie:

- Minimaal 2 lesblokken in de week afnemen, bij voorkeur selectieblokken maar 1 selectieblok en 1 regulier jeugd of teens & adults blok kan ook
- Voldoende instapniveau. Hoewel de pre-selectie nog wel vrije instroom is moet er wel een instapniveau zijn. Hierbij zijn echter ook de wil, motivatie en instelling factoren die meespelen.





D-DAY

Aangezien wij erachter kwamen dat het oefenen voor wedstrijden en een andere aanpak van wedstrijdrijden toch echt nodig was, introduceren wij in seizoen 25/26 D-Days, de demonstratie dagen waarin de (pre)selectie schaatsers simulatiewedstrijden kunnen rijden waardoor iedereen die al wedstrijden rijdt zich beter kan voorbereiden op de echte wedstrijden en de leden die net instromen in de (pre)selectie alvast kunnen meemaken hoe het is om een wedstrijd te rijden en dat ook nog in eigen huis. Er wordt niet gewerkt met puntentelling en prijzen maar verder gaat alles hetzelfde als bij reguliere wedstrijden, inclusief startvolgorde, inrijden en in jouw eentje jouw kur rijden voor het aanwezige publiek en mederijders.

MIF (MOVES IN THE FIELD)

KSVH

MIF staat voor "Moves In the Field" en is een reeks schaatstechnische testen binnen het kunstrijden, gericht op het beoordelen van de schaatsvaardigheid van rijders, zoals kantgebruik, houding, flow en kracht. Deze testen, die geen sprongen of pirouettes omvatten, zijn een belangrijk onderdeel van de voorbereiding op wedstrijden en worden afgenomen op verschillende niveaus. Vanaf nu bij KSVH wekelijks MIF-voorbereiding op zaterdag!

Hoewel MIF's vanaf seizoen 25/26 een VEEEEEEEEEEEL mindere belangrijke rol innemen voor het wedstrijdschaatsen dan de seizoenen hiervoor, is de instaptest nog broodnodig. Wij hebben dan ook op de zaterdagen als laatste deel van de training een MIF-training ingebouwd waarin alleen MIF's worden geoefend. Voor degenen die al de benodigde testen hebben wordt er gewerkt aan schaatsvaardigheid.



(PRE)SELECTIE SCHEMA 25/26

Regulier seizoen (pre)selectie zaterdag

08:20-08:50: Off-Ice

09:00-10:30: IJstraining (dit selectieblok is inclusief een MIF-sessie)

Regulier seizoen (pre)selectie zondagen

09:00-10:30: IJstraining

10:40-11:10: Off-Ice

Regulier seizoen (pre)selectie maandagen

16:50-17:20: Off-Ice

17:30-19:00: IJstraining

Regulier seizoen (pre)selectie donderdagen

16:50-17:20: Off-Ice

17:30-18:45: IJstraining



from Haarlem with love!



hopelijk zien we
jou in de winter!