



Ezekiel scoort bij rentree tegen mak Moeskroen

Standard blijft minstens op de vijfde plaats in de rangschikking. De Rouches legden in hun eerste match onder leiding van José Riga nog voor de rust hun zege vast met doelpunten van uitblinker Mehdi Carcela, de teruggekeerde Imoh Ezekiel en Igor De Camargo. Drie goals uit combinaties. Ezekiel kwam zoals verwacht onmiddellijk aan de aftrap. Dat liet

Riga toe te kiezen voor een 4-4-2 met Julien De Sart – en niet Faty – als laagste man op het middenveld. Afgeremd door een knieblessure, bakte De Sart er dit seizoen nog niet veel van. Gisteren stuurde hij met zijn linker wel een bedrijvige Carcela weg op rechts, in de rug van Monteyne. Hij schoof snel naar binnen en deponeerde de bal tegen de touwen.

Na zes maanden Qatar staat Ezekiel niet op zijn scherpst, maar hij bekoonde zijn terugkeer met een doelpunt op finesse. Nog voor het halfluur stond het 3-0. Mujangi Bia zette voor, De Camargo kopte het derde Luikse doelpunt binnen. Na de rust vielen de Rouches een beetje terug. Voor Moeskroen-Péruwelz was het de zevende nederlaag op rij. (AR)



Programma speeldag 25

Gisteren		
Standard - Moeskroen-Péruwelz		3 - 0
Vandaag (07/02)		
KV Mechelen - Charleroi		18u00
Oostende - Lokeren		20u00
AA Gent - Westerlo		
Zulte Waregem - Lierse		
Morgen (08/02)		
Kortrijk - Club Brugge		14u30
Cercle Brugge - Anderlecht		18u00
Racing Genk - Waasland-Beveren		20u00

Achtergrond. Bart Swings wordt donderdag 24 en start op het WK afstanden in Thialf,

Denker op glad ijs

Plafonneert Bart Swings (23) nu al, in het jaar min drie voor zijn Olympische Winterspelen? 'Ach, scorebordjournalistiek', zegt de ploegmanager. 'Eerst ter plaatse trappelen, dan die stap maken', zegt de trainer. Die stap blijft olympisch goud in 2018 in Pyeongchang.

HANS VANDEWEGHE



Het project Swings is bijzonder on-Vlaams. Onze sporters wentelen zich graag in disciplines en sporten waar ze heel erg goed in zijn en waarmee ze de wereld domineren, maar die in het universum sport onbetekend zijn. Zoals daar zijn: veldrijden en andere niet-olympische nummers in het wielrennen, skeeleren, langeafstandstriatlon en zo zijn er nog een paar. Sven Nys doorbrak dat verhaal en probeerde het als winterse crosser in het zomerse mountainbike. In Peking lag hij lang op medaillekoers, maar viel terug. Hij hield aan die sprong in het diepe een titel van Sportman van het Jaar over.

Bart Swings is de ijsversie van Sven Nys. Hij was op deze planeet vervut de beste skeeleraar of inlineskater, maar dat volstond niet voor hem: Swings was niet geen twintig toen hij vier jaar geleden zijn eerste competitie op het ijs reed. Tijdens zijn tussenstop op de Spelen van Sotsji een jaar geleden eindigde Swings al meteen vierde op de 5.000 meter en vijfde op de 10 kilometer.

Daarna ging een en ander in de trainingsaanpak op de schop en vandaag is de aankomende burgerlijk ingenieur onderweg voor een missie die hem in Pyongyang in Zuid-Korea in 2018 een medaille – en als het even kan zelfs goud – moet opleveren in het koningsnummer: de 1500 meter. En als de massastart, een race over meestal zestien ronden van 400 meter of 6,4 kilometer. Olympisch wordt, wil hij ook daarin scoren.

"Topsport is investeren in onzekerheid en dat doet Bart nu. We zijn klaar voor de volgende stap", zegt een andere schaatsbelg die ook Bart heet en die voor ons land in 1998 de enige schaatsmedaille ooit won. Veldkamp is de naam en hij is de teammanager en gelegenhedscocah van het Team Stressless, waarin naast skeeleraar Swings ook voormalig shorttracker Haralds Silovs uit Letland steeds meer langebaanambities begint te koesteren.

"Topsport is investeren in onzekerheid en dat doet Bart nu. We zijn klaar voor de volgende stap"

BART VELDKAMP
MANAGER TEAM STRESSLESS

Schaatsen is de snelste sport waarbij de mens zich zonder mechanische versnel-middelen (tenzij de schaatsen) voortbeweegt. Een 1.500 meter wordt geschaatst in ongeveer 1.45, dat is om en nabij de tijd waarin de 800 meter wordt gelopen en de 200 meter wordt gewommen. De gemiddelde snelheid op de 1.500 meter op ijs ligt rond de 56 kilometer per uur. Skeeleren gaat tien kilometer per uur trager dan snelschaatsen, door de grotere rolweerstand. Skeeleren is dus zwaarder, maar iets minder technisch.

Preciezer op ijs

De switch van skeeleren naar het ijs is Bart Swings al voorgedaan. Een gouden medaille op de 1.500 meter ook. Derek Parra, een Amerikaanse inlineskater met Mexicaanse roots, won in Salt Lake City in 2002. Hij deed zes jaar over zijn transitie. De Amerikaan Chad Hedrick won eerst vijftig wereldtitels op skeelers en pakte goud in Turijn in 2006 op de 5.000 meter. De Nederlander Michel Mulder werd olympisch kampioen in Sotsji op de 500 meter en won in november brons en goud in Rosario op het WK skeeleren.

"Het één bijt het andere niet", zegt de Australische Desly Hill, die in Nederland aan de slag is als bondscoach in het skeeleren. "Maar loop over

asfalt en probeer te versnellen en loop dan over ijs en probeer te versnellen. Dat verschil is identiek op schaatsen. Versnellen kan, maar het moet veel preciezer op ijs. Inlineskaters hebben dan weer één groot voordeel op de geboren langebaanschaatsers: alle inlineskaters die naar het ijs zijn gekomen, hebben meerdere wereldtitels behaald en weten wat winnen is. Bart Swings helemaal."

Meer en meer inlineskaters wagen hun kans op het ijs. Joey Mantia uit de VS is Swings achterna en de Colombiaan Pedro Causil, ook meervoudig wereldkampioen, verblijft momenteel in Nederland om te leren schaatsen. In Thialf zal de Colombiaanse bondsvoorzitter aanwezig zijn, vergezeld van de voorzitter van de wereldbond.

Schaatsen is snelheid maken met aanwending van een zo laag mogelijk vermogen en bijgevolg

► In Thialf, de schaats-tempel in Heerenveen, strijden de beste schaatsers vanaf donderdag tegen elkaar op het WK. © JONAS LAMPENS

een zo klein mogelijke energiekost. Schaatsen doe je ook alleen, behalve op een ideale kruising als je naar de binnenbaan duikt en tien à twintig meter achter de tegenstander kan draften. "Zo hard mogelijk gaan en zo weinig mogelijk bewegen, daar komt het op neer", simplificeert Veldkamp zijn sport.

Swings test bij Bakala in Leuven in de range van de beter fietsers met zijn maximale zuurstofopname (VO2max) tussen 70 en 75. Toeval wil nu dat Bart Swings minder hard gaat dan een jaar geleden. Hem fileren na zijn niet al te beste passage vorige week op de Wereldbeker in Hamar, waarin hij alleen op de massastart in de prijzen

Coosemans verkast naar Malinwa

Er is een einde gekomen aan de soap rond Colin Coosemans. De 22-jarige doelman van Waasland-Beveren tekende een contract voor drie seizoenen. Achter de Kazerne, waar hij het vertrek van Wouter Beibauw naar KV Oostende moet opvangen. Het was de bedoeling dat Coosemans al deze winter de overstap zou maken, maar dat

ging om verschillende redenen niet door. Coosemans zal morgenavond trouwens weer in de selectie zitten van Waasland-Beveren. Twee wedstrijden werd hij geweerd omwille van de transferbeslissingen. Nu alles uitgeklaard is, mag hij weer op de bank zitten. Kenny Steppe blijft eerste doelman. (FDZ/MVS/KDC)

Lukaku spreekt met manager van Ibrahimovic

Van de tien duurste zomertransfers heeft Romelu Lukaku (21) procentueel tot nu toe het meeste speelminuten achter zijn naam, zo blijkt uit een studie van Prime Time Sport. Lukaku maakte in de eerste negentien speeldagen 87 procent van de speeltijd rond, net als Alexis Sánchez van Arsenal. James Rodriguez van Real Madrid volgt als derde met 80 procent.

Ondertussen staat Lukaku op het punt van zaakwaarnemer te veranderen. De Rode Duivel werd de voorbije jaren begeleid door Christophe Henrotay, maar hij is in verregaande onderhandelingen is met Mino Raiola, een Nederlander met Italiaanse roots en de man

achter Zlatan Ibrahimovic, Mario Balotelli en Paul Pogba. In alle competities samen scoorde Lukaku dit seizoen tien keer. Vandaag staat hij in de Merseyside-derby oog in oog met het Liverpool van Simon Mignolet. (KTH)

Belgian Bullets negende in Igls

De Belgian Bullets finishten als negende op de Wereldbeker in het Oostenrijkse Igls. Daarmee bleven de bob-sleedames ver achter op winnares Elana Meyers-Taylor. Pilote Elfje Willemssen en remster Sophie Vercruyssen zakken naar de vijfde plaats in de ranking. De tweede Belgische bob, met Annelies Van-nieuwenhuysse, werd zestiende. (VH)

een ideale testcase voor de winterspelen van 2018



viel, is niet de insteek van dit verhaal, maar de vraag stellen kan geen kwaad. Plafonneert Bart Swings? Zowel Bart Veldkamp als trainer Rutger Tijssen doen hun uiterste best om dat tegen te spreken.

Tijssen, die er afgelopen zomer bij kwam en nu het winterse trainingsgedeelte voor zijn rekening neemt in de plaats van Jelle Spruyt: "Aan het programma zelf is niet zo gek veel veranderd. Aan de begeleiding wel. Er wordt nu meer schaatsspecifieke taal gesproken, precies omdat we die volgende stap willen zetten. Bart is daarvoor wat uit een comfortzone gehaald en de denker in hem gaat dan nadenken. Dat is niet altijd

goed, maar in zijn geval heb ik er alle vertrouwen in. We moeten gewoon wat meer vlieguren maken om die specifieke beweging als basis te krijgen. Nu is een misslagie het verschil tussen 1.45 en 1.48. Dat moet eruit. Schaatstechnisch is er niks mis met Bart. Hij heeft de goede slag en hij heeft het in zich om snelheid te maken in de bochten. Dat is essentieel."

Bart Veldkamp is niet blij met scorebordjournalistiek. "Je kan wel kijken naar de tijd en zeggen: dit is niet goed. Maar er zit wel een heel verhaal achter. We zitten in een transitieomment waar hij doorheen moet. Zijn eerste prestaties heeft hij geleverd op onbevangenheid. Nu

vragen we hem om dingen te veranderen, om beter te worden. Bart is een analytisch type, wat een sterk punt is bij hem, maar hij moet zich ook niet te veel in details verliezen want dan wordt het een valkuil. Hij zit in de fase waarin hij dingen al te bewust goed wil doen en dat moet naar onbewust de dingen goed doen."

Goud telt

Op de lange afstanden heeft hij tot nog toe het beste gescoord, maar de 1.500 meter wordt zijn afstand. Pavel Brodka is als olympisch kampioen de referentie. Maar Brodka is 1m83 voor 84 kilogram, een beer op het ijs. Swings is met zijn 1m79 en 67 kilogram eerder een klimmertje.

De krachttraining afgelopen zomer heeft hem op het eerste gezicht weinig bijgebracht. Is de 1.500 dan wel een realistisch doel? Jawel, klink het unisono. Tijssen: "Bart kan snelheid maken. Nu kan iedereen wel hard rijden in het eerste tweedere van de race, maar het komt erop aan dat vol te houden en daarvoor mist Bart nog een beetje vermogen. Hij zit nu op 1.45 op een laaglandbaan en dat moet naar 1.44."

De 1.500 meter is de koningsafstand, waar alle talent – inhoud, snelheid en duurvermogen – elkaar tegenkomt. Het is ook de best bezette afstand. Maar de Nederlandse branie om voor het hoogste te gaan, haalt het van de Vlaamse conservatieve aard die voor zekerheid zou gaan.

Veldkamp: "Op de 5 kilometer heeft hij de grootste kans op een medaille, maar dan hebben we het over brons. Voor goud is hij voorlopig kansloos omdat dit een Nederlandse afstand is met uitzonderlijke talenten als Sven Kramer en Jorrit Bergsma. Op de 1.500 meter zit hij dicht bij goud aan. Hoe goed Bart is? Hij is geen Sven Kramer, niemand is Sven Kramer. Maar op een 1.500 meter is hij beter dan Sven Kramer omdat die zich met al zijn vermogen in het ijs zal ingraven."

De massastart leunt dan weer erg dicht bij het skeeleren aan: zestien rondjes hard gaan in een peloton. Je slim verstoppen en attent racen. Bart Swings, racer pur sang, staat derde in de Wereldbeker. "De massastart is een kunst apart en is Bart op het lijf geschreven", zegt Veldkamp. "Je moet hem niet uitleggen hoe je in zo'n wedstrijd kan winnen. Hij moet er ook niet bij nadenken. Laten we hopen dat het nummer ook olympisch wordt. Dan mikken we ook daar op een medaille."



'Schaatstechnisch is er niks mis met Bart. We moeten gewoon wat meer vlieguren maken'

RUTGER TIJSSSEN
TRAINER BART SWINGS

Schaatsen en veldrijden

U kijkt toch ook, vanaf volgende week donderdag tot en met zondag naar het WK afstanden? Indien niet op Sporz, dan op Nederland waar elke minuut wordt uitgezonden en becomingarierend. Neem er een schrijftje bij en noteer rondetijden en in geen tijd ziet u – met uw wielergetraind Vlaams oog – waar het in schaatsen om gaat: snelheid maken en snelheid aanhouden, vooral dan in het laatste derde van de race. Om de techniek te beoordelen zal u veel langer voor de televisie moeten zitten, en dan nog. Afbliven.

Geldproblemen
Toch heeft het schaatsen een probleem met zijn businessmodel en daarin lijkt het wel weer op veldrijden. Stilaan komt al het geld uit Nederland en dat is ook voor Bart Veldkamp zorgwekkend.

"In Nederland zijn er licentieverwaarden om een profteam te hebben: 800.000 euro minimaal budget en een minimumsalaris gegarandeerd. Dat is bij ons geen probleem, maar in de andere landen wordt het steeds minder. Twintig jaar geleden had Noorwegen in biatlon, langlauf en schaatsen vergelijkbare budgetten. Vandaag hebben het Noorse biatlon en langlauf tien tot twintig keer meer geld te besteden. De International Skating Union (ISU), onze bond, doet niks om onze sport aantrekkelijker te maken. Ga met dat langebaanschaatsen naar de mensen toe, net als het biatlon, en maak het aantrekkelijker."

PROGRAMMA WK AFSTANDEN

Donderdag 12/02		
10.000m		18u00
Vrijdag 13/02		
1.500m		18u00
Zaterdag 14/02		
5.000m		13u00
Zondag 15/02		
massastart		13u15

Meer info op schaatsen.nl