

## Talent Angel Daleman

“SUZANNE  
SCHULTING  
KAN WAT  
LEREN  
VAN HET  
SKEELEREN”

Simpelweg de beste zijn is niet voldoende voor de Angel Daleman. De 15-jarige Leiderdorpse is zo'n talent dat met kop en schouders boven de rest uitsteekt, maar met dat bijzondere feit alleen geen genoegen neemt. Leren wil ze, het liefst van de allerbesten en door zoveel mogelijk ervaring op te doen. Tegelijkertijd heeft ze ook een eigen scherpe kijk op hoe ze die top gaat bereiken. Wat haar betreft zijn de Spelen van Milaan 2026 een eerste echt interessante tussenstop.

TEKST JAN VAN LOON FOTOGRAFIE HANNEKE MENNENS

# A

ngel Daleman is praktisch op de skeelerbaan geboren, haar tantes Maureen en Melanie de Lange stonden al op de Spelen en haar opa was 'voorzitter van de skeelerbaan in Leiderdorp', zo vertelt ze. "Ieder jaar als er winter is proberen ze daar natuurijs te maken. Toen ik twee was stond ik al op het ijs, op die ijzertjes waar je met je schoenen in kan. Stond ik op die ijsbaan daar. Ik heb nog veel andere sporten gedaan, zoals paardrijden, ik heb nog hoog geturnd, maar uiteindelijk werd het gewoon het schaatsen en het skeeleren", zo vat ze in een paar zinnen samen hoe ze in de sport verzeild is geraakt. Zonder aarzelen, zelfverzekerd en doelgericht.

Als Angel eenmaal begint te praten, is het alsof ze een duizend meter rijdt: direct op topsnelheid, de kop nemen en die niet zonder meer afstaan, het zit gewoon in haar. Het is een energie die ze uitstraalt, maar die toen ze als piepjonge pupil bij het toenmalige RTC (nu KTT red.) Dordrecht kwam, wel even moest leren te kanaliseren, vertelt ze. "Ik kwam toen ik twaalf was in het RTC bij coach Benny Bruggemans en ik was heel hyper, ik was druk", bekent ze met een grijns. "Ik mocht van Benny niks. Ik moest op een stoel zitten en m'n mond houden. En dat werkte wel. Eigenlijk is het super raar dat je op je twaalfde bij het KTT gaat schaatsen, maar Benny had heel veel vertrouwen in mij. (KNSB-directeur red.) Remy de Wit moest daar natuurlijk een krulletje onder zetten. Als Benny mij breekt is het wel zijn ding. Maar hij heeft heel erg zijn best gedaan, hij lette op mij, hij zorgde dat ik me heel erg kon focussen. Ik ben in drie jaar intens veel vooruit gegaan. Ik heb meer inzicht. Weet: ik moet effe niet zoveel praten, effe rustig. Ik merk het gewoon met ouderen, het inzicht dat ze hebben, dat neem ik over. Met Hugo Bosma, met Hessel van Berkum, daar leer ik intens veel van. Hoe ze omgaan met een wedstrijd, hoe ze omgaan met zichzelf. Ik ben nog jong en ik ben erg druk. Dan denk ik: zij doen dat ook niet, ik moet even rustig blijven. En dan merk ik daarna dat het supersgoed gaat. Dat vind ik wel heel vet, dan trainen we op



het ijs", vervolgt ze nadat ze een teug adem heeft genomen, "het NTS (Nationale Trainings Selectie) heeft vakantie en dan komen er een aantal NTS'ers met ons meetrainen. Dat vind ik helemaal geweldig. Dan moet ik cornerbelten op het ijs met Sven Roes, daar leer ik zoveel van. De dingen die hij zegt, dan denk ik: 'Zo, dat heb ik nog nooit gehoord!' Ik merk als ik met ouderen train, ik ook leer hoe ik met mezelf moet omgaan."

Al valt er wat haar betreft nog ongelofelijk veel te leren, ze kan intussen zelf ook al terugvallen op een behoorlijk rijke ervaring. Een reeks nationale titels in het shorttrac-

ken, skeeleren, langebanen en zelfs de marathon, meerdere overwinningen op Europees niveau en als voorlopig hoogtepunt pakte ze afgelopen winter zilver op de 1500 meter op het WK-shorttrack voor junioren. Dan zat ze vooraf in de heatbox te grijzen en trots duimpjes te geven naar haar ouders omdat ze naast een Koreaanse topper zat, maar pakte haar vervolgens in de race met een onwaarschijnlijke manoeuvre volledig in. Voorafgaand aan haar races is ze desondanks in eigen woorden 'superzenuwachtig'.

"Ik schijt iedere race weer in m'n broek. Ik sta daar wel en ik denk ook wel: ik ga deze race pakken. Maar het is niet zo van: ik win wel effe. Dat heb ik helemaal niet. Ik wil heel graag winnen, echt heel graag. Maar

ik ben me er wel bewust van, dat er wat mis kan gaan. Je zit met meerdere mensen in de baan. Het hele plan kan mislopen." En na het startschot? "Dan is alle onzekerheid er af. Ik zeg dat nooit zo vaak tegen mensen, omdat ik niet wil laten zien dat ik best zenuwachtig en ook wel onzeker kan zijn. Uiteindelijk blijft het wel intimidatie natuurlijk. Maar prima als mensen denken dat ze van me kunnen winnen. Prima, ik vind het leuk dat mensen proberen het mij moeilijk te maken. Dat vind ik heel leuk hoor, dat is juist ook alleen maar goed. Maar als iemand naar mij toekomt en zegt: ik pak jou straks, dan denk ik: o ja? Weet je het heel zeker?", zegt ze met een strijdbare lachje. "Dan ga ik er ook alles aan doen dat het niet gebeurt."





Intussen strijdt ze op verschillende fronten, met de grootste nadruk op shorttrack en inline skaten, waar bij deze laatste sport dan toch vooral dient om haar een betere shorttrackster te maken. “Je leert er zoveel van. De manier waarop je skeelert, dat vechten. Ik merk gewoon dat ik tijdens het shorttrack ik ‘m er gewoon makkelijker inram, ik kan mensen makkelijk blokken, ik kan kijken. Ik denk dat mensen als Suzanne Schulting echt wat kunnen leren van het skeeleren. Het kijken, het opletten, het blokken, het duwen. Natuurlijk, met shorttrack kan ik binnen en buiten ingehaald worden en met skeeleren ook. Maar daar wordt je gelijk door tientallen rijders ingehaald. Je leert gewoon zoveel kijken, je leert snel accelereren, je leert gewoon alles. Snel denken. Ik denk echt dat shorttrack-mensen daar profijt van kunnen hebben. Dat denk ik echt. Voor Suzanne, voor shorttrackers van Nederlandse team: het gaat niet om het skeeleren

zelf, het gaat er om hoe we bij het skeeleren racen. Dan heb ik het niet over het vechten, dan heb ik het over dat kijken, met meer dingen tegelijk bezig zijn. Je van buiten én binnen wordt ingehaald, dan zie je heel vaak dat shorttrackers van plek 1 naar 4 gaan, omdat er in een keer iemand van binnen komt, en shit, ook van buiten. Ik heb er dan persoonlijk heel veel profijt van gehad.”

En wat voor shorttrackers geldt, is naar Angels idee ook voor langebaanschaatsers van belang. “De massastart, dat zie je toch ook?”, zegt ze vragend en zonder het antwoord af te wachten somt ze een heel stel glasheldere voorbeelden op. “Irene Schouten, skeeleren, Marijke Groenewoud, ook skeeleren, die rijdt marathons en afvalkoersen. Waarom denk je nou dat Irene Schouten nou zoveel wint? Je ziet dat alle massastart-rijders skeelers zijn. Bart Swings. Die



**“Je leert er zoveel van. De manier waarop je skeelert, dat vechten. Ik merk gewoon dat ik tijdens het shorttrack ik ‘m er gewoon makkelijker inram.”**

lijk ook wel”, corrigeert ze lachend, om vervolgens haar punt te maken. “Het gaat mij om het gevoel dat er bij zit.” Wint ze maar ontbreekt dat gevoel, dan is het gewoon niet goed. “Dan ga ik met m’n ouders praten. Analyseren. Ik ben heel erg van het praten daarover. Dan terugfocussen, eten, effe liggen. En dan gaat het wel weer.”

Op de vraag of ze al mikt op de eerstvolgende Olympische Spelen, antwoordt ze in eerste instantie aarzelend, voorzichtig. “Een soort van wel. De Spelen van ‘26 in Milaan, dan ben ik achttien en is iedereen waar ik tegen moet knokken rond de 25. Ik ben dan wel ver- en veruit de jongste. Ik moet dan tegen Suzanne Schulting knokken, die is dan 27 of zo. En Xandra en Selma, Michelle en Zoë. Iedereen is drie, vier of meer jaar ouder. Maar tuurlijk, ik ben er wel mee bezig”, vervolgt ze enthousiast en laat vervolgens zien dat ze er echt goed over heeft nagedacht en er sterk rekening mee houdt.

“Zelfs met mijn school. Ik doe nu mavo, ik ga mijn eindexamenjaar in, dan doe ik twee jaar havo. Ik zeg niet dat het gaat lukken, maar ik hoop dat ik mijn havo-examen in één keer ga halen. Iedereen doet havo gesplitst. Dat is ook een optie hoor, als ik zie dat het te veel stress geeft, dan doe ik dat. Het moet me niet slechter maken. Jens van het Wout heeft het ook gesplitst, dus het kan gewoon. Maar ik hoop het in een keer te halen, zodat ik in het Olympisch seizoen geen school meer heb, niks meer aan mijn hoofd. Ik heb het wel al een beetje zo uitgerekend. Ja. Ik ben er mee bezig en probeer het zo op te bouwen. Ik hoop het. En als het niet lukt? Ik ben dan 18 en heb dan nog heel veel kansen. Maar het leuke dat ik dan wel heb is ervaring. Ik ga nu met de NTS’ers mee en maak al veel mee. Daarom mag ik ook mee naar grote toernooien. Op jonge leeftijd leer ik al zoveel, dat is niet normaal.” ■

ene van Amerika ook, Joey Mantia. Bijna iedereen in dat peloton van de massastart skeelert. Natuurlijk, Suzanne Schulting wordt ook Olympisch kampioen zonder skeeleren, maar het kan misschien voor Nederland wel een impuls hebben.”

Het is het aanleren van eindeloos veel situaties, het vergroten van die gereedschapskist waaruit ze met shorttracken kan putten, die het skeeleren voor haar zo interessant maakt. Want dat is uiteindelijk wel de volgorde, eerst shorttrack, dan skeeleren. “Shorttrack is mijn hoofdsport, de manier waarop je daar in opgaat... Ik vind skeeleren en shorttracken best wel op elkaar lijken, maar ik ga in het shorttrack net iets meer op, met skeeleren heb ik dat weer minder. Een 1000 meter is bijna hetzelfde, maar het is toch weer anders. Het lijkt wel op elkaar. Wij knokken met shorttracken niet zo tijdens een 1000 meter race. Dat knokken vind ik ook wel leuk, dat positie spel. Maar met shorttracken, dat zit net even wat dieper bij mij.” Het is een gevoel, legt ze uit, dat met shorttracken gewoon sterker is. Dat rijden op instinct vooral. “Sommige acties maak je bewust, en sommige helemaal niet. Op het WK junioren werd ik tweede, of eigenlijk derde (na een dq van een tegenstander red.). Ik haalde een Koreaan in, dat ik echt dacht van: Hoe dan? Dat ik dacht van: huh, hoe kreeg ik dat nu weer voor elkaar? Of met de relay-dames, ik ging de laatste keer de baan in, ik maakte een inhaalactie en we lagen op één. Ga niet vragen hoe ik het heb gedaan. Die adrenaline, je hoort iedereen juichen, je hoort iedereen gillen. Het gebeurt gewoon, dat soort acties. Sommige dingen plan je niet. En als je nu terugkijkt: Hoe? Ook als ik die race terugkijkt, die finale van de relay, dan denk ik: hoe dan? Vanuit het niets gewoon.” Ze zegt het maanden later nog altijd vol verbazing. Maar dat gevoel, dat is waar ze naar op zoek is, dat gevoel dat haar in staat stelt die acties te maken. “Ik win best veel, al hou ik er niet van dat veel te zeggen, maar het gaat mij niet om het winnen. Of eigen-