

Algemene infopagina

Opzeggen als lid:

Dit dient U schriftelijk te doen. Adres Bestuur Haarlemse Watervrienden: Postbus 2620, 2002 RC Haarlem. Dit schriftelijk opzeggen dient voor 1 december of 15 juli te geschieden. Halverwege de halfjaarlijkse contributie periode opzeggen kan niet leiden tot teruggave van contributie geld.

Secretariaat Watervrienden Haarlem:

Postbus 2620, 2002 RC Haarlem.

Handige telefoonnummers:

→ Voorzitter	Erik Ran	0252-420837
→ Secretaris	Wendela Hoofman	023-8925051
→ Penningmeester	Anne Hondius	023-5624267
→ Voorzitter Tech. Commissie	Frank Kloos	06-28834200
→ Voorzitter Jeugdbestuur	Paul Ran	023-5257151
→ Info Wedstrijdzwemmen	Jacqueline de Graaf	023-5286998
→ Seniorenclub	Marijke Vermeer	023-5337597
→ Tennis overdag	Henny van Lieshout	023-5245306
→ Voorzitter Barcommissie	Theo Kieboom	023-5274978
→ Clubhuis	Piet Voskuilenstraat 3	023-5320467

Tafeldames:

→ Maandag Planeet	Henny van Lieshout	023-5245306
	Stien v.d. Werff	023-5371060
→ Dinsdag Planeet	Jeanette Kloos	023-5326087
	Jacqueline de Graaf	023-5286998
→ Woensdag Boerhaave	Ali Rompa	023-5332429
→ Donderdag Boerhaave	Ineke Tromp	023-5338824

Bankrelatie:

Fortis bank rekening: 848.675.509

Contributietarieven Watervrienden Haarlem:

→ Leszwemmen / trimzwemmen	€ 75,50 per half jaar
→ Wedstrijdzwemmen 1 avond	€ 75,50 per half jaar
→ Wedstrijdzwemmen 2 avonden	€ 116,00 per half jaar
→ Aquarobic	€ 75,50 per half jaar
→ Inschrijfgeld	€ 7,50 eenmalig

Redactie adres Wisselslag:

Heeft U copy voor de Wisselslag schrijf het met de hand op typ het netjes en stuur dit dan per post naar Postbus 2620, 2002 RC Haarlem. Of e-mail het naar ollienagtegaal@gmail.com onder vermelding van copy Wisselslag.

Op internet:

www.watervrienden-haarlem.nl

Van de redactie

Ik zal me eerste eens even voorstellen als nieuwe redacteur van "De Wisselslag". Mijn naam is Olaf Nagtegaal, ik ben 31 jaar jong. Als klein jongetje heb ik bij de watervrienden leren zwemmen en toe blijven plakken. Zodat ik vorig jaar met goed gevolg de zwemleider B cursus heb gevolgd. Ik geef op de woensdag en de donderdag avond les in het Boerhaavebad. Verder zwem ik sinds 2005 bij de gezellige wedstrijd ploeg van de vereniging en zwem daar mee dus wedstrijden in binnen en buitenland. Nu ik redacteur ben van de Wisselslag heb ik mij eens uitgeleefd om het blad eens in een nieuw jasje te steken. Dit alles ziet U wel op de volgende bladzijdes van dit clubblad. Ik hoop dat jullie het leuk vinden. Dan tot slot vergeet ik bijna dat het nieuwe jaar alweer is begonnen en dus een ieder een goed, sportief en gezond 2009 te wensen, dus bij deze.

Olaf Nagtegaal



Inhoud

Onderwerp	Pagina
Algemene info pagina	1
Van de redactie	2
Inhoud	2
Agenda	2
Van de voorzitter	3
Van de bestuurstafel	4
Sudoku	4
Knutselmiddag	5
Zomerkamp 2009	6
Een bericht van	7
Kader in de spotlight	8
Afzwemmen	9
(Shirt)sponser gezocht	9
LZK 1	10
Holland competitie 5	11
100 meter wedstrijd	13
Woordzoeker	14

Agenda

Januari

- 10 Holland Comptitie 1
- 19 Uitgave Wisselslag
- 25 LZK dag 2
- 30 Klaverjassen
- 31 Knutselmiddag

Februari

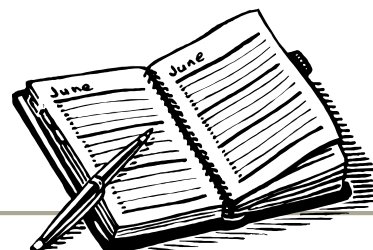
- 13 Inleveren Copy
- 23 Uitgave Wisselslag

Maart

- 7 Holland Competitie 2
- Kinderkookcafe
- 8 BZK 1
- 18 Jaarvergadering

April

- 3 Klaverjassen
- 6 Inleveren Copy
- 10 Goede vrijdag
- 11 Paaseieren zoeken
- 12 1^e paasdag
- 13 2^e paasdag
- Geen zwemmen
- 19 LZK dag 3
- 20 Uitgave Wisselslag
- 30 Koninginnedag
- Geen zwemmen



Van de voorzitter

Het zit er al weer op, 2008 is voorbij gevlogen en 2009 heeft zijn intrede al gedaan. Langs deze weg wil ik iedereen een in alle opzichten fantastisch, maar bovenal gezond 2009 toewensen.

2009 moet voor de Watervrienden een jaar worden waar vele goede voornemens ook echt in de praktijk gebracht zal gaan worden. Zo is de lay-out van deze Wisselslag al aangepast door onze nieuwe redacteur Olaf Nagtegaal. De volgende Wisselslag zal helemaal nieuw zijn met een vernieuwde omslag. Na 10 jaar van vele Wisselslagen kon René Lourens zijn drukke werk helaas niet meer combineren met het redacteurschap, wij zijn René dankbaar voor het vele werk dat hij heeft verzet.

Naast de Wisselslag zullen wij veel energie leggen om de communicatie met jullie allen te verbeteren. Te vaak horen we dat zaken niet bekend zijn. Aan de hand van de werkgroep communicatie zijn er een aantal ideeën uitgewerkt die in de loop van het huidige seizoen ingevoerd moeten gaan worden. Daarop vooruitlopend wordt er thans hard gewerkt aan de laatste hand van een nieuwe website. Door een andere techniek te gaan gebruiken zullen wij beter in staat zijn om de site actueler te gaan houden en zullen we ook daar onze mededelingen communiceren. De site wordt nieuw maar het adres blijft als vertrouwd **www.watervrienden-haarlem.nl**. Naast dit gebruikelijke voorwoord zullen ook de belangrijke bestuursmededelingen apart in de Wisselslag aangekondigd gaan worden onder het kopje “van de bestuurstafel”.

Ook op zwemgebied zitten we boordevol goede voornemens. Zo zullen we trachten om de bezetting op de avonden voor zowel de kaderleden als de zwemmers te verbeteren. Met de wedstrijd ploeg zullen de goede resultaten van het 2^e half jaar doorgezet gaan worden. Op de valreep van vorig jaar is onze vereniging weer 2 zwemmers rijker met een bondsrecord. Olaf Nagtegaal en Reinier Lissenberg staan in de recordboeken.

Natuurlijk zullen ook in 2009 de jeugdactiviteiten weer een belangrijke rol vormen binnen onze vereniging met het jaarlijkse zomerkamp als kroonstuk op al het vrijwilligerswerk.

Ook zullen we de ontwikkelingen met de gemeente en de nieuwe exploitant van het zwembad kritisch blijven volgen. Vooralsnog zullen daarin op korte termijn voor ons geen grote wijzigingen plaatsvinden. Wel houden wij er ernstig rekening mee dat de tarieven de komende jaren zullen gaan stijgen.

Rest mij nog om iedereen veel zwemplezier te wensen in het nieuwe jaar.

Namens het Bestuur
Erik Ran
Voorzitter



Van de bestuurstafel

Op deze plaats vindt u iedere Wisselslag kort enkele aandachtspunten die op de bestuursvergadering aan de orde zijn gekomen en ook voor u van belang kunnen zijn:

- Op 14 januari is er geen zwemmen, daar het zwembad dan door de gemeente wordt gebruikt voor de nieuwjaarsreceptie.
- Binnenkort zal gestart worden met de bouw van de scholengemeenschap naast het Boerhaavebad. De bereikbaarheid en parkeergelegenheid zullen hierdoor gaan veranderen, zodra wij de details hebben kunt u ze op deze plaats lezen.
- De geluidsinstallatie en de beamer in het clubhuis zijn volledig vernieuwd en werken weer naar volle tevredenheid. Pim en Theo bedankt voor het vele werk.
- We voortaan trachten om de uitslagen van onze wedstrijdzwemmers ook in de krant te krijgen, zie elders in deze Wisselslag

Sudoku

7	9					3		
					6	9		
8				3			7	6
					5			2
		5	4	1	8	7		
4			7					
6	1			9				8
		2	3					
		9					5	4

Copyright 2005 M. Feenstra, Den Haag

Knutselmiddag

Het lijkt allemaal nog heel ver weg, maar op 31 januari organiseert het JB een knutselmiddag voor alle watervriendjes en vriendinnetjes.

En we gaan deze keer niet zomaar wat knutselen, we gaan een fotolijstje mozaïeken. En voor wie niet weet wat mozaïeken is: bij mozaïeken ga je met stukjes steen en lijm een lijstje versieren.

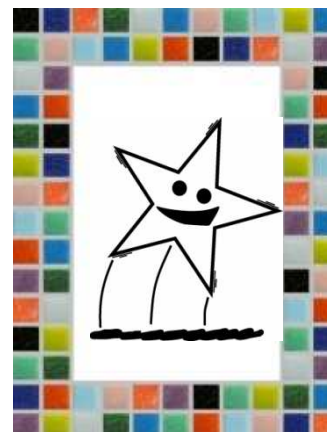
Voor wie is het?: Iedereen van 5 tot en met 10 jaar, je hoeft geen lid te zijn van de watervrienden, dus ook je broertje, zusje vriendje of vriendinnetje mag mee komen.

Wat neem ik mee?: Je hoeft helemaal niets mee te nemen, maar een leuke foto (10x15 cm) voor in het lijstje kan natuurlijk leuk zijn. Trek wel oude kleren aan, want je kan best vies worden.

Wanneer is het?: Zaterdag 31 januari verwachten we jullie om 13:00 uur bij het clubhuis aan de Piet Voskuilenstraat 3 en om 16:00 uur zijn alle fotolijstjes klaar en kan je ze mee naar huis nemen.

Wat kost het?: De kosten voor deze middag zijn € 5,=, inclusief limonade met iets lekkers etc. etc.

Hoe geef ik me op?: Lever het onderstaande strookje samen met het geld in bij de contactpersoon in het zwembad. Doe dit snel, want dit kan uiterlijk tot 21 januari.



Geef je snel op bij de contactpersoon aan het tafeltje!!!

Ja, natuurlijk kom ik Mozaïeken op 31 januari

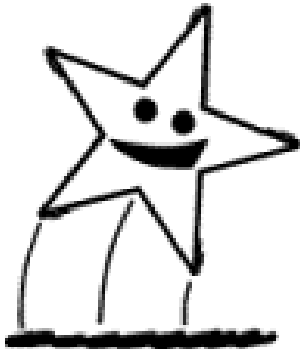
Naam:.....J/M Leeftijd:.....
 Adres:.....
 Telefoonnummer:..... mobiel:.....
 e-mail adres:.....

En mijn vriendje/vriendinnetje/broertje/zusje komt ook Mozaïeken
 Naam:.....J/M Leeftijd:.....

Betaald: Ja/Nee Bedrag: €

Bijzonderheden graag op de achterkant van het strookje melden(b.v. dieet of allergie)

Aankondiging zomerkamp 2009



Van 4 t/m 11 juli 2009

Wat is het zomerkamp?

Onder begeleiding van ervaren en geschoolde leiding een week lang kamperen, leuke dingen doen, lachen en veel lol maken. Er is een jongerenkamp voor iedereen van 5 t/m 10 jaar, welke veelal leuke spelletjes doen op en nabij de camping en er is een ouderenkamp voor iedereen van 11 t/m 16 jaar, welke de fiets mee neemt en daarmee de omgeving zal verkennen.

Wanneer is het ?

Het zomerkamp vindt plaats van 4 t/m 11 juli 2009.

Voor wie is het ?

Het zomerkamp is er voor iedereen in de leeftijd van 5 t/m 16 jaar. Dus naast leden mogen broers, zussen, vrienden en vriendinnen ook mee.

Waar vindt het plaats?

Dit jaar zijn we weer te gast op camping "De Wijde Werelt" te Otterlo.

Wat kost het zomerkamp?

De Kosten voor deze geweldige week bedragen € 110,- voor leden en € 135,= voor niet leden.

Wil je meer informatie?

Begin februari verschijnt het uitgebreide informatieboekje met alle informatie. Mochten er al vragen zijn dan kunt u altijd terecht bij de contactpersoon in het zwembad

Een bericht van zwarte piet

Beste watervriendjes,

Inmiddels zit ik alweer ruim een maand in Spanje. Hier is het een stuk warmer als bij jullie, maar wij kunnen daar in tegen niet schaatsen. Ik wil jullie namens Sinterklaas hartelijk bedanken voor de fantastische ontvangst in zowel het clubhuis als in het zwembad.

Het clubhuis was helemaal versierd. Iedereen had zijn best gedaan met kleurplaten, slingers, zwarte pieten en een

versierde stoel voor Sinterklaas. Het was ook super gezellig. Er werd uit volle borst gezongen en zelfs voor mij en Sinterklaas nieuwe liedjes. Ook waren er allerlei stukjes ingestudeerd en was er zelfs een zwarte pieten act. De echte pieten (ik dus ook), kregen op onze donder van Sinterklaas want we waren zo druk aan het spelen dat we zelfs de staf van Sinterklaas hebben gesloopt. Gelukkig waren er wat technische mensen die ons weer hebben geholpen. Het leukste van de middag vond ik die lieve Andrea, ik was op slag smoorverliefd. Ik hoop dat ze er volgend jaar ook weer is.

Het kon dus niet mooier. Maar in het zwembad was dat toch het geval. Bijna 100 kleine watervriendjes zongen Sinterklaas uit volle borst toe. Samen met de Pietenband zorgde dat voor een fantastische sfeer. Ook alle lesgevers hadden hun beste beentje voorgezet want de spelletjes waren

echt als vanouds. Ik heb nog op de plank gestaan maar durfde toch niet te water. In het ondiepe werd ik er nog bijna ingeduwd maar gelukkig bleef ik droog en kon ik lekker genieten. Wat een feest zeg, echt super!

Helaas komt er aan alle leuke dingen weer een eind en moesten we weer verder. Maar ik kan jullie 1 ding vertellen: Sinterklaas en alle pieten hebben absoluut genoten en we komen ook zeker volgend jaar weer bij jullie op bezoek.

Tot die tijd hoop ik dat jullie plezier hebben met het zwemmen en af en toe nog eens aan ons denken. Gelukkig hebben jullie fotograferen nog mooie foto's achter gelaten op www.ollienagtegaal.nl en www.fotos.lissenberg.net

Namens Sinterklaas en alle andere pieten
De Hoofdpiet



Kader in de spotlight

In deze rubriek stelt het kader zich wat nader voor. Naast wat vaste algemene vragen zal er in ieder geval 1 vraag zijn over de actualiteit. Deze keer is het Ralph Honkoop die door Joost Stange in de spotlight werd gezet. Ralph is door zijn vriendin (Sharon) bij de vereniging gekomen en nu een niet meer weg te denken lid van het JeugdBestuur en is al jaren een vast gezicht in het ouderenkamp.



Naam:	Ralph Honkoop
Leeftijd :	34
Lid sinds:	1999
Beroep:	Werktuigbouwkundig ingenieur (ontwerper gebouwinstallaties)
Karakter:	Hangt van de persoon af die tegenover mij staat
Lievelingseten:	Andijvie met een gehaktbal
Ik ben bang voor:	Wereldoorlog
Ik heb een hekel aan:	Hondenpoep onder mijn schoen
Ze mogen me wakker maken voor:	De staatsloterijjackpot.
Wat heb je allemaal gedaan binnen de Watervrienden:	Afgelopen zomer was mijn 10 ^e zomerkamp als leiding en veel tussen-liggende activiteiten meegedaan. Sinds een jaar zit ik in het jeugdbestuur. Nooit gezwommen bij de watervrienden. Ben dus meer een waterkennis.
Het watervrienden gevoel:	Gezelligheid en met de andere leiding (geslaagde) activiteiten organiseren.
1 leuke anekdote uit jouw watervrienden verleden:	Jaren geleden met Paul Ran een legerdag georganiseerd (jongerenkamp) en uniform gekocht. Tijdens de dag, op station Zutphen, werd ons verteld dat die vlag op je arm verboden is als je niet in het leger zit, dan kun je worden gearresteerd. We geloofden er niks van, maar voor de zekerheid toch maar even afgeplakt.
Andere sporten:	Voetbal, bowlen (eigenlijk alles met een bal)
Grote wens:	Niet meer; We hebben een zoon en een dochter.
Wat zou je graag nog een keer overdoen:	Eigenlijk niets, maar als ik moet kiezen dan dat we kampioen van Haarlem werden met het (lagere) schoolvoetbalteam. Was ook voor de school voor het eerst in de geschiedenis.
Hoe denk jij over de financiële crisis in ons land	Na een aantal vette jaren volgen er magere jaren. Maar we moeten ons niet gek laten maken. Voor de economie is het belangrijk dat we het geld laten 'rollen'. Alleen zullen we moeten matigen.
Wie wil je de volgende keer in de spotlight zetten:	Roy Giessen

Afzwemmen 10 + 15 december

De volgende kandidaten zijn geslaagd voor de examens:

Zwemvaardigheid 1

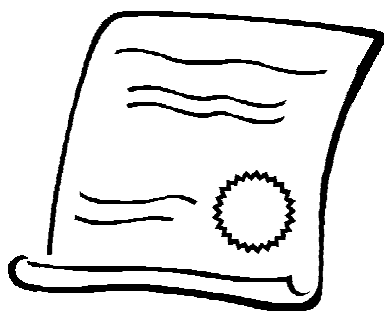
Tamara van der Laan
Chanice Schotvanger
Sanne ten Hoeve

Zwemvaardigheid 2

Joy Booms
Brittney Schoorl
Manon Bijnsdorp
Lisa Spelbos
Charlot Duineveld
Tom Guitoneau
Niels Strijker

Zwemvaardigheid 3

Eline Knaven
Ellen Schoen
Nina Stokman
Diede ten Brink
Veronique Ooteman



(Shirt)sponsors gezocht voor de wedstrijdploeg

Bij elke wedstrijd die wij zwemmen lopen de zwemmers, ploegleiders en trainers rond in hetzelfde shirt. Dit vergroot de herkenbaarheid van de ploeg en vergroot de teamgeest. De huidige shirts zijn enkele jaren oud en bovendien zijn er geen shirts voor nieuwe wedstrijdzwemmers meer. De wedstrijdploeg wil graag nieuwe shirts aanschaffen en zoekt daarvoor een sponsor.

Wat zoeken wij?

Wij zoeken een sponsor die bereid is mee te betalen aan de aanschaf van 30 nieuwe shirts met daarop gedrukt het logo van de Watervrienden Haarlem en de tekst Watervrienden Haarlem. Daarnaast is er plaats voor een logo en/of slogan van de sponsor.

Wat bieden wij?

De wedstrijdploeg van de Watervrienden Haarlem zwemt per jaar meer dan tien wedstrijden in binnen- en buitenland. De wedstrijden vinden verspreid over het land plaats, maar ongeveer de helft vindt in de regio plaats wat voor lokale sponsors aantrekkelijk kan zijn. Daarnaast zwemt de wedstrijdploeg minimaal een maal per jaar een weekend in Duitsland maar ook België wordt regelmatig aangedaan. Bij al deze activiteiten wordt via de shirts reclame gemaakt voor de sponsor. Daarnaast wordt een gratis advertentieruimte in de Wisselslag geboden.

Interesse?

Neem dan contact op met het secretariaat, Wendela Hooftman, 023-8925051 of secretaris@watervrienden-haarlem.nl

LZK dag 1 Tilburg 9 november 2008

Door blessures, ziekte en een onhandige planning waren er de schuld van dat de WV Haarlem als laatste eindigde in de 1e wedstrijd van de Landelijke Zwem Competitie van de NCS.

Op 9 december moest iedereen rond half 11 bij het clubhuis zijn om te verzamelen voor de reis naar Tilburg. Eva was helaas ziek en ook Arjan was geveld door een blessure. Toch stond iedereen vol goede moed klaar voor vertrek. Probleem was echter dat Stanley nergens was te bekennen..... Niet te geloven maar hij lag nog in bed. Gelukkig was hij zo sportief om zich meteen aan te kleden en met Stanley in de auto vertrokken we naar Tilburg.

Het was de hele dag bijzonder gezellig en er werd ook prima gezwommen. Helaas waren we niet met een hele groep en konden we niet meedoen met de estafettes wat ons veel punten heeft gekost. Voor de estafettes stonden we zelfs even 4e maar dat was helaas van korte duur.

De uitslag in de 3e divisie was als volgt:

1. WV Almere 449
2. WV Lisse 354
3. WV Tilburg 328
4. WV Den Bosch 227
5. WV Rooterdam 188
6. WV Haarlem 161

Stanley bleef wel het verhaal van de dag, want hij moest 2 keer zwemmen en werd ook nog eens 2 keer gediskwalificeerd. Op de rugslag vergat hij een goed keerpunt te maken en bij de schoolslag maakte hij een wel heel vreemde slag met zijn benen.

Ook terug was het nog gezellig en werd de Burger King bezocht. Met een volle maag en toch een goed gevoel van de geslaagde dag was iedereen rond 20:00 uur weer in Haarlem

De uitslag:

Bas Anker	50m schoolslag	2	0:52,20	PR
	25m vlinderslag	3	0:22,00	PR
Milan Bangma	100m vrijeslag	5	1:15,10	
	100m rugslag	4	1:30,70	
Kevin Combi	100m vrijeslag	4	1:14,40	PR
	100m rugslag	3	1:30,40	PR
Richard van Daalen	200m rugslag	3	2:48,50	PR
	200m wisselslag	2	2:32,40	PR
Leon Iglesias Utset	50m schoolslag		0:59,90	dis
	25m vlinderslag		0:28,00	dis
Mark Krikke	100m vrijeslag	5	1:07,50	PR
Reinier Lissenberg	100m vrijeslag	9	1:09,90	PR
	200m wisselslag	8	2:59,90	
Femke Lourens	100m rugslag		1:22,60	
	200m rugslag	1	2:49,50	PR
	200m wisselslag	1	2:39,30	PR
Stephanie Wessel	100m vrijeslag	4	1:15,50	PR
	200m wisselslag	6	3:16,80	PR
Anne Wolter	100m vrijeslag	8	1:30,00	PR
	100m rugslag		1:48,50	PR
	200m rugslag		3:54,60	dis

Holland competitie dag 5 Hoofddorp 15 november 2008

Nadat iedereen verzameld was in het clubhuis, kon men op weg naar Hoofddorp voor de Holland Competitie. Onder leiding van trainer Joachim kon de wedstrijd beginnen.

Voor Steven was het aan het begin van de wedstrijd een grote shock toen hij ontdekte dat hij stond ingeschreven voor de 100 mtr. vlinderslag. Hij had dat een jaar geleden een keer gezwommen en had gezworen dit NOOIT meer te zwemmen. Het ging toen helemaal fout. Door een foutje bij de inschrijving stond hij toch voor deze afstand weer ingeschreven. We hebben hem gelukkig kunnen overhalen om toch te zwemmen. Deze wedstrijden zijn tevens om te testen wat je allemaal kan. En het was toch alweer een jaar geleden. Helaas is Steven gediskwalificeerd omdat zijn armen niet over het water gingen. Qua conditie kon hij het dit keer zeker. En alle zwemmers vonden het maar wat stoer en knap dat hij hem toch gezwommen had. TOPPIE! Nu oefenen op de armen en volgend jaar kan Steven het fluitend zwemmen. Toch Steven?

Waar wij, Joachim en ondergetekende, ook verbaasd over waren, waren de vele persoonlijke records die er gezwommen werden. De ene na de andere tijd sneuvelde. In totaal toch wel 26 stuks. SUPER!

Eva Anker had de grootste verbetering op de 50 mtr. rugslag. Ook zij moest de 100 mtr. vlinderslag zwemmen. En het blijkt maar weer dat dit toch de moeilijkste slag is die er tussen zit. En dan ook nog eens 4 banen. Helaas is ook zij gediskwalificeerd omdat haar armen niet over het water gingen. Maar hem helemaal uitzwemmen is al een prestatie op zich. Klasse!

Ook broertje Bas ging lekker. Op alle persoonlijke slagen die hij moest zwemmen zwom hij een PR. Net zoals Kevin Combi, Arjan Jung, Femke Lourens, Sandra den Ouden, Anne Wolter en Leon Iglesias. Maar ook Milan Bangma, Richard van Daalen, Mark Krikke, Amy Schimmel en Tim vd Wiel zwommen de sterren van de hemel. Met andere woorden: we hadden een topwedstrijd. En het belangrijkste: het was nog bijzonder gezellig ook.

Wie deze dag ook een top prestatie geleverd had was Olaf Nagtegaal. Jawel, onze nieuwe redacteur van de Wisselslag. Hij moest deze dag examen doen voor tijdwaarnemer. Hij had in een vorige wedstrijd af kunnen kijken hoe Reinier, Pim, Sharita en Andrea het hadden gedaan. Die waren immers geslaagd. Het theorie gedeelte had hij al een paar dagen tevoren gedaan en dat was hem goed afgegaan. Maar er hoort ook praktijk bij. Vol spanning hebben wij de wedstrijd afgewacht, en bleek al snel wat wij al hadden verwacht. Hij was GESLAAGD!!! Hoera, de Watervrienden is weer een tijdwaarnemer rijker. Olaf, namens alle zwemmers en trainers van harte gefeliciteerd. En we hopen dat je, niet alleen als zwemmer, maar ook als tijdwaarnemer veel met ons mee wilt gaan.

Monique

De uitslag:

Bas Anker	50m vrijeslag	est	0:43,70	PR
	50m vrijeslag	5	0:43,20	PR
	50m rugslag	3	0:48,60	PR
	25m vlinderslag	4	0:21,70	PR
Eva Anker	50m rugslag	6	0:45,00	PR
	100m vlinderslag		1:48,10	dis
	100m wisselslag		1:36,40	dis
Milan Bangma	50m vrijeslag	8	0:33,10	PR
	100m schoolslag	10	1:54,50	PR
	100m vlinderslag		1:38,30	dis

Vervolg van de uitslag op de volgende pagina.

Vervolg van de uitslag van de Holland competitie dag 5 Hoofddorp 15 november 2008:

Kevin Combi	50m vrijeslag	7	0:32,90	PR
	100m schoolslag	4	1:32,90	PR
	100m vlinderslag	8	1:52,50	PR
Richard van Daalen	50m rugslag	est	0:34,40	PR
	100m rugslag		1:16,40	dis
	100m vlinderslag	2	1:07,90	PR
Leon Iglesias Utset	25m vrijeslag	4	0:21,90	PR
	25m rugslag	1	0:24,00	PR
	25m schoolslag	4	0:27,80	PR
Arjan Jung	50m rugslag	2	0:40,30	PR
	100m vlinderslag	7	1:43,30	PR
	100m wisselslag	3	1:27,80	PR
Mark Krikke	50m vrijeslag	9	0:30,80	
	100m rugslag	8	1:25,70	
	50m schoolslag	7	0:40,20	
Femke Lourens	100m rugslag	1	1:17,10	PR
	100m vlinderslag	1	1:14,20	PR
Sandra den Ouden	50m vrijeslag	5	0:35,00	PR
	100m rugslag	7	1:33,00	PR
	50m schoolslag	3	0:43,20	PR
Amy Schimmel	25m vrijeslag	2	0:20,50	
	25m rugslag	4	0:25,40	
	25m schoolslag	6	0:27,80	PR
Steven Schimmel	50m rugslag		0:48,40	dis
	100m vlinderslag		2:16,50	dis
	100 wisselslag		1:40,00	dis
Tim van de Wiel	50m vrijeslag	6	0:29,60	
	50m schoolslag	4	0:38,40	
	100m vlinderslag	4	1:16,40	
Anne Wolter	50m vrijeslag	8	0:37,70	PR
	50m schoolslag	10	0:49,60	PR
Dames E/F	4x50m wisselslag	2	2:39,40	
Heren C	4x50m vrijeslag	4	2:46,00	
Heren E/F	4x50m wisselslag	2	2:23,30	
Gemengd A t/m F	8x25m vrijeslag	3	2:14,30	



100 meter wedstrijd Eindhoven 14 december 2008

Allereerst allemaal een gelukkig nieuwjaar, er is mij gevraagd om een stukje te schrijven over de 100 meter wedstrijd. 11.00 stond iedereen bij het clubhuis en vertrokken we naar Eindhoven, eenmaal daar aangekomen gingen we ons omkleden en verzamelen in het bad. Er werd hier en daar wat ingezwommen en rond 13.45 ging elke ploeg zich verzamelen en werd er een opmars gehouden voor de bond (NCS), dit houdt in dat alle verenigingen een voor een binnen komen lopen en worden omgeroepen om vervolgens een rondje om het bad te lopen.

Om 14.00 begon de wedstrijd, er zijn heel wat PR's gezwommen, hieronder staan de uitslagen! 😊

Het was voor mij en ik denk voor meerdere zwemmers een mooie ervaring om in dit bad te zwemmen, het heeft wel iets.. het idee dat Pieter van den Hoogenband en al die andere toppers hier hebben gezwommen is toch wel erg gaaf! Ik denk dat iedereen van deze wedstrijd wel heeft genoten! Na de wedstrijd ging iedereen zich weer omkleden en richting huis! Een erg geslaagde dag dus!



Groetjes Sharita Huijzer

De uitslag:

Eva Anker:	100m rugslag	16	1:44,68	PR	
	100m schoolslag	17	1:55,75	PR	
	100m vlinderslag		1:53,61	dis	
Milan Bangma:	100m vrijeslag	13	1:10,67	PR	
	100m rugslag	15	1:32,97	PR	
	100m schoolslag	16	1:54,67	PR	
	100m vlinderslag	9	1:40,37	PR	
Richard van Daalen:	100m vrijeslag	1	1:00,31	PR	
	100m rugslag	2	1:15,51	PR	
	100m vlinderslag	1	1:08,79	PR	
Sharita Huijzer:	100m vrijeslag	11	1:29,13		
	100m rugslag	6	1:46,19	PR	
	100m schoolslag	4	1:53,02	PR	
	100m vlinderslag	7	1:48,79	PR	
Arjan Jung	100m vrijeslag	8	1:18,01	PR	
	100m rugslag		1:29,94	dis	
	100m schoolslag	13	1:52,05	PR	
	100m vlinderslag		1:49,65	dis	
Mark Krikke	100m vrijeslag	21	1:09,79	PR	
	100m rugslag	10	1:27,77	PR	
	100m schoolslag	12	1:34,02	PR	
Reinier Lissenberg	100m vrijeslag	23	1:12,06		
	100m schoolslag	6	1:26,04	PR	Masterbondsrecord 25-29 jaar
	100m vlinderslag		1:36,84	dis	
Femke Lourens	100m vrijeslag	1	1:06,71	PR	
	100m vlinderslag	1	1:16,24	PR	
Olaf Nagtegaal	100m vrijeslag	25	1:43,90	PR	
	100m rugslag	13	2:01,91	PR	
	100m schoolslag	15	2:03,77	PR	Masterbondsrecord 30-34 jaar
	100m vlinderslag	15	2:14,54	PR	
Djamiela Spanjaard	100m vrijeslag	7	1:15,46	PR	
Anne Wolter	100m vrijeslag	10	1:28,22	PR	
	100m rugslag	5	1:45,12	PR	

Woordzoeker

Watervrienden

T A G T E H P R T E N M G A D N A A M I
 C L U B H U I S R E N E N E B E L M V S
 M N I N X A O F G N O L M R A M A O R G
 P L E R N O N T A E E R O M E M N L I N
 Z W E M B R I L D M G A G G E E M P J E
 V G A Z M K J Q S M A A E A L W I I E M
 L D A G W E I G N E L H V L K Z Z D S M
 I W A D S E W U I W S E A S O R O F L E
 N O O B R N M Z D Z G B A N L E C D A W
 D E I G M E W M J M U P H E B T N I G Z
 E N D A N E D N E I R V R E T A W E A D
 R S U L I H W N E R R H E B R W E P D J
 S D I S P G C Z O T W V O O A R V E E I
 L A K L O W P E I D N O B W T E Z A M R
 A G P E S G A L S L O O H C S D W R H T
 G A L S G U R E D L E T S E G N E M A S
 D T A S C L U B B L A D E Y I O M S L D
 T A N I B O R D J E J K N A L P T L I E
 C M K W A R M E N P L A N E E T A A N W
 N E V J I R D E J K R U K A M P S G G K

Zoek de volgende 45 woorden:

- | | | |
|------------|----------------------|------------------|
| ademhaling | het gat | wedstrijdzwemmen |
| afzwemmen | kamp | wisselslag |
| armen | kurkje | woensdag |
| armslag | maandag | zwembad |
| ballen | mat | zwembril |
| beenslag | onderwaterzwemmen | zwemmer |
| benen | ondiep | zwemtas |
| boerhaave | pion | |
| bordje | planeet | |
| clubblad | plankje | |
| clubhuis | rugslag | |
| diepe | samengestelderugslag | |
| dinsdag | schootslag | |
| diploma | startblok | |
| donderdag | trimzwemmen | |
| drijven | vlinderslag | |
| duikbril | vrijeslag | |
| duikplank | vrijzwemmen | |
| haarlem | watervrienden | |