

# DE DRIETAND

Jaargang 7, nummer 3

November 2000

## REDACTIONEEL

Vlak na de herfstvakantie met de zwemvierdaagse zit de redactie weer bij elkaar om een nieuwe De Drietand in elkaar te zetten. Daardoor staat er geen verslag in van de zwemvierdaagse maar dat houden jullie van ons tegoed.

Wel kunnen jullie verslagen lezen van het wedstrijdzwemmen, het waterpolo en de allereerste wedstrijd synchroonzwemmen. De afdeling zwemmend redden heeft het seizoen afgesloten met een zeer geslaagd examen.

Neptunus '58 heeft er ook weer een nieuwe afdeling bij; het MASTER zwemmen op woensdagavond voor alle leden die ouder zijn dan 25 jaar.

En verder kunnen jullie ook dit jaar weer zwemkleding en zwemspullen kopen via de club.

Veel leesplezier namens de Redactie

De redactie	Redactieadres 
Roy Bruggeman Femke van der Hoeven	Brucknerstraat 9 5494272 Rukven 3 0413-229467 Heeswijk
Gerard Sengers Mieke Wouters	Aloysiusstraat 35 5430487 Evertsenstraat 12 5475184
	Postbus 85 5480 AB Schijndel E-mail: Wilhelm.vdwijgert @worldonline.nl of swnz@wxs.nl

**Postgiro: 3268654 t.n.v penningmeester Neptunus'58**

 kopij inleveren voor **17 november 2000** bij een van de redactieleden of per E-mail 

# MASTERZWEMMEN BIJ NEPTUNUS'58

De rage in de zwemwereld is al enige jaren het masterzwemmen. Maar wat is dit nu eigenlijk?

Masterzwemmen is zo ongeveer 10 jaar geleden door de zwembond geïntroduceerd om te proberen om (wedstrijd)zwemmers langer bij de club te houden door hen iets nieuws aan te bieden. Het is namelijk zo dat het zwemmen minder fanatiek wordt als de zwemmers ouder worden, omdat ze het druk krijgen met studies, werk, gezin en noem maar op. De echte volhouders zwommen dus op een gegeven moment tussen allemaal veel jongere kinderen. Dit is niet echt leuk en gezellig.

Door op aparte trainingsuren alleen maar zwemmers van 25+ te laten trainen is het probleem leeftijdsverschil op te lossen. Deze uren kunnen ook wat later op de avond zijn (jeugdzwemmers zwemmen vaak al om 18.00 uur). Dit bleek een prima formule te zijn en het sloeg erg aan, ook bij de ouders van kinderen die al lid waren van een zwemclub en die graag één keer in de week zwommen. Er zijn zelfs aparte zwemwedstrijden voor 25+ers. Wereldwijd zijn dit topevenementen geworden.

Nu heeft Neptunus '58 niet de ambitie om wereldkampioenen te gaan kweken, maar de vraag naar zwemwater, waarin je rustig banen kunt trekken zonder dat er aan alle kanten kinderen van de kant duiken en kris-kras door het water zwemmen, kwam ook bij Neptunus'58 steeds vaker naar voren.

Het voordeel van het masterzwemmen is dat je niet zelf hoeft te bedenken "wat zal ik vandaag eens gaan zwemmen", maar dat er een programma klaar ligt. Je werkt zelfstandig of met een groepje een trainingsprogramma af. Dat programma bevat veel variatie wat betreft de verschillende zwemslagen, alleen met benen of alleen met armen zwemmen of met één arm zwemmen, snelheidsverschillen etc.

Kortom, alles met de doelstelling "lekker zwemmen maar ook je conditie verbeteren". Aan het masterzwemmen is geen maximale leeftijd verbonden. Iemand van 100 jaar (die nog kan zwemmen) kan er ook aan mee doen.

Heeft u vragen omtrent het masterzwemmen, dan kunt u mij daar altijd over bellen. En denkt u nu "dat lijkt me wel iets", kom dan eens meedoen op de woensdagavond van 21.00 tot 22.00 in zwembad de Molenhey.

Groetjes Vera Hellings  
Tel.nr: 073-5480209

# UITVERKOOP ZWEMKLEDING

Omdat de Neptunus'58 zwemkleding niet meer verplicht is vanaf dit seizoen, heeft het bestuur besloten een uitverkoop te houden. Alle resterende blauwe Neptunus'58 zwembroeken en zwempakken kunnen nu gekocht worden voor een actieprij. Deze zwempakken worden ook goedgekeurd voor het synchroonzwemmen, omdat ze bijna zwart lijken.

Zwembroeken jongens	f 25,=
Zwembroeken heren	f 30,=
Zwempakken meisjes	f 30,=
Zwempakken dames	f 50,=

Even een overzichtje van de op dit moment nog aanwezige maten:

Jongens	140	Heren	4
	152		5
			7
			8
Meisjes	140	Dames	36
	152		38
	164		42
			46

Hoe sneller je komt, hoe groter de kans dat jouw maat er nog bij zit. De zwemkleding kan bij de hoofdtrainers gepast en gekocht worden.

## ZWEMBOETIEK

Ook dit jaar kun je via Neptunus'58 een aantal artikelen kopen, die erg handig zijn bij het zwemmen.

Hieronder volgt een lijstje met de artikelen die we dit jaar voor jullie gaan bestellen. De prijs voor clubleden staat erachter vermeld. De ledenprijs is veel lager dan de prijs waarvoor je de artikelen in de winkel kunt kopen. Als je wat van deze spullen wilt kopen, vul je het bestelformulier in en geeft dit af aan Vera of Femke of aan je trainer of trainster, die er dan voor moet zorgen dat het papier bij één van de twee bovengenoemde trainsters terechtkomt.

We gaan werken met contante betaling, omdat de bedragen te klein zijn voor een éénmalig incasso. Dat wil zeggen dat je de artikelen betaalt, als je ze krijgt.

## Wat kun je bij ons bestellen?

## En wat is de ledenprijs?

Badmuts (wit) latex super 30 gr fl 3,00

Badmuts (marine of wit) silicone fl 11,00

Silicone badmutsen zijn steviger dan latex badmutsen maar van die laatste heb je er dan ook bijna vier voor de prijs van één silicone badmuts. Dit is gemakkelijk als je van plan bent de badmuts snel kwijt te raken.

Als je een badmuts wilt gebruiken voor het synchroonzwemmen, dan raden we je aan een witte te bestellen. Om aan diplomasesessies of wedstrijden van het synchroonzwemmen te kunnen deelnemen, moet je namelijk een witte badmuts hebben. Voor het wedstrijdzwemmen maakt de kleur van de badmuts niet uit.

Neusklem (maat S, M of L) fl 5,00

Speciaal voor synchroonzwemmen. Vraag eerst even bij Femke na welke maat neusklem voor jou het meest geschikt is.

Pullbuoy fl 14,00

Dit is een beendrijver die bij de trainingen van het wedstrijdzwemmen gebruikt kan worden.

Zwemplank met handgrepen fl 21,50

Dit is een drijfplank waarin twee handvaten gemaakt zijn. De zwemplank wordt gebruikt bij de trainingen van het wedstrijdzwemmen.

Voor de meeste artikelen geldt dat we de aanvragen opsparen en na een tijdje allemaal ineens bestellen. Je mag net zo vaak bestellen als je wilt.

Vera en Femke

---

### BESTELFORMULIER ZWEMSPULLEN

Naam: .....

Tel. nr: .....

Ik wil graag de volgende artikelen bestellen via Neptunus'58:

Badmuts latex super 30 gr fl 3,00  
Kleur wit

Badmuts silicone fl 11,00  
Kleur wit / marine\*

Neusklem fl 5,00  
Maat S, M, L\*

Pullbuoy fl 14,00

Zwemplank met handgrepen fl 21,50

\* doorstrepen wat niet van toepassing is

# AGENDA NOVEMBER

## ***Wanneer wordt er niet gezwommen?***

	in november	in december
maandag	-	25
dinsdag	-	26
woensdag	-	27
donderdag	-	28 (pup/asp.)
vrijdag	-	29
zaterdag	-	30

## ***Diplomazwemmen***

4 november	diploma C voor inhalers gaat niet door
8 november	eerste kijkmiddag woensdaggroep
11 november	eerste kijkmiddag zaterdaggroep
16 december	keuzepakket Snorkelen
20 december	oudermeezwemdag woensdaggroep
23 december	oudermeezwemdag zaterdaggroep

## ***Synchroonzwemmen***

5 november	competitiewedstrijd te Eindhoven - Nuenen
------------	---

## ***Wedstrijdzwemmen***

19 november	verenigingscompetitie DIII te Oisterwijk
17 december	Speedo-wedstrijd

## ***Kamp***

8, 9 en 10 juni 2001

## ***Waterpolo***

Zie Onder de Kep

# MUISJES EN BESCHUIT

*Er is een nieuw zonnetje in ons huis gekomen,  
want op 7 oktober 2000 is*



*Daar ben je dan  
je oogjes nauwelijks open  
daar ben je dan  
te klein om al te lopen  
daar ben je dan  
nog niets wat je herkent  
dit is de aarde  
waar jij een deel van bent*

*Maud  
Wilhelmina Stientje  
geboren.*

*Roy & Meta Bruggeman - Bardoel  
Brucknerstraat 9  
5481 KZ Schijndel  
Tel. 073 - 5494272*

*Wilt u beschuit met muisjes komen eten, laat ons dit dan even weten.  
Wij rusten van 12.00 - 15.00 uur en na 22.00 uur.*

*Peetoom  
Vincent Bruggeman*

*Peetlante  
Carin Bardoel*

# DIPLOMAZWEMMEN ?

Tijdens de laatste Algemene Ledenvergadering bleek dat het niet voor iedereen duidelijk is wat het diplomazwemmen precies inhoudt. Daar ga ik nu wat aan doen. Althans, ik ga proberen het jullie heel duidelijk uit te leggen.

We starten met wat praktische informatie:

- ⊙ Bij het diplomazwemmen kan er op vier verschillende tijdstippen gezwommen worden.
- ⊙ Er zwemt één groep op woensdagmiddag en de drie andere groepen zwemmen op zaterdagmiddag.
- ⊙ Elke groep zwemt in totaal één keer per week drie kwartier lang.

Zoals de naam diplomazwemmen aangeeft kun je er diploma's halen. Deze diploma's hebben allemaal te maken met algemene zwemvaardigheden.

En bovendien hebben we deze diploma's verdeeld in twee verschillende groepen:

1. het Sterrenplan
2. de zwemvaardigheidsdiploma's

Een korte uitleg van de twee onderdelen lijkt me wel op zijn plaats.

## Het STERRENPLAN (KNZB)

Als de kinderen B of C hebben gehaald, komen ze in het sterrenplan terecht. Op een leuke en speelse manier maak je kennis met de vier wedstrijdtakken van de zwemsport. Deze takken zijn: schoonspringen, synchroonzwemmen, waterpolo en wedstrijdzwemmen.

Het plan bestaat uit vijf blokken. In ieder blok worden de vier wedstrijdtakken behandeld. Na een aantal lessen wordt er een toets afgenomen en krijg je een sterdiploma, een stersticker (om op de mooie sterposter te plakken) en een informatieboekje. Na de vijf toetsen is de poster vol en het plan afgelopen.

Het hele plan duurt ongeveer 2 tot 3 jaar.

## DE ZWEMVAARDIGHEIDSDIPLOMA'S (NRZ)

Na het sterrenplan of wanneer je bijna aan het einde bent van het sterrenplan, ga je automatisch verder met de zwemvaardigheidsdiploma's. Deze diploma's zijn opgebouwd uit een basispakket en een aantal keuzepakketten. Van elk bestaan er drie, namelijk 1, 2 en 3, die steeds moeilijker worden.

Bij deze diploma's ligt het accent op de technische uitvoering van de bewegingsvormen.

- ⊙ Basispakket (schoolslag, borstcrawl, rugcrawl, vlinderslag, samengestelde rugslag, onder water zwemmen, wrikken, waterpolocrawl, drenkeling

vervoeren, ...). De basispakketten lijken een beetje op de diploma's wat we vroeger D, E en F noemden.

Meestal worden de basispakketten aan het einde van het jaar afgenomen.

- ⊙ Keuzepakket Snorkelen (met snorkel, zwemvliezen en zwembril)
- ⊙ Keuzepakket Kunstzwemmen (wrikken, figuren)
- ⊙ Keuzepakket Nostalgische zwemslagen (ouderwetse zwemslagen)
- ⊙ Keuzepakket Overlevingszwemmen (red een ander of jezelf uit het water)
- ⊙ Keuzepakket Balvaardigheid (leer met een bal omgaan in het water)

Voor alle keuzepakketten geldt dat het een eerste kennismaking is met een bepaalde tak van de zwemsport. Natuurlijk zijn de oefeningen hier moeilijker dan bij het sterrenplan.

Ongeveer twee keer per seizoen wordt er afgezwommen voor één of meerdere keuzepakketten. De begeleiding bepaalt samen met de deelnemers welke pakketten dit zullen zijn.

Ik ga hier niet vertellen wat er precies aangeleerd wordt in de keuzepakketten want dan wordt het stukje te lang en is het nog steeds niet duidelijk.

Tot zover hebben we gekeken naar het onderdeel diplomazwemmen. Daar horen twee groepen bij, het sterrenplan en de zwemvaardigheidsdiploma's. En deze laatste groep bestaat uit 3 basispakketten en 5 keer 3 keuzepakketten.

	sterrenplan (5 sterdiploma's)	
diplomazwemmen	zwemvaardigheid	3 basispakketten 3 keuzepakketten snorkelen 3 keuzepakketten kunstzwemmen 3 keuzepakketten nostalgische slagen 3 keuzepakketten overlevingszwemmen 3 keuzepakketten balvaardigheid

Als ik even snel een sommetje maak, dan kun je dus 23 diploma's halen bij het onderdeel diplomazwemmen. Is dat reden genoeg om het DIPLOMA zwemmen te noemen?

Als alles tot nu toe duidelijk is, dan is het misschien beter om nu niet meer verder te lezen. Maar voor de compleetheid moet ik toch nog vertellen dat het diplomazwemmen maar één van de onderdelen van zwemclub Neptunus'58 is. Er bestaan nog andere onderdelen en daarvoor zwem je op andere tijden.



Deze onderdelen zijn:

- ⊙ het synchroonzwemmen
- ⊙ het waterpolo
- ⊙ het wedstrijdzwemmen
- ⊙ het zwemmend redden (in de zomer)
- ⊙ het masterzwemmen (voor diegenen die ouder zijn dan 25 jaar)
- ⊙ het recreatief zwemmen

Over deze onderdelen ga ik nu niet verder uitweiden. Als je hierover vragen hebt, dan kun je altijd iemand van de club bellen. Welke persoon je nodig hebt, staat op de Wie Wat Waar pagina, die regelmatig in De Drietand staat.

Femke

## **GEEF DE PEN DOOR**

Ik ben Linda Schellekens.

Ik ben 12 jaar en zit al een aantal jaren op diplomazwemmen. Naast diplomazwemmen zit ik nu ook al één jaar op wedstrijdzwemmen. Dat vind ik het leukst. Op maandag en woensdag is het trainen. Ik heb veel vriendinnen op het zwemmen zoals Mandy, Lonneke en Janine.

Met Mandy ben ik eind april naar een techniekwedstrijd van de KNZB geweest. We hebben daar veel geleerd en het was heel gezellig maar vooral ook zwaar omdat we per dag 2 x 1½ uur moesten trainen.

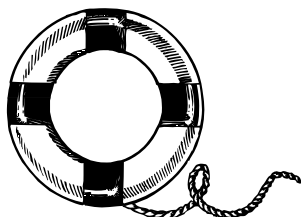
Ook het diplomazwemmen vind ik leuk en ik heb al veel diploma's.

Ik ben ook meegeweest op het zwemkamp en ik ga volgend jaar beslist weer mee !!!!!

Ik wil graag de pen doorgeven aan:  
Janine van Vught.

Groetjes,  
Linda Schellekens

# DRENKELING GERED !



Zaterdag 30 september was het dan eindelijk zover. De deelnemers aan de zomercursus zwemmend redden mochten op examen. Vanaf half april tot eind september (met uitzondering van de bouwvakvakantie en enkele andere dagen) hadden ze hard getraind om het zwemmend redden onder de knie te krijgen. Want eerlijk is eerlijk, het diploma zwemmend redden krijg je niet zomaar. Je moet sowieso al een bepaald aantal lessen gevolgd hebben, omdat je anders niet mag deelnemen aan het examen. En dat komt weer omdat wij maar 18 lessen kunnen geven, terwijl andere reddingsbrigades een heel jaar lang oefenen voor dezelfde diploma's.

Er waren heel wat examinatoren van de Bond naar Schijndel gekomen om de examens af te nemen. Alle deelnemers moesten om zes uur aanwezig zijn maar moesten soms even wachten voordat ze mochten zwemmen. Dat komt omdat wij van te voren niet weten met welke brevetten of diploma's de examinatoren willen beginnen. En we weten zelfs niet hoeveel examinatoren er meekomen.

De brevetten I, II en III mogen wel altijd meteen beginnen. En ook de deelnemers voor diploma binnenwater A en B, want zij beginnen met een mondeling theorie-examen. En dus moesten de brevetten IV, V en VI eventjes wachten. Toen de deelnemers voor de brevetten I, II en III al wisten dat ze geslaagd waren, werden de deelnemers voor brevet VI uitgenodigd voor het schriftelijke theorie examen met multiple choice vragen. Dat bleek helemaal niet moeilijk te zijn want bijna alle kandidaten hadden een 10 en 1 kandidaat een 9. Daarna begonnen ze aan het praktijk gedeelte. Intussen waren de deelnemers van brevet IV ook al begonnen aan het examen en dat vond brevet V maar niets want zij moesten het allerlangst wachten om te mogen zwemmen. Het voordeel was, dat ze daardoor lang niet zo veel hoefden te zwemmen als de andere brevetten.

Rond het zwembad zat het bommetje vol met vaders, moeders, opa's, oma's, broertjes, zusjes enz. Zij konden alles goed zien. Alle bevrijdingsgrepen en vervoersgrepen zijn aan bod gekomen. Er werden drenkelingen gered met klossen, reddingshaken, touwen en andere spullen. En verheugd kunnen wij jullie melden dat alle drenkelingen gered zijn, dat alle kandidaten geslaagd zijn en dat de meeste lesgevers nat zijn geworden.

**GEFELICITEERD !**

Namens het Team zwemmend redden

De geslaagden zijn:

**Brevet B**

Tim Klerks

**Brevet I**

Remie vd Heijden

Nikki Klerks

Mathijs van Oss

Manja Steenbakkers

Carolijn van Uden

**Brevet II**

Lisa van Gestel

Rob van Heeswijk

Jan van Lieshout

Loes van Lieshout

Elise Quinten

Monique van Rijbroek

Mark Schellekens

Martine vd Steen

Ingrid van Uden

Ellen Verhagen

Stefan Wouters

Nadia van Zutven

**Brevet III**

Jan vd Bersselaar

Mark van Breugel

Harm Ernens

Tessa van Roosmalen

Farilde Steur

Roeland Steur

Ard van Uden

Saskia van Uden

Janine van Vught

Karianne Wesselink

Marlous Wesselink

Simone vd Wijgert

**Brevet IV**

Kaoatar El Btioui

Maarten van Roosmalen

Arianne vd Steen

Elina de Vries

Marit van Weert

**Brevet V**

Jill Bijsterbosch

Rachel Coppens

David Evers

Rob vd Heijden

Jody Kastelijn

Mandy Kuypers

Linda Spooren

Pieter de Vries

**Brevet VI**

Ria Dekkers

Ibtissame El Btioui

Naoual El Btioui

Mark Foolen

Anne Oremans

**Diploma A**

Aron vd Sanden

Ilse Bijsterbosch

**Diploma B**

Eric Jansen

Meggie Kastelijn

Pieter Siroen

# IN DE PRIJZEN

**Op zondag 8 oktober viel zwem- en waterpoloclub Neptunus'58 in de prijzen bij het synchroonzwemmen. Voor de allereerste keer deden twee meisjes van Neptunus'58 mee aan een Brabantse wedstrijd synchroonzwemmen. En zij behaalden daarbij een tweede en een zesde plaats.**

Bij een wedstrijd van het synchroonzwemmen wordt er in verschillende categorieën gezwommen. De twee meisjes van Neptunus' 58, Anne Oremans en Sandra Schellekens, zwommen allebei in de categorie F/G (meisjes geboren in 1989 en eerder). Het gaat erom om zo mooi mogelijk te zwemmen. Er worden vier figuren getoond aan een jurypanel met drie juryleden. Voor elk figuur krijgt een zwemster een punt. Omdat er vier figuren worden gezwommen, zijn er ook vier punten aan het einde van de wedstrijd. Na wat rekenwerk kan daaruit de eindscore bepaald worden.

Anne en Sandra begonnen allebei verrassend sterk en scoorden veel punten bij het eerste figuur, het balletbeen. Ze hadden niet verwacht dat ze in de allereerste wedstrijd boven de 4,5 punt zouden halen (dit is behoorlijk hoog bij het synchroonzwemmen) maar dat deden de meiden wel. Bij de volgende twee figuren, de salto voorover gehoekt en de gehurkte draai, behaalden ze allebei evenveel punten en dus was het laatste figuur, de flamingo-houding, erg spannend voor de meiden van Neptunus'58. Voor Anne ging deze figuur een beetje mis, waardoor ze zakte in het klassement. Dat was jammer, maar de volgende keer beter.

Bij de uitslagen bleek dat Anne Oremans met 45,617 punten een zesde plaats had behaald. En Sandra haalde heel verrassend de tweede plaats met 47,197 punten. Een hele goede prestatie voor de beide Schijndelse meiden.

PROFICIAT!

Femke

# WEDSTRIJDZWEMMEN

## **4-kamp te Vught**

De recreanten 4-kamp is weer begonnen. Als eerste gingen we met 15 zwemmers naar Vught De scheidsrechter die de wedstrijd leidde vond dat deze gezellig en vlot moest verlopen. En hij was niet de enige. Iedereen had plezier en toch werd er serieus gezwommen.

Na de vakantie periode moesten we toch laten zien wat we konden. Het werd ook een beetje een onderlinge strijd. Janine en Glenn van Vught gingen als een speer door het water. Glenn was iets langzamer dan Mark Schellekens. Janine tikte op 25 m vrije slag als eerste aan. Roel vd Kley was weer iets vlugger dan Koen van Boxtel. Linda Schellekens blijft vechten om Mandy Kuypers voorbij te gaan. Volhouden Linda !

Ook de andere zwemmers hebben hun uiterste best gedaan. Complimenten voor allemaal, want uiteindelijk zijn we met 64,5 punten toch mooi tweede geworden.

Groetjes Thea

## **Speedo wedstrijd te Oss**

Op 1 oktober werd in Oss de eerste Speedowedstrijd gezwommen. Voor het eerst was er een techniekgedeelte ingepland. De kinderen konden dus behalve een medaille ook een certificaat voor techniek halen.

Neptunus '58 was met acht zwemmers aanwezig. Er werden vier medailles gehaald. Een zilveren medaille werd behaald door Roel vd Kley en door Roeland Steur. De twee bronzen medailles werden behaald door Janine van Vught en Roeland Steur.

Een overzicht van de uitslagen:

Roel vd Kley	50m rugslag	0.54.90	
	50m schoolslag	0.56.51	pr
Janine van Vught	50m rugslag	0.48.25	pr
	50m schoolslag	0.52.79	
Rob van Heeswijk	50m rugslag	1.02.62	
	50m schoolslag	1.02.90	
Glenn van Vught	50m rugslag	1.04.74	
	50m schoolslag	0.56.55	

Mark Schellekens	50m rugslag	0.53.67
	50m schoolslag	1.00.18
Roeland Steur	50m rugslag	0.54.62
	50m schoolslag	0.58.38
Saskia van Uden	50m rugslag	1.06.31
	50m schoolslag	1.04.41
Farilde Steur	50m rugslag	1.01.76
	50m schoolslag	1.01.03

Alle kinderen kregen een beoordeling op een techniek onderdeel. Dit was voor veel kinderen nieuw dus ook erg verwarrend maar ze hebben goed hun best gedaan.

## ***Verenigingscompetitie***

Zondag 8 oktober vond de eerste ronde van de verenigingscompetitie D3 plaats. Met vijf verenigingen werd er om punten gezwommen. Neptunus deed het nog niet zo slecht.

Drie van onze zwemmers zwommen zelfs een persoonlijk record.

De uitslagen waren de volgende:

Glenn van Vught	25 m rugslag	0.28.58	pr	3e plaats
	50 m vrije slag	0.55.81		2e plaats
Janine van Vught	50 m schoolslag	0.49.47	pr	5e plaats
	Linda Schellekens	100 m wisselslag		0.31.96
Mandy Kuijpers	50 m rugslag	0.43.87		3e plaats
	100 m wisselslag	1.29.71		1e plaats
	50 m rugslag	0.44.76		5e plaats
Roel vd Kleij	25 m rugslag	0.24.10		3e plaats
	50 m vrije slag	0.56.86		2e plaats
Mark Schellekens	25 m rugslag	0.24.01		1e plaats
	50 m vrije slag	0.51.80		1e plaats
Rob van Heeswijk	25 m rugslag	0.27.13		2e plaats
	50 m vrije slag	0.59.48		3e plaats
Meggie Kastelijn	50 m schoolslag	0.52.66		12e plaats
	100 m wisselslag	1.41.44		9e plaats
Jody Kastelijn	50 m schoolslag	1.02.37		13e plaats
	100 m wisselslag	2.09.54		13e plaats

Alle ploegen hebben ook nog 4x 50m vrije slag gezwommen en dit twee maal. Hierbij zijn ze tweede en derde geworden.

Het is een mooi begin van een nieuw zwemseizoen.

# ONDER DE KEP

## ***Sterke start waterpoloheren SWNZ***

De heren van SWNZ zijn de competitie begonnen met een overtuigende zege tegen Raket 1 uit Delft. Na een rommelige beginfase wist SWNZ het klassenverschil tegen het vorig jaar gepromoveerde Raket uit te drukken in een 2-8 overwinning.



Het begin van de wedstrijd verliep moeizaam en SWNZ wist weinig kansen te benutten, het resultaat een 2-2 score na het verstrijken van twee van de vier perioden.

Na een hele goede periode waarin de spelers Leon Huysmans en Stefan Stekelenburg uitblonden kwam SWNZ op een 2-6 voorsprong. Door de concentratie goed vast te houden konden de heren de wedstrijd besluiten met een ruime 2-8 overwinning. Een andere prettige bijkomstigheid was het optreden van jeugdspeler Jeffrey Veldboer die was gevraagd mee te spelen doordat een viertal spelers ontbrak. Hij kon het niveau aan en zal in de komende jaren uit kunnen bloeien tot een vaste waarde voor dit heren 1 team.

Doelpuntenmakers SWNZ: Leon Huysmans 3, Lawrence Schouten 2, Stefan Stekelenburg 2, Richard Postma 1.

## ***Heren SWNZ spelen gelijk***

Na een goede start van de competitie met de winst in de uitwedstrijd tegen de Raket uit Delft moest het eerste heren-team van SWNZ in de tweede competitiewedstrijd van het seizoen in eigen huis de strijd aanbinden met De Watervlo uit Vleuten.

Onder aanvoering van de kersverse vader Roy Bruggeman en met Jan Hellings tussen de palen, die keeper van Ad van Kaathoven in deze wedstrijd verving, kwam de thuisploeg vroeg in de wedstrijd op een 1-0 achterstand. Daarna zette de ploeg van SWNZ de wedstrijd met veel inzet naar haar hand, wat resulteerde in een 6-4 voorsprong na 3 kwart wedstrijd.

In het laatste part van de wedstrijd trok De Watervlo echter vol ten aanval en zette het de thuisploeg vast op eigen helft wat leidde tot de aansluitingstreffer en met nog 15 sec te spelen tot de gelijkmaker.

Gezien de 6-4 voorsprong een onnodige punten deling. Met 3 punten uit 2 wedstrijden heeft SWNZ zich voorlopig genesteld in de sub-top.

## ***Waterpoloers nog steeds ongeslagen***

Zowel het eerste dames team als het eerste heren team van SWNZ zijn na drie speelronden nog ongeslagen. De dames gaan zonder puntvlies aan de leiding in de eerste klasse district zuid. De heren staan op de derde plaats in de derde klasse bond met 7 punten uit 4 wedstrijden.

Dit weekend (21-10 red.) speelden de heren waterpoloërs van SWNZ tegen Aquarijn uit Nieuwegein. Evenals in voorgaande wedstrijden begonnen de heren zeer overtuigend en namen direct de leiding. Door goed spel werd de voorsprong uitgebouwd tot een 9-4 stand, in het begin van de laatste periode.

Op dat moment raakte SWNZ de controle over het spel kwijt door een slotoffensief van Aquarijn. Het eindsignaal klonk bij een 10-9 voorsprong in het voordeel van SWNZ.

De dames van SWNZ boekten een overtuigende overwinning op DZT uit Deurne. De dames uit Sint Michielsgestel en Schijndel wonnen met 10-2. Ook in deze wedstrijd speelde de verdediging van SWNZ weer zeer sterk waardoor DZT nauwelijks tot scoren kwam. Aanvallend werd er effectief met de kansen omgesprongen waardoor de uitslag zeer overtuigend was.

SWNZ speelt 4 november om 21:30 uur hun volgende thuiswedstrijd in zwembad "De Molenhey" te Schijndel en U bent hier allen van harte welkom!

Voor overige wedstrijden zie competitieooster elders in deze De Drietand.

## ***'Waterpolo is een mooie sport'***

Uit de binnenland-sectie van De Telegraaf-i van 17 oktober 2000

**WADDINXVEEN - Tien meiden van de Waddinxveense waterpoloclub 'Gouwestaete' hebben zich laten vastleggen in een serie pikante portretten voor de 'Gouwe Meiden' kalender 2001.**





*Ook moesten de waterpolodames naakt een boom inklimmen om voor de kalender te poseren. - Foto: Ton Bennemeer*

Met de naaktkalender wil het tiental in eerste instantie positieve aandacht vragen voor hun sport. Waterpolodames zouden nog te vaak worden uitgemaakt voor 'manwijven'. "Gezien de foto's is niets minder waar", zegt promotor Adri Berckenkamp. "Alles zit er op en er aan. Het zijn fantastische meiden."

De Waddinxveense fotograaf Ton Bennemeer fotografeerde de Gouwe Meiden in en om Waddinxveen; tussen het riet, in bomen en op bergen grind. Voor elke kalendermaand een andere foto. Heel pikant en op zo'n manier dat alleen het onblote bovenlichaam zichtbaar is.

De meiden, die zich lieten inspireren door het Australische damesvoetbalteam, dat zich vorig jaar naakt liet fotograferen, heeft de kalender laten maken in het kader van het 75-jarige bestaan van de vereniging in 2002. In eerste instantie is er een oplage gedrukt van duizend stuks.

**De kalender is voor 35 gulden te koop bij waterpolovereniging 'Gouwestaete'.**

# Competitierooster november – december

## 4-nov

Afdeling	Vertrek	Tijd	Wedstrijd	W officials of Zwembad
Dames 2	20:00	SWNZ (SG) 2	- Brunssum 1	R Bruggeman GAA Maurixs JA Schuurmans
Dames 1	20:45	SWNZ (SG) 1	- HZPC 1	BGT v Berkel PHA Goyaerts MMA v d Oetelaar
Heren 1	21:30	SWNZ (SG) 1	- UWV Wilskracht 1	JA Buys L. Verhagen JCP Vloet
Pupillen	17:30	18:30	De Treffers A - SWNZ (SG) A	Kwekelstijn Rosmalen

## 5-nov

Afdeling	Vertrek	Tijd	Wedstrijd	W officials of Zwembad
Aspiranten	17:00	SWNZ (SG) A	- DZT A	GAF v Oorschot HWJ v Oorschot
Jongens<16	17:45	SWNZ (SG) A	- DZT A	GAF v Oorschot HWJ v Oorschot
Heren Jeugd	18:30	SWNZ (SG) A	- Arethusa A	JHA Hellings PHJ v d Dungen JJ v Hout
Heren 3	19:15	SWNZ (SG) 3	- Brunssum 1	PJP Muyshondt TPJF v d Wiel HWT v Liempt
Heren 4	20:00	SWNZ (SG) 4	- Nayade 5	HML Verhagen RWM Mathijssen JJ v Hout
Heren 2	20:45	SWNZ (SG) 2	- WPC-98 (SG) 1	PJP Muyshondt JMA v d Coevering HWT v Liempt

## 11-nov

Afdeling	Vertrek	Tijd	Wedstrijd	W officials of Zwembad
Pupillen	18:00	SWNZ (SG) A	- PSV A	ACJ Kampman JMA v d Coevering
Heren 4	18:45	SWNZ (SG) 4	- OZC'57 2	ACJ Kampman L. Verhagen JCP Vloet
Dames 1	19:30	SWNZ (SG) 1	- WPC-98 (SG) 1	ACJ Kampman PJP Muyshondt HWT v Liempt
Jongens<16	15:00	16:30	De Warande A - SWNZ (SG) A	Arkendonk Oosterhout
Meisjes<16	15:30	16:30	Lutra A - SWNZ (SG) A	De Wissen Helmond
Dames 2	17:15	18:15	WPC-98 (SG) 2 - SWNZ (SG) 2	Sportiom Den Bosch
Aspiranten	18:30	19:15	Argo A - SWNZ (SG) A	De Neul Sint Oedenrode
Heren 3	19:00	20:45	Eszet 1 - SWNZ (SG) 3	De Roerdomp Roermond
Heren 2	20:00	21:30	Spio 1 - SWNZ (SG) 2	De Sprank Venray

## 12-nov

Afdeling	Vertrek	Tijd	Wedstrijd	W officials of Zwembad
Heren Jeugd	15:45	17:00	De Punderman A - SWNZ (SG) A	De Wiemel Deurne

## 18-nov

Afdeling	Vertrek	Tijd	Wedstrijd	W officials of Zwembad
Aspiranten	18:00	SWNZ (SG) A	- Arethusa A	MJG v Thiel MJ v d Sman
Jongens<16	18:45	SWNZ (SG) A	- Zeester-Meerval A	MJG v Thiel MJ v d Sman
Heren Jeugd	19:30	SWNZ (SG) A	- TRB/RES A	MJG v Thiel MJ v d Sman PHA Goyaerts
Dames 2	20:15	SWNZ (SG) 2	- SBC-2000 1	HML Verhagen CAJ v Pinxten RWM Mathijssen
Heren 2	21:00	SWNZ (SG) 2	- Argo 2	MMA v d Oetelaar PHA Goyaerts MJ v d Sman
Pupillen	16:15	17:30	Njord B - SWNZ (SG) A	Den Ekkerman Veldhoven
Dames 1	17:15	18:45	De Warande 2 - SWNZ (SG) 1	Arkendonk Oosterhout
Heren 1	17:20	19:20	Van Vliet-Barracuda 1 - SWNZ (SG) 1	Polderbad
Meisjes<16	18:45	20:00	TRB/RES A - SWNZ (SG) A	Nieuwerkerk/IJssel
				De Drieburcht Tilburg

## 19-nov

Afdeling	Vertrek	Tijd	Wedstrijd	W officials of Zwembad
Heren 4	18:00	19:15	Nayade 4 - SWNZ (SG) 4	De Tongelreep Eindhoven

## 25-nov

Afdeling	Vertrek	Tijd	Wedstrijd	W officials of Zwembad
Pupillen	18:00	SWNZ (SG) A	- HZPC A	GHF v Oorschot HWJ v Oorschot
Heren 4	18:45	SWNZ (SG) 4	- Gorgo 2	GHF v Oorschot HWJ v Oorschot A de Laat
Meisjes<16	19:30	SWNZ (SG) A	- Njord A	PJP Muyshondt TPJF v d Wiel JMA v d Coevering
Dames 2	20:15	SWNZ (SG) 2	- De Punderman 1	R. Bruggeman JA Schuurmans GAA Maurixs
Heren 3	21:00	SWNZ (SG) 3	- Nayade 2	MJG v Thiel MJ v d Sman BGT v Berkel

Heren 1	21:45	SWNZ (SG) 1	- Koudekerk 1	<b>JHA Hellings</b>	<b>PHJ v d Dungen</b>	<b>JJ v Hout</b>
Heren Jeugd	18:30	20:00 Spio A	- SWNZ (SG) A	De Sprank Venray		
Jongens<16	19:30	18:45 ArethusA	- SWNZ (SG) A	Golfbad Oss Oss		

### 26-nov

<b>Afdeling</b>	<b>Vertrek</b>	<b>Tijd</b>	<b>Wedstrijd</b>	<b>W officials of Zwembad</b>		
Heren 2	17:00	SWNZ (SG) 2	- De Treffers 1	<b>ACJ Kampman</b>	<b>D. Leering</b>	<b>S. v Doremalen</b>
Dames 1	17:45	SWNZ (SG) 1	- Njord 2	<b>ACJ Kampman</b>	<b>HML Verhagen</b>	<b>S. v Doremalen</b>
Aspiranten	16:15	17:45 De Rog A	- SWNZ (SG) A	De IJzeren Man Weert		

### 2-dec

<b>Afdeling</b>	<b>Vertrek</b>	<b>Tijd</b>	<b>Wedstrijd</b>	<b>W officials of Zwembad</b>		
Aspiranten	18:00	SWNZ (SG) A	- De Punderman A	<b>D Leering</b>	<b>CAJ v Pinxten</b>	
Jongens<16	18:45	SWNZ (SG) A	- Spio A	<b>D Leering</b>	<b>CAJ v Pinxten</b>	
Dames 1	17:00	18:00 Lutra 1	- SWNZ (SG) 1	De Wissen Helmond		
Meisjes<16	17:15	18:30 PSV A	- SWNZ (SG) A	De Tongelreep Eindhoven		
Heren 2	17:30	18:45 De Vennen 1	- SWNZ (SG) 2	De Vennen Dongen		
Dames 2	17:45	19:00 Merlet 1	- SWNZ (SG) 2	De Kwel Cuijk		
Heren 1	18:00	20:00 De Vuursche 1	- SWNZ (SG) 1	De Trits Baarn		
Heren 3	18:00	19:00 WPC-98 (SG) 4	- SWNZ (SG) 3	Sportiom Den Bosch		
Heren Jeugd	19:15	20:30 DZT A	- SWNZ (SG) A	De Wiemel Deurne		

### 3-dec

<b>Afdeling</b>	<b>Vertrek</b>	<b>Tijd</b>	<b>Wedstrijd</b>	<b>W officials of Zwembad</b>		
Heren 4	17:30	18:45 De Punderman 1	- SWNZ (SG) 4	De Wiemel Deurne		

### 9-dec

<b>Afdeling</b>	<b>Vertrek</b>	<b>Tijd</b>	<b>Wedstrijd</b>	<b>W officials of Zwembad</b>		
Heren 3	18:00	SWNZ (SG) 3	- HZPC 2	<b>MJG v Thiel</b>	<b>MJ v d Sman</b>	<b>BGT v Berkel</b>
Dames 1	18:45	SWNZ (SG) 1	- Waterproof 1	<b>MJG v Thiel</b>	<b>MJ v d Sman</b>	<b>BGT v Berkel</b>
Dames 2	19:30	SWNZ (SG) 2	- Gorgo 2	<b>HML Verhagen</b>	<b>CGH v Boxtel</b>	<b>RWM Mathijsen</b>
Heren 2	20:15	SWNZ (SG) 2	- De Warande 2	<b>R. Bruggeman</b>	<b>CJM v Kaathoven</b>	<b>GAA Maurixs</b>
Heren 4	21:00	SWNZ (SG) 4	- DBD 2	<b>GHF v Oorschot</b>	<b>HWJ v Oorschot</b>	<b>MBM Vloet</b>
Heren 1	21:45	SWNZ (SG) 1	- Alkemade 1	<b>PJP Muyshondt</b>	<b>HWT v Liempt</b>	<b>JMA v d Coevering</b>
Jongens<16	16:45	18:30 Hieronymus A	- SWNZ (SG) A	De Stok Roosendaal		

### 16-dec

<b>Afdeling</b>	<b>Vertrek</b>	<b>Tijd</b>	<b>Wedstrijd</b>	<b>W officials of Zwembad</b>		
Jongens<16	18:00	SWNZ (SG) A	- De Punderman A	<b>GHF v Oorschot</b>	<b>HWJ v Oorschot</b>	
Dames 2	19:30	20:30 De Treffers 2	- SWNZ (SG) 2	Kwekelstijn Rosmalen		
Heren 4	20:00	SWNZ (SG) 4	- Nayade 5	<b>HML Verhagen</b>	<b>RWM Mathijsen</b>	<b>JJ v Hout</b>
Heren 2	20:45	SWNZ (SG) 2	- WPC-98 (SG) 1	<b>PJP Muyshondt</b>	<b>JMA v d Coevering</b>	<b>HWT v Liempt</b>

# KLEURPLAAT

