

DE DRIETAND

Jaargang 10, nummer 3

November 2003

REDACTIONEEL

Zo de eerste sneeuwbuï is al weer geweest, maar of dit ook een witte kerst betekent, is nog even afwachten. Daarover meer in de volgende De Drietand. Natuurlijk zijn er in deze de De Drietand weer wedstrijd verslagen, verdient het afscheid van Mieke Wouters zeker meer aandacht dan de vier regels in de vorige de De Drietand en is het bestuur op zoek naar een Verenigingsvraagbaak. **Een wat ?!?!?!**, ja wij zijn nog niet gelukkig met de naam maar konden op deze late avond niet de inspiratie opbrengen om iets beters te verzinnen. Degene die met een goed voorstel komt is gelijk aangenomen, maar ook zonder voorstel mag u zich bij het bestuur melden. Voor de afdeling waterpolo wordt ook dringend gezocht naar leden die zo af en toe eens een leuk wedstrijdverslag willen door mailen op het onderstaande adres. Er moet toch een beetje evenwicht blijven tussen de wedstrijdzwemverslagen en de waterpolowedstrijdverslagen. Nou dit is bij Scrabbel toch al gauw heel wat punten waard. Waar waren we gebleven, o ja ook nog het verslag van het zwemmend redden. Want zoals we allemaal hebben gemerkt de zomer is voor bij en dus ook het examen van het Zwemmend Redden.

Veel leesplezier namens de Redactie

De redactie	Redactieadres 
Roy Bruggeman	Postbus 85 5480 AB Schijndel E-mail: dedrietand@hetnet.nl
Jan vd Heijden	
Femke vd Hoeven	
Mieke Wouters	
Brucknerstraat 9 5494272	
Lijsterbeslaan 82 5476501	
Rukven 3 0413-229467	
Heeswijk	
Evertsenstraat 12 5475184	

Bankrekeningnr ABN AMRO: 4703.09.199 tnv penningmeester Neptunus'58

Website: www.neptunus58.tk

 kopij inleveren voor **28 november 2003** bij een van de redactieleden of per E-mail 

WAAR MOET U ZIJN MET VRAGEN?

BESTUUR	TAAK	ADRES	TEL.NR.
Arie de Zwart	Voorzitter	Tweelingen 13 5482 XN Schijndel	5498064
Jan Mettler	Secretaris	Past. Dondersstraat 44 5482 JW Schijndel	5474331
Maarten Pennings	Penningmeester	Sassenheimseweg 2 5258 HL Berlicum	5034015
Peter vd Weijer	Zwemopleidingen Zwemvaardigheidsdipl.	Wijboscheweg 73 5482 EB Schijndel	5493973
Janny vd Sande	Waterpolo	Tiboschlaan 32 5481 MJ Schijndel	5498981
Vera Hellings	Wedstrijdzwemmen Masterzwemmen	Elschotseweg 47 5482 LJ Schijndel	5480209
Femke vd Hoeven	Zwemmend Redden Synchroon Zwemmen	Rukven 3 5473 VS Heeswijk	0413-229467

LEDENADMINISTRATIE

Mieke Wouters		Evertsenstraat 12 5481 HV Schijndel	5475184
---------------	--	--	---------

WEDSTRIJDLEIDER:

Vera Hellings	Wedstrijdzwemmen	zie boven	5480209
Helma vd Kley	Wedstrijdzwemmen	Moerschot 46 5271 SN St. Michielsgestel	5514773

STARTVERGUNNINGEN:

Vera Hellings	Wedstrijdzwemmen	zie boven	5480209
Janny vd Sande	Waterpolo	zie boven	5498981
Femke vd Hoeven	Synchroonzwemmen	zie boven	0413-229467

TEL.NR. DE MOLEN HEY: 5492337

VAN HET BESTUUR

Nieuwe functie: verenigingsvraagbaak

In de vorige De Drietand heeft de redactie al aangekondigd dat Mieke Wouters haar werkzaamheden van ledenadministratie per 31 december 2003 gaat overdragen. Dat vindt het bestuur erg jammer en we willen Mieke hartelijk bedanken voor haar jarenlange bijzonder goede inzet.

Mieke, HARTSTIKKE BEDANKT

Meestal als iemand een functie achter zich laat, zoeken we een vervanger. En zo ook deze keer. Maar de functie zoals Mieke die altijd uitoefende gaat een beetje veranderen, omdat het gedeelte ledenadministratie bij Jan Mettler, de secretaris, komt te liggen. De nieuwe functie hebben we voorlopig “verenigingsvraagbaak” genoemd. En we zijn nu op zoek naar iemand die deze functie voor de vereniging wil uitoefenen.

Maar voordat je ons meteen opbelt om te zeggen dat het je iets lijkt, willen we eerst nog even de werkzaamheden van deze functie schetsen. In het kort kunnen we stellen dat de vraagbaak een plek is waar iedereen van alles over de zwemclub te weten kan komen. De vraagbaak wordt uiteraard op de hoogte gehouden van alle ontwikkelingen binnen de vereniging.

- De verenigingsvraagbaak is de persoon waar mensen naar toe bellen als ze informatie willen krijgen over de zwemclub, over bepaalde onderdelen bij de zwemclub of als ze lid willen worden. In al deze gevallen komen deze telefoontjes bij de vraagbaak terecht. In het telefoongesprek worden de mogelijkheden in het kort doorgenomen en de beller krijgt het informatieboekje (met inschrijfformulier) van Neptunus'58 toegezonden. Natuurlijk is de vraagbaak niet op de hoogte van alle specifieke vragen, daarvoor kan de beller doorgestuurd worden naar de afdelingscoördinator (zie de Wie Wat Waar pagina in de De Drietand).
- Als de inschrijfformulieren binnenkomen, informeert de vraagbaak bij de afdelingscoördinatoren of er plek is voor de deelnemer en samen worden afspraken gemaakt over datum en tijd. De vraagbaak geeft deze informatie door aan de deelnemer.
- Als de deelnemer ook inderdaad lid wordt van Neptunus'58 (deze informatie komt van de ouders of van de afdelingscoördinatoren) worden de inschrijfformulieren naar de secretaris gestuurd, die ervoor zorgt dat het lid ingeschreven wordt en de contributie berekend wordt.

Voor informatie kun je terecht bij het bestuur (zie de Wie Wat Waar pagina).

Mailadressen

Hoi leden van Neptunus '58

In de vorige De Drietand heb ik een oproep gedaan om jullie e-mail adres naar mij toe te sturen. Ik heb er al heel wat binnen gekregen, maar ik denk toch dat er nog veel meer leden met een e-mail adres zijn.

E-mail adressen kunnen erg handig zijn, als we leden snel van bepaalde zaken op de hoogte willen brengen.

Willen diegene die mij nog geen mailtje hebben gestuurd, dit alsnog sturen. Als niet duidelijk uit het e-mail adres blijkt van wie dit adres is, zet er dan even je naam bij.

Mijn e-mail adres is:

J.H.G.Mettler@home.nl

Alvast bedankt voor de te nemen moeite.

Jan Mettler
Secretaris

Van de sponsorcommissie

Zoals in de vorige de De Drietand al vermeld, heeft Sporttime heeft zijn contract met Neptunus '58 verlengd.

Sporttime is stersponsor geworden en krijgt onder andere bij alle wedstrijden van Neptunus'58 en SWNZ een bord langs de zijkant van het bad. En natuurlijk een advertentie in de De Drietand. Voor de leden is een leuke bijkomstigheid dat er op badkleding en aanverwante artikelen een korting van 10% verkregen kan worden bij Sporttime. Voor complete teams geldt een korting van 20%.

Alles wat je hiervoor moet doen, is bij aankoop even melden dat je lid bent van Neptunus'58 of SWNZ.

We hopen dan ook dat u deze en natuurlijk ook onze andere sponsors niet zult vergeten bij uw sport-inkopen of dagelijkse boodschappen.

De sponsorcommissie

AGENDA NOVEMBER / DECEMBER

Wanneer wordt er niet gezwommen?

	in november	in december
maandag	-	22, 29
dinsdag	-	23, 30
woensdag	-	24, 31
donderdag	-	25
vrijdag	-	5, 26
zaterdag	-	27

Diplomazwemmen

5 november	kijkmiddag woensdaggroep
8 november	kijkmiddag zaterdaggroep
13 december	keuzepakketten balvaardigheid en kunstzwemmen
17 december	broer/zus/vriend/vriendin + oudermeezwemdag
20 december	broer/zus/vriend/vriendin + oudermeezwemdag

Synchroonzwemmen

9 november	wedstrijd in Rosmalen
23 november	diplomazwemmen H/G/F in Breda
14 december	wedstrijd in Veldhoven
20 december	afzwemmen Blokkenplan tijdens de zwemles

Wedstrijdzwemmen

2 november	limietwedstrijd te Tilburg
9 november	DIII wedstrijd te Schijndel
7 december	recreantenwedstrijd te St-Oedenrode
14 december	speedowedstrijd

Waterpolo

De waterpolowedstrijden kunnen jullie vinden in het hoofdstuk "Onder de Kep".

NIEUWE LEDEN

Anja Bronda
Mijke de Jong
Manon Musterd
Rianne van Nuland
Mandy Schalkx
Bob Steenbakkers
Tijn van Veen

masterzwemmen
synchroonzwemmen
masterzwemmen
masterzwemmen
diplomazwemmen
masterzwemmen
diplomazwemmen

GEEF DE PEN DOOR

De redactie denkt dat Kimberly nog geen pen heeft gevonden om een stukje mee te schrijven. We zullen gewoon even wachten. Misschien brengt Sinterklaas wel een mooie pen mee.

Voorin in De Drietand kun je zien wanneer het stukje ingeleverd moet worden. Dat mag op papier, op diskette of via de mail. Je mag er ook nog een hele mooie tekening bij maken.



GESLAAGD

M-examen

Jan Oremans is geslaagd voor het M-examen synchronozwemmen!

Op maandag 22 september heeft Jan Oremans examen afgelegd voor M. Als je de functie M bezit, dan mag je bij wedstrijden en diplomasessies van het synchronozwemmen aan de jurytafel zitten en de jurypunten uitrekenen. Per jurytafel zijn er altijd drie M'en nodig omdat het uitrekenen van de door de jury gegeven punten een heel precies werkje is. Gelukkig kan de vader van Anne Oremans dit erg goed en hij is dan ook geslaagd voor de cursus.

Jan, van harte gefeliciteerd!

Namens het team synchronozwemmen

Zwemdiplomas

Er zijn de laatste weken ook weer een heleboel kinderen geslaagd voor hun sterdiploma.

Ster 1

Moniek van Aarle
Martje Boselie
Fenna Braam
Jeroen Trimbach
Tara Veroude

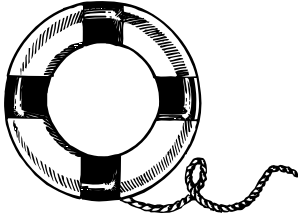
Raomi van Rozendaal
Rick Schellekens
Roanna Schellekens
Britt vd Wiggert
Rowi vd Wiggert

Ster 3

Bente van Bergen
Chiel Brouwers
Stan Brouwers
Maaïke Groenendaal
Fieke Konijnenberg
Gert van Lokven
Robin Nieuwenkamp
Demy van Niftrik
Aniek Pennings

Ster 5

Bilal Benayyada
Boukje vd Bruggen
Nick Habraken
Frank Hoeven
Romy van Laarhoven
Rianne vd Rijt
Sharon Schaepkens
Harold Vervoort
Maarten Zomers



ZWEMMEND REDDEN

Zaterdag 27 september vond het examen zwemmend redden plaats, waarvoor de deelnemers vanaf half april en de hele zomer door hard hadden geoefend. Er waren 52 examenkandidaten aanwezig. 1 kandidaat mocht niet op examen omdat ze niet voldoende lessen had gezwommen.

Er waren vijf examinatoren van de Koninklijke Bond tot het Redden Van Drenkelingen 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 kwam vooral omdat we zes examinatoren hadden aangevraagd en er maar vijf bleken te zijn. De KNBRD heeft ons toegezegd dat ze volgend jaar rekening houdt met het aantal examinatoren dat gestuurd wordt.

Meestal beginnen de examinatoren met de laagste brevetten en tegelijkertijd met theorie met brevet 6 en de diploma's binnenwater A en B. We hadden bedacht dat brevet 1, 2 en 3 konden beginnen. En als die klaar waren, dat dan de 4s en de 5s konden beginnen. Maar omdat er een examiner te weinig was gestuurd, liep het programma meteen vanaf het begin al vertraging op en moest ook de helft van de deelnemers voor brevet 3 wachten. De kandidaten voor brevet 3 (tweede groep), brevet 4 en de kandidaten van brons en zilver begonnen om 18.45 uur. De deelnemers van brevet 5 moesten nog wachten tot 19.30 uur om aan hun examen te beginnen. Gelukkig waren de drie kandidaten voor brevet heel sterk en hebben ze het examen, dat normaal drie kwartier duurt in een half uur afgelegd.

Het was gezellig druk in het zwembad. Er zaten namelijk een heleboel papa's, mama's, opa's, oma's, broers en zussen langs de kant van het zwembad. Zij zaten net achter de reclameborden en konden dus heel goed zien dat alle kandidaten vreselijk hun best deden om de geleerde stof in de praktijk te laten brengen. Zo lieten ze heel wat bevrijdingsgrepen (een manier om je van de drenkeling te ontdoen) en vervoersgrepen (een manier om de drenkeling te vervoeren) zien. Verder lieten ze zien dat ze erg goed wisten hoe reddingsmiddelen (zoals een reddingsklos, werpzak of werpbal) en hulpmiddelen (zoals een touw of een stok of een slurf) ingezet kunnen worden om een drenkeling uit het water te redden zonder zelf nat te hoeven worden. En ze moesten ook laten zien dat ze wisten hoe je zo snel mogelijk een drenkeling uit het water haalt.

Aan het einde van het examen kregen we complimenten van de examinatoren dat het niveau van de zwemmers bijna bij alle brevetten erg goed was. En daar zijn wij natuurlijk erg trots op, want wij zwemmen maar 18 keer, daar waar andere brigades een jaar oefenen voor dezelfde lesstof. Helaas is er één kandidaat afgewezen voor het theoriegedeelte bij brevet 6. Alle andere kandidaten die op examen zijn geweest, zijn geslaagd.

Gefeliciteerd allemaal ! En tot volgend jaar ...

Team Zwemmend Redden

De geslaagden zijn:

Brevet 1

Bart vd Bruggen
Mike Schalkx
Sanne Schalkx
Hanneke van Weert
Sjors van Weert
Britt vd Wijgert
Amber van Zandbeek

Brevet 2

Anouk van Helvoirt
Tim Hobbelen
Angela Klerkx
Rosanne Klerkx
Brechtje Rijkers

Brevet 3

Jet vd Bersselaar
Lies vd Bersselaar
Manissa vd Brand
Boukje vd Bruggen
Kees Heesters
Mark van Heeswijk
Tim Klerks
Romy van Laarhoven
Kim de Laat
Rianne vd Rijt
Sharon Schaepkens
Mandy Schalkx
Demelsa vd Steen

Brevet 4

Jitse Alsemgeest
Nikki Klerks
Jacqueline Quekel

Katja van Roosmalen
Carolijn van Uden
Wyko vd Wijgert

Brevet 5

Rob van Heeswijk
Ellen Verhagen
John Verhagen

Brevet 6

Jan vd Bersselaar
Mark van Breugel
Maarten van Roosmalen
Tessa van Roosmalen
Farilde Steur
Roeland Steur
Simone vd Wijgert

Certificaat brons

Arianne vd Steen
Elina de Vries
Marit van Weert

Certificaat zilver

Rachel Coppens
Jody Kastelijn
Mandy Kuypers
Linda Sporen

Diploma binnenwater A

Rob vd Heijden

Diploma binnenwater B

Ria Dekkers
Mark Foolen

ZWEM4DAAGSE

In de herfstvakantie is de zwem4daagse gehouden in zwembad De Molen Hey. Zoals elk jaar wordt de zwem4daagse georganiseerd door Neptunus'58 en zwembad De Molen Hey samen. En dit jaar was het heel speciaal om een heleboel redenen:

- Er kwamen maar liefst 416 deelnemers. Zoveel hebben we er nog nooit gehad.
- De deelnemer die het langst meedoet, zwom dit jaar al voor goud 32.
- Er hing een super sfeer op het zwembad. De 22 begeleiders hebben ontzettend hun best gedaan om er iets moois van te maken. En dat is gelukt. De zwem4daagse is nog nooit zo vlekkeloos verlopen. Elke dag werd het bad opnieuw klaargemaakt. Er werd toezicht gehouden en er werd gezellig gekletst met mensen. Bij deze willen we dus ook alle medewerkers **HEEL HARTELIJK BEDANKEN** voor hun inzet.
- Er is een heel mooi bedrag aan sponsorgeld opgehaald voor het Ronald Mac Donald fonds.
- Ook de kleurplaten zijn mooi ingekleurd. Er waren 6 prijswinnaars in verschillende leeftijdscategorieën. De eerste prijs was een vrijkaartje voor het zwembad en een cadeautje.

Alles bij elkaar voldoende redenen voor een speciaal jaar, niet?

Volgend jaar stoppen Jonneke en ik met organiseren, nadat we dat jarenlang met veel plezier hebben gedaan. We hebben al een team bereid gevonden om het van ons over te nemen: Sandra Schellekens, Bernadette van Vlaanderen en Ronnie van Berlo. Ruud Sengers blijft ook in het team zitten. Maar jullie zullen ons nog zeker aan het zwembad zien.

Groetjes,
Karin van Keulen

VERJAARDAGEN

in november

- 3 Saskia van Uden
- 4 Jeroen Trimbach
- 5 Marga vd Oetelaar
Kelly Kremers
- 7 Wilhelm vd Wijgert
- 8 Susanne Hovenier
Romy van Laarhoven
- 9 Laura vd Rijt
- 11 Thomas Bolwerk
- 12 Peter vd Weijer
- 16 Wim Vermeulen
Harold vd Heijden
Sven Verhoeven
Nadia Lahaye
- 17 Ans Sars
Mike Schalkx
- 19 Hessel van Liempd
Murel Hermes
Adeline Schnitzeler
- 21 Celine Vermeer
- 24 Susan Gerritsma
Elke Schellekens
- 25 Farilde Steur
Marijn vd Tillaart
- 27 Rianne Foolen
- 28 Harold van Alebeek
Rene Kuipers
Roosje van Oss
- 29 Judith van Eijk
Manon Musterd
Ellen Verhagen
- 30 Antoon vd Boogaard

en in december

- 1 Janny vd Sande
Meike Keetels
- 3 Erik vd Eerden
- 4 Wilhelmina van Weert
- 5 Harold Vervoort
- 6 Niels Hottentot
- 8 Sanne Schalkx
- 9 Karin van Vlaanderen
- 10 Maarten Zomers
Gijs Verhagen
- 11 Jacqueline Quekel
Kim de Laat
- 12 Kaylee van Grinsven
- 16 Roan vd Kallen
Ivo van Bruggen
Bas Smits
- 17 Roeland Mathijsen
Jeroen vd Schoot
- 18 Tanja Passier
Kane vd Steen
- 19 Rosie vd Berg
- 20 Anouk van Lokven
- 21 Menno van Riel
- 22 Anne vd Tillaart
- 24 Sharon Schaepkens
- 25 Rachel Coppens
Sam vd Berg
- 28 Claudia Mettler
- 29 Marco Rijkers
Christian Rijkers

HET KEUZEPAKKET KUNSTZWEMMEN

Het uitvoeren van zwemslagen, figuren en/of combinaties of delen ervan, door één of meer zwemsters, op de maat van daartoe geschikte muziek, zodat een harmonieus en esthetisch geheel wordt verkregen. Zo omschrijft de Koninklijke Nederlandse Zwembond het kunstzwemmen.

We kunnen het begrip kunstzwemmen dus zien als een verzamelwoord voor een aantal vaardigheden:

- drijfvormen (al of niet in beweging)
- technische oefeningen (figuren)
- zwemoefeningen en alle combinaties en variaties daarin
- oriëntatie- en samenwerkingsvormen
- muziek en ritme.

Van deze vaardigheden komen er in de eisen voor de zwemvaardigheidsdiploma's maar een beperkt aantal terug. Het doel is niet meer dan "aardig kunstzwemvaardig" te worden.

Hieronder de eisen:

Kunstzwemmen 1

– wrikken

5 meter wrikken (stuwen) in de richting van de voeten.

Bij het wrikken lig je op de rug en heb je de handen bij de heupen. Met de handen (met geknikte polsen) maak je een beweging in de vorm van een 8.

– gehurkte draai

5 meter wrikken in de richting van het hoofd gevolgd door een gehurkte draai.

Dat doe je als volgt: rugligging, beide benen tegelijk intrekken tot ze haaks op het water staan, daarna een hele draai om de midden-as maken en uitstrekken.

– salto achterover gehurkt

5 meter wrikken in de richting van het hoofd gevolgd door een salto achterover gehurkt. Dit is een chique naam voor een koprol achterover. Hiervoor zul je je helemaal klein moeten maken.

Kunstzwemmen 2

– zeilboot

5 meter wrikken (stuwen) in de richting van het hoofd gevolgd door een zeilboot.

Dat wil zeggen: rugligging, één been optrekken tot het bovenbeen recht op het wateroppervlak staat en de voet bij de knie van het gestrekte been is. Daarna weer uitstrekken.

– **waterrad**

5 meter wrikken in de richting van de voeten gevolgd door een waterrad.

Dat is: rugligging, benen en heupen omdraaien zodat je met je onderlijf op je zij ligt (je bovenlijf ligt op de rug), een fietsende beweging maken met de benen totdat een volledige draai is gemaakt vlak onder het wateroppervlak. Netjes het figuur afmaken.

– **salto voorover gehoekt**

Je ligt op de buik en hoekt voorover (90°). Je maakt een soort grote koprol voorover en aan het eind weer uitstrekken.

Kunstzwemmen 3

– **balletbeen**

5 meter wrikken (stuwen) in de richting van het hoofd gevolgd door een balletbeen: rugligging, eerst een zeilboot maken en dan hetzelfde been helemaal strekken. Dan weer intrekken en uitstrekken.

– **kiep**

5 meter wrikken in de richting van de voeten gevolgd door een kiep

Dat is: rugligging, beide benen tegelijk optrekken, dan een kwart draai om de breedte-as maken (je hangt nu op je kop in het water), de benen uitstrekken en rechtstandig onder water zakken. Het figuur mag afgemaakt worden met een dolfijn.

– **dolfijn**

Je ligt op de rug, laat het hoofd achterover zakken en maakt een grote cirkel onder water totdat je weer netjes bovenkomt.

– **kano**

5 meter kanoën: op je buik, de rug holtrekken, het hoofd en de tenen boven water en dan 5 meter vooruit wrikken.

HET KEUZEPAKKET BALVAARDIGHEID

Bij balvaardigheid gaat het eigenlijk om verschillende vaardigheden in het water: vaardig in zwemmen, vaardig in spelen met een bal en *zwemmend* vaardig zijn met de bal. Balvaardig zijn in het water betekent dus nogal wat. “Boven blijven” en je voortbewegen is niet genoeg. Tegelijk met het eigenlijke zwemmen moeten er allerlei handelingen worden verricht. Snelheid, lenigheid, coördinatie maar ook uithoudingsvermogen en kracht spelen een grote rol. Bij het zwemmen moet je min of meer regelmatig uit het water kunnen komen, kunnen starten, stoppen, wenden, keren, borst- en rugcrawl zwemmen, watertrappen. Bij baltechniek hoort zwemmen met de bal, oppakken, werpen, vangen en draaien. Je moet niet

aalleen de lichaamskracht van een tegenstander kunnen weerstaan, maar ook kunnen waarnemen, afstand schatten, overzicht en inzicht hebben; samen kunnen maar ook *willen* spelen.

Om dit alles te oefenen zijn de keuzepakketten balvaardigheid opgesteld. Hieronder de eisen:

Balvaardigheid 1

- Met een sprong naar keuze te water gaan en dan 30 seconden ongelijkzijdig watertrappen.
- In het water 5 keer vangen en gooien van een bal met één of twee handen. De afstand tussen de twee zwemmers is ongeveer 2 meter.
- In het water 15 meter polocrawl zwemmen met een bal en deze 3 keer in de baan oppakken met de steekmethode (met één hand).
- In het water 15 meter slalommen (in polocrawl) om 4 vaste punten, dan de bal oppakken met de steekmethode en 4 meter vooruit gooien.

Balvaardigheid 2

- Met een sprong naar keuze te water gaan en dan 1 minuut ongelijkzijdig watertrappen. Tijdens het watertrappen verplaatsen we ons naar voren, naar links, naar achter en naar rechts.
- In het water 5 keer vangen en gooien van een bal met één hand. De afstand tussen de twee zwemmers is ongeveer 3 meter.
- In het water 15 meter polocrawl zwemmen met een bal en deze 3 keer in de baan oppakken met de draaimethode (met één hand).
- In het water 15 meter slalommen (in polocrawl) om 4 vaste punten, dan de bal oppakken met de draaimethode, een halve draai maken zodat je op de rug komt te liggen en de bal 5 meter terug gooien.

Balvaardigheid 3

- Met een sprong naar keuze te water gaan en dan 1 minuut ongelijkzijdig watertrappen. Ondertussen wordt de bal minstens 10 keer van de ene hand naar de andere hand gejongleerd.
- In het water 5 keer vangen en gooien van een bal met één hand. De afstand tussen de twee zwemmers is ongeveer 4 meter.
- In het water 15 meter polocrawl zwemmen met een bal en deze 3 keer in de baan oppakken met de drukmethode (met één hand), dan de bal oppakken (drukmethode), een halve draai maken zodat je op de rug komt te liggen en de bal ruim 7 meter terug gooien.
- In het water 15 meter slalommen (in polocrawl) om 5 vaste punten, dan de bal oppakken met de drukmethode, een halve draai maken zodat je achterover hangt (bijna op je rug) en de bal 7 meter vooruit gooien.

DIPLOMAEISEN STER 1

In elke De Drietand laat de afdeling diplomazwemmen een aantal diploma-eisen zien, zodat de deelnemers weten wat ze voor een diploma moeten kennen. In deze eerste aflevering van dit jaar, staan (speciaal voor alle nieuwe leden en dat zijn er heel veel) de eisen van ster 1. Voor de oudere deelnemers worden de eisen van het keuzepakket zwemmend redden gepubliceerd. Dit wordt op 14 december afgezwommen.

Ster 1

1. Stuwen: 15 meter stuwen
2. Dolfijnen: 15 meter dolfijnen
3. Bal onderduwen en opvangen: in 1 minuut tellen hoe vaak de bal gevangen wordt.
4. 25 meter schoolslag: in zo min mogelijk slagen. Tellen hoeveel slagen er gemaakt worden.
5. Parcours: 2 banen:
 - 1 ste baan: 10 meter schoolslag op tel, dan koprol op de mat en weer 10 meter schoolslag op tel.
 - 2 de baan: 8 meter watertrappen met de bal vast, dan 2 dolfijnen maken en daarna met schoolslag naar de overkant zwemmen.

WEDSTRIJDZWEMMEN

Techniekwedstrijd in Oss

14 Zwemmers en 3 trainsters stapten zaterdagochtend in alle vroegte uit hun warme bedje om te vertrekken naar de 1e techniekwedstrijd van het seizoen, dit keer in Oss. Er werd goed gezwommen en er waren ook veel verbeteringen. Ook de nieuwelingen zwommen heel goed. Celine Vermeer behaalde de meeste punten, niet alleen van Neptunus'58, maar ook van alle andere deelnemers. Ze behaalde 293 punten, 7 puntjes te weinig voor goud, maar wel maar liefst 17 punten meer dan de vorige keer. Kimberly Mauriks deed het ook uitstekend en behaalde 285 punten. Rob van Heeswijk en Elke Schellekens behaalden beiden 279 punten, voor Rob waren dat er 16 meer dan de vorige keer, heel knap dus! Anouk van Lokven verbeterde zich met 15 punten en behaalde nu 270 punten. Nieuwkomers Manissa vd Brand en John Verhagen behaalden respectievelijk 265 en 263 punten. Dit was nog net goed voor zilver, want daarvoor moet je minstens 260 punten halen. Heb je er minder, dan krijg je brons. Jet vd Bersselaar (ook voor het eerst) lukte dat net niet, ze kwam met 259 punten 1 puntje tekort voor zilver. Rowena Vlamincx behaalde met haar 1e keer 258 punten. Haiko Sleumer (255 punten), Olivier Schnitzler (254 punten), Mark van Dinther (251 punten) en Pepijn Schnitzler (236 punten) deden het ook goed voor hun 1e keer. Siebe van Veen deed al een keer eerder mee, maar verbeterde zich wel ten opzichte van de vorige keer; hij behaalde nu 236 punten.

Recreantenwedstrijd 11 oktober in Boxtel

In Boxtel werd de 1e recreantenwedstrijd van het seizoen gezwommen. Er zijn nu andere tegenstanders dan vorig seizoen. Dit seizoen zijn het Argo uit Sint-Oedenrode, de Dommelbaarzen uit Vught en Zegenwerp uit Sint-Michielsgestel. Er werden 35 persoonlijke records gezwommen en 2 clubrecords (John Verhagen: 50 school en 50 vrij). Neptunus '58 eindigde uiteindelijk als 3e. 1e werd Zegenwerp, 2e de Dommelbaarzen en 4e Argo.

25 m.schoolslag

2 Zoë Hellings	0.28.93 PR
3 Aniek Pennings	0.29.75
4 Bente van Bergen	0.30.53
2 Anouk van Lokven	0.23.91 PR
5 Esra Pennings	0.25.43 PR
8 Lies vd Bersselaar	0.26.75
7 Vera de Laat	0.30.61 PR
4 Mark van Dinther	0.26.06 PR
6 Mark van Heeswijk	0.26.96 PR
1 Pepijn Schnitzler	0.26.26 PR

4 Jeroen Trimbach	0.29.04 PR
5 Stan Brouwers	0.29.73 PR
7 Siebe van Veen	0.31.05A

50 m.schoolslag

3 Celine Vermeer	0.51.13
7 Elke Schellekens	0.55.67
1 Maud Schreuders	0.51.33 PR
2 Manissa vd Brand	0.53.98
4 Elke van Liempd	0.57.06
5 Jet vd Bersselaar	0.57.75

7 Kimberly Mauriks	0.57.87
3 Rowena Vlaminckx	0.48.36A PR
2 Ellen Verhagen	0.47.12
1 John Verhagen	0.43.97 PR CR
3 Gijs Verhagen	0.54.81 PR
5 Olivier Schnitzler	0.55.03 PR
9 Vigilius Oostenbrugge	0.58.68 PR
10 Haiko Sleumer	1.02.10
1 Andrej Mioc	0.47.50 PR
2 Jan vd Bersselaar	0.47.94

25 m.vrije slag

2 Bente van Bergen	0.24.94
3 Aniek Pennings	0.25.46
5 Zoë Hellings	0.31.37
2 Esra Pennings	0.20.06 PR
5 Anouk van Lokven	0.22.78 PR
6 Lies vd Bersselaar	0.24.10
2 Vera de Laat	0.23.31 PR
6 Siebe van Veen	0.26.08
2 Pepijn Schnitzler	0.23.60 PR
6 Mark van Heeswijk	0.28.22
7 Stan Brouwers	0.28.46
12 Jeroen Trimbach	0.32.04 PR

50 m.vrije slag

3 Celine Vermeer	0.44.21 PR
4 Kimberly Mauriks	0.44.36 PR
7 Elke Schellekens	0.47.41

11 Jet vd Bersselaar	0.51.17
1 Maud Schreuders	0.45.37 PR
2 Manissa vd Brand	0.45.73 PR
6 Elke van Liempd	0.49.15 PR
8 Rowena Vlaminckx	0.43.32 PR
3 Ellen Verhagen	0.37.43 PR
1 John Verhagen	0.32.20 PR CR
2 Rob van Heeswijk	0.39.93 PR
2 Gijs Verhagen	0.43.77 PR
5 Olivier Schnitzler	0.50.00 PR
6 Haiko Sleumer	0.53.96 PR
7 Vigilius Oostenbrugge	0.54.72
2 Andrej Mioc	0.40.65 PR
4 Jan vd Bersselaar	0.41.73 PR

Estafettes 4 x 25 meter rugslag

mix 1994 el:

3 Neptunus'58	1.44.25
5 Neptunus'58	1.54.85

mix 1992 el:

4 Neptunus'58	1.38.99
5 Neptunus'58	1.41.69
6 Neptunus'58	1.43.63

mix 1990 el:

1 Neptunus'58	1.26.42
---------------	---------

D3 wedstrijd 5 oktober te Budel

Goede resultaten (oa 2 Limieten) bij 1e competitiewedstrijd in Budel

Zondag 5 oktober vertrokken de zwemmers en zwemsters van Neptunus'58 helemaal naar Budel om daar de 1e competitiewedstrijd van het seizoen te zwemmen. Er werd fantastisch gezwommen door iedereen met als resultaat vele persoonlijke records, enkele clubrecords en ook weer 2 limieten voor de Brabantse Kampioenschappen. John Verhagen en Rob van Heeswijk zwommen op de 50 meter schoolslag met respectievelijk 0.44.37 en 0.44.42 net binnen de limiet van 0.44.50. De wedstrijd begon met de 4 x 50 meter vrije slag voor dames. Voor Neptunus'58 zwommen Sandra Schellekens, Ellen Verhagen, Tanja Passier en Linda Schellekens. Ze zwommen in 2.17.37 naar een keurige 2e plaats. Bij de 4 x 50 meter wisselslag voor jongens junioren 4 en later (Matej Mioc, Jan vd Bersselaar, Roel vd Kleij en Danny vd Sande) werd er helaas net te

vroeg overgenomen. Vervolgens was het de beurt aan de jongste zwemmers voor de 25 meter rugslag. Mark van Dinther werd hierin 1e, gevolgd door Stan Brouwers, Mark van Heeswijk en Siebe van Veen. Bij de meisjes was Esra Pennings oppermachtig. De andere dames zwommen ook allemaal heel snel met als resultaat een verbetering van het pr. De 50 meter schoolslag voor meisjes kende ook al een winnares van Neptunus, Celine Vermeer won met een verbetering van haar pr met ruim 5 seconden. Dit betekende voor haar haar allereerste CLUBRECORD bij de meisjes onder 11 jaar. Eindelijk is er een einde gekomen aan de complete lijst met Janine van Vught erin. De winst op dezelfde afstand voor jongens was ook al voor ons, want John Verhagen won, net voor Rob van Heeswijk en Mark Schellekens. John veroverde behalve de limiet ook het clubrecord. De 100 meter wissel­slag voor meisjes junioren 2 en later betekende een 3e plaats voor Janine van Vught, die weer terug is van weggeweest. Bij de jongens werd deze afstand overtuigend gewonnen door Roel vd Kleij, maar ook Andrej Mioc en Jan vd Berselaar verbeterden hun pr met meerdere seconden. Linda Schellekens was oppermachtig op de 50 meter vrije slag, maar voldeed net niet aan de limiet voor de Brabantse Kampioenschappen. Ellen Verhagen werd door ruzie met haar bril­letje 7e. Matej Mioc en Danny vd Sande eindigden op dezelfde afstand als 5 en 6, helaas net boven hun pr. Op de 50 meter schoolslag eindigden Tanja Passier en Sandra Schellekens als 4 en 5, Sandra verbeterde haar pr met ruim 4 seconden. Frank Hovenier verbeterde zijn pr en het clubrecord. Toen waren de jongsten weer aan de beurt voor de 50 meter vrije slag. Mark van Dinther won weer overtuigend bij de jongens. Bij de meisjes moest Esra Pennings helaas 1 zwemster voor laten gaan, maar verbeterde wel weer haar persoonlijke record. Opvallend was de prestatie van haar jongere zusje en onze jongste zwemster, Aniek, die haar pr met maar liefst 20 seconden (!!!) verbeterde. Ook Anouk van Lokven was goed op dreef en zwom 11 seconden van haar oude toptijd af. Bij de 25 meter rugslag zwom Maud Schreuders heel netjes naar de 1e plaats toe. Bij de jongens was het weer 1, 2 en 3 voor Neptunus; Mark werd 1, voor John en Rob. Daarna volgden Janine en nieuwkomer Rowena Vlaminckx voor de 50 meter rugslag. Janine werd hierbij heel knap 3e en Rowena werd 9e. Bij de jongens werd Roel 2e in een nieuw pr. Andrej en Jan konden hun pr niet verbeteren. Bij de 100 meter schoolslag verbeterde Linda eindelijk haar persoonlijk en clubrecord, wat al een jaar stond, met ruim 3 seconden. Ellen werd 6e. Bij de jongens werd Matej 2e en Danny 3e, hij snoepte bijna 5 seconden van z'n pr af. Als laatste individuele afstand stond de 100 meter wissel­slag op het programma. Er werden geen persoonlijke records verbeterd. Sandra werd 3e, Frank 5e en Tanja 8e. Het allerlaatste programma van de wedstrijd was de estafette 4 x 50 meter vrije slag voor meisjes junioren 2 en later. Jet, Rowena, Manissa en Janine zwommen heel goed, maar de concurrentie was helaas net iets sneller. Ze behaalden een 3e plaats.

estafette 4 x 50 meter vrije slag dames:

2. Sandra, Tanja, Ellen en Linda 2.17.37

estafette 4 x 50 meter wisselslag jongens junioren 4 el:

Disk EA Matej Mioc, Jan vd Bersselaar, Roel vd Kleij en Danny vd Sande 2.35.22

25 meter rugslag mix min 4 el:

1. Mark van Dinther	0.22.11 PR
2. Stan Brouwers	0.25.98 PR
3. Mark van Heeswijk	0.29.13
Disk RH Siebe van Veen	0.24.81 PR
1. Esra Pennings	0.23.06 PR
3. Lies vd Bersselaar	0.25.46 PR
4. Bente van Bergen	0.25.73 PR
5. Anouk van Lokven	0.25.85 PR
10. Aniek Pennings	0.27.93 PR

50 meter schoolslag min. 6 el:

1. Celine vermeer	0.48.63A PR
5. Manissa vd Brand	0.52.05 PR
6. Maud Schreuders	0.53.95 PR
9. Elke van Liempd	0.55.58 PR
10. Elke Schellekens	0.55.59 PR
12. Jet vd Bersselaar	0.57.00

1. John Verhagen 0.44.37

PR+CR+LIMIET

2. Rob van Heeswijk 0.44.42

PR+LIMIET

3. Mark Schellekens 0.45.03 PR

7. Gijs Verhagen 0.56.06

Disk SK. Haiko Sleumer 1.00.06 PR

100 meter wisselslag jun 2 el:

3. Janine van Vught	1.32.90 PR
1. Roel vd Kleij	1.23.54
5. Andrej Mioc	1.42.39 PR
6. Jan vd Bersselaar	1.46.44 PR

50 meter vrije slag jeugd 2/jun 4 el:

1. Linda Schellekens	0.31.77
7. Ellen Verhagen	0.37.54 PR
5. Matej Mioc	0.32.09
6. Danny vd Sande	0.32.95

50 meter schoolslag dames/heren:

4. Tanja Passier	0.44.88
5. Sandra Schellekens	0.44.99 PR
4. Frank Hovenier	0.37.67 PR+CR

50 meter vrije slag mix min 4:

1. Mark van Dinther	0.42.56 PR
2. Siebe van Veen	0.54.95 PR
3. Stan Brouwers	1.00.20 PR
4. Mark van Heeswijk	1.03.97
2. Esra Pennings	0.45.74 PR
5. Anouk van Lokven	0.53.46 PR
6. Aniek Pennings	0.55.35 PR
7. Lies vd Bersselaar	0.55.51
evenaring PR	
8. Bente van Bergen	0.56.24 PR

25 meter rugslag min 6 el:

1. Maud Schreuders	0.21.76 PR
6. Celine Vermeer	0.22.99 PR
9. Elke Schellekens	0.24.41
13. Elke van Liempd	0.25.48 PR
15. Jet vd Bersselaar	0.27.69 PR
17. Manissa vd Brand	0.30.06

1. Mark Schellekens 0.18.76 PR

2. John Verhagen 0.18.97 PR

3. Rob van Heeswijk 0.22.19 PR

8. Haiko Sleumer 0.23.98 PR

Disk RE. Gijs Verhagen

50 meter rugslag jun. 2 el:

3. Janine van Vught	0.44.52 PR
9. Rowena Vlaminckx	0.53.46 PR
2. Roel vd Kleij	0.42.05 PR
5. Andrej Mioc	0.49.97
7. Jan vd Bersselaar	0.52.74

100 meter schoolslag jeugd 2/jun 4 el

1. Linda Schellekens	1.33.09 PR+CR
6. Ellen Verhagen	1.45.17 PR
2. Matej Mioc	1.31.22
5. Danny vd Sande	1.35.17 PR

100 meter wisselslag dames/heren:

3. Sandra Schellekens	1.28.08
8. Tanja Passier	1.35.82
5. Frank Hovenier	1.16.49

Na de eerste D3-competitie wedstrijd staat Neptunus'58 op de 5e plaats, terwijl we vorig jaar als 17e eindigden, een hele verbetering tot nu toe dus! Laten we proberen dit vast te houden.

Sprintwedstrijd in Eindhoven: 10 medailles

Met 7 zwemmers werd er meegedaan aan de Regionale Sprintwedstrijd in Eindhoven. De wedstrijd werd verzwommen in het 50-meterbad van de Tongelreep. In een 50-meterbad is het altijd moeilijk om persoonlijke records of limieten te zwemmen. Er waren van Neptunus '58 21 starts en er werden maar liefst 10 medailles mee naar huis genomen. Verder is er 1 clubrecord gezwommen en 6 persoonlijke records. Ook heeft Roel vd Kleij de limiet op de 50 meter vlinderslag gezwommen voor de Brabantse Kampioenschappen. Frank Hovenier behaalde een gouden medaille op de 50 meter schoolslag en een bronzen medaille op de 50 meter vrije slag. Roel vd Kleij behaalde 2 gouden medailles; op de 50 meter vrije slag en de 50 meter vlinderslag. Op de 50 vlinder zwom hij in een nieuw pr ook een limiet. Matej Mioc behaalde een bronzen medaille op de 50 meter rugslag in een nieuw persoonlijk record. Ook op de 50 meter vrije slag verbeterde hij zijn pr. Linda Schellekens behaalde een bronzen medaille op de 50 meter schoolslag. Mark Schellekens behaalde zilver op de 50 meter vrije slag in een nieuw pr en op de 50 meter vlinderslag en brons op de 50 meter schoolslag. Sandra Schellekens behaalde een bronzen medaille op de 50 meter vrije slag in een nieuw persoonlijk- en clubrecord. Danny vd Sande zwom wel goed, maar helaas geen medailles of persoonlijke records. Door de slechte organisatie duurde de wedstrijd ontzettend lang en waren de tijden niet echt fantastisch, maar doordat iedereen hier last van had, konden er toch nog een groot aantal medailles behaald worden.

50 meter vrije slag:

1. Roel vd Kleij	0.31.32
2. Mark Schellekens	0.34.74 PR
3. Frank Hovenier	0.28.92 PR
3. Sandra Schellekens	0.32.07

PR+CR

8. Matej Mioc	0.31.87 PR
13. Danny vd Sande	0.32.67
4. Linda Schellekens	0.32.93

50 meter rugslag:

3. Matej Mioc	0.38.69 PR
4. Linda Schellekens	0.38.72
13. Sandra Schellekens	0.41.93
13. Danny vd Sande	0.42.60

50 meter schoolslag:

1. Frank Hovenier	0.39.06
3. Linda Schellekens	0.43.22
3. Mark Schellekens	0.47.45
7. Matej Mioc	0.42.39
5. Roel vd Kleij	0.44.43
13. Danny vd Sande	0.46.44

50 meter vlinderslag:

1. Roel vd Kleij	0.37.57
PR+LIMIET	
2. Mark Schellekens	0.43.91
6. Frank Hovenier	0.36.57
8. Sandra Schellekens	0.40.09

Speedo wedstrijd 28 september te Uden

Neptunus '58 presteert fantastisch bij 1e Speedo-wedstrijd in Uden

Zondag 28 september vertrokken de jongste zwemmers van Neptunus '58 naar Uden voor de 1e Speedo-wedstrijd van het seizoen. Met 18 zwemmers werden er maar liefst 18 medailles (6 x goud, 6 x zilver en 6 x brons), 32 persoonlijke records (van de 36 starts) en 4 clubrecords gezwommen. De grootste verrassing was toch wel de 11-jarige John Verhagen. Hij zwom zijn allereerste wedstrijd, maar deed dat onverwacht super goed. Hij zwom op de 50 meter rugslag een limiet voor de Brabantse Kampioenschappen, behaalde goud en verbeterde ook nog eens het clubrecord. Op de 50 meter schoolslag ging het ook uitstekend, ook hier een gouden medaille en een clubrecord. De jongste dames van Neptunus '58 deden het ook uitstekend: op de 25 meter rugslag veroverde Bente van Bergen goud en Aniek Pennings zilver, op de 25 meter schoolslag was het goud voor Aniek en het zilver voor Bente. Bij de 50 meter rugslag veroverde Lies vd Berselaar een prachtige zilveren medaille.

De 100 schoolslag was één groot feest, want Mark Schellekens zwom naar de gouden medaille toe in een nieuw clubrecord en scherpte daarmee ook nog eens zijn limiet voor de Brabantse Kampioenschappen aan. De bronzen medaille was voor Rob van Heeswijk in ook een keurige tijd. Bij de 100 meter vlinderslag was Mark wederom superieur en zwom maar liefst 17 seconden van zijn pr af, hij veroverde wederom goud. Voor Mark van Dinther en Esra Pennings stonden de 50 meter vlinderslag en de 100 meter rugslag op het programma. Esra zwom uitstekend en verdiende daarmee 2 bronzen medailles. Mark deed het heel goed op de 100 meter rugslag en veroverde daarmee ook een prachtige bronzen medaille. Voor Gijs Verhagen was er ook een bronzen medaille, en wel op de 50 meter schoolslag. Voor de 3 oudste dames van Neptunus '58 (Jet vd Berselaar, Manissa vd Brand en Kimberley Mauriks) stonden de 50 meter rugslag en 50 meter schoolslag op het programma. Bij de rugslag eindigde Kimberley als 2e, Jet als 3e en Manissa 4e. Voor Manissa helaas hierbij geen medaille, maar voor haar was er wel een zilveren medaille bij de schoolslag. Mark van Heeswijk behaalde de laatste medaille voor onze vereniging, hij veroverde zilver op de 50 meter schoolslag. Elke Schellekens en Celine Vermeer behaalden helaas geen medaille, maar verbeterden zowel op de 100 meter rugslag en de 100 meter vrije slag hun pr, Celine op de 100 meter vrije slag met maar liefst 12 seconden. Het was een fantastische wedstrijd met geweldige uitslagen, op naar de volgende wedstrijd met hopelijk net zo'n goede resultaten!

De uitslagen in de categorie instroom waren:

25 meter rugslag:

- | | |
|---------------------|------------|
| 1. Bente van Bergen | 0.26.28 PR |
| 2. Aniek Pennings | 0.28.86 PR |

50 meter rugslag:

- | | |
|-----------------------|------------|
| 6. Siebe van Veen | 1.00.29 |
| 7. Mark van Heeswijk | 1.01.62 PR |
| 2. Lies vd Bersselaar | 0.52.23 PR |
| 10. Anouk van Lokven | 0.56.84 PR |
| 1. John Verhagen | 0.40.25 |

PR+CR+Limiet

- | | |
|----------------------|------------|
| 2. Kimberley Mauriks | 0.52.44 PR |
| 3. Jet vd Bersselaar | 0.55.67 |
| 4. Manissa vd Brand | 0.57.53 PR |
| Disk. Stan Brouwers | |
| Disk. Gijs Verhagen | 0.49.51 PR |

25 meter schoolslag:

- | | |
|---------------------|------------|
| 1. Aniek Pennings | 0.29.60 PR |
| 2. Bente van Bergen | 0.29.90 PR |

50 meter schoolslag:

- | | |
|-----------------------|------------|
| 2. Mark van Heeswijk | 0.59.67 PR |
| 6. Stan Brouwers | 1.05.47 PR |
| 9. Lies vd Bersselaar | 0.59.78 PR |
| 3. Gijs Verhagen | 0.55.72 PR |
| 1. John Verhagen | 0.46.12 |

PR+CR

- | | |
|---------------------|------------|
| 2. Manissa vd Brand | 0.53.00 PR |
|---------------------|------------|

- | | |
|------------------------|------------|
| 4. Jet vd Bersselaar | 0.55.87 PR |
| 6. Kimberley Mauriks | 0.58.47 PR |
| Disk. Siebe van Veen | 1.08.06 PR |
| Disk. Anouk van Lokven | 0.58.90 PR |

De uitslagen van de categorie voorronde waren:

50 meter vlinderslag:

- | | |
|------------------------|------------|
| 5. Mark van Dinther | 1.02.44 PR |
| 3. Esra Pennings | 0.56.10 |
| Disk. Rob van Heeswijk | 0.49.40 PR |

100 meter vlinderslag:

- | | |
|---------------------|---------|
| 1. Mark Schellekens | 1.37.14 |
|---------------------|---------|

PR+CR

100 meter rugslag:

- | | |
|---------------------|-------------|
| 9. Elke Schellekens | 1.48.19A PR |
| 10. Celine Vermeer | 1.48.19B PR |
| 3. Mark van Dinther | 1.52.82 PR |
| 3. Esra Pennings | 1.51.99 PR |

100 meter schoolslag :

- | | |
|---------------------|---------|
| 1. Mark Schellekens | 1.36.42 |
|---------------------|---------|

PR+CR

- | | |
|---------------------|------------|
| 3. Rob van Heeswijk | 1.40.29 PR |
|---------------------|------------|

100 meter vrije slag:

- | | |
|----------------------|------------|
| 9. Celine Vermeer | 1.37.70 PR |
| 10. Elke Schellekens | 1.38.83 PR |

Clubrecords

In het kerstnummer van De Drietand zullen alle clubrecords vermeld worden, zodat jullie deze goed kunnen bestuderen onder de kerstboom en aan de hand van de clubrecords jullie goede voornemens voor 2004 kunnen bepalen.

Bovendien komt er een lijstje met internetsites te staan in dat blad. Want met de kerstvakantie hebben jullie veel meer tijd dan nu om te internetten.

De echte reden is natuurlijk dat deze De Drietand al VOL stond en de redactie een keuze heeft moeten maken.

ONDER DE KEP

Wat er zo al gebeurde

We zullen in deze stukjes bijhouden hoe de teams het doen en indien voorhanden wedstrijdverslagen - uit kranten of via de mail ingezonden - publiceren. Voor kleine of grote stukken over jullie wedstrijden mail je naar dedrietand@hetnet.nl



Dames 1

Het eerste damesteam kent een wat magere start. Na 4 wedstrijden te hebben gespeeld staan ze 8^{ste}, 1 wedstrijd gewonnen, 1 gelijk en 2 verloren.

Dames 2

Het tweede damesteam ligt goed op schema, ze staan na 3 wedstrijden 4^{de}, er zijn 2 wedstrijden gewonnen en 1 verloren.

Dames 3

Dames3 weet nog niet welke kant het op zal gaan getuige de 6^{de} steek. Met 3 wedstrijden gespeeld 1 gewonnen, 1 gelijk, en 1 verloren.

Heren 1

Maandag 13 oktober 2003 SWNZ 1 - MNC Dordrecht

De heren liepen in de derde ronde van de waterpolocompetitie tegen de eerste nederlaag op. Aan de periodestanden is te zien dat in de eerste periode de wedstrijd al is weggegeven (0-4, 3-6, 5-8, 9-13). "In anderhalve minuut hebben we de wedstrijd uit handen gegeven", lichtte Harold van Alebeek de cruciale fase in de wedstrijd toe. Met vier doelpunten op rij nam ex-eersteklasser Dordrecht toen afstand. "Daarna zijn we wel drie keer tot op twee doelpunten teruggekomen, maar niet verder." Als debutant doen de heren het niet slecht ze staan bij het lay-outen van deze De Drietand op een 3^{de} plaats met 4 wedstrijden gespeeld 3 gewonnen en 1 verloren. Hierbij is de verlieswedstrijd van afgelopen weekend (26-10) nog niet mee geteld.

Heren 2

Na de geweldige start van de bekerwedstrijden werd de eerste wedstrijd van onze heren verschoven, ook de tweede wedstrijd was al verplaatst. Dus toen eindelijk aangetreden werd tegen Nayade 2, was er al weer twee weken niet gespeeld. Of dit nu ook de aanleiding is geweest voor het verlies van deze

wedstrijd zullen we nooit weten. Maar het samenspel was niet voldoende en Nayade speelde slimmer. Weer drie weken later (afgelopen weekend 26-10) werd de inhaal wedstrijd tegen Arethusa gespeeld en hierbij werden de twee punten nog net uit het vuur gesleept. Heren 2 staat 7^{de} met 2 wedstrijden gespeeld, waar de rest er al 4 heeft gespeeld, 1 gewonnen en 1 verloren partij. In het weekend van 8 en 9 november moeten de heren 2 maal spelen dus komt dat zien.

Heren 3

Heren 3 doet het zoals in de vorige de De Drietand vermeld een stuk beter dan vorig jaar. Het team staat 3^{de} met 3 wedstrijden gespeeld, 2 gewonnen en 1 verloren.

Heren 4

Heren 4 gaat als vanouds en staat met 3 wedstrijden gespeeld 3^{de}, net als het derde heren team 2 gewonnen en 1 verloren. We zullen eens zien wie de meeste wedstrijden weet te winnen.

Heren jeugd

De heren jeugd heeft al 5 wedstrijden gespeeld waarvan er 2 zijn gewonnen, 1 gelijk gespeeld en 2 zijn verloren.

Jongens onder 16

De jongens onder 16 hebben het niet makkelijk er zijn inmiddels 3 wedstrijden gespeeld waarvan er 2 zijn verloren en 1 is gewonnen.

Aspiranten

De Aspiranten kennen een moeilijke start alle 4 de gespeelde wedstrijden zijn verloren. Het wordt dus tijd voor een winst partijtje. Daarbij kunnen ze alle aanmoedigingen gebruiken dus kijk in het rooster en kom ze aanmoedigen.

Meer weten

Op de Brabantse waterpolo pagina (www.waterpolo.nu) staan alle wetenswaardigheden en ook **heel belangrijk voor de aanvoerders de wijzigingen** het kan namelijk zo zijn dat deze nog niet zijn meegenomen in het volgende rooster.

Roy

Wedstrijd rooster november/december

* = opbouwen bad

= afbreken bad

Zaterdag 8-nov-03

Team	Wedstrijd	Zwembad	Vertrek	Aanvang
Asp	SWNZ A - Tempo A	De Molen Hey Schijndel	--:--	18:45
D2	SWNZ 2 - De Ganze 1	De Molen Hey Schijndel	--:--	19:30
H1	De Schelde - SWNZ 1	De Honte Terneuzen	16:45	19:15
H2	SWNZ 2 - Nayade Classic 1	De Molen Hey Schijndel	--:--	20:15
H3#	SWNZ 3 - De Vennen 3	De Molen Hey Schijndel	--:--	21:00
Jong.*	SWNZ A - Arethusa A	De Molen Hey Schijndel	--:--	18:00

Zondag 9-nov-03

Team	Wedstrijd	Zwembad	Vertrek	Aanvang
D1	Proteus - SWNZ 1	De Schaeck Twello	17:30	19:30
D3*	SWNZ 3 - Gorgo 2	De Molen Hey Schijndel	--:--	17:00
H4#	SWNZ 4 - Nayade 3	De Molen Hey Schijndel	--:--	17:45
HJ	RZL 1 - SWNZ A	De IJzeren Man Weert	17:00	18:30
H2	SWNZ 2 – De Krabben	De Molen Hey Schijndel	--:--	18.30

Zaterdag 15-nov-03

Team	Wedstrijd	Zwembad	Vertrek	Aanvang
Asp	Arethusa A - SWNZ A	Golfbad Oss Oss	18:00	19:15
D1#	SWNZ 1 - Maarkel	De Molen Hey Schijndel	--:--	19:45
D2	Hieronymus 1 - SWNZ 2	De Stok Roosendaal	17:00	18:45
D3	Lutra 2 - SWNZ 3	De Wissen Helmond	15:45	17:00
H1	SWNZ 1 - TRB/RES	De Molen Hey Schijndel	--:--	18:45
H2	SBC-2000 1 - SWNZ 2	De Wisselaar Breda	17:45	19:15
H3	Aegir 2 - SWNZ 3	Ir Ottenbad Eindh.	16:15	17:30
H4	WPC-98 (SG) 5 - SWNZ 4	Sportiom Den Bosch	16:45	17:30
HJ*	SWNZ A - Nuenen A	De Molen Hey Schijndel	--:--	18:00
Jong.	DZT A - SWNZ A	De Wiemel Deurne	18:30	19:45

Zaterdag 22-nov-03

Team	Wedstrijd	Zwembad	Vertrek	Aanvang
Asp*	SWNZ A - Arethusa B	De Molen Hey Schijndel	--:--	18:00
D1	Njord - SWNZ 1	Den Ekkerman Veldhoven	16:30	17:45
D2	SWNZ 2 - Brunssum 1	De Molen Hey Schijndel	--:--	19:30
D3	SWNZ 3 - Hieronymus 2	De Molen Hey Schijndel	--:--	18:45
H1	Njord - SWNZ 1	Den Ekkerman Veldhoven	17:00	18:30
H2#	SWNZ 2 - DIO 1	De Molen Hey Schijndel	--:--	21:00
H4	SWNZ 4 - OZC'57 3	De Molen Hey Schijndel	--:--	20:15
Jong.	Nuenen A - SWNZ A	Ir Ottenbad Eindh.	15:30	16:45

De Drietand

Zondag 23-nov-03

Team	Wedstrijd	Zwembad	Vertrek	Aanvang
HJ	De Rog A - SWNZ A	De IJzeren Man Weert	16:15	- 17:45

Zaterdag 29-nov-03

Team	Wedstrijd	Zwembad	Vertrek	Aanvang
Asp	De Vennen B - SWNZ A	De Vennen Dongen	15:45	- 17:00
D1#	SWNZ 1 - UZSC	De Molen Hey Schijndel	--:--	- 20:30
D2	Merlet 1 - SWNZ 2	De Kwel Cuijk	17:30	- 19:00
D3	Nayade 2 - SWNZ 3	Studentensportcentrum Eindh.	16:45	- 18:00
H1	SWNZ 1 - SVH	De Molen Hey Schijndel	--:--	- 19:30
H2	De Vennen 2 - SWNZ 2	De Vennen Dongen	18:45	- 20:15
HJ	SWNZ A - WPC-98 (SG) A	De Molen Hey Schijndel	--:--	- 18:45
Jong.*	SWNZ A - Tempo A	De Molen Hey Schijndel	--:--	- 18:00

Zaterdag 6-dec-03

Team	Wedstrijd	Zwembad	Vertrek	Aanvang
Asp*	SWNZ A - Argo A	De Molen Hey Schijndel	--:--	- 18:00
D1	Rotterdam-Rijnmond - SWNZ 1	Sportfondsenbad Noord Rotterdam	17:45	- 19:45
D3	SWNZ 3 - Argo 2	De Molen Hey Schijndel	--:--	- 19:30
H3	SWNZ 3 - De Zuidwesthoek 2	De Molen Hey Schijndel	--:--	- 20:15
H4#	SWNZ 4 - Nayade Classic 2	De Molen Hey Schijndel	--:--	- 21:00
HJ	SWNZ A - Gorgo A	De Molen Hey Schijndel	--:--	- 18:45
Jong.	PSV B - SWNZ A	De Tongelreep Eindh.	15:00	- 16:15

Zondag 7-dec-03

Team	Wedstrijd	Zwembad	Vertrek	Aanvang
D2*	SWNZ 2 - Gorgo 1	De Molen Hey Schijndel	--:--	- 17:00
H1	De Dokkelaers - SWNZ 1	De Drieburcht Tilburg	18:00	- 19:30
H2#	SWNZ 2 - De Warande 3	De Molen Hey Schijndel	--:--	- 17:45