

DE DRIETAND

Jaargang 16, nummer 1

september 2009

REDACTIONEEL


Het is midden in de zomer en we hebben ons winterdekbed alweer van zolder gehaald. Na een paar weken tropisch weer, is het nu echt Hollands weer. Toch zijn er verschillende afdelingen die nog gewoon doortrainen in buitenwater.

Voordat we beginnen aan het nieuwe seizoen, kijken we ook nog even terug naar de success stories aan het einde van het vorige seizoen: drie kersverse bestuursleden, één nieuw lid voor het NAT, acht clubkampioenen en twee heuse over-all clubkampioenen bij het synchroonzwemmen, één deelneemster aan het NJK wedstrijdzwemmen, één keigoed kamp, heel veel geslaagden bij de afdeling zwemvaardigheidszwemmen, één verslag van de EHaD wedstrijd op vaderdag en één terugblik op het seizoen bij het minipolo.

Dan kijken we ook alvast vooruit in deze De Drietand. Bewaar dit nummer goed want de jaarprogramma's van de verschillende afdelingen staan erin. Ook de groepsindelingen bij het synchroonzwemmen en zwemvaardigheidszwemmen vind je terug. Ken jij nog mensen die ook graag lid willen worden van onze super gezellige club, laat ze snel een keer mee komen zwemmen.

Het nieuwe seizoen start in ieder geval goed met de GROTE CLUBACTIE. Zorg dat jij topverkoper wordt door nu alvast al je bekenden te vertellen dat jij straks loten verkoopt. Je kunt er ook dit jaar weer een leuk zakcentje mee verdienen.

De redactie wenst jullie alvast een fijn nieuw zwemseizoen toe.

De redactie			Redactieadres 
Jan vd Heijden	Lijsterbeslaan 82	5476501	Pastoor Dondersstraat 44 5482 JW Schijndel E-mail: femke.wilhelm@home.nl of sandraschellekens@gmail.com
Femke vd Hoeven	Rukven 3	0413-229467	
Sandra Schellekens	Heeswijk Houterdsedijk 17	5498710	

Bankrekeningnr ABN AMRO: 4703.09.199 tnv penningmeester Neptunus '58
Website: www.neptunus58.nl

 kopij inleveren voor **25 september** bij één van de redactieleden of per E-mail 

WAAR MOET U ZIJN MET VRAGEN?

Voorzitter

Paul Sluijpers
Mandersstraat 56
5481 RR Schijndel
06-27032013
sluijpersboonstra@home.nl

Zwemvaardigheidswemmen

Peter vd Weijer
Wijboscheweg 73
5482 EB Schijndel
073-5493973
peterlbovandeweijer@home.nl

Secretaris / Ledenadministratie

Jan Mettler
Past. Dondersstraat 44
5482 JW Schijndel
073-5474331
J.H.G.Mettler@home.nl

Waterpolo

Janny vd Sande
Molenstraat 11
5482 GA Schijndel
073-5498981
broodjeapart@wanadoo.nl

Penningmeester

Gerry vd Eerden
Cornelis Trompstraat 34
5481 GT Schijndel
073-5493407
g.eerden@home.nl

Wedstrijdswemmen / Masterzwemmen

Anja Pennings
Sassenheimseweg 2
5258 HL Berlicum
073-5034015
martoki@hetnet.nl

Coördinator vrijwilligers

Suzanne Buss
Berlingenweg 11
5258 CG Berlicum
073-5034653
s.buss@planet.nl

Synchroonswemmen / Zwemmend Redden

Femke vd Hoeven
Rukven 3
5473 VS Heeswijk
0413-229467
femke.wilhelm@home.nl

Verenigingscontactpersoon / Inschrijvingen

Sandra van Eijk
Past. van Geldropstraat 4
5482 JS Schijndel
073-5479535
ajvaneijk@home.nl

Zwembad De Molen Hey

Avantilaan 1
5482 RE Schijndel
073-5492337

WOORD VAN DE VOORZITTER

Nu iedereen weer (bijna) terug is van vakantie kunnen we ons weer gaan opmaken voor een nieuw seizoen !

Bij het synchroonzwemmen zijn mijn verwachtingen hooggespannen; want blijft de opgaande positieve lijn van prestaties doorgaan ? In december geven de dames weer een show in De Molen Hey !

Een belangrijke taak dit jaar voor de waterpoloërs: er moeten nieuwe leden bij om de toekomst van deze discipline bij Neptunus '58 in samenwerking met Zegenwerp in SWNZ te garanderen! Diverse plannen worden gemaakt en er zijn een aantal mensen die zich hier voor inzetten ! Keurig !

De wedstrijdzwemmers staan voor een zware taak: door het vertrek van enkele goede zwemmers wordt het flink aanpoten en doorzwemmen om in de D1 competitie te blijven. Misschien staan er nog nieuwe talenten op in Schijndel ? Ook zoeken we een nieuwe hoofdtrainer, maar de voorzitter hoopt dat huidig hoofdtrainer Vera van Zoggel ons in ieder geval voorlopig trouw zal blijven. Iemand die zich al zo veel jaren zo goed inzet voor de vereniging met zulke mooie resultaten zien we natuurlijk niet graag vertrekken.

Ondertussen is het Neptunus Activiteiten Team alweer volop bezig met de organisatie van onder andere de zwemvierdaagse en de Grote Club Actie.

Ik wil in dit stukje ook alvast alle vrijwilligers bedanken voor hun inzet ! Zonder u bestaat de vereniging niet. Dank dat u ook dit jaar weer helpt.

Belangrijk nieuws vind je steeds op de site Neptunus58.nl !

Zo hebben we de Sponsor Bingo Loterij kunnen toevoegen als sponsor voor onze vereniging. De helft van de aankoopprijs van een lot gaat naar onze vereniging, als u ons als begunstigde opgeeft. Dit kan aardig oplopen. Als je een gokje wilt wagen en ons als begunstigde opgeeft (via mijn favoriete club - optie 3 - zwemmen aanklikken en dan even naar Neptunus '58 zoeken) dan zijn wij u natuurlijk zeer dankbaar. Kijk ook maar eens naar de mooie prijzen bij de Sponsor Bingo Loterij.

Ik wens u een mooi sportseizoen toe !

*Paul Sluijpers
Voorzitter Neptunus'58*

VAN HET BESTUUR

De nieuwe penningmeester stelt zich voor:

Mag ik me even voorstellen? Ik ben jullie nieuwe penningmeester, Gerry van der Eerden. Ik kom uit Schijndel, ik ben al bijna 39 jaar getrouwd met Marijke en ik heb één dochter van 27 jaar. Ik heb in de accountancy gewerkt en bij meerdere Rabobanken. Ik werk nu nog 2 dagen per week bij de Rabobank Den Bosch.

Mijn hobby's: video-montage, muziek (ik speel klarinet en saxofoon) en motorrijden. Wat de sport betreft: toen ik wat jonger was heb ik vaak aan de kwart-triathlon meegedaan: 1 km zwemmen, 45 km fietsen en dan nog 10 km hardlopen. Ik ben al 32 jaar lid van Duikteam Gloria Maris in Den Bosch. Ik heb gedoken in o.a. de Middellandse Zee, Rode Zee, Mexico, Maleisië, Carribean en "White-shark-cage-diving" in Zuid Afrika, in een kooi onder water naar de haaien kijken. Ik zwem nog steeds iedere maandag 100 banen (2,5 km) in het Sportiom in Den Bosch.

Vanwege mijn naderende VUT wilde ik me meer op het verenigingsleven gaan toelagen. Wat is nou mooier dan je zakelijke en persoonlijke kwaliteiten in te kunnen zetten bij iets wat met water te maken heeft? Vandaar dat mijn contact met jullie voorzitter Paul Sluijpers precies op het juiste moment kwam omdat Maarten Pennings ermee ging stoppen. Ik ga me nu dus voor Neptunus '58 inzetten. Maarten en ook Hennie Bozelie gaan me daar waar nodig nog bijstaan, waar ik erg blij mee ben. Misschien ga ik ook nog wel instructiefilmpjes maken, je zult me dus ook in het zwembad regelmatig tegen komen!

Tot ziens! Gerry.

De nieuwe vrijwilligerscoördinator stelt zich voor:

Mijn naam is Suzanne Buss en sinds de laatste ALV ben ik bestuurslid voor Neptunus '58.

Sinds 2000 ben ik lid van Neptunus '58 en ik train één keer per week bij de Masters om een beetje in conditie te blijven. Ik ben werkzaam als praktijkmanager in een huisartsenpraktijk. Daarbij ben ik vooral bezig met allerlei zaken die met personeel te maken hebben. Ik ben getrouwd met Robert Maasdijk (scheidsrechter bij het waterpolo) en samen hebben we vier zonen. Vanwege mijn kennis op het gebied van mensen en organisatie is mij gevraagd om de coördinatie van de vrijwilligers op me te nemen.

Als coördinator ga ik in het komende seizoen eerst uitzoeken welke taken er op dit moment bij welke vrijwilligers liggen en waar er eventueel nog behoefte is aan helpende handen.

Waarschijnlijk zullen jullie in de Drietand nog regelmatig een stukje hierover lezen.

Groetjes Suzanne

Aanpassing contributie

Tijdens de Algemene Ledenvergadering van 22 juni 2009 is door het bestuur de volgende contributie voorgesteld. Deze wijziging is door de aanwezige leden goedgekeurd. Het verslag van de ALV wordt binnenkort op onze site geplaatst.

De verhoging is gebaseerd op een aantal zaken:

- Kosten dekkend
- Geen toename van het aantal leden
- Uitgangspunt: de gebruiker betaalt
- Verwerking van het aantal trainingsuren per discipline, deelname aan reguliere wedstrijden in de toelagen.

Contributie en toelagen 2009-2010		Aspiranten (Jonger dan 10 jaar*)	Junioren (10 t/m 15 jaar*)	Senioren (16 jaar en ouder*)
Inschrijfgeld (eenmalig)		€ 12,50	€ 12,50	€ 12,50
Basis contributie		€ 112,00	€ 136,00	€ 144,00
Toeslag startvergunning		€ 6,00 (tot 12 jaar)	€ 35,00 (vanaf 12 jaar)	€ 35,00
Toeslag zwemvaardigheid zwemmen		n.v.t.	n.v.t.	n.v.t.
Toeslag waterpolo		€ 33,00	€ 50,00	€ 66,00
Toeslag wedstrijdzwemmen		€ 20,00	€ 29,00	€ 39,00
Toeslag synchroonzwemmen		€ 16,00	€ 23,00	€ 31,00
Toeslag masterzwemmen		n.v.t.	n.v.t.	n.v.t.
Toeslag voor deelname aan meer dan een discipline (<i>Per extra discipline</i>)			t/m 20 jaar*	€ 9,00
			21 jaar of ouder*	€ 24,00
Bijdrage cursus zwemmend redden in 2009 (afhankelijk van lidmaatschap Neptunus '58 en cursus)	Cursus	Brevet a, b, 1, 2	Brevet 3 t/m 6 en certificaten	Diploma binnenwater A, B
	Leden Neptunus '58	€ 38,00	€ 48,00	€ 55,00
	Niet leden	€ 66,00	€ 71,00	€ 87,00

- leeftijd die op 1 juni is bereikt

Regels Neptunus '58

Aan het begin van het jaar wil het bestuur graag dat een aantal zaken duidelijk zijn voor iedereen.

- Tijdens de trainings- en wedstrijden mag er alleen gezwommen worden in de baden waar getraind wordt of waarin de wedstrijd gehouden wordt. Het is NIET toegestaan in de andere baden te zwemmen of te pootje baden. Deze baden zijn dan niet gehuurd en de vereniging neemt de verantwoordelijkheid, als er wat mis gaat, niet op zich.
- Na het gebruik van het zwembad en de omkleedruimtes moeten deze optisch schoon achtergelaten worden. Dat houdt in: doorspuiten en droogtrekken van de gebruikte kleedlokalen door de laatste zwembadgebruikers.
- Ook wordt er van ons verwacht dat we het materialenhok netjes achterlaten (minstens zo netjes als het door de gemeente is achtergelaten !)
- Informatie over onze vereniging en het aanmelden van nieuwe leden gebeurt bij
Sandra van Eijk
Past. Van Geldropstraat 4
5482 KS SCHIJNDEL
073-5479535
email: ajvaneijk@home.nl
- Alle afmeldingen en wijzigingen in adres, rekening nummer enz. moeten schriftelijk bij Jan Mettler aangeleverd worden. Dit kan op het volgende adres: Jan Mettler (secretaris)
Past. Dondersstraat 44
5482 JW SCHIJNDEL
of via de mail: J.H.G.Mettler@home.nl
- Het lidmaatschap wordt in vier termijnen betaald. Voor dit jaar gelden de volgende streefdata voor het innen van de betalingstermijnen: 1 september, 10 november, 25 januari en 1 april. Bij betaling per rekening wordt de totaal verschuldigde jaarcontributie (verhoogd met 5 € administratiekosten) ineens in rekening gebracht. De rekening moet binnen 1 week na ontvangst worden voldaan. Teruggave van betaalde contributie bij afmelden als lid is niet mogelijk.
- Gedurende het jaar wordt een heleboel informatie doorgegeven via het clubblad "De Drietand" en via de site www.neptunus58.nl. De Drietand verschijnt ongeveer om de vijf weken. De meeste leden krijgen De Drietand thuis bezorgd. De leden die buiten Schijndel wonen, krijgen De Drietand op het zwembad. Vraag ernaar bij uw disciplineleider!
- Aanvullende informatie is te vinden op het informatiebord in de hal van het zwembad. Dat hangt na de toegangsdeur van zwembad De Molen Hey direct aan de linkerkant tegen de muur.

NAT

Allereerst willen we jullie mededelen dat het Neptunus Activiteiten Team uitgebreid is met Frank Hovenier. Frank zal met name de belangen van de waterpoloërs behartigen binnen het NAT. Op deze manier zijn bijna alle afdelingen vertegenwoordigd.

Vlak voor de vakantie hebben de leden van het NAT een uitgebreide enquête opgesteld over allerlei zaken binnen Neptunus '58. Er zijn vragen over de verschillende afdelingen gesteld, maar ook over de zwemvierdaagse, het zwemkamp, de Grote Club Actie, de website en het clubblad.

Wij zijn op dit moment volop bezig om de antwoorden te bekijken en zullen jullie in het volgende clubblad meer informatie daarover geven.

Het Neptunus '58 Activiteiten Team

Mieke vd Bersselaar
Femke vd Hoeven
Frank Hovenier
Sandra Schellekens

DE GROTE CLUBACTIE Clubactie

Ook dit jaar doet Neptunus '58 mee aan de Grote Club Actie. Wij laten jullie dit alvast weten want de voorverkoop van deze actie start op zaterdag 12 september. Alle clubs in Nederland kunnen dan beginnen met het verkopen van loten. Er is dan dus een hoop concurrentie.

Net als het afgelopen jaar zullen er een paar prijzen zijn voor de leden die de meeste loten verkopen.

En van ieder verkocht lot mag jij als verkoper iets houden.

Voor de eerste 19 loten mag je € 0,10 per lot houden, verkoop je tussen de 20 en 39 loten dan mag je € 0,25 per lot zelf houden, tussen de 40 en 49 loten zelfs € 0,40 per lot en als je 50 of meer loten verkoopt is € 0,50 per lot voor de aanvulling van je zakgeld. Dus bij 50 verkochte loten is dit $50 \times €0,50 = € 25,00$ en kans op de prijzen. Dat is dus mooi bijverdienen in september.

Hoe werkt het? Voor ieder verkocht lot van € 3,00 mag de club € 2,40 houden. Zelf kan je er ook nog wat aan verdienen.

De voorverkoop begint op 12 september, dan mag je dus pas de deuren langs en bij iedereen aanbellen. Maar je kunt natuurlijk nu al bij familieleden, vrienden, burens en bekenden aangeven dat ze de loten bij jou moeten kopen.

Dus:

1. De club heeft op voorhand een flink aantal verkoopboekjes besteld.
2. Met het verkoopboekje ga je langs de deuren (vanaf 12 september).
3. Mensen schrijven hun naam, adres, rekeningnummer en het aantal loten dat ze willen kopen op in het Grote Clubactie verkoopboekje. Dit kan officieel pas vanaf 12 september, eerder vragen kan geen kwaad als je veel loten wil verkopen. Je kunt loten verkopen tot 24 oktober. Zorg ervoor dat je uiterlijk op 24 oktober je verkoopboekje hebt ingeleverd. We laten jullie nog weten bij wie de boekjes ingeleverd mogen worden.
4. De club zorgt ervoor dat alle gegevens verwerkt worden. Het lotnummer komt op het afschrift van de bank te staan.
5. De trekking is op donderdag 26 november, waarbij leuke prijzen te winnen zijn.

Wat is er nieuw dit jaar?

- De loten kosten € 3,00.
- Er wordt met automatische incasso gewerkt, dus je hoeft NIET met geld over straat en je hoeft ook maar EEN keer langs de deur bij mensen.
- Het lotnummer komt op het afschrift van de bank te staan (na incasso).
- De Grote Clubactie wordt door het NAT geregeld.

Bij de eerste trainingen worden de verkoopboekjes (+ een brief met uitleg + een lijst om te zien hoeveel euro je zelf verdiend hebt) uitgedeeld.

Wij houden jullie via De Drietand en de website www.neptunus58.nl op de hoogte. Je kunt natuurlijk ook op de website van de Grote Clubactie kijken, www.clubactie.nl. Daar kun je ook nog leuke prijzen winnen.

TRAININGSTIJDEN

Trainingstijden in het binnenbad “De Molen Hey”

Vanaf **maandag 7 september** beginnen de trainingen weer. Kijk goed in de kalender om te weten wanneer dat voor jouw afdeling is.

Maandag :	17.00 - 19.00:	wedstrijdzwemmen
Dinsdag :	6.00 - 7.00:	wedstrijdzwemmen junioren en ouder
	18.00 - 19.00:	waterpolo aspiranten en pupillen
	21.00 - 22.30:	waterpolo dames en heren selectie
Woensdag :	16.30 - 17.30:	synchroonzwemmen aanlooptniveaus
	17.30 - 18.15:	zwemvaardigheidszwemmen
	18.15 - 19.00:	wedstrijdzwemmen
	21.00 - 22.00:	masterzwemmen
Donderdag :	6.00 - 7.00:	wedstrijdzwemmen junioren en ouder
	17.45 - 19.00:	synchroonzwemmen wedstrijd niveaus
	18.00 - 19.00:	waterpolo heren 3 en dames 2
	21.00 - 22.30:	waterpolo dames en heren selectie
Zaterdag :	12.30 - 13.30:	wedstrijdzwemmen
	14.30 - 16.15:	synchroonzwemmen allen
	16.15 - 17.00:	zwemvaardigheidszwemmen
	17.00 - 17.45:	zwemvaardigheidszwemmen
	18.00 - 19.30:	zwemmend redden (april - september)

Trainingen in buitenwater

Maandag:	18.30 - 19.30:	zwemmend redden in Oosterplas - Den Bosch
Dinsdag:	18.30 - 19.30:	wedstrijdzwemmen in Meerse Plas - Den Dungen
Dinsdag:	19.30 - 20.30:	waterpolo dames en heren buitenbad Zegenwerp
Donderdag:	18.30 - 19.30:	wedstrijdzwemmen in Meerse Plas - Den Dungen
Donderdag:	19.30 - 20.30:	waterpolo dames en heren buitenbad Zegenwerp
Vrijdag:	19.00 - 20.00:	waterpolo aspiranten en pupillen buitenbad Zegenwerp

Trainingstijden in “het Dommelbad” te Boxtel

VRIJDAG :

18.15 - 19.15:

WATERPOLO ASPIRANTEN EN PUPILLEN

AGENDA SEPTEMBER - OKTOBER

Wanneer beginnen we weer?

Alle trainingen beginnen in de week van 7 september. De afdeling zwemmend redden start op 22 augustus met drie buitentrainingen.

Wanneer wordt er niet gezwommen?

	in september	in oktober
maandag	-	26
dinsdag	1	27
woensdag	2	28
donderdag	3	29
vrijdag	4	30
zaterdag	5 (WZ,SZ,ZV), 12 (WZ)	24

Let goed op: als er achter een datum een () staat, dan wordt niet gezwommen bij deze afdeling, maar wel bij de andere afdelingen.

Zwemmend Redden (ZR)

22, 29 augustus	Buitentraining Oosterplas
5 september	Buitentraining Oosterplas
12, 19 en 26 september	Training in de Molen Hey
3 oktober	Examen

Open Water Zwemmen (OW)

29 augustus	Open Water wedstrijd in Tilburg
30 augustus	Open Water wedstrijd in Oosterhout
12 september	Open Water wedstrijd in Hank

Zwemvaardigheidswemmen (ZV)

17 oktober	kijkmiddag zaterdaggroep
21 oktober	kijkmiddag woensdaggroep

Synchroonzwemmen (SZ)

31 oktober	Interkring figuren Junioren in Roosendaal
------------	---

Wedstrijdswemmen (WZ)

14 september	Coopertest
27 september	Swim-Kick-wedstrijd (plaats nog niet bekend)
27 september	Masterwedstrijd in Best
3 oktober	Start- en keerpuntraining
4 oktober	D1-competitiewedstrijd in Schijndel
11 oktober	Speedo wedstrijd (plaats nog niet bekend)
31 oktober	Masterwedstrijd in Eindhoven

Zwemvierdaagse

26 t/m 30 oktober

Trainersbijeenkomst

10 september clinic veiligheid voor alle trainers van alle disciplines

NIEUW EN SPECIAAL VOOR OUDERS

Zwemvaardigheid voor ouders

Als je bij het examenzwemmen van je kinderen zit te kijken, denk jij dan ook wel eens “Wat zou het toch leuk zijn als ik zelf ook wat beter kon zwemmen”. Of “mijn schoolslag zou best eens flink verbeterd mogen worden”.

Als dat zo is, dan hebben we nu de ideale oplossing voor jou. Op zaterdagmiddag om 17.00 uur starten we een groep op voor volwassenen, die:

- beter willen leren zwemmen
- nieuwe slagen willen leren
- dezelfde oefeningen als hun kind te leren

We hebben één baan in het wedstrijdbad gereserveerd voor deze nieuwe groep. Peter vd Weijer zal les geven aan de groep. In overleg met de deelnemers zal bepaald worden welke onderdelen we extra gaan oefenen.

Heb jij ook interesse om mee te zwemmen? Laat ons dat dan weten. We hebben plek voor ongeveer 8 volwassenen. Om mee te kunnen doen heb je géén zwemdiploma nodig. Wel moet je redelijk kunnen zwemmen. Informatie en aanmelden kan bij Peter vd Weijer.

(073-5493973 of peterlbovandeweijer@home.nl)

JAARPROGRAMMA ZWEMMEND REDDEN

EHaD wedstrijden

De EHaD wedstrijd zal eind oktober of begin november gehouden worden. De datum die we eerder hebben doorgegeven kan niet.

Trainingen 2010

We proberen de trainingen voor het zwemmend redden vanaf 10 april te laten starten. Het seizoen zal dan duren tot en met zaterdag 2 oktober 2010.

JAARPROGRAMMA ZWEMVAARDIGHEIDSWEMMEN

Data afzwemmen voor diploma's

12 december	18.00 tot 19.30 keuzepakket synchroonzwemmen
27 februari	18.00 tot 20.00 keuzepakket snorkelen
26 juni	's middags basispakketten zwemvaardigheid IV en V
3 juli	's middags basispakketten zwemvaardigheid I, II en III

Van sommige diplomasessies staan de data en de tijden nog niet vast. Wij informeren jullie later over de exacte dag en tijden, via het clubblad en de informatieborden.

Kijkdagen

17 oktober	kijkmiddag zaterdaggroep
21 oktober	kijkmiddag woensdaggroep
23 januari	kijkmiddag zaterdaggroep
27 januari	kijkmiddag woensdaggroep
27 maart	kijkmiddag zaterdaggroep
31 maart	kijkmiddag woensdaggroep

Speciale dagen

19 december	spelmiddag voor alle zwemmers van het zwemvaardigheidszwemmen. 14.30 tot 17.00 uur (de training van synchroonzwemmen vervalt in verband met de show 's avonds)
-------------	--

Inhalen diploma's

Als je niet kunt op de dag dat de diploma's afgezwommen worden, dan kun je dat NIET inhalen.

Kijk dus goed in bovenstaande lijst en reserveer de dagen vast in je agenda (en die van je vader en moeder, opa en oma enz.) Het afzwemmen voor diploma's is altijd van 18.00 tot 20.00 uur, tenzij anders aangegeven.

Afgelopen jaar hebben we geprobeerd de diploma's direct na het zwemmen uit te reiken. Dat ging goed. We proberen dat dit jaar weer te doen, maar we kunnen jullie niet beloven dat dat altijd lukt. Dat hangt namelijk af van het aantal mensen dat in de examencommissie zit.

INFORMATIE ZWEMVAARDIGHEID

In elk clubblad geven we informatie over de afdeling zwemvaardigheidswemmen. Omdat dit het eerste clubblad van het jaar is, brengen we de regels voor het afzwemmen voor diploma's nog even aan de orde. In het volgende clubblad komt een artikel over de organisatie van de afdeling en de diploma's die je er kunt halen. In de verdere clubbladen vertellen we over de eisen van de sterdiploma's en de zwemvaardigheidsdiploma's. Als je vragen hebt, kom dan aan het einde van de les even naar ons toe.

REGELS voor het afzwemmen van DIPLOMAS

Sterdiploma's

Welke zijn het?	Ster dolfijn, vis, 1, 2, 3, 4 en 5
Wanneer worden ze gezwommen?	Tijdens de zwemles
Mag ik komen kijken?	Ja, dat vinden we leuk
Hoe weet ik dat mijn kind op mag?	Met de kinderen wordt afgesproken wanneer het sterdiploma afgezwommen wordt. Vaak krijgt uw kind ook een uitnodigingsbriefje.

Zwemvaardigheidsdiploma's

Welke zijn het?	Basispakket 1, 2, 3, 4 en 5 – nieuwe eisen Snorkelen 1, 2 en 3 – nieuwe eisen Synchroonzwemmen 1, 2 en 3 – nieuwe eisen Balvaardigheid 1, 2 en 3 Survival 1, 2 en 3 – nieuwe eisen Wereldzwemslagen 1, 2 en 3 – nieuwe eisen Aquasportief for kids 1, 2 en 3 – nieuwe eisen
Wanneer worden ze gezwommen?	2x of 3x per jaar wordt er afgezwommen voor de zwemvaardigheidsdiploma's. Elke keer wordt een ander diploma gezwommen. De data worden aan het begin van het seizoen via het clubblad en op de zwemkalender bekend gemaakt. De diploma's worden meestal afgezwommen op zaterdagavond van 18.00 tot 20.00 uur. We proberen de diploma's direct na het zwemmen uit te reiken maar dat lukt niet altijd. In dat geval worden ze om 20.15 uur uitgereikt.
Mag ik komen kijken?	Ja, dat vinden we leuk
Hoe weet ik dat mijn kind op mag?	Vanaf 6 weken voor het examen worden de onderdelen getest waarbij voor elk onderdeel een voldoende gehaald moet worden. Uiterlijk 1 week voor het examen, krijgen de kinderen een uitnodigingsbriefje mee voor het examen.

JAARPROGRAMMA SYNCHROONZWEEMMEN

Afzweemmen aanloopdiploma's

Het is nog niet bekend wanneer we dit seizoen gaan afzweemmen voor de diploma's basishouding, zeilboot, balletbeen, spagaat en barracuda.

Competitiewedstrijden

8 november	Competitiewedstrijd in Eindhoven
20 december	Competitiewedstrijd in Helmond
24 januari	Competitiewedstrijd in Helmond
25 april	Uitvoeringenwedstrijd bij de Treffers
27 juni	Competitiewedstrijd in Eindhoven

Tijdens de competitiewedstrijden zal er gezwommen worden op de niveaus Age 1, Age 2, junioren en senioren. Tegelijkertijd zijn er ook wedstrijden op aanloopniveau. De uitvoeringenwedstrijd op 25 april is voor de aanloopniveaus en voor de meisjes op wedstrijdniveau die te oud zijn voor de Brabantse Kampioenschappen.

Interkring wedstrijden

31 oktober	Interkring Figuren voor Junioren in Roosendaal
21 november	Interkring Figuren voor Age 2 in Kring Gelderland/Overijssel
12 december	Interkring Figuren voor Age 1 in Kring Utrecht
27 februari	Interkring Uitvoeringen voor Junioren in kring Rotterdam
13 maart	Interkring Uitvoeringen voor Age 1 in kring Haaglanden
10 april	Interkring Uitvoeringen voor Age 2 in kring Haaglanden

Kampioenschappen

28 februari	Brabantse Kampioenschappen techniek in Roosendaal
14 maart	Brabantse Kampioenschappen uitvoeringen in Eindhoven
27 maart	NK Junioren in Heerenveen
17 en 18 april	Synchro Beat (= NK Age 1 en Age 2) in Eindhoven
Eind seizoen	clubkampioenschappen (we zijn op zoek naar een nieuwe datum, omdat er op 27 juni al een competitiewedstrijd is).

Show

Op zaterdag 19 december zal er in de Molen Hey weer een grootse show gegeven worden door de synchroonzwemsters. Vanaf 18.00 zijn er solo's, duetten en groepsnummers te zien op alle niveaus.

JAARPROGRAMMA WEDSTRIJDZWEMMEN

Dit is een algemeen overzicht van wedstrijden. Voor een complete lijst van alle wedstrijden, verwijzen wij jullie naar <http://neptunus58.web-log.nl>. Voor de wedstrijden die voor jou van belang zijn, krijg je voor elke wedstrijd nog een uitnodiging. De meeste van jullie zullen wel weten aan welke wedstrijden ze altijd mee doen, een lijst hiervan staat ook in het informatieboek (te downloaden via de web-log). Houd dus deze data vast vrij.

DI competitie (verenigingszwemcompetitie)

4 oktober	Schijndel
15 november	Roosendaal
17 januari	Sint-Oedenrode
14 maart	Schijndel
11 april	Valkenswaard

Swim-kick

27 september	Tijd en plaats volgt nog
29 november	Tijd en plaats volgt nog
28 februari	Tijd en plaats volgt nog
25 april	Tijd en plaats volgt nog

Speedo

11 oktober	Tijd en plaats volgt nog
22 november	Kring Speedo Club Meet
13 december	Tijd en plaats volgt nog
24 januari	Tijd en plaats volgt nog
21 maart	Tijd en plaats volgt nog
18 april	Tijd en plaats volgt nog
12 – 13 juni	Kring Speedo finales

Open water (voor de Brabant beker)

29 augustus	Tilburg
30 augustus	Oosterhout
12 september	Hank

Masters

27 september	Best
31 oktober	Eindhoven
13 december	Vlijmen
22 – 24 januari	NK Masters korte baan (plaats nog niet bekend)
7 – 9 mei	NK Masters lange baan (plaats nog niet bekend)

Brabantse Kampioenschappen

7 en 8 november	Sprint (plaats nog niet bekend)
9 – 10 januari	Winter (plaats nog niet bekend)
28 maart	Lange Afstand (plaats nog niet bekend)
22 – 23 mei	Zomer in Eindhoven (50-meterbad)
29 – 30 mei	Zomer in Eindhoven (50-meterbad)

Nederlandse Kampioenschappen

18 – 20 december	NK korte baan jeugd/senioren in Amsterdam
29 – 31 januari	NK korte baan junioren in Heerenveen
10 – 13 juni	NK lange baan jeugd/senioren (plaats nog niet bekend)
18 – 20 juni	NK lange baan junioren (plaats nog niet bekend)
26 – 27 juni	NK Sprint plaats nog niet bekend

Coopertest

14 september
18 januari
14 juni

Start- en keerpunttraining

3 oktober
14 november
16 januari
13 maart
10 april

Hou de weblog van het wedstrijdzwemmen goed in de gaten (<http://neptunus58.web-log.nl>). Daar staan altijd de laatste nieuwtjes op.

Verder gelden dezelfde regels als voorgaande jaren.

- Kom op tijd!
- Meld je zo snel mogelijk af als je niet kunt.
- Ga je rechtstreeks naar de wedstrijd geef dit dan door aan de ploegleiding.

Zorg zelf voor vervoer, probeer met een paar man te regelen dat jullie ouders om de beurt rijden. Heb je geen vervoer kunnen regelen, laat dit dan tijdig weten zodat wij nog iets kunnen proberen te regelen.

Trainers wedstrijdzwemmen

VERJAARDAGEN

In augustus

en in september

1	Marleen van Dijk	1	Mieke vd Bersselaar
	Luc vd Loo		Linn Verstappen
2	Hanneke van Weert	2	Lisa vd Boogaard
6	Matej Mioc	4	Maartje van Roessel
7	Peter Hoeven	6	Christ Hellings
8	Anouk van Helvoirt	8	Geert vd Dungen
9	Delane Lathouwers		Tom Thomas
	Esra Pennings	11	Danique Kooijmans
10	Marc vd Berg	12	Sandra van Eijk
11	Lieke van Boxtel	13	Marios vd Bersselaar
12	Toos van Veghel		Karolina van Oostenbrugge
	Daphne Voets	14	Rachel Brunnen
	Shirley Voets	15	Hetty vd Oever
	George vd Vorle	18	Lindy Janssen
16	Martijn Vloet	19	Rein Bouwmans
18	Bas Bozelie		Jos van Roessel
19	Linda Leenders		Marieke vd Sman
20	Tico Hartman	21	Alicia Suiker
	Milly vd Veerdonk	22	John Verhagen
21	Femke vd Loo	25	Suzanne Buss
22	Rio van Rozendaal	28	Tess van Alebeek
	Lieke Verhagen	29	Farina van Liempd
23	Mayke van Vught	30	Jet van Erp
27	Tamara vd Heijden		Wil van Stiphout
31	Jet vd Bersselaar		Miranda vd Ven
	Marian de Laat		
	Maarten Pennings		

NIEUWE LEDEN

Thije van Asseldonk
 Gerry van Eerden
 Alyssa Kooijmans
 Jonne Langenhuysen
 Amber Vorstenbosch

Zwemvaardigheidszwemmen
 Penningmeester
 Zwemvaardigheidszwemmen
 Zwemvaardigheidszwemmen
 Zwemvaardigheidszwemmen

ZWEMKAMP IN WANROIJ

Van vrijdag 19 tot en met zondag 21 juni hebben 54 zwemmers en ruim twintig begeleiders genoten van alweer het elfde zwemkamp voor Neptunus '58. Op camping de Bergen in Wanroij werden er gedurende het weekend verschillende activiteiten georganiseerd in het thema van dit jaar: het stenen tijdperk.

Vrijdag, zaterdag en zondag werden er verschillende spellen gespeeld tegen leden van drie andere verenigingen: AquAmigos uit Vlijmen/Drunen, WZV uit Waalwijk en Zegenwerp uit Sint-Michielsgestel. Door de vier verenigingen waren verschillende spellen georganiseerd bij het bos en het meer op de camping. Op zaterdagmiddag was er voldoende vrije tijd, zodat jong en oud kon gaan spelen in de grote speeltuin of zwemmen in het meer. Zaterdagavond was er de show 'Heb je een wens, vraag het Fred', waarbij Fred Flintstone de wensen van kinderen en begeleiders uit liet komen. Zo kreeg Wessel Verhoeven een superstoere waterpolocap met zijn eigen naam, mocht Kees Vlessert in een Flintstone auto rondrijden met echte buitenlandse nummerplaten, kreeg Ronnie van Berlo iedereen zo ver om de Hoki Poki te dansen en was er een dating-show, waarbij niet Sandra Schellekens, maar Moniek vd Boogaard een date won. Verder was Christ Hellings speciaal naar Wanroij gekomen om dansles te geven aan een aantal wedstrijdzwemsters. De zaterdag werd afgesloten met een disco (wederom met karaoke), verzorgd door Hyperbase uit Dinther. Zondagmiddag werd het kamp afgesloten met een groot verenigingsspel en met veel frietjes.

Ondanks de mindere weersvoorspellingen was het weer uitstekend en was het kamp weer zeer geslaagd. Er wordt nu al weer uitgekeken naar volgend jaar.

Op <http://picasaweb.google.com/zwemkamp2009> kan je nagenieten van het kamp dankzij zo'n duizend foto's! Een leuke invulling van een regenachtige vakantiedag!



SYNCHROONZWEMMEN

Figurenwedstrijd 14 juni in Helmond

Zondag 14 juni heeft een grote groep meisjes meegedaan aan een figurenwedstrijd in Helmond. Doordat er de laatste tijd behoorlijk veel diploma's zijn behaald, was dit voor veel meisjes de eerste keer op een hoger niveau. Een aantal van hen mocht voor het eerst uitkomen op het wedstrijdniveau Age 1.

Voor Julie van Gimst en Kelly van Esch was het de allereerste keer dat ze meededen aan een synchroonzwemwedstrijd. Op basishoudingniveau behaalde Julie zilver met 24 punten en Kelly brons met 19 punten.

Op zeilbootniveau was Neptunus '58 vertegenwoordigd door Lieke van Boxtel. Zij behaalde voor de derde keer zilver in vijf wedstrijden: 24 punten.

Op balletbeenniveau deden Nika Bozelie en Fiona Waddell mee. Voor Nika was het de eerste keer op dit niveau en ze behaalde meteen zilver met 24 punten. Fiona boekte een flinke vooruitgang ten opzichte van de vorige keer en scoorde nu 21 punten.

Maar liefst 5 meisjes deden mee op spagaatniveau. Joëlle van Dijk scoorde het beste: goud met 31 punten. Fieke Bouwmans verraste door in haar eerste wedstrijd op dit niveau ook meteen goud te halen: 30 punten. Marian vd Hanenberg scoorde, eveneens in haar eerste wedstrijd op spagaatniveau, knap zilver met 28 punten. Rachel Brunnen scoorde bij haar debuut 23 punten, één punt te weinig voor het zilver. Ook Laura vd Boogaard kwam net te kort voor zilver, zij behaalde 22 punten.

Op barracudaniveau zwommen Yosca Bozelie en Michelle Megens. Zij zwommen nog niet eerder op dit niveau, omdat ze in februari pas in hun spagaatdiploma behaalden en er sindsdien geen figurenwedstrijden op aanloopniveau meer zijn geweest. Michelle scoorde meteen goud met 32 punten. Yosca veroverde zilver met 24 punten.

Op het wedstrijdniveau behaalde Adelinde Schnitzeler met 47.004 punten ruim haar Age 1-diploma, waarvoor 44.000 punten vereist zijn. Vooral haar barracuda is van hoog niveau (ze behaalde de hoogste score in de geschiedenis van Neptunus '58 op dit figuur) en zwom zich naar een 2e plek in de top 3 op Age 1. En dat bij haar allereerste wedstrijd op Age 1! Ook Sasha vd Bergh debuteerde op Age 1 niveau. Zij kwam net te kort voor haar diploma: 43.904 punten. 2 tienden meer op een willekeurig figuur en het was wel een diploma geweest. Ze scoorde wel het beste van Neptunus '58 op de Ballerina. Martine van Geene en Leonie vd Boogaard zwommen al eerder op dit niveau en verbeterden hun persoonlijke records tot 41.946 en 40.241 punten.

Op Age 2 debuteerden vier meisjes. Milly vd Veerdonk scoorde uitstekend met 43.205 punten. Voor dit diploma moeten 45.000 punten behaald worden. Melanie van Dinther behaalde 41.244 punten. Hanneke van Weert scoorde 40.731 en Moniek vd Boogaard kwam tot 35.560.

Clubkampioenschappen 27 juni in Schijndel

Zaterdag 27 juni was het eindelijk zover: na dertien jaar synchroonzwemmen bij Neptunus '58 werden de eerste clubkampioenschappen gehouden. In acht categorieën zwommen in totaal 23 meisjes mee. Na de figurenwedstrijd, waarbij ieder meisje drie figuren liet zien, was het tijd voor de uitvoeringenwedstrijden. Beide onderdelen telden even zwaar in de eindscore.

Op **basishoudingniveau** waren er goede punten voor Kelly van Esch en Julie van Gimst. Beiden haalden enkel tweeën en drieën. Na de figuren leidde Julie nog met 21 punten, tegenover 19 voor Kelly. Bij de uitvoeringen op muziek van Prince Ali behaalde Kelly echter drie keer een drie, terwijl Julie daar twee keer een drie en één twee tegenoverstelde. Hierdoor werd Kelly met 46 punten clubkampioen en was het zilver met 45 punten voor Julie.

Op **zeilbootniveau** scoorde Lieke van Boxtel vijf keer een drie en vier keer een twee bij de figuren, waardoor ze uitkwam op 23 punten. Bij de uitvoeringen, ook op Prince Ali, kwamen daar enkel drieën bij. Helaas was er maar een deelneemster op dit niveau, maar met 50 punten is Lieke een echte kampioene! Ook op **balletbeenniveau** was er slechts één zwemster: Nika Bozelie. Met de gehoekte houding voorover had ze nog wat moeite, maar desondanks behaalde ze 17 punten voor de figuren. Het uitvoeringen-deel zwom ze op muziek van Grease: Grease Lighting en deze spetterende show leverde haar drie keer een drie op. Uiteindelijk werd Nika met 44 punten clubkampioen.

Op **spagaatniveau** was het dringen om de podiumplaatsen, want er waren vijf meisjes op dit niveau. Na de figuren leidde Joëlle van Dijk met 24 punten, gevolgd door Rachel Brunnen met 22 en Marian vd Hanenberg met 20 punten. Fieke Bouwmans zat daar vlak achter, met 19 punten. Laura vd Boogaard had nog wat moeite met de overslag voorover vanuit spagaathouding en kwam tot 17 punten. Bij de uitvoering, op dezelfde muziek als Nika, kwam Joëlle tot de maximale score van drie keer een drie, en werd daardoor clubkampioen op dit niveau met in totaal 51 punten. Door een goede show (2, 3 en 3) knokte Fieke zich nog naar het podium. Ze deelde de tweede plaats met Rachel Brunnen, die eveneens tot 43 punten kwam. Plaats 4 was voor Marian met 41 punten en Laura werd 5e met 38 punten.

Op **barracudaniveau** kwam Michelle Megens tot 23 punten bij de figuren, en Yosca tot 21. Doordat beide meiden drie keer een drie scoorden op I'm Outta Love van Anastacia bleef de volgorde ongewijzigd. Michelle werd clubkampioene met 50 punten en Yosca behaalde zilver met 48 punten.

Op **Age 1 niveau** waren er maar liefst zeven meisjes. Bij het eerste figuur, het balletbeen, waren de verschillen nog klein, maar vooral bij de Neptunus waren er flinke verschillen tussen de meisjes. Ook bij de ballerina waren er flinke verschillen. Na de figuren leidde Hanneke van Weert, gevolgd door Milly vd Veerdonk en Adelinde Schnitzeler. Milly zwom haar show op het nummer Because you love me van Celine Dion en kreeg daarvoor veruit de hoogste punten. Hierdoor werd Milly de eerste clubkampioene op Age 1. Hanneke, die zwom op I apologize van Krezip, zakte naar de tweede plaats. Adelinde zwom op Close your eyes van Raccoon en behield plaats 3. Sasha vd Bergh viel net

buiten het podium met de vierde plaats. Zij zwom op muziek uit de musical Doo wop. Melanie van Dinther (Dolce Vita van Ryan Paris) werd vijfde, op de voet gevolgd door Martine van Geene (Elton John's Can you feel the love). Leonie vd Boogaard werd zevende. Zij zwom haar solo-show op Reaching for heaven van Diana DeGarmo.

Op **Age 2** streden Moniek vd Boogaard en Marjolein Leenders om de prijzen. In het figurendeel was Marjolein beter dan Moniek. Moniek zwom haar show op Rise up van Yves Larock. Marjolein zwom op Voulez-vous uit Mamma mia en was ook in dit deel beter, waardoor zij de titel 'clubkampioene' veroverde.

Het hoogste niveau, de **juniores**, telde drie deelneemsters. Sandra Schellekens maakte het verschil al meteen bij het eerste figuur, de kiep split. Hoewel Rowie vd Oever bij de reiger spin down 360° iets hoger scoorde dan Sandra, was die laatste toch de beste bij de figuren. Anne Oremans scoorde op de reiger bijna evenveel punten als Sandra. Bij de shows zwom Anne op Soul Bassa Nova van Sergio Mendes & Brasil '66, Sandra op It's oh so quiet van Björk en Rowie op Candy Man van Christina Aguilera. Rowie en Sandra scoorden bijna gelijk op het uitvoeringendeel, maar door de voorsprong die ze bij de figuren opgebouwd had, werd Sandra clubkampioene. Rowie behaalde zilver en Anne brons.

Door alle scores op **aanlooptniveau** met elkaar te vergelijken, kon bepaald worden wie de over-all clubkampioene op aanlooptniveau was. Op een gedeelde tweede plaats eindigden Lieke van Boxtel en Michelle Megens met 50 punten. Joëlle van Dijk werd clubkampioene met 51 punten.

Ook op het **wedstrijdniveau** werd er een algemeen clubkampioene bepaald. Hiervoor werd gekeken naar het aantal punten in verhouding tot het aantal punten wat nodig is voor een diploma. De podiumplaatsen werden bezet door dezelfde medaillewinnaressen als op Age 1, namelijk Adelinde op plaats 3, Hanneke op plaats 2 en over-all clubkampioene werd Milly.

INDELING

ZWEMVAARDIGHEIDSWEMMEN

Voorlopige indeling zwemvaardigheidswemmen
woensdag: 17.30 – 18.15 uur

coördinator
Bernadette van Vlaanderen

informatiebalie
Karin van Vlaanderen

<p>baan 1 John Verhagen</p> <p>ster 4</p> <p>Kane Broeren Anna van Dijk Tamara vd Heijden Nick Pijnappels Sophie Pruijk Martijn van Rozendaal Lisa Slaats Kees Vlessert Laura de Vries</p>	<p>baan 2 Melanie van Dinther Bernadette van Vlaanderen</p> <p>zwemvaardigheid 1-2</p> <p>Tess van Alebeek Lieke van Bernebeek Bas Bozelie Olaf Jong Guus Langenhuijsen Luc vd Loo Jelle Schakenraad Mayke van Vught</p>	<p>baan 3 Sandra Schellekens</p> <p>zwemvaardigheid 4-5</p> <p>Robin vd Bergh Sasha vd Bergh Fieke Bouwmans Yosca Bozelie Marian vd Hanenberg Camiel Maseland Demi van Os Bo Sluijpers Lara vd Ven</p>
<p>baan 4 Linda Spooren Ellen Verhagen</p> <p>zwemvaardigheid 2-3</p> <p>Lieke van Boxtel Gijs Deelen Marleen van Dijk Macs vd Doelen Kyra Jongman Danique Kooijmans Tom vd Loo Kiki Sluijpers</p>	<p>baan 5 Marie-José vd Bergh Henny Bozelie</p> <p>zwemvaardigheid 1-2</p> <p>Nika Bozelie Vera van Bruggen Eva van Dijk Indy Jongman Lieke Verhagen Wessel Verhoeven Linn Verstappen Sebas vd Wielen</p>	<p>baan 6 Jolanda Vollebregt Peter vd Weijer</p> <p>ster 3 + ster 1</p> <p>Kelly van Esch Julie van Gimst Femke vd Loo</p> <p>Alyssa Kooijmans Jonne Langenhuijsen Fleur van Vught</p>

Voorlopige indeling zwemvaardigheidswemmen

zaterdag: 16.15 – 17.00 uur

coördinator
Peter vd Weijer

informatiebalie
Mieke vd Bersselaar

baan 1
Farina van Liempd

Ster 1

Thije van Asseldonk
Tamara Soffner
Amber Vorstenbosch

+ nieuw

baan 2
Lies vd Bersselaar
Wilhelm vd Wijgert

Zwemvaardigheid 1/2

Rein Bouwmans
Rob Groenendaal
Rik den Otter
Paul Wagenaars
Anne vd Wetering
Robin van Wijngaarden

baan 3/4
Jenny vd Heijden
Linda Leenders

Zwemvaardigheid 2

Pim de Crom
Selina Janssen
Kevin Leenders
Fabiënne Messerschmidt
Valerie Messerschmidt
Sjoerd Peters
Rick Schouten
Rick vd Wetering

baan 6
Jet vd Bersselaar
Femke vd Hoeven

Ster 5 / zwemv. 1

Moon van Asseldonk
Lucas van Cleef
Matthijs van Cleef
Marten Hanegraaf
Stijn Hanegraaf
Lindy Janssen

baan 5
Anne Oremans

Ster 2

Noa van Asseldonk
Jet van Erp
Maartje van Erp
Ties-Jan van Erp
Ilona Hubers
Rosa-Lynn Kleyn

Voorlopige indeling zwemvaardigheidswemmen

zaterdag: 17.00 – 17.45 uur

coördinator
Femke vd Hoeven

informatiebalie
Mieke vd Bersselaar

baan 1
Anne Oremans

Ster 2

Tessa van Esch
Pedro van Heesch
Juup van Lokven

baan 2 / 3
Linda Leenders

Gevorderden

Jan vd Bersselaar
Thomas Bolwerk
Helwie van Esch
Jenny vd Heijden
Romy van Laarhoven
Rianne vd Rijt

baan 2 en 3
Linda Leenders

Gevorderden

Sandra Schellekens
Farilde Steur
Saskia van Uden
Kim vd Wiggert

baan 4
Ronnie van Berlo
Farina van Liempd

Zwemvaardigheid 3 / gevorderden

Joëlle van Dijk
Kelly van Esch
Thom van Gestel
Amy Heeren
Tim Klerks
Gert van Lokven
Britt vd Wiggert
Maarten Zomers

baan 5
Peter vd Weijer

zwemvaardigheid voor volwassenen

Iedereen die een beetje
kan zwemmen mag zich
aanmelden.

baan 6
Wilhelm vd Wiggert

Ster 4 / zwemvaardigheid 1

Rick van Berkel
Geert vd Dungen
Lars Heeren
Erik van Esch

INDELING SYNCHROONZWEEMMEN

Age 2 / Junioren

zaterdag (14.30 - 16.15 uur)

Sandra

donderdag (17.45 - 19.00 uur)

Sandra

Leonie vd Boogaard
Lisa vd Boogaard
Moniek vd Boogaard
Marjolein Leenders
Rowie vd Oever
Anne Oremans
Sandra Schellekens

Age 1 / Age 2

zaterdag (14.30 - 16.15 uur)

Farina + Aletta + Wilma

donderdag (17.45 - 19.00 uur)

Aletta + Wilma

Sasha vd Bergh
Yosca Bozelie
Melanie van Dinther
Michelle Megens
Adeline Schnitzeler
Alicia Suiker
Carmen Suiker
Milly vd Veerdonk
Hanneke van Weert

Balletbeen / Spagaat

zaterdag (14.30 - 16.15 uur)

Henny

woensdag (16.30 - 17.30 uur)

Bernadette

Laura vd Boogaard
Fieke Bouwmans
Nika Bozelie
Rachel Brunnen
Joëlle van Dijk
Marian vd Hanenberg
Fiona Waddell

Basishouding / Zeilboot

zaterdag (14.30 - 16.15 uur)

Femke

woensdag (16.30 - 17.30 uur)

Henny

Lieke van Boxtel
Kelly van Esch
Julie van Gimst

Zoals jullie zien is de trainingstijd van dinsdag naar donderdag verschoven. Dat komt omdat we het bad deelden met de aspiranten en pupillen waterpoloërs. Deze groep is zo gegroeid dat ze het hele bad nodig hebben. Gelukkig mogen we nu het bad delen met de waterpoloërs heren 3 / dames 2.

ZWEMVAARDIGHEIDSZWEMMEN

Tijdens de laatste trainingen voor de zomervakantie werd er door heel veel kinderen afgezwommen voor een ster of zwemvaardigheidsdiploma. Zaterdag 6 juni werd er afgezwommen voor zwemvaardigheidsdiploma's en voor sterren. Een week later werd er afgezwommen voor alleen zwemvaardigheidsdiploma's.

Voor alle zwemvaardigheidsdiploma's moet er een gedeelte van examen met lange broek, shirt en schoenen gezwommen worden. Er werd door alle kandidaten getoond dat ze in geval van nood kunnen blijven drijven op een plastic tas. Verder zwommen ze zowel boven als onder water, maakten ze verschillende koprollen en lieten zien dat ze ook een vriendje of vriendinnetje kunnen redden.

In badkleding moesten er ook nog verschillende opdrachten uitgevoerd worden. Er werd schoolslag, rugcrawl, borstcrawl, vlinderslag en samengestelde rugslag gezwommen, waarbij de kandidaten voor 2 en 3 uiteraard een grotere afstand moesten overbruggen dan de kandidaten voor zwemvaardigheid 1. Voor 4 en 5 is niet alleen de techniek van belang, maar moeten ook nog de 100 meter rugslag, schoolslag en borstcrawl binnen een bepaalde tijd gezwommen worden. Verder stond er wrikken op de rug op het programma, met daarbij nog een oefening van het synchroonzwemmen: een gehurkte draai, salto achterover gehurkt, oester of kiep. Ook vanuit het waterpolo stonden er nog een onderdelen op het programma: overgooien met een bal, polocrawl zwemmen en ongelijkzijdig watertrappen. Voor zwemvaardigheid 4 en 5 kwamen er nog twee onderdelen bij. Er moest een slag van vroeger (nostalgische zwemslagen) getoond worden, maar het moeilijkste onderdeel volgens de kandidaten was het springen. De rechtstandige sprong voorwaarts gestrekt leverde niet al te veel problemen op, in tegenstelling tot de rechtstandige voorwaarts gestrekt met een halve/hele draai om de lengteas.

Geslaagden:

Zwemdiploma C

Laura de Vries

Ilona Hubers
Rosa-Lynn Kleyn
Juup van Lokven
Jorg Schouten

Vis

Thije van Asseldonk

Ster 3

Rick van Berkel
Geert vd Dungen
Erik van Esch
Lars Heeren

Ster 1

Noa van Asseldonk
Jet van Erp
Maartje van Erp
Ties-Jan van Erp
Tessa van Esch
Pedro van Heesch

Ster 4

Moon van Asseldonk
Lucas van Cleef

Matthijs van Cleef
Rob Groenendaal
Marten Hanegraaf
Stijn Hanegraaf
Wouter Heijmans
Lindy Janssen

Zwemvaardigheid 1

Tess van Alebeek
Lieke van Boxtel
Bas Bozelie
Nika Bozelie
Vera van Bruggen
Pim de Crom
Marleen van Dijk
Selina Janssen
Indy Jongman
Danique Kooijmans
Luc vd Loo
Fabiënne Messerschmidt
Valerie Messerschmidt
Rik den Otter
Sjoerd Peters
Janneke Pladet
Nadine van Schaik
Amy Schellekens
Rick Schouten
Kiki Sluijpers
Lieke Verhagen
Wessel Verhoeven
Linn Verstappen
Paul Wagenaars
Anne vd Wetering
Sebas vd Wielen
Robin van Wijngaarden

Certificaat zwemvaardigheid 2

Thom van Gestel
Gert van Lokven
Maarten Zomers

Zwemvaardigheid 2

Gijs Deelen
Macs vd Doelen
Kyra Jongman
Tom vd Loo

Zwemvaardigheid 3

Robin vd Bergh
Fieke Bouwmans
Fenna Braam
Joëlle van Dijk
Marian vd Hanenberg
Amy Heeren
Raomi van Rozendaal
Roanna Schellekens
Lisanne Schouten
Bo Sluijpers

Zwemvaardigheid 4

Yosca Bozelie
Demi van Os

Zwemvaardigheid 5

Camiel Maseland
Lara vd Ven

WEDSTRIJDZWEMMEN

Coopertest 8 juni in Schijndel

Maandag 8 juni hebben 51 zwemmers meegedaan aan de coopertest. En met succes, want maar liefst 33 zwemmers zwommen een persoonlijk record!

Ten opzichte van een jaar geleden waren de grootste verbeteringen:

- Christina Peters: 205 meter meer! (bijna een verdubbeling)
- Jeffrey Voets: 130 meter meer
- Katie Brunnen: 113 meter meer
- Kiki Sluijpers: 110 meter meer
- Kyra Jongman: 95 meter meer
- Indy Jongman: 90 meter meer
- Isa vd Ven: 80 meter meer
- Pim de Crom, Anouk Eickmans, Valerie Messerschmidt: 70 meter meer

Vergeleken met de vorige coopertest (januari) waren de grootste verbeteringen:

- Delane Lathouwers: 80 meter meer
- Martijn Eickmans: en Richard Bloemheuvel: 60 meter meer
- Kiki Sluijpers: 55 meter meer
- Gijs Deelen, Indy Jongman en Jeffrey Voets: 50 meter meer
- Lies vd Berselaar en Kim vd Spank: 40 meter meer
- Kyra Jongman, Valerie Messerschmidt en Anouk van Os: 35 meter meer

Kring Speedo Finales 13 en 14 juni in Sint-Oedenrode

Zaterdag 13 en zondag 14 juni werden de Kring Speedo Finales gezwommen, de officiële Brabantse Kampioenschappen voor junioren. Namens Neptunus '58 had Martijn Eickmans zich hiervoor op maar liefst 4 afstanden geplaatst.

Zaterdag stond voor hem de 100 rug op het programma. Hij bleef boven zijn pr en werd 13^e. Een dag later was er een vol programma, met drie afstanden. Op de zware 100 vlinder was hij drie seconden sneller dan ooit, maar werd hij gediskwalificeerd omdat zijn armen niet meer over het water gingen. Vervolgens stond de 100 vrij op het programma, een afstand waarop hij reserve stond. Al na 50meter was hij een seconde sneller dan ooit, met als gevolg dat hij na 100 meter twee seconden onder zijn oude pr zat. Hij behaalde de 15e plaats. Op de afsluitende 200 wissel eindigde hij als 9^e, maar bleef vier seconden boven zijn pr.

Open water 13 juni in Vriezenveen

Zaterdag 13 juni is in een zonnig Vriezenveen (een dorp ten noorden van Almelo) het open water seizoen weer van start gegaan. Na een (trein)reis van 2,5 uur kwamen Mark (BZV) en Sandra (Neptunus '58) Schellekens aan bij het kanaal waarin de wedstrijd gehouden zou worden. Het water had een temperatuur van bijna 18 graden, dus niet te koud.

Nadat eerst Mark van start was gegaan op de 2 kilometer schoolslag, was er voor Sandra haar eerste start. Vanaf dit seizoen mag ze namelijk ook uitkomen bij de masters. Haar eerste start was dus de 1 kilometer vrije slag bij de dames van 20 jaar en ouder. Ze tikte als 2e aan in de categorie 20+ met 15.24.76. Even later kwam Mark ook op de finish af. Na de start had er zich een groepje van drie zwemmers (waaronder Mark) gevormd, maar de ex-Neptunus-zwemmer kwam alleen op de finish af. Hij tikte als eerste aan in 33.30.24, zo'n twee minuten sneller dan de vorige keer dat hij deze afstand zwom (in 2007 in Hank). Door deze overwinning gaat hij uiteraard ruim aan de leiding in het landelijk klassement, want de nummer twee volgde op meer dan een minuut. Aan het einde van de middag zwom Sandra de 3 kilometer vrije slag bij de dames. Daarin tikte ze als 7e aan in haar derde tijd ooit: 47.59.20.

Super Sprint wedstrijd 15 juni in Schijndel

Maandag 15 juni werd er een Super Sprint wedstrijd georganiseerd. Aangezien de zwemmers vanaf ongeveer 10 jaar geen 25 meters meer mogen zwemmen, stonden enkele pr's al vijf jaar of zelfs nog langer. Tijd dus om deze tijden flink aan te scherpen! Precies vijftig zwemmers deden mee aan de wedstrijd over 25 meter vlinder-, rug-, school- en vrije slag. Dit resulteerde in een ongekend aantal persoonlijke records: 153 maar liefst!!! Vele zwemmers verbeterden op alle afstanden hun pr's. Dit gebeurde met soms wel vijf seconden!

Bente van Bergen was op alle afstanden de snelste bij de dames, en verbeterde op de vlinderslag haar pr met vier seconden. Op de vrije slag was ze 3,5 seconden sneller. Jet vd Berselaar zwom op de vlinder én rug maar liefst zeven seconden van haar pr. De jarige Lies vd Berselaar zwom vier seconden sneller dan ooit op de vrije slag. Manissa vd Brand verpulverde op de rugslag haar pr met maar liefst negen seconden. Jeroen van Dinther zwom op de vlinder ruim vier seconden van zijn pr. Martijn Eickmans zwom een dag na zijn pr's op de 50 en 100 vrij ook sneller dan ooit op de 25 meter: exact vier seconden sneller was hij nu. Zoë Hellings was op de vrij drie seconden sneller dan haar oude toptijd. Luuk van Helvoirt zwom vier seconden sneller op de vlinder, rug én vrij. Roel vd Kleij was op de vlinder vijf seconden sneller dan in het verleden, en maar liefst 6,5 seconde op de schoolslag. Anouk van Lokven verbeterde haar pr op de vrij met zes seconden, en op de rug en school met 4 en 3,5 seconde. Demi van Os zwom 6,5 seconde van haar tijd op de rug, 5 van de vrij en vier van de school. Esra Pennings was op de vrij 3,5 seconde sneller dan ooit. John Peters verbeterde zijn toptijd op de school met precies 4,5 seconde. Elke Schellekens was op de vlinder (-4,5 seconde) en school (vijf seconden) veel sneller dan voorheen. Bo Sluipers zwom op de vlinder een pr van vijf seconden, en op de vrij van 3,5. Haar zusje Kiki was op de rug 7,5 seconde sneller dan ooit. Kim vd Spank zwom op de schoolslag maar liefst acht seconden sneller. Jeroen Trimbach tekende voor de grootste verbetering, door op de vrij elf (!!!) seconden onder zijn pr te duiken. Op de rug was er een pr van 8 seconden, op de school ruim 7 en op de vlinder 5,5. Lara vd Ven was op de vlinder vijf seconden sneller en Shirley Voets verbeterde op deze afstand haar beste tijd met zes seconden.

NJK 19 – 21 juni in Amsterdam

Van vrijdag 19 tot en met zondag 21 juni zwommen de beste junioren van Nederland tegen elkaar tijdens de NJK in Amsterdam. In het 50-meterbad mocht Bente van Bergen (junioren 2) drie keer aan de start verschijnen.

Haar eerste afstand was op vrijdagochtend de 100 vlinder. Hoewel de eerste baan nog redelijk goed ging (opening 34.27), was vooral de laatste 25 meter erg zwaar, waardoor het technisch minder goed ging. Ze eindigde als 20e in 1.15.40, een seconde boven haar pr. 's Middags stond de 50 vrij op het programma. Op deze afstand behaalde ze de limiet al bij de NJK korte baan in januari. Het doel in Amsterdam was de 30-seconden grens, en die werd doorbroken. Ze tikte als 18^e aan in 29.85.

Zondagmiddag zwom Bente de 100 vrij. Het werd een voortreffelijke race (reactietijd 0.58, opening 31.67) en dankzij vooral goed benenwerk op de tweede baan kon ze het hoge tempo goed volhouden. Dit resulteerde in een tijd van 1.05.75, ruim een seconde sneller dan drie weken eerder in Eindhoven. Het was goed voor een 30e plaats en een nieuw clubrecord.

4 juli in Oss

Zaterdag 4 juli stond voor de meeste open water zwemmers van Neptunus '58 de eerste wedstrijd van het seizoen op het programma. In Oss werd er 14 keer gestart in het warme water (22 graden).

Als eerste gingen Jet vd Bersselaar en Sandra Schellekens van start op de langste afstand van de dag, de 2500 meter vrije slag. Jet verpulverde haar beste tijd van vorig jaar met maar liefst drie en een halve minuut (!) tot 46.53.57. Dit was goed voor de dertigste plaats bij de dames. Sandra zwom bij haar zesde open water wedstrijd in Oss naar 39.29.02, ruim een minuut sneller dan vorig jaar, maar langzamer dan haar snelste tijd. Ze werd 21e. Vervolgens startten er twee nieuwe open water zwemmers. Gijs Deelen en Jeroen van Dinther deden voor het eerst mee en gingen het water in voor de 500 meter schoolslag. Jeroen werd zesde met 10.53.83 en de één jaar jongere Gijs tikte als zevende aan met 11.26.85. Een keurig debuut voor beide jongens. Ook Mark van Dinther maakte zijn debuut in het open water. Op de 1000 meter vrije slag werd hij 15e in 15.25.19. Bij de meisjes junioren kwamen Shirley Voets en Zoë Hellings in actie. Beide meiden zwommen al vaker in het open water. Shirley tikte als 26e aan in 16.18.47 en was daarmee ruim een minuut sneller dan vorig jaar. Zoë werd 46e in 18.53.32. Het was voor haar de eerste keer dat ze deze afstand in Oss zwom. Op diezelfde afstand bij de dames waren er vier deelneemsters van Neptunus '58. Lisa Smits was de snelste van de vier met 16.04.95, iets langzamer dan vorig jaar. Ze werd 21e. Elke Schellekens tikte als 29e aan in 16.41.15, veertien seconden sneller dan vorig jaar in Oss. Anouk van Lokven volgde op plaats 32 met 18.06.85, haar tweede tijd ooit. Lies vd Bersselaar werd 34e met 19.38.17. Vorig jaar zwom ze deze afstand niet, maar ze was iets sneller dan in 2007.

Voor de masters stond er dit keer niet de één, maar de twee kilometer schoolslag op het programma. Marios vd Bersselaar durfde het aan om deze afstand te zwemmen. Hij tikte als 5e aan na 55 minuten en 39.35 seconden. Halverwege zat hij op ongeveer 25 minuten, gelijk

aan zijn snelste tijd op de één kilometer. Na de kilometer vrije slag zwom Shirley ook nog de 500 meter schoolslag, en ook op deze afstand was ze sneller dan ooit. Ze tikte als 20e aan in 10.16.22 en was daarmee bijna een halve minuut sneller dan een jaar geleden. Tot slot zwom Sandra Schellekens de 1000 meter vrije slag bij de masters. Met 15.21.20 werd ze 12e.

Ook twee oud-leden kwamen aan de start in Oss. Mark Schellekens werd derde op de twee kilometer schoolslag bij de heren jeugd. Hij tikte aan na 34.01.04. Linda Schellekens werd 11e op de 1000 meter vrije slag met 14.27.75. Op de 500 meter wisselslag, die ze voor het eerst zwom, werd ze achtste in 8.21.51.

5 juli in Bodegraven

Een dag na de open water wedstrijd in Oss is Sandra Schellekens als enige van Neptunus '58 afgereisd naar Bodegraven voor de wedstrijd in de Oude Rijn.

Als eerste stond de 5 kilometer vrije slag op het programma. Dit is altijd een bijzondere gebeurtenis, omdat de deelnemers met touringcars naar de start worden gebracht en daarna terug moeten zwemmen naar Bodegraven. Na de halve race in een groepje van vier gezwommen te hebben, moest er steeds één zwemster afhaken waarna Sandra alleen op de finish af zwom. Na een soepel gezwommen race tikte ze als 24e aan na één uur, 18 minuten en 28.17 seconden. Ze was daarmee anderhalve minuut sneller dan vorig jaar in Bodegraven en veertig seconden sneller dan haar pr op de 5 kilometer uit 2006. Aan het einde van de middag stond de 2000 meter vrije slag op het programma. Hierbij tikte ze aan na 31 minuten en 52.89 seconden, een minuut sneller dan vorig jaar in hetzelfde water. Ze werd 19e. Mark Schellekens (BZV) behaalde zilver op de twee kilometer schoolslag bij de jeugd in 33.35.81.

ONDER DE KEP

Zo, alweer het derde seizoen minipolo zit erop en wat een succes!

Maar liefst uit 5 verschillende dorpen komen de jongste waterpolo talenten (en dan vergeet ik nog de succestrainer uit Rosmalen ;)). Elke vrijdagavond hebben zij een uur getraind om zich volledig klaar te maken voor de beruchte minipolo toernooien. Niet alleen in het binnenbad in Boxtel hebben de mini-poloërs veel geleerd, maar ook in het buitenbad in Gestel werd volop getraind. Afgelopen half jaar is door een verandering in de regels de lat een stukje hoger komen te liggen, maar daar werd niet moeilijk over gedaan. Fanatiek en gedreven werd er getraind op het vangen met één



hand, de bal oppakken met de 'steekmethode', schieten op doel, zijwaarts verplaatsen en noem maar op. Maar het belangrijkste van waterpolo is misschien wel het teamgevoel. Dat zit er goed in!

Al dat trainen was niet voor niets. We hadden namelijk ook elke maand een minipolo toernooi waar we onze krachten konden meten met andere verenigingen. Dit jaar hebben we aan 6 toernooien deelgenomen waarvan sommigen zelfs met 2 teams. In totaal werden er 41 wedstrijden gespeeld. Hoeveel er daarvan gewonnen zijn, weet ik niet. Maar zeker meer dan de helft! Eigenlijk is het bij de toernooien veel belangrijker om te zien hoe het team samen speelt. Samen spelen is best moeilijk, maar zonder samen te spelen, zul je nooit winnen en vandaar dat er altijd een coach mee gaat om het team te begeleiden. Ook aan goede coaches ontbreekt het niet. Naast dat ik zelf veel aan het bad heb gestaan, heb ik ook hulp gehad van de ouders. Bedankt daarvoor!

Afgelopen jaar was wat mij betreft zeer geslaagd en zou ik zo weer over willen doen en natuurlijk doe ik dat. Echter denk ik dat door het succes van de waterpolo clinic en door de inzet van de 'mini's' sommigen van jullie een stap konden maken naar het E-jeugd team of eventueel het D-Jeugd team. Maar daarvoor hebben we een waterpolo commissie die naar alle mogelijkheden gaat kijken.

Tot na jullie vakantie! Hopelijk zijn jullie niet vergeten een bal mee te nemen op vakantie (om in topvorm te blijven).

Groetjes
Martijn Hamers, SWNZ

Internationaal succes SWNZ

In het weekend van 4-5-6 juli was in Eindhoven een internationaal waterpolotoernooi. Hierbij werden de nationale dames weer getest op mondiaal niveau. Het dames team werd uiteindelijk tweede na het nationale team van de VS. Op dit toernooi was ook SWNZ vertegenwoordigd en er werden dan ook letterlijk grenzen verlegd. De SWNZ scheidsrechters Tessa en Fannie Leering mochten namelijk fungeren als grensrechters.

Tijdens de spannende wedstrijd tegen Canada moesten ze de doelpunten toekennen en de achterbal aangeven. Hierbij hadden ze een persoonlijke ballenjongen tot beschikking en natuurlijk een eerste rang plaats voor de wedstrijd! Nederland trok uit eindelijk aan het langste eind en won met 8-7 van Canada.

De voorbereiding van de Nederlandse Dames biedt vooruitzichten voor het WK in Rome op 18-19 juli. Voor SWNZ is het nu alleen nog wachten op de eerste wedstrijd gefloten door een scheidsrechter van SWNZ!