

# DE DRIETAND

Jaargang 17, nummer 5

april/mei 2011

## REDACTIONEEL

Terwijl op de Nederlandse wegen vele mensen (waaronder Duitsers en Belgen) hun weg naar huis banen en zo hun mini-wereldreis eindigen, zitten wij heel rustig, met een ontspannen muziekje op de achtergrond, achter ons pc'tje een clubblad te maken. Ondertussen krabben we de blaren van onze zonverbrande schouders af. We hopen dat jullie alle paaseitjes gevonden hebben, want anders ... zijn ze gegarandeerd gesmolten na dit mooie weekend. En katten lusten meestal geen aluminiumfolie.



Het middengedeelte van dit clubblad is gereserveerd voor het kamp. We hopen dat jullie je allemaal opgeven. Dat geldt ook voor alle andere zwemmers in jouw baan of groep of team. Ouders, dit is jullie kans op een kinderloos weekend ... Het kamp is alleen voor leden van Neptunus '58. Als nog niet al je kinderen lid zijn, is dit een hele mooie gelegenheid. Geef ze snel op (inschrijfformulier op de site) en geniet alsnog van een rustig juni weekend. Als je je kinderen echt niet kunt missen, dan is er een tweede optie: schrijf je in als begeleider voor het kamp. Meestal zitten ouders en kinderen overigens niet in dezelfde groep tijdens het kamp. Als je dat wel wil, mag je dat altijd aangeven.

Mocht je je trouwens een keer vervelen: op [www.neptunus58.nl](http://www.neptunus58.nl) kan je nu heel veel oude clubbladen teruglezen (de oudsten zijn meer dan 10 jaar oud!). Helaas hebben we niet alle jaargangen compleet, maar met wat er inmiddels online staat, ben je wel even zoet.

De redactie hoopt op nog veel meer mooie avonden!

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

Website: [www.neptunus58.nl](http://www.neptunus58.nl)

 kopij inleveren voor 29 mei bij een van de redactieleden of per E-mail 

# WAAR MOET U ZIJN MET VRAGEN?

## **Voorzitter**

*Huibert van Aarle*  
Meijgraaf 6c  
5481 GB Schijndel  
073-5498965  
huibert@vanaarleaccounts.nl

## **Zwemvaardigheidswemmen**

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

## **Secretaris / Ledenadministratie**

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

## **Waterpolo**

*Peter van Aarle*  
Hopstraat 11  
5482 LP Schijndel  
06-54320915  
peter\_van\_aarle@hotmail.com

## **Penningmeester**

*Gerry vd Eerden*  
Cornelis Trompstraat 34  
5481 GT Schijndel  
06-11355477  
g.eerden@home.nl

## **Wedstrijdswemmen / Masterzwemmen**

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

## **Vacatures**

- *PR functionaris*  
- *notulist(e)*

## **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  
www.zwembaddemolenhey.nl

# AGENDA APRIL – MEI - JUNI

## Wanneer wordt er niet gezwommen?

|           | in mei | in juni     |
|-----------|--------|-------------|
| Maandag   | 2, 9   | 13, 27      |
| Dinsdag   | 3, 10  | 28          |
| Woensdag  | 4, 11  | 29          |
| Donderdag | 5, 12  | 2, 30       |
| Vrijdag   | 6, 13  | -           |
| Zaterdag  | 7      | 18, 25 (WZ) |

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

## Zwemvaardigheidszwemmen (ZV)

|         |                                     |
|---------|-------------------------------------|
| 15 juni | Afzwemmen zwemvaardigheid 4, 5 en 6 |
| 25 juni | Afzwemmen zwemvaardigheid 1, 2 en 3 |

## Synchroonzwemmen (SZ)

|             |   |
|-------------|---|
| 29 mei      | Uitvoeringenwedstrijd in Breda                      |
| 25 juni     | Training van 12.15 tot 13.30 uur!                   |
| 26 juni     | Competitiewedstrijd in Eindhoven                    |
| 2 en 3 juli | Show (zie pagina's synchroonzwemmen voor de tijden) |

## Wedstrijdzwemmen (WZ)

|                    |  |
|--------------------|--|
| 14, 15, 21, 22 mei | Brabantse Zomer Kampioenschappen in Eindhoven (50) |
| 6 juni             | Coopertest   |
| 10 t/m 12 juni     | NK in Eindhoven (50)                               |
| 20 juni            | Super Sprintwedstrijd in Schijndel                 |
| 25 en 26 juni      | NK Sprint in Emmen                                 |

## Masterzwemmen (WZ)

|             |                              |
|-------------|------------------------------|
| 6 t/m 8 mei | NK Masters in Eindhoven (50) |
| 8 juni      | Coopertest                   |

## Zwemmend Redden (ZR)

De lessen zijn nog op de volgende data:

|       |            |           |            |            |               |
|-------|------------|-----------|------------|------------|---------------|
| Mei:  | 14, 21, 28 | Juli:     | 2, 9, 16   | September: | 3, 10, 17, 24 |
| Juni: | 4, 11, 25  | Augustus: | 13, 20, 27 | Oktober:   | 1             |

|           |           |  |
|-----------|-----------|--|
| 8 oktober | 17.00 uur | Theorie-examens Livesaver 1, 2, 3 en diploma B |
|           | 18.00 uur | Praktijkexamens                                |

## Neptunus Activiteiten Team (NAT)

17-19 juni 2011 Zwemkamp in Vessem

# VERJAARDAGEN

## *In mei*

- 1 Lisa Smits
- 2 Fred vd Ven
- 6 Daniel van Aarle  
Gerry vd Eerden
- 7 Monique vd Pluym
- 10 Noud van Boven  
Jan vd Heijden
- 13 Paul Wagenaars
- 14 Robin van Wijngaarden
- 15 Wilma vd Veerdonk
- 18 Lisa Slaats
- 20 Aniek Pennings
- 22 Dora Sengers
- 27 Pim de Crom
- 30 Ties-Jan van Erp

## *en in juni*

- 3 Paul Muyshondt
- 4 Jenske Koolen
- 6 Peter Wever
- 7 Joni vd Middengaal
- 9 Jolanda van Boxtel  
Zoë Hellings
- 12 Riek vd Braak
- 13 Marlies van Lieshout  
Anneke Pijnenburg
- 15 Tom vd Loo
- 17 Liesbeth van Doorn
- 18 Lucas van Cleef  
Anne Oremans  
Lara vd Ven  
Mieke Wouters
- 19 Yosca Bozelie
- 23 Rowi vd Wiggert
- 24 Eric van Loon
- 28 Tess van Alebeek  
Melanie van Dinther

# NIEUWE LEDEN

Er zijn weer nieuwe leden gestart bij het zwemvaardigheidswemmen:

Lars de Graaf

Mathijs vd Oever

Mendy van Grinsven

Claartje Rijken

Emmy vd Oever

Allisha vd Steen

# ZWEMMEN IN BUITEN WATER

Ook dit jaar kun je in de zomermaanden heerlijk verder trainen in buiten water. Op **maandagavond** is er een vrije training in de Oosterplas in Den Bosch. We beginnen om 19.00. Op **dinsdag**- en **donderdagavond** is er een conditie-training in het Dungens Gat in Den Dungen. We beginnen dan om 18.30 uur.

Voor beide trainingen geldt dat iedereen welkom is: leden en niet-leden van Neptunus, ouders, broers en zussen, vrienden en vriendinnen, ....

Het hangt van het weer af wanneer we precies gaan beginnen. Hou de site en de mail goed in de gaten.

# SYNCHROONZWEMMEN

## ***Grootse synchroonzwemshow op 2 en 3 juli***

Na bijna een jaar trainen is het aan het einde van dit seizoen weer zover: in het eerste weekend van jullie geven de meiden van het synchroonzwemmen weer een grootse show. Op het programma staan solo's, duetten, trio's en groepsnummers. Verder zullen net als tijdens de vorige show ook weer alle meisjes samen in één groepsnummer te bewonderen zijn.

De data en tijden voor de synchroonzwemshows zijn als volgt:

Zaterdag 2 juli      De show begint om 19.30 uur.

Zondag 3 juli        De show begint om 18.30 uur.

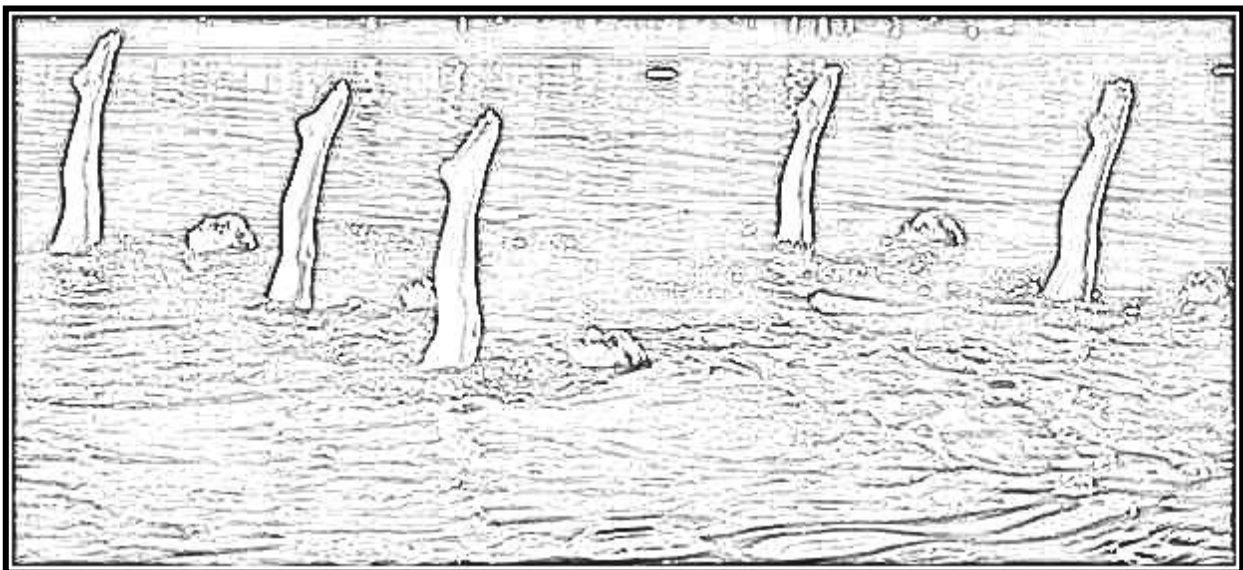
De show zal ongeveer twee uur duren.

Wij vragen de meisjes om 1,5 uur vóór de show aanwezig te zijn, zodat we voldoende tijd hebben voor haren en make-up

Omdat we dit keer de show tweemaal laten zien, is er plaats voor veel publiek. Nodig dus allemaal je ouders, broertjes en zusjes, opa's en oma's, vriendjes en vriendinnetjes en nog veel meer mensen uit! Om alles rond te krijgen, vragen we dit jaar een bijdrage van 3 euro. Entreebewijzen zijn te koop bij de Bruna in Schijndel en via Henny Bozelie (contant afrekenen).



**We hopen alle leden van Neptunus '58 te zien tijdens een van de shows!**



## **Clubkampioenschappen 2 april**

Zaterdag 2 april werden er weer clubkampioenschappen gehouden. Zeven meisjes op aanloopniveau en vijftien meisjes op wedstrijdiveau streden in een figurenwedstrijd en een uitvoeringenwedstrijd om de medailles. Daarbij werden ze beoordeeld door negen juryleden van Neptunus '58 en twee gast-juryleden van de Treffers uit Rosmalen.

*Basishouding:* Myrthe de Wild maakte haar debuut in een wedstrijd en kwam uit op basishoudingniveau. Ze begon echter geweldig, met 9 punten voor haar eerste onderdeel in de figurenwedstrijd, het 10m stuwen op de rug met de handen bij de heupen richting hoofd. Ook het onderdeel 10 seconden stilliggen op de rug met de handen bij de heupen ging fantastisch, want ze kreeg van alle juryleden een 3! Ook hier weer de volle 9 punten dus. Voor de tubhouding scoorde ze met zes punten een dikke voldoende. Myrthe beet na de pauze ook het spits af in de uitvoeringenwedstrijd. Een beetje zenuwachtig was ze wel, als allereerste zo'n groot leeg bad voor jou alleen en met al dat publiek op de kant. Maar eenmaal in het water ging het ook nu weer zeer goed, met zowel voor de technische als de artistieke uitvoering een 8. Daarmee komt haar totaal op 48 van de maximaal 54 te behalen punten. Een zeer verdiende gouden plak dus.

*Zeilboot:* Drie meiden streden om het goud bij het zeilbootniveau. Christy Schoones haalde op de eerste twee figuren een negen, waarmee ze meteen al een voorsprong opbouwde op Lieke van Boxtel en Lisa van Esch. De zeilboot beurtelings vinden de meiden alle drie nog wat moeilijk, want ze scoorden daarop zes punten. Bij de uitvoering was Christy wederom de beste, en ze kreeg alleen maar drieën van de jury! Lieke scoorde 9 punten voor de artistieke uitvoering, en behaalde 7 punten voor de techniek. Lisa scoorde op beide onderdelen 7 punten. In totaal behaalde Christy maar liefst 51 punten en dus goud. Lieke scoorde met 42 punten zilver en Lisa met 40 punten brons.

*Balletbeen:* Mirelle de Kort en Romy van Laarhoven streden op balletbeenniveau. Romy heeft al een flinke tijd last van een hamstringblessure, maar beet door de pijn heen om toch mee te kunnen strijden. Ook op dit niveau weer uitstekende cijfers, met voor Romy zelfs de maximale 9 punten voor de 10m dogpaddle. Mirelle scoorde 8 punten voor het aannemen van de tuckhouding. Na de figuren was het nog erg spannend, want Romy stond op 23 punten en Mirelle op 21. De technische uitvoeringen van de solo's werd voor beide meiden met 8 punten beoordeeld. De jury waardeerde de artistieke kant van Romy echter hoger dan die van Mirelle (8 tegenover 6 punten) en dus werd Romy clubkampioene met 47 punten. Mirelle behaalde zilver met 42 punten.

*Barracuda:* Nika Bozelie kwam uit op het hoogste aanloopniveau, het barracudaniveau. Ze traint nog geen twee maanden op dit niveau, maar scoorde toch hoge punten. Een erg moeilijk onderdeel is de balletbeenhouding onder water, en in die houding 10m verplaatsen met de torpedostuwning. Toch scoorde ze daar 8 punten voor! Voor haar solo scoorde ze 6 punten voor de techniek en 8 voor het artistieke deel, waardoor ze uitkwam op 41 punten.

*Age 1:* Fieke Bouwmans, Rachel Brunnen, Joëlle van Dijk en Marian vd Hanenberg behaalden in februari hun barracuda-diploma en maakten tijdens deze clubkampioenschappen hun debuut op wedstrijdniveau. Leonie vd Boogaard was de vijfde zwemsters op Age 1-niveau. Aangezien de vier debutantes nog geen cijfers hadden staan, scoorden ze elk drie persoonlijke records. Leonie verbeterde haar pr op de bruinvis, haar minst favoriete figuur. Fieke nam het clubrecord op het figuur kiepnus over van Leonie. Alle dames scoorden erg goed met hun solo's: alle cijfers waren 4,0 of hoger! De voorsprong van Fieke op Joëlle was na de figuren slechts 0.03 punt, en door een iets betere technische waardering wist Joëlle het goud op te eisen. Het verschil was slechts 0.068! Leonie veroverde brons, met slechts 0.057 voorsprong op Rachel. Marian eindigde op de vijfde plaats.

*Age 2:* Vooraf werd een spannende open strijd verwacht, waarbij eigenlijk niet te zeggen viel wie de meeste kans op de medailles zou maken. Sasha vd Bergh en Moniek vd Boogaard verbeterden hun pr's op de flamingo gebogen knie, terwijl Lisa vd Boogaard, Yosca Bozelie en Alicia Suiker datzelfde figuur voor het eerst zwommen en vanzelfsprekend ook pr's scoorden. De meiden eindigden na de solo's in deze volgorde als na de figuren en dus werd Yosca clubkampioene Age 2. Sasha volgde op bijna een punt met het zilver en het brons was voor Lisa, die op haar beurt ook weer bijna een punt toe moest geven op Sasha. Moniek eindigde als vierde, ondanks een inhaalactie van Alicia met haar solo. Het verschil tussen Moniek en Alicia was slechts 0.138.

*Junioren:* Michelle Megens maakte haar debuut op juniorenniveau, maar deed dat bepaald niet slecht. Na de figuren (met 4 pr's) stond ze zelfs op de derde plaats. Rowie vd Oever en Anne Oremans zwommen beiden voor het eerst de catalina twirl. Op dat figuur verbeterde Sandra Schellekens het clubrecord, welke op naam stond van de vijfde zwemster, Adelinde Schnitzeler. Rowie leerde tijdens het eerste figuur, de ibis continuous spin, dat neusklemmen best handig zijn, als je ze tenminste wel op doet. Helaas scoorde ze mede daardoor lagere punten dan eigenlijk nodig was geweest. Op de dolco sloeg ze terug met onder andere het hoogste cijfer in de figurenwedstrijd: een 5.2. Sandra zwom volgens de jury de beste solo (met als hoogste cijfer voor de techniek een 5.3), al was Adelinde in het artistieke deel iets beter. Sandra heeft daarmee de titel van clubkampioene weten te prolongeren. Rowie behaalde zilver, met slechts 0.118 voorsprong op Adelinde, die daarmee het brons haalde. Anne eindigde als vierde en Michelle als vijfde.

*Clubkampioenen:* Behalve de clubkampioenen per niveau werd er ook gekeken wie de beste meisjes waren op aanloop- en wedstrijdniveau.

Op aanloopniveau was de top 3 als volgt:

1. Christy - 51 punten                      2. Myrthe - 48 punten                      3. Romy - 47 punten

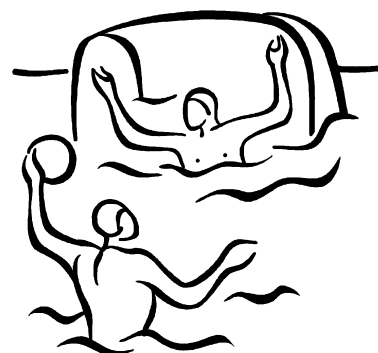
Op wedstrijdniveau was de top 3 als volgt:

1. Sandra - 46.286 pnt                      2. Rowie - 44.796 pnt                      3. Adelinde - 44.678 pnt

# ZWEMVAARDIGHEIDSZWEMMEN

## **Examen balvaardigheid zaterdag 12 maart**

Zaterdagavond 12 maart vlogen de ballen weer door het bad. Er werd namelijk afgezwommen voor de keuzepakketten balvaardigheid. Een groot aantal leden toonde hoe goed zij met een polobal om kunnen gaan. Vangen en gooien, ongelijkzijdig watertrappen, met de bal zwemmen en slalommen en dan stoppen en vlug de bal vooruit of teruguit gooien. Het zag er allemaal erg goed uit. Alle kandidaten zijn geslaagd. Een hele mooie prestatie!



## **Geslaagden**

### **Balvaardigheid 1**

Rick van Berkel  
Bas Bozelie  
Nika Bozelie  
Lucas van Cleef  
Matthijs van Cleef  
Monique van Cleef  
Richard van Cleef  
Geert vd Dungen  
Zoë van Grinsven  
Marly Groenendaal  
Rob Groenendaal  
Lindy Janssen  
Olaf Jong  
Mirelle de Kort  
Guus Langenhuijsen  
Jette van Liempt  
Jelle Schakenraad  
Wessel Verhoeven  
Linn Verstappen  
Anne vd Wetering  
Sebas vd Wielen  
Robin van Wijngaarden  
Leo Zuidema

### **Balvaardigheid 2**

Selina Janssen  
Sjoerd Peters  
Rik den Otter  
Rick vd Wetering  
Paul Wagenaars

### **Balvaardigheid 3**

Yosca Bozelie  
Marian vd Hanenberg  
Demi van Os  
Lara vd Ven

### **Ster 1**

Daniel van Aarle  
Ruben van Cleef  
Lisanne Hubers  
Amy vd Hanenberg  
Naomi Janssen  
Kelly Smits  
Allisha vd Steen

### **Ster 2**

Sam van Helvoort

### **Ster 4**

Laura van Berkel  
Sam van Helvoort



## **Data en tijden examens basispakketten**

De data voor het afzwemmen voor de basispakketten zijn bekend.

|                         |                     |                          |
|-------------------------|---------------------|--------------------------|
| <u>Woensdag 15 juni</u> | 17.30 – 19.00 uur * | Basispakketten 4 – 5 – 6 |
| <u>Zaterdag 25 juni</u> | 14.30 – 17.30 uur ° | Basispakketten 1 – 2 – 3 |

- \* De lessen zwemvaardigheid en wedstrijdzwemmen gaan gewoon door.
- ° De lessen zwemvaardigheid vervallen. De training synchroonzwemmen is op deze middag van 12.00 tot 13.30 uur.

Woensdag 15 juni starten alle diploma's om 17.30 uur. Hoe laat de verschillende examens op zaterdag 25 juni exact starten is nog niet bekend. Dit hangt af van het aantal zwemmers per examen en wordt later bekend gemaakt.

De eisen voor de verschillende basispakketten staan op [www.neptunus58.nl](http://www.neptunus58.nl). Onder 'zwemvaardigheid' vind je bij diploma-eisen precies wat je allemaal moet kennen en kunnen.

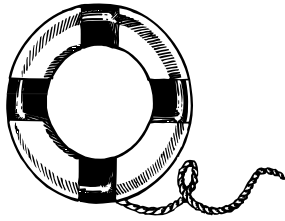
De kleding-eisen zijn voor alle basispakketten hetzelfde:

- badkleding
- Shirt, blouse of hemd met lange mouwen
- Lange broek (de broeken mag niet naadloos aansluiten op de huid)
- Schoenen (plastic, leren en sportschoenen zijn toegestaan; schoenen zonder echte zool zijn niet toegestaan).

Heb je vragen over je kleding of schoenen, stel ze dan zo snel mogelijk aan degene waar je les van hebt. Kom je op het examen met verkeerde schoenen, dan heb je een probleem!

De zwemmers voor de basispakketten 1, 2 en 3 hebben ook een plastic zak nodig om op te drijven. Er mogen dus geen gaatjes inzitten!





# ZWEMMEND REDDEN

Het zomerseizoen zwemmend redden is intussen gestart. Dit jaar wordt er getraind voor nieuwe diploma's: Junior Redder, Zwemmend Redder en Live Saver. We laten jullie graag weten wie er dit jaar meedoen aan de cursus.

Het examen wordt gezwommen op 8 oktober van 18.00 – 20.00 uur. De theorie start om 17.00 uur. Zet deze datum maar vast in je agenda, om mee te doen of om te komen kijken.

Onze eigen EHAD-wedstrijd (Eerste Hulp aan Drenkelingen) staat op dit moment gepland op 22 oktober.

## ***Groepsindeling***

### ***Junior Redder 1***

Marike van Aarle  
Anna van Goch  
Anne van Hamond  
Jenske Koolen  
Allisha vd Steen

### ***Junior Redder 2***

Inge de Crom  
Karin de Crom  
Nina Heijmans  
Britt Swanenberg

### ***Junior Redder 3***

Tom van Grinsven  
Zoë van Grinsven  
Johan vd Hanenberg  
Luuk vd Hanenberg  
Jette van Liempt  
Amber Persoon

### ***Junior Redder 4***

Rik de Crom  
Marly Groenendaal  
Jarno Persoon

### ***Zwemmend Redder 1***

Nika Bozelie  
Pim de Crom  
Wessel Verhoeven  
Anne vd Wetering  
Rick vd Wetering

### ***Zwemmend Redder 3***

Bas Bozelie  
Noud van Boven

### ***Live Saver 1***

Henny Bozelie  
Yosca Bozelie  
Marian vd Hanenberg  
Demelsa vd Steen  
Lara vd Ven  
Mieke de Visscher

### ***Binnenwater B***

Romy van Laarhoven  
Niek de Visscher

# NAT (NEPTUNUS ACTIVITEITEN TEAM)

## *Zwemkamp, inschrijven kan nu ....*

Elk jaar gaat Neptunus '58 op zwemkamp met drie andere zwemverenigingen: Aquamigos uit Drunen/Vlijmen, WZV uit Waalwijk en Zegenwerp uit St. Michielsgestel. Dit jaar is dat van 17 t/m 19 juni. Op de camping heeft Neptunus '58 heeft een eigen veld waar we eten, slapen, spelen, ...

In dit clubblad zit een inschrijfformulier om mee te gaan op kamp. Je kunt je inschrijven als deelnemer of als begeleider. Deelnemers doen mee met alle spellen die op het kamp georganiseerd worden. Deze spellen vallen binnen het thema dat we voor het kamp gekozen hebben.

Begeleiders, die geen lid hoeven te zijn van Neptunus '58 begeleiden op het kamp een groepje deelnemers bij de spellen en andere activiteiten. We denken aan ouders, oudere leden, masterzwemmers, trainers, officials, .... Natuurlijk willen wij alle spellen winnen. En dat kunnen we niet zonder goede coach. Kom maar op als je durft.

Als je nog nooit mee bent geweest met ons kamp, dan wil je er vast meer over weten. Op onze site staat een algemeen artikel over hoe het er bij het kamp aan toe gaat. [www.neptunus58.nl](http://www.neptunus58.nl) onder het kopje zwemkamp. Daar kun je ook lezen hoe gezellig het de afgelopen jaren was.

We vertrekken op vrijdag aan het einde van de middag voor een wereldreis naar het Brabantse Vessem. Alvorens daar aan te komen, maken we eerst tussenstops in Balconië en Rundhausen. Tijdens het kamp zetten we de wereldreis voort. We starten in ieder geval in Nederland en waar we eindigen is nog een verrassing.



Donderdags voor het kamp zetten we een heleboel tenten op om in te slapen en ook één super grote eettent. We hebben een hele goede kookstaf, die ervoor zorgt dat jullie niet met honger naar huis gaan. We vragen ons af wanneer één van hen zich zal inschrijven voor Top-chef?

Tijdens het kamp spelen de leden van de vier verenigingen tegen elkaar in wereldse spellen. Deze vinden plaats op de camping, in het bos of bij het zwembad. Op zaterdagmiddag mag je zelf weten wat je gaat doen, bijvoorbeeld naar de speeltuin, zwemmen in het zwembad, luieren op het veld, zakgeld opmaken in de campingwinkel, jezelf opmaken voor de disco-avond, ... Na de laatste spellen op zondagmiddag worden we opgehaald door onze ouders en kunnen we lekker bijkomen.

Hebben jullie al door wat het thema is dit jaar?

Heb jij ook zin om mee te gaan op kamp, meld je dan nu snel aan. De kosten zullen 35 EUR per persoon zijn (voor het hele weekend !!). Begeleiders betalen 27,50 EUR. Bij welke reisorganisatie kun je nu een reis om de wereld in drie dagen maken voor dit bedrag? De nieuwe tak Neptunus '58-travel regelt het voor jullie.

Vul het snel in en geef het af aan iemand van de AL of bij Sandra. Je kunt het inschrijfformulier ook op onze site vinden. Download het, vul het in en mail het naar Femke (Femke.wilhelm@home.nl).

Groetjes en tot horens

De algehele leiding van het kamp

|                     |  |
|---------------------|--|
| Melanie Brunnen     | (0499-477871 – simon.brunnen@chello.nl)    |
| Femke vd Hoeven     | (0413-229467 – femke.wilhelm@home.nl)      |
| Frank Hovenier      | (06-13830310 – frankhovenier@hotmail.nl)   |
| Henry van Laarhoven | (073-5033192 – h.v.laarhoven@home.nl)      |
| Ciska Verhoeven     | (073-5479764 – janciskaverhoeven@tele2.nl) |

**DE MEESTE  
ONGELUKKEN  
GEBEUREN THUIS**

**EEN BETERE REDEN  
VOOR JE WERELDREIS  
KUN JE NIET HEBBEN**

*Loesje*



# INSCHRIJFFORMULIER ZWEMKAMP

Alle leden van Neptunus '58 kunnen zich inschrijven.

## Voor de deelnemers

- Ja, ik ga mee op kamp !!!  
En ik wil graag in de tent/groep bij:

Naam:

Geboortedatum:

Telefoonnummer:

E-mail adres:

## Voor de begeleiders

- Ja, ik ben bereid om als begeleider mee te gaan om het kamp.  
 Ja, ik wil jullie graag helpen voor/na het kamp.  
 Ja, ik help jullie met het opzetten van de tenten (donderdagavond 16 juni)  
 Ja, ik help jullie met het afbreken van de tenten (zondagmiddag 19 juni)

Naam:

E-mail adres:

Telefoonnummer:

Dit inschrijfformulier **zo snel mogelijk** inleveren bij de kampleiding of doormailen naar één van onze e-mailadressen.

Het inschrijfformulier en nog veel andere informatie over het kamp staan ook op de website van Neptunus '58  
([www.neptunus58.nl](http://www.neptunus58.nl))



# WEDSTRIJDZWEMMEN

## **LAC 25 februari in Veghel (door Rachel Brunnen)**

Vrijdag 25 februari zwom ik alleen voor Neptunus'58 de LAC-wedstrijd: 800 vrij.

- 19.15 uur Inzwemmen! Lekker ingezwommen en na 200 meter er uitgekomen en klaar maken voor mijn race.
- 19.47 uur Help! Mijn beurt!! Gelukkig had ik niemand in mijn baan, super fijn!
- 19.48 uur Mensen zeggen dat het toeval kan zijn... Nou ik weet wat ze bedoelen, zoals gewoonlijk was ik mijn brilletje verloren bij de start (hmm, gebeurt alleen maar in Veghel)
- 20.01 uur Pfff, Gehaald!! Zonder bril, een pr van 22 seconden. Mijn tijd was 13.42.93 en mijn vorige tijd was 14.04.
- 20.03 uur Allemaal mensen aanmoedigen en ons mam helpen met bordjes draaien.
- 20.14 uur Spelen in het kleuterbadje met allemaal vrienden, en mijn zusje.
- 20.30 uur Einde van de wedstrijd!! Na een vermoeiende maar toch wel leuke wedstrijd naar huis, verslag schrijven en huiswerk maken :(.

Voor mij was het brilletje verliezen niet het ergste: met synchroonzwemmen mag je ook geen brilletje op, dus ben ik het gewend. Veel mensen kwamen op het einde naar me toe en konden niet geloven dat ik het zonder brilletje had gedaan! Dus is synchroonzwemmen toch nog een beetje handig bij wedstrijdzwemmen ;)

Groetjes Rachel

## **D2 27 februari in Schijndel**

Zondag 27 februari werd de vierde ronde van de D2-competitie gezwommen. Met 31 zwemmers werd de strijd aangegaan tegen Den Doorn uit Almkerk, SBC-2000 uit Breda en De Wildert uit Zundert. Voor aanvang van de wedstrijd opende Paul Sluijpers de tribune symbolisch middels het doorknippen van een lint de tribune. De oud-voorzitter van Neptunus '58 zette zich jarenlang in voor de bouw van een tribune, een langgekoesterde wens van de vereniging.

Door de thuisploeg werden in totaal dertien medailles behaald. Pim de Crom en Anouk van Os behaalden beiden goud op de 100 meter schoolslag. Anouk was veruit de snelste: met een voorsprong van 4,5 seconde gaf ze de rest van het veld het nakijken. Ze verbeterde haar pr met ruim twee tellen en kwam slechts 0.86 seconde te kort voor de Brabantse limiet. Shirley Voets behaalde op de 200 vrij goud met meer dan vijftien seconden voorsprong. Ze verbeterde haar pr (en clubrecord) met 4,5 seconde en bleef slechts iets meer dan een seconde boven de NK-limiet. De laatste gouden medaille was voor Sandra Schellekens op de 100 meter vlinderslag. Mark van Dinther behaalde op zowel de 100 school als de 100 wissel een zilveren medaille. Roel vd Kleij zwom naar het zilver op de 100 vlinder en Shirley zwom op de 50 school eveneens naar een

zilveren plak. Ze verbeterde het clubrecord, wat op naam van Linda Schellekens stond. Tot slot waren er twee bronzen medailles voor de benjamin van de Schijndelse vereniging, Tijn Snelders. Hij zwom de 25 school en 50 vrij, waarbij hij op de eerste afstand een clubrecord zwom. Op de 50 vrij verbeterde hij zijn pr met drie seconden. Macs vd Doelen en Jeroen Trimbach behaalden beiden brons op de 100 wissel. Sandra zwom op de 50 rug naar het brons.

De wedstrijd begon echter met een fikse domper. De dames op de 4 x 100 wissel (Elke Schellekens, Anouk van Lokven, Shirley Voets en Sandra Schellekens) zwommen binnen het oude estafetterecord, maar omdat Sandra iets te vroeg was gestart, zal deze tijd niet in de boeken zal komen. De jongens op de 4 x 50 vrij deden het daarna uitstekend. Delane Lathouwers startte met een verbetering van zijn pr met twee seconden. Daarna was Luc vd Loo anderhalve tel sneller dan zijn pr, Martijn Eickmans bijna twee tellen en tot slot was Jeroen van Dinther bijna een seconde sneller dan ooit. Daardoor waren de vier jongens maar liefst zes seconden sneller dan hun inschrijftijd. Ze behaalden de derde plaats tussen veelal oudere zwemmers. Aan het einde van de middag zwommen Isa vd Ven, Anouk van Os, Rachel Brunnen en Amy Heeren de 4 x 50 wissel. Isa was op de 50 rug drie seconden sneller dan haar pr voor aanvang van deze wedstrijd. Amy was op de vrije slag maar liefst vier seconden sneller dan haar persoonlijke record. Ook deze dames werden derde. In totaal werden er veertig persoonlijke records en drie clubrecords gezwommen. De grootste verbetering van de middag kwam op naam van Wessel Verhoeven: hij verbeterde zijn één jaar oude pr op de 100 vrij met achttien seconden. Christy Schoones deed daar weinig voor onder, met een verbetering van meer dan twaalf tellen. Op deze afstanden kwamen er nog meer grote verbeteringen, want Anouk van Os was acht seconden sneller dan ooit en Bas Bozelie zes. Op de dubbele afstand verbeterde Delane Lathouwers zijn toptijd met meer dan acht seconden, Lara vd Ven met vijf en Jeroen van Dinther met bijna vier seconden. Amy Heeren was op de 50 rug bijna zeven seconden sneller dan haar persoonlijke record uit 2009. Isa vd Ven verbeterde haar pr op deze afstand tweemaal: eerst op de individuele afstand met drie seconden en later op de middag scherpte ze die tijd nog met een kwarttel aan als startzwemster van de estafette. Ook Tom vd Loo was meer dan drie seconden sneller dan ooit op de 50 rug. Ook op de 100 wissel verbeterden Isa en Tom hun pr's met drie tellen. Delane Lathouwers en Christy Schoones waren beiden op de 50 school drie seconden sneller dan ooit. Een van de verrassingen van de middag kwam op naam van Manissa vd Brand: op zowel de 100 vlinder als de 50 rug was ze drie seconden sneller dan ooit.

## ***Limiet 13 maart in Sint-Oedenrode***

Roel vd Kleij en Shirley Voets hebben op zondag 13 maart meegedaan aan een Solo-wedstrijd in Sint-Oedenrode. Dit is in een onderlinge competitie tussen Argo, DZT '62 en Nuenen, maar Roel en Shirley wilden nog een poging doen de limiet voor de Brabantse of Nederlandse Kampioenschappen te halen. De middag startte met de 50 vlinder voor Shirley. Inzet was de NK-limiet, die staat op 31.16. Helaas kwam ze niet goed uit bij het keerpunt en de finish en stopte de klok op 31.88. Daarmee verbeterde ze wel haar persoonlijke en clubrecord

met 0.04 seconde. Daarna volgde Roel op de 100 vrij. Hij ging goed mee met zijn buurman, maar de uitvoering van de keerpunten was niet optimaal, waardoor hij behoorlijk wat tijd verloor. Zijn tijd was niet binnen de BZK-limiet, maar wel van behoorlijk niveau, want hij was in de afgelopen drie jaar slechts eenmaal sneller! Op de 100 vlinder miste Roel de echte kracht om goed door te sprinten, en hij bleef boven de limiet voor de BZK. Wel was hij een fractie sneller dan tijdens de competitiewedstrijd van 27 februari. Shirley zwom twee weken geleden op de 200 vrij zonder concurrentie iets meer dan een seconde boven de NK-limiet. In Sint-Oedenrode was een schema afgesproken, wat haar tot de limiet zou moeten kunnen brengen, maar helaas liep het niet lekker en was ze vooral aan het 'werken'. Doordat de slag niet echt soepel liep, lukte het niet om de afgesproken tijden te zwemmen. Ze eindigde in haar tweede tijd ooit.

## ***Speedo 20 maart in Nuenen***

Zondag 20 maart hebben vijf zwemmers meegedaan aan de Speedo-wedstrijd in Nuenen. In het benauwde, warme bad zwommen ze uitstekend, met als resultaat maar liefst dertien persoonlijke records en twee bronzen medailles.

De elfjarige Wessel Verhoeven, kwam als eerste in actie op de 50 vlinder. Met een goede techniek was hij maar liefst vijftien seconden sneller was dan zijn inschrijftijd, die slechts vijf weken stond. Daarna was het afwachten wat de zwemmers in de tweede serie voor tijden op de klokken brachten. Gelukkig voor Wessel waren er slechts twee zwemmers sneller, en dus was er brons voor de Schijndelse zwemmer. Op de 100 school verbeterde hij zijn pr met twee tellen en eindigde als vierde. De andere vier zwemmers (twaalf en dertien jaar oud) hadden de 200 rug en de 200 vlinder op het programma staan. Bij de meiden zwom Amy Heeren maar liefst 25 seconden sneller dan haar één jaar oude persoonlijke record op de 100 rug. Na 100 meter was ze al zes seconden sneller dan ooit. Dankzij deze grote verbetering behaalde ook zij een bronzen medaille. Isa vd Ven bleef iets boven haar beste tijd en eindigde als zevende. Bij de jongens verbeterde Delane Lathouwers zijn persoonlijke record met twee tellen. Zijn tijden na 50 en 100 meter waren maar een fractie boven zijn pr's. Martijn Eickmans ging erg goed in zijn serie, en dacht na 150 meter klaar te zijn. Na een korte pauze aan de kant ging hij weer verder, en ondanks dit oponthoud verbeterde hij wél zijn persoonlijke record, met 2,5 seconde. Martijn eindigde als zesde en Delane als vijfde. Op de 200 vlinder zwommen Amy en Isa naast elkaar, en waar Amy de eerste 100 meter iets sneller was, kwam Isa in het tweede deel goed terug en wist ze Amy voorbij te zwemmen. Isa was na 100 meter al drie seconden sneller dan ooit en verbeterde haar pr op de 200 vlinder met twaalf seconden. Amy scherpte haar pr van een jaar geleden aan met maar liefst 42 seconden. Haar pr op de 50 vlinder werd met zeven tellen aangescherpt en haar pr op de 100 vlinder met vijftien. Isa werd vierde, op slechts 0.22 van het brons en Amy werd vijfde. Martijn en Delane bleven helaas net boven hun beste tijden op de 200 vlinder (Martijn slechts een halve seconde), maar wel zwommen ze allebei nieuwe pr's op de 100 meter. Na de vierde plaatsen van Wessel (100 school) en Isa (200 vlinder) eindigde ook Delane op de 200 vlinder net naast het podium. Martijn eindigde als zevende.



## **D2 3 april in Rosmalen**

Zondag 3 april kwamen 32 zwemmers in Rosmalen in actie voor de vijfde en laatste ronde van de D2-competitie. Er werden 42 persoonlijke records gezwommen en daarmee was deze ronde de succesvolste van het seizoen.

Dertien zwemmers behaalden tijdens deze wedstrijd in het warme en benauwde bad een medaille. Bij de zwemmers tot en met 9 jaar was het Tijn Snelders die brons behaalde op de 25 school. Ook maakte hij zijn debuut op de 100 meter wisselslag, een pittige afstand voor iemand van pas 8 jaar oud! Bij de zwemmers tot en met 11 jaar was er brons voor Anouk van Os op de 50 vlinder met een verbetering van anderhalve seconde. Later eindigde ze op de 50 vrij als vijfde en was weer anderhalve seconde sneller dan vijf weken geleden. De zwemmers tot en met 13 jaar bleken in topvorm, want er werden flink wat medailles behaald. Isa vd Ven behaalde zilver op de 50 school en Rachel Brunnen zwom naar het brons op diezelfde afstand. Beiden zwommen zo'n twee seconden sneller dan ooit. Eerder op de middag hadden ze op de 100 vrij hun pr's met respectievelijk twee en zes seconden aangescherpt. Jeroen van Dinther en Delane Lathouwers haalden eveneens zilver en brons op de 50 school. Jeroen verbeterde zijn oude pr met meer dan een seconde. Op de 100 vrij hadden ze eerder ook al hun pr's met drie seconden aangescherpt. In de categorie tot en met 15 jaar was Shirley Voets op zowel de 100 wissel als de 100 rug met afstand de beste. De gouden medaille op de rugslag ging gepaard met een verbetering van haar pr en het clubrecord met anderhalve seconde. Demi van Os (14) was op de 50 meter rugslag voor meisjes tot en met 17 jaar de snelste en veroverde het goud met een verbetering van haar pr met een seconde. Het zilver ging naar Anouk van Helvoirt, die iets boven haar pr zwom. Later zwom Demi op de 100 rug ook nog eens vijf seconden sneller dan ooit, terwijl Anouk op de 100 vrij haar tweede zilveren medaille van de middag binnenhaalde. Op het podium van het koningsnummer werd ze vergezeld door twee clubgenotes, want Anouk van Lokven behaalde goud en Esra Pennings zilver. Die laatste twee dames verbeterden hun pr's op de 50 rug met respectievelijk een hele en een halve seconde. Mark van Dinther scherpte zijn pr op de 100 vrij aan met 0.2 seconde en behaalde zilver. Op de 50 rug was hij twee seconden sneller dan ooit en die tijd was goed voor het brons. Tot slot ging het goud op de 50 vrij voor dames naar Sandra Schellekens, die haar pr met een fractie aanscherpte. Helaas belandden er ook een aantal zwemmers net naast het podium met een vierde plaats. Dat overkwam Pim de Crom tweemaal, ondanks pr 's op de 50 vlinder (vier seconden) en 50 vrij (twee seconden). Amy Heeren tikte als vierde aan op de 50 school, ondanks een pr van bijna drie tellen. Delane zwom een pr van 3,5 seconde op de 100 vrij, maar werd helaas vierde, en diezelfde plaats behaalde ook Anouk van Lokven op de 50 rug. Jeroen Trimbach wist zich, ondanks pr's op zowel de 50 rug als de 100 vrij, eveneens net niet in de medailles te zwemmen.

Onder de 42 persoonlijke records zaten weer een aantal grote verbeteringen. Zo was Noud van Boven drie seconden sneller dan zijn oude toptijd op de 100 vrij en was Bas Bozelie twee seconden sneller dan ooit op de halve afstand.

Manissa vd Brand is de laatste maanden in goede vorm en werd daarvoor beloond met pr's op de 200 wissel (vier seconden) en 50 vrij (een seconde). Macs vd Doelen verpulverde zijn pr op de 100 rug met tien seconden. Luc vd Loo was op de 100 vrij en 50 school twee seconden sneller dan ooit en zijn broer Tom wist maar liefst zes seconden van zijn tijd op de 100 vrij en bijna twee seconden van zijn 50 school af te zwemmen. Fabiënne Messerschmidt en Wessel Verhoeven waren drie seconden sneller dan hun oude persoonlijke records op de 50 vrij. Wessel scherpte ook zijn pas twee weken oude pr op de 50 vlinder met twee tellen aan. Lara vd Ven was tenslotte 4,5 seconde sneller op de 100 rug.

Tijdens de competitiewedstrijden worden ook altijd estafettes gezwommen. De 4 x 50 wissel met Jeroen Trimbach, Jeroen van Dinther, Delane en Mark van zwom de derde tijd. De 4 x 50 vrij met Shirley, Demi (twee seconden onder haar pr zwom) Lara en Aniek werd tweede. Delane, Luc, Martij en Jeroen van Dinther eindigden als derde op de 4 x 50 vrij. Tot slot stond het spektakelstuk van de middag op het programma, de 8 x 50 vrij met vier zwemmers en vier zwemsters van verschillende leeftijden. Neptunus '58 bracht twee teams op de been. Jeroen van Dinther, Amy Heeren, Delane Lathouwers, Shirley Voets, Mark van Dinther, Anouk van Lokven, Jeroen Trimbach en Sandra Schellekens werden derde en het tweede team met Martijn Eickmans, Isa vd Ven, Luc vd Loo, Aniek Pennings, Macs vd Doelen, Esra Pennings, Arno van Os en Manissa vd Brand werd vierde. Beide teams bleven een fractie boven hun inschrijftijd, maar dat voor sommige zwemmers was deze estafette al hun vijfde start in ongeveer twee uur tijd. Uiteindelijk is Neptunus '58 geëindigd op een achtste plaats van twintig verenigingen in Zeeland, Noord-Brabant en Limburg. Hierdoor zal Neptunus '58 ook volgend seizoen uitkomen in de D2-competitie.

## ***Swimcup 7 t/m 10 april in Eindhoven (50)***

Van donderdag 7 tot en met zondag 10 april werd in Eindhoven de Swimcup gehouden. Dit is een groot internationaal toernooi, met vrijwel de complete Nederlandse top, die zich kon kwalificeren voor de Wereldkampioenschappen. Voor de vier zwemmers van Neptunus '58 waren de doelen ervaring opdoen in het zwemmen van een grote wedstrijd in een 50-meterbad en het zwemmen van persoonlijke records. Shirley opende met de 200 vrij. Na 100 meter lag ze nog zo'n twee seconden voor op het schema ten tijde van haar pr-race, maar daarna zakte het tempo iets in. Haar eindtijd was 0.1 seconde sneller dan haar oude pr in het 50-meterbad en biedt goede leerpunten voor de Brabantse Kampioenschappen over iets meer dan een maand in hetzelfde bad. Op de 100 vlinder bleef ze slechts een halve tel boven haar beste tijd uit het 50-meterbad. Shirley zwom haar beste 200 rug een jaar geleden tijdens de Brabantse Kampioenschappen, en dus was een pr het doel. Al vanaf het begin lag ze voor op dat schema, en dus kwam er een mooie verbetering op de klokken: ze was drie seconden sneller dan in mei 2010. Deze tijd betekende tevens een verbetering van het clubrecord. Op de 50 vrij scherpte ze haar beste tijd in het 50-meterbad aan met 0.32 seconde. Sandra Schellekens verbeterde haar persoonlijke record in het 50-meterbad op de 50 vlinder met bijna twee

seconden en bleef slechts 0.03 seconde boven haar beste tijd in het 25-meterbad. Op de dubbele afstand was ze twee seconden sneller dan haar beste tijd ooit (uit het 25-meterbad) en ze was drie seconden sneller dan haar pr uit het 50-meterbad. Op de 50 vrij bleef ze een tiende van een seconde boven haar pr en ook op de 800 vrij was ze al ooit sneller. Roel vd Kleij verbeterde zijn beste tijd op de 50 rug in het 50-meterbad met twee tellen. Op de 100 vlinder bleef hij nog geen seconde boven zijn pr uit het 50-meterbad van vier jaar geleden. Op de 50 vrij bleef hij slechts een halve tel boven zijn beste tijd. Mark van Dinther was de vierde zwemmer die het water in dook. Op de 200 vrij ging hij de eerste 50 meter goed af, maar daarna liep het iets minder, waardoor zijn eindtijd dan ook geen nieuw pr voor het 50-meterbad was. Op de 50 vrij bleef hij 0.3 seconde boven zijn beste tijd.

### ***Master 10 april in Deurne***

Zondagmiddag 10 april heeft Sandra Schellekens in Deurne meegedaan aan een masterwedstrijd. Op de 100 vlinder verbeterde ze haar slechts één dag oude persoonlijke record met 0.18 seconde en verbeterde daarmee tevens haar eigen masterrecord met ruim 6 tellen. Op de 50 vlinder bleef ze slechts 0.02 seconde boven haar pr, maar verbeterde ze wel haar masterrecord met een seconde. Op de 25 rug en 25 vrij bleef ze boven haar beste tijd.

### ***Speedo 17 april in Boxtel***

24 persoonlijke records, dat is het resultaat van de laatste Speedo-wedstrijd van dit seizoen. Na een middagje zweten (voor publiek, officials en coaches) kon de geweldige eindscore opgemaakt worden. De tien zwemmers hebben allemaal minstens twee persoonlijke records gezwommen. Topscoorder was Bas Bozelie, met maar liefst vier pr's (uit twee starts). De middag begon met de 50 vrij van Wessel Verhoeven. Hij verbeterde zijn pr met een volle seconde, maar dat bleek helaas de vierde plaats waard. Daarna zwommen Pim de Crom en Bas Bozelie de 100 wissel. Pim verbeterde zijn pr met 5,5 seconde en veroverde daarmee de bronzen medaille. Bas kende een uitstekend debuut, met goede keerpunten en vooral zijn erg mooie ligging op de rugslag valt op bij hem (misschien het gevolg van drie synchroonzwemsters in het gezin?). Bas tikte als negende aan. Vervolgens was het de beurt aan de junioren. De meiden begonnen met de 200 meter wissel. Anouk van Os maakte een foutje bij het rugcrawlkeerpunt, maar blijkbaar hadden de officials ook last van de warmte, want ze hadden het niet gezien. Een mazzeltje dus voor Anouk. Uiteindelijk tikte ze als tiende aan en verbeterde ze haar persoonlijke record met een seconde. Isa vd Ven werd vijfde en verbeterde haar toptijd met vijftien seconden. De jongens begonnen met de 200 vrij. Luc en Tom vd Loo maakten, net als Bas, hun debuut in de Speedo-ploeg, en deden dat met verve. Luc ging erg snel van start, en kwam er na 75 meter achter dat 200 meter toch best ver is. Hij nam wat gas terug, wat een goede zet bleek, want uiteindelijk verbeterde hij zijn pr met ruim elf seconden. Tom zwom ook een mooie race en was na 200 meter 22 seconden sneller dan twee maanden geleden. Een geweldige progressie dus! Luc werd negende en Tom twaalfde. In de serie daarna kwamen de andere drie zwemmers aan de start: Jeroen van Dinther, Delane Lathouwers en Martijn

Eickmans. Delane ging zoals verwacht hard van start, maar Jeroen liet zich daardoor niet gek maken en zwom zijn eigen race. Na zes banen zwom hij Delane voorbij, maar die liet dat niet op zich zitten en knokte voor wat hij waard was. Daardoor zwom Jeroen twee en Delane drie tellen sneller dan ooit. Jeroen werd zesde en Delane zevende. Martijn zwom in de luwte ook een geweldige race, met een verbeterde van zijn pr op de 100 vrij met twee seconden. Na 200 meter was hij zeven seconden sneller dan ooit en werd achtste.

Na een korte jurywissel stond voor Wessel de 200 wissel op het programma. Twee maanden geleden zwom hij deze afstand voor het eerst en hij was nu maar liefst 25 seconden sneller dan toen. Een geweldige verbetering, waarmee hij de vijfde plaats behaalde. Toen kwam de langste afstand van de middag, de 400 meter vrije slag. Een heel eind, zeker voor Pim en Bas die pas elf jaar oud zijn! Beiden durfden het aan, complimenten daarvoor alleen al! Pim ging als een speer en via een verbetering van zijn pr op de 200 meter (met negen seconden) eindigde hij met 6.27 ruim binnen de zeven minuten, wat hij van plan was. Bas had als streeftijd tien minuten, maar bleef daar maar liefst twee minuten onder. Na 100 meter was hij al twee seconden sneller dan ooit en ging daarna stug door, waardoor hij zijn pr op de 200 vrij met negentien tellen verbeterde. Beide jongens hebben het super gedaan, en Bas kreeg zelfs nog applaus van de scheidsrechter. Anouk en Isa zwommen daarna de 200 vrij. Ze zwommen allebei 3,5 seconde sneller dan ooit. Isa werd daarmee negende en Anouk dertiende. Tot slot de 200 wissel voor jongens. Luc zwom deze afstand voor het eerst, maar dat was niet aan hem te zien. Hij ging als een speer en bracht een mooie eindtijd op de klokken. Tom zwom de 200 wissel wel al eerder, maar hij verpulverde zijn één jaar oude pr met maar liefst 26 seconden. Martijn was twee seconden sneller dan in januari dit jaar en Jeroen verbeterde zijn pr met bijna een seconde. Delane is gediskwalificeerd (hij maakte een fout keerpunt van rug naar school) maar zwom 22 tellen sneller dan ooit. Jeroen werd zesde, gevolgd door Martijn en Luc (zevende en achtste). Tom eindigde als tiende.

### ***Limiet 24 april in Breda (50)***

Zondag 24 april hebben Rachel Brunnen en Sandra Schellekens meegedaan aan een limietwedstrijd in het 50-meterbad in Breda. Rachel zwom pas haar tweede wedstrijd in het 50-meterbad. Als eerste kwam ze uit op de 50 vrij. De starter had er blijkbaar zin in, want hij floot al terwijl de zwemsters nog maar amper op het startblok stonden. Toch wist Rachel haar pr (uit het 25-meterbad!) van januari dit jaar met een volle seconde scherper te stellen. Vrij snel daarna volgde de 50 school. Het was de eerste keer dat ze deze afstand zwom, en dus betekende de eindtijd een pr voor het 50-meterbad. Tot slot zwom ze de 100 vlinder. Het was anderhalf jaar geleden dat ze deze afstand voor het laatst zwom. Helaas bleef ook op deze afstand, net als op de 50 school, haar brilletje niet gewoon op zijn plaats zitten. Rachel zwom wel stug door en verbeterde daardoor haar persoonlijke toptijd met maar liefst twaalf seconden! Sandra zwom allereerst de 50 rug, waarop ze haar pr uit het 50-meterbad met de kleinst mogelijk marge, 0.01 seconde, verbeterde. Aan het einde van de wedstrijd zwom Sandra nog de 400 vrij. Ze eindigde een seconde boven haar snelste tijd van een jaar geleden.

# ONDER DE KEP

Het seizoen zit er weer bijna op. Nog een paar bekerwedstrijden en dan begint de zomerstop. En dat betekent dat de trainingen in de Molen Hey bijna afgelopen zijn en er weer getraind gaat worden in het buitenbad van Sint-Michielsgestel.



De dames zijn zondag 10 april in eigen huis kampioen geworden en zijn daarmee gepromoveerd naar de bondsklasse. Ook Heren 1 (tweede plaats) komt volgend seizoen in de bondsklasse uit. Op dit moment wordt er druk overlegd hoe de teams er volgend seizoen uit zullen zien en wanneer iedereen kan gaan trainen. Dus hoewel er nog wedstrijden gespeeld moeten worden, wordt er ook al vooruit gekeken.

## Eindstand

| District 5 Heren 1 |                    | gesp      | gew       | gel      | verl     | pnt       | voor       | tegen      | saldo     | straf    |
|--------------------|--------------------|-----------|-----------|----------|----------|-----------|------------|------------|-----------|----------|
| 1                  | Hieronymus 1       | 22        | 19        | 2        | 1        | 59        | 222        | 110        | 112       | 0        |
| <b>2</b>           | <b>SWNZ (SG) 1</b> | <b>22</b> | <b>14</b> | <b>5</b> | <b>3</b> | <b>47</b> | <b>176</b> | <b>107</b> | <b>69</b> | <b>0</b> |
| 3                  | SBC-2000 2         | 22        | 14        | 2        | 6        | 44        | 178        | 138        | 40        | 0        |
| 4                  | Nueneen 1          | 22        | 13        | 4        | 5        | 43        | 188        | 130        | 58        | 0        |
| 5                  | Argo 1             | 22        | 10        | 1        | 11       | 31        | 165        | 171        | -6        | 0        |
| 6                  | DIO 1              | 21        | 9         | 3        | 9        | 30        | 141        | 126        | 15        | 0        |
| 7                  | BZ&PC 1            | 21        | 8         | 2        | 11       | 26        | 141        | 151        | -10       | 0        |
| 8                  | Aquamigos 1        | 22        | 7         | 4        | 11       | 25        | 122        | 126        | -4        | 0        |
| 9                  | Nayade Classic 2   | 22        | 7         | 2        | 13       | 23        | 97         | 124        | -27       | 0        |
| 10                 | De Stormvogel 2    | 22        | 6         | 2        | 14       | 20        | 108        | 161        | -53       | 0        |
| 11                 | Arethusa 2         | 22        | 6         | 2        | 14       | 20        | 132        | 205        | -73       | 0        |
| 12                 | Hellas-Glana 2     | 22        | 2         | 3        | 17       | 9         | 118        | 239        | -121      | 0        |

| District 5 Heren 2A |                     | gesp      | gew      | gel      | verl      | pnt       | voor      | tegen      | saldo       | straf    |
|---------------------|---------------------|-----------|----------|----------|-----------|-----------|-----------|------------|-------------|----------|
| 1                   | PSV/Bekkers Auto. 4 | 22        | 20       | 0        | 2         | 60        | 302       | 117        | 185         | 0        |
| 2                   | De Dokkelaers 1     | 22        | 15       | 0        | 7         | 45        | 154       | 106        | 48          | 0        |
| 3                   | De Warande 3        | 22        | 14       | 0        | 8         | 42        | 178       | 141        | 37          | 0        |
| 4                   | De Krabben 1        | 22        | 13       | 1        | 8         | 40        | 182       | 143        | 39          | 0        |
| 5                   | Njord 4             | 22        | 12       | 2        | 8         | 38        | 167       | 138        | 29          | 0        |
| 6                   | Aquamigos 2         | 22        | 12       | 3        | 7         | 36        | 174       | 151        | 23          | 3        |
| 7                   | TRB/RES 1           | 22        | 10       | 1        | 11        | 31        | 150       | 169        | -19         | 0        |
| 8                   | Zeester-Meerval 1   | 22        | 8        | 2        | 12        | 26        | 155       | 167        | -12         | 0        |
| 9                   | De Vennen 2         | 22        | 8        | 1        | 13        | 25        | 123       | 137        | -14         | 0        |
| 10                  | DBD 2               | 22        | 5        | 2        | 15        | 17        | 113       | 197        | -84         | 0        |
| 11                  | Njord 3             | 22        | 5        | 1        | 16        | 16        | 113       | 166        | -53         | 0        |
| <b>12</b>           | <b>SWNZ (SG) 2</b>  | <b>22</b> | <b>3</b> | <b>1</b> | <b>18</b> | <b>10</b> | <b>99</b> | <b>278</b> | <b>-179</b> | <b>0</b> |

| <i>District 5 Heren 4B</i> |                    | <b>gesp</b> | <b>gew</b> | <b>gel</b> | <b>verl</b> | <b>pnt</b> | <b>voor</b> | <b>tegen</b> | <b>saldo</b> | <b>straf</b> |
|----------------------------|--------------------|-------------|------------|------------|-------------|------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| 1                          | De Vennen 4        | 16          | 15         | 1          | 0           | 46         | 132         | 45           | 87           | 0            |
| 2                          | TRB/RES 2          | 16          | 13         | 0          | 3           | 39         | 104         | 52           | 52           | 0            |
| 3                          | Gorgo 2            | 16          | 10         | 0          | 6           | 30         | 114         | 98           | 16           | 0            |
| 4                          | BZ&PC 2            | 16          | 9          | 0          | 7           | 27         | 97          | 76           | 21           | 0            |
| 5                          | Nautilus 1         | 16          | 7          | 1          | 8           | 22         | 90          | 104          | -14          | 0            |
| 6                          | Thalassa 3         | 16          | 7          | 0          | 9           | 21         | 90          | 110          | -20          | 0            |
| <b>7</b>                   | <b>SWNZ (SG) 3</b> | <b>16</b>   | <b>4</b>   | <b>2</b>   | <b>10</b>   | <b>14</b>  | <b>65</b>   | <b>104</b>   | <b>-39</b>   | <b>0</b>     |
| 8                          | DBD 3              | 16          | 3          | 1          | 12          | 7          | 97          | 136          | -39          | 3            |
| 9                          | Aquamigos 4        | 16          | 1          | 1          | 14          | 4          | 81          | 145          | -64          | 0            |

| <i>District 5 Dames 1</i> |                     | <b>gesp</b> | <b>gew</b> | <b>gel</b> | <b>verl</b> | <b>pnt</b> | <b>voor</b> | <b>tegen</b> | <b>saldo</b> | <b>straf</b> |
|---------------------------|---------------------|-------------|------------|------------|-------------|------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>1</b>                  | <b>SWNZ (SG) 1</b>  | <b>22</b>   | <b>19</b>  | <b>2</b>   | <b>1</b>    | <b>59</b>  | <b>254</b>  | <b>93</b>    | <b>161</b>   | <b>0</b>     |
| 2                         | Nayade 1            | 22          | 18         | 3          | 1           | 57         | 161         | 70           | 91           | 0            |
| 3                         | PSV/Bekkers Auto. 2 | 22          | 15         | 1          | 6           | 46         | 219         | 113          | 106          | 0            |
| 4                         | Njord 2             | 20          | 11         | 2          | 7           | 35         | 140         | 136          | 4            | 0            |
| 5                         | De Vennen 1         | 22          | 10         | 3          | 9           | 33         | 139         | 146          | -7           | 0            |
| 6                         | De Treffers 1       | 20          | 10         | 1          | 9           | 31         | 148         | 134          | 14           | 0            |
| 7                         | Hieronymus 1        | 22          | 8          | 2          | 12          | 26         | 136         | 178          | -42          | 0            |
| 8                         | Hellas-Glana 1      | 20          | 7          | 1          | 12          | 22         | 120         | 163          | -43          | 0            |
| 9                         | Lutra 1             | 21          | 6          | 4          | 11          | 22         | 87          | 118          | -31          | 0            |
| 10                        | TRB/RES 2           | 22          | 6          | 0          | 16          | 18         | 128         | 191          | -63          | 0            |
| 11                        | Aquamigos 1         | 22          | 4          | 5          | 13          | 17         | 80          | 132          | -52          | 0            |
| 12                        | Nayade Classic 1    | 21          | 2          | 0          | 19          | 6          | 69          | 207          | -138         | 0            |

| <i>District 5 Aspiranten &lt;15 2</i> |                       | <b>gesp</b> | <b>gew</b> | <b>gel</b> | <b>verl</b> | <b>pnt</b> | <b>voor</b> | <b>tegen</b> | <b>saldo</b> | <b>straf</b> |
|---------------------------------------|-----------------------|-------------|------------|------------|-------------|------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| 1                                     | Zeester-Meerval GC1   | 17          | 16         | 1          | 0           | 49         | 225         | 42           | 183          | 0            |
| <b>2</b>                              | <b>SWNZ (SG) GC1</b>  | <b>18</b>   | <b>14</b>  | <b>2</b>   | <b>2</b>    | <b>44</b>  | <b>176</b>  | <b>45</b>    | <b>131</b>   | <b>0</b>     |
| 3                                     | DZT'62 GC1            | 18          | 12         | 0          | 6           | 36         | 119         | 99           | 20           | 0            |
| 4                                     | Hellas-Glana GC1      | 18          | 6          | 1          | 11          | 19         | 76          | 124          | -48          | 0            |
| 5                                     | PSV/Bekkers Auto. GC1 | 18          | 5          | 3          | 10          | 18         | 61          | 124          | -63          | 0            |
| 6                                     | Aegir GC1             | 18          | 3          | 2          | 13          | 11         | 51          | 150          | -99          | 0            |
| 7                                     | De Rog GC1            | 17          | 1          | 1          | 15          | 4          | 80          | 204          | -124         | 0            |

| <i>District 5 Pupillen &lt;13 2</i> |                       | <b>gesp</b> | <b>gew</b> | <b>gel</b> | <b>verl</b> | <b>pnt</b> | <b>voor</b> | <b>tegen</b> | <b>saldo</b> | <b>straf</b> |
|-------------------------------------|-----------------------|-------------|------------|------------|-------------|------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| 1                                   | TRB/RES GD1           | 20          | 20         | 0          | 0           | 60         | 188         | 40           | 148          | 0            |
| 2                                   | Zeester-Meerval GD1   | 20          | 18         | 0          | 2           | 54         | 154         | 51           | 103          | 0            |
| 3                                   | Aquamigos GD2         | 20          | 16         | 0          | 4           | 48         | 157         | 47           | 110          | 0            |
| 4                                   | PSV/Bekkers Auto. GD1 | 20          | 14         | 0          | 6           | 42         | 136         | 64           | 72           | 0            |
| 5                                   | De Treffers GD1       | 20          | 11         | 1          | 8           | 34         | 77          | 90           | -13          | 0            |
| 6                                   | Njord GD1             | 19          | 8          | 1          | 10          | 25         | 54          | 117          | -63          | 0            |
| 7                                   | Arethusa GD1          | 20          | 7          | 0          | 13          | 21         | 92          | 114          | -22          | 0            |
| 8                                   | Argo GD2              | 20          | 6          | 1          | 13          | 19         | 115         | 139          | -24          | 0            |
| 9                                   | Aquamigos GD1         | 20          | 3          | 1          | 16          | 10         | 50          | 156          | -106         | 0            |
| 10                                  | DBD GD1               | 20          | 3          | 0          | 17          | 9          | 46          | 127          | -81          | 0            |
| <b>11</b>                           | <b>SWNZ (SG) GD2</b>  | <b>19</b>   | <b>1</b>   | <b>0</b>   | <b>18</b>   | <b>3</b>   | <b>28</b>   | <b>152</b>   | <b>-124</b>  | <b>0</b>     |

| District 5 Pupillen <13 3 |                      |           | gew       | gel      | verl     | pnt       | voor      | tegen     | saldo     | straf    |
|---------------------------|----------------------|-----------|-----------|----------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|
| 1                         | Hellas-Glana GD1     | 15        | 15        | 0        | 0        | 45        | 153       | 23        | 130       | 0        |
| 2                         | Merlet GD1           | 16        | 13        | 0        | 3        | 39        | 102       | 44        | 58        | 0        |
| 3                         | DBD GD2              | 16        | 12        | 1        | 3        | 37        | 92        | 52        | 40        | 0        |
| <b>4</b>                  | <b>SWNZ (SG) GD1</b> | <b>16</b> | <b>10</b> | <b>0</b> | <b>6</b> | <b>30</b> | <b>68</b> | <b>44</b> | <b>24</b> | <b>0</b> |
| 5                         | Argo GD1             | 16        | 7         | 0        | 9        | 21        | 73        | 95        | -22       | 0        |
| 6                         | DZT'62 GD1           | 15        | 3         | 2        | 10       | 11        | 53        | 112       | -59       | 0        |
| 7                         | Spio GD1             | 15        | 3         | 0        | 12       | 9         | 52        | 113       | -61       | 0        |
| 8                         | De Punderman GD1     | 16        | 2         | 2        | 12       | 8         | 48        | 108       | -60       | 0        |
| 9                         | Brunssum GD1         | 15        | 2         | 1        | 12       | 7         | 42        | 92        | -50       | 0        |

| District 5 Pupillen <11 2 |                       | gesp      | gew       | gel      | verl     | pnt       | voor       | tegen     | saldo     | straf    |
|---------------------------|-----------------------|-----------|-----------|----------|----------|-----------|------------|-----------|-----------|----------|
| 1                         | Zeester-Meerval GE1   | 20        | 20        | 0        | 0        | 60        | 219        | 28        | 191       | 0        |
| 2                         | Argo GE1              | 20        | 13        | 2        | 5        | 41        | 153        | 79        | 74        | 0        |
| 3                         | Arethusa GE1          | 19        | 12        | 4        | 3        | 40        | 177        | 70        | 107       | 0        |
| 4                         | Aquamigos GE2         | 20        | 13        | 0        | 7        | 39        | 160        | 72        | 88        | 0        |
| <b>5</b>                  | <b>SWNZ (SG) GE1</b>  | <b>19</b> | <b>11</b> | <b>1</b> | <b>7</b> | <b>34</b> | <b>144</b> | <b>99</b> | <b>45</b> | <b>0</b> |
| 6                         | Njord GE1             | 19        | 11        | 1        | 7        | 34        | 137        | 82        | 55        | 0        |
| 7                         | Lutra GE1             | 18        | 9         | 2        | 7        | 29        | 88         | 58        | 30        | 0        |
| 8                         | TRB/RES GE2           | 20        | 6         | 0        | 14       | 18        | 54         | 154       | -100      | 0        |
| 9                         | Hellas-Glana GE1      | 19        | 4         | 0        | 15       | 12        | 81         | 168       | -87       | 0        |
| 10                        | Aquamigos GE1         | 20        | 3         | 0        | 17       | 9         | 57         | 198       | -141      | 0        |
| 11                        | PSV/Bekkers Auto. GE2 | 20        | 0         | 0        | 20       | 0         | 17         | 279       | -262      | 0        |

## P's en D's

Nu het competitie seizoen ten einde is, kan ook de balans wat betreft P's en D's opgemaakt worden.

In totaal werd er dit keer 1087 keer gescoord. Verder werden er dit seizoen 515 persoonlijke fouten gemaakt. Vooral de heren maken veel fouten, want de eerste dame, Jolijn vd Schoot, volgt pas op plaats dertien. De top 10 is als volgt (doelpunten en persoonlijke fouten kunnen behaald zijn tijdens het spelen voor meerdere teams!):

### Doelpunten

|     |                   |    |
|-----|-------------------|----|
| 1.  | Melissa vd Schoot | 78 |
| 2.  | Wessel Verhoeven  | 52 |
| 3.  | Anita Engels      | 48 |
| 3.  | Bram van Hulst    | 48 |
| 5.  | Pepijn Six        | 46 |
| 6.  | Mandy Huijsmans   | 43 |
| 7.  | Jolijn vd Schoot  | 41 |
| 8.  | Matej Mioc        | 40 |
| 9.  | Thomas Spit       | 37 |
| 10. | Maikel Knijf      | 36 |

### Persoonlijke fouten

|     |                  |    |
|-----|------------------|----|
| 1.  | Matej Mioc       | 23 |
| 2.  | Daan Hermes      | 22 |
| 3.  | Tico Hartman     | 21 |
| 4.  | Patrick Janssen  | 18 |
| 4.  | Maarten Leemput  | 18 |
| 6.  | Virgi van Liempd | 17 |
| 7.  | Toine Hamers     | 16 |
| 7.  | Andrej Mioc      | 16 |
| 9.  | Luuk Leering     | 15 |
| 10. | Thomas Spit      | 14 |

# NEPTUNUS '58 PUZZEL

Familie van Boxtel heeft voor Neptunus '58 een erg leuke puzzel in elkaar gezet. En nu maar kijken hoe snel jullie die kunnen oplossen.

## Neptunus Woordzoeker

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

### Zoek de volgende woorden:

synchroon, wedstrijd, waterpolo, zwemmen, reddend, badpak,  
badmuts, bikini, zwembroek, zwemvaardigheid, neptunus,  
molenheide, balvaardigheid, leuk, diploma, schoolslag, crawl,  
figuren, vlinderslag, duiken, show, tribune, muziek,  
gezellig, plezier, drietand, master, vierdaagse,  
activiteiten, kamp, vrijwilligers, club

Als je alle woorden hebt weggestreept vormen de overige letters een zin!  
Weet jij welke zin het is?