

DE DRIETAND

Jaargang 14, nummer 2

oktober 2007

REDACTIONEEL

Het zwemseizoen is al weer volop begonnen en alle afdelingen hebben al een paar weken getraind. Binnenkort zien jullie weer verslagen van wedstrijden, diplomasesies en andere activiteiten. Een van deze activiteiten is de GROTE CLUBactie waarvoor wij speciaal jullie aandacht vragen. Door loten te verkopen help je de vereniging en kun je een leuk centje bijverdienen. Heb jij jouw familie en burens ook al gevraagd of ze bij jou een lot willen kopen?

In de herfstvakantie kunnen jullie samen met je ouders, broers en zussen meedoen met de zwem4daagse. Lees er snel over in deze De Drietand.

De afdelingen wedstrijdzwemmen en zwemmend redden waren ook actief in de zomervakantie. Mooie verhalen hebben ze erover geschreven. Van de afdeling zwemvaardigheidzwemmen een uitleg over de diplomastructuur.

Bij deze De Drietand wordt als bijlage de jaaragenda aangeleverd, waarop alle trainingen van de afdelingen van Neptunus'58 staan. Bewaar deze jaaragenda goed. In De Drietand worden onder het hoofdstuk AGENDA telkens de activiteiten van de komende maanden geplaatst.

De redactie wenst jullie veel zwemplezier toe!

De redactie			Redactieadres 
Roy Bruggeman	Brucknerstraat 9	5494272	Pastoor Dondersstraat 44 5482 JW Schijndel E-mail: femke.wilhelm@home.nl en drietand@touche.demon.nl
Jan vd Heijden	Lijsterbeslaan 82	5476501	
Femke vd Hoeven	Rukven 3 Heeswijk	0413-229467	

Bankrekeningnr ABN AMRO: 4703.09.199 tnv penningmeester Neptunus'58

Website: <http://neptunus58schijndel.web-log.nl/>

kopij inleveren voor **19 oktober** bij een van de redactieleden of per E-mail

VAN HET BESTUUR

DE GROTE CLUBACTIE

Zoals jullie gemerkt hebben is de grote clubactie intussen van start gegaan. De zwemmers van alle afdelingen hebben informatie ontvangen, via de mail of via een boekje met uitleg. En we hebben gehoord dat er al leden zijn die heel veel loten hebben verkocht.

Maar we hebben ook wat vragen gekregen. En daarom willen we hier een aantal dingen nog eens heel duidelijk maken. Maar eerst nog even het volgende:

Vergeet niet jezelf te registreren op www.KIDZONELY.nl . Dan kun je nog leuke prijzen verdienen met de landelijke acties.

Van wanneer tot wanneer mag ik langs de deuren om loten te verkopen?

Vanaf 15 september mag je beginnen met de verkoop van loten aan de deur. Om alle loten nog op tijd bij de juiste mensen te krijgen heeft Neptunus '58 de uiterste verkoopdatum op 27 oktober vastgesteld.

Ik heb mijn boekje al helemaal vol staan met verkochte loten? Hoe kom ik aan een nieuw boekje want ik wil nog meer loten verkopen.

Je kunt dit zelf downloaden op de site van de grote clubactie <http://www.clubactie.nl/sf.mcgi?3134> Let op dat je het formulier voor contante verkoop kiest. Op deze pagina zijn ook de deurzegels en bedankbriefjes te vinden. Natuurlijk kun je ook even bellen met Harrie van Herpen of Roy Bruggeman.

Hoe en wanneer krijg ik de loten die ik heb verkocht?

Deze worden na 7 oktober aan jullie afgegeven tijdens de lessen en trainingen, als je tenminste je volle boekje hebt ingeleverd.

Wat doet Neptunus'58 met het geld dat we zo binnenhalen?

Dit geld wordt gebruikt voor het vervangen van materiaal, het kamp, activiteiten buiten het zwembad, het 50-jarig bestaan van Neptunus '58, en nog veel meer zaken waaraan de club moet betalen. Hoofddoel voor dit geld is dat het uiteindelijk ten goede komt aan de jeugdleden.

Op de kaartjes staat dat mensen alleen via SMS kunnen weten of ze prijs hebben? Is dat ook zo? Niet iedereen heeft een mobiele telefoon?

Nee, het SMSje is een extra service, de volledige trekking is na 22 november te vinden op de website en in een aantal grote landelijke dagbladen.

Mijn vriend(in) die bij een andere sportclub zit, zegt dat ze niets krijgt als ze loten verkoopt? Bij ons is dat toch wel zo?

Ja zeker. Dit hebben wij als club zelf geregeld, hierdoor komt het geld dus direct ten goede aan de leden zelf. De leden die zich het best inzetten krijgen ook het meest profijt. Zeg maar tegen je vriendin dat ze ook voor onze club loten kan gaan verkopen.

DE ZWEMVIERDAAGSE

Hij komt er weer aan, die gave zwemweek !!

Van 22 t/m 26 oktober (tijdens de herfstvakantie) zal in zwem- en recreatiecentrum 'De Molen Hey' aan de Avantilaan 1 te Schijndel weer de Nationale Zwemvierdaagse worden georganiseerd. Van maandag tot en met donderdag tussen 17.30 uur en 19.30 uur en op vrijdag tussen 17.30 uur en 19.00 uur kan er gezwommen worden.

Jullie moeten gedurende vier dagen 250 of 500 meter per dag zwemmen, waarna jullie een schitterende medaille ontvangen. De 250 meter mag afgelegd worden door kinderen tot en met 12 jaar en door deelnemers vanaf 40 jaar. De 500 meter dient door de overigen te worden afgelegd.

Je bent vrij in de zwemslag die je wilt zwemmen en je mag net zoveel wisselen als je wilt. Even uitrusten in het water mag!

De inschrijving is mogelijk voor iedereen die kan zwemmen. Vanaf 8 oktober is een inschrijfformulier te verkrijgen bij 'De Molen Hey' tijdens de openingsuren. De kosten zijn € 7,80 en voor kinderen tot en met 12 jaar € 5,80 en dienen voldaan te worden bij de inlevering van het inschrijfformulier.

Ook dit jaar wordt er weer een Spettervierdaagse georganiseerd. Hieraan kunnen jonge kinderen (vanaf 4 jaar) deelnemen die nog zwemdiploma hebben en waarvan één of meerdere ouders/verzorgers deelnemen aan de Zwemvierdaagse. Onder begeleiding kunnen zij zich vermaken in het instructiebad. Op het einde van de Spettervierdaagse ontvangen ze een speciale Spettervierdaagse-medaille. De kosten voor deelname aan de Spettervierdaagse bedragen € 2,80.

Sponsoring Ronald Mc Donald Centre Only Friends

Zwemmen is gezellig en gezond. Maar voor kinderen met een handicap is het niet zo vanzelfsprekend om naar een zwembad te gaan, of om samen te sporten en te spelen. Speciaal voor deze kinderen komt in Amsterdam het Ronald McDonald Centre Only Friends, het eerste sport- en spelcentrum voor kinderen met een handicap ter wereld.

Nu al kunnen jongens en meisjes met een handicap voetballen en handballen bij de vereniging Only Friends. Straks komen daar veel meer sporten bij. Ook zwemmen. Maar de bouw van een zwembad kost veel geld. Jij kunt een handje helpen. Want de opbrengst van het sponsorzwemmen gaat dit jaar naar het Ronald McDonald Centre Only Friends. Iedere deelnemer aan de Zwemvierdaagse kan een sponsorkaart krijgen. Vraag kennissen, burens en/of familieleden om te sponsoren. Vul de sponsorkaart in en lever deze samen met het sponsorgeld tijdens de Zwemvierdaagse in. Als dank ontvang je een leuke attentie
We hopen dat jullie dit jaar ook weer van de partij zullen zijn!

Groetjes van Ronnie van Berlo, Sandra Schellekens en Bernadette van Vlaanderen.

Toelichting op deelname aan de Nationale Zwemvierdaagse

- Deelnemers mogen vier avonden zwemmen. De Nationale Zwemvierdaagse vindt plaats in de herfstvakantie van maandag tot en met donderdag van 17.30 uur tot 19.30 uur en op vrijdag van 17.30 uur tot 19.00 uur.
- Tijdens deze uren is met vrij te komen wanneer men wil.
- Er dient echter rekening gehouden te worden met een eventuele wachttijd.
- Inschrijving is mogelijk aan de balie van het zwembad vanaf 8 oktober. Op maandag en dinsdag tijdens de zwemvierdaagse kan er ook ingeschreven worden.
- Iedere deelnemer verplicht zich op de aangegeven dagen 500 meter af te leggen. Dit betekent 20 banen.
- Deelnemers tot en met 12 jaar of 40 jaar en ouder mogen volstaan met een afstand van 250 meter. Dit betekent 10 banen.
- De deelnemers laten voor de dagelijkse start van de zwemafstand de startkaart achter bij de controle. Na afloop krijgt men de gestempeld kaart terug.
- De zwemafstand mag onderbroken worden, het water mag echter niet verlaten worden.
- Deelnemers ontvangen na 4 keer zwemmen een medaille.
- Nieuwe deelnemers ontvangen een bronzen medaille.
- Deelnemers die reeds een medaille verdienden in een Nationale Zwemvierdaagse komen in aanmerking voor de daaropvolgende medaille.
- Kinderen zonder A-diploma vanaf 4 jaar (waarvan één of meerdere ouders/verzorgers deelnemen aan de Zwemvierdaagse) kunnen meedoen aan de Spettervierdaagse. De kinderen moeten eventueel zelf vleugeltjes meenemen. Ook zij ontvangen een medaille.
- Uit organisatorische en veiligheidsoverwegingen kunnen helaas geen toeschouwers in het bad toegelaten worden.

INSCHRIJFFORMULIER Nationale Zwemvierdaagse

Naam: M/V
 Leeftijd:jaar Adres:
 Postcode:..... Woonplaats:

zal deelnemen aan de Nationale Zwemvierdaagse te Schijndel, die zal worden gehouden van 22 t/m 26 oktober 2007 in het Zwem- en Recreatiecentrum De Molen Hey, Avantilaan 1.

Hij/zij zal gedurende vier dagen de gestelde afstand zwemmen en de aanwijzingen van de organisatie in acht nemen.

0 neemt deel aan de Spettervierdaagse voor kinderen vanaf 4 jaar zonder A-diploma, waarvan een of meerdere ouders/verzorgers deelnemen aan de Zwemvierdaagse.

Hij/zij wenst in aanmerking te komen voor de volgende medaille # (niet voor deelnemers Spettervierdaagse):

- | | | | | | |
|-----------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|
| 0 brons | 0 goud 8 | 0 goud 15 | 0 goud 22 | 0 goud 29 | 0 goud 36 |
| 0 zilver | 0 goud 9 | 0 goud 16 | 0 goud 23 | 0 goud 30 | 0 goud 37 |
| 0 goud | 0 goud 10 | 0 goud 17 | 0 goud 24 | 0 goud 31 | 0 goud 38 |
| 0 goud 4 | 0 goud 11 | 0 goud 18 | 0 goud 25 | 0 goud 32 | 0 goud 39 |
| 0 goud 5 | 0 goud 12 | 0 goud 19 | 0 goud 26 | 0 goud 33 | 0 goud 40 |
| 0 goud 6 | 0 goud 13 | 0 goud 20 | 0 goud 27 | 0 goud 34 | 0 goud 41 |
| 0 goud 7 | 0 goud 14 | 0 goud 21 | 0 goud 28 | 0 goud 35 | 0 goud 42 |

aankruisen voor welke medaille men wenst te zwemmen

Voor de deelname is een bedrag van € 7,80 verschuldigd, voor kinderen tot en met 12 jaar € 5,80 en voor kinderen die deelnemen aan de Spettervierdaagse € 2,80. Dit dient bij inlevering van dit formulier voldaan te worden in het zwembad.

Tijdens de Zwemvierdaagse kunnen kinderen deelnemen aan de sponsoractie voor het

Ronald McDonald Centre Only Friends

Ik doe wel/niet mee aan de sponsoractie.

Schijndel, 2007 Handtekening:

Handtekening Meerderjarige:

RMF	NR

NIEUWE LEDEN

Moon van Asseldonk	Zwemvaardigheidzwemmen
Rein Bouwmans	Zwemvaardigheidzwemmen
Lieke van Boxtel	Synchroonzwemmen + Zwemvaardigheidzwemmen
Nika Bozelie	Synchroonzwemmen + Zwemvaardigheidzwemmen
Vera van Bruggen	Zwemvaardigheidzwemmen
Matthijs van Cleef	Zwemvaardigheidzwemmen
Geert vd Dungen	Zwemvaardigheidzwemmen
Marten Hanegraaf	Zwemvaardigheidzwemmen
Stijn Hanegraaf	Zwemvaardigheidzwemmen
Lars Heeren	Zwemvaardigheidzwemmen
Indy Jongman	Zwemvaardigheidzwemmen
Mark vd Laarschot	Masterzwemmen
Nadine van Schaik	Zwemvaardigheidzwemmen
Linn Verstappen	Zwemvaardigheidzwemmen

**ALLEEN OF IN GROEPEN
DICHTBIJ OF VERAFF,
VAN STARTER TOT ERVAREN...**

***Het duikreisburo
met de
mooiste bestemmingen!***

 TOERKOOP | Reisburo Columbus

Schijndel, Hoofdstraat 163
Sint-Michielsgestel, Nieuwstraat 1B

Telefoon 073-5498611
Telefoon 073-5517265

AGENDA OKTOBER - NOVEMBER

Wanneer wordt er niet gezwommen?

	in oktober	in november	in december
maandag	22	-	24, 31
dinsdag	23 tot 20.00 uur	-	4, 25
woensdag	24	-	5, 26
donderdag	25 tot 20.00 uur	-	6 (WZ), 27 (WZ)
vrijdag	-	-	-
zaterdag	20 (ZV, SZ)	-	22 (ZV, SZ), 29 (ZV, SZ)

Let goed op: als er achter een datum een () staat, dan wordt niet gezwommen bij deze afdeling, maar wel bij de andere afdelingen. SZ = synchroonzwemmen, WP = waterpolo, WZ = wedstrijdzwemmen, ZV = zwemvaardigheidzwemmen

Synchroonzwemmen (SZ)

30 september	competitiewedstrijd in Tilburg
4 november	competitiewedstrijd in Nieuwerkerk
25 november	competitiewedstrijd in Breda
?? november	diplomasessie aanloopdiploma's met STE

Wedstrijdzwemmen (WZ)

29 september	start- en keerpuntraining
30 september	D1 competitiewedstrijd in Schijndel
6 oktober	Training in de Tongelreep
7 oktober	Speedowedstrijd
13 oktober	Training in de Tongelreep
14 oktober	Recreantenwedstrijd in Vught
14 oktober	Limietwedstrijd in Veldhoven
20 oktober	Techniekwedstrijd in Oss
21 oktober	LAC in Deurne
28 oktober	Limietwedstrijd in Tilburg
3 november	Masters in Eindhoven
4 november	Limiet in Breda
10 november	Training Tongelreep
18 november	Limiet in Veldhoven
18 november	Kring Speedo Club Meet
24 november	Start- en keerpuntraining
25 november	D1 competitiewedstrijd in Boxtel

Zwemmend Redden (ZR)

20 oktober	EHaD wedstrijd voor senioren in Rosmalen
3 november	EHaD wedstrijd in Schijndel voor alle deelnemers aan de zomercursus

Zwemvaardigheidzwemmen (ZV)

3 oktober kijkmiddag woensdaggroep
6 oktober kijkmiddag zaterdaggroep
17 november afzwemmen snorkeldiploma's 1, 2 en 3

De broer/zus/vriend/vriendin + oudermeezwemdagen van 15 en 19 december worden dit jaar vervangen door een zeer bijzondere middag op 15 december, zowel voor de woensdag als voor de zaterdaggroep. Hou rekening met een hele middag spelplezier voor iedereen.

Zwemvierdaagse

22 t/m 26 oktober

Kamp

in juni 2007

INFORMATIE ZWEMVAARDIGHEID

STERZWEMMEN EN ZWEMVAARDIGHEID ZWEMMEN

Afgelopen jaar zijn er een heleboel kinderen geslaagd voor de sterrendiploma's. Zij gaan nu verder met het zwemvaardigheid zwemmen. Maar wat houdt dat nu in? Hieronder proberen we dat uit te leggen?

En natuurlijk zijn er ook nog een aantal kinderen die met het sterrendiploma's bezig zijn. Ook voor hen en hun ouders staat hieronder een beschrijving.

Als er na het lezen van dit stuk nog vragen zijn, kom dan even naar het bad toe en stel ons de vragen.

We starten met wat praktische informatie:

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

Bij de afdeling ster- en zwemvaardigheidzwemmen kun je heel veel diploma's halen. Die diploma's zijn in twee groepen ingedeeld:

1. Sterdiploma's
2. Zwemvaardigheidsdiploma's

Het Neptunus'58 Sterrenplan

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

Het plan bestaat uit vijf sterren. In ieder blok worden de vier wedstrijdtakken behandeld. Na een aantal lessen wordt er een toets afgenomen. Tijdens een toets laat je aan je ouders zien wat je de afgelopen lessen geleerd hebt. Je moet vier verschillende zwemonderdelen laten zien en ook een parcours zwemmen, waarin alles wat je geleerd hebt door elkaar gezwommen wordt. Terwijl de onderdelen uitgevoerd worden, kijkt de jury (meestal jouw zwemjuf of meneer) hoe je het doet. De resultaten worden ingevuld op het sterdiploma en dat krijg je aan het einde van de toets mee naar huis.

Wanneer is de toets?

Het hangt af van het niveau van de zwemmers en het niveau van de groep, wanneer de toets wordt afgenomen. De zweminstructeur bepaalt wanneer er afgezwommen wordt voor een sterdiploma. Dat is altijd tijdens de normale lestijd. De zwemmers krijgen van tevoren te horen wanneer de toets afgenomen wordt, zodat zij dat thuis kunnen zeggen en vragen of hun ouders ook meekomen om te kijken. Want dat mag, bij een stertoets mogen de ouders komen kijken. Als je nog niet helemaal klaar bent voor het sterdiploma en er wordt toch afgezwommen, dan krijg je een dolfijn of visdiploma.

Na de vijf toetsen is het plan afgelopen. Het hele plan duurt 2 tot 3 jaar.

Om jullie een idee te geven van de eisen van een toets, worden in De Drietand steeds aan aantal eisen van de sterdiploma's beschreven. We beginnen in het volgende clubblad.

En na het sterrenplan?

De zwemvaardigheidsdiploma's (NRZ)

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

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

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

De basispakketten worden aan het einde van het jaar afgezwommen.

- ⊙ Keuzepakket Snorkelen (met snorkel, zwemvliezen en zwembril)
- ⊙ Keuzepakket Synchronzwemmen (wrikken, figuren)
- ⊙ Keuzepakket Nostalgische zwemslagen (ouderwetse zwemslagen)
- ⊙ Keuzepakket Survival (red jezelf en red een ander)
- ⊙ Keuzepakket Balvaardigheid (leer met een bal omgaan in het water)
- ⊙ Keuzepakket Aquasportief voor Kids (een leuk nieuw pakket op muziek)

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

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

Ik ga hier niet vertellen wat er precies aangeleerd wordt in de keuzepakketten want dan wordt het stukje te lang en is het nog steeds niet duidelijk. De eisen van de keuzepakketten worden wel regelmatig in De Drietand beschreven. In dit clubblad staan de eisen van het snorkelen, want daarvoor wordt op 17 november afgezwommen.

Tot zover hebben we gekeken naar het onderdeel ster- en zwemvaardigheidzwemmen. En deze laatste groep bestaat uit 3 basispakketten en 5 keer 3 keuzepakketten.

ster- en zwemvaardigheidzwemmen

sterrenplan	5 sterdiploma's
zwemvaardigheid	3 basispakketten
	3 keuzepakketten snorkelen
	3 keuzepakketten synchroonzwemmen
	3 keuzepakketten nostalgische slagen
	3 keuzepakketten survival
	3 keuzepakketten balvaardigheid
	3 keuzepakketten Aquasportief voor kids

Als ik even snel een sommetje maak, dan kun je dus 26 diploma's halen bij het onderdeel ster- en zwemvaardigheidzwemmen.

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

Deze afdelingen zijn:

- ⊙ het synchroonzwemmen
- ⊙ het waterpolo
- ⊙ het wedstrijdzwemmen
- ⊙ het zwemmend redden (van april t/m september)
- ⊙ het masterzwemmen (voor diegenen die ouder zijn dan 25 jaar, heel leuk voor ouders!)

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

Femke

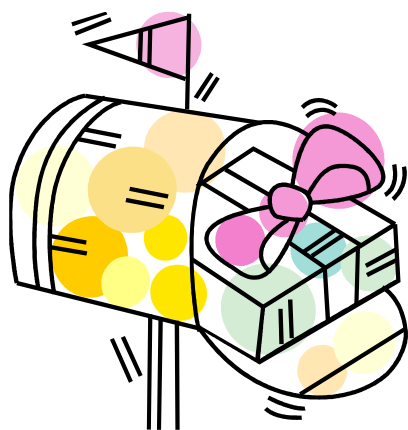
VERJAARDAGEN

In oktober

- 1 Perry Kemps
- 4 Valerie Messerschmidt
Jan Hellings
- 8 Jelle de Vries
- 9 Sebas vd Wielen
- 10 Kiki Sluijpers
- 11 Fabiënne Messerschmidt
Harold vd Oetelaar
- 12 Roanna Schellekens
Curth Swinkels
- 13 Jelle Schakenraad
- 15 Martijn Eickmans
- 16 Suzanne vd Heijden
Linda Spooren
- 17 Demi van Os
- 18 Amy Heeren
Devany Lamers
- 20 Jan vd Bersselaar
Dimphy van Grinsven
- 22 Mark van Dinther
Angela Klerkx
- 28 Jan van Helvoirt
- 30 Robin vd Bergh
Tom Groenendaal
Carolijn van Uden
- 31 Brigitte Passier van Rooyen
Caroline Peters
Danny vd Sande

en in november

- 1 Kyra Jongman
- 3 Saskia van Uden
- 4 Marianne van Helvoirt
Jeroen Trimbach
- 5 Kelly Kremers
Marga vd Oetelaar
- 7 Wilhelm vd Wiggert
Lars vd Zanden
- 8 Susanne Hovenier
Romy van Laarhoven
- 9 Laura vd Rijt
- 11 Thomas Bolwerk
- 12 Peter vd Weijer
- 14 Sanne de Laat
- 16 Harold vd Heijden
Wim Vermeulen
- 17 Ans Sars
- 19 Hessel van Liempd
Rick Schouten
- 23 Marie-Jose vd Bergh
Aletta Suiker
- 24 Elke Schellekens
- 25 Henny Bozelie
Farilde Steur
- 28 Harold van Alebeek
Rene Kuipers
- 29 Anouk Eickmans
Judith van Eijk
Ellen Verhagen
- 30 Antoon vd Boogaard



DIPLOMA-EISEN

EISEN ZWEMVAARDIGHEIDDIPLOMA'S SNORKELEN

Op 17 november wordt er afgezwommen voor de snorkeldiploma's tussen 18.00 en 20.00 uur. De vorige keer hebben we al volgens de nieuwe eisen afgezwommen. Daarna is er door verschillende zwemverenigingen nog eens goed naar de eisen gekeken. En daaruit is een definitieve versie van de eisen ontstaan. En die gelden voor ons examen van 17 november. Kijk maar vast wat je allemaal moet kennen op die dag.

SNORKELEN 1

Met zwemvliezen

1. Te water gaan met kopsprong, aansluitend 25 meter borstcrawl.
2. Starten in het water, na 15 meter zwemmen in maximaal 2 duiken 3 voorwerpen in minimaal 2 verschillende kleuren ophalen van de bodem (minimaal 2 meter diep).

Met snorkeluitrusting

3. Te water gaan met een schredesprong, aansluitend 50 meter snorkelen onderbroken door 4 keer 2 draaien om de lengte-as (links- en rechtsom).
4. Starten in het water, 50 meter snorkelen onderbroken door 2 keer een hoekduik richting bodem en aansluitend 10 meter onder water zwemmen.
5. Starten in het water, onder water zwemmen en ondertussen twee uiteinden van een touw aan elkaar knopen met een platte knoop.
6. Minimaal 2 voorwerpen in 2 verschillende kleuren (die via de onderwater praatstok worden doorgegeven) ophalen van de bodem (minimaal 1 meter diep).
7. Starten in het water, snorkelen, een hoekduik maken en door een hoepel zwemmen, vervolgens nog een keer linksom óf rechtsom door dezelfde hoepel gaan.
8. Starten in het water, 25 meter snorkelen met één zwemvlies.

SNORKELEN 2

Met zwemvliezen

1. Te water gaan met een schredesprong, aansluitend 25 meter rugcrawl en 25 meter beenslag op de rechter- of linkerzij.
2. Starten in het water, na 12 meter zwemmen in 1 duik 3 voorwerpen in minimaal 2 verschillende kleuren ophalen van de bodem (minimaal 2 meter diep).

Met snorkeluitrusting

3. Te water gaan met de snorkeluitrusting in de hand, aansluitend de uitrusting aan doen en daarna 100 meter snorkelen, waarvan de eerste 25 meter borstcrawl en de laatste 10 meter dolfijnbeenslag onder water zwemmen.
4. Starten in het water, 25 meter snorkelen met de dolfijnbeenslag, aansluitend 25 meter snorkelen, daarbij 2 keer de snorkel uit de mond halen, over de rug van de ene in de andere hand brengen en vervolgens weer in de mond doen.

5. In maximaal 5 duiken een met 2 kilogram verzwaarde emmer met behulp van de snorkel omhoog blazen (minimaal 2 meter diep).
6. Starten in het water, snorkelen, een hoekduik maken, lucht uitblazen en vervolgens 5 seconden zonder te bewegen op de bodem blijven (minimaal 2 meter diep).
7. Starten in het water, snorkelen, een hoekduik maken en door een hoepel zwemmen, vervolgens nog een keer linksom én rechtsom door dezelfde hoepel gaan.
8. Starten in het water, 25 meter snorkelen zonder duikbril.

SNORKELEN 3

Met zwemvliezen

1. Te water gaan met een kopsprong, aansluitend 25 meter dolfinbeenslag zwemmen op de linkerkant en 25 meter op de rechterkant.
2. Starten in het water, 50 meter borstcrawl, tijdens de laatste 10 meter in 1 duik 3 voorwerpen in minimaal 2 verschillende kleuren ophalen van de bodem (minimaal 2 meter diep)..

Met snorkeluitrusting

3. Te water gaan met de snorkeluitrusting in de hand, aansluitend de uitrusting aan doen, de bril onder water opzetten, vervolgens 50 meter snorkelen met de borstcrawl, aansluitend 50 meter snorkelen met de bril op het voorhoofd en het gezicht in het water.
4. Starten in het water met een buddy, na 5 meter snorkelen een hoekduik maken en 20 meter onder water zwemmen, aansluitend 25 meter buddy breathing.
5. Starten in het water, onder water zwemmen en ondertussen onder water de snorkel uit de mond nemen, een mastworp leggen om de snorkel met een meegenomen stuk touw, het mondstuk onder water in de mond nemen en aan het wateroppervlak de snorkel leeg blazen.
6. Starten in het water, 50 meter snorkelen en ondertussen in maximaal 2 hoekduiken 4 pvc buisjes voorzien van bochtjes ophalen van de bodem en al snorkelend monteren tot een vierkant.
7. Starten in het water, snorkelen en in maximaal 2 hoekduiken, met behulp van een slangsnorkel, een met 1 kilogram verzwaarde 1,5 liter fles omhoog blazen (minimaal 2 meter diep).
8. Starten in het water, snorkelen, een hoekduik maken, aansluiten in rugligging door 2 hoepels zwemmen, die tenminste 5 meter uit elkaar staan (minimaal 2 meter diep).
9. Starten in het water, snorkelen, een hoekduik maken en door een hoepel zwemmen, aansluitend een gestrekte salto achterover maken en in buikligging weer door dezelfde hoepel gaan, vervolgens door de tweede hoepel zwemmen, die 5 meter verderop staat.
10. Starten in het water en blind snorkelen over een afstand van 12 meter naar een afgebakend stuk zwembadwand met een lengte van 5 meter.

ZWEMVAARDIGHEID-DIPLOMA'S EN SCHOENEN

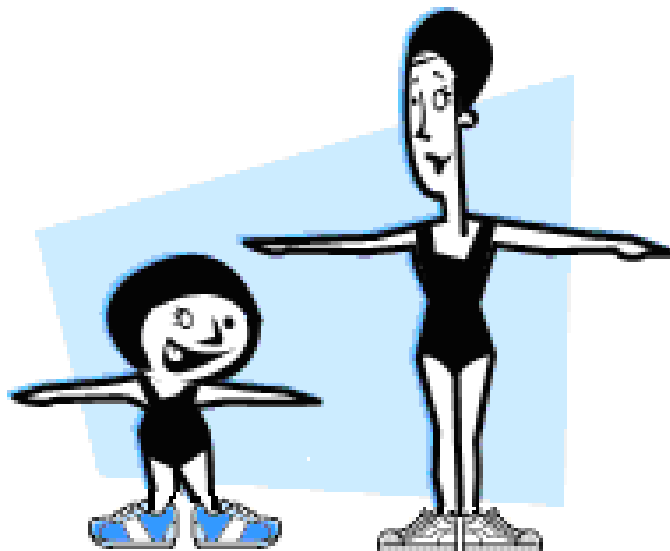


In de eisen van de basispakketten van de zwemvaardigheidsdiploma's (die we altijd aan het einde van het jaar afzwemmen) staat dat schoenen zonder een echte zool niet zijn toegestaan. Het doel is dat we zwemmers de ervaring mee willen geven dat je ook jezelf kunt redden wanneer je voet niet vrij kan bewegen met elke willekeurige beweging, maar wordt tegengehouden door een harde zool.

Tegenwoordig zien we echter steeds meer surfschoentjes tijdens het diplomazwemmen. Het Nationaal Platform Zwembaden/NRZ begrijpt dat ouders en zwemmers hiervoor graag kiezen, omdat deze relatief goedkoop zijn en vooral niet te zwaar zijn om mee te zwemmen. Maar doordat een aantal surfschoentjes geen harde (echte) zool heeft, wordt het leereffect tenietgedaan, waardoor de mogelijkheid wordt misgelopen om zwemmers te helpen deze, zó belangrijke, ervaring op te doen.

Echte zool

Let wel: schoenen met een echte zool is de minimale eis. Wanneer wordt gekeken naar wenselijkheid en realiteitswaarde dan zou de keuze voor een gymshoel of een andere schoen waar kinderen normaal ook op lopen naar school en mee gaan spelen eigenlijk veel beter zijn.....



ZWEMMEND REDDEN

BUITENTRAINING

Als jullie heel snel zijn, kun je na het lezen van deze De Drietand nog net naar het examen zwemmend redden komen kijken. Want dat wordt op 30 september gehouden vanaf 18.00 uur. De volgende keer kunnen we jullie dus vertellen hoe het examen afgelopen is. Maar ook nu hebben we nieuws van de afdeling zwemmend redden.

Op zaterdag 1 september stonden bijna alle leden aan de rand van de Oosterplas in 's Hertogenbosch klaar voor een speciale training. De meeste trainingen worden in Schijndel in het zwembad gehouden. Maar één keer per jaar willen we in buiten water trainen. Je kunt namelijk ook in een meer, een rivier of in de zee in de problemen komen bij het zwemmen. En dan is het heel fijn, als er iemand is die je kan helpen of redden.

Meestal is het begin september mooi weer. En ook al leek het daar de laatste weken niet op, gelukkig was het op die zaterdag lekker weer. Een beetje fris met een mooi zonnetje en helemaal geen wind. De temperatuur van het water was even wennen, maar als je eenmaal in het water was, kon je het wel een half uur volhouden. In buitenwater worden er altijd oefeningen gedaan die we in het zwembad niet kunnen doen, zoals hardlopen over het strand om warm te worden, meer dan 25 m drenkeling vervoeren, zand opduiken van de bodem, zwemmen in kouder water dan je gewend bent, onder water zwemmen terwijl je de bodem niet kunt zien en zo verder. Natuurlijk worden de oefeningen aangepast aan je zwemniveau.

Na afloop van het zwemmen werd iedereen in een warme handdoek gedraaid en deelde Mieke vd Bersselaar warme soep uit aan de liefhebbers.

VEILIGHEIDSTRAINING

14 augustus, vlak voor het zwemseizoen waren de instructeurs van de afdelingen zwemvaardigheid zwemmen en synchroonzwemmen bij elkaar voor een veiligheidstraining. De training werd gegeven door de afdeling zwemmend redden.

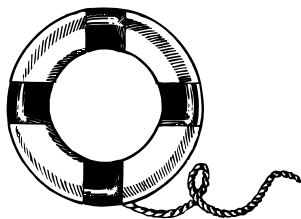
Het doel van de les was om alle trainers van deze afdelingen kennis te laten maken met het redden van een drenkeling in het eigen zwembad. En ook om deze kennis in praktijk te brengen. Het kan namelijk altijd een keer mis gaan tijdens de zwemles. Daar gaan we niet van uit, maar om er zeker van te zijn dat je dan (onder stress!) weet wat je moet doen, werd deze training gegeven.

En zo stonden er 25 instructeurs aan het bad in hun korte broek en T-shirt. Zij leerden hoe belangrijk het is om niet meteen in het water te springen als iemand help roept. Maar juist om de situatie rustig te bekijken, vragen te stellen en om de ongelukkige zwemmer naar de kant te krijgen zonder zelf nat te worden. Dat kan bijvoorbeeld met hulpmiddelen die volop aanwezig zijn rond het bad, zoals een touw. Soms kan de zwemmer ook zelf naar de kant en heeft hij alleen wat adviezen nodig.

Verder werd er geleerd wat je kunt doen als je wel het water in moet. Met een mat kun je bijvoorbeeld de zwemmer naar de kant brengen zonder dat hij jou vastpakt. En dat is erg veilig voor jezelf. Want als de zwemmer je wel vastpakt en jij weet niet wat te doen, dan heb je een groot probleem. En wij misschien twee drenkelingen. Het uit het water halen van een drenkeling werd gedaan met de handreiking.

Het was een hele geslaagde training, waarbij de instructeurs veel geleerd hebben. Er komt zeker een herhaling / uitbreiding van de training, waarbij ook de andere afdelingen van Neptunus'58 mee kunnen doen.

EERSTE EERSTE HULP AAN DRENKELINGEN WEDSTRIJD IN SCHIJNDEL



Op zaterdag 3 november 2007 wordt er een Eerste Hulp aan Drenkelingen wedstrijd (EHaD) georganiseerd in Schijndel (18.00 – 20.00 uur). Een EHaD houdt in dat je in een groepje van 3 of 4 mensen een situatie mag oplossen waarin minstens één drenkeling voorkomt. Wat de situatie wordt, dat zeggen we nog niet. Dat zie je pas als je aan de beurt bent. Als je aan de rand van het zwembad komt, zie je vanzelf wat er gebeurd is en ga je de situatie samen met je teamgenoten oplossen.

Het is een wedstrijd, dus krijg je ook punten voor het oplossen. Hoe beter je de situatie oplost hoe meer punten je team krijgt. Het team dat de beste, mooiste, slimste oplossing heeft gevonden, wint de wedstrijd. De wedstrijd wordt georganiseerd voor alle deelnemers van het zwemmend redden bij Neptunus'58. Er worden geen andere verenigingen uitgenodigd. De kosten zijn 1 € per deelnemer.

Wij gaan ervan uit dat alle deelnemers aan de zomercursus meedoen aan de wedstrijd. Als je je nog niet hebt opgegeven, doe dit dan snel bij Femke (femke.wilhelm@home.nl).

Wij zien jullie allemaal op 3 november om 18:00 uur op het zwembad in je normale zwemkleding (badpak of zwembroek, T-shirt en lange broek).

BOSMANS GEEFT JE HET BLIJE BADKAMERGEVOEL



Het gevoel dat alles perfect wordt gemaakt.

Met schitterend sanitair, tegels en badkamermeubilair.

Kom naar de uitgebreide showroom in Schijndel

voor persoonlijk advies. Want

Bosmans bouwt de badkamer die bij u past

 **bosmans**
installaties en badkamers

Di tja Do 9.00 - 17.30 Vrij 9.00 - 20.00 Za 10.00 - 16.00

Van Leeuwenhoekweg 5, 5482 TK Schijndel. Telefoon 073 - 543 03 75 E-mail: info@bosmans.nl www.bosmans.nl

TANKSTATION BROER MANDERS

Compleet benzinstation: 2 handwasserettes, 1 automatische wasserette



Telefoonnummers Kantoor: (073) 54 30 585

Fax: (073) 54 30 596

HOOPT OOK U TE MOGEN BEGROETEN
AAN DE ERICASTRAAT 5, 5482 WR SCHIJNDEL



NA SLUITINGSTIJD KUNT U OOK MET BANK- EN GIROPAS TANKEN...

WEDSTRIJDZWEMMEN

SPONSORING WEDSTRIJDTEAM

De wedstrijdzwemmers van Neptunus'58 werden tijdens de training verrast door Paul en Francine Sluijpers van Bruna Schijndel. Nadat Bruna Schijndel de zwemmers vorig seizoen al voorzien had van tassen, waren het deze keer badmutsen die de sponsor kwam uitreiken aan iedere zwemmer. Tijdens de wedstrijden zal iedere zwemmer van Neptunus'58 dus voortaan duidelijk herkenbaar zijn! Paul en Francine heel erg bedankt voor de mooie badmutsen!



NEPTUNUS '58 START BINNENSEIZOEN

Zondag 9 september hadden acht zwemmers van Neptunus '58 de eer om het nieuwe wedstrijdseizoen te openen. In Tilburg deden zij namelijk mee aan een limietwedstrijd, en met succes. Met de nieuwe badmutsen, gesponsord door Bruna Schijndel, werden er in 23 starts negen persoonlijke records aangescherpt.

Als eerste werd de 100 meter wisselslag gezwommen. Hierop zwom Roel vd Kleij in een nieuw pr en clubrecord binnen de limiet voor de Brabantse Winter Kampioenschappen (5 en 6 januari 2008). Bente van Bergen zwom 1,8 seconde sneller dan ooit en verbeterde daarmee haar eigen clubrecord. Mark van Dinther zwom maar liefst 4,5 seconde onder zijn oude pr. Vervolgens zwommen zowel Sandra Schellekens als Vera de Laat op de 50 rug sneller dan ooit. Op de 50 meter vrije slag verraste Manissa vd Brand door bijna 1,5 seconde van haar pr af te zwemmen, een flinke verbetering op zo'n korte afstand. Tenslotte werden er ook op de dubbele afstanden nog goede tijden gezwommen. Linda Schellekens verbaasde vooral zichzelf door in een verre van vlekkeloze race toch haar persoonlijke besttijd en het clubrecord met acht tiende van een seconde te verbeteren. Vera haalde anderhalve seconde van haar toptijd af en ook Mark was niet eerder zo snel.

OPEN WATER 2007

Afgelopen seizoen werd er weer door veel wedstrijdzwemmers meegedaan aan open water wedstrijden in het hele land. Deze werden van juni tot en met september gehouden. In totaal deden namen Neptunus'58 23 zwemmers mee aan 18 wedstrijden. Zij waren samen goed voor 168,25 kilometer in 148 starts.



Aangezien op de web-log (<http://neptunus58.web-log.nl>) alle verslagen (inclusief foto's) nog terug te vinden zijn, volgt in de Drietand alleen nog een overzicht met de opvallendste prestaties.

Naam	Starts	Afstand	Nederlands Klassement		Brabantbeker *	
			Vrije slag	Schoolslag	Vrije slag	Schoolslag
Jet vd Bersselaar	9	10 km	226 (S)	94 (S)	16	Niet vol
Lies vd Bersselaar	9	7 km	321 (S), 102 (J)	88 (J)	Niet vol	Niet vol
Marios vd Bersselaar	7	7 km		7 (M)	-	5
Manissa vd Brand	2	1,5 km	319 (S)	98 (S)	Niet vol	Niet vol
Ticho Hellings	1	250 meter	n.v.t.	n.v.t.	Niet vol	-
Vera Hellings	1	1 km	12 (M)		Niet vol	-
Zoë Hellings	5	2,5 km	n.v.t.	n.v.t.	8	-
Anouk van Helvoirt	1	1 km	94 (J)		Niet vol	-
Luuk van Helvoirt	1	500 meter	n.v.t.	n.v.t.	Niet vol	-
Anouk van Lokven	6	4,5 km	106 (J)	41 (J)	Niet vol	10
Anouk van Os	1	250 meter	n.v.t.	n.v.t.	Niet vol	-
Arno van Os	3	3 km		12 (M)	-	5
Demi van Os	3	1,5 km	n.v.t.	n.v.t.	14	-
Elke Schellekens	10	7,5 km	272 (S), 67 (J)	91 (S), 63 (J)	9	8
Linda Schellekens	10	10,5 km	96 (S)	34 (S)	6	3
Mark Schellekens	19	15,5 km	38 (J)	31 (S), 11 (J)	6	1
Sandra Schellekens	32	75,5 km	46 (S)	89(S)	9	Niet vol
Lisa Smits	8	6 km	245 (S), 76 (J)	85 (J)	10	11
Isa vd Ven	5	1,25 km	n.v.t.	n.v.t.	3	-
Lara vd Ven	6	3 km	n.v.t.	n.v.t.	12	-
Miranda vd Ven	6	6 km		4 (M)	-	3
Gijs Verhagen	1	1 km	112 (J)		Niet vol	-
John Verhagen sr	2	2 km		8 (M)	-	Niet vol

S = jeugd/senioren klassement, J = junioren klassement, M = Master klassement

** bij de Brabant-beker staan alleen de volle klassementen vermeld*

Oss, 7 juli: Deze wedstrijd was voor veel zwemmers de eerste open water wedstrijd van het seizoen. In de Geffense plas in Oss kwamen 22 zwemmers van Neptunus '58 in actie. Ticho werd 2e bij de jongens 250 meter schoolslag en kreeg een mooie beker.

Anouk, Arno, Demi, Isa, Luuk, Miranda en Ticho zwommen voor het eerst een open water wedstrijd.

Nieuw was dat voor het eerst de minioren ook schoolslag konden zwemmen, naast de gebruikelijke vrije slag. Anouk van Os, Isa, Demi en Lara waagden zich daaraan.

Beusichem-Culemborg, 8 juli: De traditionele Lektocht gaat over 6 kilometer van Beusichem naar Culemborg en doordat de Lek dit keer een stroomsnelheid had van ruim 2 km/uur werd er erg snel gezwommen door alle deelnemers. Sandra eindigde binnen het uur; wat omgerekend betekent dat ze onder de minuut per 100 meter zwom!

Wijk en Aalburg, 14 juli: In de Afgedamde Maas bij Wijk en Aalburg werd de tweede open water wedstrijd in de strijd om de Brabantbeker verzwommen. Isa was op de 250 vrij de snelste Brabantse en Mark deed datzelfde, maar dan op de 500 school. Na de eerste twee wedstrijden om de Brabantbeker (in Oss en Wijk en Aalburg) stonden de dames van Neptunus '58 eerste in het verenigingsklassement.

Strijen, 28 juli: Jet zwom voor het eerst de 2000 meter vrije slag en zwom boven verwachting binnen de 40 minuten. Na het eerste rondje van 1 kilometer zwom ze ongeveer net zo snel als haar snelste 1000 meter ooit!

Heerjansdam, 11 augustus: Manissa vd Brand debuteerde in het open water op de 1 km vrij. Lara zwom op de 500 vrij voor het eerst onder de 10 minuten. Miranda was op de 1000 meter schoolslag bij de masters zo'n 15 seconden sneller dan ooit en werd daarvoor beloond met een beker voor de 3e plaats.

Geel, 19 augustus: In het Belgische Geel behaalde Mark de 1e plaats bij zijn debuut op de 1000 meter schoolslag. Sandra werd 3e op de 1000 meter vrije slag.

Tilburg, 25 augustus: Sandra zwom de 10 kilometer vrije slag, die meetelde als Nederlandse en Brabantse Kampioenschappen. Ze finishte na 2 uur, 47 minuten en 59.05 seconden. Dit is zo'n 8,5 minuut sneller dan in 2005, toen ze voor het eerst deze afstand zwom. Sandra behaalde hiermee een bronzen medaille in de strijd om de Brabantse titel en werd 8e van Nederland. Mark behaalde op de 500 school bijna het maximale aantal punten voor de Brabantbeker (149,7 van de maximale 150). Jet was op de 1 km vrij zo'n 1,5 minuut sneller dan ooit! Miranda werd net als 2 weken eerder in Heerjansdam 3e bij de 1 km school voor masters.

Oosterhout, 26 augustus: Mark en Anouk van Lokven zwommen de 1000 meter schoolslag. Mark was een minuut sneller dan een week eerder en verzekerde al zich, met nog een wedstrijd te gaan, van de Brabantbeker schoolslag junioren door als eerste Brabander aan te tikken. Anouk debuteerde op deze afstand. Miranda werd op de 1000 meter school wederom 3e. Bij de meisjes minioren versloeg Lara Zoë voor het eerst op de 500 vrij na een tactische race. Op de 500 school was Linda de snelste Brabantse. Trainster Vera zwom voor het eerst dit seizoen weer een open water wedstrijd en voltooide vrijwel ongetraind de 1000 meter vrije slag.

Goes, 1 september: Een voordeel van zout water is wel dat er vaak snelle tijden neergezet worden. Dit bleek uit het feit dat Mark op de 1 km vrij maar liefst 35 seconden sneller dan zijn vorige toptijd, die ook pas slechts een week oud was. Sandra dook op de 2 km vrij niet alleen voor het eerst onder de 30 minuten (29.19), maar verbeterde ook haar vorige snelste tijd met maar liefst 50 seconden. Opvallend detail is dat ze een week eerder haar snelste tijd op de 1 km zwom met 15 minuten en 1 seconde.

Vlissingen, 2 september: Mark zwom naar de 5e plaats op de 500 school. Sandra was op de 5 km vrije slag zo'n 10 minuten sneller dan eerder dit seizoen.

Hank, 15 september: De laatste open water wedstrijd van het seizoen. Mark debuteerde op de 2 km schoolslag, een afstand waaraan Linda zich ook voor het eerst in 2 jaar weer waagde. Lisa zwom op de 1 km vrij sneller dan ooit, terwijl Anouk lang nadat ze op de kant stond nog steeds aan het bibberen was. Zoë werd op de 500 vrij heel knap 10e, en hoefde maar 1 leeftijdsgenootje voor zich te dulden (de rest was een jaar ouder). Arno zwom bij de masters op de 1 km school een pr van 12 seconden en ook Miranda was sneller dan ooit. Op de 500 school zwom

Anouk voor het eerst weer onder de 10 minuten. De laatste afstand was de 2 km vrij voor dames. Linda zwom voor het eerst dit seizoen deze afstand en was snelste van Neptunus '58. Jet zwom in haar tweede 2 kilometer maar liefst 1 minuut en 16 seconden sneller dan de vorige keer.

Brabant-beker

Na de wedstrijd in Hank werden ook alle prijzen uitgereikt voor de Brabant-beker klassementen van dit seizoen. Hiervoor moest aan minstens 3 van de 5 wedstrijden (Oss, Wijk en Aalburg, Tilburg, Oosterhout en Hank) meegedaan zijn.

Neptunus '58 behaalde daarbij 5 prijzen:

- Mark werd 1e bij de schoolslag junioren
- Linda werd 3e bij de schoolslag dames
- Isa werd 3e bij de vrije slag minioren 1-3
- Miranda werd 3e bij de schoolslag masters 35+
- De dames van Neptunus '58 werden 3e in het verenigingsklassement.

Verder zwommen de volgende zwemmers hun klassement 'vol':

- Meisjes minioren: Zoë, Demi en Lara
- Meisjes junioren vrije slag: Elke en Lisa
- Jongens junioren vrije slag: Mark
- Meisjes junioren schoolslag: Anouk L, Elke en Lisa
- Dames vrije slag: Jet, Linda en Sandra
- Heren schoolslag masters: Marios en Arno

Landelijke klassementen

Om een landelijk klassement vol te zwemmen, moeten behoorlijk wat kilometers gezwommen worden. Mark werd 11e bij de schoolslag junioren (5km vereist) en zal er volgend seizoen alles aan gaan doen om richting de nationale top 5 te komen. Sandra zwom met 71 kilometer vrije slag met gemak haar klassement vol, waarvoor 30km vereist is. Ze behaalde de 46e plaats. De masters moeten 5 keer 1km gezwommen hebben. Miranda werd 4e bij de dames schoolslag 35+ en Marios 7e bij de heren schoolslag 50+. In het landelijke verenigingsklassement werd Neptunus'58 39e met 101 km (niet alle kilometers tellen mee voor dit klassement).

ONDER DE KEP

INVALREGELING VOOR EERSTE EN TWEEDE TEAM

De invallerregeling voor het eerste en tweede team is gewijzigd. De hieronder in het kort weergegeven tekst is terug te vinden op de site van de KNZB afdeling waterpolo. Bij zoeken intypen *handboek waterpolo*.

Het komt er op neer dat spelers onbepaald mogen wisselen binnen het eerste en tweede team van de vereniging.



4. Invallersregeling 2007 – 2008

Dit hoofdstuk betreft bepalingen ten aanzien van:

4.1 de ploegopgave (Art. E14 lid 1);

4.2 het spelen voor meer dan één ploeg in de Bonds-, Districts- en Kringcompetitie (Art. E19) als bedoeld in Artikel E 29.

Noot: Bonds-, Districts- en Kringcompetities voor jeugd en senioren worden elk in elkaars verlengde als één competitie beschouwd.

4.1 Ploegopgave (Art. E14)

4.1.1 Minimum aantal spelers

Een vereniging welke deelneemt met 2 teams (1e en 2e team = selectie) aan de competitie dient 16 vaste spelers op te geven voor deze selectie. Deze 16 vaste spelers mogen onbepaald uitkomen in zowel het 1e als het 2e team.

Een vereniging welke deelneemt aan de competitie met meer dan 2 teams dient voor de selectie (1e en 2e team) 16 spelers op te geven. Voor elk daarop volgend team (3e team en lager) moeten per team 7 spelers worden opgegeven.

4.1.4 Spelersaantal

In alle afdelingen mogen bij elke wedstrijd 13 spelers(sters) per ploeg uitkomen.

4.2 Algemene bepalingen voor het spelen voor meer dan één team (Art E19)

4.2.1 Speler en vereniging

Een speler(ster) mag in de competitie slechts spelen in een team van een vereniging waarvan de speler(ster) lid is.

Overschrijvingen dienen te zijn ingediend voor 1 juni van enig jaar. Voor de seniorencompetitie geldt dat men mag overschrijven naar een andere vereniging per 1 januari van enig jaar met de restrictie dat het een vereniging dient te zijn welke uitkomt in een andere districts-, respectievelijk kringcompetitie. Overschrijving vanuit een 1e/2e team (= selectie, waarvoor de speler(ster) is

opgegeven, dan wel zich heeft vast gespeeld) gedurende het seizoen kan alleen plaatsvinden naar een 3e of lager team van die andere vereniging. Overschrijving gedurende het seizoen binnen de Bondscompetitie is niet toegestaan.

4.2.2 Uitkomen in een team

Het is niet toegestaan om voor een lager team uit te komen, dan waarvoor men is opgegeven.

4.2.3 Invallen in een hoger team

Een speler(ster), opgegeven voor bepaald team, mag maximaal vijf maal in (een) hoger(e) team(s) in dezelfde leeftijdscategorie invallen, zonder het recht te verliezen uit te komen in het team waarvoor hij/zij als vaste speler(ster) is opgegeven. Het 1e en 2e team worden hierbij als één team gezien

5. Bepalingen voor spelers(sters) welke zijn opgegeven voor jeugdcompetities

5.1 Onbeperkt invallen

Jeugdspelers(sters) behorende tot de jeugd categorie A, B of C jeugd mogen onbeperkt invallen in een hogere leeftijdscategorie met inachtneming van Art. E4, zonder het recht te verliezen uit te komen voor het team waarvoor ze zijn opgegeven.

4.2.3.

5.3 Dispensatie leeftijd

Dispensatie voor leeftijd wordt verleend door de betreffende waterpolocommissie/competitieleider (kring/district/bond). Bij 13-jarigen geldt tevens dat een verklaring van de ouders dient te worden overlegd.

DEFINITIEVE TEAMINDELINGEN SEIZOEN 2007/2008

De onderstaande teamindelingen zijn de officiële opgaven zoals ze bij het District zijn aangemeld. De nummers 1 t/m 9 zijn vaste spelers. De overige spelers kunnen ook bij andere teams invallen.

Meisjes onder de 17

Kim van Berkel
Maaïke van Berkel
Jolijn vd Schoot
Melissa vd Schoot
Terry op 't Hoog
Hanneke vd Steen
Susanne vd Heijden
Evalie Hovers
Milou vd Plas
Veerle vd Sluis

Dames 1

Jenny Buys
Maartje de Deugd
Angela Kampman
Fanny Leering
Tessa Leering
Majolein van Pinxten
Daphne van Pinxten
Anita Engels
Katja van Boxel

Dames 2

Els Gooijarts
Geertje van Helvoort
Marga vd Oetelaar
Janine van Beekveld
Ingrid Persons
Carla vd Westelaken
Sharon van Veghel
Laura vd Rijt
Monique Kampman
Ellis Verhoeven
Miranda Huysmans
Linda Verhagen

Heren jeugd

Bas vd Brulle
Tim Goossens
Mark vd Heijden
Andrej Mioc
Bas Verhulst
Bart van Dijk
Tom vd Pol
Stefan Engels
Bob van Creij
Tom Groenendaal
Ben de Kort

Heren 1

Luuk Leering
Martijn Hamers
Danny vd Sande
Martijn Vloet
Tico Hartman
Peter van Aarle
Toine Hamers
Matej Mioc
Robbert Groenendaal (keeper)
Gert-Jan Spit (keeper)
Leon Huysmans
Rob vd Oetelaar
Stevin van Leeuwen (aanvoerder)
Roy Bruggeman

Heren 2

Frank Hovenier
Paul Thijssen
Jan Hellings (keeper)
John Kerkhoff
Rene Kuipers
Caspar Middag
Ronnie Wiersma
George vd Vorle
Richard Postma
Lawrence Schouten
Marcel Tibosch
Thomas Spit
Kenny Steenbakkers

Heren 3

Daan Hermes (aanvoerder)
Harrie van Herpen (keeper)
Hessel van Liempd
Patrick Janssen
Wim Kelders
Perry Kempes
Harold vd Heijden
Virgi van Liempd
Paul Muyshondt
Puskas vd Wiel
Curth Swinkels
Henk van Gemert
Roeland Mathijssen
Roel van Gemert
Erik vd Eerden

ROOSTER

Zaterdag 29-9-2007

<i>team</i>	<i>Wedstrijd</i>	<i>w-official / Zwembad</i>	<i>vertrek</i>	<i>Tijd</i>
M	SWNZ MB1 - Arethusa MB1	Jan, Frank, John	-	20:30
H2	SWNZ 2 - De Treffers 2	Roeland, Paul, Daan	-	21:15

Zondag 30-9-2007

<i>team</i>	<i>Wedstrijd</i>	<i>w-official / Zwembad</i>	<i>vertrek</i>	<i>Tijd</i>
D2	SWNZ 2 - De Ganze 1	Jenny, Maartje, Angela	-	18:00
H1	SWNZ 1 - Argo 1	Janine, Els, Marga	-	18:45
D1	SWNZ 1 - Argo 1	Danny, Martijn V, Toine	-	19:30

Zaterdag 6-10-2007

<i>team</i>	<i>Wedstrijd</i>	<i>w-official / Zwembad</i>	<i>vertrek</i>	<i>Tijd</i>
H3	SWNZ 3 - Arethusa 3	Thomas, Kenny, Frank	-	18:45
H1	Hellas-Glana 2 - SWNZ 1	De Nieuwe Hateboer Sittard De Vliegende Vaart	16:30	18:15
M	De Schelde MB1 - SWNZ MB1	Terneuzen De Vliegende Vaart	13:00	15:45
D1	De Schelde 1 - SWNZ 1	Terneuzen	15:30	18:15
J	De Treffers A2 - SWNZ A1	Kwekkelstijn Rosmalen	18:00	19:00
D2	Gorgo 1 - SWNZ 2	De Beemd Veghel	19:15	20:00

Zondag 7-10-2007

<i>team</i>	<i>Wedstrijd</i>	<i>w-official / Zwembad</i>	<i>vertrek</i>	<i>Tijd</i>
H2	TRB/RES 1 - SWNZ 2	De Drieburcht Tilburg	18:15	19:45

Zaterdag 13-10-2007

<i>team</i>	<i>Wedstrijd</i>	<i>w-official / Zwembad</i>	<i>vertrek</i>	<i>Tijd</i>
H3	SWNZ 3 - Gorgo 2	Linda, Laura, Janine	-	18:15
D2	SWNZ 2 - De Treffers 2	Erik, Harry, Perry	-	19:00
H2	SWNZ 2 - Aquamigos 1	Roy, Martijn H, Stevin	-	19:45
D1	SWNZ 1 - De Treffers 1	Marjolein, John, Thomas	-	20:30
H1	SWNZ 1 - De Treffers 2	Daphne, Maartje, Angela	-	21:15
J	DZT A1 - SWNZ A1	De Wiemel Deurne	18:45	20:00

Zaterdag 20-10-2007

<i>team</i>	<i>Wedstrijd</i>	<i>w-official / Zwembad</i>	<i>vertrek</i>	<i>Tijd</i>
D2	Merlet 1 - SWNZ 2	De Kwel Cuijk	18:15	19:30

Zondag 21-10-2007

<i>team</i>	<i>Wedstrijd</i>	<i>Zwembad</i>	<i>vertrek</i>	<i>Tijd</i>
M	WSG Warres MB1 - SWNZ MB1	Arkendonk Oosterhout	13:45	15:15
H1	TRB/RES 1 - SWNZ 1	De Drieburcht Tilburg	17:15	18:45

J	PSVA2 - SWNZ A1	De Tongelreep Eindhoven	16:15	17:30
H3	PSV6 - SWNZ 3	De Tongelreep Eindhoven	19:15	20:30

Zaterdag 27-10-2007

team	Wedstrijd	w-official / Zwembad	vertrek Tijd	
D2	De Ganze 1 - SWNZ 2	Sportpunt Zeeland Goes	15:45	18:00
D1	Argo 1 - SWNZ 1	Z.I.B.-Best Best	19:00	20:00
H1	Argo 1 - SWNZ 1	Z.I.B.-Best Best	19:45	20:45

Zaterdag 3-11-2007

team	Wedstrijd	w-official / Zwembad	vertrek Tijd	
H1	SWNZ 1 - Aquamigos 1	Jenny, Daphne, Dick	-	20:30
D1	SWNZ 1 - Njord 2	Marjolein, Luuk, Dick	-	21:15

Zondag 4-11-2007

team	Wedstrijd	w-official / Zwembad	vertrek Tijd	
M	SWNZ MB1 - Njord MB1	Harald, Puskas, Hessel	-	18:15
J	SWNZ A1 - De Rog A1	Harald, Puskas, Hessel	-	19:00
H3	SWNZ 3 - DBD 3	Els, Laura, Kenny	-	19:45
H2	SWNZ 2 - Arethus 2	Els, Laura, Marga	-	20:30
D2	SWNZ 2 - Aquamigos 2	Jan, Frank, John	-	21:15

Zaterdag 10-11-2007

team	Wedstrijd	w-official / Zwembad	vertrek Tijd	
J	HZPC Horst A1 - SWNZ A1	De Berkel Horst	18:15	19:45
D1	De Vennen 1 - SWNZ 1	De Vennen Dongen	18:00	19:30
M	Aquamigos MB1 - SWNZ MB1	Sportiom Den Bosch	16:30	17:30
H2	DBD 1 - SWNZ 2	Z.I.B.-Best Best	18:15	19:15



KLEURPLAAT

