

DE DRIETAND

Jaargang 16, nummer 5

april/mei 2010

REDACTIONEEL

De redactie heeft even geen tijd voor jullie. We hebben een tafel vol spierwitte eieren voor ons liggen en die moeten voor volgend weekend allemaal nog beschilderd en verstuurd worden. Wie bedenkt het dan dat er nog een clubblad gemaakt moet worden?

Op dit moment zijn de zwemmers even niet onze grootste prioriteit. We moeten de paashaas redden anders verdrinkt hij nog in het werk. Jullie moeten zelf maar even door het blad heen bladeren om te zien welke interessante en leuke activiteiten er gaan plaats vinden en hebben plaatsgevonden.

En mocht je de paasdrukke hebben overleefd en het helpen bij het verven van de paaseieren je goed bevallen is, denk er dan eens over na of je bureau Ach en Wee (en de zwemvereniging) niet een handje toe wil steken. GRAAG, hier vang nog een ei. Niet breken hoor! Game over



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

Bankrekeningnr RABO: 1519.15.741 tnv penningmeester Neptunus '58
Website: www.neptunus58.nl

kopij inleveren voor **7 mei** bij een van de redactieleden of per E-mail

WAAR MOET U ZIJN MET VRAGEN?

Voorzitter

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

Zwemvaardigheidszwemmen

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

Secretaris / Ledenadministratie

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

Waterpolo

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

Penningmeester

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

Wedstrijdzwemmen / Masterzwemmen

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

Coördinator vrijwilligers

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

Synchroonzwemmen / 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

Tel.nr. De Molen Hey:

073-5492337

WOORD VAN DE VOORZITTER

In september wordt de Algemene LedenVergadering gehouden!

Het is dan ruim drie jaar geleden dat ik me door Vera van Zoggel heb laten overhalen om voorzitter van Neptunus58 te worden. Vera vertelde me dat met een vergadering of tien per jaar de voorzitter wel klaar was. Maar ze zat er heel wat vergaderingen, bijeenkomsten en tijd naast !

Echter nadat ik me in de materie had ingewerkt (zwemmend redden in plaats van reddend zwemmen, diplomazwemmen werd zwemvaardigheidszwemmen, ja van alles heet anders), heb ik geruime tijd met veel plezier de taak van voorzitter naar eer en geweten uitgevoerd.

Door de drukke werkzaamheden in mijn winkel zat er steeds veel druk op het voorzitterschap. Het kwam vaak voor dat er overleg met medebestuurders was tussen twee klanten door. Geen ideale situatie dus. Ik ben van mening dat een voorzitter meer tijd moet hebben voor zijn vereniging.

Ik heb straks mijn drie jaar volgemaakt (zoals afgesproken) en heb besloten, zij het met pijn in het Neptunus hart, om geen vervolg te geven aan dit voorzitterschap.

Tot aan de ALV zal ik mijn uiterste best blijven doen om alles in goede banen te leiden. Gelukkig bent u in goede handen bij de andere bestuursleden en natuurlijk proberen wij om een opvolger voor mij te vinden.

Ik vraag u niet voor de eerste keer om nogmaals bij uzelf te kijken of u nog tijd heeft om één van de vacatures binnen het bestuur in te vullen of om een mogelijke kandidaat aan te dragen.

Wij zoeken nog steeds een nieuwe notulist(e) en verder een bestuurslid voor de afdeling waterpolo, een algemeen bestuurslid en nu dus ook nog een nieuwe voorzitter !

Geen sinecure, dus help ons mee als jullie blijft

Rest mij nu alvast mijn dank uit te spreken aan mijn medebestuurders die mij gesteund hebben en geholpen hebben om Neptunus '58 een gezonde vereniging te houden.

Natuurlijk gaat dit niet zonder de vrijwilligers aan het bad. Ook dank aan u !

Voordat ik op de ALV afscheid neem als voorzitter, zie ik u vast nog wel en wens u een sportief seizoen te toe.

P Sluijpers

VAN HET BESTUUR

Peter vd Weijer winnaar KLOS-trofee

Schijndel kent al meer dan 17 jaar de KLOS-trofee. Een trofee voor vrijwilligers van sport- en jeugdverenigingen die van grote waarde zijn. De trofee is bedoeld voor vrijwilligers die van onschatbare waarde zijn. Vrijwilligers waar verenigingen op kunnen bouwen. Vrijwilligers die zich (al jaren) inzetten voor hun vereniging en waarvan iedereen binnen de vereniging zegt: 'ja, die verdient die trofee'.

De genomineerden voor de KLOS-trofee 2010 waren:

- **Peter vd Weijer van Zwem- en waterpolovereniging Neptunus '58**

- Martien vd Hoogenhof van Schaats- en skeelervereniging Thialf

Peter's nominatie werd vorig jaar tijdens de zwemvierdaagse bekend gemaakt.

Tijdens de huldigingsavond van de Schijndelse Sportkampioenen op 19 februari 2010 werd bekend gemaakt dat Peter de winnaar is van deze trofee.

Van harte gefeliciteerd!



Contributie-inning

De contributie-inning van Neptunus '58 loopt via automatisch incasso. Vier keer per jaar wordt er een gedeelte van de contributie geïnd. De vierde inning van het seizoen 2009-2010 wordt in april verwerkt. Wij danken u alvast hartelijk.

ACH EN WEE

Ach: Zeg Wee, heb je het woord van de voorzitter al gelezen?

Wee: Nee, wat staat daar dan in?

Ach: Nou, hij houdt het voor gezien en noemt ook alvast even alle vacatures die er bij zwemvereniging Neptunus '58 open staan.

Wee: Ja, en?

Ach: Is dat niet onze taak om de vacatures te noemen?

Wee: Doe niet zo gek, Ach, wij worden toch ingehuurd door die vereniging om de vacatures bekend te maken. Als zij dat zelf kunnen, dan is daar toch niets mis mee. Dat is alleen maar goed. Misschien dat er op hun oproep meer leden reageren dan op die van ons.

Ach: Krijgen wij dan niet zoveel reacties op onze oproepen?

Wee: Wil je het echt weten? Nul komma nul reacties na de vorige oproep!

Ach: Dat is wel heel weinig. Waarom betaalt die vereniging ons dan nog steeds?

Wee: Gelukkig hanteren wij een standaard tarief. Stel je voor dat we op "no cure, no pay" basis zouden werken.

Ach: Dan waren we nu failliet.

Wee: Misschien.

Ach: Maar kloppen al die vacatures die hun voorzitter noemt?

Wee: Ik ben bang van wel. De vacature van de notulist(e) was natuurlijk al lang bekend. Bertha van Liempd heeft aan het begin van het seizoen al aangegeven dat ze gaat stoppen na de ALV.

Ach: En hebben wij daar dan nog nooit over gesproken?

Wee: Ben je kippig of zo? In alle clubbladen hebben we de vacature op onze eigen wijze aangeprezen. En dus hebben zich al 0 kandidaten aangemeld.

Ach: Dus! Wat ben jij weer lekker positief. En die andere vacatures, hoe zit het daar dan mee?

Wee: Klopt, daar heeft het bestuur ons nog niet eerder van op de hoogte gebracht. Bij de komende ALV, in september, komen er drie vacatures open te staan. Eén voor een voorzitter, één voor een bestuurslid met de portefeuille waterpolo en één voor een algemeen bestuurslid.

Ach: Een algemeen bestuurslid, wat is dat?

Wee: Een bestuurslid dat niet speciaal de gang van zaken binnen een bepaalde zwemafdeling behartigt. Een algemeen bestuurslid kan van allerlei zaken op zich nemen, zoals bijvoorbeeld het vrijwilligersbeleid, het communicatiebeleid, de contacten met ouders, het sponsorbeleid of iets dergelijks.

Ach: OK, dat is me duidelijk. Maar waarom alle bestuursleden tegelijkertijd?

Wee: Ik, negatief, jij kunt er ook wat van, zeg. Natuurlijk treden niet alle bestuursleden tegelijkertijd af. Het bestuur bestaat uit 8 mensen. Elk jaar vloeien

er twee bestuursleden af en zijn dan herkiesbaar (of niet). Of een bestuurslid herkiesbaar is, is een keuze die zij zelf maken. Toevallig beslissen deze juryleden nu, dat ze niet doorgaan met hun bestuursfunctie. En dus moeten we op zoek naar nieuwe bestuursleden.

Ach: Zullen we iets nieuws proberen?

Wee: Ja, wat dan?

Ach: Tada ...

NEPTUNUS '58

ZOEKT:

**mensen met bijzonder drukke bezigheden,
die ...**

**er nog wel een activiteit bij kunnen doen
en het bestuur helpen bij het vervullen van de
openstaande vacatures voor:**

- > notulist(e)**
- > voorzitter bestuur**
- > bestuurslid met portefeuille waterpolo**
- > algemeen bestuurslid**

EN VERDER:

**mensen met minder drukke bezigheden,
die ...**

graag een activiteit extra uitvoeren.

Voor de rest, zie boven.

**Meld je direct bij één van de drukke mensen
op pagina 2.**

Ach: En wat vind je ervan?

Wee: Fantastisch ! Ik reken op 5 aanmeldingen!

F. Ach en S. Wee

AG&DA APRIL – MEI – JUNI

Wanneer wordt er niet gezwommen?

	<i>in april</i>	<i>in mei</i>	<i>in juni</i>
Maandag	5	3, 24	28
Dinsdag	-	4	-
Woensdag	-	5	30
Donderdag	-	6, 13	-
Vrijdag	30	7, 14	-
Zaterdag	-	1	19, 26

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

Zwemvaardigheidswemmen (ZV)

16 juni	Afzwemmen basispakketten 4-5-6
19 juni	Afzwemmen basispakketten 1-2-3
23 juni	Spelles voor alle lede van het zwemvaardigheidswemmen

Synchroonswemmen (SZ)

25 april	Uitvoeringenwedstrijd in Rosmalen
----------	-----------------------------------

Wedstrijdswemmen (WZ)

10 april	Training in Eindhoven (50-meterbad)
11 april	D1-competitie in Gemert
18 april	Speedo-wedstrijd
18 april	Masterwedstrijd in Deurne
25 april	Swimkick in Roosendaal
25 april	Limietwedstrijd in Veldhoven of Eindhoven
26 april	Techniekwedstrijd in Schijndel
1 mei	Training in Eindhoven (50-meterbad)
2 mei	Oranje-wedstrijd in Budel
7-9 mei	NK Masters in Eindhoven (50-meterbad)
22,23,29,30 mei	Brabantse Zomer Kamp. in Eindhoven (50-meterbad)

Zwemmend Redden (ZR)

10 april Start Zomercursus Zwemmend Redden, 18.00 tot 19.30 uur.

We zwemmen op de volgende data:

April:	10, 17, 24	Augustus:	28
Mei:	15, 22, 29	September:	4, 11, 18, 25
Juni:	5, 12, 19	Oktober:	2
Juli:	3, 10, 17, 24		

Kamp

25, 26 en 27 juni

Algemene leden vergadering

27 september

VERJAARDAGEN

in april

- 1 Ria Verhagen
- 2 Jesse van Osch
- 5 Erwin van Alebeek
Gijs Deelen
Rick vd Wetering
- 6 Ronnie van Berlo
- 8 Leonie vd Boogaard
- 9 Jasper van Boxtel
Marian vd Hanenberg
- 11 John Kerkhoff
Jeroen Lucius
- 12 Vera de Laat
- 13 Peter van Aarle
- 15 Stijn Hanegraaf
- 17 Selina Janssen
- 18 Paul Sluijpers
- 20 Virgilius van Liempd
- 22 Frank Hovenier
Leo Zuidema
- 25 Jeroen van Dinther
- 27 Loes van Schijndel
- 28 Melanie Brunnen
- 29 Mandy Kuypers
- 30 Moniek vd Boogaard

in mei

- 1 Lisa Smits
- 2 Fred vd Ven
- 6 Gerry vd Eerden
- 7 Monique vd Pluym
- 10 Noud van Boven
Jan vd Heijden
- 13 Pepijn Peters
Paul Wagenaars
- 14 Robin van Wijngaarden
- 15 Wilma vd Veerdonk
- 16 Laura de Vries
- 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
- 5 Lieke van Bernebeek
- 7 Joni vd Middengaal
- 8 Anna van Dijk
- 9 Jolanda van Boxtel
Zoë Hellings
- 12 Riek vd Braak
- 13 Marlies van Lieshout
- 15 Lies vd Bersselaar
Tom vd Loo
- 17 Liesbeth van Doorn
- 18 Lucas van Cleef
Anne Oremans
Lara vd Ven
Mieke Wouters
- 19 Yosca Bozelie
Sophie Pruiik
- 23 Bente de Vries
- 24 Eric van Loon
- 26 Kevin Leenders
- 28 Melanie van Dinther

NIEUWE LEDEN

Erwin van Alebeek
Jasper van Boxtel
Richard van Dijk
Fieke van Engelen
Marly Groenendaal
Chloë Huijberts
Jeroen Lucius
Jos Mettler
Joni vd Middengaal
Kelly Smits
Fred vd Ven
Leo Zuidema

Masterzwemmen
Zwemvaardigheidszwemmen
Masterzwemmen
Zwemvaardigheidszwemmen
Zwemvaardigheidszwemmen
Zwemvaardigheidszwemmen
Masterzwemmen
Masterzwemmen
Zwemvaardigheidszwemmen
Zwemvaardigheidszwemmen
Masterzwemmen
Zwemvaardigheidszwemmen

JEUGD SPORT STIMULERINGSMIDDAG

Zaterdag 20 maart 2010 werd er weer de jaarlijkse Jeugd Sport Stimuleringsmiddag gehouden in zwembad De Molen Hey te Schijndel.

We hebben ons als Neptunus '58 gepresenteerd aan de jeugd van Schijndel. We hebben het wedstrijdbad verdeeld in drie onderdelen. Ook hebben we het instructiebad gebruikt. In het wedstrijdbad konden de kinderen kennis maken met de onderdelen: Wedstrijdzwemmen, Zwemmend Redden en Synchroonzwemmen. In het instructiebad werd het onderdeel Zwemvaardigheid behandeld.

De kinderen werden verdeeld in groepen van ongeveer 11 personen. Per groep stond er ook leiding op. En zo gingen de groepjes de vier onderdelen van Neptunus '58 af.

Bij het Zwemmend Redden leerden de kinderen hoe ze mensen gerust konden stellen en zo veilig op de kant te krijgen.

Bij het onderdeel Synchroonzwemmen werd er netjes en rustig op muziek gezwommen.

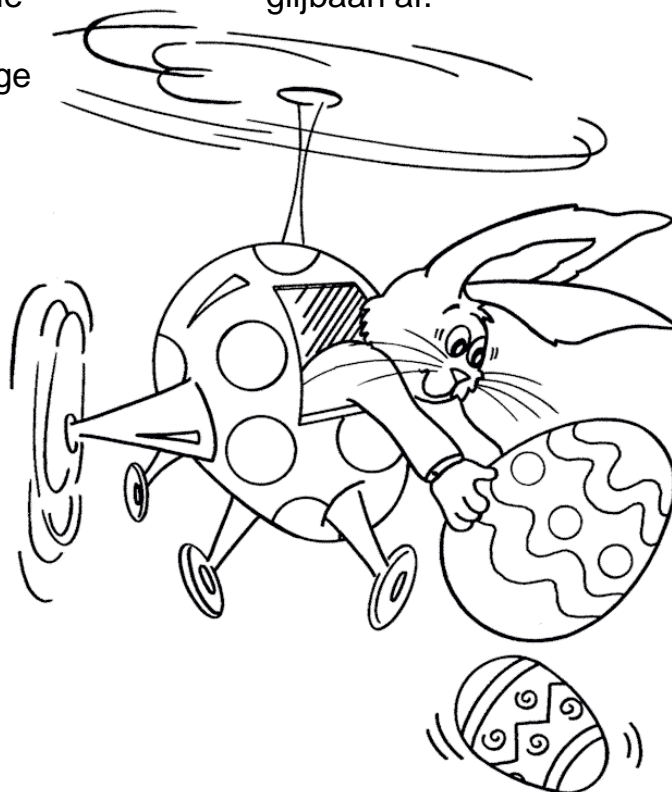
Bij het Wedstrijdzwemmen gingen de kinderen baantjes zwemmen en aan het einde werden de kinderen geklokt om te zien hoe snel ze waren.

Bij het Zwemvaardigheid werden er verschillende dingen geoefend, zoals baantjes zwemmen met een plankje, baantjes met een flexibeam of gewoon baantjes borstcrawl of rugcrawl.

Aan het einde van de middag mochten de kinderen nog vrij spelen in het recreatiebad en mochten ze van de glijbaan af.

Het was een geslaagde en gezellige middag!

Groetjes,
Jet vd Bersselaar
(een van de groepsleiders)



ZWEMKAMP

Is het thema al bekend?

In het vorige clubblad hebben we jullie al een hint gegeven naar het thema van het zwemkamp. Zijn jullie er intussen al uit? Nee? Hebben jullie nog niet op de sites van alle verenigingen gezocht En gevonden

OK, nog een hint dan:

Frogger, Super Mario, PacMan, Nintendo DS, ...

Als je het nu nog niet weet, dan verklappen we vast (niet doorvertellen hoor):

25, 26 EN 27 JUNI 2010



Dus nu maar in de kast duiken om te kijken of je nog iets leuks in hebt hangen om aan te trekken. Is dat niet zo, dan veel succes met het verzinnen en maken van leuke kleding voor dit thema. Je mag je eigen outfit bij elkaar knutselen, schilderen, metselen, kleuren, rijgen enz. maar maak er iets moois van.

Je kunt je al inschrijven

In dit clubblad zit een inschrijfformulier voor de deelnemers en voor de begeleiders. Vul het snel in en geef het af aan één van de leden van de Algehele Leiding. Je kunt het inschrijfformulier ook op onze site vinden. Download het, vul het in en mail het naar één van de leden van de AL.

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

Het kamp vindt plaats in het weekend van 25 t/m 27 juni. We vertrekken vrijdagmiddag naar Eurocamping in het Brabantse Vesseem. Neptunus '58 deelt daar een groot veld met WZV. Daar kunnen we eten, slapen en spelen, Naast Neptunus '58 uit Schijndel en WZV uit Waalwijk gaan ook Aquamigos uit Drunen/Vlijmen en Zegenwerp uit St. Michielsgestel mee op kamp.

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. Je hoeft dus geen noodvoedselpakketten aan te vragen bij een of andere hulporganisatie.

Tijdens het kamp spelen de leden van de vier verenigingen tegen elkaar in kei vettige spellen. Deze vinden plaats op de camping, in het bos of bij het zwembad. Omdat we dit jaar op een andere camping staan dan normaal, is het programma een beetje veranderd. Maar het wordt weer vet gezellig. Na de laatste spellen op zondagmiddag worden we opgehaald door onze ouders en kunnen we lekker bijkomen.

Heb jij ook zin om mee te gaan op kamp, meld je dan nu snel aan. De kosten bedragen 35 EUR per deelnemer en 27,50 EUR voor begeleiders (voor het hele weekend !!).

Heb je een wens?

Ga jij mee op zwemkamp en HEB JIJ EEN WENS, dan is het nu je kans! Op zaterdagavond wordt er een grootse show georganiseerd waarin jouw eigen wens in vervulling kan gaan.

Wat moet je doen?

Stuur jouw eigen wens in een e-mail naar alzwemkamp@gmail.com

Zet duidelijk je naam, je leeftijd en je zwemvereniging in de e-mail.

Vorig jaar zijn er heel wat mooie, leuke en gekke wensen in vervulling gegaan, daarom organiseren we dit jaar weer zo'n geweldig spektakel. Dus heb je een wens en wil je deze eindelijk in vervulling zien gaan, stuur dan zo snel mogelijk een mailtje naar bovenstaand mailadres.

LET OP: het moeten andere wensen zijn dan die van vorig jaar.

Wij zullen alle wensen goed bekijken en misschien komt jouw wens uit op het zwemkamp!

Groetjes en tot horens

De algehele leiding van het kamp

Femke vd Hoeven	(0413-229467 – femke.wilhelm@home.nl)
Frank Hovenier	(06-13830310 – fhovenier@hotmail.com)
Henry van Laarhoven	(073-5033192 – h.v.laarhoven@home.nl)
Ciska Verhoeven	(073- 073-5479764 – janciskaverhoeven@tele2.nl)

De Drietand





INSCHRIJFFORMULIER ZWEMKAMP

Alle leden van Neptunus '58 kunnen zich inschrijven.

Voor de deelnemers

- Ja, ik ga mee op kamp !!!

Naam:

Telefoonnummer:

Geboortedatum:

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 24 juni)
- Ja, ik help jullie met het afbreken van de tenten (zondagmiddag 27 juni)

Naam:

Telefoonnummer:

Geboortedatum:

E-mail adres:

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)



ZWEMVAARDIGHEIDZWEMMEN

Afzwemmen basispakketten op 16 en 19 juni

In verband met de verbouwing van het zwembad en het zwemkamp zijn de data voor het afzwemmen voor de basispakketten veranderd.

<u>Woensdag</u> 16 juni	17.00 – 18.15 uur *	Basispakketten 4 – 5 – 6
Zaterdag 19 juni	14.30 – 17.30 uur °	Basispakketten 1 – 2 – 3

* De lessen van synchroonzwemmen en zwemvaardigheid gaan gewoon door.

° De lessen van synchroonzwemmen en zwemvaardigheid vervallen.

Woensdag 16 juni starten alle diploma's om 17.00 uur.

Hoe laat de verschillende examens op zaterdag 19 juni exact starten is nog niet bekend. Dit hangt af van het aantal zwemmers per examen en wordt te zijner tijd nog bekend gemaakt.

Afzwemmen snorkelen 27 februari

Op 27 februari werd er bij de afdeling zwemvaardigheidszwemmen van zwem- en waterpolovereniging Neptunus '58 uit Schijndel weer afgezwommen voor de snorkeldiploma's. Ruim 40 zwemmers probeerden een diploma te halen. Om 18.00 uur startten de eerste twee groepen met hun examens. Aan de ene kant van het bad begon een groep voor snorkelen 1, terwijl aan de andere zijde het examen voor snorkelen 2 begon. Toen zij klaar waren, begon de tweede groep voor snorkelen 1 en mochten ook de dames voor snorkelen 3 hun opdrachten uitvoeren. De diploma's bestaan uit een deel met alleen zwemvliezen en een deel met de complete basisuitrusting, bestaande uit zwemvliezen en zwembril en een snorkel. De kandidaten moesten bijvoorbeeld snorkelen en ondertussen draaien om de lengteas te maken, waardoor de snorkel vol water liep. Het is dan belangrijk om niet in paniek te raken, de snorkel leeg te blazen en weer verder te snorkelen. Verder werd er onder water gezwommen, er werden voorwerpen van de bodem opgedoken. Voor snorkelen 3 moesten de kandidaten zelfs laten zien aan de examencommissie dat ze zelfs in tweetallen met slechts één snorkel kunnen zwemmen. Een goede communicatie is daarbij belangrijk, aangezien de snorkel op tijd doorgegeven moet worden aan de andere zwemmer, die op dat moment geen adem kan halen. Ook moesten ze laten zien dat ze 12 meter kunnen zwemmen met een geblindeerde duikbril, waardoor ze niets kunnen zien. Na afloop was de examencommissie tevreden over wat ze gezien hebben en iedereen is dan ook geslaagd.

Dat er meerdere familieleden afzwemmen voor één examen, is niet zo heel bijzonder. Speciaal was het wel dat het dit keer geen broers en zussen betrof, maar ouders met hun kinderen. Een aantal ouders is dit seizoen begonnen met zwemvaardigheidszwemmen. In een speciale groep met alleen volwassenen hebben ook zij, onder leiding van Peter vd Weijer, geleerd hoe het is om te snorkelen.

Geslaagden zwemvaardigheid

Ster 1

Sarah Santegoeds

Ster 2

Marike van Aarle

Anna van Gogh

Sarah Santegoeds

Amber Vorstenbosch

Eva Zuidema

Snorkelen 1

Huibert van Aarle

Ad van Asseldonk

Moon van Asseldonk

Lieke van Bernebeek

Fieke Bouwmans

Rein Bouwmans

Nika Bozelie

Henny Bozelie

Monique van Cleef

Pim de Crom

Marleen van Dijk

Joëlle van Dijk

Erik van Esch

Zoë van Grinsven

Rob Groenendaal

Selina Janssen

Lindy Janssen

Indy Jongman

Kyra Jongman

Danique Kooijmans

Luc vd Loo

Rik den Otter

Sjoerd Peters

Rick Schouten

Wessel Verhoeven

Linn Verstappen

Paul Wagenaars

Rick vd Wetering

Anne vd Wetering

Sebas vd Wielen

Robin van Wijngaarden

Leo Zuidema

Snorkelen 2

Robin vd Bergh

Bas Bozelie

Gijs Deelen

Macs vd Doelen

Marian vd Hanenberg

Tom vd Loo

Joëlle van Dijk

Snorkelen 3

Sasha vd Bergh

Yosca Bozelie

Thom van Gestel

Tim Klerks

Demi van Os

Lara vd Ven

Uitstapje lesgevers zwemvaardigheidswemmen

Ongeveer een keer per twee jaar maken de lesgevers bij het zwemvaardigheidswemmen op de woensdag een uitstapje. De vorige keer was dat Walibi, dit keer bleven we iets dichterbij huis. Van te voren was niet verklapt wat we gingen doen en de meest wilde geruchten gingen rond: moest je je laarzen meenemen, moest je een overall aan en wat moest je toch met die rare lampjes?

Uiteindelijk gingen de elf lesgevers op zondagmiddag 21 maart naar de Vrije Teugel in Uden, om daar te gaan bowlen. Verdeeld over twee banen gingen ze de strijd aan met elkaar. "Beginnersgeluk" en "de baan heeft een afwijking" (het

is altijd de BAAN die een afwijking heeft, niet degene die de bal gooit) wisselden elkaar af. De ballen vlogen regelmatig de goot in. Bernadette, Ellen en Ronnie gooiden één strike, terwijl Peter er twee gooide.

Na tien rondes was de eindstand als volgt:

1.	Bernadette	108 punten
2.	Ellen	91 punten
3.	Peter	85 punten
4.	Ronnie	83 punten
5.	Karin	79 punten
6.	Henny	74 punten
7.	Linda	71 punten
8.	Marie-José	68 punten
9.	Anne	66 punten
10.	Melanie	62 punten
11.	Sandra	51 punten



Bernadette, het grootste bowling-talent van de woensdaggroep

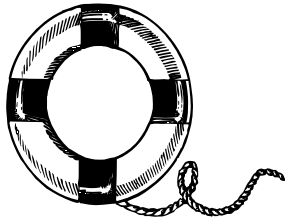
Vervolgens stond er 'bourmetten' op het programma. Hierbij bak je je vlees, aardappelen, groente etc. gewoon rechtstreeks op tafel, zonder pannetjes of iets dergelijks. Tot slot werd er nog even lekker nagetafeld, waarbij de stemming steeg, maar het niveau toch flink daalde. Lampjes belandden ineens in oren, het water bleek ineens rood te zijn en wat hebben Bernadette en Ronnie samen??? Toen Ronnie met Ellen, Linda, Melanie en Sandra tot slot voor een toetje nog even naar de McDonalds ging, daalde het niveau wel heeeeeeel ver. In de kinderhoek (waar de vijf lesgevers qua niveau uitstekend pasten) werd onder het genot van een McFlurry nog even teruggekeken op de gezellige avond. Ellen en Sandra konden het daarna niet laten buiten toch nog even in het speeltoestel te klimmen, waar bleek dat zo'n toestel niet voor 20-plussers gemaakt is.

Het was weer een geslaagd uitstapje en we kijken nu al uit naar de volgende keer. Linda Spooen had al een idee, maar wilde dat nog niet delen met de rest.... We wachten vol spanning af.

Voor deze editie geldt in ieder geval:

Je had er bij moeten zijn, maar gelukkig hebben we de foto's nog!

De foto's zijn te bekijken op de fotopagina van Neptunus '58:
<http://picasaweb.google.com/neptunus20092010>



ZWEMMEND REDDEN

De zomer is weer in aantocht en dat betekent dat wij weer starten met de zomercursus zwemmend redden. Je zwemt de hele zomer door en haalt aan het einde een diploma van de Koninklijke Nederlandse Bond voor het Redden van Drenkelingen. De instructeurs zijn al weer bij elkaar geweest om het seizoen voor te bereiden en wij hebben er weer heel veel zin in. En jullie hopelijk ook.

Onze afdeling heeft intussen al een paar gastlessen gegeven bij de afdeling zwemvaardigheidszwemmen en op de Jeugd Zwemsport Middag. Op zaterdag 10 april mogen jullie je komen inschrijven. Dat kan ook nog op 17 en 24 april. Wij zwemmen op zaterdagavond tussen 18.00 en 19.30 uur in het zwembad in Schijndel. De begintijd hangt af van het diploma waarvoor je je inschrijft:

brevet a, b, 1	18.00 - 18.45 uur
brevet 2	18.45 - 19.30 uur
andere brevetten, certificaten en diploma's	18.00 - 19.30 uur

We zwemmen op 10, 17 en 24 april; 15, 22 en 29 mei; 5, 12 en 19 juni; 3, 10, 17 en 24 juli; 28 augustus; 4, 11, 18 en 25 september. Er wordt dus niet gezwommen op 1 en 8 mei (vakantie), 26 juni (kamp) en tijdens de bouwvakvakantie (31 juli t/m 22 augustus). Vanwege de verbouwing van het zwembad in Schijndel, zullen de lessen in juli in zwembad "Kwekelstijn" in Rosmalen plaats vinden. Er worden ook twee lessen in buitenwater gegeven. We laten jullie nog weten, wanneer en waar dat is. Het examen is op zaterdag 2 oktober vanaf 18.00 uur.

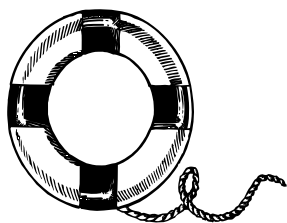
De theorie-examens voor brevet 6 en diploma binnenwater A en B starten om 17.00 uur.

Net als vorig jaar moet je een minimum aantal lessen gevolgd hebben om op examen te mogen ! Dit aantal is vastgesteld op 13 lessen.

De certificaten brons, zilver en goud kunnen gehaald worden tussen de brevetten door. Dit hangt met name af van de leeftijd en ook van de kennis en vaardigheid van de kandidaat. Ook als je vorig jaar brevet 6 hebt gehaald en nu nog geen E.H.B.O.-diploma hebt, kun je nu meedoen met het certificaat zwemmen. Als je wel een E.H.B.O.-diploma hebt, **mag** je voor een certificaat inschrijven of natuurlijk voor het diploma Zwemmend Redden Binnenwater A.

Je kunt jezelf opgeven door het inschrijfformulier in te vullen en mee te nemen naar de eerste les. Neem ook je zwemspullen mee, want we beginnen meteen met de cursus.

Als je verder nog vragen hebt: vanaf zaterdag 10 april zijn wij van 18.00 uur tot 19.30 uur altijd op het zwembad.



ZWEMMEND REDDEN

INSCHRIJFFORMULIER ZOMERCURSUS

Gegevens deelnemer

NAAM: _____ **M/V**

ADRES: _____

PLAATS: _____

GEB. DATUM: ____ -- ____ -- ____ **GEB. PLAATS:** _____

TELEFOONNR: _____ -- _____

E-MAIL adres: _____ @ _____

Lid van Neptunus '58 ja/nee

Eventuele opmerkingen (bijv. dyslexie, epilepsie, astma, ...):

Cursusgeld:	Neptunus'58 leden	Niet Neptunus'58 leden
<i>Brevet a, b, 1, 2</i>	€ 40,00	€ 70,00
<i>Brevet 3, 4, 5, 6</i>	€ 51,00	€ 75,00
<i>Certificaat Brons, Zilver, Goud</i>	€ 51,00	€ 75,00
<i>Diploma Binnenwater A, B</i>	€ 58,00	€ 92,00

Dit gedeelte zal door ons ingevuld worden.

Inschrijfgeld € , (afhankelijk van het diploma waarvoor je je inschrijft)

Zakboekje € 3,50 (eenmalig)

Leerboek € 17,75 (eenmalig en alleen vanaf brevet 6)

TOTAAL € ,

Begin juni wordt het bedrag van uw rekening afgeschreven.

Ondergetekende gaat akkoord met een eenmalige afschrijving van het aangegeven bedrag:

Naam: _____

Bankrekening nr: _____ Girorekening nr: _____

Handtekening:

SYNCHROONZWEEMMEN

Femke vd Hoeven geslaagd voor jurycursus "8"

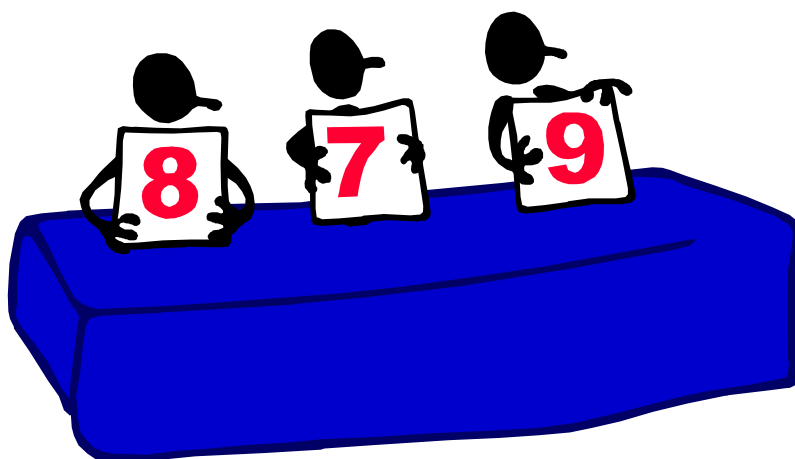
Om meisjes wedstrijden van synchroonzwemmen op junior- en seniorniveau te laten zwemmen, moeten er uiteraard ook juryleden geleverd worden. Nu er vier meisjes van Neptunus '58 op junior-niveau zwemmen, moest er dus ook op dat niveau een jurylid geleverd worden. Femke vd Hoeven heeft jaren geleden, samen met Farina van Liempd, de jurycursus "9" gevolgd, waarmee wedstrijden op Age 1 en Age 2 niveau gejureerd mogen worden.

De afgelopen maanden is Femke druk aan de slag gegaan om de "8"-cursus te mógen volgen. Daaraan worden namelijk een aantal eisen gesteld, onder andere het beoordelen van verschillende figuren- en uitvoeringenwedstrijden. Uiteindelijk moest er tijdens de cursus nog zo'n 25 uur theorie- en praktijkles gevolgd worden. Ook het examen was uitgebreid, met een theorie-examen en een praktijkexamen waarbij zowel figuren als soli, duetten en groepsnummers beoordeeld moesten worden.

Femke is geslaagd voor haar examens en mag dus vanaf nu jureren bij alle niveaus. Ook mag ze als scheidsrechter fungeren bij diplomasessies op aanloopniveau, waardoor Neptunus '58 nu geen juryleden van buiten de vereniging nodig heeft. Hierdoor kunnen we diplomasessies voortaan in Schijndel tijdens de trainingen organiseren en hoeven we niet meer op zaterdagochtend naar Eindhoven om daar samen met Synchro Team Eindhoven een sessie te organiseren.

Femke, namens alle zwemsters, trainsters en juryleden gefeliciteerd!

Ondertussen zijn er nóg twee juryleden bezig met een cursus. Henny Bozelie en Wilma vd Veerdonk volgen de cursus "9" om te mogen jureren bij wedstrijden van Age 1 en Age 2 niveau. Het theorie-examen en het eerste gedeelte van het praktijkexamen (de figuren) hebben ze al gehad en op 10 april volgt voor hen het derde en laatste deel: de uitvoeringen. Dames, veel succes!



Competitiewedstrijd 24 januari in Helmond

Zondag 24 januari 2010 haalden Yosca Bozelie en Alicia Suiker het Age-1 diploma synchroonzwemmen, want zij haalden meer dan 44 punten in de eerste figurenwedstrijd van dit jaar. De andere acht kandidaten op wedstrijdniveau (Age 2 en junioren) haalden geen diploma maar deden wel hun uiterste best op de nieuwe figuren, die voor de komende vier jaar vastgesteld zijn. Op aanloopniveau werden bijzonder goede resultaten behaald: twee bronzen medailleplaatjes, 5 zilveren en 5 gouden. En dat terwijl vijf meisjes nog nooit eerder aan een synchroonzwemwedstrijd hadden meegedaan.

Op **basishoudingniveau** behaalden Kelly van Esch, Julie van Gimst en Mirelle de Kort goud. Kelly en Julie scoorden dertig punten en Mirelle maar liefst 36, het maximale aantal punten en dat in haar allereerste wedstrijd! Christy Schoones (23) en Lisa van Esch (22) behaalden beiden brons. Zij zwommen ook voor het eerst een wedstrijd. Lisa had nog wat moeite met de rugligging, tubhouding en weer naar rugligging en Christy vond het 10 seconden op de buik blijven drijven nog erg lastig.

Op het **zeilbootniveau** was Lieke van Boxtel de enige zwemster van Neptunus '58. Haar basishouding op de buik en de zeilboot beurtelings gingen erg goed, met alleen maar drieën. Helaas ging de basishouding op de rug met de armen boven het hoofd iets minder goed, waardoor ze met 27 punten zilver behaalde.

Op **balletbeenniveau** scoorde Fiona Waddell net als de vorige wedstrijd goud, nu met 31 punten. Voor haar balletbeen kreeg ze van elk van de vijf juryleden een drie! Nika Bozelie behaalde zilver met een persoonlijk record van 26 punten. Dit is twee punten meer dan in voorgaande wedstrijden.

Bij het **spagaatniveau** was er goud voor Marian vd Hanenberg met 31 punten. De flamingohouding ging erg goed, met enkel drieën. Fieke Bouwmans had een iets mindere dag en kwam met 27 punten nog altijd tot zilver. Ook zij had geen enkele moeite met het aannemen van de flamingohouding. Het was de eerste keer dat Marian boven Fieke wist te eindigen op dit niveau.

De zussen Jilly en Sheren Braam kwamen uit op het **barracudaniveau**. Zij zwommen in het verleden al bij een andere vereniging en hebben een aantal maanden geleden het synchroonzwemmen weer opgepakt. Omdat ze het barracudadiploma nog niet hebben behaald, mogen ze nog niet op wedstrijdniveau uitkomen. Vandaar dat ze deze wedstrijd meededen op het hoogste aanloopniveau. Beiden behaalden zilver met 25 punten.

Op **Age 1** waren er twee meisjes van Neptunus '58: Yosca Bozelie en Alicia Suiker. Het was voor Alicia de eerste wedstrijd op dit niveau en ze behaalde meteen haar diploma. Ze scoorde met 45.104 ruim een punt meer dan nodig was voor het Age 1 diploma en eindigde als veertiende. Voor Yosca, die in november nog 38.592 punten haalde, was er eveneens een diploma. Zij verbeterde zich sterk en kwam nu tot 44.699 punten! Het leverde haar een zestiende plaats op. Beide meiden scoorden hoge cijfers voor het balletbeen, met voor Alicia zelfs een 6.0!

Op **Age 2** niveau waren er vijf meiden namens Neptunus '58. Voor het diploma zijn 45.000 punten vereist en Melanie van Dinther kwam daarbij het dichtst in de

buurt met 43.750 punten. Adelinde Schnitzeler volgde haar op de voet met 43.294 punten. Hanneke van Weert kwam tot 41.445 punten, Michelle Megens tot 40.643 en Sasha vd Bergh behaalde 37.457 punten. Voor Adelinde, Michelle en Sasha was het de eerste wedstrijd op dit niveau.

Ook op **Junioren** niveau waren er twee debutantes: Anne Oremans en Milly vd Veerdonk. Anne had wat moeite met de kiep split gesloten 180 en was zo lekker aan het draaien dat ze in plaats van een halve draai er een driekwart draai van maakte. Helaas kon de jury dat niet zo waarderen. Met hoge vieren en lage vijven maakte ze dit foutje bij de Ibis continuous spin weer helemaal goed. Milly kwam tot de conclusie dat dit niveau toch andere koek is dan Age 1 en Age 2 en dat hier elk klein foutje genadeloos afgestraft wordt. Vooral op haar minst favoriete figuur, de bruinvis hele draai, bleek dat. Ook Sandra Schellekens, die al langer op dit niveau zwemt, waren de nieuwe figuren even wennen en ook zij had moeite met de bruinvis hele draai. Uiteindelijk behaalde Milly de 23e plaats met 39.692 punten. Anne eindigde als 22e met 42.600 en Sandra scoorde met 44.501 punten de 19e plaats.

Vooral op Age 2 en Junioren was het te merken dat er pas korte tijd nieuwe figuren zijn. De meeste meiden, maar ook de juryleden hadden er nog wat moeite mee, met als gevolg grote verschillen tussen de beoordelingen van de juryleden. Michelle behaalde bijvoorbeeld een 4.0 en een 5.6, voor hetzelfde figuur! De laatste maanden van 2009 is er door de meiden van Neptunus '58 vooral getraind voor de showf en voor de wedstrijd van 20 december, die door hevige sneeuwval helaas afgelast werd. De afgelopen drie weken is keihard getraind om alle nieuwe figuren te leren. De volgende figurenwedstrijd is pas in juni, dus vanaf nu kan er rustig getraind worden om alle figuren te perfectioneren.

Behaalde clubrecords tijdens de wedstrijd:

Age 1

Yosca Bozelie	Kiepnus	5,973
Alicia Suiker	Duikelaar	9,533

Age 2

Melanie van Dinther	Bruinvis spindown 360	9,940
Michelle Megens en Hanneke van Weert	Overslag achterover	8,333
Adelinde Schnitzeler	Barracuda spin down 180	9,800

Junioren

Anne Oremans	Ibis continuous spin 720	13,813
Anne Oremans	Bruinvis hele draai	10,167
Sandra Schellekens	Dolco	14,260
Sandra Schellekens	Kiep split gesloten 180	12,583

WEDSTRIJDZWEMMEN

D1 17 januari in Sint-Oedenrode

Zondag 17 januari werd in Sint-Oedenrode de derde ronde van de D1-competitie gehouden. Tegenstanders waren Den Doorn (Almkerk) en Argo, de organiserende vereniging. Neptunus '58 kwam met 38 zwemmers in actie, die allen tweemaal van start gingen. Daarnaast gingen er ook nog zes estafetteteams het water in. Het leverde de Schijndelse ploeg 53 pr's op.

Er werd ook een flink aantal medailles veroverd. Goud was er voor Indy Jongman op de 50 vlinder en de 50 rug. Ze verbeterde haar persoonlijke record op de vlinderslag met ruim drie seconden. Gijs Deelen was de snelste op de 50 school dankzij een pr van twee seconden en is nog slechts één seconde verwijderd van de limiet voor de Brabantse Kampioenschappen. Delane Lathouwers verraste met een pr van maar liefst 6,5 seconde en werd daarvoor beloond met een gouden plak. De laatste gouden medaille was voor Sandra Schellekens, die op de 100 vrij iedereen te snel af was. Aniek Pennings behaalde brons op de 50 vlinder en zilver op de 50 vrij, waarop ze haar pr met een volle seconde aanscherpte. Elke Schellekens zwom zich ook tweemaal naar het podium: ze haalde zilver op de 200 rug en brons op de 50 vrij. Shirley Voets leverde op de 100 rug en 200 wissel een identieke prestatie: op beide afstanden een pr (verbeteringen van anderhalve en zes seconden), clubrecords en ook beide keren binnen de limiet voor de Brabantse Zomer kampioenschappen. De laatste zwemmer met twee medailles was Roel vd Kleij. Hij behaalde brons op de 200 school en zilver op de 100 vrij. Wessel Verhoeven en Katie Brunnen behaalden beiden op de 25 vlinder een bronzen medaille. Katie was ruim twee seconden sneller dan ooit. Jeroen Trimbach verbeterde zijn beste tijd op de 100 rug met vier seconden en behaalde eveneens brons. Er werden helaas ook een aantal vierde plaatsen gehaald. Zo belandde Wessel op de 50 rug net naast het podium en overkwam Anouk van Os hetzelfde op de 50 school, ondanks een pr van een seconde. Kyra Jongman verbeterde haar beste tijd op de 100 rug met twee seconden, maar kwam net tekort voor een medaille. Anouk van Lokven (200 school en 100 vrij), Bo Sluijpers (50 vlinder en 50 vrij) en Lisa Smits (50 vrij en 200 rug) werden zelfs tweemaal vierde. Op de 200 meter wisselslag tikte Jeroen als vierde aan, maar verbeterde wel zijn persoonlijke record met tien seconden.

Behalve bovenstaande prestaties wisten een aantal zwemmers hun persoonlijke toptijden met meerdere seconden aan te scherpen. Gijs Deelen zwom na zijn gouden 50 school ook nog een pr van bijna acht seconden op de 100 rug en zijn tussentijd na 50 meter was ook twee seconden sneller dan ooit. Marleen van Dijk en Jeroen van Dinther verbeterden hun beste tijd op de 50 vlinder met maar liefst vijf seconden. Macs vd Doelen zwom 2,5 seconde sneller dan ooit op de 50 school en scherpte ook zijn tijden op de 50 en 100 rug aan, met maar liefst 2,5 en bijna vier seconden. Amy Heeren was op de 50 school 2,5 seconde sneller dan ooit en op de 100 rug dook ze acht seconden onder haar oude toptijd. Delane Lathouwers was op de 50 vrij, na zijn gouden 50 vlinder, twee seconden sneller dan voorheen. Luc vd Loo zwom op de 50 school bijna vijf seconden dan

hij ooit deed. Zijn broer Tom verbeterde zich op de 50 vlinder met vier seconden. Demi van Os deed daar nog een schepje bovenop en zwom 6,5 seconde sneller dan haar oude pr. Valerie Messerschmidt wist op de 50 rug haar beste tijd zeven seconden scherper te stellen. Kim vd Spank was op de 50 school vier seconden sneller dan haar oude toptijd, terwijl Daphne Voets op de 50 vlinder bijna drie seconden onder haar oude toptijd dook.

Ook tijdens de estafettes was Neptunus '58 succesvol. Op de 4 x 100 vrij werden Lisa, Anouk van Helvoirt, Elke en Shirley derde. Aan het einde van de middag stond de 4 x 50 wissel meisjes t/m 15 jaar op het programma, waarbij Neptunus '58 maar liefst drie teams had ingeschreven. Team 1 (Anouk van Helvoirt, Anouk van Lokven, Shirley en Bo) werd tweede. Zoë (met een nieuw pr op de 50 rug als startzwemster), Daphne, Aniek en Demi werden vierde en Vera, Rachel, Lies en Marleen werden zesde. Tot slot zwommen de jongens en meiden tot en met 11 jaar de 4 x 25 meter schoolslag. Hier waren er twee teams van de Schijndelse vereniging. Gijs, Amy, Noud en Anouk van Os werden tweede. Macs, Fabiënne, Pim en Kyra tikten als vijfde aan.



De medaillewinnaars

Coopertest 18 januari in Schijndel

Maandag 18 januari werd er alweer voor de vijftiende keer de coopertest gehouden. Anouk van Lokven, Esra Pennings, Sandra Schellekens en Jeroen Trimbach deden elke keer mee. Wessel Verhoeven zwom voor het eerst mee.

Na de coopertest kan er gekeken worden naar verschillende voorgaande coopertests. Het is het meest interessant om te vergelijken met exact een jaar geleden en met de vorige keer (in dit geval september 2009). Vergeleken met januari 2010 zwom Delane Lathouwers maar liefst 125 meter meer: 685 meter nu. Dat beginnende wedstrijdzwemmers in een jaar tijd veel verbeteren, is eerder regel dan uitzondering. Extra bijzonder is het daarom dat Jeroen Trimbach, die al zes jaar lid is, zich met maar liefst 85 meter verbeterde. Ook Shirley Voets, net zo lang lid van Neptunus '58, zwom veel meer dan een jaar geleden: 65 meter

meer. Tom vd Loo zwom 75 meter meer en Rachel Brunnen 65 meter. Marleen van Dijk en Kyra Jongman kwamen nu 60 meter verder. Indy Jongman verbeterde zich met 55 meter. Valerie Messerschmidt en Daphne Voets zwommen exact twee banen meer. Verdere grote verbeteringen ten opzichte van een jaar geleden waren er voor Anouk (35) en Martijn (40) Eickmans, Anouk (35) en Demi (45) van Os, Aniek Pennings en Lara vd Ven (beiden 40 meter meer). Ten opzichte van september verbeterde Jeroen zich met 65 meter. Roel vd Kleij liet de grootste verbetering ten opzichte van vier maanden geleden noteren, 85 meter, maar zijn 875 meter van deze keer is nog altijd onder zijn persoonlijke record. Delane kwam, net als Tom vd Loo en Pepijn Peters 55 meter verder dan in september vorig jaar. Luc kwam twee banen verder, terwijl Aniek en Lara naast elkaar tot een verbetering van respectievelijk 40 en 45 meter kwamen. Marleen en Anouk Eickmans kwamen 40 meter verder en Manissa vd Brand en Daphne 35 meter. Het viel veder op dat Elke en Sandra Schellekens exact even ver kwamen als in september.

Gemiddeld werd er 28 meter verder dan een jaar geleden en 24 meter meer dan in september gezwommen.

NK Masters 22-23 januari in Vlaardingen

Op 22, 23 en 24 januari worden in Vlaardingen de Open Nederlandse Masters Kampioenschappen Korte Baan gezwommen. Namens Neptunus '58 nam Sandra Schellekens op vrijdag 22 en zaterdag 23 januari deel aan deze wedstrijd. Op vrijdagmiddag startte ze met haar favoriete afstand, de 1500 meter vrije slag. Sandra ging erg voortvarend van start en was na 800 meter al zes seconden sneller dan ooit. Ze kon het tempo goed volhouden en na een constante race eindigde ze 37 seconden sneller dan haar oude toptijd, gezwommen in november vorig jaar. Dit betekende uiteraard ook een verbetering van haar eigen clubrecord. Deze prestatie was goed voor een bronzen medaille in de categorie 25+, waarin Sandra sinds 1 januari 2010 uitkomt. Later zwom ze op de 200 rug anderhalve seconde boven haar beste tijd en werd ze vierde. Een dag later stonden er nog drie afstanden op het programma. Op de 200 vrij, waarop ze dit seizoen haar pr al tweemaal verbeterde, bleef ze een seconde boven haar beste tijd en tikte ze als zesde aan. Op de 100 vlinder eindigde ze als negende. Op de slotafstand van dit NMK, de 400 vrij, bleef ze slechts drie tiende van een seconde boven haar beste tijd. Het betekende voor de tweede keer een vierde plaats. Alle tijden van Sandra betekenden tevens masterrecords, aangezien ze de eerste dame in de categorie 25+ is binnen Neptunus '58 sinds de invoering van de masterrecords.

Speedo 24 januari in Uden

Zondag 24 januari hebben negen zwemmers in Uden meegedaan aan de derde Speedo-wedstrijd van het seizoen. De zwemmers kwamen in totaal 23 keer aan de start en verlieten het bad weer met 24 persoonlijk records, twee clubrecords, vier gouden, drie zilveren en twee bronzen medailles. Bij de minioren 6 (1998) viel Gijs Deelen driemaal in de prijzen. Op de 100 vrij haalde hij zilver, op de 100 rug brons en op de 100 school wederom zilver. Op de rug verbeterde hij zijn persoonlijke toptijd van slechts één week oud met bijna drie seconden en op de

school was hij een seconde sneller dan ooit. Noud van Boven had de pech om tweemaal als vierde aan te tikken. Op de vrije slag was hij bijna vijf seconden sneller dan zijn oude toptijd en miste hij het podium op slechts 0.06 seconde. Op de rugslag was hij kwarttel eerder bij de kant dan een week geleden en op de afsluitende 100 school werd hij zesde met een pr van een seconde. Macs vd Doelen werd zesde op de vrij, zevende op de rug en vierde op de school, ondanks een pr van drie seconden. Op de 100 rug wist hij zijn één week oude pr alweer uit de boeken te schrappen. Hij was nu 2,5 seconde sneller en ook na 50 meter was hij nog niet eerder zo snel; de verbetering halverwege was maar liefst drie seconden! Tot slot stond de 100 school op het programma. De trend van de middag werd doorgezet: wederom een medaille en wederom de vierde plaats voor Neptunus '58. Gijs verbeterde zijn pr met ruim een seconde en behaalde zijn tweede zilveren medaille van de middag. De meest vervelende plaats, de vierde, was dit keer voor Macs, hoewel hij zijn pr met drie seconden aanscherpte. Noud werd zesde en was iets meer dan een seconde sneller dan ooit. Bij de meisjes minioren 5 (1999) behaalden Kyra Jongman en Anouk van Os medailles. Op de 100 school was Anouk de snelste en met een pr van bijna een seconde veroverde ze de gouden medaille. Kyra maakte het feest compleet door met een pr van 4,5 seconde het brons te behalen. Op de 100 vrij zwom Kyra vijf seconden sneller dan ooit en behaalde ze zilver. Anouk zwom maar liefst acht tellen sneller dan ooit tevoren, maar moest helaas toch genoegen nemen met de vierde plaats. Wel zwom ze in één race twee persoonlijke records, want ook na 50 meter was ze nog niet eerder zo snel (een verbetering van een seconde). De middag werd afgesloten met de 100 rug, waarop Kyra goud behaalde. Ze zwom 0.02 seconde sneller dan een week eerder tijdens de competitiewedstrijd. 0.02 seconde was ook precies de marge die Anouk boven haar beste tijd bleef. Zij eindigde als vijfde. De jongste zwemster van Neptunus '58 bij deze Speedo-wedstrijd was Indy Jongman (2001). Op de 100 school was ze acht seconden sneller dan tijdens de eerste Speedo-wedstrijd van het seizoen (in oktober) en verbeterde daarmee het clubrecord met drie seconden. Na 50 meter was ze 0.09 seconde sneller dan ooit en verbeterde daarmee haar eigen clubrecord. Ze won met deze prestatie de gouden medaille. Ook op de 50 vlinder was ze iedereen te snel af, maar helaas wist ze haar pr niet te verbeteren. Tot slot zwommen de junioren (1997) de 200 wissel en 200 school. Jeroen van Dinther was op beide afstanden de beste Schijndelse zwemmer. Op de wisselslag verbeterde hij zijn persoonlijke record met ruim dertien seconden en werd zevende. Op de schoolslag bleef hij iets boven zijn beste tijd en tikte als zesde aan. Delane Lathouwers werd tiende op de 200 wissel, een afstand die hij voor het eerst zwom. De 200 school zwom hij in oktober en die afstand was toen goed voor drie persoonlijke records (50, 100 en 200 meter). Nu ging het een stuk sneller, met als resultaat wederom drie pr's. Hij verbeterde zijn beste tijden met respectievelijk een halve, drieënhalve en elf seconden en behaalde daarmee de veertiende plaats. Martijn Eickmans zwom op de 200 wissel drie seconden onder zijn oude toptijd en wist na de eerste twee banen zijn pr op de 50 vlinder, van slechts één week oud, met een halve seconde aan te scherpen. Op de 200 school tikte hij als dertiende aan en verbeterde zijn oude toptijd met meer dan veertien seconden.

Limiet 7 februari in Breda (50)

Zondag 7 februari hebben vier dames en vier heren meegedaan aan een lange limietwedstrijd in Breda: de eerste start in het 50-meterbad was om 14.00 uur, terwijl het einde rond 19.00 uur verwacht werd. De eerste afstand was de 400 vrij. Shirley Voets zwom deze afstand voor het eerst in een 50-meterbad. Vanaf de eerste baan lag ze ver voor op de rest van het veld en bouwde deze voorsprong gedurende de acht banen alleen maar verder uit. Na 400 meter was ze maar liefst twintig seconden sneller dan haar oude pr en acht seconden sneller dan het oude clubrecord dat op naam van Anouk van Helvoirt stond. Na 200 meter was ze negen seconden sneller dan ooit in het 50-meterbad. Daarna volgde de 50 school, met vier dames: Anouk van Lokven, Lara vd Ven, Sandra Schellekens en wederom Shirley. Die laatste zwom nog nooit de 50 school in een 50-meterbad, terwijl het voor Sandra maar liefst 7,5 jaar geleden was dat ze deze afstand in het lange bad zwom. Shirley bleek de snelste van de vier, Anouk bleef iets boven haar beste tijd, Lara verbeterde haar pr uit het 50-meterbad met bijna een seconde en Sandra zwom bijna veertien seconden sneller dan in 2002 (tot dan het oudste pr van de actieve wedstrijdzwemmers van Neptunus '58). Ook Jeroen en Mark van Dinther zwommen deze afstand. Beiden zwommen hun snelste tijd in het 25-meterbad in oktober van vorig jaar. Jeroen zwom maar liefst twaalf seconden onder zijn drie jaar oude 50-meterbad pr. Mark zwemt vaker in een 50-meterbad en bleef nu iets boven zijn beste tijd. Op de 50 vrij startten Lara, Roel vd Kleij, Jeroen Trimbach en Jeroen van Dinther. De tijden van Roel en Jeroen Trimbach stonden al sinds 2006 en vooral Jeroen had weinig moeite om zijn lang bad pr aan te scherpen, aangezien die acht seconden trager was dan zijn huidige persoonlijke record. In Breda kwam er zelfs een pr voor een 25-meterbad op de klokken! Ook Lara zwom nog niet eerder zo snel en dook een halve seconde onder haar snelste tijd. De andere Jeroen zwom ongeveer een seconde sneller dan ooit in een 50-meterbad, terwijl Roel slechts 0.04 seconde boven zijn 50-meterbad pr bleef. Roel, Mark en Jeroen Trimbach zwommen de 50 rug. Mark was de snelste van de drie en verbeterde zijn pr lang bad (uit 2006) met bijna elf seconden. Zijn pr uit het 25-meterbad werd met bijna een seconde scherper gesteld. Jeroen deed daar weinig voor onder: hij was tien seconden sneller dan in 2006, maar zwom zelfs anderhalve seconde sneller dan in het 25-meterbad! Roel zwom een seconde sneller dan in 2007 in het 50-meterbad. Daarna zwommen Lara en Mark de 200 wissel. Voor Lara de eerste keer dat ze deze afstand in het 50-meterbad zwom, maar ze deed het uitstekend. Hoewel ze het zelf niet lekker vond gaan, wist ze tot haar eigen verbazing wel haar pr uit het 25-meterbad aan te scherpen. Mark zwom een mooie race, maar het ontbrak hem aan snelheid en hij bleef dan ook boven zijn beste tijden. De 100 vrij kende vier deelnemers: Anouk, Roel, Jeroen en Jeroen. Jeroen Trimbach zwom deze afstand nog nooit in een 50-meterbad, maar zwom een keurige tijd. Anouk zwom boven haar beste tijd, maar was toch tevreden. Roel bleef net niet onder de minuut. Jeroen van Dinther was in het 50-meterbad al ooit vijftien honderdste van een seconde sneller dan nu in Breda. Tot slot zwom Sandra de 800 vrij, maar door het lange wachten en het warme water kwam er geen pr op de klokken.

Masterwedstrijd 7 februari in Hoogerheide

Zondag 7 februari heeft Frank Hovenier meegedaan aan een masterwedstrijd in Hoogerheide. Hij kwam daar uit op drie afstanden. Op de 25 vrij evenaarde hij zijn pr en nam daarmee het clubrecord over van Arno van Os. Doordat Frank sinds 1 januari 2010 in de categorie 25+ uitkomt, is deze tijd ook goed voor een nieuw masterrecord. Op de 25 vliender zwom hij een fractie boven zijn beste tijd, maar ook hier waren er een clubrecord en een masterrecord voor hem. Op de 100 vrij verbeterde hij zijn persoonlijke toptijd uit oktober 2009 met vier tiende van een seconde, wederom een masterrecord. Zijn tussentijd na 50 meter was ook goed voor een masterrecord. Op alle afstanden was hij de snelste.

Techniekwedstrijd 8 februari in Schijndel

Maandag 8 februari was het weer tijd voor een techniekwedstrijd. Vier trainers beoordeelden in totaal zeventien zwemmers op de vlinderslag, rugcrawl, schoolslag en borstcrawl.

Vier zwemmers wisten goud te behalen. Dit verdien je als je in totaal 300 punten gescoord hebt. Je hebt dan gemiddeld een 7,5 voor elke slag. Let wel: geen enkele zwemmer zwemt perfect, dus als je goud hebt, wil dat niet zeggen dat je niet meer op je techniek hoeft te letten! Indy Jongman haalde 308 punten. Voor de rugcrawl kreeg ze een 8. Delane Lathouwers en Martijn Eickmans scoorden allebei 303 punten. De schoolslag van Martijn werd met een 8 beoordeeld. Amy Heeren was de vierde gouden zwemmer met 301 punten.

Alle andere zwemmers behaalden zilver. Een unicum, want nog niet eerder werd er geen brons behaald (en nee, de trainers waren niet omgekocht met chocoladebollen, appelflappen of iets anders!). Pepijn Peters deed voor het eerst mee aan de techniekwedstrijd, maar scoorde al 292 punten. Fabiënne Messerschmidt en Katie Brunnen kwamen allebei tot 291 punten, terwijl Kim vd Spank het uitstekend deed met 290 punten. Haar verbetering was spectaculair: maar liefst 24 punten meer dan de vorige keer! Pim de Crom behaalde 288 punten, tien punten meer dan ooit. Noud van Boven presteerde het om net als de vorige keer 286 punten te behalen. Tom vd Loo verbeterde zich met dertien punten tot 279 punten, één punt meer dan Macs vd Doelen. Valerie Messerschmidt scoorde 275 punten en Wessel Verhoeven, die voor het eerst meedeed behaalde 275 punten. Ook Anouk Eickmans en Jeffrey Voets zijn ontzettend veel vooruit gegaan. Nu scoorden ze allebei met 268 punten zilver, terwijl ze de vorige keer met 253 en 243 punten nog brons haalden. Luc vd Loo scoorde 264 punten, twee punten meer dan de vorige keer.

Swimkick 28 februari in Schijndel

Zondag 28 februari werd in Schijndel de derde Swimkick-wedstrijd van het seizoen gezwommen. Maar liefst 175 zwemmers waren ingeschreven voor deze wedstrijd, maar doordat er erg veel afmeldingen waren en deze allemaal verwerkt moesten worden, kon de wedstrijd veel later beginnen dan gepland.

De elf zwemmers van Neptunus '58 waren in goede vorm, want het regende weer persoonlijke records. Bij de minioren 4-5-6 viel Wessel Verhoeven in de prijzen met brons op de 25 meter schoolslag. Zijn tijd was tevens goed voor een nieuw clubrecord. Op de 25 rug werd hij vierde. Op beide afstanden zwom hij

een persoonlijk record. De andere zwemmers in deze leeftijdsgroep zwommen de 50 school en 50 rug. Luc vd Loo behaalde op beide afstanden een zilveren medaille dankzij twee persoonlijke records. Op de 50 rug was hij meer dan twee seconden sneller dan zijn oude toptijd. Ook Jeffrey Voets zwom twee persoonlijke records. Op de schoolslag werd hij 23e en op de rugslag eindigde hij als 14e. Fabiënne Messerschmidt eindigde op de 50 school knap als zesde. Op de rugslag verbeterde ze haar pr met bijna een seconde en werd ze achtste. Haar zusje Valerie eindigde als twintigste op de schoolslag, waarop ze haar toptijd aanscherpte. Op de rugslag eindigde ze als 25e. Katie Brunnen werd 22e op de 50 school en was drie seconden sneller dan ooit. Op de rug eindigde ze als zeventiende. Anouk Eickmans werd 24e op de schoolslag. Op de 50 rug zwom ze ruim twee seconden sneller dan ooit en werd zestiende.

De junioren zwommen de 100 school en 100 rug. Pepijn Peters en Isa vd Ven zwommen beiden naar goud op de schoolslag en zilver op de rugslag. Pepijn zwom vier persoonlijke records, want ook zijn tijdens na 50 meter waren goed voor pr's. Isa zwom pr's op de 50 en 100 school van respectievelijke één en vijf seconden. Op de 100 rug was ze exact vijf seconden sneller dan ooit. Marleen van Dijk en Tom vd Loo maakten het feest op de 100 school compleet, want zij behaalden beiden brons. Net als Pepijn zwom ook Tom vier persoonlijke records. Op de rugslag was hij 0.2 en acht seconden sneller dan ooit. Op de schoolslag was hij 0.04 en 2.4 seconden sneller dan zijn oude toptijden op de 50 en 100 meter. Marleen verpulverde op de schoolslag haar persoonlijke records: na 50 meter was ze 5,5 seconde sneller dan ooit en na 100 meter precies elf. Op de 100 rug was ze twee seconden sneller dan ooit.

Ook in de estafettes 4 x 25 vrij werd er goed gezwommen. Marleen, Katie, Wessel en Luc werden eerste en Fabiënne, Anouk, Valerie en Isa eindigden als negende.



Limiet 28 februari in Eindhoven (50)

Terwijl in Schijndel de Swimkick-wedstrijd in volle gang was, hebben vier zwemmers op zondag 28 februari in Eindhoven meegedaan aan een wedstrijd in het 50-meterbad. Frank Hovenier was het meest succesvol. Op de 50 rug verbeterde hij zijn persoonlijke record met 0.35 seconde tot 32.72. Dit is bijna een seconde sneller dan ooit in een 50-meterbad. Op de 100 vrij verbeterde hij zijn pr van slechts drie weken oud (toen gezwommen in een 25-meterbad) met 0.07 seconde tot 1.01.44. Op de 50 vrij zwom hij 27.52, wat 0.04 sneller was dan in 2006! Shirley Voets zwom op de 400 vrij na een snelle opening weer twee seconden sneller dan drie weken geleden. Toen zwom ze haar beste tijd in

Breda in het 50-meterbad. Nu kwam ze tot 5.22.41 en verbeterde daarmee tevens het clubrecord. Op de 100 vrij was ze met 1.08.07 een fractie langzamer dan haar beste tijd in het 50-meterbad. Mark van Dinther scherpte zijn 50-meterbad pr op de 50 vrij aan tot 28.02, wat een verbetering van een halve seconde was. Op de 50 school en 50 rug bleef hij boven zijn beste tijden. Sandra Schellekens was de vierde zwemster. Op zowel de 400 vrij als de 200 school bleef ze boven haar persoonlijke records.

LAC 5 maart in Veghel

Vrijdag 5 maart hebben twee zwemmers meegedaan aan een LAC-wedstrijd in Veghel. LAC staat voor Lange Afstands Circuit en lang waren de afstanden zeker. Sandra Schellekens zwom de 2000 meter vrije slag. Helaas zwom ze geen persoonlijk record en bleef ze net niet binnen het half uur. Terwijl Sandra nog bezig was, startte Martijn Eickmans voor de zwaarste afstand binnen de zwemsport, de 400 meter wisselslag. Het was voor hem de eerste keer dat hij deze afstand zwom. Martijn eindigde na 8.01.63.

D1 14 maart in Schijndel

Zondag 14 maart werd de vierde competitiewedstrijd van het seizoen gezwommen. In de Molen Hey ontving Neptunus '58 zwemmers van Argo uit Sint-Oedenrode en van Hydra uit Gemert. Namens Neptunus '58 doken er 41 zwemmers het water in en in 81 starts werden er maar liefst 69 persoonlijke records gezwommen! Verder werden er ook nog drie clubrecords gezwommen.

Het eerste programma van de middag was de 4 x 100 wissel dames, waarbij Elke Schellekens meteen op de rugslag al de toon voor een geweldige middag zette met een pr op de 100 meter rugslag. Daarna maakten Anouk van Lokven, Shirley Voets en Sandra Schellekens het af. Ze bereikten de derde plaats. In het volgende programma, de 4 x 50 vrij voor jongens tot en met 15 jaar werd er wederom een derde plaats behaald, maar dat gebeurde met spectaculaire tijden. Jeroen Trimbach zwom als startzwemmer ruim een seconde onder zijn beste tijd en voor het eerst onder de magische grens van 30 seconden. Daarna volgde Jeroen van Dinther en ook hij zwom meer dan een seconde sneller dan ooit. Camiel Maseland kon natuurlijk niet achter blijven en zwom bijna twee seconden onder zijn oude pr! Mark van Dinther maakte het daarna mooi af met een tijd die ook onder zijn beste tijd lag. Ook aan het einde van de middag werden er nog estafettes gezwommen. Op de 4 x 50 wissel werden Zoë Hellings, Lara vd Ven, Aniek Pennings en Bo Sluijpers vierde. Demi van Os, Rachel Brunnen, Daphne Voets en Marleen van Dijk eindigden op plaats vijf. De zwemmers van 8 en 9 jaar, Wessel Verhoeven, Katie Brunnen, Valerie Messerschmidt en Indy Jongman, tikten als derde aan op de 4 x 25 vrij.

Ook op de persoonlijke starts werd uitstekend gezwommen. Indy Jongman behaalde goud op de 50 meter schoolslag in een nieuw clubrecord en zwom later ook nog naar het brons op de 50 vrij. Gijs Deelen en Isa vd Ven zwommen beiden naar het brons op de 100 meter schoolslag. Gijs was maar liefst vier seconden sneller dan zijn oude toptijd en ook Isa was nog niet eerder zo snel. Bij de junioren viel Aniek Pennings tweemaal in de prijzen. Op de 50 rug was ze 0.6 seconde sneller dan ooit en behaalde ze zilver. Op de 200 wissel scherpte ze

haar persoonlijke record aan met zeven seconden en deze tijd was goud voor het brons. Één plaats hoger op datzelfde podium stond Lara vd Ven, zij verbeterde haar pr met bijna acht seconden. Ook Mark van Dinther ging met twee medailles naar huis. Op de 100 meter schoolslag was hij de snelste. Op de 200 vrij moest hij na een mooie race met een Rooise concurrent het goud laten gaan, maar dankzij een pr van bijna vier seconden behaalde hij wel zilver. Shirley Voets was de snelste op de 100 meter wisselslag en veroverde op de 200 meter schoolslag dankzij een persoonlijk record van maar liefst vijftien seconden een zilveren medaille. De tijd op de schoolslag was tevens goed voor een nieuw clubrecord. Bij de senioren werden er ook vier medailles behaald door zwemmers van Neptunus '58. Elke Schellekens zwom op de 100 meter vlinderslag naar het brons dankzij een verbetering van haar beste tijd met maar liefst bijna zes seconden. Op de 100 rug verbeterde ze haar snelste tijd (die aan het begin van de middag tijdens de estafette gezwommen was) nog eens met een seconde en hierdoor eindigde ze als tweede. Roel vd Kleij zwom naar het goud op de 100 meter vlinderslag, in een pr en clubrecord én goed voor een startbewijs voor de Brabantse Zomer Kampioenschappen. Op de rugslag verbeterde hij zijn beste tijd met 0.6 seconde en behaalde brons.

Behalve bovenstaande zwemmers werd er ook door de rest van de 41 zwemmers tellende ploeg uitstekend gezwommen. Bij de zwemmers uit 1998 en 1999 vielen gigantische verbeteringen te noteren. Zo was Isa vd Ven op de 100 vrij maar liefst negen seconden sneller dan ooit. Gijs Deelen verbeterde zijn beste tijd op deze afstand met bijna vijf seconden en deze tijd ligt slechts twee seconden boven de Brabantse limiet. Op de 100 school was Kyra Jongman vier seconden sneller dan ooit en was na 50 meter bijna twee seconden sneller dan haar oude toptijd. Macs vd Doelen verbeterde zijn pr met vijf seconden. Bij de 96-ers en 97-ers stond de 50 rug en 200 wissel op het programma. Op de 50 rug waren er in totaal twaalf starts voor Neptunus '58 en álle starts werden omgezet in een persoonlijk record! Lara vd Ven was twee seconden sneller dan ooit, terwijl Jeroen van Dinther, Demi van Os en Bo Sluijpers anderhalve seconde van hun toptijden af zwommen. Rachel Brunnen verbeterde haar pr met drie tellen en Tom vd Loo deed dat met vier seconden. Delane Lathouwers zorgde voor de grootste verbetering van de middag door meer dan tien seconden onder zijn oude toptijd te zwemmen. De zware 200 meter wisselslag werd door velen voor het eerst gezwommen, maar leverde goede tijden op. Van de zwemmers met ervaring op deze afstand was er voor Bo een pr van 2,5 seconde. Delane was zes seconden sneller dan ooit. Anouk van Helvoirt verbeterde haar pr op de 100 school met een halve seconde. Jeroen Trimbach was op deze afstand maar liefst negen seconden sneller dan zijn pr van een jaar geleden. Zijn pr op de 50 meter werd met vier seconden aangescherpt. Op de 200 vrij zwom Anouk van Lokven naar een pr van vier seconden op. Ook Jeroen verpulverde op deze afstand zijn beste tijd: hij was nu maar liefst twaalf seconden sneller dan ooit! Camiel Maseland verbeterde zijn pr op de 100 wissel met vijf seconden en op de 200 school met drie seconden. Manissa vd Brand verbeterde haar beste tijd op de 200 school, van nog geen twee maanden oud, met maar liefst zes seconden. Bij de heren verbeterde Frank Hovenier op de 100 vlinder zijn pr uit 2005 met een seconde en op de 100 rug was hij bijna een seconde sneller dan ooit.

Speedo 21 maart in Veldhoven

Zondag 21 maart werd alweer de vierde Speedo-wedstrijd van het seizoen gezwommen. Een week na de zeer succesvolle competitiewedstrijd stonden de nog jonge zwemmers vroeg naast hun bed voor een pittige Speedo-wedstrijd. De wedstrijd werd namelijk in Veldhoven gehouden en dat betekent om 09.30 uur inzwemmen. Voordeel is wel dat je de hele middag vrij hebt! De wedstrijd werd een groot succes, want in zeventien starts werden er 25 pr's gezwommen.

Bij de minioren 2-3 zwom Indy Jongman de 100 vrij en 100 rug en op beide afstanden veroverde ze een gouden medaille. Dit was beide keren vooral te danken aan een erg sterke laatste baan. Op de vrije slag verbeterde ze haar persoonlijke record met bijna twee seconden en op de rugslag was ze ruim vier seconden sneller dan ooit. Bij de meisjes minioren 5 waren er twee zwemsters namens Neptunus '58: Kyra Jongman en Anouk van Os. Zij hadden een zwaar programma, met allereerst de 200 wissel. Anouk debuteerde op deze afstand met een negende plaats. Vooral haar schoolslag was erg sterk. Kyra behaalde verrassend de zilveren medaille en verbeterde onderweg ook nog haar beste tijd op de 50 meter vlinderslag, met maar liefst negen seconden. Daarna zwommen de meiden de 100 meter vlinderslag. Hierbij was er goud voor Kyra. Ze was na de eerste 50 meter weer sneller dan tijdens de 200 wissel, verbeterde aan de finish haar beste tijd met ruim vijftien seconden. Ook Anouk zwom een uitstekende race en zwom eveneens twee pr's in één race. Na 50 meter was ze twee seconden sneller dan ooit en na 100 meter maar liefst 11! Ze eindigde als zevende. Bij de jongens minioren 6 twee zwemmers: Noud van Boven en Gijs Deelen. Gijs zwom een erg sterke 100 vlinder en net als Anouk en Kyra 'opende' ook hij met een pr na 50 meter. Een verbetering van negen seconden! Na 100 meter was hij tien seconden sneller dan ooit en eindigde hij als vijfde. Op de wisselslag opende onder zijn beste tijd op de 50 vlinder van vóór deze wedstrijd en ging daarna goed door, waardoor hij als zesde eindigde. Noud van Boven zwom ook een keurige race op deze zware afstand en liet de twaalfde tijd klokken. De junioren zwommen de 200 rug en 200 vlinder. Op de 200 rug eindigde Bo Sluijpers als zevende met een persoonlijk record van bijna twee seconden. Amy Heeren werd veertiende met een pr van 6,5 seconde. Haar beste tijd op de 50 rug werd ook scherper gesteld. Rachel Brunnen eindigde op plaats vijftien en liet behalve een pr op de 200 meter (debuut op deze afstand) ook een pr op de 100 meter noteren. Ze verbeterde zich met een kwart tel. Delane Lathouwers zwom ook voor het eerst de 200 meter rugslag, maar had zelfs nog nooit een 100 meter rug gezwommen. Hierdoor zwom hij dus twee pr's en eindigde hij als twaalfde. Op de 200 vlinder was Amy nog nooit verder gekomen dan 25 meter in een wedstrijd, dus de acht banen werden een echte uitdaging voor haar. Rachel zwom wel al ooit de 100 vlinder, maar mocht zich nu opmaken voor de dubbele afstand. Bo en Delane hadden wel al ervaring op deze afstand. De bikkels hielden de acht banen allemaal knap vol. Op de vlinderslag waren er voor Amy drie pr's (50-100-200), voor Rachel twee (100 en 200, met een pr van zes seconden op de 100 meter) en voor Delane één (pr van negen seconden na 200 meter). Bo eindigde als zevende. Amy wist dankzij een sterk slot nog net Rachel voorbij te zwemmen, waardoor Amy negende werd en Rachel tiende. Delane liet de negende tijd klokken.

ONDER DE KEP

De redactie is erg blij met de verslagen die Wessel Verhoeven en zijn moeder Ciska naar de redactie van jullie clubblad stuurden. Wessel is speler in het E-team, onder 11 jaar. Via Ciska kreeg de redactie ook een verslag van de moeder van Carlijn van Kemenade, Jacqueline. Hopelijk volgen in het nieuwe seizoen een aantal waterpoloërs hun voorbeeld en staat de Drietand bomvol met verslagen van de wedstrijden van alle teams.



Lutra GE1 - SWNZ E1 op 16 januari

Ze hadden er allemaal weer ontzettend veel zin in om te gaan poloën na de vakantie. Ze waren met zessen dus er was maar één wissel. Lutra begon heel sterk, in de eerste 30 sec waren ze al voor het doel te vinden, maar helaas zat de paal in de weg. De spelers van SWNZ werden dus ook meteen wakker en gingen in de aanval waar Wessel al snel het eerste doelpunt scoorde. Nadat Maartje een paar goede ballen van de tegenstander had gehouden maakte Pepijn het 2e doelpunt. Ze hadden de smaak te pakken en Wessel scoorde een derde punt en zo maakte ze de eerste periode af met een stand van 3-0. In de tweede periode werd het een spannende strijd. Ondanks dat SWNZ voor stond moest er wel voor gewerkt worden. Lutra maakte hun eerste doelpunt, waarna onze spelers weer allemaal in de aanval gingen en Pepijn het met een mooi schot het vierde doelpunt maakte. Zo eindigt de tweede periode met een mooie voorsprong. De derde periode kwam Lutra goed terug ze gingen nu ook in de aanval en met succes het tweede doelpunt werd al snel gemaakt. Door de strijdlust van Maikel en de goede verdediging van Lonneke en Carlijn werd het ze niet bepaald makkelijk gemaakt en kwamen ze ook niet verder dan 4-2. In de vierde periode werd helaas voor Lutra de vrije worp afgekeurd omdat deze rechtstreeks op het doel was genomen. De strijdlust was bij onze spelers weer helemaal terug en ze gingen er weer goed tegenaan. Met een beetje geluk maakte Wessel het vijfde doelpunt vanuit een vrije worp. Lutra liet het er niet bij zitten en deed een goede poging maar het mocht helaas niet meer baten. De penalty werd gestopt door Maartje waarna Wessel het laatste doelpunt scoort en ze de wedstrijd winnen met 6-2. Het was een spannende wedstrijd waarin ze het allemaal super hebben gedaan.

Groetjes de fanclub.

Arethusa GE1 - SWNZ E1 op 6 maart

Vandaag heeft SWNZ een wedstrijd gespeeld tegen Arethusa. Arethusa staat aan kop in de competitie. Het werd een zware klus. In de eerste periode scoorde Arethusa al snel het eerste doelpunt, waarna Pepijn al snel het tweede doelpunt scoorde en zorgde voor een 1 -1 stand. Zo ging het gelijk op en gingen we naar de tweede periode. Lonneke van SWNZ scoorde de tweede goal, toen scoorde Arethusa nog twee keer. Onze keepster raakte geblesseerd, waardoor wij nog maar 1 wissel hadden. Toen was de stand 3-2 voor Arethusa. Toen gingen we de derde periode in. Deze periode scoorde Maikel al heel snel. Daarna heeft Arethusa nog 3 keer gescoord. Toen de vierde periode begon scoorde Arethusa al heel snel drie goals en toen was de stand 9-3 voor Arethusa. En toen was de wedstrijd afgelopen.

Het was een hele spannende wedstrijd. Met de complimenten van onze coach, de tegenstanders en de fanclub gingen we toch met een goed gevoel naar huis.

Groetjes Wessel Verhoeven.

De Treffers GE1 - SWNZ E1 op 13 maart

Deze week waren we te gast bij de Treffers 1 uit Rosmalen. De Treffers staan op de vierde plaats en wij op de zesde: het belooft een spannende wedstrijd te worden. Ze hebben er allemaal weer zin in en met de nieuwe de caps zien ze er nog mooi uit ook. Wat gespannen en met een afwachtende houding beginnen ze de eerste periode. Na een halve minuut liggen ze al voor het doel van de tegenstander maar helaas gaat de bal er net niet in. De treffers komen al snel in het spel en scoren in de tweede minuut het eerste doelpunt. SWNZ wordt steeds feller maar ze gaan toch naar de tweede periode met een 2-0 achterstand. De tweede periode zijn ze er toch wel op gebrand om de achterstand weg te werken en al snel scoort Maikel het eerste doelpunt. Al snel daarna kwam Manon met een mooi schot maar helaas net niet in het doel (volgende keer gaat dat zeker wel gebeuren). Net na de eerste minuut maakt Wessel de gelijkmaker 2-2. Dat lieten de Treffers niet gebeuren en scoorde al snel het derde doelpunt. Ze kwamen steeds beter in de wedstrijd en Pepijn maakte in de laatste minuut 3-3 en toch naar de derde periode met een achterstand van 4-3. De derde periode waren de treffers vast besloten om de achterstand zo te laten en al snel scoorde het 5de en 6de doelpunt. Dat kon SWNZ niet laten gebeuren en gingen er tegenaan. Pepijn en Maartje zorgden voor een 6-5. In de laatste minuut maken de Treffers het 7-5 maar ze liggen dan ook met 5 spelers in het water, helaas had de scheidsrechter het niet door waardoor het doelpunt wel telde. Zo gaan we naar de vierde periode. Al snel is de stand al 8-5 en nog maar twee minuten te gaan. Het fanatisme kwam terug en Pepijn maakte het 8-6. Al heel snel daarna maakte



Wessel het 7de doelpunt en Maikel maakte in de laatste minuut nog een mooie gelijkmaker. Ze hebben ons een spannende wedstrijd laten zien waarin ze allemaal ontzettend hard gewerkt hebben.

Mijn complimenten, De Fanclub.

SWNZ E1 – Njord E1 op 20 maart (Jacqueline van Kemenade)

We begonnen vol goede moed aan de wedstrijd, dit omdat wij 6de en zij 9de staan in de competitie. In het eerste deel van de wedstrijd kwam er een doel van Njord en Pepijn kwam even later met een aanvalsschot maar deze miste. In het 2de deel van de eerste helft metst de tegenstander en kwam Wessel met een tegen schot maar deze belandde bij de keeper. In de eerste deel van de tweede helft scoorde Pepijn. Er werd weer een tegen doel gemaakt en het schot van Pepijn kwam tegen de lat. Pepijn kwam voor het doel van de tegenstander in een strijd waar hij ondanks een paar aanvallen niet kon scoren en de bal uiteindelijk achter kwam. Een aanval van schot van Maikel belandde bij de keeper. Na de rust kwam er een tegen schot die gelukkig tegen de paal ging. Maikel gooide helaas te zacht om te scoren. Uiteindelijk kwam er nog een tegen goal. De eindstand was 1-6. Zij waren beter en het zal ook mee gespeeld hebben dat er bij hun steeds 2 spelers van '98 in lagen, waarvan 1 de keeper.

SWNZ tegen ZEESTER-MEERVAL

Na de nederlaag van vorige week moesten ze vandaag aan de slag tegen Zeester-Meerval. Zeester-Meerval staat genoteerd op een 3e plaats en ons team staat op een 6e plek.

Ze moeten de strijd aangaan met maar één wissel op de bank.

De 1^e periode: Al heel snel ligt Zeester-Meerval voor het doel maar Maartje Kessel weet de beide ballen uit het doel te houden. Toch lukt het ze om na ander halve minuut om het 1-0 te maken. SWNZ laat de moed niet zakken en gaat ervoor en maken het na 2 minuten 1-1 Het is een spannende strijd.

De 2^e periode: Ze beginnen sterk met een mooie pass naar Pepijn maar helaas gaat de bal er net niet in. Zeester-Meerval vind het genoeg geweest en gaat als een speer. Al snel wordt het 2-1 waarna nummer 3, 4 en 5 ook al snel volgden. Al doen onze kids nog zo goed hun best ze komen net te kort.

De 3^e periode: Al staan ze met 5-1 achter ze geven het niet zomaar op en door de goede prestatie van Maartje Kessels in het doel kunnen ze het doelsaldo beperken tot een 6-1. De frustratie groeit en dat laten ze dan ook wel eens zien, maar het levert alleen maar strafseconden op (niet meer doen Wessel). De strijd is nog niet gestreden en wederom scoort Pepijn Six.

De 4^e periode: Ze worden moe maar gaan gewoon door en daar is dan het 7^e doelpunt voor Zeester-Meerval. Ze hebben nog ruim een minuut te gaan en zijn vast besloten om nog een keer te gaan scoren. En ja hoor daar is hij dan het derde doelpunt gemaakt door Pepijn Six.

Al is het 7-3, ze kunnen toch tevreden terug kijken, het was een mooie wedstrijd.

De Fanclub

Rooster

Zaterdag 10 april

Team	Tijd	Wedstrijd	Zwembad	Plaats
GD1	18:30	Zeester-Meerval GD1 - SWNZ GD1	Delfino	Uden
H2	18:45	Arethusa 2 - SWNZ 2	Golfbad Oss	Oss
GC1	19:00	HZPC Horst GC1 - SWNZ GC1	De Berkel	Horst
D1	19:15	Wiekslag 1 - SWNZ 1	De Hooght	Papendrecht

Zondag 11 april

Team	Tijd	Wedstrijd	Zwembad	Plaats
GC2	18:15	SWNZ GC2 - Lutra GC1	De Molen Hey	Schijndel
GE1	18:45	SWNZ GE1 - Lutra GE1	De Molen Hey	Schijndel
H1	19:15	SWNZ 1 - DIO 1	De Molen Hey	Schijndel

Zaterdag 17 april

Team	Tijd	Wedstrijd	Zwembad	Plaats
D1	19:45	SWNZ 1 - Aqua-Novio'94 1	De Molen Hey	Schijndel
H2	20:30	SWNZ 2 - SBC-2000 2	De Molen Hey	Schijndel
GE1	16:45	Argo GE1 - SWNZ GE1	Z.I.B.-Best	Best
GC2	17:15	Argo GC1 - SWNZ GC2	Z.I.B.-Best	Best
H1	19:00	HZPC Horst 1 - SWNZ 1	De Berkel	Horst

Zondag 18 april

Team	Tijd	Wedstrijd	Zwembad	Plaats
GD1	18:15	SWNZ GD1 - DBD GD1	De Molen Hey	Schijndel
GC1	18:15	SWNZ GC1 - RZ GC1	Kwekkelstijn	Rosmalen
H3	18:45	SWNZ 3 - DBD 3	De Molen Hey	Schijndel

Zaterdag 24 april

Team	Tijd	Wedstrijd	Zwembad	Plaats
GC1	15:30	PSV GC1 - SWNZ GC1	De Tongelreep	Eindhoven
H1	19:00	De Treffers 2 - SWNZ 1	Kwekkelstijn	Rosmalen

Zondag 25 april

Team	Tijd	Wedstrijd	Zwembad	Plaats
GC2	18:15	SWNZ GC2 - Merlet GC1	De Molen Hey	Schijndel
GE1	18:45	SWNZ GE1 - De Treffers GE2	De Molen Hey	Schijndel
H2	19:15	SWNZ 2 - DZT 2	De Molen Hey	Schijndel
GD1	19:30	De Treffers GD1 - SWNZ GD1	Kwekkelstijn	Rosmalen

INSCHRIFFFORMULIER

Ondergetekende

(indien minderjarig een van de ouders of verzorgers) verklaart dat hij/zij, haar/zijn dochter/zoon, lid wenst te worden van Neptunus'58.

Persoonlijke gegevens aspirant lid

Naam: _____ Voornaam: _____

Geb. datum: _____ geslacht: man vrouw (Aankruisen wat van toepassing is)

Is in het bezit van de volgende zwemdiploma's:

Eventuele opmerkingen (bijv. epilepsie, astma, suikerziekte, motorische achterstand, gedragsproblemen, speciale school):

Adres

Straat: _____ Huisnummer: _____

Postcode: _____ Woonplaats: _____

Tel.nr. _____ E-Mail: _____

Zwemdisciplines

(aankruisen wat van toepassing is)

- Zwemvaardigheidswemmen
- Waterpolo
- Wedstrijdswemmen
- Synchroonzwemmen
- Master & Recreatief zwemmen

In te vullen door discipline coördinator

Indeling:	<input type="checkbox"/> wo	<input type="checkbox"/> za	Datum: _____	Par.: _____
Startvergunning:	<input type="checkbox"/> ja		Datum: _____	Par.: _____
Startvergunning:	<input type="checkbox"/> ja		Datum: _____	Par.: _____
Startvergunning:	<input type="checkbox"/> ja		Datum: _____	Par.: _____
			Datum: _____	Par.: _____

Machtiging

Ondergetekende gaat akkoord met automatische afschrijving in vier termijnen van de jaarlijkse contributie en inschrijfgeld: ja nee (Aankruisen wat van toepassing is.)

NB. Indien niet akkoord met automatische afschrijving moet de totale jaarcontributie binnen 1 week na ontvangst van de rekening worden voldaan en moet er rekening gehouden worden met jaarlijks € 5,00 aan administratie kosten.

Bankrekeningnr. _____ Girorekening nr. _____

Het inschrijfgeld wordt bij de eerste afschrijving geïncasseerd.

De incassodata zijn 1 september, 10 november, 25 januari en 1 april.

Ondertekening

DATUM VAN INSCHRIJVING: _____ HANDTEKENING: _____

FORMULIER INLEVEREN BIJ DE DESBETREFFENDE DISCIPLINELEID(ST)ER

KLEURPLAAT

Zo nu en dan denkt de redactie speciaal kinderen van onze iets oudere leden en aan Vandaar dat er deze keer weer een mooie kleurplaat in het blad staat.

aan de jongste leden, aan de onze toekomstige leden.



© LOOK@T BV