Waterspetje !

Nieuwsbrief van de afdeling
Wedstrijdzwemmen MSV Zeemacht

www.zeemacht.nl

www.facebook.com/Zeemacht.WSZ
@Zeemacht_WSZ

December 2016

Wedstrijdagenda

Datum	*Wedstrijd*	*Zwembad*	*Bijzonderheden*
December			
4	ZV de Zaan limietwedstrijd	Zaandam	Aanschrijving verstuurd
11	Swimkick-Minioren circuit, deel 2	Alkmaar	Aanschrijving verstuurd
11	Junioren-Jeugd circuit, deel 2	Den Helder	Aanschrijving verstuurd
15/18	Amsterdam Swim Meet	Amsterdam	Aanschrijving verstuurd
17	Zuyderzee Masters Circuit, deel 4	Lelystad	Aanschrijving verstuurd
17	Oliebollentoernooi	Hoorn	Aanschrijving verstuurd
18	WZ&PC 2e Limietwedstrijd	Purmerend	Aanschrijving verstuurd
29-30	Orca Christmas Swim	Leeuwarden	
Januari			
7	Zuyderzee Masters Circuit, deel 5	Zwolle	
7/8	Regio Kampioenschappen kb	Purmerend	limieten
14/15	Regio Kampioenschappen kb	Alkmaar	limieten
19/21	ONMK kb (Masters)	Maastricht	
25/29	NJJK Korte Baan	Eindhoven	limieten

Nieuws

Van het bestuur & technische commissie

100 jaar MSV Zeemacht
Op 1 januari 2017 bestaat onze vereniging 100 jaar. Dit gaat natuurlijk gepaard met de nodige activiteiten. Allereerst zal er een jubileumkrant uitkomen met daarin allerlei artikelen over de historie van MSV Zeemacht. Ook onze afdeling zal in de krant zijn aandeel hebben. Verder zal er op 19 februari een optreden zijn van het koor van MSV Zeemacht. Op 8 april is er een receptie voor oud- en nieuwe leden en genodigden. Op 1 juli zal er een sport- en speeldag wezen voor de leden en familieleden. Meer informatie zal nog volgen.

Wel is men op zoek naar foto's uit het verleden. Dus als iemand nog ergens foto's heeft uit het verleden dan hoor ik het graag.

Van de trainers

Trainingen tijdens de Kerstvakantie
Ook in de Kerstvakantie trainen wij zoveel mogelijk door. Er wordt alleen niet getraind op maandag 26 December en dinsdagochtend 27 December. De dinsdagmiddagtraining van 27 December en alle andere dagen in de Kerstvakantie gaan dus wel door.

Sinterklaastraining & Techniekwedstrijd
Zaterdag 3 December hebben wij bij de zaterdagochtendtraining van 8 tot 9 een speciale Sinterklaastraining. Om deze reden is de techniekwedstrijd voor de rugslag verplaatst naar zaterdag 10 December.

Nieuwe tijdwaarnemers

Zonder officials is er geen zwemwedstrijd want een gemiddelde zwemwedstrijd heeft zomaar 18 tot 24 officials nodig! Als zwemvereniging moeten wij ook bij elke wedstrijd officials leveren, anders mogen onze zwemmers niet meedoen. Het is daarom prachtig dat drie ouders weer de cursus voor tijdwaarnemer hebben gevolgd en op zaterdag 19 November met succes hun examen hebben afgelegd. Margeet, Karina en Marjo, heel veel succes met het fungeren!

Promotie tijdwaarnemers

Niet alleen hebben wij nu nieuwe aspirant klokkers maar ook bij onze huidige tijdwaarnemers zijn er leuke dingen te melden. Bij de afgelopen Minioren-Junioren wedstrijd heeft Jeroen Stam zijn officiële bevoegdheid gehaald als tijdwaarnemer 4 en is Erwin van Boheemen gepromoveerd naar tijdwaarnemer 3. Allebei van harte gefeliciteerd!

FINA punten: hoe werkt dat?

Bij de Juttercup hebben wij gewerkt met een klassement gebaseerd op FINA punten. Sommige ouders vroegen zich af wat FINA punten nu zijn. Hieronder een korte uitleg.

Zwemtijden op alle courante afstanden kunnen worden omgezet in FINA-punten. Ieder jaar wordt door de FINA, de wereldzwembond, een lijst met “base times” (basistijden) samengesteld. Deze basistijden worden voor iedere slag en afstand bepaald en er zijn verschillende lijsten voor heren en dames, en voor korte baan (25m) en lange baan (50m). De tijden zijn een gemiddelde van de top 10 aller tijden voor de betreffende slag en afstand. Voor de korte baan worden de basistijden telkens vastgesteld op 30 juni, voor de lange baan op 31 december. Op basis van deze tijden worden de FINA punten uitgerekend. Daarvoor wordt een formule gebruikt. Een tijd die identiek is met de basistijd geeft 1000 punten, een snellere tijd een hoger puntenaantal en een langzamere tijd een lager aantal punten.

Het mooie is dat door gebruik te maken van de FINA-punten, prestaties van hele verschillende afstanden en zwemslagen toch met elkaar kunnen worden vergeleken. Bijvoorbeeld een snellere tijd op de 100 vrij ten opzichte van een 100 school kan toch minder punten opleveren omdat de tijd verder weg ligt van de basistijd. Zo is het met de Juttercup ook gegaan: elke tijd is omgezet in FINA punten en diegene die de hoogste FINA punten scoorde werd 1e. Het lijstje staat nog op onze website, dus je kan nog kijken hoe de puntenscores zijn geweest. Ook swimrakings.net geeft je FINA puntenscore bij elk van je tijden. Hiermee kan je zien op welke afstand en slag je eigenlijk je beste prestatie hebt geleverd.

De Juttercup: een persoonlijk terugblik

De Juttercup wedstrijd van afgelopen zondag 30 oktober verliep als een geoliede machine….en er werd nog krachtig gezwommen ook!

Wat een goede voorbereiding al niet vermag, je komt aan bij ons Heersdiep en alles is tot in de puntjes geregeld, alles staat klaar, alles werkt. Mede daardoor loopt de middag als de spreekwoordelijke trein. En het is nogal wat bij elkaar wat er gedaan moet worden, het lijkt simpel maar dat is altijd zo als dingen goed gaan, als er zonder koude drukte veel tegelijkertijd wordt gedaan door velen. Ik denk

daarbij aan ……
Tijdwaarneming klaar!
Alles getest, nog een keer getest, de mannen van de techniek hebben het helemaal voor elkaar.
Zwembad klaar!
Aanwijsbordjes dat werkt, als je iedereen zijn plaats wijst passen al die mensen er prima in.
Zwemmers klaar!
Na het geordende inzwemmen zit een ieder keurig op tijd klaar voor de eerste start.
Jury klaar!
Ruim op tijd nemen ze hun plaats in.
Tribune klaar! Speaker klaar! Fotograaf klaar! Loterij klaar! Catering klaar!
Het zit goed vol en de sfeer zit er direct in. En zo klinkt schijnbaar makkelijk vòòr 13.00 uur de duidelijke stem van de starter, de eerste serie gaat al van het blok!
Zal het een toeval zijn dat alle starts vlot verlopen? Vast wel, maar ik denk ook dat de rust in en rond het bad die een goede voorbereiding brengt daar zeker aan meewerkt.
Ook viel mij op dat zwemmers luid en duidelijk werden aangekondigd, een verademing.
Zoals gezegd het verliep uitstekend en vlot, nog belangrijker ….het was leuk!
Als er dan al een tip is voor de volgende keer dan zouden bij de prijsuitreiking achteraf een opstapje voor de speaker en een microfoon wellicht een aanvulling zijn die het voor hem of haar prettiger maken om te doen.

De Juttercup, wij kijken er met plezier op terug! Tot een volgende keer graag.

Pascale, Simone en Kees

Nieuwe clubrecords

Er wordt dit seizoen aardig hard gezwommen want een aantal clubrecords zijn gesneuveld. Op de website staat de nieuwe clubrecordlijst, hieronder de verbeteringen van dit seizoen tot nu toe:

200m Schoolslag MO10 *Nicole Nelissen* 3.45.94 op 18-09-2016 te Purmerend.
Dit record werd niet eerder gezwommen.
50m Rugslag JO12 *Michael van der Wal* 0.33.72 op 18-09-2016 te Purmerend.
Verbetering oud record van 0.35.23 gezwommen door Chris de Waal Malefijt op 25-02-2001 te Noord Scharwoude
4x100m Wisselslag estafette JO14 *Michael van der Wal, Kay Wijkman, Marco van der Wulp en Collin Schouten* 5.15.05 op 25-09-2016 in Eindhoven.
Verbetering oud record van 5.28.40 gezwommen door Collin Schouten, Mees Minneboo, Marco van der Wulp en Michael van der Wal op 14-05-2016 te Purmerend
4x100m Wisselslag estafette Dames *Suzanne van den Brink, Anouk van der Kruk, Suzanne Mosch en Tessa Mosch* 4.53.27 op 02-10-2016 in Purmerend.
Verbetering oud record van 4.53.94 gezwommen door Tessa Mosch, Annet Bakker, Elisa Kerkhoven en Marije de Winter op 18-03-2007 te Den Helder
200m Rugslag JO12 *Michael van der Wal* 2.30.63 op 30-10-2016 te Den Helder.
Verbetering oud record van 2.32.70 gezwommen door Matthijs Boers op 30-01-2004 te Alphen a/d Rijn

1500m Vrijeslag MO16 *Simone Anvelink* 18.35.88 op 04-11-2016 te Hoofddorp.
Verbetering oud record van 18.42.48 gezwommen door Simone Anvelink op 14-02-2016 te Leeuwarden
4x50m Wisselslag estafette Mix *Suzanne Mosch, Anouk van der Kruk, Christiaan Zwaal en Jordi de Nijs* 1.59.op 29 05-11-2016 te Hoofddorp.
Verbetering oud record van 1.59.99 gezwommen door Suzanne Mosch, Michael Bes, Christiaan Zwaal en Tessa Mosch op 23-01-2016 te Papendrecht
800m Vrijeslag MO16 *Simone Anvelink* 9.44.18 op 05-11-2016 te Hoofddorp.
Verbetering oud record van 9.54.35 gezwommen door Simone Anvelink op 14-02-2016 te Leeuwarden
200m Vrijeslag MO18 *Anouk van der Kruk* 2.13.18 op 13-11-2016 te Purmerend.
Verbetering oud record van 2.14.12 gezwommen door Tessa Mosch op 02-03-2008 te Den Helder
100m Rugslag JO12 *Michael van der Wal* 1.08.67 op 13-11-2016 te Purmerend.
Verbetering oud record van 1.11.97 gezwommen door Matthijs Boers op 11-06-2004 te Eindhoven
50m Rugslag JO12 *Michael van der Wal* 0.33.69 13 op 13-11-2016 in Purmerend.
Verbetering oud record van 0.33.72 gezwommen door Michael van der Wal op 18-09-2016 te Purmerend

Parade der limieten!

De Nederlandse Junioren & Jeugd Kampioenschappen en de regionale winterkampioenschappen komen er weer aan dus tijd om een tussenstand te maken van de behaalde limieten.

KNOW LIMITS

NJJK

Amber vd Kruk: **50, 100, 200, 400 vrij; 50, 100 rug; 50, 100 school; 200 wissel**
Michael vd Wal: **50, 100, 200 vrij; 50, 100, 200 rug; 200 wissel**
Collin Schouten: **400, 1500 vrij; 400 wissel**
Emma Riemers: **50, 200, 400, 800 vrij**

Regio Winterkampioenschappen

Simone Anvelink: **100, 200, 400 vrij; 100 vlinder; 200 wissel**
Michael Bes: **50 vlinder**
Suzanne vd Brink: **50,100,200,400 vrij; 50,100,200 rug; 50 vlinder; 200,400 wissel**
Jet Kleine: **50, 100, 200 vrij**
Amber vd Kruk: **50,100,200 vrij; 200 rug. IPC limieten: 400 vrij, 50,100 rug, 50,100 school, 200 wissel**
Anouk vd Kruk: **50,100,200,400 vrij; 50,100, 200 rug; 50,100,200 school; 50 vlinder; 200 wissel**
Mees Minneboo: **50 vrij**
Suzanne Mosch: **50m 100, 200 vrij; 50, 100, 200 rug; 50, 100 vlinder; 200 wissel**
Tessa Mosch: **50,100,200 vrij; 50,100,200 rug; 50,100 school; 50 vlinder; 200 wissel**
Raphaella Nelissen: **200 wissel**
Jordi de Nijs: **50m 100, 200,400 vrij; 100 school; 50,100, 200 vlinder; 200 wissel**

knzb ~ regio midwest

Emma Riemers: **50,100,200,400 vrij; 50,100 rug; 200 wissel**

Collin Schouten: **50m 100, 200,400 vrij; 50, 100, 200 rug; 50,100 vlinder; 200,400 wissel**

Rian Visser: **50,100 vrij; 50,100, 200 school; 50 vlinder**

Michael vd Wal: **50m 100, 200,400 vrij; 50, 100, 200 rug; 50,100 vlinder; 200 wissel**

Kyra Wesemann: **50,100,200 vrij; 200 rug; 200,400 wissel**

Liam Wesemann: **50,100, 200 school**

Boyd Wijkman: **50,100,200,400 vrij; 50,100,200 rug; 50,100 vlinder; 50,100,200 school; 400 wissel**

Kay Wijkman: **50,100,200 vrij; 50,100,200 rug; 50,100, 200 school; 50 vlinder; 200 wissel**

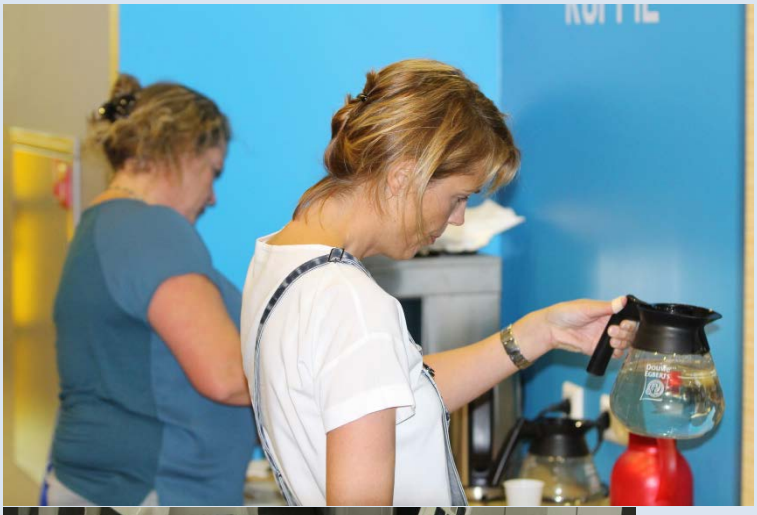
Kyra Wijnker: **50,100,200 vrij; 50 vlinder; 200 wissel**

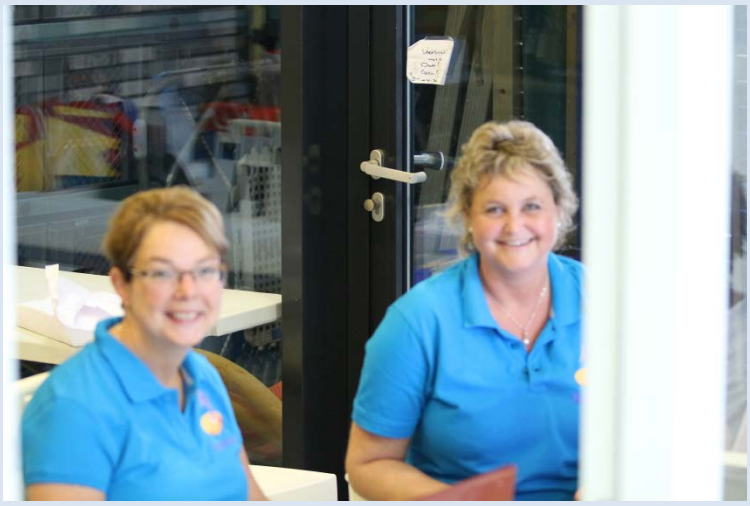
Marco vd Wulp: **50,100,200,400 vrij; 50,100 vlinder; 200,400 wissel**

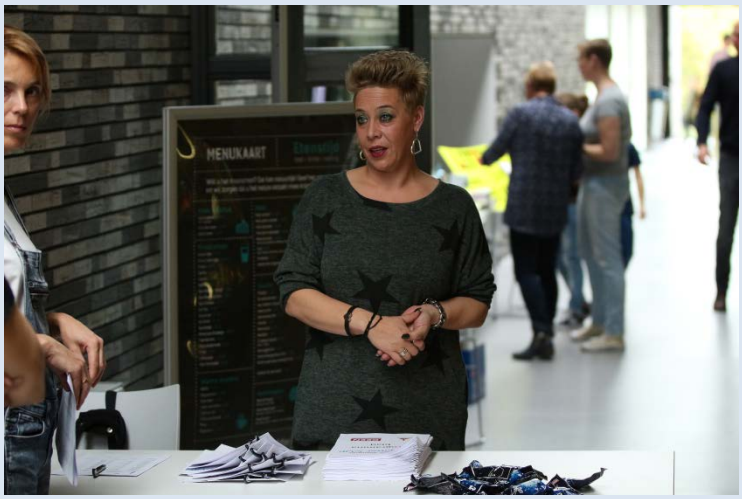
Christiaan Zwaal: **50,100,200 vrij; 50,100,200 school; 50,100,200 vlinder; 200,400 wissel**

Hulde aan onze vrijwilligers

Ze komen zelden in beeld maar hier een collage van een paar van onze ruim 20 vrijwilligers die actief waren bij de Juttercup. Kanjers!







Noord Hollands Dagblad 1 November 2016

Razendsnel water in Heersdiep

Landelijke toptijden bij eerste Juttercup * Ook zwemmers MSV Zeemacht doen duit in het zakje

Casper Duin
c.duin@hollandmediacombinatie.nl

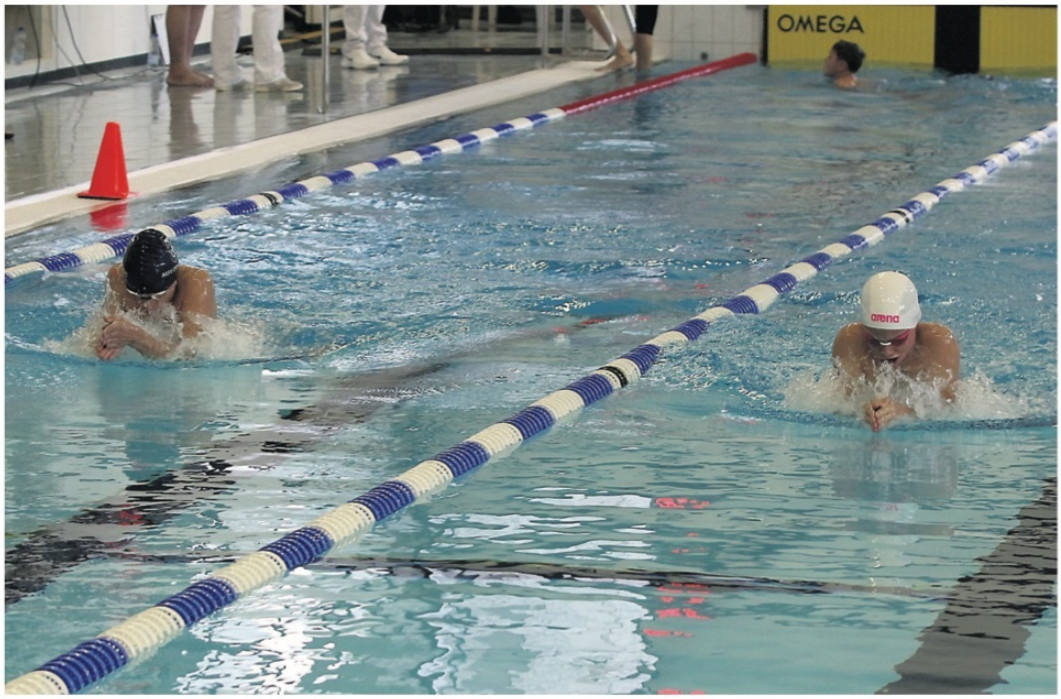
Den Helder * Beschikt het Helderse zwembad Heersdiep over razendsnel water? Tijdens de eerste editie van de MSV Zeemacht Juttercup-limietwedstrijd werden in ieder geval landelijke toptijden neergezet.
In totaal 140 zwemmers van tien verenigingen uit drie provincies namen aan het zwemfestijn in Den Helder deel. Het Heersdiep bleek een snel zwembad te zijn want er werd een aantal beste Nederlandse seizoenstijden bij verschillende jeugdcategorieën gezwommen. Jelmer Koopman (De Forel/Wolvega) zette de beste Nederlandse seizoenstijd neer op de 200 meter vlinderslag en Noa Teuben (FZC'54-De Vikingen uit Franeker) zwom deze op de 200 meter schoolslag.

Clubrecord

Michael van der Wal en Collin Schouten (beiden MSV Zeemacht) zwommen respectievelijk de snelste Nederlandse seizoenstijd op de 200 meter rugslag en 400 meter wisselslag. De tijd van Van der Wal was tevens een nieuw clubrecord.
De thuisploeg, MSV Zeemacht, was sowieso op dreef met vele persoonlijke records en een totale oogst van twintig medailles. Bij de junioren en jeugd won Amber van der Kruk in het overallklassement goud en Michael van der Wal en Boyd Wijkman zilver. Brons was er voor Kyra Wesemann en Kay Wijkman. Ook de minioren van Zeemacht deden het goed. Thijmen van Boheemen won eenmaal goud en twee keer zilver, Pascale Goed één keer goud, tweemaal zilver en één bronzen plak. Lyndsey vd Wal veroverde één gouden medaille, clubgenoot Ceylin Heemskerk één zilveren en twee bronzen. Eenmaal zilver en evenzoveel brons was er voor Libhin Boon, net als voor Nicole Nelissen. Koen Peters won bij zijn debuut voor MSV Zeemacht brons op de 50 meter schoolslag.
Amber van der Kruk is één van de zeven zwemmers van MSV Zeemacht, die vanaf vrijdag in Hoofddorp mag deelnemen aan de Nederlandse kampioenschappen op de korte baan. Bij deze wedstrijd zullen alle Nederlandse zwemtoppers in actie komen, inclusief zwemmers die uitkwamen bij de Olympische Spelen in Rio de Janeiro. Het is zeven zwemmers van MSV Zeemacht gelukt om zich te kwalificeren voor deze prestigieuze wedstrijd.

Jeugdselectie

De deelneemster die op de meeste afstanden uitkomt is Amber van der Kruk. Zij heeft zich gekwalificeerd voor 5 IPC nummers: de 50, 100 en 200 meter vrije slag, en de 50 en 100 meter schoolslag. De Julianadorpse zal bij deze wedstrijd niet uitkomen voor Zeemacht maar voor de Nationale Paralympische jeugdselectie waarvoor zij begin dit seizoen is gescout. Zus Anouk van der Kruk heeft zich gekwalificeerd voor de 50 meter schoolslag en neemt al voor het tweede jaar deel aan deze kortebaankampioenschappen.
Simone Anvelink zal uitkomen op de lange afstanden, de 800 en 1500 meter vrije slag. Voor Anvelink is dit haar eerste seniorenkampioenschap na een aantal jaar succesvol te hebben deelgenomen aan Nederlandse Junioren- en Jeugdkampioenschappen. Christiaan Zwaal komt uit op de korte sprintafstanden, de 50 meter vrije slag en 50 meter vlinderslag. Tenslotte zullen Jordi de Nijs, Suzanne Mosch en Kyra Wesemann het gezelschap complementeren op de 4x200 vrije slag dames en de 4x50 wisselslag mixed.



Zeemacht-zwemmers Mees Minneboo (links) en Kay Wijkman in actie tijdens de Jutter Cup. FOTO ANTON VAN DER WULP

NJJK limiet voor Emma Riemers

Door: Redactie DHA | Datum:22 Nov 16 - 08:45 | Reageer:

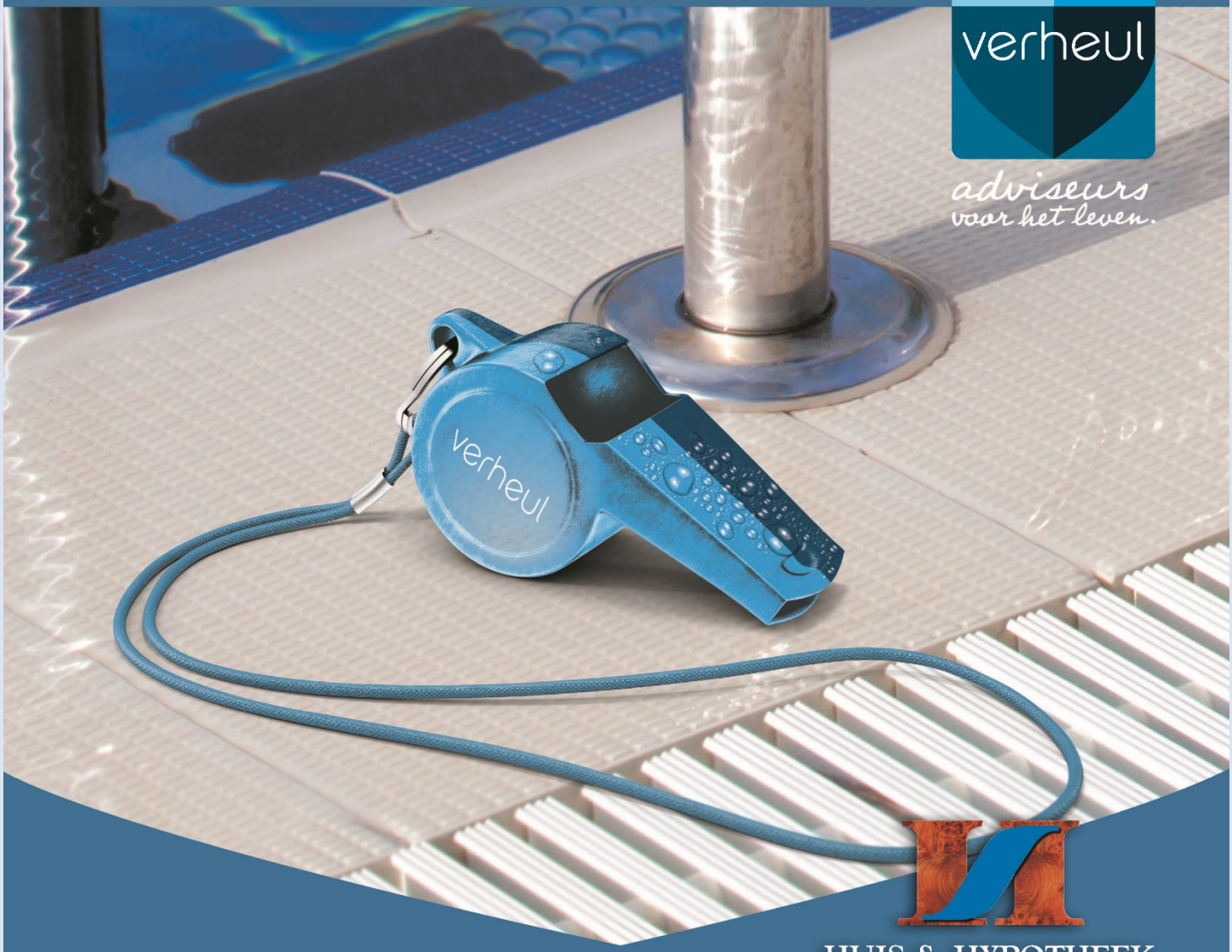
Den Helder – De junioren wedstrijdzwemmers van MSV Zeemacht waren afgelopen weekeinde actief bij de lange afstandswedstrijd in Leeuwarden. Emma Riemers zwom op de 800 meter de limiet voor de Nederlandse Junioren & Jeugd Kampioenschappen (NJJK).

Haar nieuw persoonlijk record was tevens de snelste tijd die dit seizoen in Nederland is gezwommen in haar leeftijdscategorie.

Collin Schouten dook wederom onder de NJJK limiet voor de 1500 meter vrije slag in een nieuw persoonlijk record, vlak boven de 20 minuten grens. Mees Minneboo zwom maar liefst meer dan 1 minuut van zijn PR op de 1500 meter vrije slag af.

VERHEUL GEEFT 25 EURO VOOR DE CLUBKAS!

verheul
adviseurs voor het leven.



HUIS & HYPOTHEEK

Leden van MSV Zeemacht afdeling Wedstrijdzwemmen die een nieuwe relatie wordt van kantoor Verheul, maken wij **Gratis vriend van Zeemacht**!
Hierdoor wordt de clubkas eenmalig met **25 euro** gevuld.

Voor meer informatie neem contact op met Anton van der Wulp van Verheul bereikbaar op 06-54 605 000.

Verheul, adviseurs voor het leven

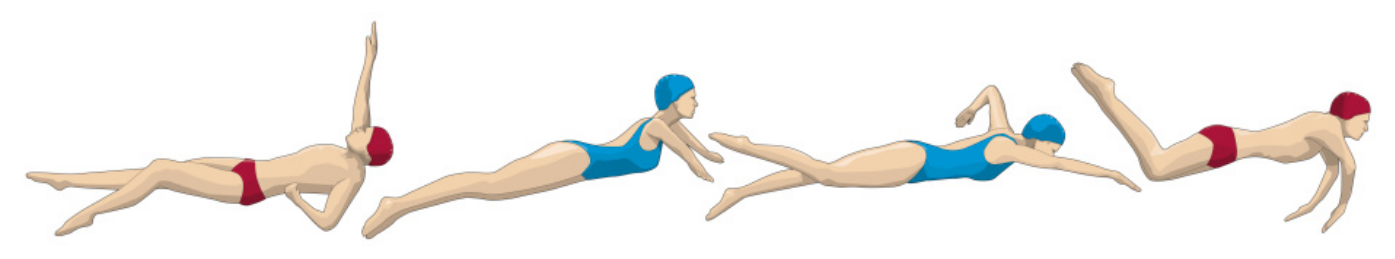
Verheul l Huis & Hypotheek:
Molenvaart 26 | 1761 AE Anna Paulowna | tel. 0223 - 747433

FFP CFP NVHP RFBA

www.phverheul.nl

NVM funda

Wedstrijdverslagen



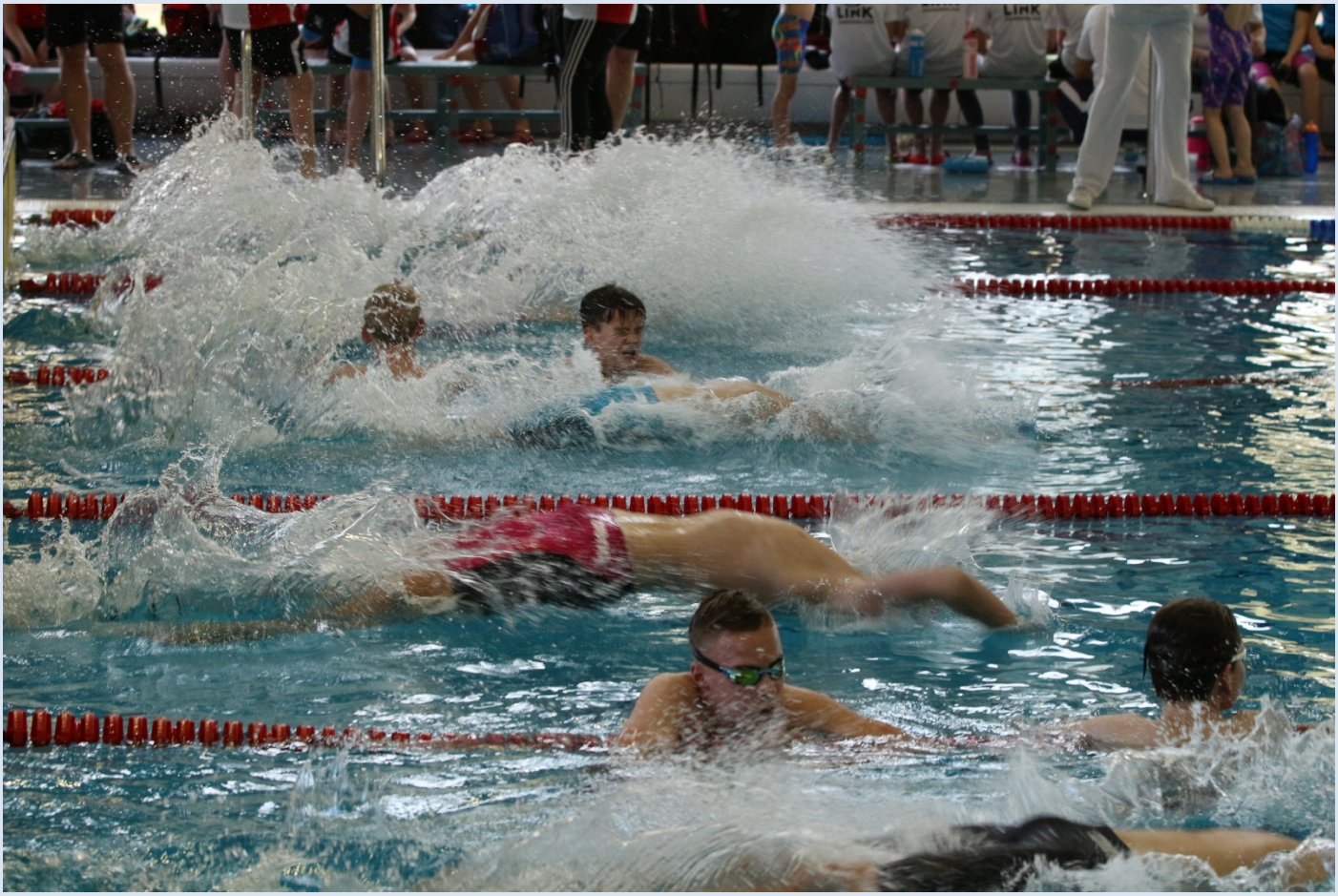
Juttercup limietwedstrijd in Den Helder

Zondag 30 Oktober was het zover: onze eigen jeugdlimietwedstrijd, de Juttercup, in ons thuisbad. En wat een geweldige wedstrijd is het geworden. Dankzij de inzet van vele vrijwilligers is de wedstrijd heel soepel verlopen en was alles prachtig te volgen op het grote scorebord. Onze zwemmers deden het super want er werden maar liefst 64 PRs gezwommen! Daarnaast waren er nog eens 20 medailles, een clubrecord voor Michael en een NJJK limiet voor Collin op de 400 wissel.

Bij de junioren en jeugd overall klassement won Amber goud, Michael en Boyd zilver en Kyra en Kay brons. Ook onze minioren deden het goed. Thijmen won 1x goud en 2x zilver, Pascale 1x goud, 2x zilver en 1x brons, Lyndsey 1x goud, Ceylin 1x zilver en 2x brons, Libhin 1x zilver en 1x brons en Nicole 1x zilver en 1x brons. Koen won bij zijn debuut brons op de 50 meter schoolslag.

Met zoveel PRs wordt het een lang verhaal om ze allemaal op te noemen dus hier volgt alleen de opvallende grote verbeteringen. Op de 100 vrij waren er dikke PRs voor onder meer Quinty (-11 sec), Malika (-9 sec), Raphaella (-3 sec), Libhin (-4 sec), Daphne (-3 sec), Mathijn (-18 sec), Liam Boon (-5 sec), Leon (-3 sec) en Marco (-3 sec). Op de 50 school zwommen onder andere Libhin (-3 sec), Kyara (-2 sec) en Lyndsey (-2 sec) PRs. Sterke verbeteringen op de 100 rug kwamen van Lara (-5 sec), Mathijn (-12 sec) en Leon (-7 sec). Op de 200 vrij werden grote sprongen gemaakt door Quinty (-22 sec), Lara (-11 sec) en Malika (-7 sec). Op de 200 rug haalde Michael 3 seconden van zijn PR af, wat goed was voor een nieuw clubrecord. Onder andere Esra (-9 sec), Malika (-4 sec) en Quinty (-3 sec) zwommen PRs op de 100 school.

Vrijwel iedereen zwom een PR wat aangeeft dat niet alleen ons thuisbad snel is maar dat een thuiswedstrijd ook extra motivatie geeft. Het is duidelijk dat dit naar meer smaakt!



ONK in Hoofddorp

Op de Open Nederlandse Kampioenschappen (ONK) Korte Baan kwamen Amber, Anouk, Kyra, Suzanne, Christiaan, Simone en Jordi in actie. Amber behaalde telkens de finale en zwom in totaal op 5 afstanden een persoonlijk record. Op de 50 school werd ze 4^{e} van Nederland. Ze eindigde verder als 6^{e} op de 100 vrij en 100 school en 7^{e} op de 50 en 200 meter vrij. Ook Simone was in uitstekende vorm. Ze eindigde als 9^{e} van Nederland op de 1500 vrij in een nieuwe PR (-7 sec) en clubrecord. Ook op de 800 meter was er een dik PR (-9 sec) en clubrecord, goed voor de 24^{e} plek. Tenslotte zwom ze op de 400 meter naar de 63^{e} plek in het eindklassement.

Jordi zwom op de 200 vrij naar de 57^{e} plaats terwijl Anouk op de 50 school 77^{e} werd. Christiaan kwam in actie bij de sprintnummers 50 vrij en 50 vlinder waar hij respectievelijk 47^{e} en 50^{e} werd. Op de 100 vlinder zwom hij onder de 1 minuut, goed voor de 35^{e} plaats. Tenslotte zwom de 4x50 meter mixed wisselslag estafette in een nieuwe clubrecord naar de 22^{e} plaats en de 4x200 meter dames vrije slag estafette naar de 12^{e} plaats.

KNZB Zwemcompetitie deel 2 in Purmerend

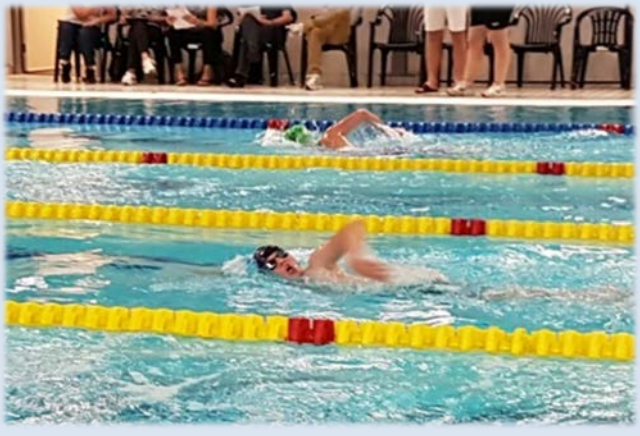
In Purmerend was alweer deel 2 van de KNZB zwemcompetitie. Bij deel 1 was er fantastisch gezwommen en stonden wij zomaar op de 4e plek. De tweede ronde is historisch lastig voor Zeemacht en bovendien miste wij enkele snelle zwemmers wat ons veel punten zou schelen. Echter, iedereen zwom knetterhard deze ronde en er werden maar liefst 40 persoonlijke records gezwommen. Als bonus behielden wij onze 4e plek in de ranglijst. Bovendien zwom Michael een clubrecord op de 50 en de 100 rug en Anouk zwom een clubrecord op de 200 vrij.

Het PR festival was verspreid over alle nummers. Op de 100 vrij zwommen Marco (-1 sec), Michael (-1 sec) en Liam Wesemann (-6 sec) PRs en op de 200 vrij Kyra Wijnker (-8 sec), Amber (-1 sec), Mees (-0.5 sec) en Kay (-0.5 sec). Op de 200 rug waren er PRs voor Leon (-36 sec), Amber (-18 sec) en Kyra Wesemann (-0.5 sec). Kyra zwom ook een PR op de 100 vlinder (-3 sec). Bij de 4x100 wissel zwom Michael een PR op de 100 rug (-4 sec).

Op de wisselslag werden er ook veel PRs gezwommen. Op de 200 wissel waren er PRs voor Emma (-4 sec), Raphaella (-2 sec), Collin (-2 sec), Liam Wesemann (-27 sec!), Kyra Wijnker (-1 sec) en Michael (-1 sec). Op de 100 wissel zwommen Malika (-8 sec), Nicole (-4 sec), Libhin (-2 sec) en Liam Boon (-6 sec). Tenslotte stond er nog de 50 school op het menu voor de minioren. Hier waren er PRs voor Malika (-3 sec), Libhin (-1 sec), Esra (-0.2 sec) en Liam Boon (-1 sec). Mooie prestaties van al onze zwemmers en we kunnen niet wachten tot het 3e deel in Februari 2017!

ZV Orca LAC wedstrijd in Leeuwarden

Met een klein ploegje juniorenzwemmers werd er naar Leeuwarden afgereisd voor een LAC wedstrijd, het circuit voor lange afstanden. Bij deze wedstrijd zwom Emma op de 800 vrij de limiet voor het NJJK en een prachtig nieuw PR (-28 sec). Collin dook wederom onder de NJJK limiet voor de 1500 vrij in een nieuw PR (-36 sec). Mees zwom maar liefst meer dan 1 minuut van zijn PR op de 1500 vrij af. Marco legde zijn eerste 1500 meter af en deed dat in een keurige tijd, net boven de 22 minuten.



DAW Lange Baan Limietwedstrijd in Alkmaar

Nog in het korte baan seizoen was er al de eerste lange baanwedstrijd in Alkmaar. Het was duidelijk dat iedereen nog moest wennen aan het zwemmen in een 50 meter bad. Amber had daar geen last van want zij zwom 2 seconden af van zowel haar 50 vrij PR als haar 50 rug PR. Ook Boyd slaagde er in om een persoonlijk record op de 50 rug en 50 vrij te zwemmen. Tenslotte zwom Twan ook een PR op de 50 vrij. In ieder geval al een goede oefening voor wanneer eind Januari het lange baan seizoen definitief aanbreekt.

Minioren-Junioren Circuit deel 2 in Purmerend

Het tweede deel van het minioren-junioren circuit was traditiegetrouw in Purmerend. De KNZB had in haar wijsheid besloten hele zware nummers op het programma te zetten waardoor deze wedstrijd slechts geschikt was voor de zeer geoefende en veel-trainende zwemmers. Hierdoor ging er maar een relatief kleine ploeg van 8 zwemmers naar Purmerend die zich wel van hun beste kant lieten zien. Thijmen won zilver op de 100 school (PR -0.1 sec) en 50 vrij (-1 sec). Pascale won goud op de 100 rug en zilver op de 50 vrij (PR -1.5 sec). Op de 100 wissel waren er PRs voor Raphaella (-7 sec) en Lara (-15 sec). Tenslotte waren er op de 50 vrij PRs voor Mathijn (-2 sec), Raphaella (-0.5 sec), Lara (-1 sec) en Malika (-2 sec).

Tussenstand Competitie Landelijke C klasse

Competitie: C-klasse

Nr.	Club	Depot	Ronde 1	Ronde 2	Ronde 3	Ronde 4	Ronde 5	Totaal
1	De Dinkel 2	04-204	5664,39	5064,51	0,00	0,00	0,00	10728,90
2	OEZA	08-021	5686,53	5162,17	0,00	0,00	0,00	10848,70
3	De Haaien	06-010	5749,32	5249,94	0,00	0,00	0,00	10999,26
4	MSV-Zeemacht	08-035	5762,90	5308,60	0,00	0,00	0,00	11071,50
5	Ed-Vo	08-047	5858,63	5224,69	0,00	0,00	0,00	11083,32
6	Argo	13-003	5835,42	5259,32	0,00	0,00	0,00	11094,74
7	ZPCA Eemsrobben (SG)	01-055	5770,50	5358,83	0,00	0,00	0,00	11129,33
8	RZ	14-021	5868,03	5273,84	0,00	0,00	0,00	11141,87
9	De Dommelbaarzen	13-016	5853,45	5289,34	0,00	0,00	0,00	11142,79
10	Tempo	13-036	5806,44	5378,46	0,00	0,00	0,00	11184,90
11	WZK Zwemmen	10-051	5821,48	5373,89	0,00	0,00	0,00	11195,37
12	De Meer	05-073	5860,74	5370,05	0,00	0,00	0,00	11230,79
13	Zwemlust-den Hommel	06-030	5886,18	5357,74	0,00	0,00	0,00	11243,92
14	ZVDO'74	13-062	5873,55	5389,05	0,00	0,00	0,00	11262,60
15	ZPC Woerden	06-061	5918,43	5352,44	0,00	0,00	0,00	11270,87
16	Wijchen	05-055	5935,02	5337,89	0,00	0,00	0,00	11272,91
17	De Bevelanders	12-020	5926,94	5354,47	0,00	0,00	0,00	11281,41
18	Zeester-Meerval	13-080	5956,97	5365,17	0,00	0,00	0,00	11322,14
19	SBC2000	13-098	6045,35	5307,46	0,00	0,00	0,00	11352,81
20	DWT	08-007	5889,62	5465,79	0,00	0,00	0,00	11355,41
21	Aqua'68	03-003	5913,35	5462,14	0,00	0,00	0,00	11375,49
22	Zoetermeer	10-041	5966,49	5414,21	0,00	0,00	0,00	11380,70
23	Merlet	13-025	6053,61	5369,61	0,00	0,00	0,00	11423,22
24	ZPB H&L Productions	11-046	5961,70	5465,20	0,00	0,00	0,00	11426,90
25	De Geul	11-007	5986,19	5462,59	0,00	0,00	0,00	11448,78
26	SWNZ (SG)	13-086	5988,19	5474,59	0,00	0,00	0,00	11462,78
27	RZL	14-028	6004,51	5511,57	0,00	0,00	0,00	11516,08
28	De Otters Het Gooi	07-050	6113,66	5585,28	0,00	0,00	0,00	11698,94
29	OZ&PC	04-018	6159,58	5573,19	0,00	0,00	0,00	11732,77
30	DIO	13-015	6208,50	5621,80	0,00	0,00	0,00	11830,30

Wist je dat….?

De eerste zwemkampioenschap werd in Australië in 1846 gehouden. Het was een race over 440 yards (400 meter), die daarna jaarlijks werd gehouden.

(bron: Encyclopedia Brittanica)

Verjaardagskalender

9 December	*Twan Rozie*
19 December	*Marianne Bakker*
20 December	*Esra Hertsenberg*
20 December	*Christa Lokkerbol*
24 December	*Mees Minneboo*

Deadline volgende Waterspetjes

29 December 2016

26 Januari 2017

23 Februari 2017

30 Maart 2017

27 April 2017

Mededelingen, verslagen en leuke foto's voor de nieuwsbrief sturen naar:
ellenstefan@quicknet.nl

Kleurplaat