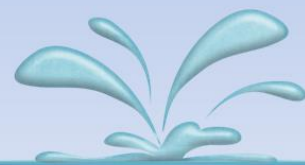




# Waterspetje !

Nieuwsbrief van de afdeling  
Wedstrijdzwemmen MSV Zeemacht



[www.zeemacht.nl](http://www.zeemacht.nl)

 [www.facebook.com/Zeemacht.WSZ](https://www.facebook.com/Zeemacht.WSZ)

 [@Zeemacht\\_WSZ](https://twitter.com/Zeemacht_WSZ)

## Juni 2023

### Wedstrijdagenda

<i>Datum</i>	<i>Wedstrijd</i>	<i>Zwembad</i>	<i>Bijzonderheden</i>
<b>Juni</b>			
3 juni	Learn2Race	Den Helder	schoolslag
4 juni	Clubmeet Finale	Hoofddorp	Aanschrijving verstuurd
9-11 juni	ONK	Amersfoort	Limieten
17-18 juni	NJK	Eindhoven	Limieten
<b>Juli</b>			
9 juli	Clubkampioenschappen	Den Helder	+eindfeest!
21 juli	Laatste training	Den Helder	
<b>September</b>			
2 september	Eerste training	Den Helder	

### Nieuwe leden

Lean Manck (minior 1)

Aaron de Koter (minior 3)

We wensen jullie veel plezier en succes bij Zeemacht!





## Nieuws

### ***Van het bestuur & technische commissie***



#### *Penningmeester gezocht*

Onze huidige penningmeester van de afdeling, Jos Mosch, heeft aangegeven er binnenkort mee te stoppen. Wij zijn dus op zoek naar een nieuwe penningmeester! Omdat taken zoals contributie-inning door de overkoepelende vereniging wordt gedaan heeft de afdelingspenningmeester als voornaamste taak het innen van de startgelden van de wedstrijden en het uitbetalen hiervan aan de organisatie van de wedstrijd. Dit zal je gemiddeld 1 uur per week kosten. Wij zoeken iemand die een simpel spreadsheet kan beheren, en accuraat en nauwkeurig kan werken. Interesse? Stuur een mailtje naar [wedstrijdzwemmen@zeemacht.nl](mailto:wedstrijdzwemmen@zeemacht.nl).

#### *Clubkampioenschappen en eindfeest*

Noteer nu al vast in de agenda: op **zondag 9 juli** hebben wij weer de clubkampioenschappen in ons thuisbad. Iedereen die wedstrijden zwemt zal worden aangeschreven. Na afloop van de wedstrijd zullen wij weer een gezellig eindfeest houden op het buitenterrein bij Atlantis inclusief gebruik van het buitenbad! Hou de mailbox in de gaten voor de aanschrijving en de link om je op te geven voor het eindfeest.

#### *Spullen in de groepskleedkamer*

Op instructie van het management van Aquacentrum Den Helder is het niet toegestaan om kleding te laten hangen in de groepskleedkamers. Deze groepskleedkamers moeten altijd leeg zijn zodat een volgende groep zwemmers die voor het volgende uur komt de ruimte heeft om zich om te kleden. Als je dus omkleed in de groepsruimte doe dan je kleding in je zwemtas en neem je zwemtas mee naar het zwembad, waar je het langs de kant op de bank kan neerleggen. Als voordeel heeft dit ook dat er geen kleding of schoeisel kan worden gestolen, wat in het verleden wel eens is gebeurd. Na het douchen kan je dan weer je kleding uit de tas halen en omkleden. Hetzelfde geldt natuurlijk ook bij wedstrijden, doe al je kleding in je zwemtas en neem het naar het zwembad mee.

### ***Van de trainers***

#### *Kwijtraken van trainingsspullen*

Het gebeurt helaas regelmatig dat onze zwemmers na afloop van een training spullen kwijtraken. Dit gebeurt ondanks dat de trainers na afloop altijd controleren of er nog spullen zijn achtergebleven. Om dit te voorkomen is het noodzakelijk dat iedere zwemmer direct na afloop van een training zijn spullen verzameld en in zijn tas of netje doet. Controleer hier bij vooral of dit je eigen spullen zijn! Zet zoveel mogelijk je naam op je trainingsspullen. Verder verzoeken wij ouders om na afloop van elke training te controleren of de juiste





spullen er in zitten en vooral niet een bril/paddle/pulley te veel. Mocht dit zo zijn, neem het dan bij de volgende training mee, zodat wij kunnen kijken wie er iets mist.

### *Vrijwilliger gezocht*

Varduhi Harr, de moeder van onze zwemmer Alen, zoekt iemand om op vrijwillige basis te helpen bij het zwemmen van haar andere zoon. Alen's broer is 17 jaar en zwemt elke donderdagavond van 19.00 tot 19.30 bij MSV Zeemacht bij het zogenaamde G-zwemmen. Hij heeft wat extra aandacht nodig maar daar zijn nu helaas niet genoeg begeleiders voor. Een vergoeding vanuit een pgb-budget is bespreekbaar. Bij interesse kan je je opgeven via [wedstrijdzwemmen@zeemacht.nl](mailto:wedstrijdzwemmen@zeemacht.nl). Wie helpt hem uit de brand?





# ONMK



## Zwemmer Peter van Maurik heeft het hart van een ander en is wereldrecordhouder. 'Ik heb niet het recht om op zoek te gaan naar de identiteit van mijn donor'



Wedstrijden zwemmen betekent ook vechten tegen verzuurde spieren.

© Foto RedMouse

Delano Weltevreden

Vandaag om 19:59

### DEN HELDER

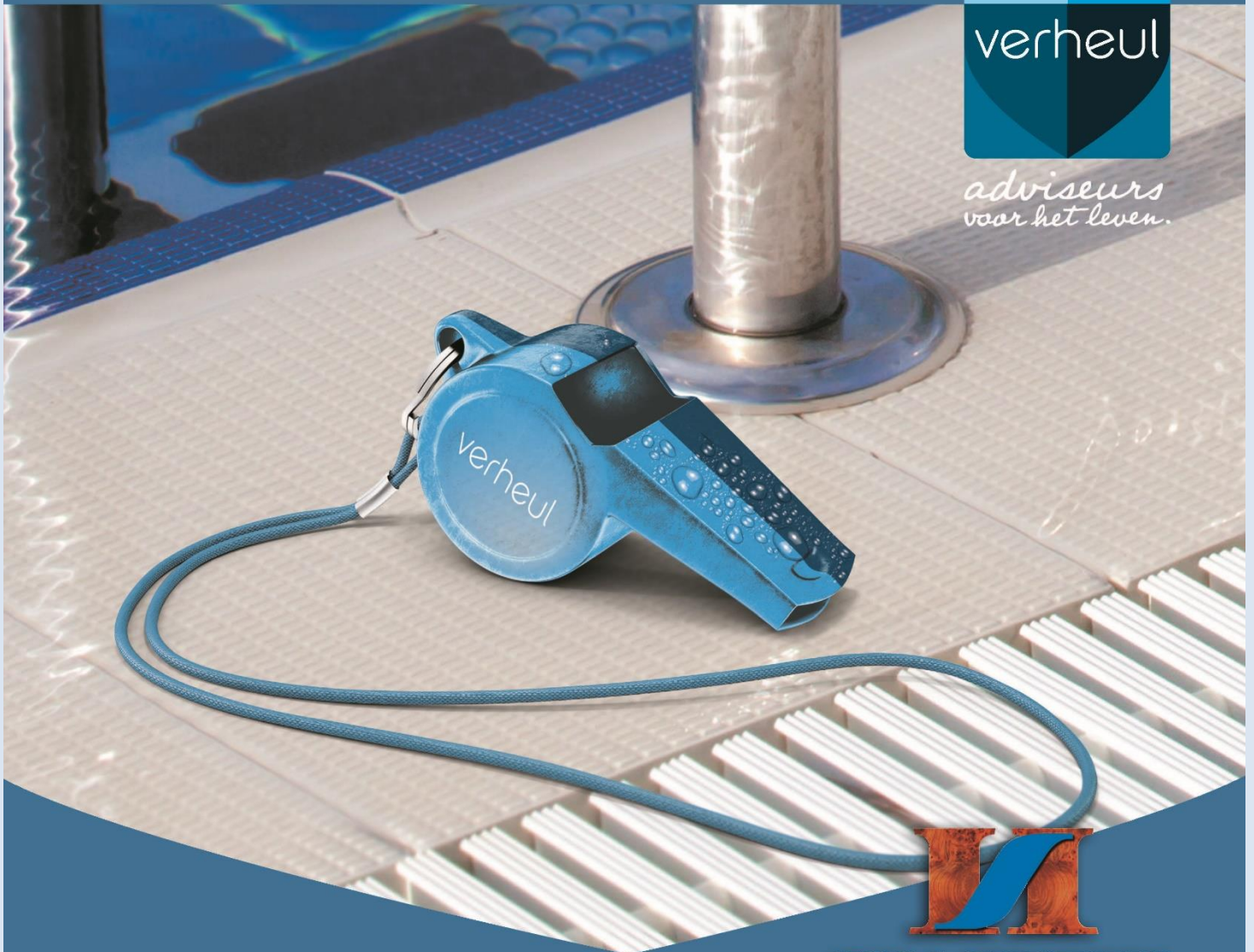
Hij is net terug van de World Transplant Games, zeg maar de Olympische Spelen voor getransplanteerden. Met een wereldrecord op de 50 meter schoolslag. Peter van Maurik, topsporter met het hart van een ander, heeft het vizier al gericht op de volgende Spelen in Dresden. Ook daar wil hij over twee jaar vlammen.



## VERHEUL GEEFT 25 EURO VOOR DE CLUBKAS!



*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 | Huis & Hypotheek:**

Molenvaart 26 | 1761 AE Anna Paulowna | tel. 0223 - 747433



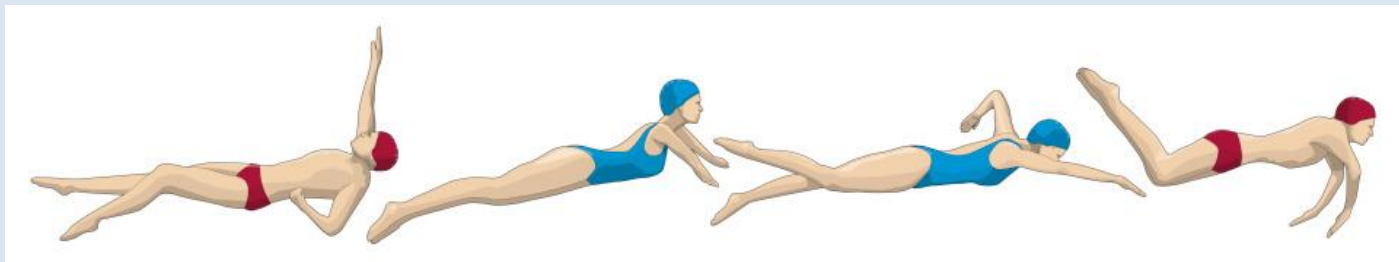
[www.phverheul.nl](http://www.phverheul.nl)



funda



## Wedstrijdverslagen



### *Open Nederlandse Masters Kampioenschappen in Amersfoort*

In Amersfoort kwamen maar liefst elf zwemmers aan de start bij de Open Nederlandse Masterskampioenschappen in Amersfoort. Hieronder een verslag van onze Masters reporter Gini.

#### Dag 1

En het is begonnen! Terwijl de meeste zwemmers nog moeten afreizen naar Amersfoort ging Bianca alvast testen of het water daar goed is. En om dat goed te meten zwem je dan een 1500 vrije slag. Het water is goed en snel want deze master zwom onder haar inschrijftijd naar 20.54,25. O ja, ze pakte daarmee ook nog even het zilver 🥈 Klasse Bianca!

#### Dag 2

Dag 2 is van start gegaan. En onze Bianca staat alweer klaar voor haar 400 meter vrijeslag. Aangemoedigd door Arno en Nienke zwemt ze 5.14,19 en wederom het zilver. 🥈 Jordi op de 100 vlinder. 1.05,24 en vijfde. En Bianca pakte ook deze slag even mee. 100 vlinder in 1.27,04 en derde 🥉

De middagsessie 50 rug dames. Annette zwemt naar de 7e plek in 45,51. Jet 38,26 en 19e. Suuz 34,61 en 3e. Joehoe! 🥉 De mannen. Mees 34,99 en 11e. Boyd 32,15 en 8e. Bianca, 200 schoolslag. 3.17,33, pr en 2e. 🥈 50 vrij. Annette bijt het spits af. 41,45. Jet zwemt naar 32,54. Maar waar is Kyra??? Lang verhaal kort: die moest even een reset hebben. Geen zorgen, ze zwemt weer morgen Hoppa! De mannen. Boyd 27,29. 12e plek. Jordi 27,37 en 11e. Mees 27,11



en ook 11e. Gaat lekker mannen. En dan Bianca voor de 200 wisselslag. 3.00,38. 2e. 🥈 En we maken ons op voor het laatste nummer van vandaag. De 4 x 200 meter vrije slag estafette. Suuz, Jet, Bianca en... zojuist ingevlogen 🏊 onze troef Amber, die vervangt onze jonge godin Kyra. Suuz zwemt 2.36,71, Jet, net terug van hoogtestage 2.32,67, Bianca



2.34,03 en Amber 2.13,03. Totaal 9.56,44. GOUD!!! 🏆🏆🏆🏆 Prachtige afsluiting van deze zwemdag.

### Dag 3

Na een goede nachtrust en het verstrekken van een goed ontbijt voor de zwemdochters en zwemzonen en er van uitgaande dat mijn zwemzussen in het andere hotel dat ook gedaan hebben richting zwembad. Bianca, 400 wissel. Ach waarom ook niet, heerlijke afstand om even lekker los te zwemmen. Je zwemt tenslotte alle slagen. 6.27,32 en je wint er ook nog een zilveren medaille mee. 🥈 Lekker bezig! De 4 x 100 meter vrijslag dames. Bianca 1.10,35 Annette 1.32,10, Jet 1.08,30 en Suuz 1.09,01. Totaal 4.59,76 en brons 🥉🥉🥉🥉 En daar gaat het mix team Amber 1.02,83, Kyra 1.07,15, Mees 59,42 en Jordi 59,25. Totaal 4.08,65 en ook brons 🥉🥉🥉🥉 Het gaat weer lekker. Op naar de middag.

De middagsessie. Het wordt weer een lange dag. 50 vlinder. De mannen Mees 29,41 en Boyd, net ietsjes sneller 29,36. En Jordi 28,96. En daar gaat Annette 53,51 en daarmee 7e. Netjes. Kyra, jawel daar is ze, 35,58. En Jet vlindert naar 34,26. Dat zijn mooie tijden in een 50 meter bad. En Suuz sloeg deze slag even over. De 200 meter rugslag. Annette zwemt naar een 3.51,27. 8e. Jet zwemt een 2.51,23 en wordt 11e. Net geen top 10. Suuz komt binnen als 5e in 2.52,17. De 100 meter schoolslag. Mees zwemt naar een 1.23,12 en Boyd tikt aan in 1.23,65. Bianca te water op dezelfde afstand. 1.30,73. Daarmee 4e. De 200 meter vrijslag. 2.31,15 een mooie 3e plek. 🥉 Amber, daar is ze weer. 2.13,36 en gewoon derde worden 🥉 Op naar de estafettes. 4 x 50 wissel. De dames, als negende geplaatst gaan ze te water. Suuz 34,43, Bianca 41,70, Jet 32,80 en Kyra 29,86.



Totaal 2.18,79 en jawel, verbazing bij de andere ploegen, die denken: "Wat gebeurt hier!" BRONS! 🥉🥉🥉🥉 En jawel, de mannen gaan ook weer te water en wie hebben we daar, onze jonge God Marco. Op de rug zwemt hij 32,37 en daar gaat Boyd op de school, 33,16 en Jordi vlindert naar een 28,59 en Mees maakt het af op de vrijslag met een 26,09! Totaal 2.02,21. Hoppa! ZILVER 🥈🥈🥈🥈 Lekker mannen. Op naar het eten en tot morgen!

### Dag 4

En ja hoor Bianca ligt alweer in het water voor de 800 meter. 10.53,26. Lekker bezig want ze wordt 2e 🥈 De 4 x 100 meter wissel. Suuz van start op de rug 1.17,39 en daar gaat Bianca op de school, 1.31,21 en Jet vlindert naar 1.18,13 en Annette zwemt op de vrijslag het vuur uit haar sloffen met een 1.29,07. Totaal 5.35,80 en goed voor brons 🥉🥉🥉🥉 De mannen gaan het water in. Marco op de rug snelt naar 1.13,69, Boyd op de school zwemt een 1.19,21, Jordi vlindert naar 1.05,24 en Mees die gaat hard 58,61. 4.36,75 GOUD!!! 🏆🏆🏆🏆 Kijk, dat eten van gisteravond werpt zijn vruchten af. Klasse mannen!





Wil nog wel even vermelden dat de nummer 2 van deze estafette erg teleurgesteld was dat ze verslagen waren.



En na de ochtendsessie, met mooie successen volgt de middagsessie. Bianca op de 200 meter vlinderslag. 3.22,26. Weer zilver mee naar huis. Dat wordt poetsen Bianca 🥈 De 100 meter vrijeslag. Annette. 1.28,11. Netjes! En vierde. Kyra, die gaat ook lekker 1.07,58. 22e van de 53. Mooi hoor

meid! En daar gaat vriendje Mees 59,06. Volgens moeders naast me een pr. en een 10e plaats. Dus prima tijd! Jordi. 59,24, ook lekker. 6e. De supporters groeien van trots op de tribune. 50 school. Bianca, 41,50. En ja hoor, dat is weer goed voor brons 🥉 Kyra 42,72. Prima tijd. De mannen te water. Boyd 34,73. Mees 34,17. De 100 meter rugslag met Annette 1.39,13 en 6e. Jet snelt naar 1.19,32 en de 15e plek en Suuz een 1.19,86 en 10e. En de laatste afstand van dit toernooi de 4 x 50 meter vrije slag. Jet 31,72, Bianca 31,82, Suuz 30,82 en Kyra 30,24. Totaal 2.04,60. 5e. En dan in de allerlaatste serie de mannen. Oh wat gaan ze hard en snel. Ze tikten als eerste aan maar er is een negatieve overname tijd geconstateerd. Helaas een diskwalificatie. Maar ondanks dit een geweldig zwemweekend gehad. Bianca 7 x een zilveren plak en 3x een bronzen. Suuz en Amber beide een bronzen plak en 1x zilver en 4x brons op de diverse estafettes en 2 gouden estafetteploegen. Zwemmers bedankt voor jullie gezelligheid en mooie prestaties.

### *Noord-Hollandse kampioenschappen in Amsterdam*

De Noord-Hollandse kampioenschappen werden over twee weekenden gezwommen in het mooie Sloterparkbad in Amsterdam. Er waren veel Zeemacht zwemmers die de limieten voor deze kampioenschappen hadden voldaan wat al een prestatie op zich is!

Het eerste weekend stond in het teken van de wat kortere afstanden en estafettes. Al vanaf de eerste Zeemacht race was het duidelijk dat onze zwemmers in topvorm waren! Het regende persoonlijke records of werd er een afstand voor het eerst op de lange baan gezwommen maar wel met een scherpe tijd.

In totaal werden er meer dan 100 persoonlijke records gezwommen!! Echt teveel om hier allemaal op te noemen maar Ryan, Jelte, Chaya, Inge, Emil, Nikki, Mike, Emma Marsman, Emma Riemers, Hiba, Anne-Meike en Romée zwommen allemaal een of meerdere PRs.





De estafettes sloten beide dagen met een hoogtepunt af omdat zij telkens in een verwoede strijd waren om de vierde plek. Beide keren verloren ze nipt maar er werd door de 4x200 vrij 15 seconden en de 4x100 vrij 9 seconden onder de inschrijftijd zwommen. Nikki won het brons op de 50 rug en Romée won het zilver op de 200 wissel en goud op de 50 en 100 vrij.

Het tweede weekend stond in het teken van de langere afstanden zoals 400 en 800 meter vrij en 400 meter wissel. Verder stond Anne-Meike in pas haar derde wedstrijd als zwemmer aan de start op de 50 school op de Noord-Hollandse Kampioenschappen! Ook nu werd er weer hard gezwommen door iedereen. Ook nu waren er weer zwemmers die in de prijzen vielen: Romée won 2x goud en 1x brons. Emma Riemers won 1x goud, 1x zilver en 1x brons en Jelte won 1x brons. We kunnen als Zeemacht terugkijken op geslaagde Noord-Hollandse Kampioenschappen!



### *Pinkstertoernooi in Purmerend*

Over de drie dagen kwamen 22 Zeemacht zwemmers aan de start en naast dat ze allemaal hard zwommen hebben ze ook heel veel plezier gehad. De sfeer zat er drie dagen lang prima in en er werd flink aangemoedigd, getoeterd en met shirtjes gezwaaid 😊.

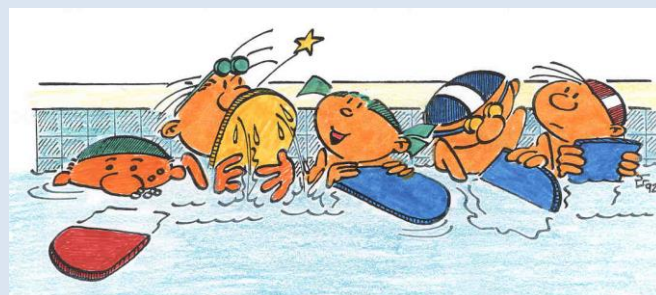
Hoogtepunt was op maandagochtend het Nederlands Senioren Pararecord van Christoph op de 100 rug: met zijn tijd verbeterde hij het oude record dat al 18 jaar in de boeken stond! Ook de estafettes op zondag waren een belevens met een mooie 3e plaats voor onze 4x100 vrij dames en 8x100 mixed teams, en op zaterdagavond de skinsfinale 50 vrij met Mees. Er werden heel veel medailles gewonnen door onder andere Jayden, Inoa, Sienna (debuut), Evi, Sem, Mike, Chaya, Romee, Emma, Bianca, Mees en Kyra maar ook prachtige eerste tijden gezwommen op 50 vlinder of 100 meter afstanden en natuurlijk heel veel PRs. De fun estafette was weer de perfecte afsluiting van het toernooi.





Er werden verder maar liefst meer dan 70 PRs gezwommen! Persoonlijke records werden er gezwommen door Marco (50 rug), Romee (200 vrij, 50 school, 50 vlinder, 100 en 200 wissel), Christoph (50 en 100 vrij, 100 en 200 rug, 50 en 100 school), Sem (50 vrij, 100 wissel), Mees (50 school), Gijs (100 vrij, 50 school), Emma Marsman (100 vrij), Evi (50 rug), Mike (50 en 200 school, 50 vlinder, 100 wissel), Nikki (200 vrij), Jayden (50 vrij, 50 rug, 50 school), Bianca (200 vrij), Ginger (50 vrij, 50 rug, 50 school), Hiba (50 vrij, 100 vrij, 50 rug, 100 rug) en Inoa (100 vrij, 100 school, 100 wissel).

Dank aan onze officials Wouter (geslaagd voor startersexamen), Erik (eerste beoordeling als kamprechter), Guy, Chantal en Anton voor het fungeren en Wouter voor het regelen van de overheerlijke lunch op zondag. Tenslotte dank aan onze vrienden van WZ&PC Purmerend die weer een perfect georganiseerde Pinkstertoernooi afleverden.





**VAN WESTEN**  
*elektro*

**Paneelbouw • Besturingstechniek • Installatie**

T: 0223 534 952 • [www.vanwestenelektro.nl](http://www.vanwestenelektro.nl) • [info@vanwestenelektro.nl](mailto:info@vanwestenelektro.nl)



**Juridisch advies?**

**[info@iselibosan.nl](mailto:info@iselibosan.nl)**



Things that will make any swimmer cringe



## Verjaardagskalender

<i>3 juni</i>	<i>Giovanni Wolfgang</i>
<i>4 juni</i>	<i>Emil Fuchs</i>
<i>6 juni</i>	<i>Evi Koopman</i>
<i>13 juni</i>	<i>Danny van Geffen</i>
<i>23 juni</i>	<i>Sem Passenier</i>
<i>26 juni</i>	<i>Talitha Holtjer</i>
<i>30 juni</i>	<i>Nienke Hofland</i>



## Deadline volgende Waterspetjes

30 juni

Mededelingen, verslagen en leuke foto's voor de nieuwsbrief sturen naar:  
[zeemacht.wsz@gmail.com](mailto:zeemacht.wsz@gmail.com)