

Nieuwsbrief februari 2024



Een klein zwemclubje?

Beste zwemmers en ouders,

De wedstrijden volgen elkaar snel op in de komende maanden, van onze eigen Learn2Races, Minioren Circuits en ClubMeet tot aan limietwedstrijden. Wij noemen onszelf nog steeds een klein zwemclubje uit het noorden van het land maar als je dan om je heen kijkt bij voorbeeld de competitiewedstrijd in Heemskerk, dan zie je zo maar ruim 40 zwemmers met 5 ploegleiders actief zijn. En de komende Minioren Clubmeet hebben wij zowaar twee teams moeten inschrijven om iedereen mee te kunnen laten doen. Echt een mooi gezicht en niet slecht voor een 'klein' clubje uit het noorden! Een kleine club maar wel met ruimte voor iedereen.

Ik wens jullie veel leesplezier.

Wedstrijdprogramma

Datum	Wedstrijd	Zwembad	Bijzonderheden
Februari			
4 februari	Provinciale Minioren Clubmeet	Krommenie	aanschrijving
11 februari	Purmerendse kampioenschappen	Purmerend	aanschrijving
24-25 februari	Jaargangwedstrijden	Leiden	beste 24 van NL
Maart			
3 maart	Minioren Circuit deel 4	Krommenie	
10 maart	KNZB Zwemcompetitie deel 4	Purmerend	
17 maart	DAW limietwedstrijd LB 2	Alkmaar	
24 maart	Minioren Circuit deel 5	Den Helder	
24 maart	DAW limietwedstrijd LB LAC	Alkmaar	op uitnodiging

Nieuwe leden



Irene van Drimmelen (senior)
Lola van den Berg (minior 2)

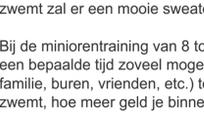
Mededelingen



Van het bestuur & technische commissie

Trainingen tijdens de voorjaarsvakantie

Zoals gebruikelijk zullen wij ook tijdens de voorjaarsvakantie gewoon blijven doortraineren. Misschien dat de trainers wel wat speciale leuke oefeningen en spelletjes hebben bedacht dus kom vooral!



Sponsorzwemmen voor stichting "Levensportret"

Al voor corona organiseerde MSV Zeemacht regelmatig sponsorzwemmen om geld in te zamelen voor het goede doel. Zo hebben wij gezwommen voor Het Glazen Huis, Spiëren voor Spiëren en Kika. Dit willen wij volgend jaar weer oppakken en nog grootser maken door een heel weekend te gaan zwemmen voor een goed doel wat heel dicht aan ons hart ligt: we gaan "Sporten voor Nienke".

Onze jeugdtrainer Nienke is al een tijd ernstig ziek en zet zich als ambassadrice in voor de stichting "Levensportret". Deze stichting maakt videoportretten van ongeneeslijk zieke mensen voor hun nabestaanden. Wij kunnen deze portretten aan heel veel mensen, maar daarvoor is wel geld nodig! Dat geld gaan wij in het weekend van **17 en 18 februari** bij elkaar zwemmen. Zet deze datums nu in de agenda!

Tijdens de zaterdagochtendtrainingen gaan we met de oudere zwemmers een 50x50m challenge doen, oftewel 50 keer een 50 meter. Per baan zal er een andere vertrektijd zijn: als de vertrektijd bijvoorbeeld 1 minuut is dan moet je elke minuut 50 meter hebben gezwommen. Red je dit niet, dan sla je een 50 meter over. Bij elke baan zal een jurylid de tijd en banen bijhouden. Om geld in te zamelen willen we van jullie startgeld vragen van 5 euro. Verder kan je kijken of je familie of vrienden je Challenge kan laten sponsoren, bijvoorbeeld € 0,10 voor elke 50 meter die je binnen de tijd weet te zwemmen. Voor de zwemmer die het meeste sponsorgeld bij elkaar zwemt zal er een mooie sweater van de stichting 'Sporten voor Nienke' zijn.

Bij de miniorentaining van 8 tot 9 zullen wij gaan banenzwemmen. De bedoeling is om binnen een bepaalde tijd zoveel mogelijk baantjes van 50 meter te zwemmen en sponsoren (ouders, familie, burens, vrienden, etc.) te vinden die elke baantje sponsoren. Hoe meer baantjes je zwemt, hoe meer geld je binnenhaalt! We gaan twee keer 15 minuten zwemmen en tussendoor hebben wij een pauze met een limo en snoepje. Een jurytafel zal alle gezwommen baantjes bijhouden met een stempelkaart. Met deze stempelkaart kan je bij je sponsoren het gezwommen geld ophalen. Heb je je sponsorgeld overgemaakt, dan krijg je een mooie (tijdelijke) Zeemacht tattoo als dankje.

Voor beide acties geldt dat je na afloop het sponsorgeld kan overmaken naar rekeningnummer NL94 RABO 3494 2898 91 ten name van J.A.G. Mosch onder vermelding van Sponsoractie 2024 en je naam.

Tenslotte zullen wij op zondagmiddag 18 februari van 12.00 tot 16.00 schoolslag- en borstcrawl-clinics organiseren waaraan ook het algemeen publiek, tegen betaling, kan meedoen. Vraag dus aan je familie of vrienden om zich in te schrijven voor deze clinics en zo geld in te zamelen voor het goede doel. Inschrijven kan via de [webshop van Aquacentrum Den Helder](#)



Van de trainers

Competitiewedstrijden

Zoals jullie weten zijn onze competitiewedstrijden verplicht om aan deel te nemen, als je aangeschreven wordt. Er is nog 1 competitiewedstrijd te gaan en wel op **zondag 10 maart 2024 in Purmerend**. We zijn plannen aan het maken om voorafgaand aan deze laatste competitiewedstrijd is gezamenlijk in Den Helder te brunchen en dan richting Purmerend te vertrekken. Dit om nog een mooie laatste wedstrijd er van te maken! Verder informatie volgt per mail.

Limieten voor Noord-Hollandse lange baan kampioenschappen

De limiete zijn bekend gemaakt voor de Noord-Hollandse lange baan kampioenschappen voor junioren, jeugd en senioren die in het mooie Sloterparkbad in Amsterdam worden gezwommen. Wij wensen alle junioren, jeugd en senioren succes met hun limietenjacht!

Provinciale kampioenschappen Midwest Ib 2023-2024

Tijden gezwommen tussen 01-01-2023 en 01-05-2024

Lange Baan	jongens junioren 1-2 L limiet		jongens junioren 3-4 K limiet		jongens jeugd 1-2 J limiet		heren senioren H limiet	
	50 m. tijd	25 m. tijd	50 m. tijd	25 m. tijd	50 m. tijd	25 m. tijd	50 m. tijd	25 m. tijd
50 m Vrije slag	00:37,83	00:36,66	00:32,72	00:31,70	00:30,44	00:29,49	00:27,23	00:26,38
100 m Vrije slag	01:19,99	01:16,63	01:11,65	01:08,64	01:06,66	01:03,86	00:59,37	00:56,88
200 m Vrije Slag	02:55,29	02:50,77	02:37,02	02:32,47	02:26,08	02:22,31	02:10,72	02:07,35
400 m Vrije Slag	06:13,15	05:59,89	05:34,31	05:22,43	05:10,21	04:59,19	04:37,35	04:27,49
1500 m Vrije Slag	24:55,10	24:15,58	22:19,45	21:44,05	20:52,91	20:10,06	18:36,32	18:06,82
50 m rugslag	00:41,81	00:38,65	00:37,22	00:34,40	00:34,55	00:31,93	00:31,67	00:29,27
100 m rugslag	01:28,95	01:23,78	01:19,17	01:14,57	01:13,49	01:09,22	01:07,92	01:03,97
200 m rugslag	03:14,40	03:03,48	02:53,04	02:43,31	02:40,63	02:31,60	02:26,49	02:18,25
500 m rugslag	00:46,44	00:44,38	00:41,33	00:39,50	00:38,14	00:36,45	00:34,72	00:33,18
100 m schoolslag	01:41,37	01:37,33	01:30,23	01:26,63	01:23,25	01:19,93	01:16,17	01:13,13
200 m schoolslag	03:39,29	03:28,01	03:15,17	03:05,14	03:00,09	02:50,83	02:44,59	02:36,13
50 m vlinderslag	00:41,57	00:40,40	00:35,55	00:34,55	00:33,61	00:33,66	00:30,51	00:29,65
100 m vlinderslag	01:31,85	01:29,30	01:18,55	01:16,37	01:14,26	01:12,20	01:06,28	01:04,44
200 m vlinderslag	03:26,09	03:20,64	02:56,25	02:51,58	02:46,62	02:42,22	02:30,90	02:26,91
200 m wisselslag	03:17,86	03:10,27	02:56,33	02:49,57	02:43,41	02:37,05	02:28,30	02:22,62
400 m wisselslag	07:20,49	07:05,42	06:33,07	06:19,62	06:04,55	05:52,08	05:23,67	05:12,60

Lange Baan	meisjes junioren 1-2 L limiet		meisjes junioren 3-4 J limiet		meisjes jeugd 1-2 J limiet		dames senioren H limiet	
	50 m. tijd	25 m. tijd	50 m. tijd	25 m. tijd	50 m. tijd	25 m. tijd	50 m. tijd	25 m. tijd
50 m Vrije slag	00:39,29	00:38,48	00:35,57	00:34,84	00:33,23	00:32,54	00:30,19	00:29,57
100 m Vrije slag	01:24,13	01:22,26	01:16,17	01:14,58	01:11,15	01:09,56	01:05,60	01:04,14
200 m Vrije slag	03:08,84	03:05,16	02:51,21	02:47,88	02:34,00	02:31,00	02:22,88	02:20,03
400 m Vrije Slag	06:26,49	06:20,25	05:45,53	05:39,95	05:25,04	05:19,80	05:01,74	04:56,87
800 m Vrije Slag	13:32,98	13:19,55	12:06,82	11:54,81	11:23,74	11:12,44	10:18,22	10:08,01
50 m rugslag	00:43,83	00:41,58	00:39,51	00:37,48	00:37,01	00:35,11	00:34,83	00:33,04
100 m rugslag	01:34,57	01:29,54	01:25,26	01:20,73	01:19,86	01:15,62	01:13,11	01:09,22
200 m rugslag	03:22,97	03:15,06	03:02,98	02:55,94	02:51,40	02:44,73	02:37,74	02:31,60
50 m schoolslag	00:46,22	00:47,11	00:43,39	00:42,39	00:41,16	00:40,21	00:38,44	00:37,55
100 m schoolslag	01:44,65	01:41,41	01:34,17	01:31,26	01:29,33	01:26,56	01:23,19	01:20,61
200 m schoolslag	03:45,73	03:38,36	03:23,12	03:16,49	03:12,67	03:08,39	03:00,38	02:54,50
50 m vlinderslag	00:42,05	00:41,96	00:37,16	00:37,09	00:34,84	00:34,77	00:32,19	00:32,13
100 m vlinderslag	01:36,83	01:35,04	01:25,71	01:24,12	01:20,46	01:18,97	01:14,87	01:13,49
200 m vlinderslag	03:35,04	03:31,16	03:10,34	03:06,90	02:58,69	02:55,46	02:45,50	02:42,51
200 m wisselslag	03:26,91	03:19,92	03:06,49	03:00,19	02:54,87	02:48,97	02:41,13	02:35,68
400 m wisselslag	07:34,17	07:18,99	06:49,90	06:36,20	06:24,94	06:12,18	06:00,71	05:48,66

Nieuws



Helders Sportgala

Op donderdag 25 januari was het jaarlijkse Helders Sportgala. Peter was genomineerd voor Sportman van het jaar, Amber voor Sportvrouw van het jaar en Romée voor Sporttalent van het jaar! Romée werd uiteindelijk gekozen als Helders Sporttalent maar we zijn ook super trots op de nominaties van Amber en Peter. Natuurlijk was er ook de kampioenparade met onze kampioenen Amber, Peter, Christoph, Suzanne, Bianca, Jet, Kyra, Boyd, Mees, Marco en Jordi. Zij kregen de Helderse Sportpenning uitgereikt. Iedereen van harte gefeliciteerd!



Algemene ledenvergadering hoofdenvereniging MSV Zeemacht

Op 29 februari zal de koepelvereniging MSV Zeemacht een Algemene Leden Vergadering (ALV) houden. Het goede nieuws is dat er kandidaten zijn voor de functies van Voorzitter en Secretaris. Ook is er nu een concept begroting voor dit jaar. De stukken voor deze vergadering zijn per mail naar alle leden gestuurd.

Bij de ALV wordt de leden van elke afdeling vertegenwoordigd door hun voorzitter en deze heeft namens de afdelingsleden stemrecht in de ALV. Mochten er vragen zijn over de ALV, dan kan je op dinsdag 20 februari tussen 18.00 en 19.00 in het Aquacentrum Den Helder langskomen om die te bespreken.

Het hoofdbestuur van MSV Zeemacht is verder nog steeds op zoek naar nieuwe leden. Men is op zoek naar een 2e zeemningmeester en een aantal commissarissen. Voor meer informatie kijk op de website [www.zeemacht.nl](#).

Tweedehands clubkleding

Van een voormalig lid hebben wij clubkleding gekregen die nog nieuw in de verpakking zit. Het gaat om een junior t-shirt maat 152 en een junior broek. Voor 40,- euro is deze bij de afdeling aan te schaffen. Tevens hebben wij nog tweedehands gedragen clubkleding in goede staat. Het gaat om een junior t-shirt maat 125 en een junior broek die voor 25 euro kan worden overgenomen. Tenslotte is er nog een dames broek in goede staat, deze kan voor 15 euro worden overgenomen. De opbrengsten zullen in zijn gehaal naar de afdeling gaan. Interesse? Stuur een mail naar wedstrijdzwemmen@zeemacht.nl



VERHEUL GEEFT 25 EURO VOOR DE CLUBKAS!

ALPINA
FINANCIËEL ZEKER

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

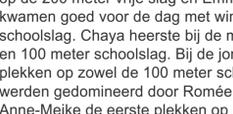
Verheul | Huis & Hypotheek:
Molenvaart 26 | 1761 AE Anna Paulowna | tel. 0223 - 747433

Wedstrijdverslagen



Provinciale Sprint Kampioenschappen in Hoofddorp

In Hoofddorp werden de Noord-Hollandse Sprintkampioenschappen gezwommen. Emma, Thijmen, Jordi, Femke, Chaya, Ginger, Ryan, Anne-Meike, Giovanni en Emil hadden limieten gehaald om aan deze Kampioenschappen mee te mogen doen en ze lieten zich van hun beste kant zien met bijna 20 persoonlijke records. Als bonus sleepte Emma het brons binnen op de 100 vrije en Christoph het goud bij de parazwemmers. Een mooie afsluiting van het korte baan seizoen!



DAW limietwedstrijd lange baan in Alkmaar

In Alkmaar werd de eerste lange baan wedstrijd van het seizoen gezwommen. Het was wel weer even wennen om 50 meter zonder keerpunt te zwemmen, maar de tijden die gezwommen werden waren al meteen goed. Jelte, Ginger, Bianca, Ids, Giovanni, Anne-Meike, Chaya, Romée, Ryan, Emil en Christoph zwommen al meteen een of meerdere PRs, soms zelfs sneller dan de korte

baan PRs. In totaal werden er meer dan 15 PRs gezwommen. Ook werden er in deze wedstrijd al meerdere limieten voor de Noord-Hollandse lange baan kampioenschappen gezwommen. Een mooi begin van het lange baan seizoen!



KNZB zwemcompetitie deel 3 in Heemskerk

Voor de derde ronde van de KNZB zwemcompetitie trokken de Zeemacht wedstrijdzwemmers naar zwembad de Waterkokers in Heemskerk, het thuisbad van de lokale zwernvereniging OEZA. Wederom ontbraken bij ons een aantal zwemmers door het rondvarende griepvirus maar door een reeks nieuwe persoonlijke records werd er toch een mooie

puntenscore bereikt. De junioren estafettes gingen goed van start met ruime winst op zowel de 4x200 vrij jongens, met Jelte, Giovanni, Emil en Ryan, als de 4x50 zwemslag meisjes met Chaya, Anne-Meike, Romée en Aletta. Winst was er ook de jeugd 4x100 vrije slag estafette bestaande uit Femke, Emma Marsman, Eric en Thijmen. Bij de senioren was er winst voor Amber en Jordi op de 200 meter vrije slag en Emma Riemers op de 100 school. De jeugd 1&2 zwemmers kwamen goed voor de dag met winst voor Thijmen op de 400 meter vrije slag en de 100 meter schoolslag. Chaya heerste bij de meisjes junioren 3&4 met winst op de 200 meter vrije slag en 100 meter schoolslag. Bij de jongens junioren 1&2 bezette Giovanni en Ryan de eerste plekken op zowel de 100 meter schoolslag en 100 meter vrije slag. De meisjes junioren 1&2 werden gedomineerd door Romée, die naast winst op de 100 meter vrije slag ook samen met Anne-Meike de eerste plekken op de 100 meter schoolslag bezette. In de bijzonder spannende afsluitende estafette werd de mixed 4x100 meter wisselslag bestaande uit Emma Riemers, Amber, Jordi en Mees, nipt verslagen door de thuisploeg OEZA.

Met de behaalde score kregen wij de tweede plek van de A-klasse van de Regio Midwest nog steviger in handen en bleef het landelijk in de top 10 staan. De competitie wordt in maart afgerond met de vierde wedstrijd die in Purmerend zal plaatsvinden.

RANGLIJSTEN

Home
Minioren circuit
Plaatslijsten Junioren NKJ
Competitiefstanden
Parazwemcompetitie

Competitie: A-klasse Regio Midwest

Nr.	Club	Deput	Ronde 1	Ronde 2	Ronde 3	Ronde 4	Ronde 5	Totaal
1	De Olters Het Boor	07-060	6202,62	5304,62	6379,34	0,00	0,00	16882,58
2	MSV-Zeemacht	08-035	6261,30	5392,06	6454,01	0,00	0,00	16057,97
3	ZPC Woerden	06-061	6392,28	5496,26	6378,90	0,00	0,00	16266,94
4	De Aalscholver	07-034	6439,27	5629,26	6489,42	0,00	0,00	16558,95
5	ZC Zeist	06-029	6573,28	5664,21	6592,67	0,00	0,00	16760,92
6	W&PC Purmerend	08-032	6656,51	5660,26	6662,22	0,00	0,00	16827,92
7	OEZA	08-021	6666,51	5623,20	6377,72	0,00	0,00	16905,98
8	Oceanus	07-017	6631,25	5705,11	6436,68	0,00	0,00	16973,04
9	AZ&PC De Puten	07-010	6661,56	5762,08	6581,66	0,00	0,00	16995,12
10	Est-Vo	08-047	6733,72	5715,23	6464,61	0,00	0,00	17113,89

Juridisch advies?

info@ilselibosan.nl

Verjaardagskalender