## C:\Users\braa\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.MSO\5B4739D7.tmp

Zwemnieuws

februari 2021

Algemeen nieuws:

Verjaardagen in maart:

|  |  |
| --- | --- |
| 2 maart | Yulin Fikse, Karina van de Wetering |
| 3 maart | Stan Bezemer |
| 5 maart | Julian de Wilde, Mark Beens, Manuel Vierhout, Linde HeldoornNathan Roebersen |
| 6 maart | Marinus Visscher, Lucas Ruitenberg |
| 7 maart | Gerrian van Dalfsen, Kjeld Boersma |
| 8 maart | Geert Verloop, David Zieleman |
| 9 maart | Jelle Romkes |
| 11 maart | Stijn Koers |
| 12 maart | Maaike Doornwaard |
| 13 maart | Marion ten Koppel-Schuurhuis |
| 14 maart | Theo Maat, Evelien Poll, Jonathan Mauritz |
| 15 maart | Fabiola Rutten-Bosman, Hannah Dekker |
| 17 maart | Judah van Loo |
| 18 maart | Julie Boeve |
| 19 maart | Do Klaassen |
| 20 maart | Matthew Critchell, Frank Dekker |
| 21 maart | Luc Boogaard |
| 26 maart | Jelte van Maanen |
| 27 maart | Danique Koster, Ise Drost |
| 28 maart | Tim Wildeboer |
| 30 maart | Job Riezebos |
| 31 maart | Manuel Dorgelo, Femke Bollema, Manoah Dekker |

**Sterzwemmen**

**Dobbelspel**

Wat missen wij alle kinderen en het zwembad! Helaas ziet het er nog niet naar uit dat wij snel weer mogen zwemmen. Daarom in deze nieuwsbrief een thuistraining! Hopelijk doen jullie allemaal mee en zien we leuke filmpjes/foto’s tegemoet komen.

Hoe speel je dit spel? Je gooit met de dobbelsteen en elk nummer staat voor een oefening. Per onderdeel (warming-up, zwemoefeningen, balans en rekken/strekken) gooi je 3x met de dobbelsteen. Wil je meer uitdaging dan kun je dit uitbreiden naar 5x of zelfs meer.

Je kunt het dobbelspel vinden [via deze link!](https://deltasteur.email-provider.nl/link/cvtxptld7c/gez21euqwp/fxncegf0lh/mn5zqrdufd/djq42hbfb7)

Foto's en filmpjes van de oefeningen *gekke sprongen* zien wij graag tegemoet en wie weet zie jij jezelf terug in de volgende nieuwsbrief! Insturen kan via sterzwemmen@deltasteur.nl

Heel veel plezier en succes!