Zwemnieuws

november 2022

Algemeen nieuws:

Verjaardagen in december:

1 december	Mats van der Kamp, Heleen Wierda
2 december	Margriet Leeffers, Hanneke van ’t Hul, Julia Hoogervorst
4 december	Rita de Man- Emmens
5 december	Hidde Vegter
7 december	Djamilla Gerner
10 december	Arjan Kanis, Noah van t Ende, Novalie van der Horst
11 december	Loïsa Dalfsen, Bas ten Brinke
13 december	Gert Kiers, Justin Smits
16 december	Pascal van Dijk
20 december	Monica van der Meer, Charlotte van der Meer, Lois Ouwehand, Felipe Achter de Molen, Elyn Gruneck
21 december	Martijn Karel
22 december	Vieve Berghorst
23 december	Sigrit Aarten
24 december	Nico-Paul ten Hove
25 december	Noelle Huisman
26 december	Angela Kanis, Sem Groen, Anne Juffer
27 december	Jaquelien Gaasbeek-Schrijver, Donna Chiteta
28 december	Rinze de Haan, Hannah Visscher
29 december	Jennie Drost, Juda Teunis
30 december	Peter van Gelder, Rosita Hageman, Thea Koster, Carolina Levina

Ik Zwem Plan IJsselmuiden

Wedstrijden

Afgelopen maand is er weer heel hard gezwommen!

We begonnen in Harderwijk op 5 november:
Tessa Drost gaat de laatste weken al als een speer tijdens de trainingen en dat zagen we terug tijdens deze wedstrijd. Wat heeft ze een mooie tijd gezwommen: 1.35.96 op de 100 meter rug. Een verbetering van ruim 25 seconden.
Een ander record was dat er 47 persoonlijke records werden gezwommen tijdens deze wedstrijd. De meeste zwemmers hebben 2 of meer tijden verbeterd. Ook waren we weer heel fanatiek met het eindspel.

Een week later gingen we naar Urk, en daar dacht Bram Drost even hard te gaan zwemmen. Hij zwom 23 seconden van zijn 100 meter vrije slag af: 1.32.02. Wat een prestatie en dat had hij echt aan zichzelf te danken.

Maar er gebeurde nog meer want Niek Enderman dacht “Ik zit niet lekker in mijn vel dus het zal wel niks worden”. Maar wat bleek? Hij zwom een Overijsselse A limiet (1.12.32) op de 100 meter vrije slag! Wat een feest ! Wij als trainers hadden niet verwacht dat dit er in zat, en zo bleek dat ons eerste blok tijdens de training weer geslaagd was!

Gelukkig kregen de zwemmers een weekje rust, dat was erg fijn om even op te laden. Op 26 november stond er weer een wedstrijd op het programma. Ook dat was weer een feest want bijna alle trainers waren aan het bad, sommigen om te klokken, anderen om te coachen.

Else Schilder zwom een dikke pr op haar rug!

Ook werd er nog even een team foto gemaakt. Het afgelopen jaar hebben we gebruik gemaakt van de vlag van de selectiegroep maar nu hebben we een eigen vlag met clublogo en daar moest natuurlijk een teamfoto mee gemaakt worden.

Deze maand zijn er meer dan 100 tijden verbeterd! Wij als trainers zijn erg trots op onze zwemmers!
De komende maand hebben we nog 2 wedstrijden te gaan en dan zijn we toe aan kerstvakantie.

Trainingen

We heten de zwemmers die van Sterzwemmen komen welkom in onze groep, leuk dat jullie komen zwemmen! We zijn bezig met het blok rugslag. In de maand december hopen dit blok af te ronden.
Daarna gaan we kijken naar de schoolslag. We denken dat ook op deze slag nog genoeg te verbeteren valt.

Wedstrijd- en prestatiegroep selectie junioren en ouder

Stand competitie – Eerste divisie

Nr.	Club	Depot	Ronde 1	Ronde 2	Ronde 3	Ronde 4	Ronde 5	Totaal
1	HZ&PC Heerenveen	02-008	4787,20	5471,95	0,00	0,00	0,00	10259,15
2	PSV 2	13-033	4845,69	5487,79	0,00	0,00	0,00	10333,48
3	DWK 1	05-014	4802,50	5554,72	0,00	0,00	0,00	10357,22
4	Deltasteur	04-058	4838,20	5523,94	0,00	0,00	0,00	10362,14
5	Team Noord-Holland (SG) 1	08-083	4814,58	5588,04	0,00	0,00	0,00	10402,62
6	Blue Marlins 2	10-067	4917,28	5529,15	0,00	0,00	0,00	10446,43
7	De Duinkikkers	06-006	4927,06	5521,94	0,00	0,00	0,00	10449,00
8	SWOL 1894	04-002	4860,61	5620,86	0,00	0,00	0,00	10481,47
9	WS Twente 1	04-071	4868,99	5660,46	0,00	0,00	0,00	10529,45
10	NieMo Barracuda	09-004	4881,33	5648,62	0,00	0,00	0,00	10529,95
11	ZPC De Zeeuwse Kust 1	12-022	4963,67	5648,79	0,00	0,00	0,00	10612,46
12	ZPCH	07-032	4965,19	5649,18	0,00	0,00	0,00	10614,37
13	ZVVS	11-080	4977,49	5678,08	0,00	0,00	0,00	10655,57
14	Nuenen	13-049	4971,64	5749,22	0,00	0,00	0,00	10720,86
15	WZ&PC Purmerend	08-032	5096,48	5820,85	0,00	0,00	0,00	10917,33
16	De Zwemlinie (SG)	03-046	5113,97	5997,34	0,00	0,00	0,00	11111,31
17	MNC Dordrecht	11-075	5332,41	6155,28	0,00	0,00	0,00	11487,69

NK Estafette

13 november vond het NK estafettes plaats in Dordrecht. Twee teams van Deltasteur wisten zich hiervoor te plaatsen:
Het meisjesteam junioren 1-2 bestaande uit: Isabel Amelink, Jente van ’t Hul, Marit Weever en Manoah Dekker.
En het jongensteam junioren 3-4: Daniël Critchell, Bram Wammes, Arjan Boogaard, Job Riezebos en Hessel Penninkhof.
In de top van Nederland behaalde het meisjesteam de 16e plaats en het jongensteam eindigde op een mooie 10e plek!

Masters

Beste Masters,

Het lijkt ons leuk om ook dit zwemjaar weer af te sluiten met een gezellige wokavond.
Volgens ons zijn we wel weer toe aan even lekker bijkletsen (en chocolaatjes eten). Omdat Happy Garden op dinsdagavond gesloten is hebben we besloten om dit op DONDERDAGavond 15 december a.s. te doen.
We starten dan om ca. 19.30 uur.

Opgeven kan tot 3 december bij Frits vd Kolk via masters.zwemmen@deltasteur.nl. Wij zorgen dat Frits dan jouw aanmelding ontvangt.

De kosten bedragen ca. 33,50 pp.

Adres: Happy Garden
Blauwe Engel 5
8265 NL Kampen

Laatste training 2022

De laatste masterstraining van 2022 is op vrijdag 23 december.
We starten weer op maandag 9 januari.