



Estafettes 2 keer
GOUD!



De Ward!



Nieuw zwembad
de IJsselslag in
Zutphen



Watertemperatuur:
27,5 graden

zaterdag 21 november 2015 | Gratis editie voor de wedstrijdzwemmers en hun ouders van De Ward

----Deel 3 Gelderse B----

Vandaag, 21 november 2015, werd in het nieuwe zwembad IJsselslag, in Zutphen, het derde deel van de Gelderse B-competitie gezwommen.

door Janneke Geurtz

Er zijn mooie tijden gezwommen door Mies, Esmée, Lynn, Fenna, Bente en Anouk de S. op de 50 m. vrije slag. Er zijn veel PR's gesneuveld. De 50 m. schoolslag leverde PR's en een paar dissen op.

Bij de minioren 4 en 5, Iris, Nienke, Emma, Sofie, Noor, Lois, Twan, Mees, Jelemmer, Jesse, Léon en Kiran de 50 m. schoolslag. Ook hier zijn er mooie PR's gezwommen door de meisjes en de jongens. Ik weet zeker dat er tijdens de trainingen goed gelet wordt op het keerpunt, zodat er de volgende keer geen dissen meer hoeven te zijn. Bij de 100 m. rugslag zijn er door dezelfde kinderen ook mooie records gezwommen! Ik noem er zomaar een paar: Sofie -10 seconden, Iris - 13 seconden, Nienke -7 seconden, Jesse -4 seconden. Geweldig hoor!

Kyra, Esmee, Anniek, Stephan, Mick K en Dominique zwommen de 100 m. wisselslag. Alle PR's werden verpulverd! Super gedaan allemaal! Ook op de 50 m. vlinderslag waren er voor Kim, Aniek, Kirsten, Robin, Mick S., Tycho hele mooie tijden. Hierna de beurt aan Eline, Britt, Sanne, Jon, Cas en Rick M. Zij startten op de 50 m. vrije slag. Ook hier zaten er mooie records bij! Anouk J., Eva, Birgit, Rick en Antwan mochten 200 m. schoolslag zwemmen. Bij de heren werd het spannend. Rick won het onderonsje met dezelfde tijd.

De 50 m. schoolslag was voor Kim, Anne, Esmee, Stephan, Mick K., Mick S. en Dominique. Anne mocht deze afstand drie keer en was elke keer weer wat sneller. Er waren ook PR's voor Kim, Esmee en Stephan. Kyra, Aniek, Anouk, Stephan, Robin, Tycho zwommen de 100 m. vrije slag. Er zijn veel magische grenzen (ruim) doorbroken. Kyra zwom onder de 1.04, Aniek onder de 1.08, Stephan onder de minuut en Tycho onder de 1.10! Mooi gedaan! De 50 m. schoolslag was er (weer) voor Eline, Anne, Esmee, Mick K, Cas, Jon en Rick. Eline zwom een

geweldig PR! Ook Anne, Esmee, Cas en Jon waren sneller. De dames en de heren mochten de 50 m. rugslag zwemmen. Eva werd eerste bij de dames. Bij de heren was het weer een onderonsje tussen Rick en Antwan, maar deze keer lag Rick won Rick met een ruimer verschil! Kyra, Anniek, Britt, Sanne, Stephan, Mick S. en Cas zwommen de 50 m. vlinderslag. Weer mooie tijden hoor! Anouk, Aniek, Kim, Robin, Jon en Dominique mochten nog de 50 m. rugslag. Ook hier weer een paar PR's!

Officials van De Ward

door Janneke Geurtz

Een wedstrijd kan niet gezwommen worden zonder officials. Heel fijn dus dat De Ward al veel officials heeft en er ook nog heel wat nieuwe officials in opleiding zijn. Hartstikke fijn natuurlijk, want zo hoeft iedereen maar een paar keer per jaar te fungeren!

Vandaag mocht Patricia, net klaar met de J (Jury)-cursus meelopen in het juryhok. Tenminste dat dachten we. Ze mocht echter meteen volop meedoen en werd flink op de proef gesteld. Ze heeft het allemaal koelbloedig doorstaan, dus dat kan niet anders dan een goede beoordeling opleveren over een aantal maanden.

Joke mocht vandaag twee officials van een andere vereniging beoordelen. Niet elke official mag een andere official beoordelen. Joke is de enige beoordelaar van De Ward. Dank je wel Joke!

Monique, Patrick, Patrick en Twan mochten vandaag aan de slag als schaduwklokkers. Ze zullen zeker veel geleerd hebben! Succes verder! Dan moeten we natuurlijk ook nog de andere officials van De Ward bedanken: Peter, Ilse en Marjon. En tot slot Astrid bedankt je hulp!

Verschillende soorten van Arena carbon zwempakken



Wist je dat?

Er clubrecords zijn gezwommen door:

- Tycho Wannet op de 100 meter vrije slag?
- Mick Schüssel op de 50 meter vlinderslag?
- Eline van Kempen op de 50 meter schoolslag?
- Kyra Huisman op de 100 meter wisselslag, de 100 meter vrije slag en de 50 meter vlinderslag?
- Stephan van Grevenbroek op de 100 meter wisselslag, de 100 meter vrije slag en de 50 meter vlinderslag?
- Anouk Janssen op de 200 meter schoolslag?
- Eva Kattouw op de 50 meter rugslag?

De grootste verbetering vandaag gezwommen is door: Bente Hendriks op de 50 meter vrije slag?

Er 2 nieuwe records zijn gezwommen en maar liefst 65 persoonlijke records?

Er helaas ook een aantal diskwalificaties zijn behaald? Dit weer leerpuntjes zijn voor de aankomende trainingen?

We de coaches weer bedanken voor hun tijd en enthousiasme?

Goud voor de estafettes van de meisjes en de jongens

door Anne Middelkoop

In deze wedstrijd zaten ook estafettes. En daar deed De Ward ook aan mee. Gelukkig pakte het goed uit want de jongens en de meiden wonnen allebei goud! Allebei de estafettes waren de 4 x 50 wisselslag en bij de meiden zwom Anniek Takken de rugslag, Anne de schoolslag, Kyra de vlinderslag en Esmee Kok de borstcrawl. Ze moesten tegen Ndd en twee keer de IJsselmeeuwen. Alleen is een van de IJsselmeeuwen gediskwalificeerd omdat ze een te jonge zwemster in hadden gezet. De Ward heeft de hele wedstrijd voorgelegen. Bij de jongens (Tycho, Cas, Mick S. en Mick v. Kempen) was dat anders. Zij lagen in het begin gelijk met de IJsselmeeuwen die met iets langzamer was. Bij de schoolslag kwam RZC heel ver naar voren en lag ineens eerste! Mick S. haalde al aardig. Daarna was het helemaal een spektakel, want bij de borstcrawl lagen de jongens gelijk. Uiteindelijk heeft De Ward toch nog gewonnen!



Nieuwe badpakken Arena Carbon

door Anne Middelkoop

Bij Zwemwinkel.nl zijn de Arena Powerskin Carbon Pro afgeprijsd met 50% korting. Dus nu zijn de zwempakken "maar" 200 euro. Dit is de omschrijving van het zwempak: De carbon-fibre die in de stof is verweven komt tot zijn recht en blokkeert zodra het pak op maximale spanning staat en zorgt dan voor de nodige compressie zonder dat het de mobiliteit belemmert van de zwemmer tijdens start- en keerpunten.



Je eigen krant maken?

Ga naar

www.zelfkrantmaken.nl

Een initiatief van

d-media
web professionals

<http://d-media.nl>