

## **Gelderse Zomerkampioenschappen 2015 lange baan in Nijmegen West**

De weekenden van 16/17 mei en 30/31 mei stonden voor een 6-tal zwemmers van De Ward in het teken van de Gelderse Zomerkampioenschappen. Om hieraan deel te mogen nemen moet er in de voorliggende periode onder een bepaalde tijd gezwommen zijn op een afstand door de junioren 1 en ouder. Deze limieten worden van tevoren vastgesteld door de KNZB. Stephan, Aniek, Kyra, Mick, Esmee en Anne mochten op verschillende afstanden starten. Het is al een hele prestatie om mee te mogen doen! Onze zwemmers zwemmen de meeste wedstrijden in een 25 meter bad, maar de Gelderse Zomerkampioenschappen worden in een 50 meter bad gezwommen (vandaar de benaming lange baan).

Stephan mocht starten op de 50 meter vrije slag en de 100 meter vrije slag. De 50 meter vrije slag had hij nog nooit gezwommen in een 50 meter bad, dus hij zwom met zijn 28.67 seconden een mooie PR. Van zijn oude PR op de 100 meter vrije slag zwom hij maar liefst bijna 6 seconden af! Mooie prestatie dus!

Aniek mocht drie keer starten, namelijk op de 50 meter vrije slag, 100 meter vrije slag en de 400 meter vrije slag. Alle PR's sneuvelden! Op de 400 meter vrije slag wist Aniek maar liefst precies 10 seconden van haar tijd af te zwemmen! Knap gedaan Aniek!

Kyra zwom de 50 meter vrije slag, 100 meter vrije slag, 200 meter vrije slag en de 200 meter wisselslag. Ook zij wist op al deze afstanden sneller te zwemmen dan de vorige keren. Op de 50 meter vrije slag en de 100 meter vrije slag zwom ze ook nog eens een NJJK-limiet. Op 12 en 14 juni mag Kyra naar Eindhoven om daar deze afstanden te zwemmen met de snelste zwemmers van Nederland. Geweldig! Heel veel succes over twee weken Kyra! Op de 100 meter vrije slag veroverde Kyra ook nog eens een zilveren plak! Ze mag zich dus tweede van Gelderland noemen op deze afstand. Proficiat.

Mick zwom de 50 meter vrije slag, 100 meter vrije slag en de 100 meter schoolslag. Het wordt eentonig, maar ook Mick zwom drie PR's! Op de 100 meter schoolslag zat hij maar 0.07 seconden boven de NJJK-limiet en werd vierde. Een hele knappe prestatie Mick!

Esmee mocht de 50 meter vrije slag, 100 meter vrije slag, 200 meter vrije slag, 200 meter wisselslag en de 200 meter rugslag (hiervoor heeft Esmee zich afgemeld) zwemmen. Ook voor haar op alle vier de afstanden een PR! En Esmee zwom zo'n mooie tijd op de 100 meter vrije slag dat ook zij naar het NJJK mag! Super gedaan! Ook jij heel veel succes over twee weken Esmee!

Anne zwom de 100 meter vrije slag, de 200 meter vrije slag en de 200 meter wisselslag. Ook Anne heeft alleen maar PR's gezwommen. Ook al zag ze in eerste instantie op tegen de 200 meter wisselslag (vanwege de 50 meter vlinderslag achter elkaar zonder keerpunt) deed ze het goed op deze afstand. Ze werd mooi twaalfde van Gelderland.

We kunnen dus terugkijken op een mooi GK! Zwemmers, coaches, klokkers en supporters, bedankt voor jullie tijd en inzet!

Aankomend weekend is er nog het GBK in Doetinchem. Ook daaraan mogen verschillende zwemmers van De Ward deelnemen! Heel veel succes!

