

Landelijke E-on deel 4 in Bommel op 7-3-2015

Vandaag werd het vierde deel van de landelijke E-on gezwommen in ons thuisbad in Bommel. Tot nu toe staan we eerste, hopelijk houden we dit vast! We hebben wel weer zin in een feestje aan het einde van het seizoen, niet waar?

De wedstrijd begon al meteen spannend met een estafette van de dames, de 4x100 meter wisselslag. Kirsten begon met de rugslag, daarna kwam Aniek met de schoolslag, Anouk met de vlinderslag en tot slot Eva met de borstcrawl. Het werd wel heel spannend gemaakt door de dames van De Ward en Dwv. Beide ploegen zwommen exact dezelfde tijd. Wijchen (uit Wijchen) werd eerste, De Ward tweede met een PR, Dwv (uit Doesburg) derde en De Blauwe Schuur (uit Rhenen) vierde.

Hierna kwam de estafette van de jongens, 4x50 meter vrije slag. André was de startzwemmer en zwom een nieuw clubrecord, daarna zwom Mick, dan Robin die helemaal niet lekker was (maar het toch goed deed) en tot slot Stephan. De jongens werden mooi tweede!

Een heleboel zwimmers van De Ward mochten 25 meter schoolslag zwemmen. Nienke werd eerste in een mooie nieuwe tijd. Iris en Emma werden in dezelfde nieuwe tijd respectievelijk tweede en derde. Noor verbeterde haar PR. Esmée en Lois zwommen deze baan schoolslag ook en zetten allebei ook een nieuwe tijd neer! Nirad werd tweede van de jongens en Mies werd derde. Ook Ties en Léon zwommen een nieuwe tijd!

Anniek, Eline, Iris, Britt en Claudia mochten de 100 meter vrije slag zwemmen. Anniek zette een hele mooie tijd neer, namelijk 1.19.43 en verbeterde haar oude tijd met bijna 5 seconden, en werd tweede in een nieuw clubrecord. Eline verbeterde haar PR met maar liefst 6 seconden! Super! Ook Iris en Britt waren erg goed op dreef en verbeterden hun tijden met 4 seconden. Ze hadden de vaart er goed in, want ze wilden graag op tijd naar de fuif! Claudia zat met haar tijd net iets boven haar PR. Ook Jon, Twan, Kiran, Dominique, Wesley, Jorg en Mati mochten starten op deze afstand. Jon werd eerste, zwom maar liefst 6 seconden van zijn tijd af en heeft nu een supermooie tijd van 1.16.11 en een clubrecord! Twan werd derde en verbeterde zijn PR met 7 seconden. Kiran zwom 2 seconden van zijn tijd af. Wesley en Jorg zwommen deze afstand voor het eerst. Knap hoor. Allebei hebben ze een tijd neergezet, zodat ze deze weer kunnen proberen te verbeteren volgende week tijdens de clubkampioenschappen! Mati verbeterde zijn tijd met maar liefst 18 seconden! Goed gedaan allemaal!

De 50 meter rugslag werd gezwommen door Anne, Esmee en Sanne. Anne verbeterde erg mooi haar tijd met 2 seconden en werd derde! Esmee zat maar heel ietsjes boven haar oude tijd. Sanne werd helaas gedist op deze afstand. De volgende keer beter toch Sanne? Tycho en Sven zwommen bij de jongens deze twee banen rugslag. Tycho verbeterde zijn tijd met 2 seconden en werd tweede, Sven zat een halve seconden boven zijn oude PR.

Kim, Veerle, Kyra en Fleur mochten 50 meter schoolslag zwemmen. Kim haalde 0,5 seconde van haar PR af en werd tweede. Veerle zat heel iets boven haar PR en werd derde. Kyra verbeterde haar tijd met een seconde en Fleur met maar liefst 6 seconden. Bij de jongens werd Mick eerste op deze afstand en Cas derde. Robin verbeterde zijn tijd met 0,7 seconde en dat terwijl hij niet lekker was.

Aniek, Noor en Kirsten zwommen de 100 meter wisselslag. Aniek werd tweede en zwom een tijd net boven haar PR. Noor verbeterde haar tijd met ruim 8 seconden. Kirsten werd helaas gedist. Bij de

jongens mochten Stephan en André deze afstand zwemmen. Stephan werd derde. André verbeterde zijn PR en verbeterde zijn clubrecord.

Anouk zwom knap de 100 meter vlinderslag en verbeterde haar oude tijd met 3 seconden! Super, een clubrecord! En dat terwijl ze deze afstand in de estafette ook al gezwommen had! Niels werd op deze afstand tweede, ook al met een PR! Rens verbeterde ook al zijn tijden verbeterde daarmee zijn clubrecord. Geweldig! Sascha zwom ook de 4 banen vlinderslag, maar behaalde geen PR.

Maaike kwam even kijken bij haar zwemmertjes van de zaterdagochtend en haar medezwimmers! Hartstikke leuk Maaike! We hopen nog steeds op een voorspoedig herstel van je schouder!

Na de pauze mochten de allerjongsten weer starten. Ditmaal zwommen ze de 50 meter vrije slag. Noor eindigde als eerste en verbeterde haar tijd met maar liefst 3 seconden. Emma, Iris de Schrijver en Esmée zwommen ditmaal geen PR. Nienke zwom ook 3 seconden van haar oude tijd af, Lois 2 seconden. Knap hoor! Ties zwom een mooie nieuwe tijd! Nirad verbeterde zijn tijd met 7 seconden! Ditmaal zat er geen PR in voor Léon en Mies.

Hierna werd de 100 meter schoolslag gezwommen. Weer twee podiumplekken voor De Ward! Eline werd tweede achter de Gelderse kampioen op deze afstand en Iris werd derde. Anniek verbeterde haar PR iets. Ook Britt zwom een snellere tijd dan voorheen. Vandaag zat er geen PR in voor Claudia. Volgende week gewoon weer. Ook bij de jongens twee podiumplaatsen. Jon werd mooi eerste en Kiran werd tweede met een verbetering van maar liefst 4 seconden! Dominique was ook sneller dan zijn oude tijd, namelijk meer dan een seconde, net als Twan! Wesley was niet sneller dan de vorige keer, net als Mati. Jorg verbeterde zijn oude tijd met 2 seconden.

Anne, Esmee en Sanne mochten de 100 meter wisselslag zwemmen. De eerste twee hadden vorige week allebei al een mooie PR gezwommen. Nu werd Anne derde en Esmee vierde. Beide dames verbeterden hun tijd niet. Sanne zwom heel knap de vlinderslag, de rugslag, de schoolslag, maar zwom daarna een paar slagen schoolslag. Dit mag helaas niet, de vierde baan moet echt borstcrawl zijn. De volgende keer gaat dat gewoon wel goed Sanne! Tycho verbeterde op deze afstand net zijn PR en werd eerste. Sven zwom ook, maar verbeterde zijn tijd niet.

Kyra behaalde een derde plek op de 200 meter vrije slag. Ze verbeterde haar tijd met 2 seconden in een nieuw clubrecord. Ook Kim verbeterde haar PR, namelijk met 4 seconden. Veerle zwom 3 seconden van haar oude tijd af. Fleur liet iedereen versteld staan en verbeterde haar oude tijd met 37 seconden! Robin liet deze afstand verstek gaan. Hij voelde zich niet goed genoeg om op deze afstand te starten. Beterschap Robin! Mick verbeterde zijn tijd met bijna een 0,5 seconde (nieuw clubrecord) en Cas zwom met een blessure deze afstand op de rug. Hij liet de officials even schrikken, maar op de vrije slag mag dit natuurlijk gewoon.

Anniek, Kirsten en Noor mochten hierna de 100 meter schoolslag zwemmen. Anniek werd mooi eerste en verbeterde haar tijd met 1,5 seconde. Ook Noor verbeterde haar tijd ietsjes. André werd tweede met een nieuw clubrecord en Stephan derde. Stephan verbeterde zijn tijd met 2 seconden!

De 50 meter rugslag was voor Eva en Anouk. Eva werd eerste en verbeterde haar tijd met 0,6 seconden en daarmee dus ook haar clubrecord! Super! Ook Anouk verbeterde haar tijd knap met 0,8 seconden en heeft daarmee een nieuw clubrecord. Rens, Niels en Sascha mochten ook deze afstand zwemmen. Rens werd tweede en Niels werd derde. Allebei in een tijd van 32.10. Sascha had een tijd van 34.12 en heeft nu het clubrecord voor de heren van De Ward in de leeftijd 21-25 jaar.

Jippie, weer een estafette! Altijd leuk! Ditmaal de eer aan Esmee (rugslag), Anne (schoolslag), Kim (vlinderslag) en Kyra (vrije slag), allen zwommen twee banen. Het was een spannende race. Elke keer schoven de dames een plekje op. Ze werden mooi tweede!

Tot slot een mix-estafette. Kiran, Emma, Twan en Noor mochten starten op de 4x25 meter vrije slag. Ze gingen als een speer! Super om te zien! Ze zwommen een mooie PR!

De wedstrijd eindigde om iets voor 18 uur. Een lange en warme zit voor iedereen! Morgen gewoon lekker uitrusten in de tuin met hopelijk het veel beloofde zonnetje! Bedankt weer allemaal voor de leuke wedstrijd en alle hulp! Er zijn 55 (nieuwe) records gezwommen en natuurlijk is de grootste verbetering deze keer gezwommen op de 200 meter vrije slag door Fleur.

Voor ik het vergeet: Joke heeft een hele leuke besloten Facebook pagina aangemaakt voor De Ward. Daarop komen ook alle uitslagen. Soms worden er foto's opgezet die gemaakt zijn tijdens een wedstrijd, gevonden voorwerpen of andere zwem-gerelateerde zaken. Ook kun je zelf iets aanleveren. Wil je ook lid worden? Meld je dan aan bij de volgende pagina:

<https://www.facebook.com/groups/352798001523234/> (wedstrijd-zwemmen de Ward (Bemmel)).

Veel leesplezier!