

Miniorencircuit deel 3 (en ONMK in Heerenveen op 23, 24 en 25 januari 2015)

Op 24 januari 2015 werd in de Grote Koppel in Arnhem deel 3 gezwommen van het Miniorencircuit. Dit is een speciale wedstrijd voor minioren en junioren 1 en 2 en staat bekend om de lange afstanden. Coaches waren Joost, Erwin, Stephan, Wendy en Maaïke. Complimenten voor Joost (voor de eerste keer mee als coach?). Het werd door de zwemmers echt gewaardeerd dat hij ze zo goed voorbereidde op de wedstrijd en daarna ook goed feedback gaf.

*Voordat ik begin met het wedstrijdverslag wil ik nog even melden dat dit al een heel goed weekend was voor De Ward. De masters (geboren in 1995 of eerder) mochten zwemmen in Heerenveen! Antwan, Clemens, Niels, Sascha, Rens en Eva zijn daar naar toe geweest. Antwan zelfs drie dagen achter elkaar! Er zijn hele mooie prestaties neergezet! Antwan zilver op de 200 wisselslag, brons op de 200 meter vrije slag, goud op de 400 meter vrije slag, zilver op de 200 meter vlinderslag, goud op de 400 meter wisselslag en tot slot zilver op de 100 vlinderslag in de categorie 40+. Clemens heeft zilver op de 50 meter rugslag en goud op de 100 meter rugslag in de categorie 55+. De estafette Clemens, Sascha, Rens en Niels leverde een mooie vijfde plek op. In de categorie 20+ op de 100 meter vrije slag deden veel heren mee, namelijk 30. Sascha (25<sup>ste</sup>), Rens (19<sup>de</sup>) en Niels (15<sup>de</sup>) verbeterden hun tijd niet, maar deze ervaring nemen ze deze mannen niet meer af! Eva zat net 0,1 seconde boven haar eigen tijd op de 100 meter wisselslag en werd in een groot deelnemersveld (31 dames van 20+) netjes 16<sup>de</sup>. Op de 50 vrije slag verbeterde ze haar tijd met 0,02 seconde en werd ze heel mooi tiende (van de 38 dames). Gefeliciteerd allemaal met jullie prestaties! Antwan wil volgend jaar heel graag met nog meer deelnemers van de Ward naar dit geweldige evenement. Wie gaat er mee volgend jaar?*

Weer terug naar de wedstrijd binnen het miniorencircuit: De eerste afstand vandaag was de 400 meter vrije slag voor de meiden van jaargang 2004. Eline, Anniek, Iris Braam en Claudia mochten deze afstand zwemmen. Alleen Anniek had al een tijd staan, omdat ze begin deze maand mee had gedaan aan de limietwedstrijd lange afstanden. Alle meiden hielden de 16 banen borstcrawl heel goed vol, met zelfs op het eind nog een mooie eindsprint. Anniek werd derde en mocht een bronzen plak ophalen!

De 100 meter wisselslag werd voor het eerst gezwommen door Iris de Schrijver. Dit leverde een hele mooie nieuwe tijd op van 1.48.38 en een vierde plek!

Daarna waren de jongens van jaargang 2007, 2006 en 2005 aan de beurt. Ze mochten de 50 meter vrije slag zwemmen. Mees (net ziek geweest en toch aanwezig!) zwom net iets boven zijn persoonlijke record, Mati verbeterde zijn tijd heel goed met maar liefst 9 seconden, Kiran zat net iets boven zijn oude tijd en Twan werd derde met een mooie PR! Een super weekend voor de familie van Engen!

De meiden van 2005, Emma en Noor mochten de 200 meter wisselslag zwemmen voor de eerste keer. Noor deed het goed, maar werd helaas gedist. Emma zwom een nieuwe tijd van 3.51.83.

De jongens van 2004, Jon en Dominique, mochten de 50 meter vrije slag zwemmen. Dominique verbeterde zijn tijd met een seconde en Jon ook met ruim een seconde. Jon werd derde in deze categorie. Super!

Sem, Sven en Tycho zwommen de 100 meter wissel­slag. Sem voor de eerste keer en noteerde een tijd van 1.50.21. Sven en Tycho zwommen naast elkaar en maakten het nog spannend. Tycho was net 2 seconden sneller. Beide jongens hadden een mooie PR.

De meiden van 2002 en 2003, Fleur, Kyra, Anne en Esmee, mochten de 200 meter wissel­slag zwemmen. Fleur zwom ruim 30 seconden van haar oude tijd af. Kyra, Esmee en Anne zwommen naast elkaar. Kyra ging er al snel vandoor en Esmee en Anne maakten het nog spannend samen. Kyra verbeterde haar tijd met 15 seconden, Esmee met 2 seconden en Anne met 13 seconden. Toch knap gedaan Anne na de afgelopen dagen ziek op de bank te hebben gelegen. Kyra werd eerste met maar 0,01 seconden verschil op de nummer 2!

De jongens van 2001 en 2002 zwommen de 200 meter rug­slag. Mick en Cas mochten het in dezelfde serie tegen elkaar opnemen. Ze lagen heel dicht bij elkaar, Cas was net 0.84 seconden sneller.

Na de pauze mochten de meiden van 2004 de 100 meter wissel­slag zwemmen. Alle vier de meiden hadden al een tijd staan. Eline zwom een PR, Iris Braam, Claudia en Anniek zaten net wat boven hun oude tijd.

Iris de Schrijver zwom hierna de 50 meter vrije slag. Ze verbeterde haar tijd met 5 seconden en werd alweer vierde!

Twan en Kiran lagen naast elkaar in de laatste serie van de 100 meter wissel­slag. Ze maakten het heel spannend! Ze stonden ook naast elkaar op het podium! Kiran werd tweede en Twan derde! Geweldig boys!

Emma, Noor en Nienke mochten samen starten op de 50 meter vrije slag. Emma won het onderonsje met een mooie PR, Noor zat net iets boven haar oude tijd en Nienke zwom maar liefst 12 seconden van haar tijd af.

Dominique en Jon zwommen de 200 meter wissel­slag. Dominique ging super, alleen het keerpunt van de school­slag ging niet goed, waardoor hij helaas gedist werd. Jon zwom een mooie nieuwe tijd van 3.23.05 en werd met deze tijd derde. Dus weer een medaille voor Jon.

Daarna kwam de 400 meter vrije slag voor de jongens van 2003. Tycho, Sven en Sem hadden alle drie nog geen tijd staan. Tycho zwom een mooie tijd van 6.15.45, Sven zwom 6.31.15 en Sem zwom 7.16.77. Knap gedaan jongens voor de eerste keer 16 banen borstcrawl achter elkaar.

De meiden van 2002 en 2003 mochten ook nog de 200 meter rug­slag zwemmen. Fleur verbeterde haar tijd met 14 seconden. Anne met 4 seconden, Esmee met 3 seconden en Kyra werd tweede met een verbetering van haar oude tijd van 8 seconden.

Tot slot mochten de jongens Cas en Mick de 200 meter wissel­slag zwemmen. Cas zwom 1 seconde onder zijn oude PR en Mick verbeterde zijn tijd met maar liefst 15 seconden.

Vandaag is de opbrengst dus:

Goud voor Kyra, zilver voor Kiran en Kyra, brons voor Anniek, Twan (2x), Jon (2x) en heeeel veel PR's! Super jongens en meiden!

Lang zal hij leven, lang zal hij leven..... Hieperdepiep hoera voor Peter! Dubbel feest vandaag! Jarig en hij werd beoordeeld voor een 3'tje (als official)! Proficiat! Alle zwemmers van de Ward kregen na afloop van de wedstrijd een lekker ijsje van de jarige jop.

Iedereen weer bedankt voor de leuke wedstrijd en tot de volgende keer!

