

Nationale zwemcompetitie deel 1, dd 04-10-2015

Vandaag, opierendag, werd in het Erica Terpstrabad in Nijmegen onze thuiswedstrijd voor de Nationale zwemcompetitie gezwommen. Waarom worden de thuiswedstrijden niet meer gezwommen in ons eigen bad van Bemmel? LACO is gewoonweg te klein voor de grote groep zwemmers van Aqua-Novio, De Gelenberg, SG Bommelerwaard, TZC Vahalis en De Ward. We waren dus wel genoodzaakt om uit te wijken naar een ander zwembad. Het Erica Terpstrabad is een mooi bad met maar liefst 8 banen en het heeft een grote tribune. Ideaal dus!

De wedstrijd begon met een estafette voor de dames. Anouk J., Aniek, Kyra en Eva gingen de strijd aan met de andere verenigingen op de 4x100 meter vrije slag. De dames deden het super en gingen er met de winst vandoor! Tycho, Cas, Mick S en Jon zwommen in deze volgorde de estafette 4x50 meter wisselslag. Ze verbeterden hun tijd met 4 seconden en werden vierde.

Claudia, Noor, Nienke, Eline en Anniek mochten hierna de 100 meter schoolslag. Eline won de afstand en Anniek werd derde (in een PR). Ook Nienke zwom een PR. Claudia en Noor maakten het samen erg spannend. Ze kregen dezelfde tijd (allebei een PR), waarbij de scheidsrechter/kamprechter dacht dat Claudia net iets eerder aantikte waardoor de FJ 1 tijd achter haar naam kreeg. Ook voor de jongens stond de 100 meter schoolslag op het programma. Rick M., Twan, Kiran, Jon en Dominique mochten op deze afstand starten. Jon werd tweede, Kiran derde in een PR, Dominique vierde in een PR, Twan vijfde in een PR en Rick met een nieuwe tijd zevende.

De 100 meter wisselslag ging super bij de meiden. Zowel Esmee, Frédérique, Anne, Fleur als Britt zwommen een PR! Bij de jongens ging het ook al zo goed en werden er door de zwemmers van De Ward alleen maar PR's gezwommen. Goed gedaan Mick S., Tycho, Cas en Sven!

Hierna kwam het sprintnummer 50 meter vrije slag voor Kyra, Aniek, Kim, Sanne en Kindi. Kyra en Aniek (clubrecord!) werden eerste en tweede in een PR. Ook Kim verbeterde haar tijd. Sanne en Kindi verbeterden hun tijden erg goed! Robin, Mick van K., Sem en Ties mochten ook starten op dit nummer. Robin, Mick en Ties zwommen een (dik) PR!

Anouk J. en Kirsten zwommen de 100 meter vlinderslag. Weer knap gedaan meiden! Gelukkig was André er vandaag weer bij, zodat hij als enige jongen van De Ward een tijd neer kon zetten op dit nummer en dus punten behaald voor De Ward!

Toen mochten de dames Eva en Birgit de 100 meter schoolslag zwemmen. Beide dames zwommen een PR en een clubrecord! Goed gedaan dames! Eva werd zelfs tweede! Bij de heren zwommen Antwan, Rick de V. en Sascha ook de 100 meter schoolslag. Antwan verbeterde zijn PR en zwom een clubrecord.

Na de pauze, met voor de officials een glaasje water of fris en een lekkere gezonde/ongezonde versnapering, werd er weer doorgegaan met de 50 meter rugslag. Anniek werd eerste in een clubrecord en Eline tweede, beiden met een PR. Ook Claudia verbeterde haar tijd mooi, net als Noor. Nienke de V. verbeterde haar tijd met maar liefst bijna 7 seconden. Knap hoor! Natuurlijk mochten de jongens ook deze afstand zwemmen. Twan werd tweede en Dominique (met PR) derde. Rick en Kiran zetten ook een PR neer. Goed zo jongens!

Hierna stond de 100 meter vrije slag op het programma. Esmee werd tweede in een mooie PR en derde werd Anne, ook al met een mooie verbetering van haar oude tijd. Ook Frédérique haalde bijna 1,5 seconden van haar tijd af. Er was ook een PR voor Britt. Voor Fleur was er deze keer geen PR op

de 100 meter vrije slag. Tycho werd bij de jongens derde, met op de voet gevolgd door Mick S. Beiden zwommen een mooie PR. Cas verbeterde zijn tijd niet. Sven wel met 2,5 seconden.

Er waren ook langere programma's vandaag, zoals nu de 200 meter schoolslag. Aniek werd eerste en verbeterde haar oude tijd met ruim 2 seconden. Ook Kyra (-5 seconden), Kim (-4 seconden) en Sanne (-8 seconden) zwommen een PR. Kindi zette een mooie nieuwe tijd neer. Bij de jongens werd Mick van K. derde (PR!) en Robin kwam er meteen achteraan met ook al een PR. Ties en Sem zwommen deze afstand voor het eerst en zwommen beiden een nieuwe tijd.

Meteen kwam er weer een langere afstand en wel de 200 meter vrije slag. Anouk J. werd derde in een nagenoeg dezelfde tijd als haar inschrijftijd en zwom een clubrecord. Kirsten haalde wel heel seconden van haar PR af (24 seconden!). Stephan werd bij de heren tweede in ook al een PR en een clubrecord. Hij zwom maar liefst meer dan 8 seconden van zijn oude tijd af. André verbeterde zijn oude tijd net niet. Yannick en Jarno zwommen een nieuwe tijd op deze afstand tijdens deze, voor hen, eerste wedstrijd bij De Ward.

Voor de afsluitende estafettes werd nog de 100 meter wisselslag gezwommen. Eva werd derde in, alweer een PR! Ook Birgit zwom een mooie tijd en een clubrecord! Antwan werd derde bij de heren en zwom alweer een PR en een clubrecord! Sascha zat wat boven zijn oude tijd en Rick verbeterde zijn PR met zo'n 1,5 seconden.

Zoals beloofd, estafettes om de dag af te sluiten. Eline, Esmee, Anniek en Frédérique zwommen in deze volgorde de 4x50 meter vrije slag. Ze verbeterden hun tijd goed en werden tweede! Goed gedaan meiden! Bij de heren mochten André, Mick van K. , Robin en Stephan in de genoemde volgorde starten op de 4x100 meter vrije slag. Ook zij verbeterden hun inschrijftijd ruim en werden derde. Klasse jongens! Een mooie afsluiting van deze zwemdag!

Er zijn 61 persoonlijke records gezwommen vandaag. De grootste verbetering staat op naam van Britt Wismans op de 100 meter wisselslag. Er zijn weer mooie prestaties neergezet.

Joke had de uitslag al gevonden. Dank je wel! Ik zal deze hieronder even neerzetten.

Tot de volgende keer maar weer!

Groetjes, Janneke

1e klasse Regio Oost

Nr.	Club	Depot	Ronde 1	Ronde 2	Ronde 3	Ronde 4	Ronde 5	Totaal
1	De Dinkel 2	04-204	4000,82	0,00	0,00	0,00	0,00	4000,82
2	De Ward	05-133	4061,34	0,00	0,00	0,00	0,00	4061,34
3	Zuiderzeezwemmers	05-065	4099,86	0,00	0,00	0,00	0,00	4099,86
4	De Waalstroom	05-120	4125,44	0,00	0,00	0,00	0,00	4125,44
5	Het Ravijn	04-020	4129,67	0,00	0,00	0,00	0,00	4129,67
6	De Gelenberg	05-023	4141,85	0,00	0,00	0,00	0,00	4141,85
7	Steenwijk 1934	04-023	4150,83	0,00	0,00	0,00	0,00	4150,83
8	De IJsselmeeuwen	05-056	4194,54	0,00	0,00	0,00	0,00	4194,54
9	De IJsel	04-032	4220,95	0,00	0,00	0,00	0,00	4220,95
10	De Vrije Slag	05-051	4233,08	0,00	0,00	0,00	0,00	4233,08
11	Bommelerwaard (SG)	05-132	4248,55	0,00	0,00	0,00	0,00	4248,55
12	Nunspeet	05-066	4316,47	0,00	0,00	0,00	0,00	4316,47
13	TZC-Vahalis	05-084	4328,29	0,00	0,00	0,00	0,00	4328,29