

De Start

- VERNIEUWDE -





Zwem- & Poloclub Montferland

Bestuur

Voorzitter a.i.

Gerard Geers (665124)

E: g.geers@xs4all.nl

Secretaris

vacant

Penningmeester

Martijn Garretsen (384216)

F: 084-2235352

E: penningmeester.zpcm
@tiscali.nl

Polozaken

Hennie Witjes (661460)

Zwemzaken

Martijn Giezen (06-23259307)

Sponsor- kaderzaken

Wilko Doeleman (06-
48770886)

Bestuurslid activiteiten

Maarten Rougoor (06-
233455034)

Bankrelatie

Rabobank 32.66.63.711

Redactie "De Start"

F: 084-2235351

E: clubblad@zpcm.nl

UITERSTE ZORG WORDT BESTEED AAN
HET VERVAARDIGEN VAN DE START.
DESONDANKS ZIJN FOUTEN NIET UIT TE
SLUITEN. ALLE BIJ DE START
BETROKKEN PERSONEN KUNNEN NIET
AANSPRAKELIJK GEHOUDEN WORDEN
VOOR SCHADE ONTSTAAN UIT BEDOELDE
FOUTEN.
DE REDACTIE KAN NIET
VERANTWOORDELIJK GEHOUDEN
WORDEN VOOR DE INHOUD VAN
ADVERTENTIES EN INGEZONDEN
ARTIKELEN. ©MMIL ALLE RECHTEN
VOORBEHOUDEN.

Polocommissie

Voorzitter

Hennie Witjes

Secretaris

Saskia Messing

Leden

Wilko Doeleman

Hans Dijkman

Dennis Bosch

Trainingstijden

Maandag

18:15 Miniwaterpolo/

Aspiranten

19:00 Dames I / Heren I + II

19:30 Dames I / Heren I + II

Dinsdag

18:15 Wedstrijdzwemmen

19:00 Wedstrijdzwemmen

19:45 Trimzwemmen

Woensdag

19:30 Aspiranten (vlgs

schema)

Donderdag

18:00 Wedstrijdzwemmen

18:45 Wedstrijdzwemmen

19:30 Dames I / Heren I + II

20:30 Trimzwemmen

Zwemcommissie

Voorzitter

Martijn Giezen

Leden

Caroline van der Meer

Vera Frericks

Hanneke Heymen

Lies ten Brink

vacant

**Sponsor / kader en
toezicht**

Wilko Doeleman

Contributie 2009

Recrea-actief zwemmen

t/m 15 jaar € 102,-

v.a. 16 jaar € 120,-

Wedstrijdzwemmen

t/m 13 jaar € 102,-

t/m 15 jaar € 117,-

v.a. 16 jaar € 120,-

Waterpolo (geen competitie)

t/m 15 jaar € 102,-

v.a. 16 jaar € 120,-

Waterpolo (competitie)

t/m 13 jaar € 144,-

t/m 15 jaar € 153,-

v.a. 16 jaar € 195,-

LET OP

In het naseizoen kunnen afwijkende trainingstijden gelden ! Deze worden in het zwembad gepubliceerd.

Het lidmaatschap kan op elk moment van het jaar ingaan en loopt tot en met 31 december van het betreffende jaar. Opzeggen van het lidmaatschap dient schriftelijk te gebeuren, en wel vóór 1 december van het betreffende jaar. Het lidmaatschap wordt stilzwijgend verlengd. Contributie is conform de statuten verschuldigd over het gehele jaar. Restitutie is in beginsel niet mogelijk.

Hallo allemaal,

Het regent, de wind waait.... ofwel de herfst heeft zijn gezicht weer laten zien! Dat betekent dan toch ook heel vaak dat de zomer voorbij is ☺

Een nieuw seizoen is begonnen. Niet alleen voor het weer, maar ook voor onze club.

Vanzelfsprekend hoort daar een nieuwe uitgave van het clubblad bij, waarin we terugkijken op een mooie afsluiting van een seizoen en een goede start in het "nieuwe" jaar.

Maar ook staat het vol met veel zinnige en de nodige onzinnige informatie, waar je je voordeel mee kunt doen.

Want het is nogal ingewikkeld wat er in de kast of uit de kast moet... En wie raast er niet alleen door het water maar brengt ook het snelle nieuws!

Waar gaat dit allemaal over.... Tja dan zul je toch alles moeten lezen

De hoogste tijd om lekker te gaan banken met het clubblad als leesvoer, laat die regen maar komen!

De redactie



Een woordje van de (interim) voorzitter.

Na een welverdiende vakantie is het zwemseizoen 2009-2010 ingegaan. Een gedegen trainingsweekend is achter de rug. Daar werden de uitgeruste spieren weer geactiveerd en na twee dagen zwoegen en zweten was de conditie van de meeste deelnemers al beduidend beter. Inmiddels zijn de eerste wedstrijden achter de rug en alle leden bedrijven met veel plezier op hun eigen niveau de zwemsport. Waarschijnlijk zijn we bezig met het laatste seizoen in het huidige sportcomplex. Ons nieuwe onderkomen zien we dagelijks groeien. Inmiddels is het hoogste punt reeds bereikt. Met zijn allen kijken we vol verwachting uit naar het nieuwe bad. Het zou mooi zijn dat de overgang naar het nieuwe bad voor nog meer mensen de aanleiding zal zijn om lid van ZPCM te worden. Zwem- en Poloclub Montferland is al vele jaren actief om recreatieve- en wedstrijdporters te laten poloën en/of zwemmen, maar er worden ook allerlei activiteiten georganiseerd, die niets met water te maken hebben en tot doel hebben de onderlinge contacten te verstevigen. Een fantastisch en fanatiek stel kaderleden zorgt voor deze natte en droge bijeenkomsten. Zoals menig sportclub kan ook onze zwemvereniging altijd vrijwilligers gebruiken. We denken aan trainers, officials en bestuursleden. Zoals de kop van dit stukje al aangeeft, heeft de club momenteel een voorzitter ad interim. Om gezondheidsredenen heb ik het voorzitterschap op de laatste algemene ledenvergadering niet verlengd. Van een voorzitter wordt verwacht dat hij/zij regelmatig op de club aanwezig is. Dat is al enige tijd voor mij niet meer mogelijk. Vandaar een oproep aan leden of aan ouders/verzorgers van leden om de club niet zonder voorzitter te laten zitten. Want echt ZPCM verdient weer een voorzitter, die met hart en ziel samen met de andere bestuurs- en kaderleden leiding geeft aan een prima club. Voor informatie kunt u altijd bij mij terecht of bij de andere bestuursleden.

Gerard Geers.



BADZOUT !

Hallo Fans!

Een mens heeft zo zijn behoeften. Zo heb je de basisbehoeften: voedsel, kleding. Ook van studie en ontplooiing vinden we inmiddels dat dat in onze samenleving wel gezien kan worden als basisbehoeften, terwijl dit in ontwikkelingslanden absoluut niet het geval is. Auto, tv, vakantie. Telefoon dan? Tja, vaste aansluiting wel (dat had je vroeger, dan kwam er zo'n kabeltje het huis in, waaraan een gek kastje met een draaischijf gekoppeld zat. Daarmee kon je bellen, zeg maar een mobieltje die je niet mee kon nemen - sterker, bij mijn oma hing zo'n ding gewoon aan de muur....-maar nu dwaal ik af).

Maar ook een mobieltje is zeker een basisbehoefte. Tenminste, als ik zo om me heen kijk. En al helemaal al als ik de reclame moet geloven - maar tegenover reclame ben ik nog altijd sceptisch.

En wat al je niet kunt met zo'n ding. Foto's nemen. Maar dat is eigenlijk al niet bijzonder meer. Radio luisteren, filmpjes kijken, internetten. Ze doen niets anders meer. Vroeger zat je nog met je gezicht in een boek. Las je nog eens wat. En hip was gewoon nog "in de mode". En als een boer uit de Vechtstreek zei "Hai, ve 'ne ghoe dê-ie mai therâg balle?" wist je niet waar hij het over had.

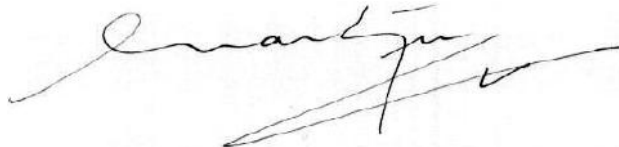
Tsja, ten minste had je toen wel pen en papier om een brief te schrijven - als je wilde. Nu doe je alles via sms. En hoe. Maar, eerlijk is eerlijk, het heeft zo zijn goede kanten. Nog even en geen koppeltje zal meer scheiden. Je hoeft je hoofd niet meer te breken over de naam van je kind (stoot je je schoonfamilie ook niet voor het hoofd, want ja, ze dachten toch echt dat je je kind naar tante zus en oom zo zou noemen. Nee kijk maar op mijn sms: dit moet het zijn!) Of pijnlijk: als achteraf blijkt dat je trabantje toch niet zo snel op kan trekken als die verkoper je wijs wist te maken en maar de helft waard is. En makkelijk: eindelijk weet ik wat mijn huis ècht waard is.

Ach flicker toch op.

Ja, oké, ik geef het toe. Ik heb ook een mobieltje. En wat voor een! Een hele moderne in zijn tijd. En weet je wat je er allemaal mee kunt? Bellen. En (ja echt waar, ik wilde het eerst ook niet geloven) gebeld worden.

Nou zeg.

Groetjes!



€ 50,- p.o.b., je ontvangt 10 berichten (tja over een kasteel valt nu eenmaal veel te vertellen). Dit is geen abonnement. Overigens weet ik pas sinds in een nieuwe tv heb dat dit soort teksten bestaan. Als je begrijpt wat ik bedoel.

Waterpolostanden (per 8 oktober 2009)

Heren 1 (D2.H3B)

	Team	G	W	GL	V	P	DPV	DPT	SLD	VPT
1	ENC Arnhem 4	3	3	0	0	9	33	11	22	0
2	Schuurman BRC 5	3	2	1	0	7	26	14	12	0
3	Montferland 1	3	2	1	0	7	21	15	6	0
4	Natare 1	2	2	0	0	6	22	7	15	0
5	Aqua-Novio`94 5	3	2	0	1	6	21	19	2	0
6	NDD/HE-KEY 4	3	2	0	1	6	17	16	1	0
7	Scholtenhagen 2	2	0	0	2	0	10	17	-7	0
8	Schuurman BRC 4	3	0	0	3	0	13	31	-18	0
9	PFC Rheden 2	3	0	0	3	0	11	25	-14	0
10	De Spreng 3	3	0	0	3	0	9	28	-19	0

Heren 2 (D2.H4G)

	Team	G	W	GL	V	P	DPV	DPT	SLD	VPT
1	Livo 5	2	2	0	0	6	14	7	7	0
2	Montferland 2	3	2	0	1	6	21	15	6	0
3	TZC-Vahalis 1	2	1	1	0	4	12	6	6	0
4	Aqualeon 1	2	1	1	0	4	10	9	1	0
5	NDD/HE-KEY 5	2	1	1	0	4	17	7	10	0
6	DOS 3	2	1	0	1	3	8	8	0	0
7	De Breuly 4	3	1	0	2	3	11	20	-9	0
8	Hydrofiel 2	3	0	2	1	2	15	16	-1	0
9	Thetis 2	3	0	1	2	1	18	24	-6	0
10	De Gendten 2	2	0	0	2	0	5	19	-14	0

Dames 1 (D2.D4C)

	Team	G	W	GL	V	P	DPV	DPT	SLD	VPT
1	Montferland 1	4	3	0	1	9	40	11	29	0
2	Aqua-Novio`94 2	2	1	1	0	4	13	5	8	0
3	Thetis 2	2	1	1	0	4	12	8	4	0
4	De Meer 2	1	1	0	0	3	20	5	15	0
5	DOS 1	2	1	0	1	3	9	16	-7	0
6	sg RZC/EZZ 1	3	1	0	2	3	12	34	-22	0
7	De Meer 1	1	1	0	0	0	12	3	9	3
8	DOS 2	1	0	0	1	0	3	6	-3	0
9	De Breuly 1	4	0	0	4	0	6	39	-33	0

Aspiranten 1 (D2.C5)

	Team	G	W	GL	V	P	DPV	DPT	SLD	VPT
1	Aqua-Novio`94 2	4	4	0	0	12	83	13	70	0
2	Montferland 1	3	3	0	0	9	43	18	25	0
3	sg RZC/EZZ 1	4	3	0	1	9	42	23	19	0
4	De Spreng 1	3	2	0	1	6	32	10	22	0
5	Proteus 1	4	2	0	2	6	38	25	13	0
6	DWV 1	3	1	0	2	3	23	33	-10	0
7	De Gendten 1	4	1	0	3	3	15	63	-48	0
8	NDD/HE-KEY 2	3	0	0	3	0	20	43	-23	0
9	PFC Rheden 1	4	0	0	4	0	6	74	-68	0

Revanche op DOS

Het waterpoloseizoen is weer begonnen en de dames moesten in de eerste thuiswedstrijd tegen DOS 1 spelen. Deze ploeg was niet echt bekend bij het thuisteam, maar ze wisten dat dit wel eens een zware wedstrijd zou kunnen worden. De Dames van Montferland begonnen redelijk goed aan de wedstrijd. Ondanks dat ze maar 1 wissel hadden, stonden ze de eerste helft al voor. Daarna kwam DOS sterk terug en hielden beide ploegen elkaar in evenwicht. In de laatste minuten kwam de ploeg nog gelijk, maar vanwege een strafworp (5 meter-bal) voor de tegenstanders gingen de punten naar Varsseveld. Dit is niet een fijn gevoel om aan het seizoen te beginnen, maar ze wisten dat ze het de volgende week recht konden zetten. Ze moesten toen namelijk tegen DOS 2 spelen. Vol goede moed begonnen ze aan de wedstrijd. Dit keer hadden ze 3 wissels en het was weer in het eigen bad. De dames van Montferland hielden goed stand ondanks dat er paar spelers van DOS 1 bij DOS 2 meespeelden. Ook nu kwam het thuisteam al weer op voorsprong, maar DOS kwam weer sterk terug. In de eerste 3 helften hielden de ploegen elkaar weer goed in evenwicht en was het een spannende wedstrijd. Maar gelukkig verzwakte DOS 2 zich in de laatste helft en daar kon Montferland natuurlijk gebruik van maken. Het liep uit tot 6-3 en de schade van de vorige wedstrijd was weer wat bijgeschaafd. De dames waren blij met de overwinning en hopelijk komen er nog veel meer overwinningen!



Zwemselectie kan terugkijken op een geslaagd trainingsweekend.

Mooi weer, 2 gasttrainers (echte toppers), 4 zwemtrainingen, 1 landtraining, veel eten, leuke spelletjes en een leuke film waren dit jaar de ingrediënten voor een geslaagd trainingsweekend aan het begin van dit seizoen.

Caroline van der Meer en Vera Frericks hadden dit jaar het trainingsweekend (voor het eerst) met succes georganiseerd. Met maar liefst 31 aanmeldingen!

Alles was tot in de puntjes geregeld, niemand hoefde wat tekort te komen.

Op zaterdag wisten zowel Titus Mennen (voormalig trainer van Pieter van der H. en per 1 september bondcoach jeugd bij de KNZB) en Jaco van Gent (hoofdtrainer senioren DWK, Barneveld) de zwemmers te boeien met techniek over borst- en rugcrawl.

Zaterdag had trainster Wilma van Velsen een leuke landtraining verzorgd, waar iedereen al snel de spierpijn van kon merken. Het eten voor deze zwemmers en trainers was op zaterdag goed geregeld door familie Arts.

Na het eten werden snel de film, beamer en laptop klaargezet. Met een leuke film werd de avond afgesloten.

Zondag was het om 6:45 uur al vroeg dag. Ongeveer een half uur later begon de zwemtraining weer. Zondagmiddag was de laatste zwemtraining. Tussendoor werden er nog leuke spelletjes gedaan. Ook daar werd nog hevig gestreden om de winst. Moe, maar zeer voldaan, waren de meeste zwemmers blij om hun ouders zondagmiddag weer te zien. "Snel naar huis, snel naar bed..."



Tussenstand Gelderse B-competitie (na deel 1)

	Club	totaal
1	ZVV	3.827,81
2	GZV Marveld	3.846,59
3	De Berkelduikers	3.866,09
4	TZC Vahalis	3.927,10
5	Noord-Veluwe	3.932,83
6	ZV Wijchen	3.963,39
7	Livo-b	3.998,61
8	Aquapoldro-b	4.011,06
9	Nunspeet	4.058,62
10	Montferland	4.059,41
11	De Gelenberg	4.062,37
12	De Vrije Slag	4.078,69
13	NDD-b	4.116,53
14	BZC Dolfijnen	4.154,57
15	De Meer	4.163,30



Dag beste mensen, hier spreekt Stijn.

Mij is gevraagd om verslag uit te brengen van de wedstrijd van afgelopen zaterdag 3 oktober 2009. Deze eindigde met 7-4 voor ons... of 6-3, ik ben de stand alweer vergeten, maar het was iets in deze richting. De tegenstander speelde met de groene caps, het waren dus groentjes, wij uiteraard in witte keps, white power!

De wedstrijd begon om kwart voor zes 's avonds, maar we moesten al een half uur eerder zijn zodat we ons nog konden omkleden en wat oefeningen konden doen.

Iedereen was er, behalve de Hans en het Westlandse schaap. Omdat Wilko eerst teambespreking had met de aspiranten, nam Hennie het coachen de eerste twee patjes op zich. Ik vond het een nogal chaotische wedstrijd, maar ik heb ook al in geen jaren meer wedstrijden gespeeld, zeker niet bij de heren 2, dus ik moet nog even wennen. Een aantal tegenstanders waren wel een gemeen; ze gingen de hele tijd aan je broek lopen trekken! Maar ja, dat is nu eenmaal waterpolo. Na het tweede patje nam Wilko het coachen van Hennie over.

In het laatste patje gebeurde er iets grappigs. Ik lag linksvoor en de verdediger dit bij mij lag heette ook Stijn. Die gast werd er op een gegeven moment uitgestuurd, dus iedereen was "Stijn" aan het schreeuwen. Ik keek helemaal om heen, want ik dacht dat ze het tegen mij hadden. Niet dus!

Aan het einde van de wedstrijd had ik de kans om te scoren, maar ik werd niet aangespeeld, want Berno scoorde zelf (hij had de bal). Na de wedstrijd gingen we nog naar de kantine voor de nabespreking. Daar las Hans ons de nieuwe regels voor: over blokken met twee handen en over het feit dat als je drie keer in de hoek moet je eruit wordt gestuurd en met je cap op op de bank moet gaan zitten, maar bij een rode kaart moet je eruit en het zwembad verlaten... klinkt heel ingewikkeld en ja, dat is het ook. Ik had honger, maar dat lette mij er niet van twee Heineken te bestellen. Dat gaat nogal snel op een lege maag. Daarna heb ik Tim, de zoon van Hendry, nog eventjes een lesje biologie gegeven met als onderwerp de menselijke voortplanting, maar daarna moest ik toch echt naar huis, want we gingen tortilla's eten. Dit was wat mij het meest is bijgebleven van afgelopen zaterdag, anderen zullen het misschien anders hebben ervaren.

De groeten mensen,

Stijn

*Foto van het
aspiranten-team*



RAZENDE REPORTER PERRY OP PAD:

WAT WE ALTIJD AL WILDEN WETEN OVER...

1. Wie ben je?
Anne-Louise Mol
2. Wanneer ben je geboren?
09-01-1999
3. Waar ben je geboren?
In 's-Heerenberg
4. Heb je broertjes of zusjes?
Ja, Boudewijn, Alexander en Margerethe
5. Welke school zit je?
Wijngaard in Doetinchem
6. Waar woon je?
In Braamt
7. Welke muziek vind je het mooist?
Cellomuziek
8. Wat kijk je het meest op de tv?
Spangas
9. Wat eet je graag?
Pizza Hawaï
10. Heb je een Vriend/Vriendin?
Ja
11. Wat voor een sport doe je nog meer?
Paardrijden
12. Wat doe je bij de club?
Zwemmen
13. Hoe ben je erop gekomen om te gaan zwemmen?
Eerst Marrit, toen Boudewijn en toen ik
14. Hoelang zwem je al?
4 jaar
15. Zwemmen je vader/moeder ook?
Nee
16. Wat is je lievelingsslag?
Schoolslag
17. Wat vind je van de club?
Gezellig
18. Wie wil je dat er volgende keer geïnterviewd wordt?
Marrit



Bedankt dat we dit allemaal van je mochten weten!

Badkleding na 1 januari in de kast?

Het bestuur van de KNZB heeft op maandag 24 augustus, in haar vergadering besloten de regels voor zwemkleding van de Fina (Wereldzwembond) integraal over te nemen. Vooralsnog heeft de Fina aangekondigd dat deze regels per 1 januari 2010 in zullen gaan. De letterlijke teksten zijn nog niet in ons bezit, maar in de kern van de zaak komt het er op neer dat voor heren een zwembroek de maximale afmeting mag hebben van boven de knie tot onder de navel en voor dames van boven de knie tot in de hals, armen, schouders en rug onbedekt. Het materiaal moet textiel zijn. Nogmaals het gaat hier om een interpretatie van de tekst uit de Fina General Congress. De letterlijke tekst is nog niet bekend en kan nog wijzigen of gedetailleerder worden.

Maar houdt er rekening mee dat je dus geen pak aanschaft. En voor de dames geldt, een badpak met een rits op de rug mag dus niet (open rug vereist).

Wasvoorschrift nieuwe T-shirts

We hebben lang op de nieuwe shirts moeten wachten, dus laten we er ook zuinig mee zijn. Het is heel belangrijk om de shirts te wassen volgens het wasvoorschrift, en zeker niet in de wasdroger te stoppen of over het bedrukte te strijken.



Club-badkleding



Wil jij ook zo'n mooi badpak of zwembroek in clubkleuren (dubbel gevoerd). DAT KAN!

In de week van 2 t/m 5 november is er de gelegenheid tot passen.

Kosten:

Badpak €55,-

zwembroek €30,-



Moppentrommel!

- Een man zit bij een riviertje en gooit zijn hengel in het water. Komt er een politieagent aan en zegt tegen die man: "Mijnheer, het is hier verboden om te vissen." Waarop de man antwoordt: "Ik ben niet aan het vissen agent, ik leer mijn worm hoe die moet zwemmen!"
- In het zwembad 'Wat zwem jij goed, zeg.' 'Ja ik zwem al vanaf mijn derde jaar.' 'Dan zul je wel moe zijn.'
- In het zwembad kom ik een leuke meid tegen en ik vraag: 'Wat is jouw telefoonnummer?'
'Dat staat in het telefoonboek, jongeman!'
'En hoe heet je dan?'
'Dat staat er ook in!'



Raadsels!

- Waarom komen alle leraren uit het westen?
De wijze komen uit het oosten.
- Hoe noemt een Belg een ruitenwisser?
Een regenvoorjeraamweghaalheenenweerstandetje.
- Welk instrument werkt nooit mee?
Een dwarsfluit.
- Waarom kreeg Jezus een boete?
Omdat hij 12 aanhangers had.



Recreatieve groep krijgt nieuwe begeleider

De begeleiding van de recreatieve groep is uitgebreid. Op donderdagavond zal Peter Doeleman langs de badrand te zien zijn bij de Recreatieve groep. Peter kent de groep al, hij heeft al vaker ingevallen voor Martin Gerrits. En de groep kent Peter. Een leuke, nieuwe uitdaging voor Peter. Succes voor Peter, veel plezier voor de zwemmers!

De recreatieve groep traint op:
Dinsdag van 19:45 tot 20:30 en
Donderdag van 20:30 tot 21:15.

Ook benieuwd hoe het is? Kom dan snel en doe mee!



Wist je dat...

- Caroline van der Meer in juni 2007 in de zwemcommissie kwam?
- Zij in september toen bezig ging met de nieuwe t-shirts?
- Het een jaar, heel veel tijd en heel veel stress heeft gekost tot we de goede shirts kregen?
- Iedereen haal heel dankbaar is?
- Zij nu nog steeds in de zwemcommissie zit?
- De zwemcommissie-vergaderingen altijd erg gezellig zijn?
- De zwemcommissie nog nieuwe leden zoekt?
- Zij alle randzaken regelen voor wedstrijden en trainingen?



Maar wist je ook dat..

- Nadine Visbeek eerst bij De Gendten zwom?
- Ze nu een jaar bij ons traint?
- Ze deze zomer zelfs 2,5 kilometer vrije slag zwom in Oss?
- De openwater wedstrijd in Oss supergezellig was?
- Er in Oss ook supergoed gezwommen werd?
- Volgend jaar we zeker weer meedoen in Oss?



Jullie toch ook?

Kamp 2009, superrrrrrrrrrrrrrrrrrrrr



Het begon allemaal op het vrijdagmiddag, we hebben het over 10 juli 2009, een dag die de gehele ochtend niets anders dan regen had gebracht! Tegen de avond, rond een uur of half 6, verzamelden zich een grote groep zwemmers, poloërs en ouders op de parkeerplaats van het zwembad. Inmiddels had de regen plaatsgemaakt voor de zon, wat zorgde voor een warme avond.

Nietsvermoedend wat hen te wachten stond, en goed gehumeurd door de heerlijke avondzon, vertrok men in groepen naar de kamplocatie. Al fietsend kregen ze meteen de eerste opdracht: overal op de route hingen heeele oude babyfoto's, namelijk van toen de leiding nog baby was. Er moest geraden worden wie wie was. Dat bleek soms nog knap lastig, maar met een hoop gepuzzel wisten alle drie de groepen alles goed te beantwoorden!

Eenmaal aangekomen bleek er door de regen een enorme plas water te zijn veroorzaakt, precies voor de twee tenten! Gelukkig wisten we het in de tenten redelijk droog te houden.

's Avonds werd er door iedereen geacteerd! (wat was iedereen toch creatief! Ligt dat aan het water?) Vervolgens werd de muziekkennis getest. (Als bonusvraag moest iedere groep zo veel mogelijk klassieke componisten opschrijven, waarbij sommigen heel zeker wisten dat Mozart, Beethoven en Bach bestonden..)

De jongeren dropen langzaam af richting de tent, om daar nog gezellig wat te kletsen met elkaar, of om in een lekker warm bed te stappen!

De wat ouderen, vanaf ongeveer 12 jaar, bleven nog even op; voor hen stond nog een spooktocht gepland, en wel om het enge meer van Stroombroek! In groepjes van 4/5 liep men verspreid rond het meer, want als een groepje gepakt zou worden,

waren we gelukkig nog niet verloren! De bedoeling was aanwijzingen (letters) te vinden, om zo te ontdekken wie de moordenaar was van een meisje!

Met een onduidelijke landkaart en een tip: *In de naam van de moordenaar schuilt het moordwapen!* ging men op pad. De aanwijzingen vinden bleek moeilijk. Roel durfde 's nachts het naaktstrand al helemaal niet op. *"Ik was niet bàààng, maar had daar niks te zoeken!"*

Martijn gaf de moed niet op en kwam uiteindelijk met de oplossing: James Bond!

Na lang napraten lag uiteindelijk iedereen (laat of niet..) op bed, op naar de volgende dag! Zaterdagochtend begon met een heerlijk ontbijt, gevolgd door de activiteit, georganiseerd door Martijn en Roel. Vreemde spelletjes, o.a. het zelf bedachte 'ben ik jij', en een vermoeiende hindernisbaan werden volbracht. Rond 1 uur werd er volop geluncht, we hadden weer energie nodig! Daarna ging de hele groep, met de favoriete bal mee, opnieuw naar stroombroek, nu om eens lekker te zwemmen of liggen. (Zie foto bovenaan). Hoewel de lucht lang donker was, bleef het gelukkig droog! Weer terug op de camping was daar Iris met lekkere ijsjes.

Plotseling was het helemaal helder en scheen de zon volop, waardoor het tegen het eind van de middag wel tegen de 30 graden liep! Er werd flink gevoetbald, gekletst, een dutje gedaan door sommigen, kortom, de tijd vloog.

Voor je het wist was Iris er weer met het avondeten; Chinees!

's avonds stond er een geweldige modeshow op het programma, wat gepresenteerd werd voor een beroemde jury. Hierbij was Leon de absolute winnaar!

Als afsluiting ging het kampvuur aan, dit betekende alweer de laatste avond! Er werden enkele liedjes gezongen, veel gelachen, gepraat, maar sommigen vielen ook al bij het kampvuur bijna in slaap!

Maar snel naar bed dus!

Zondags: Weer een ontbijtje, wat afsluitende spelletjes, en toen begon het opruimen..... Alles weer terug richting 's-Heerenberg. Net op het zwembad begon het enorm te plenzen! Oftewel, precies op tijd weer terug, om alle slaap eens in te halen en heerlijk na te genieten. Kortom: een super begin van de zomer!



Lijst van auto-afkortingen:

AUDI: Als u duwen interesseert.

D.A.F.: Duwen Anders Fietsen.

FIAT: Fiasco In auto Techniek.

JEEP: Je Eerste Echte Paard.

OPEL: Overal Pech En Last.

SUZUKI: Sjees Uzelf Uw Kist In.

MAZDA: Miserabele Auto Zonder Degelijke Afwerking.

MERCEDES: Met Enige Rijlessen
Controleert Elke
Dwaas Een Slagschip

PEUGEOT: Probeer Eens Uw Geluk En Ondervindt Trammelant.

SAAB: Steeds Allerlei Abnormalere
Bakbeesten.

SEAT: Seriematige Ellende Als Toekomst.

FORD: Ford Onderdelen Rammelen
Dagelijks.

FERRARI: Fanatieke Egoïstische Rakkers Rijden Alleen Rasechte Italianen.

CITROËN: Claxon Indrukken Terwijl
Roestig Onderstel Even Nivelleert.

VOLVO: Volgens Onze Leraar Volkomen Onveilig.

HONDA: Hoge Onderhoudskosten Na
Dure Aanschaf.



Aspiranten en heren strijden in Hengelo

In de eerste week (op zaterdag 5 en zondag 6) van september speelden de aspiranten op zaterdag en de heren (van heren 1 en 2) op zondag een waterpolotoernooi in Hengelo.

Een korte foto-impressie van de zondag:



Trainingsinformatie zwemmen

Wie verzorgen de trainingen?

- Eerste uur:
 - Baan 1: Kelly
 - Baan 2 en 3: Kevin en Roel
 - Baan 4: Martijn (inval: Pim)
 - Baan 5: Wilma
- Tweede uur:
 - Baan 1 en 2: Hanneke (di) en Roel (do)
 - Baan 3,4 en 5: Wilma en Evelien (di) of René (do)

Baanindeling

- Eerste uur:
 - Baan 1: instroom basis
 - Baan 2 en 3: Jeugd B / basis
 - Baan 4: Jeugd A en B
 - Baan 5: A1
- Tweede uur:
 - Baan 1 en 2: doorstroom basis, A2, B (m.n. junioren)
 - Baan 3: A2 en B
 - Baan 4: A1, A2
 - Baan 5: A1

Afmelden bij trainingen?

- Wanneer wel en wanneer niet afmelden?
 - Ziek (bijv griep): mag, niet noodzakelijk
 - Langdurig ziek (bijv pheiffer): ja
 - Letsel (bijv breuk): ja
- Bij wie?
 - Bij je trainer
 - Indien deze niet te bereiken is bij Martijn Giezen

Telefoonnummers / mail

- **Kelly:** 06-42511225 of kellybockting@zpcm.nl
- **Kevin:** 06-18902014 of kevindieker@zpcm.nl
- **Roel:** 06-40454187 roelvanbeek@zpcm.nl
- **Wilma:** 06-40033479 of wilmavanvelsen@zpcm.nl
- **Hanneke:** tel: op te vragen of hannekeheymen@zpcm.nl
- **Martijn:** 06-23259307 info@zpcm.nl of martijngiezen@zpcm.nl

Voor wie er in welke selectie zit, wordt u verwezen naar onze site (www.zpcm.nl)

Wedstrijdinformatie

Welke wedstrijden zijn er en voor wie?

- (B-)Competitiewedstrijden
 - 5 wedstrijden
 - Voor A1, A2 en Jeugd A zwemmers
- Vijfkampen
 - 6 wedstrijden (waarvan 1 lange afstanden + laatste deel met medialles)
 - Voor Jeugd B en B selecties. Aangevuld met (afwisselend) A2 en A1 zwemmers
- I-wedstrijden
 - 5 wedstrijden
 - Voor Jeugd B en B-selectie

Bij andere wedstrijden wordt informatie t.z.t. verstrekt wie er mee kan doen.

Rijschema

Voor bovengenoemde wedstrijden geldt een rijschema.

Daarbij geldt:

- We verzamelen op het zwembad;
- Geruild? Geef het door aan de ploegleider;
- We nemen dezelfde zwemmers mee heen en terug.

Basisuitrusting wedstrijden

- zwemkleding
- T-shirt van de club
- Korte broek
- 2 Duikbrillen (1 als reserve)
- Handdoek (eventueel 2)
- Slippers
- Drinken (geen prik)
- Eventueel wat te eten (sultana's o.i.d.)

Regels voor en bij wedstrijden

- Als voor een wedstrijd telefonisch afgemeld wordt doen kinderen boven de 10 jaar dit zelf. Ook de reden wordt doorgegeven
- Als je al ruim van te voren weet dat je voor een wedstrijd niet kunt, geef dit dan zo snel mogelijk door (zo kunnen andere zwemmers worden ingezet en scheelt een hoop werk voor zowel de inschrijvers als de organisatie!)
- Bij wedstrijden blijft de volledige groep de gehele wedstrijd bij elkaar en wordt er niet naar de ouder(s) gegaan om te vertellen hoe er gezwommen is.
- Bij wedstrijden blijft iedereen tot het eind, mits er vóór de wedstrijddag overlegd is met de desbetreffende coach (met een goede reden).
- Geen snoep en frisdrank met prik tijdens je wedstrijd.



beachboys en girls van de club



Hoezo zand erover?



Zo moeilijk, het kiezen van een happy meal!



VERJAARDAGEN

Rens	Derksen	2-okt
Jesse	Cornielje	2-okt
Hennie	Witjes	4-okt
Wilko	Doeleman	6-okt
Martin	Gerrits	7-okt
Wendy	Kroes	11-okt
Martijn	Garretsen	13-okt
Tim	Dijkman	14-okt
Alinta	Dijkman	14-okt
Puck	Arendsen	14-okt
Max	Welling	17-okt
Maaïke	Frericks	21-okt
Rob	Evers	26-okt
Tine	Ruïkes	30-okt

OKTOBER

NOVEMBER

Paul	Moons	10-nov
Lies	ten Brink	14-nov
Josephine	Witjes	14-nov
Raymond	Berentsen	16-nov
Marieke	Eppink	17-nov
Annie	Leuversink	17-nov
Iman	te Wildt	18-nov
Ton	Ebbing	23-nov
Nick	Kuzatko	27-nov

Diana	van Kralingen	3-dec
Rosalie	Lamers	10-dec
Gwendolyn	Timmermans	20-dec
Rocinde	ten Bloemendal	22-dec
Merel	Vos	24-dec
Sander	Menting	24-dec
Esther	van Maastricht	28-dec
Marco	te Boekhorst	29-dec
Hannah	Teitink	29-dec
Jels	Lubbers	30-dec
Roelien	Looman	31-dec

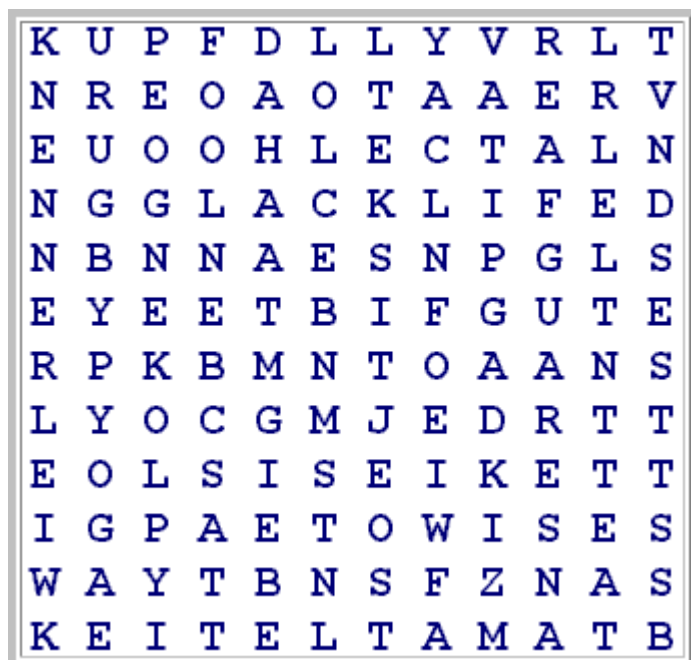
DECEMBER

Sta jij er niet bij of sta je er fout in?
Mail: perryvandermeer@planet.nl



Puzzel

Alle onderstaande woorden zitten
horizontaal, verticaal of diagonaal verstoppt in de puzzel.
Streep ze door en maak van de overgebleven letters het puzzelwoord.



atletiek
bal
basketbal
doelpunt
net

fiets
goal
joggen
mat
set

penalty
puk
racket
rugby
veld

stadion
strafschop
stick
trainingspak

wielrennen
yoga
zwemmen
elftal

Sudoku

	1		6		7			4
	4	2						
8	7		3			6		
	8			7			2	
			8	9	3			
	3			6			1	
		8			6		4	5
						1	7	
4			9		8		6	

Ouderinfo-avond 15 september 2009

Tijdens de inloop met foto's van Rees, kamp en het trainingsweekend en een lekker drankje, begon Martijn met zijn info. De vraag waarom deze avond gehouden werd is voor de transparantie bij alle wedstrijdzwemmers en hun ouders.

Wanneer trainen wij, wie geeft er training en wanneer meld je je nou af? Tsja, als je langdurig ziek ben of andere bijzonderheden hebt, dan horen de trainers dat graag. Dit kan telefonisch of via de mail (voornaamtrainer+achternaam@zpcm.nl).

Er werd ook gesproken over de basisuitrusting: je zwembroek en/of badpak natuurlijk, je badmuts, brilletje, de slippers en een bidon met drinken. Je mag nu (15-09-2009) nog in de bestaande outfits zwemmen. Per januari gaat dit veranderen. Dus houdt dit in de gaten!

En natuurlijk het nieuwe T-shirt van de club. We hebben er een jaar op moeten wachten, maar naar veel bloed, zweet en tranen is het er.

Na dit verhaal werd er verteld over alle wedstrijden die we het komende seizoen hebben. Wie mag waar aan mee doen en wie niet? Bij de clubkampioenschappen mag trouwens iedereen mee doen, dus we hopen weer op een grote opkomst. Als de wedstrijden buiten 's-Heerenberg zijn, werken we tegenwoordig met een rijschema. Let op of en wanneer je moet rijden. En wil je een keertje mee, bel de wedstrijdleader.

Tijdens de wedstrijden is het misschien leuk om zelf eens mee te kloppen. Je beleeft de wedstrijd dan toch intenser. Of te filmen, nog leuker! Het is ook de bedoeling dat je als zwemmer wel tot het eind van de wedstrijd bij de ploeg blijft, want een ieder vindt het leuk als hij/zij ook aangemoedigd wordt (ook tussendoor trouwens).

Tsja en heel veel snoepen en of prik drinken is leuk voor een feestje, maar niet voor- of tijdens het wedstrijdzwemmen. Ondertussen genieten we natuurlijk van de sfeer, de snelheid van onze zwemmers, de prestaties en de lekkere hapjes die WEL mogen (overleg eventueel even met je trainer, die weet altijd wel wat).

Dan kwam nog het onderwerp officials aan de orde.. Hiervoor hebben we echt nieuwe hulp nodig, want 40% van onze officials is ouder dan 60 jaar. Ook is er hulp nodig om het clubblad in elkaar te zetten? En zo zoeken we nog meer mensen. Dus vinden jullie het leuk om trainer, officials, commissielid, schrijver van het clubblad of begeleidende coach te worden, MELD JE AAN!! Gelukkig hebben we nog wel een paar (zeer enthousiaste) vrijwilligers, maar toch: HELP ONS. Zonder jullie hulp is er ook geen basis meer om de zwemvereniging draaiende te houden!

Tot slot komt Maarten, van de activiteitencommissie, aan het woord. De activiteitencommissie is momenteel druk bezig met een hoop nieuwe activiteiten.

Kortom de trainers willen nog meer bereiken, de site blijft actueel, de officials zijn actief aan het genieten langs de badrand en als conclusie we hebben heel veel lol, gezelligheid en een sportief leven met al onze zwemmers samen.

En misschien al in mei 2010 in het nieuwe zwembad!

Een korte samenvatting van de ouderinfo-avond voor de ouders die helaas verhinderd waren.

Groetjes Wilma.

Reporters gezocht



Wil jij ook een stukje schrijven voor in het clubblad?

Heb je iets te melden, of wil je wat kwijt?

Heb je leuke, boeiende of "schokkende" foto's?

Weet je dingen over anderen, die wij niet weten en belangrijk zijn om te weten!

Mail het naar : clubblad@zpcm.nl

De uiterste inleverdatum is 20 december 2009



ZOEK DE 6 VERSCHILLEN

