

De Start





Zwem- & Poloclub Montferland

Bestuur

Voorzitter

Leo Vos

E: voorzitter@zpcm.nl

Secretaris

Maarten Rougoor (06-233455034)

E: maarten@zpcm.nl

Penningmeester

Martijn Garretsen (384216)

F: 084-2235352

E: penningmeester.zpcm@tiscali.nl

Polozaken

Hennie Witjes (661460)

Zwemzaken

Martijn Giezen (06-23259307)

E: info@zpcm.nl

Sponsor- kaderzaken

Wilko Doeleman (06-48770886)

Bestuurslid activiteiten

vacant

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. ©MMII. ALLE RECHTEN

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

Polocommissie

Voorzitter

Hennie Witjes

Secretaris

Saskia Messing

Leden

Wilko Doeleman

Hans Dijkman

Dennis Bosch

Zwemcommissie

Voorzitter

Martijn Giezen

Leden

Caroline van der Meer

Vera Frericks

Hanneke Heymen

Lies ten Brink

Wilma van Velsen

vacant

Sponsor / kader en toezicht

Voorzitter

Wilko Doeleman

Leden

Tom Willemsen

Rogier Rubens

Henri Dijkman

Contributie 2010

Recrea-actief zwemmen

t/m 15 jaar € 102,-

v.a. 16 jaar € 120,-

Wedstrijdzwemmen

t/m 13 jaar € 102,-

t/m 15 jaar € 120,-

v.a. 16 jaar € 123,-

Waterpolo (geen competitie)

t/m 15 jaar € 102,-

v.a. 16 jaar € 120,-

Waterpolo (competitie)

t/m 13 jaar € 147,-

t/m 15 jaar € 156,-

v.a. 16 jaar € 198,-

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,

Met deze uitgave van het clubblad sluiten we al bijna het seizoen, en kan de zomer weer beginnen. Een zomer waarin het schijnt dat er vooral in Zweden de hoge drukgebieden liggen. Dit alles is nog afhankelijk van de nadere fronten uit het Montferland en of zij ook daadwerkelijk gaan "pieken"?

Verder staat het clubblad deze keer ook in het kader van oud en nieuw. Een nieuwe voorzitter, een nieuw bad en terugkijken op een geslaagde reünie waarbij van alles boven en onder water kwam "drijven".

Nieuwsgierig geworden?

Dan rest mij alleen om een ieder veel leesplezier te wensen, maar vooral ook een mooie zomer met een goede start in het nieuwe seizoen

De redactie



Een woordje van de voorzitter.

Een nieuw begin.

Tijdens de afgelopen Algemene ledenvergadering heb ik mij kandidaat gesteld voor het voorzitterschap van onze vereniging en ben ik door de aanwezige leden gekozen. Tijd om mij en ons gezin even aan jullie voor te stellen.

Mijn naam is Leo Vos en ik werd 48 jaar geleden geboren in een klein dorpje in het westen van het land. Sinds 1993 zijn wij, mijn vrouw Ineke en onze drie dochters vanuit Gouda naar het oosten getrokken om via Duiven uiteindelijk in Klein Netterden terecht te komen waar wij inmiddels al weer 4 ½ jaar met veel plezier woonachtig zijn.

In het dagelijks leven ben ik werkzaam bij UWV als opleidingsadviseur. Naast onze 3 dochters hebben wij ook nog 3 Weimaraners(jachthonden) die een deel van onze tijd in beslag nemen.

Ik heb mij graag beschikbaar gesteld als voorzitter om met u de komende jaren onze vereniging verder tot bloei te brengen.

Gezien de verschillende enthousiaste commissies en de plannen die er liggen zijn de voorwaarden daar zeker voor aanwezig en ook ons nieuwe begin in het nieuwe zwembad zal daar zeker aan kunnen bijdragen. Ik hoop de komende jaren op een prettige en coöperatieve samenwerking met alle geledingen binnen onze vereniging.

Ondertussen zijn er al diverse zaken aan de orde geweest.

Als jullie dit lezen hebben we hopelijk een succesvolle en gezellige reünie achter de rug.

Ook hebben we dan hopelijk inmiddels de onderhandelingen met Laco over het gebruik van de nieuwe zwemzaal tot een voor ieder bevredigend einde weten te brengen zodat jullie in het nieuwe seizoen er weer volop tegenaan kunnen.

Tenslotte wens ik iedereen een heerlijke zomervakantie met veel zwemplezier.

Met vriendelijke groet,

Leo Vos

Voorzitter



BADZOUT !

Hallo Fans!

Al weken sta ik er mee op en ga ermee naar bed. Zo'n onbestemd gevoel, een knoop in mijn maag. En ik kan het niet plaatsen.

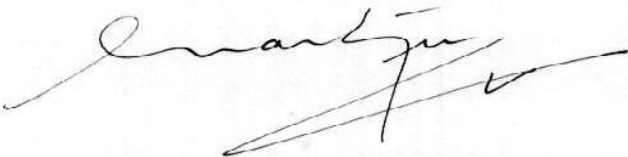
Zou het te maken hebben met de eindexamens? Het is immers weer die tijd van het jaar. Vlaggetjesdag zit er ook weer aan te komen. Het is wel zo'n soort gevoel ja. Maar er staat mij niet bij dat ik examen moet doen. Of nou ja, elke dag is natuurlijk een examen.... maar dat bedoel ik niet.

Peinzend ga ik gebukt onder mijn gedachten. Waar komt dat gevoel vandaan. Ik ken het ergens van. Duidelijk van stress. Maar ook weer niet het soort van stress dat je kunt hebben van nare gebeurtenissen of omstandigheden. Integendeel. Het is het soort stress dat je aanzet tot dingen waar je vooraf van dacht dat je er niet meer toe in staat zou zijn. Een soort doping, zeg maar. Hormoontjes die door je lijf gieren - nee het zijn ook niet de voorjaarskriebels. En trouwens, dat heet ook wel hooikoorts en is verre van prettig.

Maar hoe ik ook probeer te achterhalen waar ik het gevoel meer gehad heb, hoe depressiever ik wordt en des te meer ik verval in de negatieve stress. Ik kan het niet uitstaan. Raak aan lager wal. Probeer het van me af te schrijven: wellicht komt het dan weer boven. Maar zelfs dat helpt niet.

Ik geef me gewonnen. Laat het van me af glijden en voel hoe ik me ontspan. Ik sleep mezelf achter de computer. Misschien heeft onze mooie nieuwe site wat te melden. Schier willekeurig klik ik wat in het rond. Dan valt mijn oog op de uitnodiging voor de reünie. En ineens weet ik weer waar dat gevoel vandaan komt.

Ik heb een zwemwedstrijd!



Martijn

Standen waterpolo competitie (per 22 mei 2010)

wedstr. winst gelijk verlies punten doelpunten voor doelpunten tegen doelpunten per saldo
heren 1

1.	Natare 1	18	18	0	0	54	234	79	155
2.	Schuurman BRC 5	18	13	2	3	41	129	80	49
3.	ENC Arnhem 4	18	13	0	5	39	146	78	68
4.	Montferland 1	18	11	1	6	34	146	124	22
5.	Aqua-Novio`94 5	18	7	3	8	24	94	114	-20
6.	NDD/HE-KEY 4	18	6	1	11	19	86	109	-23
7.	Schuurman BRC 4	17	6	0	11	18	110	154	-44
8.	Scholtenhagen 2	18	4	3	11	15	108	148	-40
9.	PFC Rheden 2	17	4	0	13	12	92	174	-82
10.	De Spreng 3	18	2	0	16	6	88	173	-85

heren 2

1.	TZC-Vahalis 1	18	16	1	1	49	122	60	62
2.	Aqualeon 1	18	13	2	3	41	153	89	64
3.	Hydrofiel 2	18	11	2	5	35	131	93	38
4.	DOS 3	18	10	1	7	31	85	69	16
5.	Livo 5	18	9	0	9	27	102	101	1
6.	NDD/HE-KEY 5	18	6	2	10	20	99	109	-10
7.	Thetis 2	18	5	3	10	18	122	126	-4
8.	Montferland 2	18	5	1	12	16	81	146	-65
9.	De Breuly 4	18	6	0	12	12	103	128	-25
10.	De Gendten 2	18	3	0	15	9	81	158	-77

dames

1.	De Meer 2	16	16	0	0	48	221	46	175
2.	De Meer 1	16	14	0	2	39	132	79	53
3.	DOS 2	16	9	0	7	27	102	60	42
4.	Aqua-Novio`94 2	16	7	1	8	22	82	113	-31
5.	DOS 1	16	6	2	8	20	92	106	-14
6.	Thetis 2	16	5	4	7	19	91	106	-15
7.	Montferland 1	16	5	3	8	18	83	76	7
8.	sg RZC/EZZ 1	16	5	0	11	15	66	142	-76
9.	De Breuly 1	16	0	0	16	0	32	173	-141

aspiranten

1.	Aqua-Novio`94 2	16	14	1	1	43	182	63	119
2.	sg RZC/EZZ 1	16	14	0	2	42	197	48	149
3.	Montferland 1	16	10	1	5	31	148	91	57
4.	De Spreng 1	16	9	0	7	27	133	73	60
5.	DWV 1	16	9	0	7	27	156	112	44
6.	Proteus 1	16	8	1	7	25	116	93	23
7.	NDD/HE-KEY 2	15	3	1	11	10	93	132	-39
8.	De Gendten 1	16	2	0	14	6	61	232	-171
9.	PFC Rheden 1	15	0	0	15	0	28	270	-242

Wie ben ik?

Ik heet: **Alinta dijkman.**

Zolang waterpolo ik al: sinds ik 6 was.

Waarom waterpolo leuk is: het is gewoon leuk en zeker als je in een leuk team zit.

Mijn trainer is: Wilko Doeleman.

Ik speel bij: de aspiranten.

Mijn team: Josephine, Esmee, Tim,
Antoine (aanvoerder), Mischa, Bart,
Melvin, Max C., Max W., Kenneth en
Lex.



Ik geef de pen door aan : **Esmee Doeleman.**



Vacature:

De zwemcommissie regelt alle zaken in- en rondom trainingen, voor en tijdens wedstrijden en is de commissie tussen de zwemmers en het bestuur.

De ZC houdt zich onder meer bezig met het regelen en organiseren van zwemwedstrijden, officialzaken, het trainen op vrijdagavond, het vervoersschema, de wedstrijdopstellingen, zwemmaterialen, organiseren van overige zwemgerelateerde activiteiten (o.a. trainingsweekend, Rees etc) en vertegenwoordigt onze afdeling bij Kring Gelderland.

Wij zoeken nog iemand (of eventueel zelfs wel twee personen) die samen met ons de zwemafdeling verder wil uitbouwen. Vele handen maken licht werk en veel ouders doen (gelukkig) al wat voor de club. Als iedereen zijn steentje bijdraagt, is en blijft het ONZE club. Die van u, uw zoon of dochter en ons, waterpoloërs en zwemmers, senioren en minoren, van jong tot oud.

Zit jij vol met goede ideeën? Of vindt je dat bepaalde zaken beter moeten en kunnen?

De zwemcommissie vergadert 1x in de maand, vaak maar 2 uurtjes per keer. Daarnaast kost u het gemiddeld 1,5 tot 2 uur in de week.

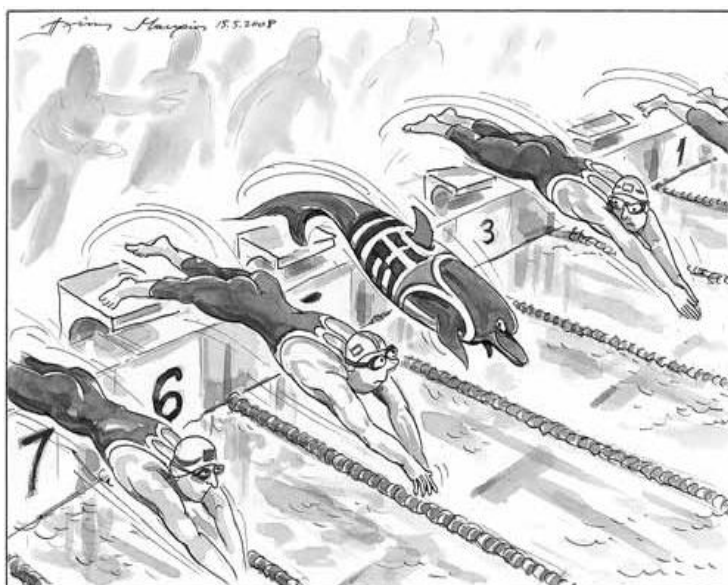
Kortom voelt u er wat voor om de zwemcommissie te versterken: twijfel niet en meldt u aan. Een mail naar Martijn (info @ zpcm.nl) of belletje/sms naar 06-23259307 of spreek Martijn even aan op het zwembad.

Mocht u nog vragen hebben, dan horen wij dat graag.

Namens de zwemcommissie,

Eindstand Gelderse B-competitie

Nr	Vereniging	deel 5	uitslag deel 5	Totaal
1	ZVV	3.417,78	1	17.320,32
2	GZV Marveld	3.473,01	2	17.543,25
3	Noord-Veluwe	3.517,16	4	17.623,76
4	TZC Vahalis	3.503,86	3	17.641,11
5	De Berkelduikers	3.532,44	5	17.669,94
6	ZV Wijchen	3.614,68	8	18.109,43
9	Livo-b	3.570,60	6	18.143,41
7	Aquapoldro-b	3.669,12	10	18.181,08
8	De Vrije Slag	3.705,15	11	18.276,66
11	NDD-b	3.598,36	7	18.367,96
10	Nunspeet	3.723,16	12	18.450,80
12	Montferland	3.663,03	9	18.483,70
13	De Gelenberg	4.029,46	14	19.169,63
14	BZC Dolfijnen	4.014,40	13	19.351,42
15	De Meer	4.426,36	15	19.793,87



VRIJWILLIGE OUDERBIJDRAGE

**MAAR JULLIE
HEBBEN MIJN
KINDEREN AL**

**de vader
van**

Loesje

Postbus 1045

6801 BA Arnhem

www.loesje.nl

Pag. 10



Heren 1 heeft zijn laatste wedstrijd(25-04-2010) tegen Scholtenhagen 2 uit Haaksbergen gewonnen. Uitslag 10-11. De uitslag doet vermoeden dat het een zware wedstrijd was. Het probleem lag niet zo zeer bij de tegenstander, maar bij het feit dat er geen scheidsrechter kwam opdagen. De wedstrijd werd geleid door iemand van de thuisspelende vereniging. Deze had toch enige moeite met zijn onpartijdigheid. Ook de jurytafel had achteraf gezien moeite met de administratie gehad; we misten minstens 2 doelpunten. Al met al heeft het team het hoofd koel gehouden en de wedstrijd uit gespeeld. Heren 1 is daarmee de competitie geëindigd als vierde.



Onze **aspiranten** hebben ook hun laatste wedstrijd(25-04-2010) van het seizoen gewonnen. De uitwedstrijd tegen de Spreng uit Brummen werd met 1-6 gewonnen. Daarmee sluiten ze een goed seizoen af met als resultaat een derde plaats op de ranglijst.

Geslaagd Weerzien



Zaterdag 29 mei vond de reünie van ZPCM plaats. De vereniging bestaat dit jaar 45 jaar. Daarnaast was er tevens sprake van een afscheid; het huidige bad zal binnen enkele maanden verdwenen zijn..

Een zeer geslaagde dag, leuk om op terug te kijken!

Allereerst stond een zwemwedstrijd op het programma, wat ieder de gelegenheid bood om nog een laatste keer te starten in het huidige bad. Voordat het zover was, vonden er onder de tientallen deelnemers eerst heel wat handdrukken en omhelzingen plaats. Een aantal leden/oud-leden hadden elkaar in jaren niet gezien.

Aan fanatisme geen gebrek, elke zwemmer was gebrand om te winnen. Met name onder de poloërs ontwikkelde zich een flinke strijd! Na een grote estafette werd er door een aantal ook (erg fanatiek!) wedstrijdjes waterpolo gespeeld.

Daarna waren er genoeg inspanningen verricht, nu mocht iedereen ontspannen en fijn bijkletsen. Er werd wat afgelachen. Een prachtige groepsfoto werd vastgelegd door clubfotograaf Ed te Pas.

Een en al positieve reacties hebben we vernomen, dat geeft enorm veel voldoening!

Dat het over 5 jaar zeker zo mooi mag worden.

De organisatie
Annemiek Arts
Iris Arts
Eveline Bockting
Pim Cuijpers



Moppentrommel!

Don't forget
to smile!!!



Hoe isoleert een Belg een kippenhok?

Met dubbel gaas

Waarom neemt een oen altijd een ladder mee naar de supermarkt?

Vanwege al die hoge prijzen.

Waarom heeft een giraffe zo'n lange nek?

Omdat zijn hoofd zo ver van zijn lichaam zit.

Welke salade helpt het beste tegen jeuk?

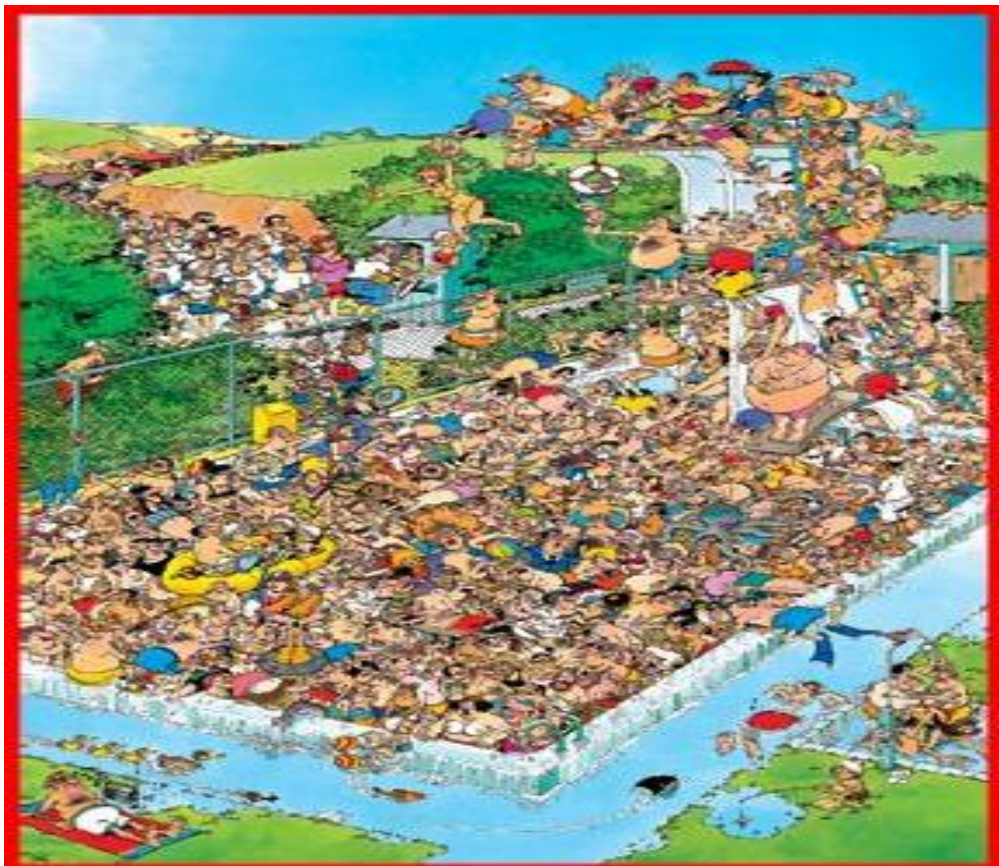
Krabsalade.

Waarom neemt een Belg altijd een liniaal mee naar bed?

Dan kan hij 's morgens meten hoe lang hij geslapen heeft.

Waarom valt een herder tijdens zijn werk in slaap?

Omdat hij de hele dag schaapjes loopt te tellen.



Nadenkertjes:

- Als je van zwemmen slank wordt, wat doet een walvis dan verkeerd?
- Je hoeft niet goed te zijn om de beste te zijn, zolang je maar beter bent dan de rest
- Het "ontrainbare" (talent) bepaalt de uitslag, maar de trainingen bepalen de overwinning
- Karakter is dat wat je hebt als je alleen bent, niet als de trainer op de kant loopt te brullen!
- Waar een wil is, is een weg! Misschien moet je onderweg springen, klimmen, vallen, opstaan, maar altijd doorgaan!

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

Wist je dat...

- Het nieuwe bad open gaat op 5 juli?
- We dan ook onze spullen moeten over huizen?
- We het nieuwe seizoen met een trainingsweekend openen in het nieuwe bad?
- Dit weer speciaal gaat worden?
- De normale trainingen per 23 augustus weer starten?
- Hennie zijn dochter een belofte heeft gedaan die hij niet is nagekomen?
- Dit te maken had met zakgeld?



- Heel heren 1 hier van getuige was?
- Dit dus nog wel wordt betaald?
- Charlotte en Pim dit jaar examen VWO hebben gedaan?
- Kevin niet meer in een Suzuki rijdt, maar in een Golf?
- Martijn binnenkort rijdt in een blauwe auto (in plaats van een zwarte)?
- Esther's meest gebruikte reismiddel geel is?



- Kelly de auto van haar moeder claimt?
- Roel zich superstoer voelt in z'n vaders BMW?
- Onze masters Hanneke, Wilma, Eveline en Esther meedoen met de Dutch Open 2010 in Apeldoorn?
- De foto's van de clubkampioenschappen op de site staan?
- De vader van Tristan deze heeft gemaakt?
- Er in Apeldoorn een straat is die Montferland heet?

VERJAARDAGEN

Tom	Willemsen	1-jun
Dennis	Bosch	2-jun
Eva	Hietkamp	19-jun
Marc	Tolkamp	23-jun
Corry	Derksen	24-jun
Stijn	Mijnen	25-jun
Joey	Vink	25-jun
René	Loskamp	26-jun
Ton	Stapelbroek	27-jun
Matthijs	Witjes	27-jun
Pim	Cuijpers	28-jun

JULI

Gerard	Heuvel	3-jul
Bart	de Kler	3-jul
Micha	Franck	6-jul
Chantal	Kuiper	9-jul
Martijn	Giezen	10-jul
Mieke	Spekking	11-jul
Arjan	Wissing	12-jul
Esmée	Rieken	18-jul
Lenie	Evers	22-jul
Jeroen	Lamers	25-jul
Esmée	Doeleman	27-jul
Hendry	Peters	30-jul
Theet	Derksen	31-jul

AUGUSTUS

Lex	van den Bosch	4-aug
Anke	ten Brink	4-aug
Lisa	van Beek	6-aug
Noa	Esman	7-aug
Marrit	Esman	9-aug
Marcel	de Roo	14-aug
Rogier	Rubens	16-aug
Yvone	Arendsen	20-aug
Leon	Schreur	22-aug
Sjoerd	Berendsen	23-aug
Hans	van Rossum	23-aug
Puck	de Haas	23-aug
Charlotte	Geers	23-aug
Lysanne	Smeenck	25-aug
Daniël	Schepers	27-aug
Renate	Kuiper	27-aug
Melvin	Verwaayen	28-aug
Pepijn	Doeleman	28-aug
Brittany	Jones	31-aug
Marijke	van Dillen	31-aug

AUGUSTUS



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

Wereld Masters Kampioenschappen



De Wereld Masters Kampioenschappen worden in 2010 gehouden in Zweden te Göteborg en Borås van **30 juli t/m 7 augustus**.

Op zich niet echt speciaal. Ieder jaar is er in de zomer wel een groots evenement zoals een WK, EK of een Olympische Spelen. Toch wordt deze zomer voor mij dit zwemtoernooi een groots evenement. In de zomer van 2008 besloot ik om hier te pieken. Bij deze wedstrijd in Zweden wil ik mijn laatste echte piek laten zien. Hier wil ik het doen.

In de zomer van 2009 begon ik te twijfelen. Het doel was nog wel duidelijk, maar wat wilde en kon ik er voor laten. Even voor de figuurlijke spiegel gestaan. Gesproken met vrienden, zelf nagedacht en toch mijn pijlen weer gericht op Zweden. Nog 1 seizoen knallen. En dan knallend afsluiten.

Het seizoen begon erg goed. Direct de eerste wedstrijd een pr op de 200r ug (2.22, ik weet het nog). De eerste helft ging zo lekker, zo makkelijk. In januari was het NK masters korte baan. Met 1x goud, 1x zilver en 1x brons was ik wel tevreden. Even een week of 3 (tot en met de carnaval) een break dacht ik. Maar ook daarna kon ik tot begin april eigenlijk niet echt mijn motivatie vinden om te gaan voor Zweden. De weegschaal gaf aan wat ik dacht (+3kg). Toch ging het begin april in Kampen erg goed (pr op lang bad 200 rug, 2.30). Gaat het toch lukken?

Met het NK masters lange baan (50meter bad in Eindhoven) wilde ik kijken waar ik stond en kijken wat ik doe. Met vier 2^e plaatsen verraste ik vriend en vijand en bovendien mijzelf. Weer alleen maar pr's (bijv 200 rug 2.25).

Ja vanaf dat moment wist ik het weer. Nog 3 maanden en dan was Zweden. Nog 3 maanden er voor gaan. En vanaf dat moment heb ik maar 1 doel. Zweden, het WMK. En vanaf dat moment geen alcohol meer, geen chips, geen koekjes, extra trainen, niks dat mij kan afleiden onderweg naar Zweden. En ook met succes. De weegschaal gaat al weer goed (- 3kg).

Ach en misschien komen er nog zware momenten (o.a. mijn eigen verjaardag, het mooie terrassenweer etc), maar iedereen kent mijn doel. Nee nog belangrijk, ik ken mijn eigen doel. Ik weet waar het moet gebeuren. Als de meeste van jullie heerlijk liggen te genieten in de zon, in de zomermaand augustus. In de eerste week van augustus wil ik knallen in Zweden. De 50, 100 en 200 rug zijn de belangrijkste afstanden. De 50 vlinder en 50 vrij zijn "bijnummers".

De komende maanden nog wel even wat Zweeds oefenen. En natuurlijk trainen! En mijn doel volgen.

Behalve ik, zwemmen Hanneke en Wilma ook in Zweden.

Als het mogelijk is ga ik proberen diverse verslagen op de site te zetten. Houdt die dus in de gaten.

En na die tijd?

Dan blijft mijn hart bij het zwemmen liggen? Een dag niet in het zwembad is een dag niet geleefd! Dus mij zul je nog vaak genoeg zien in het zwembad.

Groetjes
Martijn

Website



We hebben sinds enkele maanden een nieuwe site:

Kijk gauw op : **www.zpcm.nl**

Trainingsweekend

Na het succes van voorgaande jaren komt er na de zomervakantie natuurlijk weer een trainingsweekend voor de zwemselectie (alle wedstrijdzwemmers!).

En wel op **21 en 22 augustus**. Opgavenformulieren worden nog uitgedeeld.

Vorig jaar kwam Titus Mennen (nu jeugdbondscoach) en Jaco van Gent (trainer DWK) en ook dit jaar zullen we zorgen dat het speciaal wordt.

Wil jij het seizoen goed en leuk beginnen in het nieuwe bad?

Wil jij niks missen van het spektakel?

Wil jij niks missen ?

Wij willen jou niet missen op het trainingsweekend!

Dus wil jij het niet missen? Zet het in je agenda: 21 en 22 augustus!



Start nieuwe seizoen

Het nieuwe seizoen start
op maandag 23 augustus



*Durf jij vanaf dit nieuwe startblok te
starten? We zien je graag weer in
augustus!!!*

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 30 augustus 2010

Zwem Kamp 2010...

