

# 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

ARTIKELN. ©MMII. ALLE RECHTEN  
VOORBEHOUDEN.

19:00 Dames I / Heren I + II

19:30 Dames I / Heren I + II

#### *Dinsdag*

18:15 Wedstrijdzwemmen

19:00 Wedstrijdzwemmen

19:45 Recreatief/Masters

#### *Woensdag*

19:30 Aspiranten (vlgs  
schema)

#### *Donderdag*

18:00 Wedstrijdzwemmen

18:45 Wedstrijdzwemmen

19:45 Recreatief/Masters

20:30 Dames I / Heren I + II

### 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

Anke ten Brink

### 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,

Voor jullie ligt de wintereditie van het clubblad. Ook al snakken de meesten na zo'n winterperiode nu al naar de lente, we zullen het nog even met de winter moeten doen. Wat die brengt, of hoeveel sneeuw of andere winterse buien we nog krijgen is de vraag.

En zo is het ook met het nieuwe jaar, waar we inmiddels al ruim in zijn begonnen. Sommige dingen liggen al vast andere dingen zijn nog een vraag, een uitdaging. Het één moet je alleen doen, en het ander doe je met de mensen om je heen. Zoals iedereen heeft ook onze club, mensen die hart voor de zaak hebben en die er tijd en energie voor vrij maken nodig. Gelukkig hebben we daar een aantal van, maar nooit genoeg. Want wat heb je aan het winnen van een wedstrijd als je het niet samen kunt doen, kunt delen.

Dus laten we er met zijn allen een mooi jaar van maken, met elkaar!

De redactie



## **Terug en vooruit**

Allereerst aan iedereen de allerbeste wensen voor 2011 en dat we het komende jaar maar weer vele sportieve hoogtepunten mogen beleven.

In 2010 zijn het bestuur weer vele zaken gepasseerd waarbij de ALV, de reünie, de ingebruikname van het nieuwe zwembad en de daar aan vele voorafgaande zware vergaderingen met Laco wel als belangrijke punten mogen worden genoemd.

Vervelend is het jaar 2010 geëindigd voor ons medebestuurslid Wilko Doeleman. Door een onfortuinlijk ongeluk brak hij zijn scheen- en kuitbeen zodanig dat e.e.a. met platen operatief moest worden hersteld. Een lange periode van herstel zal nodig zijn om Wilko weer helemaal de oude te laten worden. Vanaf deze kant hierbij nogmaals veel sterkte(ook aan Sara).

Ook 2011 belooft weer een spannend jaar te worden en dan naast het sportieve vooral op financieel gebied. We zullen als vereniging stappen moeten zetten willen we voorkomen dat onze financiële reserve als sneeuw voor de zon verdwijnt.

De komende tijd zullen we ons moeten richten op het binnen krijgen van sponsorgelden. De commissie en het bestuur zullen hiertoe een uiterste inspanning doen. Dat neemt niet weg dat ook u/jullie bij ons mogelijke sponsors kunnen aanleveren.

Verder zal het bestuur maatregelen nemen om de uitgaven zoveel mogelijk te beperken. Wij begrijpen dat dit niet voor iedereen even fijn zal zijn maar hopen op een ieders begrip.

Op de komende ALV zullen wij u uiteraard nadere tekst en uitleg geven.

Deze maand staat de eerste zwemwedstrijd in ons nieuwe bad op het programma. Hopelijk is Laco er voor die tijd in geslaagd de ons toegezegde aanpassingen te realiseren zodat we een sportieve en druk bezochte wedstrijd kunnen realiseren.

Tenslotte wens ik u/jullie allen veel zwemplezier in 2011.

Leo Vos  
Voorzitter

# BADZOUT !

Hallo Fans!

Zondag 2 januari 2011, 13:48 uur. Wat vliegt de tijd.

Ik kan het toch niet laten en denk terug aan meer dan een jaar gelden. Toen verlangde ik als nooit tevoren naar het einde van het jaar. Nu voel ik hetzelfde, al is het toch anders. Zeker, de laatste maanden kon het jaar niet snel genoeg voorbij gaan. Het verlangen naar was misschien nog wel groter dan vorig jaar.

Maar nu was het anders. Toen ging ik de tunnel in, onzeker over de lengte ervan. Nu, kwam het einde in zicht en wist ik waar de uitgang was: 31 december, klokslag twaalf. Ertussen lag een jaar, tja, wat zal ik zeggen ... een jaar ... nee laat ik maar niets zeggen.

Nu moet ik toegeven dat die tunnel niet pikkedonker was. Velen, waaronder ook trouwe volgers van dit "blog", zorgden regelmatig voor verlichting. En dat heeft goed gedaan.

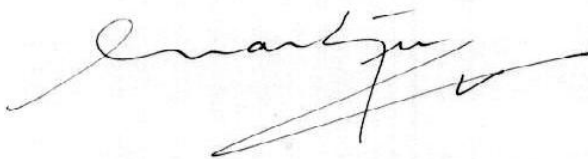
Toch weer opvallend snel trekken de laatste uren voorbij. Zo snel, dat ik -zo betrap ik mezelf er op- er niet eens bij stil blijf te staan. Misschien omdat ik nuchter moet blijven -want de BOB. Misschien omdat ik lekker relaxt de feestdagen ben doorgekomen -want het vooruitzicht.

Nee, nee. Niets van dat al. Dit keer nu eens niet van dat vage geschrijf en gedachten goed. Nee, dit keer gewoon omdat het gezellig is!

Daar knalt de fles en de klok begint te slaan. Dag 2010: je bent gezien!  
Gelukkig nieuwjaar!!!

Ik kus mijn vrouw en denk "yes!".

Groetjes,



A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Martijn', with a long horizontal stroke extending to the right.



## 'Bedankt voor de Bloemen'.

Bij deze wil ik iedereen alvast bedanken voor alle positieve reacties, kado's, kaartjes, bezoeken, belletjes en sms-jes. In het bijzonder dank aan de mensen die mijn taken binnen de vereniging tijdelijk hebben overgenomen.

Zoals waarschijnlijk velen al weten heb ik 8 december mijn onderbeen gebroken. Tussen 2 auto's. Gevolg was een verbrijzeld scheenbeen en een dubbel gebroken kuitbeen. Tevens had ik een inwendige bloeding, waardoor een gigantische zwelling ontstond. Ik heb al van die goddelijke kuiten, maar nu werd hij wel heel erg dik.

Gezien de zwelling en de lelijke breuken van mijn scheenbeen werd ik 'snachts nog geopereerd. Mijn scheenbeen is voorzien van titanium plaat en een hoop schroeven. Aan mijn kuitbeen hebben ze niets gedaan. Die moet vanzelf weer aan elkaar groeien. Door de inwendige bloeding ben ik 2,5 liter bloed verloren. Ik heb daarna nog een week in het ziekenhuis gelegen.

Gelukkig gaat het herstel voorspoedig. Ik heb weinig pijn en voel me verder goed. Het gaat echter nog een hele tijd duren. Ik mag mijn been 3 maanden niet belasten. Wanneer het bot goed vergroeit is met de plaat, moet ik er mee leren lopen en bewegen. Verwacht wordt dat het herstel 6 - 12 maanden gaat duren. Ik hoop echter eerder alweer aan het bad te verschijnen. Ik heb tenslotte alleen iets aan mijn been, dus mijn mond kan ik nog goed gebruiken.

Ik wens een ieder een sportief en gezond 2011 toe. Zijn er mensen die mij willen bezoeken of iets dergelijks je mag me altijd bellen/sms-en.

Wilko Doeleman



### **Wie ben ik?**

**Mijn naam is Hèlen Doeleman**

**Ik ben 15 jaar en jarig op 7 november.**

**Ik zit op het Ludgercollege in 3havo.**

**Ik woon op Ds.Bloemendaalhof 1 in 's-Heerenberg**

**Ik speel waterpolo,**

**ik zit nu ongeveer anderhalf jaar bij de aspiranten**

**Ik vind het erg leuk, we hebben dan ook een leuk team!**

**Behalve dat Wilko mijn trainer is, is hij ook mijn vader**

**Hij speelt bij Heren 1, traint Heren 1, de aspiranten en Heren 2**

**Verder zit mijn broertje Jacques bij de pupillen, samen met mijn  
achterneefje Pepijn en mijn achternichtje Maureen.**

**Mijn achternichtje Esmée zit samen met mij bij de aspiranten, en mijn oom**

**Peter (de neef van mijn vader) speelt bij Heren 1 en ook mijn opa Jacques**

**zit bij de zwemclub als scheidsrechter voor zwemwedstrijden. Mijn**

**moeder Sara en zusje Paulien doen niks bij de zwemclub. Wat een losers...**

**Ik geef de pen door aan Eva Hietkamp.**



Van de waterpolo voorzitter, Hennie Witjes.

De kerstdagen liggen weer achter ons en we zitten alweer in het nieuwe jaar, 2011. Het afgelopen jaar was voor onze club, Zwem-, en Poloclub Montferland een bewogen jaar. Wij moesten afscheid nemen van ons "geliefde" oude zwembad, waar we toch ruim 30 jaren hebben gezwommen en geschiedenis hebben liggen. We kregen beschikking over een splinternieuw zwembad, met 1 baan meer en een beweegbare bodem erbij. Een groter doelgroepen bad, met meer mogelijkheden.

De waterpolo afdeling is in de afgelopen periode gegroeid. In tussen hebben we 1 damesteam, 2 herenteams en een aspirantenteam. Bovendien zijn er in dit afgelopen jaar nieuwe pupillen bijgekomen die met veel enthousiasme op de maandag in het doelgroepen bad rond spartelen. Wij als polocommissie zijn blij dat er steeds meer nieuwe leden komen waterpoloën en zwemmen. Gelukkig kan dit ook doordat er een vaste groep vrijwilligers zijn die met uitermate veel bevlogenheid elke keer weer aan het bad staan om de trainingen te verzorgen.

De waterpolo afdeling binnen onze vereniging realiseert zich ook dat we kwetsbaar zijn. Binnen zowel de zwem-, als polocommissie en in het bestuur wordt hier toch met zorgen over gesproken. Graag zien wij dat er meer mensen vanuit de vereniging zich in gaan zetten voor de vereniging. Een ieder is zich er van bewust dat een vereniging bestaat door en voor leden. Zwem en polo vereniging haalt zijn bestaansrecht uit het hebben van actieve leden. Zonder deze leden geen vereniging.

Terug kijkend naar afgelopen jaren zien we dat de laag kaderleden een te dunne laag en te kwetsbaar is. Dit blijkt te meer nu Wilko Doeleman, trainer van de senioren en aspiranten en wat doet hij allemaal niet meer(!), tijdelijk, maar wel voor enkele maanden is uitgevallen. Het zal u bekend zijn dat Wilko zijn onderbeen gebroken heeft. Wij wensen hem dan ook veel sterkte bij zijn revalidatieproces.

Binnen de waterpoloafdeling en binnen het bestuur proberen we met man en macht te realiseren dat alle activiteiten zijn doorgang blijven vinden. Binnen de waterpolocommissie hebben we afspraken gemaakt m.b.t. het overnemen van de trainingen. De training van de aspiranten zal tijdelijk verzorgd worden door Martijn Garretsen. Training aan de senioren zal gedaan worden door Raymond Berendsen en Hennie Witjes. Over de begeleiding bij wedstrijden van de aspiranten zal in samenspraak met de polocommissie en Wilko afspraken gemaakt worden.

Wij, de waterpolo en zwemcommissie en het bestuur van Zwem-, en Polo club Montferland willen graag met alle leden vooruit kijken naar de toekomst van onze vereniging. Wij doen een oproep aan u om daar ook eens over na te denken, u kunt ten allen tijde met ons in gesprek gaan over onze en uw plannen binnen en voor onze vereniging: Zwem-, en polo club Montferland. Wij nodigen u dan ook om contact op te nemen met de voorzitters van de waterpolo-, en zwemcommissie. Elke ondersteuning is welkom.

Rest mij U, een sportief en vooral gezond gelukkig Nieuwjaar te wensen.  
Met sportieve groet, Hennie Witjes



## **Zwem- en poloclub Montferland vraagt:**

### Aspirant commissieleden voor alle commissies

Doel: laagdrempelig ervaren wat er binnen de commissies wordt gedaan.  
bekijken/ ervaren waar je talenten liggen.  
niet meteen verantwoordelijk voor de commissie.

Wat bieden de commissies:

- Enthousiaste mensen die je willen weg wijs maken met de commissie.
- Ondersteuning en begeleiding.
- Ontdekking van je talenten.

Wat vragen wij:

- 1 x 6 weken vergadering in de commissie.
- Enthousiasme voor de vereniging.
- Na een aspiranten commissie periode, duidelijkheid mbt aanstelling commissielid voor een periode.

Voor vragen: Martijn Giezen, telefoon: 06-23259307  
Hennie Witjes, 0314-661460 of 06-12300802



### **Eerste sponsors binnen gehaald.**

De heer en mevrouw Garretsen, de ouders van Martijn, zijn de eerste die zich hebben aangemeld voor de 'Vrienden van Zwem- & Poloclub Montferland'. Beide doneren een bedrag van € 50,-. Daarvoor wordt hun naam 1 jaar lang vermeldt op de lijst van de 'Vrienden van Zwem- & Poloclub Montferland' in het clubblad en op de website. Tevens krijgen zij het clubblad. Laten we hopen dat er meer zullen volgen. Tevens hebben we de eerste advertentie binnen. Deze is van Martijn zelf en staat in deze 'Start'.

Bent u geïnteresseerd in sponsoring of donatie neem contact op met:

Wilko Doeleman (0648770886) of [sponsorcommissie@zpcm.nl](mailto:sponsorcommissie@zpcm.nl)



*Vrienden van Zwem- &*

*PoloClub Montferland*

Cocky Garretsen-Van Engelsdorp Gastelaars  
Gerard Garretsen

.....  
.....  
.....

Ook '**Vriend van Zwem- & Poloclub Montferland**' worden, neem contact op met de sponsorcommissie: Wilko Doeleman (0648770886) of [sponsorcommissie@zpcm.nl](mailto:sponsorcommissie@zpcm.nl).

Voor € 50,- wordt uw naam of de naam van uw bedrijf 1 jaar lang vermeldt op deze pagina en op de website van de vereniging ([www.zpcm.nl](http://www.zpcm.nl)). Tevens krijgt u het clubblad.

## Competitiestand

|                       | <b>1e keer</b>  |           |  | <b>2e keer</b>  |           |  | <b>totaal</b>   |
|-----------------------|-----------------|-----------|--|-----------------|-----------|--|-----------------|
| 1 Noord Veluwe        | 3.783,93        | 1         |  | 3.830,46        | 1         |  | 7.614,39        |
| 2 De Berkelduikers    | 3.814,30        | 2         |  | 3.925,44        | 2         |  | 7.739,74        |
| 3 Zaltbommel          | 3.868,08        | 4         |  | 3.953,91        | 3         |  | 7.821,99        |
| 4 Wijchen             | 3.852,34        | 3         |  | 4.040,85        | 5         |  | 7.893,19        |
| 5 DWV                 | 3.960,80        | 7         |  | 3.972,99        | 4         |  | 7.933,79        |
| 6 Livo-b              | 3.959,49        | 6         |  | 4.057,76        | 9         |  | 8.017,25        |
| 7 NDD-b               | 3.973,53        | 8         |  | 4.081,54        | 11        |  | 8.055,07        |
| 8 De Vrije Slag       | 4.037,33        | 9         |  | 4.042,59        | 6         |  | 8.079,92        |
| 9 TZC Vahalis         | 3.915,04        | 5         |  | 4.167,47        | 13        |  | 8.082,51        |
| 10 Nunspeet           | 4.053,44        | 10        |  | 4.044,60        | 7         |  | 8.098,04        |
| 11 De Rijn-b          | 4.125,83        | 13        |  | 4.047,84        | 8         |  | 8.173,67        |
| <b>12 Montferland</b> | <b>4.120,41</b> | <b>12</b> |  | <b>4.064,16</b> | <b>10</b> |  | <b>8.184,57</b> |
| 13 Kerkdriel          | 4.095,79        | 11        |  | 4.092,52        | 12        |  | 8.188,31        |
| 14 De IJsselmeeuwen   | 4.148,25        | 14        |  | 4.198,86        | 14        |  | 8.347,11        |
| 15 Aquapoldro-b       | 4.248,73        | 15        |  | 4.263,40        | 15        |  | 8.512,13        |

Deel 3 is niet doorgegaan, maar het blijft spannend. Nummer 13 en lager degraderen naar de C-competitie.

Deel 3 wordt ingehaald op zaterdag 2 april in Lichtenvoorde.









## Wisten jullie dat..

- Marrit en Merel de vorige keer een gastvrijheidsonderzoek hebben gedaan?
- Zij dit keer helemaal vergeten waren?
- Zij nog vervoer zoeken naar Doetinchem!
- Alle masters op 1 januari 1 jaar ouder zijn geworden!

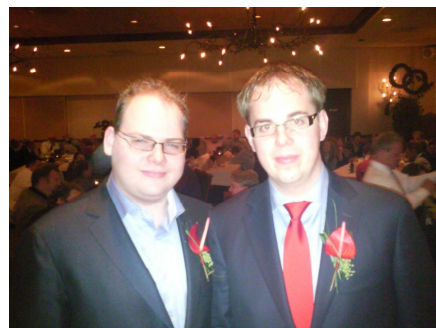
- Esther op het EK korte baan was in Eindhoven?
- Zij samen met Martijn en zaterdag was?
- Zij heel dicht bij het water zat?
- Wilma, Hanneke en Martijn er zondag waren?
- De Nederlandse zwemsters het goed deden?



- Kevin, Martine, Angela, Martijn de Nieuwjaarsduik hebben gedaan?
- Oud-lid Leroy ook meedeed? En de vriendin van Martijn ook?



- Onze secretaris is getrouwd



**Just married! Congratulations!**

(voor hen die Maarten, onze secretaris, niet kennen: de rechter!)

## Waterpolostanden

G W GL V P DPV DPT SLD VPT

### Heren 1

|     |                 |    |    |   |   |    |    |    |     |   |
|-----|-----------------|----|----|---|---|----|----|----|-----|---|
| 1.  | ENC Arnhem 4    | 11 | 10 | 1 | 0 | 31 | 76 | 31 | 45  | 0 |
| 2.  | PFC Rheden 2    | 11 | 8  | 1 | 2 | 25 | 88 | 42 | 46  | 0 |
| 3.  | DOS 1           | 9  | 7  | 1 | 1 | 22 | 52 | 22 | 30  | 0 |
| 4.  | De Breuly 2     | 10 | 6  | 0 | 4 | 18 | 63 | 54 | 9   | 0 |
| 5.  | Montferland 1   | 10 | 5  | 1 | 4 | 16 | 77 | 46 | 31  | 0 |
| 6.  | EZ&PC 3         | 9  | 3  | 2 | 4 | 11 | 51 | 53 | -2  | 0 |
| 7.  | TZC-Vahalis 1   | 10 | 3  | 2 | 5 | 11 | 45 | 54 | -9  | 0 |
| 8.  | NDD/HE-KEY 4    | 11 | 3  | 2 | 6 | 11 | 43 | 63 | -20 | 0 |
| 9.  | Aqua-Novio`94 5 | 10 | 2  | 1 | 7 | 7  | 54 | 72 | -18 | 0 |
| 10. | Aquapoldro 4    | 11 | 1  | 1 | 9 | 4  | 36 | 95 | -59 | 0 |
| 11. | De Meer 4       | 10 | 2  | 0 | 8 | 3  | 30 | 83 | -53 | 3 |

### Heren 2

|     |                 |   |   |   |   |    |     |    |     |   |
|-----|-----------------|---|---|---|---|----|-----|----|-----|---|
| 1.  | Thetis 2        | 9 | 8 | 0 | 1 | 24 | 99  | 54 | 45  | 0 |
| 2.  | PFC Rheden 3    | 8 | 8 | 0 | 0 | 18 | 101 | 39 | 62  | 6 |
| 3.  | Schuurman BRC 6 | 7 | 5 | 0 | 2 | 15 | 67  | 60 | 7   | 0 |
| 4.  | DOS 3           | 5 | 4 | 1 | 0 | 13 | 37  | 17 | 20  | 0 |
| 5.  | Natare 3        | 8 | 3 | 2 | 3 | 11 | 63  | 72 | -9  | 0 |
| 6.  | NDD/HE-KEY 5    | 8 | 3 | 0 | 5 | 9  | 71  | 53 | 18  | 0 |
| 7.  | De Gendten 1    | 8 | 2 | 1 | 5 | 7  | 54  | 70 | -16 | 0 |
| 8.  | Montferland 2   | 7 | 1 | 0 | 6 | 3  | 31  | 86 | -55 | 0 |
| 9.  | De Breuly 3     | 8 | 1 | 0 | 7 | 3  | 33  | 71 | -38 | 0 |
| 10. | De Spreng 4     | 8 | 1 | 0 | 7 | 3  | 44  | 78 | -34 | 0 |

### Dames 1

|    |                 |   |   |   |   |    |    |    |     |   |
|----|-----------------|---|---|---|---|----|----|----|-----|---|
| 1. | NDD/HE-KEY 3    | 7 | 7 | 0 | 0 | 21 | 70 | 28 | 42  | 0 |
| 2. | Montferland 1   | 8 | 6 | 1 | 1 | 19 | 53 | 31 | 22  | 0 |
| 3. | DOS 2           | 6 | 5 | 0 | 1 | 15 | 52 | 30 | 22  | 0 |
| 4. | Aqua-Novio`94 2 | 7 | 4 | 0 | 3 | 12 | 53 | 28 | 25  | 0 |
| 5. | NDD/HE-KEY 4    | 7 | 2 | 1 | 4 | 7  | 38 | 43 | -5  | 0 |
| 6. | sg RZC/EZZ 1    | 7 | 2 | 0 | 5 | 6  | 33 | 44 | -11 | 0 |
| 7. | Flevo 2         | 7 | 1 | 2 | 4 | 5  | 30 | 47 | -17 | 0 |
| 8. | Thetis 2        | 8 | 1 | 1 | 6 | 4  | 39 | 61 | -22 | 0 |
| 9. | De Breuly 1     | 7 | 1 | 1 | 5 | 1  | 11 | 67 | -56 | 3 |

### Aspiranten

|    |                     |   |   |   |   |    |    |    |     |   |
|----|---------------------|---|---|---|---|----|----|----|-----|---|
| 1. | De IJsselmeewuven A | 7 | 7 | 0 | 0 | 21 | 89 | 25 | 64  | 0 |
| 2. | Zignea A            | 7 | 5 | 0 | 2 | 12 | 50 | 27 | 23  | 3 |
| 3. | DOS A               | 7 | 3 | 0 | 4 | 9  | 35 | 43 | -8  | 0 |
| 4. | Montferland A       | 6 | 1 | 0 | 5 | 3  | 21 | 63 | -42 | 0 |
| 5. | Natare A            | 7 | 1 | 0 | 6 | 3  | 33 | 70 | -37 | 0 |

# VERJAARDAGEN

|            |            |        |
|------------|------------|--------|
| Toos       | Vermaas    | 1-jan  |
| Daphne     | Kuiper     | 3-jan  |
| Roy        | Siemes     | 7-jan  |
| Annelouise | Mol        | 9-jan  |
| Maarten    | Rougoor    | 9-jan  |
|            | Nijland-   |        |
| Truus      | Damen      | 11-jan |
| Annemiek   | Arts       | 11-jan |
| Ilona de   | Winter     | 15-jan |
| Miep       | Jansen     | 17-jan |
| Christien  | Willemsen  | 24-jan |
| Britney    | Timmermans | 27-jan |
| Iris       | Sturry     | 30-jan |

## JANUARI

|               |           |        |
|---------------|-----------|--------|
| Jens          | Willemsen | 13-feb |
| Ember van der | Lee       | 13-feb |
| Henri         | Dijkman   | 15-feb |
| Bastiaan      | Frerix    | 21-feb |
| Ineke         | Smit      | 25-feb |
| Jacky         | Snelting  | 28-feb |

## FEBRUARI

|               |                   |        |
|---------------|-------------------|--------|
| Annie         | Menting-Steintjes | 4-mrt  |
| Daan          | Derksen           | 6-mrt  |
| Hanneke       | Berendsen         | 7-mrt  |
| Gerda         | Damen             | 12-mrt |
| Lieke van der | Lee               | 13-mrt |
| Kim           | Smeenk            | 13-mrt |
| Helma         | Giesen            | 17-mrt |
| Jefferson     | Seraus            | 30-mrt |
| Saskia        | Messing           | 31-mrt |
| Annie         | Menting-Steintjes | 4-mrt  |
| Daan          | Derksen           | 6-mrt  |
| Hanneke       | Berendsen         | 7-mrt  |

## MART

|               |           |        |
|---------------|-----------|--------|
| Jacques       | Doeleman  | 1-apr  |
| Hans          | Jansen    | 5-apr  |
| Betsie        | Lanters   | 8-apr  |
| Leroy         | Smeenk    | 9-apr  |
| Alexander     | Mol       | 13-apr |
| Perry van der | Meer      | 14-apr |
| Annie         | Kemperman | 19-apr |
| Wilma van der | Lee       | 22-apr |
| Laura         | Bockting  | 24-apr |
| Kevin         | Dieker    | 25-apr |
| Gerard        | Geers     | 28-apr |

## APRIL

Sta jij er niet bij of sta je er fout in?  
Mail: [Perryvandermeer@planet.nl](mailto:Perryvandermeer@planet.nl)



## Gelderse Winter Kampioenschappen

Zoals jullie vast al hebben gelezen wisten dit jaar vele zwemmers zich te plaatsen voor de GWK. Voor Roman en Milan de eerste keer, en met succes. Beide heren zwommen 1,5 seconden van hun tijd.

Silke Holkenborg werd op 2 afstanden kampioene en was de jongste kampioene (zij kreeg hiervoor nog een beker). Op de 50 vlinder werd zij derde!

Merel zwom haar beste seizoenstijd op de 100 vrij en is nog steeds de snelste van de dames/meisjes op de 100 vrij dit seizoen! Wie verslaat haar?

Perry zwom 2 afstanden, maar wist net niet zijn pr te halen op de 200 wissel.

Boudewijn ging hard op de 50 vlinder, maar hij moest 100 meter. De laatste 2 banen werden dus wel wat zwaar!

Lieke vd Lee kwam weer terug van een blessure en zwom met een brilletje vol met water.

Esther zwom mooie tijden op de 50 en 100 school.

Anne Louise had wat last van zenuwen. Een GWK is natuurlijk ook wel spannend. Haar tijd, 1.36 is natuurlijk nog snel.



### **Raadsels!**

Wat is het toppunt van arrogantie?  
Denken dat je op mij lijkt.

Welke plant is dodelijk als je er te lang onder zit?  
Een waterlelie.

Wat staat er op het graf van een schoonmaakster?  
'Opgeruimd staat netjes.'

Wat is geel en kun je maar beter niet in je oog krijgen?  
Een intercity.

Waarom zet een Belg zijn bril af bij een alcoholcontrole?  
Dan heeft hij alvast twee glazen minder op.

Hoe kun je de Beatles weer bij elkaar krijgen?  
Met 3 kogels.

Wat zegt een gierige kinderlokker?  
'Snoepje kopen?'



*Original  
Filippino  
Springrolls*

*Bahay Mt. Mayon*

*Voor de echt lekkere loempia...!*

#### *Kennismakingsaanbieding:*

*Bestel uiterlijk 11 februari 2011 minimaal 10 loempia's. Krijg € 1,- korting per 10 stuks en gratis thuisbezorgd op zaterdag 19 februari 2011! Vraag naar de voorwaarden.*

*Voor bestellingen, vragen en/of meer info:*

*[loempia.bestelling@telfort.nl](mailto:loempia.bestelling@telfort.nl)*

## Eindejaarsactiviteit

Op dinsdag 21 december 's middags had de activiteitencommissie een middag geregeld met een leuke activiteit bij het Barghse huus. Er werd in twee groepen gekookt. De groep met de jongere deelnemers hadden nog een wat afwisseling in het jeugdhonk ernaast. Even lekker slaan, afreageren tegen het stootkussen. Daarna weer snel verder met koekjes bakken. De groep met ouderen zou het eten verzorgen. Soep en pizza was het menu. Het bleek voor sommigen toch lastiger om nog wat in de oven te krijgen (rara, hoeveel mensen hadden er blauwe plekken?).

Na de tijd werd het zelfgemaakte eten daar opgegeten. Al snel bleek dat niet iedereen was opgevoed met "eten wat de pot schaft". Ach, sommigen aten hun portie dan wel op.



Na het eten (iets na vijf uur) vertrok de grote groep richting het bowlingcentrum. Daar konden we gelukkig over 6 banen (in plaats van 5) beschikken. Met z'n 8en op de baan werd er flink gestreden. Wie gooit er het meeste om??

## Het Goede Doel

Via mijn werk ben ik in contact gekomen met familie Dasselaar (woonachtig in 's-Heerenberg, kinderen hebben ook gezwommen). Zij zijn zeer actief op het gebied van goede doelen. Zij zijn een zeer succesvol project begonnen in de allerarmste wijken van Roemenië, met een project genaamd "dokken voor sokken".

De kinderen daar hebben bijna niks. Vaak zelfs nog geen onderbroek en sokken aan. Zeer triest. En dan te bedenken wat wij hebben. Familie Dasselaar zamelt geld, sokken en onderbroeken in en brengen dit naar Roemenië. Zij hebben dit nu al enkele keren gedaan en kinderen daar zijn er zeer blij mee. En ik denk/hoop dat we met onze zwemclub ook ons steentje kunnen bijdragen. Heb je nog wat goede sokken liggen, goede onderbroeken of wil je geld doneren, lever het in bij mij, lever het in bij je trainer of gooi het in de plastic zak die aan de deur van ons hok hangt. Dus niet de spullen die nog met 2 draadjes aan elkaar hangen! Maar heb je thuis wat liggen of sta je in de winkel en zie je een goedkoop paar sokken...gewoon kopen! Steun deze actie. Ik zal zorgen dat het bij familie Dasselaar komt! En zij zal ervoor zorgen dat het goed in Roemenië komt!

Vraag ook vrienden, familie etc etc. Inleveren kan altijd! Er zit geen einddatum aan deze actie!!

Sinds kort zijn zij ook begonnen met het inzamelen van tampons en maandverband voor hun tweede project. Ook dit kun je inleveren! HELP MEE!!

Dank je wel, Martijn



## Zwem- en PoloClub Montferland

Beste leden,

Op de algemene ledenvergadering is gesproken over sponsoring. De sponsorcommissie is gekomen tot een aantal opties. Er zijn diverse mogelijkheden om te sponsoren. Een drietal mogelijkheden zijn hieronder uitgewerkt.

### 1) Vrienden van ZPC Montferland

Sponsor € 50,- en je bent vriend van Zwem- & Poloclub Montferland. Je wordt een jaar lang vermeldt in ons clubblad en op onze site. Tevens ontvang je iedere uitgave van het clubblad.

### 2) Advertenties in het clubblad

Wil je je bedrijf promoten? Acties via het clubblad? Dat kan middels advertenties in het clubblad. Voor prijzen kun je contact opnemen met de sponsorcommissie.

### 3) Maatwerk

Zelf andere ideeën? Of wil je meer? Sponsoring in natura? Shirt sponsoring? Reclame-uiting langs het bad? Neem dan contact op met de sponsorcommissie en zij komen met een goed voorstel voor jou op maat gemaakt.

De opbrengsten van de advertenties zullen gebruikt worden voor het terugbrengen van de kosten van ons clubblad. De overige opbrengsten worden gebruikt voor kwaliteitsverbetering. Je moet daarbij denken aan kaderopleidingen en vrijwilligersbeleid.

Heb je vragen, ideeën of opmerkingen aan de sponsorcommissie neem contact met ons op. Wil je ons als commissie helpen meldt je dan bij ons.

Voor contact met de sponsorcommissie:

bel: Wilko Doeleman (0648770886) of mail naar:  
sponsorcommissie@zpcm.nl

## Masters

De masters hadden op zaterdag 11 december hun tweede wedstrijd van het seizoen in het grote zwembad in Eindhoven. Irma, Hilde, Christel, Esther, Angela, Marije en Karina vertrokken rond kwart over 11 richting Eindhoven. Daar wachtte Martijn hen op.

De wedstrijd startte met een 4x50 wissel estafette. De dames wisten hier een tweede plek in hun leeftijdsklasse te halen. De tussentijden waren veelbelovend. Ook startzwemster Esther haalde een pr! Op de volgende afstand, de 50 school, kwamen veel zwemsters aan de start. Irma wist in haar eerste wedstrijd vriend en vijand te verbazen door 2x 50 school te zwemmen in toptijden. Ze werd in haar klasse tweede. Karina wist is een goede tijd 5e te worden. Christel werd 7e en zwom ook onder de geschatte tijd. Zusje Hilde werd zesde in de categorie eronder (35+). Martijn wist in zijn klasse (25+) de 50 school te winnen. Op de 100 vrij zwommen Marije en Angela tegelijkertijd tegen elkaar. Marije opende in een pr en eindigde in 1.11!!!! 7 seconden onder de geschatte tijd. Angela zwom nagenoeg exact de geschatte tijd.

Een beetje ongeconcentreerd zwom Martijn de 25 rug. Met wat meer concentratie had er misschien een circuitrecord ingezet. Esther wist op de 25 rug een seconde van haar tijd te halen en won! Niet veel later kon Marije al weer aan de bak op de 50 vlinder. Met wat pech (haar brilletje ging af, hierdoor slecht uitkomen) kwam er een mooie 37er op de klok. Veelbelovend!

Christel, die al eerder de vlinder in de estafette zwom, werd tweede op het individuele nummer. Angela koos voor de lange afstand, de 200 school. De zus van Martijn zwom naast de vriendin van Martijn. In een goed opgebouwde race werden de 8 banen afgelegd in 3.32.58. Esther wist dezelfde afstand met ruime voorsprong op de nummer 2 te winnen.

Marije wist het sprintnummer, de 50 vrij, af te leggen in 31.78. Dit was weer 3 seconden sneller dan in Winterswijk. Irma, Karina en Christel zwom deze afstand voor het eerst. Hilde zwom nagenoeg dezelfde tijd als in Winterswijk. Op de 100 rug moet Martijn het opnemen tegen een oud-topzwemmer. De eerste 50 meter gingen goed, maar in de tweede helft werd hij ingehaald. Met 1.05 was hij tevreden. Esther wist op de kortste afstand, de 25 vrij, weer wat



van haar tijd te snoepen. De afstand tot het podium was nog groot. Voor de afsluitende estafette was Hilde een beetje zenuwachtig. De spanning was aanwezig vanwege het mogelijke record dat er gezwommen kon worden (Europees Record, werd helaas net niet gehaald) en omdat dit de eerste keer 100 meter voor haar was. Ondanks goede tussentijden kwamen de dames net wat te kort. Ondanks de lengte van de wedstrijd (meer dan 5 uur) ging het supersnel en was het erg gezellig!

**Ook geïnteresseerd in het Master zwemmen? Kom op dinsdag of donderdag meedoen van 19:45 tot 20:30.**

### **Zwemkalender:**

- 28/29 januari: GWTW
- 27/28/29 januari: NJK
- 4 februari: volleybaltoernooi
- 5 februari: B-competitie deel 4
- 6 februari: brunch voor Recreanten, Masters en Waterpoloers
- 13 februari: Masterwedstrijd in Hoogherheide
- 19 en 20 februari: GLAK
- 12 maart: Recreatieve wedstrijd (thuis!!)
- 13 maart: Masterwedstrijd in Amersfoort
- 19 maart: Speedo
- 20 maart: Vijfkamp
- 26 maart: B-competitie deel 5 (thuis!!)
- 2 april: B-competitie deel 3 (inhaal)
- 3 april: limietwedstrijd
- 9 en 10 april: GSK
- 16 april: Masterwedstrijd in Kampen

# 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](mailto:clubblad@zpcm.nl)

De uiterste inleverdatum is 24 april 2011

