

Zwemnieuws December 2019



In deze nieuwsbrief gaan we in op de volgende onderwerpen: trainingen in de kerstvakantie, kerstontbijt, wedstrijdverslagen clubmeet en regio-kampioenschappen, standen competities, zaterdagochtendwedstrijd 7 december en de officialcursus in Barendrecht.

De nieuwsbrieven zijn ook terug te vinden onder <http://zpb.nl/zwemmen/nieuws-vanuit-de-zwemcommissie>.

Heb je een leuk onderwerp voor één van de volgende nieuwsbrieven, mail dit dan naar de zwemcommissie (zwemmen.zpb@gmail.com)

TRAININGEN IN KERSTVAKANTIE



In de kerstvakantie gaan de volgende trainingen door:

- maandagochtend 23-12
- maandagochtend 30-12
- donderdagochtend 2-1
- vrijdagavond 3-1 (deze training is natuurlijk in Rotterdam)
- zaterdagochtend 4-1

Alle andere trainingen vervallen tijdens de kerstvakantie. Tevens komt de zaterdagochtend 21-12 te vervallen.

KERSTONTBIJT

Op 14 december is het jaarlijkse kerstontbijt tijdens de zaterdagochtend-training. Na de training gaan we met z'n allen aan het ontbijt. Voor het aanmelden verschijnt binnenkort nog een bericht op de website met een aanmeldingsformulier.

IN DIT NUMMER

Trainingen in kerstvakantie	1
Kerstontbijt	1
Wedstrijdverslagen	2
Standen competities.....	3
Zaterdagochtendwedstrijd 7-12 .	3
Cursus tijdwaarnemer	4

MINIOREN CLUBMEET

Op 9 november vond in Dordrecht de Regio Minioren Club Meet plaats, een wedstrijd voor de jongste zwemmers. ZPB was met een kleine groep vertegenwoordigd, waarvan een deel later kwam vanwege een polowedstrijd.

Dit jaar zijn er twee voorrondes en de best presterende teams van Nederland worden naar de landelijke finale. Bij de voorrondes presenteren alle teams zich voorafgaand aan de wedstrijd met een rondtocht door het bad. Dit jaar is het thema Olympische Spelen. Ons team viel de Performance Prijs ten deel. Proficiat!



REGIOKAMPIOENSCHAPPEN KORTE BAAN

Twee weekenden achter elkaar werden de regiokampioenschappen korte baan (25 m wedstrijdbad) georganiseerd door KNZB regio West. Voor deze wedstrijden worden alleen de snelste zwemmers uitgenodigd. Zwemmers mogen uitkomen op die afstanden waarvoor zij in het afgelopen jaar een tijd hebben gezwommen die onder een vooraf bepaalde limiet ligt. Voor ZPB kwamen 15 zwemmers uit met bijna 80 starts.

De meesten wisten hun tijden flink te verbeteren in het snelle water van het Hofbad in Den Haag en in het zwembad in Dordrecht. Hoewel de meeste winst werd behaald op de lange afstanden zoals op de 400 m wisselslag en 400 m vrij, werden ook mooie PRs neergezet op de korte afstanden. Ook een vermelding waard is de estafette voor de junioren: Bas, Coen, Syb en Stijn wisten op deze 4x100 m vrije slag de inschrijftijd met bijna 10 seconden te verbeteren - goed voor een 5e plaats. Op de 100 m vlinderslag bemachtigde Estelle een bronzen medaille.

Na afloop van deze wedstrijden zijn ook de ranglijsten voor de Nederlandse Junioren Jeugd Kampioenschappen (NJJK) door de KNZB vastgesteld. Dit jaar (voor het eerst) moeten zwemmers uit de leeftijdscategorie Junioren 1 en 2 zich plaatsen op basis van FINA punten op meerdere afstanden (all-round). Bas heeft zich bij de eerste 30 geplaatst, waardoor hij alle afstanden zal zwemmen ("groot klassement"). De nummers 31 tot en met 60 zwemmen een zogenaamd "klein klassement" met alleen programma's met 100 m. Voor de andere leeftijdscategorieën wordt de plaatsing nog bepaald door limieten. Ook Estelle zal uitkomen op meerdere afstanden tijdens het NJJK, dat gehouden wordt van 5 tot en met 8 december.

Succes allebei!

STANDEN COMPETITIES

NATIONALE ZWEMCOMPETITIE



Nr.	Club	Depot	Ronde 1	Ronde 2	Ronde 3	Ronde 4	Totaal
1	Z&PC Zegenwerp	13-047	4921,99	5329,64	0,00	0,00	10251,63
2	WIDEX GZC DONK	09-044	4964,51	5350,11	0,00	0,00	10314,62
3	ZOB'66	11-020	4983,80	5376,64	0,00	0,00	10360,44
4	SCOM/De Zeehond' 73 (SG)	11-086	4973,22	5430,44	0,00	0,00	10403,66
5	Zeester-Meerval	13-080	5005,79	5458,21	0,00	0,00	10464,00
6	De Berkelduikers 1	05-116	5067,54	5423,00	0,00	0,00	10490,54
7	ZPB H&L Productions	11-046	5003,85	5507,88	0,00	0,00	10511,73
8	De Granaet	02-021	5067,95	5449,46	0,00	0,00	10517,41
9	Scheldestroom	12-008	5061,84	5529,69	0,00	0,00	10591,53
10	De Aalscholver	07-034	5372,48	5929,29	0,00	0,00	11301,77

REGIOCOMPETITIE

POULE B						
			Deel 1	Deel 2	Deel 3	Deel 4
1	De Devel	1000,0	493,0	507,0	0,0	0,0
2	ZOB'66	974,5	481,5	493,0	0,0	0,0
3	Albion SSW (SG)	969,0	491,0	478,0	0,0	0,0
4	SG Scorm/de Zeehond'73	896,5	450,5	446,0	0,0	0,0
5	ZPB H&L	868,5	452,0	416,5	0,0	0,0
6	PCG	613,0	268,0	345,0	0,0	0,0
7	De Geul	574,0	307,0	267,0	0,0	0,0
8	De Duck	542,5	286,0	256,5	0,0	0,0



ZATERDAGOCHTENDWEDSTRIJD 7-12

Op zaterdagochtend 7 december organiseren we tijdens de ochtend-training van 7.00-8.00 een zwemwedstrijd.

Vooraf voor de jonge zwemmers, die nog nooit een wedstrijd hebben gezwommen is het leuk om hier aan deel te nemen en ervaring op te doen met wedstrijden.



OFFICIALCURSUS IN BARENDRECHT, START WOENSDAG 22 JANUARI

Het is ZPB gelukt om de KNZB cursus Tijdwaarnemer naar Barendrecht te halen. De cursus vindt plaats in het ZPB Clubhuis en start op woensdag 22 januari 20:00. In vier avonden worden alle zwemslagen en bijzonderheden van het wedstrijdzwemmen uitgelegd. De cursus wordt afgesloten met een mondeling examen, waarmee je officieel bevoegd bent om als tijdwaarnemer bij een wedstrijd te helpen. De cursus is gratis, maar je moet wel een eigen stopwatch aanschaffen. Na het behalen van het examen wordt je minimaal 3 wedstrijden per jaar opgesteld.

Zonder officials geen wedstrijden!

Als vereniging zijn we een club van vrijwilligers. We sporten met plezier en zorgen er met elkaar voor dat we de zwemsport kunnen beoefenen. Bij wedstrijden zijn er veel taken langs de badrand; per baan zijn er twee tijdwaarnemers nodig. Daarom wordt er van ouders verwacht dat (per gezin) minimaal 1 ouder de cursus volgt. Ook oudere zwemmers zijn van harte welkom om zich in te schrijven. Naast de cursus in Barendrecht wordt er ook cursus gegeven in Dirksland en Bergschenhoek (beide op maandag) en in 's Gravenzande (dinsdag). Aanmelden graag via zwemmen.zpb@gmail.com

We hopen op een grote opkomst namens ZPB!

Kijk voor meer informatie op:

<https://www.knzbwest.nl/wedstrijdzwemmen/zwofficials/zwoffopl/>
<https://www.knzbwest.nl/wedstrijdzwemmen/zwofficials/zwoffopl/cursus-details>

