

Zwemnieuws Juli 2024



Lieve zwemmers, supporters en vrienden van ZPB, wij hebben weer met volle teugen genoten van jullie gezelligheid, humor en sportieve prestaties het afgelopen seizoen. Met elkaar hebben we er echt iets heel moois van gemaakt! Geniet allemaal van de welverdiende zomervakantie, we zien jullie heel graag allemaal weer uitgerust terug in augustus!

FIJNE VAKANTIE!

AAN- EN AFMELD GROEPSAPP

Als zwemafdeling hebben wij een groepsapp aangemaakt om je af te melden voor een training, of aan te melden als je wel komt (vinden we ook altijd leuk).

In deze groep plaatsen de trainers ook belangrijke meldingen zoals wanneer een training plots niet door kan gaan, een wijziging in het rooster en andere belangrijke zaken die te maken hebben met de training of zwemwedstrijden die plaats gaan vinden.

Zit je nog niet bij de groep? Stuur dan een mailtje naar zwemcommissie@zpb.nl met je naam (naam van je kind) en het telefoonnummer welke we mogen toevoegen aan de groepsapp.

VERJAARDAGSKALENDER

De zwemmers die in juni, juli en augustus jarig zijn, allemaal (nog / alvast) gefeliciteerd met jullie verjaardag!



Juni

Edan, Lisa, Matthew

Juli

Remco, Isis, Anita, Lasse,
Jermilson, Tessa, Kim, Ramon, Elin
en Mijntje, Riva

Augustus

Max, Elise, Meike, Anastasija, Annemieke

IN DIT NUMMER

Aan/afmeldgroep	1
Verjaardagskalender	1
Finale minioren	2
Openwater	3
Jeugdhuilgelingen	4
Jaargangfinale	4
Bedankt	5
Training na de zomer	5
NK Sprint	6
Officials gezocht	7
Familiedag	7
Doetse Kom	8
Afscheid	8

PROVINCIALE FINALES MINIOREN; WEER SUCCES OP ESTAFETTE

Op 8 en 9 juni vonden de provinciale minioeren finales plaats in Leiden en Alphen aan den Rijn. Gedurende het seizoen kunnen zwemmers zich hiervoor plaatsen tijdens het miniorencircuit.

ZPB was goed vertegenwoordigd. Max, Ivo, Nikki, Feline, June, Kayleigh, Dewi en Jorinde hadden zich geplaatst en gingen vol enthousiasme aan de slag. Voor Ivo, June, Feline en Kayleigh was het hun debuut op een finalewedstrijd, maar wij weten zeker dat we hen nog veel vaker gaan zien. Wat hebben jullie een ontwikkeling gekend dit seizoen!



Individueel is echt door iedereen heel goed gezwommen, Jorinde (2 x zilver, 1 x brons) en Dewi (2 x brons) haalden het podium. Maar... we sluiten deze dagen altijd af met een estafette en we weten dat ZPB daar altijd sterk is. Op dag 1 in Leiden lukte het net niet, we werden vierde. Er was zondag nog een laatste kans, en we wisten dat het zou moeten kunnen. Het was echt enorm spannend, lagen we nu derde of vierde? Of toch derde? De aanmoedigen van de supporters hebben geholpen, we werden derde! Dachten we.... Uiteindelijk werd een ander team gediskwalificeerd vanwege een verkeerde overname en mocht ZPB toch nog een trede hoger op het erepodium. Met een mooie zilveren medaille voor het estafette team sloten we een sportief maar bovenal gezellig weekend af!

OPENWATER: ZPB AAN START IN BODEGRAVEN EN LEIDEN



Tijdens het schrijven van de nieuwsbrief is het buiten heerlijk warm en genieten we van een zonnetje. Het is bijna niet meer voor te stellen dat het amper twee weken geleden nog echt heel koud en bijna herfstachtig was.

Met het kwik net op een graad of 17 stond toch echt een weekend vol openwaterwedstrijden op het programma. Op zaterdag 15 juni namen 5 ZPB'ers een sprong in de (koude!) Oude Rijn. Jorinde zwom hier 500 mtr, Tessa deed mee aan de 1000 mtr en trainers Swastie, Martijn en Anita zwommen deze dag zelfs 2500 mtr. Dat laatste doen zij overigens niet zomaar. Zij zijn in training voor de IJsselmeeroversteek, op 11 augustus gaan zij in estafette vorm het IJsselmeer overzwemmen van Stavoren naar Medemblik. Heel veel succes!

Een dag later was het aan Feline, Carice, Kayleigh, Dewi, Lasse en Jorinde om in de Leidse grachten te springen voor 250 mtr.

Voor sommigen was dit de eerste ervaring met openwater, en dat is best spannend! Helemaal knap is het dan dat je toch doorzet tijdens een, zoals de organisatie zelf zegt, "bikkeleditie".

Jorinde zwom heel knap naar een 1^e plaats, Lasse ging heel snel door de grachten maar kwam helaas nét te kort.

De andere meiden hebben laten zien waar we als vereniging ook sterk in zijn; elkaar er doorheen slepen. In koppeltjes van twee zijn zij gestart en hebben ze de angsten en kou overwonnen, en hebben ze er samen voor gezorgd dat alle ZPB'ers zo'n 6 minuten later met heel veel trots weer op de kant stonden. Mooi om te zien dat jullie elkaar zo goed hebben geholpen.



JEUGDHULDINGEN



In Blok0180 in Barendrecht werden op donderdag 27 juni alle jeugdkampioenen van Barendrecht gehuldigd. Onze zwemafdeling was ook uitgenodigd, vanwege het gewonnen kampioenschap in de regio-competitie eerder dit seizoen. Vol trots gingen we met een groep zwemmers naar de huldiging. Leuk om te zien dat zoveel verschillende sporten binnen Barendrecht zoveel kampioenen hebben geleverd, en hoe leuk dat wij daar een aandeel in hebben gehad!

PR'S TIJDENS JAARGANGFINALES DORDRECHT

Op zondag 30 juni vond in Dordrecht de jaargangfinale op de langebaan plaats.

Deze wedstrijd kan worden gezien als het NK onder de 12 jaar (in een 50 mtr bad), en dus is het al een eer wanneer je deze dag mag starten op één of meerdere nummers.

Namens ZPB hadden Jorinde, Lasse en Dewi zich geplaatst, allemaal op 4 individuele nummers. Ondanks de vermoeidheid van einde seizoen, het gebrek aan ervaring in een 50-mtr bad én het vele wachten tijdens deze lange dag, hebben ze alle drie echt fantastisch gezwommen. Dewi zwom in het staartje van de wedstrijd nog naar een mooie (gedeelde) derde plaats op de 100 meter vrij.



BEDANKT



In mei heb ik besloten en aangegeven dat ik einde van dit seizoen stop met mijn activiteiten bij de zwemcommissie. Afgelopen zaterdag ben ik tijdens de familiedag behoorlijk in het zonnetje gezet. De mooie en lieve woorden van de voorzitter, Anita en Joyce (namens jullie zwemmers, ouders en alle vrijwilliger van de zwemafdeling en ZPB) was echt overweldigend en ik was echt even sprakeloos. Super bedankt voor deze waardering, de lieve kaarten en cadeautjes worden echt heel erg gewaardeerd. En zoals ik eerder, aan meerdere van jullie al heb aangegeven, ik stop dan wel bij de zwemcommissie maar jullie zullen me toch nog regelmatig zien bij ZPB maar dan waarschijnlijk aan de andere kant van de bar.

Graag wil ik van deze gelegenheid gebruik maken om jullie te vragen, als je interesse hebt om Anita te helpen bij haar taken voor de zwemcommissie haar vooral aan te spreken na de training of via zwemcommissie@zpb.nl.

Tot ziens, Annemieke

TRAININGSROOSTER NA ZOMERSTOP

Vanaf 26 augustus starten alle trainingen weer volgens het onderstaande rooster.

Maandag:

6.00-7.00u wedstrijdbad

Dinsdag:

18.00-18.45u wedstrijdbad (zwemmers onder de 12 jaar)

18.00-18.45u doelgroepenbad

18.00-18.30u landtraining in het clubhuis (zwemmers boven de 12 jaar)

18.45-19.30u wedstrijdbad (zwemmers boven de 12 jaar)

19.00-19.30u landtraining in het clubhuis (zwemmers onder de 12 jaar)

Woensdag:

17.00-18.00u (op uitnodiging van de trainer)

Zaterdag:

7.10-8.10u wedstrijdbad en doelgroepenbad (voor alle zwemmers)

ZPB-ERS OP NK SPRINT

Op 29 en 30 juni vond de NK Sprint plaats in het Zwembad Rotterdam. Er deden veel zwemteams mee uit alle delen van Nederland. Ook ZPB was met een aantal zwemmers aanwezig. Tijdens het NK Sprint worden alleen korte afstanden gezwommen: 50 meter rugslag, 50 meter schoolslag, 50 meter vrije slag en 50 meter vlinderslag. De 100 meter wisselslag is de langste afstand van het toernooi. Daarnaast worden ook diverse estafettes gezwommen. Om mee te mogen doen aan het NK moeten zwemmers voldoen aan limieten.



Op zaterdagochtend heerste er al vroeg een lekker sfeertje in het zwembad van Rotterdam. De muziek stond hard aan en de gekleurde lichten gingen over het plafond terwijl de zwemmers konden inzwemmen. Laura en Marnix zochten een goed plekje op de volle banken naast de zwemteams van Hengelo en Almere. Na het inzwemmen kwam Laura tijdens programmanummer 7 op de 50 meter vrije slag in actie. Ze zwom ook de 50 meter schoolslag en 50 meter rugslag. Bij de rugslag zwom ze een mooie PR! En met dit mooie PR heeft zij het clubrecord uit 2015 verbroken. Daarna was het tijd om snel naar de clubkampioenschappen bij ZPB te gaan. Zondagmorgen kwamen zowel Marnix als Laura in actie. Joyce coachte de zwemmers en gaf nog een aantal laatste tips voor de start. Ze had het er maar druk mee want ook dochter Esmee (zwemploeg Feijenoord Albion) zwom mee op het NK. Marnix zwom 50 meter vrije slag en Laura zwom 100 meter wisselslag.

Het was een hele belevenis om zo'n NK mee te maken. Zeker ook omdat Olympische zwemmers Sean Niewold, Tessa Giele en Suzie Pellis aanwezig waren, die mee deden om wedstrijdritme voor Parijs op te doen. Moe en voldaan gingen onze zwemmers dan ook na twee indrukwekkende dagen naar huis.

OFFICIALS GEZOCHT!

Wat hebben we een mooi seizoen achter de rug, Zo ontzettend veel zwemmers hebben mooie momenten beleefd waar echt iedereen trots op kan zijn. Deze wedstrijden zijn mogelijk door onder andere een groep vrijwilligers die als official willen fungeren. Tijdens de familiedag en clubkampioenschappen (later hierover meer) werd zichtbaar hoe mooi deze ZPB ploeg is. Bijna iedere official was deze dag aanwezig om te helpen.

Ook komend seizoen kunnen we niet zonder deze groep mensen, maar we kunnen altijd extra hulp gebruiken! In september beginnen er in de regio weer nieuwe cursussen.

Ben óf ken jij iemand die interesse heeft om deze groep te versterken, neem dan contact op met Joan via officials.zpb@gmail.com.



GEZELLIGE FAMILIEDAG ALS SEIZOENSAFSLUITER

Afgelopen weekend vond de jaarlijkse familiedag plaats. Na jaren terug op het programma: ZPB Clubkampioenschappen.

Ruim 40 zwemmers gingen onderling de strijd aan om te bepalen wie nu echt de snelste zwemmer is van de vereniging. Dit deden zij door drie afstanden te zwemmen.

Het werd allemaal heel close. Bij de categorie jongens <12 jaar was het verschil in totalen tussen de nummer 1 en 2 minder dan een seconde!

De volgende zwemmers mogen zich clubkampioen noemen van seizoen '23-'24:

Meisjes <12 jaar: Jorinde Winkelhorst

Jongens <12 jaar: Kay van der Heide

Meisjes >12 jaar: Laura Booij

Jongens >12 jaar: Marnix van Wanrooij

Gefeliciteerd!

Na de clubkampioenschappen was het tijd voor ontspanning; vrijzwemmen! De duikplank en de glijbaan zijn weer flink getest.

De dag werd afsloten door de voorzitter Wim, waarbij hij iedereen bedankte voor een prachtig seizoen en alle kampioenen nogmaals in het zonnetje heeft gezet.



DOETSE KOM 2024

Zaterdag 22 juni stond bij velen al heel lang rood omcirkelt in de agenda, traditioneel is voor velen de Doetse Kom Bokaal toch wel een beetje de afsluiter van het jaar.

De weersvoorspellingen waren dit jaar niet optimaal. Waar we normaliter koelboxen en parasols inpakken, waren we nu meer op zoek naar warme badjassen en voldoende droge kleding.



Na de eerste frisse duiken in het buitenbad, brak het zonnetje door en werd het eigenlijk nog een hele mooie dag!

Het inmiddels beroemde programma 13A was ook weer een hoogtepunt van de dag voor vele ouders. Tijdens dit programma mag je een duik wagen en 100 mtr zwemmen zonder startbewijs. We zijn al een aantal jaren hofleverancier bij dit onderdeel, en ook dit jaar deed ZPB weer enthousiast mee. Maar liefst 12 ZPB'ers zijn de uitdaging aangegaan!

Zijn jullie er volgend jaar weer bij?

AFSCHEID

Bij de trainersgroep heeft trainer Ramon ons laten weten dat hij volgend seizoen niet aan de badrand zal staan.

Ramon, bedankt voor alle trainingen die je aan onze zwemmers hebt gegeven.