

NJORD

Red.adres: E. Agter, Merovingenstraat 59 "

Secr. G. Wildschut
Paul Krugerstraat 8 zw.

beiden te Haarlem.



aangesloten bij de K.N.Z.B.

Red.adres: Ed Agter, Merovingenstraat

2e Jaargang

September 1960

GIOCHI DELLA XVII OLIMPIADE

" Le plus grand spectacle du monde "



Finish

Het is niet meer. De atheten hebben hun koffers gepakt en Rome is weer gewoon teruggevallen in de sleur van alle dag. Geen leger politieagenten meer. Geen militairen meer met " Walky Talky 's " op alle hoeken van de straten. Geen Pakistaners meer met hun lange haren op het hoofd in een bosje gebonden of met grote tulbanden. Geen negers meer uit Ghana met grote pijen. Geen zwarte handel meer in kaartjes.

Ieders blik is alweer gericht op de spelen in '64, Tokio. Er worden alweer voorspellingen gemaakt, nog betere prestaties, nog sneller, nieuwe technieken misschien. We hebben in de zwemsport niet veel nieuws gezien, of is het misschien de sublieme stijl en techniek van Wiegert Mensonides.

We hebben geen dolfijn crawl gezien, maar wel " Somorsanlts " en Raiter keerpunten, geen kiefer keerpunten, ja alleen van de "Hollandse meisjes.

We hebben ook ons vermoeden bevestigd gezien, dat de Australische start in Haarlem verkeerd wordt nagedaan, je weet wel die start met de handen op de rug. Al met al, we zijn tot de conclusie gekomen dat we nog heel wat moeten trainen voor we in Tokio het goud wegslepen. Dus jongens en meisjes, zet 'm op. Zorg dat je een abonnement bemachtigd, gelukkig zijn ze nog niet op de zwarte markt. Zet je schouders oronder.

OK

-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-

WINTERTRAININGS TIJDEN:

Voortaan iedere Zondagochtend zeven uur in het Sportfondsenbad.

- De Zondagochtend wordt ook weer gebruikt voor CONDITIE-TRAINING.
- Reken er dus met je kleding op.
- Voor het nieuwe seizoen f 1,50 inschrijfgeld en f 0.25 per trainingles.

DE OLYMPISCHE PLOEG

De kranten schrijven :

" Waar is de wedstrijd mentaliteit ". " Groot deblacle van de Nederlandse ploeg " enz. enz.
Allemaal nare dingen. Ik persoonlijk vind het nog niet zo gek 1 x zilver, 2 x brons. Waar zou het aan liggen dat onze andere sterren er niet aan te pas kwamen ? Was de training wat te slap ? Was de leiding van onze ploeg wel goed ?
Ik heb met m'n eigen ogen kunnen zien dat er een wat melige stemming heerste onder onze meisjes een dag voor de openingen, dat de leidster gevraagd moest worden om wat sprintjes op te nemen. Ik heb ook gezien dat degene die om de sprintjes vroeg ook de medaille wegsleepte en geen tijd had voor verslaggevers enz. maar wel om 100 mrt. dolfijn van 32.9 naar 1.10.4 naar zilver te zwemmen, fanatiek en vasthoudend, prachtig. Klein, maar met een groot gevoel van eigenwaarde.
Later brons voor weer zo'n kleine uit de zelfde soort school als waaruit ik me van vorige Olympiade's herinner, Nel v. Vliet en Geertje Wielema.
Zou het nu echt niet beter zijn als de Nationale ploeg zou bestaan uit een kernploeg van die school, misschien hier en daar met een kleine versterking. Dus de training van Stender en volgens mijn beste weten nagevolgd door W.v. Breukelen. Want ik geloof dat slechts die training de meisjes kan brengen tot de top.

OK

HET FORUM ROMANUM

Het wijdse, doodstille "in memoriam" der Klassieke beschaving. Daar, in de schaduw van het Colosseum en vlak bij het eindpunt van de Marathon, de triomfboog van Constantijn, ligt de Maxentijnse Basiliek, eens de vergaderplaats der Romijnse Senatoren, nu verzamelplaats van worstelliefhebbers.

De sport door de N.T.S. in de ban gedaan, door ons ten zeerste bewonderd. De eerste drie dagen Grieks Romijns, de volgende drie dagen Vrij worstelen. Dit wil niet zeggen " Catch as Catch Can " maar op sportieve wijze trachten met kracht en behendigheid de schouderbladen van de tegenstander op de grond te drukken. Het was waarlijk een feest van kolossale spannende spieren daar, in die Keizerlijke oudheid.

OK

ROME, Maandagavond

Veel wind, een klein regenbuitje, dat Rome onder water zette terwijl ik dacht dat Rome drooggelegd was, maar dat viel dus mee.
Wij, met regenjas gewapend, naar " Therme die Caracalla ". De "Thermen" waren destijds de baden der Romijnen, van wie er niet minder dan 1600 tegelijk onder de douches, in marmeren kuipen of in granieten zwembasins zich verfrissen konden. Alwaar nu de jeugd van 1960 gymnastiek bedreef. Daar gezien dat zelfs op de Olympische spelen wel eens een oefening gemist wordt, zelfs door de Russen, die tussen twee kaakjes prachtig toestelwerk weggaven met een beheersing waar je stil van werd. Ze werkten met ernst en overgave en ontvingen dan ook steeds open doekjes. Maar ondanks ernst en overgave werd deze groep " Spiersensatie's " overtroffen door " Nippon " die spotte met alles wat zwaartekracht heet.
De Russen waren een groot contrast bij een groep met jeugdig enthousiasme werkende Zweden, die braken met de traditie van lange witte broeken en in lastex verscheen. Het tournooi bestond uit een aantal voorgeschreven oefeningen aan ringenstel, brug met gelijke leggers, hoog rek, paard voltige en paard springen en een vrije oefening, alles heren, dames niet gezien. Twee dagen later, op dezelfde toestellen, vrije oefeningen. Turnen, pracht sport, maar wel pijnlijk voor ons zachte zwemmertjes.

Met Romijnse letters, OK

GEWICHTHEFFEN

Hier moet ik beginnen met mee te delen dat de bodem van m'n portmonnaie erg duidelijk in het zicht was en dat dus wel het enigste was ... op de trein stappen. genoeg - dus gewichtheffen. Het is iets waar je uitzonderlijk sterk voor moet zijn. Als je even een Bantamgewicht, als Vinci (U.S.A.) een "Nuvo Record Olympia" ziet drukken van 105 K.G. dan is er echt iets meer voor nodig dan een lichte conditie training op "Kraantje Lek".

Dit drukken gaat als volgt. Je brengt het gewicht met een ruk op borsthoogte en drukt "hem" (105 K.G.) dan op je gemak gelijkmatig omhoog tot de armen gestrekt zijn en natuurlijk ook benen en romp.

Er is in "Il Palazetto Dello Sport" gestreden in zeven gewichten; te weten:

Bantam gewicht 56 K.G., Veder gewicht 60 K.G., Licht gewicht $67\frac{1}{2}$ K.G., Middel gewicht 75 K.G., Half zwaar gewicht $82\frac{1}{2}$ K.G., Middel zwaar gewicht 90 K.G. Zwaar gewicht boven 90 K.G.

De gewichten moesten dus de drie nummers drukken, zie boven, trekken en stoten afwerken. Dit stoten geschiedt hetzelfde als het drukken, alleen wordt het "op je gemak" vervangen door stoten.

Het trekken, dit moet gebeuren met gestrekte armen en wordt dan uiteraard gedaan met een flinke zwaai. Ook dit is een sport waar je gerust "U" tegen kunt zeggen.

OK

NIEUW NEDERLANDS RECORD

Ons herenzwemmen zit in de lift. De wisselslag estafette ploeg telde mee. Ronny Kroon bracht het tot de halve finale, begon met een hoger tempo dan Devitt of Larson met 25.9 en kwam niet verder dan 57.9, toch niet gek.

Maar dan de grote man Wieger "Paissi Bassi" Mensonides die in de meest sublieme stijl het Nederlands record verbrak en het in de finale tot brons bracht. Met een pracht baanverdeling 35.8 - 1.17.6 - 1.58 - 2.39 -. Laten we hopen voor het peil van het herenzwemmen dat W.M. snel concurrentie krijgt.

OK

-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-

De langebaan wedstrijden zijn voor dit jaar weer achter de rug. Njord is op een vrij groot aantal langebaanwedstrijden aan de start verschenen. In het geheel zijn dit er twaalf, plus één in het buitenland (Brugge in België) waaraan Gé heeft meegedaan, en waar hij de 3e prijs heeft gewonnen. Hier volgen nog enige uitslagen die we nog niet hadden vermeld.

3 K.M. Waranda op 23 Juli

Op deze wedstrijden hadden 7 man van ons ingeschreven. Dit waren op de 3.000 mrt. vrije slag Loes R. en Nelly. Bij de heren waren dat Gé, Tonny en Henkie. Op de 3.000 mrt. schoolslag dames was het Letje en bij de heren Jan V. Letje behaalde in haar nummer de 7e plaats. Jan V. liet zich, op de laatste 500 mrt. van de 2e plaats afdringen, zodat hij als 6e eindigde. Voor de dames van ons kan ik op het nummer 3.000 mrt. vrije slag geen plaats bij de eerste 10 noteren. Ik hoop dat het volgend jaar dit zal veranderen, want een paar behoorlijke plaatsen op de vrije slag nummers bij de dames is voor Njord geen overbodige luxe. De heren op dit nummer gingen wat beter. Henkie bezette de 6e plaats met een tijd van 45 min. en 46 sec., zijn tussentijd was op de 1500 mrt. 22 min. en 5 sec. Met een achterstand van 3 min. kwam Gé op de 12e plaats met een tijd van 48 min. en 35 sec. en zijn tussentijd was 23 min. en 30 sec.

Nationale kampioenschappen voor de 1500 mrt.

Onder ideale weersomstandigheden togen Gé, Henkie en Ok naar Ermelo, (de laatste om ons morele steun te verlenen) om daar onze huid op de 1500 mrt. zo duur mogelijk te verkopen.

In het zwembad werden we links en rechts aangeschoten door jongens en meisjes die op jacht waren naar handtekeningen van uitsluitend grote zwemtalenten, dus gaven wij royaal handtekeningen weg. Na deze bestorming begaven wij ons naar de natte arena om daar eerst het water te proeven voordat wij ten strijde trokken.

De nummers 1500 mrt vrije slag dames en heren werden eerst nog vooraf gegaan door de 200 mrt vrije slag dames en heren voor de selectie O.S.

Dit was voor de Njordisten de gelegenheid om aan de sfeer te wennen en de zenuwen te temmen, vooral het laatste.

Eindelijk was het dan zover, Henkie lag in de eerste serie, kon dus als eerste van ons zijn kunnen tonen. Nu, deze kunnen vielen hem en ons ietwat tegen. Hij maakte een tijd van 22 min. en 37 sec. Gé deed het in de 2e serie wat beter. Hij van 21 min., 46 sec. haast 1 minuut harder dan zijn voorganger. Door deze tijd heeft Gé het clubrecord op zijn naam gebracht.

2 K.M. in de Bosbaan

De 2 K.M. wedstrijd in de Bosbaan is zo'n wedstrijd waar iedereen zo'n beetje naar toe gaat. Er waren deze keer dan ook zeer veel deelnemers. Ook van Njord waren we er met een hele ploeg aan de start. Njord startte op alle nummers, slechts op één nummer is er een prijs gewonnen en wel op de 2.000 mrt. vrije slag heren door Gé die op de 7e plaats eindigde. Jan V. bezette de 9e plaats op de 2.000 mrt. schoolslag. Onze aloude soldaat behaalde een militaire 4e prijs.

Als herinnering nam ieder een glas mee naar huis om RIVELLA uit te drinken.

-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-

NIEUWE POLO-SPELREGELS

Tijdens de Olympische spelen is de internationale Zwemfederatie (FINA) te Rome bij elkaar geweest. Zij hebben op dit congres enige belangrijke wijzigingen in het waterpolo reglement aanvaard. Deze wijzigingen zullen met ingang van 1 April 1961 van kracht worden.

A. De speeltijd zal 4 periodes van 5 minuten bedragen inplaats van 2 maal 10 minuten.

B. De rustpauzes zullen op 2 minuten worden gesteld.

C. Tijdens de rustpauzes zullen maximaal vier spelers mogen worden vervangen.

Spelers, die voor een bepaalde spelperiode eenmaal uit het water zijn genomen, mogen later weer ter vervanging in het water(veld) worden gebracht.

De wisselers zullen dus niet, zoals bij basketbal en ijshockey het geval is, tijdens het spel voor andere spelers in de plaats kunnen komen.

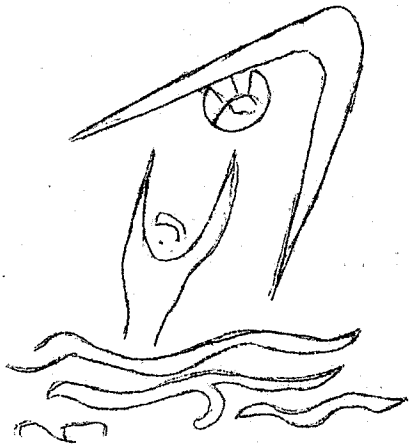
Tot zover de nieuwe spelregels. Laten de poloërs dit goed in hun hoofd zetten.

-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-

POLO-COMPETITIE

Ook aan de zomercompetitie is een eind gekomen. We hebben deze zomer niet slecht gespeeld, maar het moet toch nog veel beter worden.

Om te beginnen moet er op de oefeningen serieuzer getraind worden en regelmatig komen. Er zal dan pas wat meer onderlinge wedstrijden gespeeld kunnen worden.



Laat hiervoor iedereen een witte badmuts of polocap aanschaffen.
 Als je nu toch aan het kopen bent geslagen, koop dan ook eens een boekje met de spelregels en waar ook bepaalde tactieken in staan. Dit boekje kan je waarschijnlijk kopen in een sportzaak of anders in een boekwinkel.
 Laten we deze punten goed in ons opnemen dat zal de wedstrijden ten goede komen.
 Nu volgt de stand van zaken der zomer competitie.

POLO-COMPETITIE KRING HAARLEM, DAMES

16 Juni	Njord	- Haarlem	2 , 2 - 6
22 Juni	"	- D.W.R.	2 , 2 - 4
30 Juni	"	- V.Z.V.	3 , 6 - 1
2 Juli	"	- N.V.A.	1 , 4 - 3
14 Juli	"	- Haarlem	2 , afgelast
21 Juli	"	- D.W.R.	2 , "
28 Juli	"	- V.Z.V.	3 , 5 - 0

POLO-COMPETITIE KRING HAARLEM, HEREN 2

2 Juni	Njord	2 - N.V.A.	3 , 1 - 12
9 Juni	"	- D.W.R.	4 , 1 - 8
22 Juni	"	- H.P.C.	4 , 4 - 9
30 Juni	"	- D.W.R.	4 , afgelast
9 Juli	"	- N.V.A.	3 , 3 - 4
28 Juli	"	- H.P.C.	4 , 3 - 6

POLO-COMPETITIE KRING HAARLEM, ALSP.

2 Juni	Njord	- D.W.R.	, 5 - 1
9 Juni	"	- H.V.G.B.	, 4 - 6
23 Juni	"	- V.Z.V.	, 12 - 0
13 Juli	"	- D.W.R.	, 4 - 0
22 Juli	"	- H.V.G.B.	, 0 - 2
28 Juli	"	- V.Z.V.	,

POLO-COMPETITIE KRING HAARLEM, HEREN 1

1 Juni	Njord	1 - D.W.R.	3 , 4 - 1
18 Juni	"	- H.Z.V.	1 , 0 - 3
7 Juli	"	- D.W.R.	3 , 9 - 1
20 Juli	"	- H.Z.V.	1 , 3 - 3
2 Aug.	"	- V.Z.V.	3 , 4 - 3
11 Aug.	"	- V.Z.V.	4 , 4 - 2

-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-o-

APELDOORN, NATIONALE KAMPIOENSCHAPPEN

We hebben op zeer bescheiden wijze deelgenomen aan de Nationale kampioenschappen te Apeldoorn. Eigenlijk hebben we het niveau nog niet bereikt, maar toch heeft het ons gesterkt in de gedachte dat het voor ons volstrekt niet onmogelijk is om dit niveau te bereiken. Een beetje ernstige wil en training-sijver, en we behoeven ons niet te schamen om volgend jaar weer aan de start te verschijnen met een hopelijk grotere groep.

De wedstrijden hebben ons weer een nieuw clubrecord opgeleverd. Nu was het Henk weer eens die z'n dagje had.

Hij bracht de 400 mrt. 4 sec. naar beneden en maakte 5.30,-min.

Gé zwom weer z'n oud clubrecordtijd van 5.34,-

Jan Vierhout de 200 mrt. schoolslag in 3.01.8

Bert Schaaf 100 mrt. schoolslag jongens in 1.33, terwijl Tonny de 100 mrt. vrije slag jongens in een nieuw pers. record zwom, 1.11.

OK

AGENDA

Het is er weer, donker en grillig, het winterseizoen. De gebondenheid raakt ons zachtjes aan, we gaan ons weer anders voelen en verlangen naar gezelligheid.

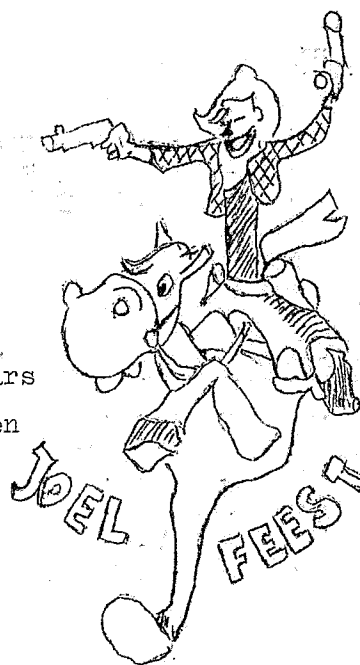
Laten we niet talmen, het is z... en we moeten er naar handelen.

Jawel hoor, een Joel feest waar de beker winnaars zullen worden bewierookt en de Olympische Spelen met een praatje en een plaatje aan ons voorbij gaan.

Wat Rock and Roll en natuurlijk Njord's vermaarde attractie.

Eens Paul Leeftang en " De Bl.Diamonds ", nu.....

iets geheel nieuws. Datum begin October. Nadere aankondiging volgt.



Handwritten signature: J. Leeftang