

REDAKTIE - KRABBEL.



de eerste maand in het nieuwe jaar begon op 4 januari met het grote succes van onze estafette-ploegen op de wedstrijden te Wormerveer, waar zij kans zagen de "Atlantic-cup" te veroveren.

na deze goede start wisten op 11 januari te Schagen 5 van onze jongste leden (zie elders in dit blad) zich te plaatsen voor de Speedo-finales in maart a.s. te Maastricht.

dat alle goeie dingen uit drieën bestaan blijkt wel uit het feit dat het eindelijk gelukt is wat meer zwem-uren te bemachtigen en wel op dinsdag en vrijdag van 17 tot 18 uur in Zandvoort, iedereen die hiervoor

in aanmerking wil komen kan contact opnemen met onze hoofdtrainer George.

voor februari staan er verschillende wedstrijden op het programma en als klapstuk in deze maand de "Nacht van Zaandam" (Zaanstad) en in de wedstrijd ploeg wordt hard geknokt om een plaats te veroveren in de ploeg die Njord in dit grootse gebeuren zal gaan vertegenwoordigen.

George en de nachtzwemmers alvast heel veel succes toegewenst.

de redactie.

redactie-leden:

Hr. de Groot
Mevr. Modder
Mevr. Wildschut
Mevr. Bouwens

Mej. Bloemer
Alfred Kuyser
Ronald van den IJssel

SPREUK VAN DE MAAND

de geduldigste wint!

Club record:

200 meter rugslag dames: 30.11.75 Monique Wildschut 2.42.0 (oud 2.46.4)

Onze jarige leden in Februari zijn:

- | | |
|--------------------------|----------------------------|
| 3. Bianca van Bilderbeek | 17. mevr. M. Sellmeyer |
| 4. hr. C. de Groot | Gé Wildschut |
| 6. hr. C. Baks | 23. Linda de Munk |
| 7. Petra Hillenius | 25. Roeland de Groot |
| 11. Nicoline v.d. Swaluw | Simon Meijn |
| 13. Rob Bruin | Ingrid Stam |
| Jacqueline Wierema | 26. Hedda Verdam |
| 14. Saskia Smit | 27. Olivier Tonino |
| 15. Abbi Kneppers | 28. Jeroen Jansen Hendriks |
| 16. Daniëlle Pardoën | |

Nieuwe Leden: (t/m 15 Januari '76)

Linda de Munk 23.2.71 Slamatstraat 3

Frank Locy 22.3.69 Paramariboststraat 34, Santpoort

Mark Peper 2.5.69 Mr. Jan Gerritszlaan 9 II

CONTRIBUTIE:

Wanneer U dit clubblad ontvangt is er al weer een maand om van het verenigingsjaar 1976.

U bent er natuurlijk allemaal mee op de hoogte dat de contributie betaald dient te zijn vóór 1 April 1976.

Een aantal leden heeft al aan zijn/haar verplichting voldaan, doch hierbij zijn enkelen die vergeten zijn dat de contributie dit jaar met f. 5.-- is verhoogd en hebben dus f. 5.-- tekort betaald. Maakt U dit even in orde?

Voor de goede orde nog even een opgave van de verschuldigde contributie voor 1976:

leden tot en met 15 jaar f. 30.--

leden van 16 jaar en ouder f. 35.--

niet-actieve leden f. 20.--

Betaling kan geschieden tijdens de club-uren op Donderdagavond in de Planeet bij mevrouw Sieverding of door gebruik te maken van de giro. Het nummer is 45 21 98 t.n.v. Penningmeester z.v.Njord'59 te Haarlem.

Het bestuur stelt dat de contributie voldaan dient te zijn wanneer een lid diploma mag zwemmen. Het is in het verleden dikwijls voorgekomen dat men na het behalen van een diploma zo maar wegblijft bij de vereniging en dan ook geen contributie betaald. Dit moet voorkomen worden. Dus: diploma-zwemmen alleen na betaling van de contributie over 1976.

Zondag 4 januari j.l. werden de eerste wedstrijden in het nieuwe jaar gehouden en wel de estafettewedstrijden "Atlanticij" te Wormerveer. Onze ploeg toog welgemoed op pad, men wist dat de tegenstanders niet "mis" zouden zijn, maar ergens hoopte George met zijn ploeg toch op een 4e of 3e plaats te kunnen eindigen.

Door een inzet van 100% wist de Njord-ploeg echter beslag te leggen op de 1e plaats, een uitslag waarop trainer George toch wel een beetje trots kan zijn en waaruit toch wel duidelijk blijkt, dat de ploeg, als het werkelijk om de punten gaat, wel degelijk kan zwemmen. De deelnemende verenigingen bij deze ontmoeting waren:

A.Z.V.D. - Assendelft, D.J.K. - Amsterdam, de Dolfijn - Amsterdam, de Rijn - Wageningen, Triton - Weesp, de Ham - Zaanstad en Njord '59.

UITSLAGEN:

4 x 100 m. schoolslag heren.

2. Njord tijd: 5.25.4

4 x 100 m. wisselslag dames.

3. Njord tijd: 5.11.0 C.R.

4 x 100 m. wisselslag jongens onder 14 jaar.

3. Njord tijd: 5.33.6

5 x 50 m. vrijeslag meisjes onder 12 jaar.

1. Njord tijd: 3.09.4

4 x 100 m. schoolslag dames.

1. Njord tijd: 5.55.6

4 x 50 m. wisselslag jongens onder 10 jaar.

1. Njord tijd: 3.32.3

4 x 50 m. wisselslag meisjes onder 10 jaar.

Njord tijd: 4.19.7 (dis.)

4 x 100 m. vrijeslag jongens onder 16 jaar.

2. Njord tijd: 4.29.7

5 x 50 m. vrijeslag heren.

2. Njord tijd: 2.22.0

4 x 100 m. wisselslag meisjes onder 16 jaar.

2. Njord tijd: 5.22.4

puntentelling:

1. Njord '59	89 punten	5. de Dolfijn	43 punten
2. de Ham I	81 "	6. Triton	39 "
3. de Rijn	59 "	7. A.Z.V.D.	27 "
4. D.J.K.	49 "	8. de Ham II	22 "

er werd 1 clubrecord verbeterd.

Speedo-jaarganzwemwedstrijden in "De Wiel" te Schagen op
zondag 11 januari 1976.

100 m. vrijeslag meisjes.

- | | | | |
|----|-----------------------|--------------|--------|
| 1. | Bianca van Bilderbeek | tijd: 1.13.5 | {P.R.} |
| 2. | Hedda Verdam | " 1.14.7 | {P.R.} |

100 m. vrijeslag meisjes onder 10 jaar.

1. Brenda van Poecke tijd: 1.30.0 (P.R.)

100 m. schoolslag jongens onder 10 jaar.

1. Jan Willem Sellmeijer tijd: 1.46.3. (P.R.)

100 m. vlinderslag meisjes.

1. Marjolein Phaff tijd: 1:20.0 (P.R.)

100 m. vrijeslag meisjes.

3. Monique Wildschut tijd: 1.07.7 (P.R.)

er werden 6 persoonlijke records verbeterd.

15

$$X \rightarrow X \rightarrow X \rightarrow X \rightarrow X = X^{(1)} \rightarrow X \rightarrow X \rightarrow X \rightarrow X \rightarrow X = X^{(2)} \rightarrow X \rightarrow X \rightarrow X \rightarrow X \rightarrow X = X^{(3)} \rightarrow X \rightarrow X \rightarrow X \rightarrow X \rightarrow X = X^{(4)} \rightarrow X \rightarrow X \rightarrow X \rightarrow X \rightarrow X = X^{(5)}$$

3e Ontmoeting Verenigingszwemcompetitie op zondag 18 januari 1976

in Amsterdam.

100 m. vrijeslag meisjes onder 16 jaar.

- | | | | |
|----|-------------------|--------------|--------|
| 2. | Monique Wildschut | tijd: 1.07.5 | (P.R.) |
| | Monique Bouwens | " 1.08.8 | |
| | Agnes van Loon | " 1.12.6 | |
| | Linda Boekelaar | " 1.17.5 | (P.R.) |

200 m. vrijeslag jongens onder 16 jaar.

- | | |
|---------------|--------------|
| Arnoud Cornet | tijd: 2.24.1 |
| André Visser | " 2.25.7 |
| Mario Modder | " 2.29.2 |
| René Kuyer | " 2.34.5 |

100 m. schoolslag meisjes onder 14 jaar.

- | | | | |
|----|--------------------|--------------|--------|
| 2. | Monique Bouwens | tijd: 1.26.9 | |
| 3. | Daniëlle Pardoën | " 1.30.9 | |
| | Jacqueline van Es | " 1.43.0 | (P.R.) |
| | Annemarie Gozeling | " 1.43.5 | (P.R.) |

100 m. vlinderslag jongens onder 14 jaar.

- | | | |
|------------------|--------------|--------|
| 3. Arnoud Cornet | tijd: 1.18.7 | (P.R.) |
| Ron Phaff | " 1.34.0 | (P.R.) |
| Remco Wildschut | " 1.36.1 | |

100 m. vrijeslag meisjes onder 12 jaar.

- | | | | |
|----|-----------------------|--------------|--------|
| 1. | Marjolein Phaff | tijd: 1.11.7 | (P.R.) |
| 2. | Bianca van Bilderbeek | " 1.13.5 | |
| 3. | Hedda Verdam | " 1.14.7 | |
| | Ingrid Stam | " 1.51.5 | |

vervolg Verenigingszwemcompetitie.
100 m. rugslag jongens onder 12 jaar.

Roland Baks	tijd: 1.43.5	(P.R.)
Marcel van der Pol	" 1.49.3	(P.R.)

200 m. schoolslag dames.

1. Chiny Kok	tijd: 2.55.6
Linda Boekelaar	" 3.16.5
Daniëlle Pardoën	" 3.16.7
Hedda Verdam	" 3.25.2

100 m. schoolslag heren.

Hans van Vastenhoven	tijd: 1.19.2
Bart Brieffies	" 1.20.4
Arie van der Steen	" 1.24.3
René Modder	" 1.28.2

100 m. vlinderslag meisjes onder 10 jaar.

2. Brenda van Poecke	tijd: 1.57.3
----------------------	--------------

100 m. vlinderslag meisjes onder 16 jaar.

3. Monique Wildschut	tijd: 1.18.6	(P.R.)
Marjolein Phaff	" 1.19.5	(P.R.)
Myrna Baks	" 1.39.9	
Jacqueline van Es	" 1.54.5	

200 m. wisselslag jongens onder 16 jaar.

3. André Visser	tijd: 2.42.0	
René Kuyser	" 2.51.5	
Arnoud Cornet	" 2.52.4	
Ron Phaff	" 3.03.5	(P.R.)
Remco Wildschut	" 3.05.0	

100 m. rugslag daems.

3. Monique Wildschut	tijd: 1.16.8	(P.R.)
Chiny Kok	" 1.22.8	
Bianca van Bilderbeek	" 1.25.2	
Daniëlle Pardoën	" 1.27.1	

200 m. rugslag heren.

2. Wouter de Groot	tijd: 2.36.3	(P.R.)
3. Hans van Vastenhoven	" 2.39.2	

100 m. vlinderslag jongens onder 10 jaar.

2. Jan Willem Sellmeijer	tijd: 2.01.7
Simon Meyn	" 2.06.8

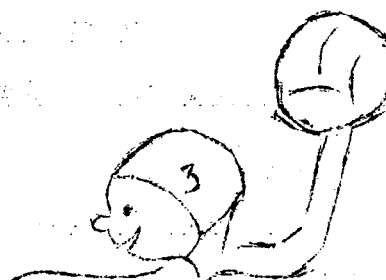
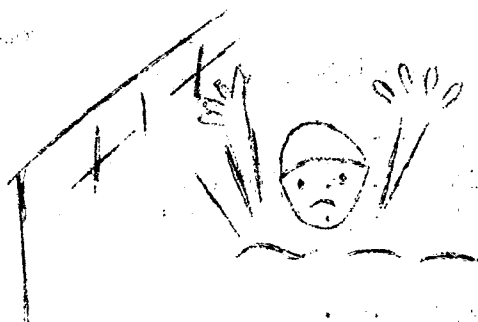
4 x 100 m. vrijeslag estafette dames.

Njord A.	tijd: 4.39.3	(dis.)
Njord B.	" 5.03.6	

4 x 100 m. wisselslag estafette heren.

1. Njord A.	tijd: 4.42.3
Njord B.	" 5.05.6

er werden 14 persoonlijke records verbeterd.



zaterdag 10 januari 1976.

Adspiranten Jongens II V.Z.V. - Njord.

Dit keer moesten we uit "spelen" in het Velserbad, wat een overwinning opleverde van 5 - 1 voor Njord.

In de eerste helft begonnen we met 2 doelpunten van Remco.

In de tweede helft werd het wat moeilijker om de doelpunten te scoren, maar Arnoud en Remco gingen niet bij de pakken neer zitten en scoorden samen tweemaal, waarop de stand 4 - 0 werd.

Na de "counters" maakte Remco er nog een doelpunt bij 5 - 0.

Eindelijk kwam de tegenpartij in actie en scoorde, door een misverstand in de achterhoede, een doelpunt, 5 - 1, wat ook de eindstand werd.

Matthijs.

zaterdag 10 januari 1976.

Pupillen Meisjes Waterlelie - Njord.

Om 2.00 uur moesten we ons verzamelen voor "De Planeet".

Na een klein oponthoud vertrokken we om 2.15 uur.

Na vele omwegen, door zoeken en vragen, kwamen wij een paar minuten voor drie bij het zwembad aan.

De scheidsrechter stond al op ons te wachten, dus hebben wij ons snel en zenuwachtig uitgekleeft.

De eerste helft stonden wij 0 - 3 voor.

Na de rust maakten wij de stand tot 0 - 5.

Tegen het eind maakte één van onze eigen speelsters in doelpunt in ons eigen doel, dus toen stond het 1 - 5.

En zo gingen wij voldaan met onze overwinning naar huis.

Sandra Bindels.

zaterdag 24 januari 1976.

Dit was weer een Njord-avond-waterpolo in "De Planeet", alleen Heren I moest uit spelen tegen V.Z.V. in Beverwijk.

Het verslag van de pupillen meisjes zal Hedda verzorgen en van de pupillen jongens de Hr. v.d. Poll.

De derde wedstrijd was die van adspiranten meisjes II tegen Aquafit.

De meisjes wonnen overtuigend met 10 - 0, met de rust was het al 6 - 0.

Annemarie en Daniëlle namen elk 3 doelpunten voor hun rekening; Monique 2 en Hedda en Marjolein ieder 1.

De vierde wedstrijd van jongens adspiranten II verslaat mevr. Modder.

De volgende wedstrijd was meisjes I tegen A.Z.V.D.

Monique B., Monique W. en Agnes zorgden ervoor dat de ruststand 3 - 0 werd. Na hervatting van de strijd scoorde Monique W. nog 1 doelpunt en werd het 4 - 0. Toen was het afgelopen met de doelpunten onzerzijds.

Eerst nam de tegenpartij een strafworp feilloos en vervolgens kon zij nog 2 x raak schieten, waardoor de eindstand op 4 - 3 winst kwam.

Mevr. Sieverding.

Dan volgde de wedstrijd van de dames tegen Z.N.K. waartegen erg was opgezien.

Onze keepster Thoma was geblesseerd, mocht van de dokter niet spelen, doch had daar maling aan.

Zij wilde haar teams niet in de steek laten.

Het belooft een spannende strijd te worden, maar hoewel het erg hard toeging, waren onze dames veel en veel sterker dan de dames uit de kop van Noord-Holland.

Dat blijkt wel uit het score-verloop:

1 - 0 door Monique B.; vervolgens Martha weer eens de kant op voor één minuut; doelpunt Z.N.K.

Door 3 doelpunten, achtereenvolgens van Lia, Chiny en Lia (de laatste uit een strafworp) werd de rust bereikt met een 4 - 1 voorsprong.

Na hervatting van de strijd vlogen de doelpunten erin.

Onze dames maakten er nog 6 bij: de tegenstanders scoorden ook nog éénmaal en de verdiende eindstand kwam met 10 - 2 voor onze zeer goed spelende dames.

Onze dames II moesten spelen tegen D.W.R. II en maakten de tegenpartij in met 5 - 0.

Thoma hield haar doel schoon met haar pijnlijke knie.

De laatste, de achtste wedstrijd van deze avond, was die van Heren II - V.Z.V. III.

Het verslag zal worden verzorgd door mevr. Modder.

Mevr. Sieverding.

Pupillen meisjes Njord - A.Z.V.D.

De meisjes moesten tegen A.Z.V.D. spelen.

Ze zagen er lang en truttig uit.

Marjolein opende de score, 1 - 0.

Toen kwam A.Z.V.D. in de aanval en ze scoorden 1 - 1.

Daarna kwam Hedda in de aanval en zij maakte er 2 - 1 van.

Gelukkig, we stonden weer voor.

Tweede helft:

Hedda haalde de bal op en schoot naar Bianca, die schoot naar Marjolein en deze weer naar Nicole, maar zij raakte de bal kwijt.

En A.Z.V.D. scoorde 2 - 2.

Nog 1 minuut.

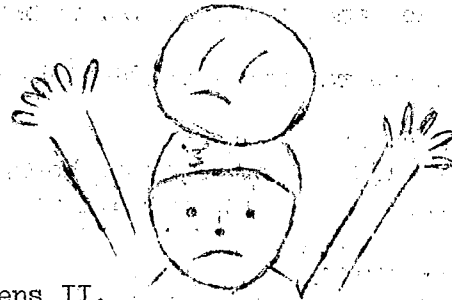
Bianca kwam in de aanval en schoot....., doelpunt 3 - 2.

Toen floot de scheidsrechter.

Njord had een overwinning van 3 - 2, Hoeraaa.

Marjolein en Hedda.

(A)



Adspiranten Jongens II.

Njord - K.Z.C. 3 - 2.

Na het beginsignaal zwom Arnoud als een bezetene en kwam dan ook in het bezit van de bal, speelde mooi door naar Matthijs de bal ging over naar Remco en weer terug op Arnoud.

Ron kwam in het bezit van de bal, tikte rustig door naar Remco en deze scoorde de openingstreffer.

De tegenpartij nam toen onmiddellijk de aanval over, schoot op het Njord-doel, maar Erik stopte de bal meesterlijk.

Njord kwam meteen terug in de aanval en een goed doorgespeelde bal van Remco op Arnoud, die zijn kans goed benutte, veranderde de stand in een 2 - 0 voordeel voor Njord.

De tegenpartij pikte dit niet en drong aan, met als resultaat een tegenscore, stand 2 - 1.

Onze jongens wilden de stand vergroten en Marcel probeerde een schot, maar deze belandde tegen de paal.

Nog een goede poging van Arnoud, maar ook deze ging de mist in, waarop meteen het fluitsignaal voor de rust klonk.

Na de rust kwam de bal weer in het bezit van Arnoud en er volgde een minuut van pingelen over en weer.

Njord zag echter weer kans om aan te vallen en een overspeelbal van Arnoud naar Ron bracht de stand op 3 - 1.

K.Z.C. ook belust op winst, begon nu wild aan te dringen en wist, door een fout in de verdediging te scoren, 3 - 2.

De Njord-ploeg bleef doorknoken om de winst vast te houden, hetgeen ook lukte, eindstand dus 3 - 2.

Mevr. Modder.

Inmiddels hebben de adspiranten jongens II in deze competitie 9 wedstrijden gespeeld.

Hiervan hebben zij er 6 gewonnen, 1 gelijk gespeeld en 2 verloren.

In totaal hebben ze 30 doelpunten gemaakt en er 18 om de "oren" gehad.

Jongens, gaat zo door.

Met beter en sneller samenspel kunnen de resultaten nog beter worden.

de coach.

HELAAS moet het verslag van Heren II, alsmede de kopie van de Heer Gebhardt (mededelingen over het Pinksterkamp) tot de volgende klubkrant blijven liggen.

Ondergetekende kan dit namelijk niet op "closet-papier" tikken, maar heeft hiervoor wel stencils nodig en deze zijn op.

Mevr. Modder.

KOPIE VOOR HET VOLGENDE KLUBBLAD INLEVEREN VOOR 22 FEBRUARI A.S.

Over sfeer gesproken:

Zaterdag 10 januari 1976, op naar de Planeet, want er worden weer waterpolo-wedstrijden gespeeld.

We zochten een goed plaatsje en installeerden ons tussen het bekende en onbekende publiek.

Even in de handen wrijven en met een gezicht van "nou laat ze maar komen" wachtten we op de komst van Heren I, die met een donderend applaus begroet werden.

De eerste periode was Njord een beetje angstig voor H.P.C. en speelde wat nerveus, maar naar mate de wedstrijd verstreek, kreeg Njord meer zelfvertrouwen.

Mannen als van Lienden en nog een paar van die sterren, werden bekwaam afge-stopt door Gé.

Elk doelpunt (en dat waren er 6 voor Njord) werd met een donderend applaus beloond.

Ja, de sfeer zat er lekker in.

Toen de overwinning in het zakje zat, steeg de spanning opnieuw.

Onze Dames betraden het speelveld en met ontzag keken we naar de robuuste en rondborstige dames van Z.A.R., waarbij de Moniekjes en Myrnaatjes van Njord maar pover afstaken.

Maar Oh wee, wat een kracht en doorzettingsvermogen kwam er uit deze lichaampjes.

En wat een sfeer!!!

Alles wat Njord was zat op het terras en een speciale "yell-groep" produceerde zoveel lawaai dat het fluitje van de scheidsrechter soms niet meer te horen was.

Maar na twee perioden nog steeds geen doelpunt, hoewel Njord al een paar mooie kansen gemist had, mede door het stug verdedigen van Z.A.R. Toen dan eindelijk het eerste doelpunt van Chiny het net doorboorde, brak de hel pas goed op de tribune los, het leek wel een Europa-cup duel.

Het publiek was grandioos!!!

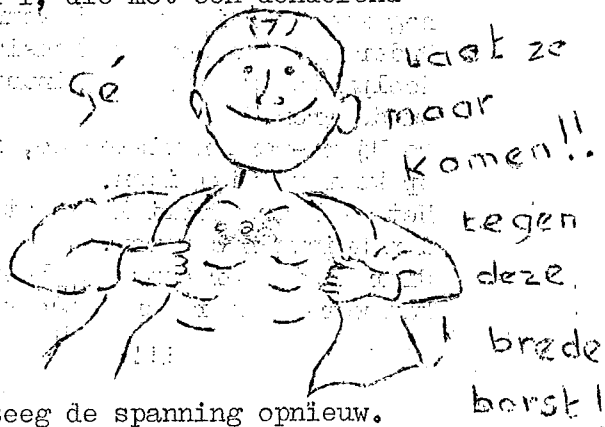
So door dames.
K.N.Z.B. beker!



En dan eindelijk de "doorbraak", Loes kreeg de bal en verkleinde het speelveld en met een keihard schot doorbrak Loes de verdediging, zodat de bal zich als een raket in het net boorde.

Nou, toen was ik bang dat het dak naar beneden zou storten.

bal van Loes



Toen de doorbraak van Z.A.R. waar Thoma geen kijk op had.

Even werd het stil, een gelijke stand en dat mocht niet.

In de laatste periode ging Njord zeer furieus ten aanval, want het publiek schreeuwde om een doelpunt.

Chiny werd af en toe door 2 á 3 Z.A.R.-dames gemangeld, terwijl Loes met afstandsschoten van alles probeerde, maar het wilde niet lukken.

De tijd verstreek, nog 10 tot 12 seconden en het publiek zweeptte de dames op tot het uiterste.



De anderen zwemmen konstant 50 of meer meters per maand meer, daarover geen klagen. Het zwemmen van Marjolein en Hedda is onvoldoende tijdens deze konditieproef. Ik verwacht van deze twee jongedames meer.

De vrije slag is een ander chapter. Hier is formatie zwemmen heel moeilijk, al begint het in de avondploeg al aardig te lukken. Mede door dit formatie zwemmen slaagt een meisje als Bianca, 10 jaar pas, erin om 3350 meter af te leggen met 27 minuten als 2 km. tijd. Onbetwist topser op dit nummer is Monique W. met 3600 meter, waarvan 18 min. op de 1500 meter, 24.50 min. op de 2 km. en 37.20 min. op de 3 km. Monique zwemt dit in een baantje van 2 meter breed met 11 anderen tegelijkertijd. Achter haar volgen Wouter, zeer goed voor een sprinter, en Hans met 3400 meter, terwijl good-old Gé met 3350 meter ook maandelijks harder gaat. Bart volgt voor zijn doen met een matige 3300 meter al ben ik er van overtuigd dat hij veel harder kan. Bij de wat jongeren gaan ze allemaal 50 tot 100 meter in de maand vooruit, alleen André liet het in januari afweten, terwijl Rob door de gewichtstraining niet tot 100% in staat was. De allerjongsten tenslotte vorderen goed tot zeer goed. Erg goed is de 2400 meter van de acht-jarige Brenda, terwijl ook de 2200 meter schoolslag van de eveneens acht-jarige Jan Willem een schitterende prestatie genoemd mag worden. De anderen maken vorderingen van 150 tot 250 meter per maand.

Wat zijn mijn verwachtingen, wat moet er gemaakt worden willen wij de komende zomer het langebaanzwemmen beheersen? Meer meters. In de maand april moeten onze langebaanzwemmers zwemmen: schoolslag- Hans, Chiny, Monique B., Ron 2950 meter, Daniëlle en Linda 2850 meter., vrije slag- Bart en Monique W. 3700 meter, Hans, Wouter, Arie, Rob en Gé 3500 meter, André, Mario, Arnoud en Remco van 3200 tot 3350 meter. De anderen minstens tussen de 3000 en 3200 meter. Ben je nog te jong dan is dit vast een basis voor de toekomst.

2. De flinke schorsing. Hierover wil ik kort maar duidelijk zijn. Deze schorsing is een maatregel van discipline. Deze maatregel moest genomen worden n.a.v. het gedrag van de trainingsgroep, op een viertal na, tijdens de konditietraining op zaterdag 24 januari j.l. Ik pik niet dat een vervanger van mij het onmogelijk wordt gemaakt om waar dan ook te trainen. Dit is de eerste en de laatste keer!

3. Afwezigheid op de konditietrainingen. Op het moment van schrijven hebben wij 33 trainingen achter de rug. Slechts een drietal komt onder het gemiddelde. Simon met slechts 8 x aanwezig, Marcel 11 x aanwezig en Jacqueline 13 x afwezig zitten onder de helft. Verander dit!

Zowel zaterdags als zondags hebben wij konditietraining. Erg blij ben ik met de enorme groep, vaak zo rond de 50, op de zondagmorgen. Hoe langer hoe meer ouders gaan hiervan gebruik maken, wat de stemming alleen maar ten goede komt.

Langs deze weg een speciaal woord van lof aan Gé, Henk B., Bart V., Frans, de heren Modder, Sellmeijer, Cornet etc. voor hun regelmatig verschijnen evenals Mary en nog enkele andere dames, via deze genoemde namen een hulde aan allen ook de niet genoemde "doordouwers".

4. Zwemmen voor ouders. Iedere donderdagavond trainen er reeds een 10 tot 20 ouders om de komende zomer niet alleen als toeschouwer het langebaan gebeuren bij te wonen, doch ook om zelf deel te kunnen nemen hetzij aan de veteranen wedstrijden hetzij aan de prestatietochten.

Dit verdient navolging!

Ko op "JONGELUI" er zijn toch nog wel meer ouders die komende zomer willen begeleiden, wil de jeugd op de prestatietochten begeleid worden, dan moet je zelf ook een 250- 500 of 1000 meter vol kunnen houden. Geen durf? Opvallen doe je beslist niet en het verhoogd de stemming en verbetert de lichamelijke konditie.

George.



Chiny & George.

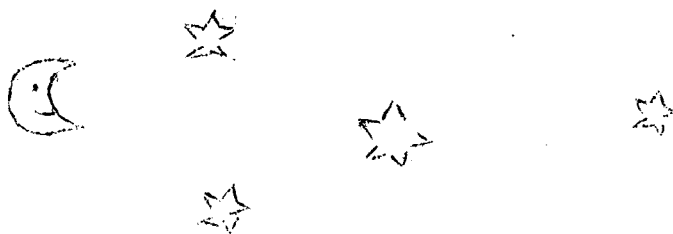
XX

George.

[illegible]

Research conducted through the use of the *Journal of the American Medical Association* (JAMA) database revealed that there were 10,000 deaths in 2000 due to heart disease, which is a decrease from 11,000 deaths in 1999. The decrease in deaths is due to a number of factors, including a decrease in the number of people who smoke, a decrease in the number of people who are obese, and a decrease in the number of people who have high blood pressure.

George.



De Nacht van Zaandam.

Van 27 op 28 februari a.s. wordt weer de "Nacht van Zaandam" gezwommen. Njord zal hieraan deelnemen met zeker één ploeg, maar het is niet uitgesloten dat er twee ploegen van Njord mogen starten. Indien er met 2 ploegen wordt gezwommen volgt een keuze uit onderstaande zwemmers/sters:

Gé Wildschut
Monique Wildschut
Hans van Vastenhoven
Bart Brieffies
Rob van der Steen
Arie van der Steen
Chiny Kok
Lia van der Ham
Ronald van den IJssel

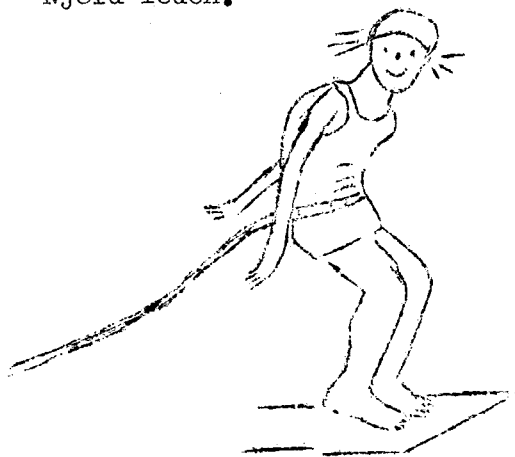
Wouter de Groot
Arnoud Cornet
Mario Modder
André Visser
Agnes van Loon
René Kuyer
René Modder
Yvonne Vaars
Linda Boekelaar

Indien er met 1 ploeg wordt gezwommen volgt een keuze uit:

Chiny Kok
Monique Wildschut
Gé Wildschut
Hans van Vastenhoven
Wouter de Groot
Bart Brieffies

Rob van der Steen
Arie van der Steen
André Visser
Mario Modder
Arnoud Cornet

Daar de "Nacht van Zaandam" een groots sportgebeuren is, er van de zwemmers en zwemsters veel gevergd wordt, zij Uw aanmoedigingen nodig hebben, verwachten wij uiteraard heel veel belangstelling van onze niet zwemmende Njord-leden.



SUPPORTERSFONDS:

Naar aanleiding van de publikatie in ons Kerstnummer betreffende het fonds, zijn er enkele bedankjes binnengekomen.

Namens de zwemmers en zwemsters willen wij langs deze weg diegene bedanken voor hun spontane vrijwillige bijdrage in 1975.

Wij hopen echter dat de opengevallen plaatsen in ons supportersfonds weer zullen worden ingenomen door anderen, zodat wij ook de komende zomer weer per bus voor een minimaal bedrag kunnen reizen.

Toon een beetje begrip voor de voor ons ook niet gemakkelijke opdracht, altijd weer te moeten bedelen voor geld om Uw en jullie kinderen zomers gevaarloos en prettig te kunnen vervoeren.

In tegenstelling tot het voorgaande jaar, zullen wij ons waarschijnlijk nu genoodzaakt zien, hen die wel reizen maar geen lid zijn van het supportersfonds, iets meer te laten betalen.

Het volgende rekensommetje zal dat aantonen.

20 reizen per bus á gemiddeld f. 400,- = f. 8.000,-

20 reizen met gemiddeld 45 personen = 900 personen.

Eksklusief inschrijfgeld komt het reisgeld per persoon per langebaan dus op bijna f. 9,-

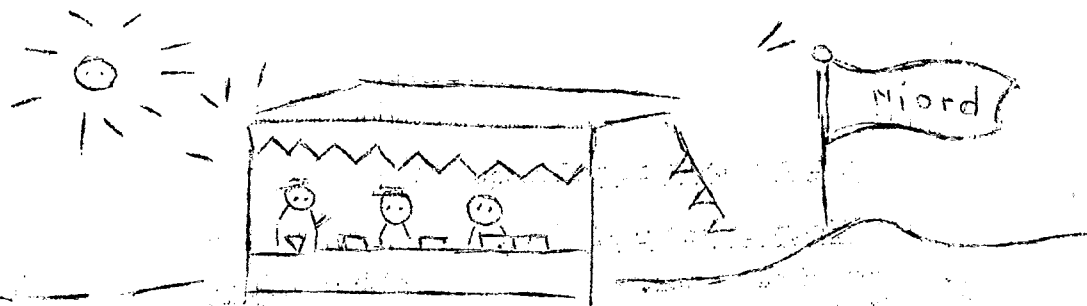
Wij lieten in 1975 iedereen f. 1,- (de andere f. 5,- was inschrijfgeld l.b.) betalen, de rest was voor rekening van het supportersfonds.

Voor éénmalige bijdragen gelieve U kontakt met één van de onderstaande personen op te nemen.

Nogmaals: Heb begrip, Help en Reis Mee.

George.

Mevr. Modder.



KERSTVELDLOOP N J O R D ' 59.

Daar ik van plan was om op 26-12-'75 (2e Kerstdag) deel te nemen aan de veldloop, maakte ik mij op de 1e Kerstdag zorgen over de weersomstandigheden (ik ben namelijk een "mooi" weer looper) doch de weergoden waren op de 2e Kerstdag met ons.

Na een telefonische informatie bleek dat de jongste deelnemers om 12 uur zouden starten. (De persvoorlichter had kennelijk verzuimd om de aanvangstijden door te geven).

Toen ik dan ook tegen 12 uur op het wedstrijdterrein aankwam, was de juiste sfeer al aanwezig.

Bij de "koek en sopie-tent" werd warme chocolademelk verkocht, waar toen nog slechts een matig gebruik van werd gemaakt.

Om de deelnemers in bedwang te houden werd lichte muziek met het juiste geluidsvolume ten gehore gebracht.

Vermoedelijk juist hierdoor bereide een ieder zich op zijn eigen wijze op de loop voor.

De één trok een extra broek aan om toch maar soepel te blijven, terwijl de ander in z'n zwembroek ging lopen dribbelen.

Ook waren er nog die zich gingen masseren met alle mogelijke middelen die ter beschikking stonden.

Het eerste "startschot" viel exact op tijd, even als alle volgende starts deden.

Gelet op de precisie hiervan, zou je haast denken, dat het wedstrijdsecretariaat, de jury van aankomst en de andere medewerkers hadden gewerkt op de lanceerbasis van Cape Kennedy, waarop onderdelen van seconden nauwkeurig wordt gewerkt.

In iedere klasse werd fel doch sportief gestreden om het eremetaal.

Daar het deelnemersveld uit een zeer gemêleerd gezelschap bestond, van echte marathonlopers tot eenvoudige zwemmers van Njord en zusterverenigingen, liepen de tijden van aankomst nogal uiteen.

Bij de finish kreeg ieder echter z'n fel bevochten vaantje en ook een beker warme of koude chocolademelk om weer een beetje op verhaal te komen.

Hierna vond voor de cracks de prijsuitreiking plaats in het, spontaan door de padvinders beschikbaar gestelde, clubhuis.

Een schat van prijzen stond daar opgesteld en van de zeven groepen waarin gelopen was kregen de no. 1 t/m 6 een fraaie prijs aangeboden.

De voorzitter, die deze prijzen persoonlijk uitreikte, had, voor nage- noeg een ieder, een waardierend woord.

Als blijk van waardering reikte hij een aantal attenties in natura uit aan enige naaste medewerkers.

Al met al een bijzonder geslaagd sportgebeuren, waarbij de conditie weer het nodige is opgevijseld.

"Thuisblijvers" U merkt, dat U iets heeft gemist.

Zorg er in ieder geval voor volgend jaar ook tot de deelnemers te behoren.

Een "veteraan" deelnemer.

tot volgend jaar!



Uitslagen Kerstveldloop 1975.jongens onder 12 jaar.

1.	Henk Bouwens Jr.	tijd: 23.15
2.	Sanne Verdam	" 24.18
3.	Roland Baks	" 24.50
7.	Steef van Loon	" 27.10
10.	Erik Ponsen	" 32.55
11.	Mennó van der Wal	" 32.57
12.	Matthijs Pardoën	" 33.43
13.	Jan Willem Sellmeijer	" 33.43

meisjes onder 12 jaar.

2.	Hedda Verdam	tijd: 27.11
3.	Monique Wildschut	" 27.23
4.	Brenda van Poecke	" 27.34
5.	Annemarie Gozeling	" 31.04
6.	Marjolein Phaff	" 31.29

dames.

3.	Myrna Baks	tijd: 23.45
4.	Monique Bouwens	" 25.21
5.	Daniëlle Pardoën	" 25.22
6.	Yvonne Vaars	" 26.37
7.	Linda Boekelaar	" 28.07
9.	Agnes van Loon	" 29.31

dames veteranen.

1.	Mary Verdam	tijd: 31.30
----	-------------	-------------

heren veteranen.

5.	Henk Bouwens Sr.	tijd: 22.50
7.	Bart Gebhardt	" 23.46
11.	Bart Verdam	" 25.17
12.	Gé Wildschut	" 25.22
15.	Joop van Poecke	" 26.14
19.	Cees Modder	" 27.25
20.	Jan Sellmeijer	" 28.36
24.	Joop Cornet	" 29.55

jongens tot 16 jaar.

3.	Remco Wildschut	tijd: 21.45
4.	Marcel Vaars	" 22.20
5.	Wouter de Groot	" 22.30
6.	Robin Baks	" 23.03
8.	Mario Modder	" 24.23
10.	Bart Brieffies	" 24.36
19.	Roeland de Groot	" 28.16
22.	Arnoud Cornet	" 29.36
23.	Ron Phaff	" 29.45



vervolg uitslagen Kerstveldloop.

heren.

9.	Hans van Vastenhoven	tijd: 20.52
13.	René Modder	" 22.33
21.	Frans Vaars	" 23.48
22.	Koen Sohl	" 23.50
23.	Rob van der Steen	" 24.14
30.	Dick Sohl	" 28.21
32.	Arie van der Steen	" 31.09

Op de Speedo-jaargangwedstrijden te Schagen op 11 januari j.l. werden door onderstaande zwemsters en zwemmer een limiet gehaald voor de Speedo-finales te Maastricht op 13 en 14 maart a.s.

Brenda van Poecke 100 m. vrije slag meisjes 1967

Hedda Verdam 100 m. vrije slag meisjes 1965

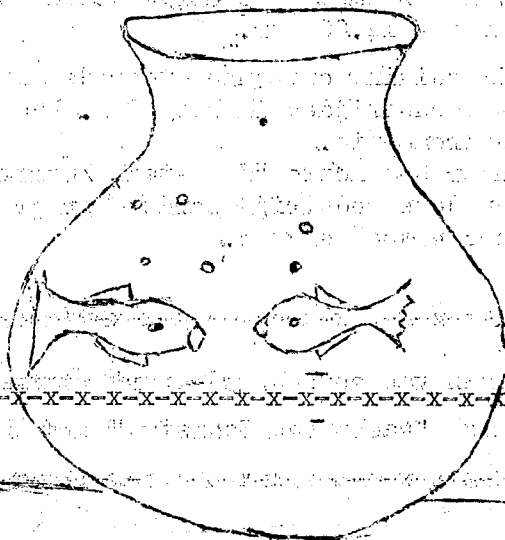
Bianca van Bilderbeek 100 m. vrije slag meisjes 1965

Marjolein Phaff 100 m. vlinderslag meisjes 1964

Jan Willem Sellmeijer 100 m. schoolslag jongens 1967

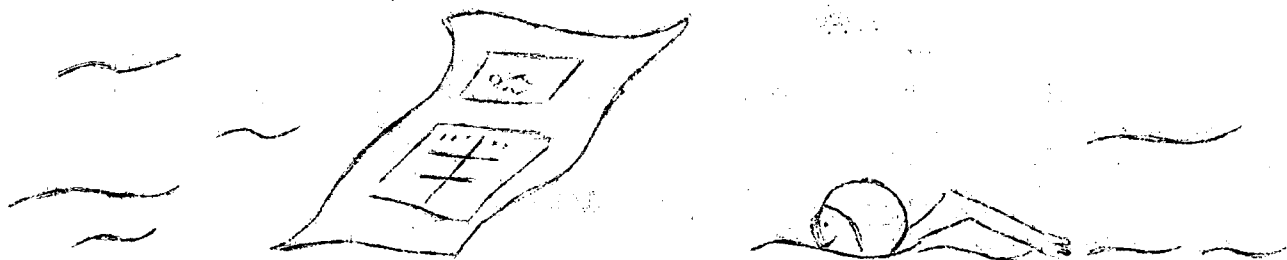
alleen Monique Wildschut wist helaas niet een finaleplaats te behalen.

Er komen echter nog 3 plaatsingswedstrijden, zodat de ploeg nog kan groeien.



ben jij dit jaar aftredend?





zondag 8 februari a.s.

zondag 22 februari a.s.

27/28 februarì a.s.

zondag 29 februari a.s.

13/14 maart a.s.

28 maart a.s.

29/30 mei a.s.

X-X

Vlak voor het ter perse gaan van onze Njord-Sport ontvingen wij bericht uit Zaanstad dat Njord in de "Nacht van Zaanstad" met 2 ploegen mag uitkomen.

KOPIE VOOR HET VOLGENDE KLUBBLAD INLEVEREN VOOR 22 FEBRUARI A.S.!!!!!!

CLUBRECORDS HEREN PER 1 JANUARI 1976,

Nummer:	Datum:	Naam:	Tijd:
50 m. rug	1. 3.69	Daan Kramer	32.1
100 m. rug	1974	Adri van Excel	1.05.6
200 m. rug	1973	Adri van Excel	2.23.7
50 m. school	26. 6.75	Hans van Vastenhoven	35.6
100 m. school	4. 2.73	Daan Kramer	1.15.7
200 m. school	1962	Jan Vierhout	2.50.2
2000 m. school	1958	Jan Vierhout	31.00.0
3000 m. school	2. 8.75	Hans van Vastenhoven	47.36.3
4500 m. school	3. 8.75	Arie van der Steen	1.27.55.0
16 km. school	3. 8.75	Hans van Vastenhoven	5.29.01.4
50 m. vlinder	19.10.73	Daan Kramer	22.5
100 m. vlinder	18.10.73	Daan Kramer	1.04.8
200 m. vlinder	1973	Daan Kramer	2.25.4
50 m. vrij	24.10.74	Frank Philipoom	26.6
100 m. vrij	2. 3.69	Herman van Lienden	57.9
200 m. vrij	25. 1.75	Bart Brieffies	2.07.9
400 m. vrij	15. 2.75	Bart Brieffies	4.25.8
800 m. vrij	26. 6.75	Bart Brieffies	9.27.5
1000 m. vrij	26. 6.75	Bart Brieffies	11.54.0
1500 m. vrij	26. 6.75	Bart Brieffies	17.58.8
2000 m. vrij	2. 8.69	Hans Prins	25.05.9
3000 m. vrij	10. 8.75	Bart Brieffies	36.52.1
4500 m. vrij	3. 8.75	Bart Brieffies	56.15.0
16 km. vrij	1973	Hans Prins	4.02.23.0
IJsselmeer	1973	Hans Prins	5.23.03.1
200 m. wissel	4.10.73	Daan Kramer	2.29.8
400 m. wissel	20. 6.73	Daan Kramer	5.31.1
4 x 50 m. vrij	1974		1.53.1
5 x 50 m. vrij	1968		2.21.0
10 x 50 m. vrij	1969		4.58.9
4 x 100 m. vrij	1974		4.06.0
4 x 200 m. vrij	1974		9.22.0
10 x 100 m. vrij	1968		11.41.5
4 x 50 m. school	1969		3.05.5
4 x 100 m. school	1963		5.25.3
4 x 50 m. vlinder	1969		2.08.1
4 x 50 m. wissel	1972		2.07.0
4 x 100 m. wissel	26. 6.75		4.40.7

CLUBRECORDS DAMES PER 1 JANUARI 1976.

Nummer:	Datum:	Naam:	Tijd:
50 m. rug	4. 2.68	I. Klarenbeek	36.4
100 m. rug	9. 3.69	I. Klarenbeek	1.16.2
200 m. rug	30.11.75	Monique Wildschut	2.42.0
50 m. school	27. 9.75	Chiny Kok	38.3
100 m. school	2. 2.75	Chiny Kok	1.19.4
200 m. school	9. 3.75	Chiny Kok	2.49.2
2000 m. school	18. 8.74	Chiny Kok	33.17.0
3000 m. school	2. 8.75	Chiny Kok	49.46.0
4500 m. school	3. 8.75	Chiny Kok	1.14.40.0
50 m. vlinder	15. 3.64	Carla Jansen	33.1
100 m. vlinder	24.11.74	Chiny Kok	1.11.2
200 m. vlinder	27. 4.75	Chiny Kok	2.43.2
50 m. vrij	27. 9.75	Chiny Kok	29.0
100 m. vrij	27. 9.75	Chiny Kok	1.03.5
200 m. vrij	26.10.75	Chiny Kok	2.20.8
400 m. vrij	2. 3.75	Chiny Kok	4.56.6
800 m. vrij	8. 6.75	Monique Wildschut	10.31.8
1000 m. vrij	10. 8.75	Agnes van Loon	14.23.0
1500 m. vrij	9. 5.75	Monique Wildschut	19.13.8
2000 m. vrij	2. 8.69	José Heeremans	27.23.6
3000 m. vrij	10. 8.75	Monique Wildschut	40.58.9
4500 m. vrij	3. 8.75	Monique Wildschut	1.01.47.0
5000 m. vrij	1964	Carla Jansen	1.16.44.0
16 km. vrij	1969	Carla Jansen	4.44.27.0
200 m. wissel	26.10.75	Chiny Kok	2.39.3
400 m. wissel	16.11.75	Chiny Kok	5.32.6
4 x 50 m. vrij	8. 6.69		2.11.2
5 x 50 m. vrij	16.11.75		2.42.4
4 x 100 m. vrij	22. 6.75		4.34.5
4 x 50 m. school	27. 9.75		2.45.2
4 x 50 m. vlinder	4.10.75		2.28.6
4 x 50 m. wissel	7.12.75		2.28.5
4 x 100 m. wissel	4.10.75		5.22.6

Haarlem, 1 Februari 1976.

U I T N O D I G I N G

voor de jaarlijkse algemene ledenvergadering, welke zal worden gehouden op Zondag, 7 Maart 1976 om 10.30 uur in het NJORD-CLUBHUIS aan de Noordschalkwijkerweg/hoek Schipholweg.

Wij rekenen op de aanwezigheid van veel leden, ouders van leden en belangstellenden.

Stemrecht hebben alle leden, die per 1 Januari 1976 de leeftijd van 16 jaar hebben bereikt.

A G E N D A:

1. opening door de voorzitter
2. mededelingen
3. notulen algemene jaarvergadering d.d. 16 Februari 1975
4. behandeling jaarverslagen:

- a) voorzitter
- b) secretariaat
- c) penningmeester
- d) zwemsecretariaat
- e) polo-secretariaat
- f) langebaan-secretariaat
- g) elementair zwemmen
- h) trainer
- i) clubhuisbeheer
- j) terrein- en materiaalcommissaris

P A U Z E:

5. bestuursverkiezing:

Aftredend van het bestuur: dhr. C. de Groot. Hij stelt zich niet herkiesbaar

Verder treedt af de secretaresse mevr. J.M.A. Sieverding; zij stelt zich herkiesbaar.

Candidaten voor een bestuursfunctie kunnen zich schriftelijk melden bij het secretariaat tot een half uur vóór aanvang van de vergadering.

6. machtiging van het bestuur door de algemene vergadering om eind 1976 de contributie opnieuw vast te stellen, indien dit noodzakelijk wordt geacht.

7. benoeming kascontrôle-commissie

8. benoeming afgevaardigden naar de jaarlijkse algemene vergadering van de kring Noordholland II K.N.Z.B.

9. bespreking van de komende activiteiten zoals kienavond, kennedy-mars, pinksterkamp etc.etc.

10. rondvraag

11. sluiting

Bestuur z.v. Njord '59

J a a r v e r s l a g s e c r e t a r i a a t 1975.

Wanneer we terugblikken op het verenigingsjaar 1975 dan mogen wij constateren dat dit jaar voor onze vereniging een rustig, sportief jaar is geworden met goede prestaties zowel op zwem- en polo-gebied als wel op het gebied van het zwem-onderricht.

Het bestuur kwam 12 maal in vergadering bijeen om de belangen van de vereniging te bespreken.

Op 10 April overleed plotseling de heer Rookhuiszen, één van de mede-oprichters van onze vereniging en geruime tijd penningmeester.

Per 31 December 1975 was het leden-bestand 227, waarvan 176 leden tot 16 jaar en 51 leden van 16 jaar en ouder.

Een aantal leden werd in de loop van het jaar geroyeerd wegens contributie schuld. De Zwembond nam van 2 leden het royement over.

In het bestuur deden zich geen veranderingen voor.

Het polo-secretariaat ging van Henk Rookhuiszen naar Ronald v. d. IJssel en Chiny Kok, kwam vervolgens weer in handen van Henk en aan het einde van het jaar werd mev. Verdam polo-secretaresse.

In Augustus bedankte dhr. H. Prins als clubhuis-beheerder. Gezien de slechte toestand van het clubhuis, werd dit praktisch niet meer verhuurd en zal getracht worden door ingrijpende verbouwing weer een acceptabel gebouw te fabriceren, geschikt voor de verhuur.

Ons clubblad verscheen twaalf maal, waaronder het aan huis-bezorgde prachtige kerstnummer.

De verenigings-uren op Donderdagavond in "De Planeet" waren ruimschoots bezet. Minder goed was het op Zaterdagmorgen tijdens het polo-trainings-uur. Dit heeft de vereniging behoorlijk geld gekost.

Aangezien uitbreiding op Donderdagavond niet mogelijk was, werd eens per veertien dagen een uur polotraining gehouden in Zandvoort.

Voor de ochtend-zwemtraining schaften 14 leden een trainings-abonnement aan en voor de middagtraining 24, het maximaal toegestane aantal.

Per 1 Januari 1976 waren 35 meisjes en dames in het bezit van een startvergunning en 44 heren en jongens. Enkele leden worden binnenkort gekeurd.

In 1975 werden 29 clubrecords verbeterd door de dames; bij de heren gebeurde dit 14 maal.

De training werd het gehele jaar gegeven door George Sieverding.

Mevrouw Sellmeijer leidde het elementair zwemondericht, bijgestaan door enthousiaste assistenten.

Voor het eerst werden zwemvaardigheids-diploma I en II behaald.

De betrekkingen met de Gemeentelijke Dienst voor Sport- en Jeugdzaken waren goed te noemen. Wij hopen dat in het komende jaar deze dienst ervoor zal zorgen dat we meer trainings-uren krijgen, zodat we niet naar zwembaden buiten de stad hoeven uit te wijken. Vooral voor de trainingsploeg zal meer oefen-gelegenheid dienen te komen, maar de vraag is: waar halen we trainings-uren vandaan?

Hopenlijk worden de plannen van de gemeentelijke dienst en van de commissie verdeling zwemwater, waaraan al lang wordt gewerkt, eindelijk werkelijkheid.

De samenwerking met het personeel in het zwembad was ook het afgelopen jaar weer goed te noemen.

Veel medewerkers en werksters hebben het afgelopen jaar hun steun aan de vereniging gegeven en mede dank zij hen mogen we terugzien op een geslaagd 1975.

mevr. Sieverding, secr.sse

Notulen jaarlijkse algemene ledenvergadering op Zondag, 16 Februari 1975
in het Njord-clubhuis.
Aanwezig waren 42 leden.

Om 14.15 opent de voorzitter, dhr. Rookhuiszen de vergadering met een
welkomswoord. Hij is blij dat er veel jeugdleden aanwezig zijn.
Hij stelt voor de bestuursverkiezing te houden voor de pauze, daarna film.

De notulen van de buitengewone algemene ledenvergadering van 14.12.74:

Hierin stond genotuleerd dat Ronald "nee" zei tegen een vraag aan hem
om coach te worden van de jongens. Ronald wenst gerectificeerd te zien, dat
hij dit niet kortaf met "nee" had beantwoord, doch als uitleg had
gegeven dat hij zelf meestal moet spelen in heren I wanneer de jongens
ook moeten spelen, dus is het voor hem niet mogelijk om de jongens te
coachen.

De voorzitter zegt, dat hij dan wel de jongens zal begeleiden wanneer
Ronald moet spelen. Ronald antwoordt hierop dat hij op dagen dat hij
zelf niet hoeft te spelen de jongens zal coachen.

Henny vraagt hoe het afgelopen is met de brief aan B. en W. over de
tariefsverhoging. De voorzitter geeft hierop een toelichting en mevrouw
Sieverding vermeldt de gevoerde briefwisseling. Aan het einde van het jaar
zal een verrekening plaatsvinden tussen het aantal gesuppleerde baden
en het overschot aan baden op andere dagen tijdens de club-uren.

Een vraag over contributie-betaling per accept-girokaart: deze kaarten
gaan 4 cent per stuk kosten per 1000 stuks gelijk.

Notulen vervolgens voor accoord getekend.

De jaarverslagen:

a) secretariaat: accoord

b) penningmeester: geen leden van de kascommissie aanwezig behalve Henny
Ramakers; deze verzoekt de penningmeester te willen déchargeren.

Heer Modder vraagt naar de rente en wat de middelen van Njord zijn.

Op de balans staat f. 11.000,- doch deze balans werd niet gepubliceerd.

Henny vindt dit belangrijk en dus zal voortaan de balans afgedrukt
worden evenals de splitsingen.

Begroting: de baten zijn meestal kleiner dan de lasten. George meent
dat de lasten aanmerkelijk hoger zullen worden.

Het bedrag aan trainingskosten is hoger doordat nog een overloop-post van
het vorig jaar werd opgenomen.

De penningmeester vraagt of mevr. Sellmeyer, die inmiddels lid is geworden,
voortaan nog betaald dient te worden. Immers, geen enkel lid wordt betaald
voor de medewerking. De voorzitter zal hierover mevr. Sellmeyer op een
tactvolle wijze benaderen.

Gé vindt verhoging van trainerskosten noodzakelijk. Alle salarissen gaan
immers met de trend mee; de contributie wordt ook verhoogd, dus waarom
de trainer niet meer betalen? Het bestuur moet dit verder bespreken.

Mevrouw Modder vraagt waar zij de inkomsten van de advertenties in het
clubblad kan terugvinden.

Antwoord: kan zij zien in de splitsingen.

Meneer Modder: waarom geen keuringspost op de begroting? Henny antwoordt:
alleen grote posten worden begroot.

Verslag penningmeester verder accoord evenals de begroting.

c) zwemverslag: de voorzitter memoreert het enorme werk dat hieraan verbonden
is. Vooral afschrijvingen bezorgen veel moeite en overlast.

Dhr. Baks brengt een woord van lof uit aan mevrouw Modder, die veel werk
voor het zwemsecretariaat doet.

d) polo-verslag. De voorzitter wil van het secretariaat af. Hij zal nog heden een polo-rooster naar de Njordsport-redactie zenden en een lichtdruk naar de zwemsecretaris.

Mevrouw Langereis vraagt waarom het meisjes aspiranten polo-team niet was teruggetrokken en in zwakke samenstelling had gespeeld.

Uitleg van Henk: terugtrekken van een team kost f. 100.-- dus dan maar spelen met minder goede speelsters. Wanneer zwemwedstrijden samenvallen met polo-wedstrijden, dan komt dit soms voor.

George vindt dat de leemte tussen de dames-speelsters zoals b.v.

Loes en daaropvolgende leden erg groot is en dat deze leemte pas met enkele jaren kan worden aangevuld.

In de komende weken zal een bespreking plaatsvinden over het polo-secretariaat. Ronald v.d. IJssel en Arie v.d. Steen stellen zich beschikbaar om Henk op te volgen als polo-secretaris. Terwijl de mogelijkheid zal worden bekeken om een aparte secretaris of secretaresse te vinden voor dames en meisjes.

e) trainersverslag. Wanneer er moeilijkheden ontstaan, dienen deze niet besproken te worden op het terras in het zwembad, doch met de trainer. Inschrijving voor wedstrijden geschiedt in overleg tussen trainer en zwemsecretaris.

f) clubhuisbeheer. De hr. Prins doet het uitstekend en werkt hard met zijn vrouw. Ook de werkploeg zoals mevr. de Groot en mevr. Baks.

TIOL heeft inmiddels betaald over 1973/74 en dus is de winst van het clubhuis plus f. 3000.--

René Modder vindt een vaste werkploeg nodig, doch de jongeren hebben in het weekeinde conditie-trainingen. Wanneer er iets gedaan moet worden in of om het clubhuis, dan hoeven ze niet naar de training, doch moeten dan wel komen werken.

g) terrein-verslag. De berg puin bij de ingang van het terrein zal op Zaterdag 22 en Zondag, 23 Februari tijdens de tijd van de conditie-training worden verspreid. Een werkploeg is er al: Ronald, Alfred, Bouwens, Verdam. Verslag accoord.

h) langebaanverslag: accoord

Bestuursverkiezing. Na het bedanken van de heer Prins, die 8 jaar penningmeester was, werd door het bestuur dhr. A. Ennik benoemd. Deze heeft het met plezier gedaan en stelt zich verkiesbaar. Aangezien er geen tegen-candidaten voor de functie van penningmeester zijn gesteld, wordt dhr. Ennik definitief gekozen.

Dhr. C. Baks wordt als lid en vice-voorzitter herkozen.

PAUZE met prachtfilm over de Olympische Spelen 1968. George geeft een zeer duidelijke toelichting en alles wordt met interesse gevolgd.

Na de pauze machtigt de vergadering het bestuur om, indien dit nodig mocht blijken, voor het volgend jaar de contributie te verhogen. Henny Ramakers stelt dat de verhoging niet de f. 5.-- te boven mag gaan.

Voor de kascontrole-commissie worden benoemd: mevr. D. v.d. Aardweg, dhr. H. J. Heeremans en G. Wildschut.

Als afgevaardigden naar de jaarlijkse algemene vergadering van de kring worden benoemd: dhr. H. Bockhuysen en als reserve: mevr. Sieverding.

Voor de rondvraag informeerde Arie v.d. Steen nogmaals naar de contributieverhoging. Hij kreeg als antwoord: verhoging alleen indien nodig.

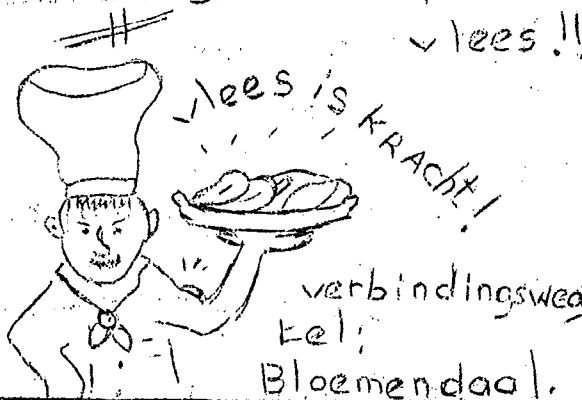
Verdere gesprekspunten bleken niet aan de orde te zijn en daarom sloot de voorzitter onder dankzegging de vergadering om vervolgens over te gaan tot de geplande ledenraadsvergadering.

.Notulen goedgekeurd op

Notuliste: mevr. Sieverding.

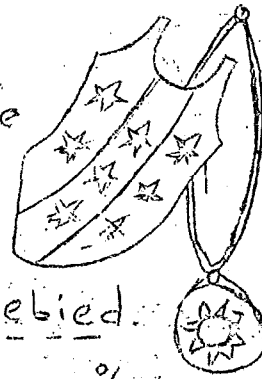
Van Es
Slagerij.

voor
eerste
klas
vlees!!



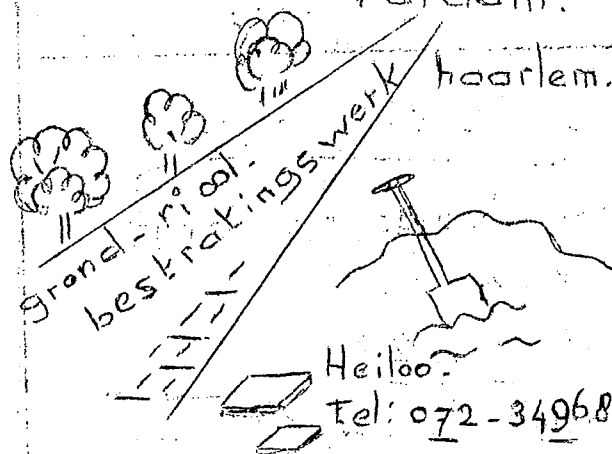
Sporthuis.
Pim Janssen

de eerste
prijs



op
zwembad.
Njord leden 10% korting!

Wegen bouw bedrijf
Verdam.



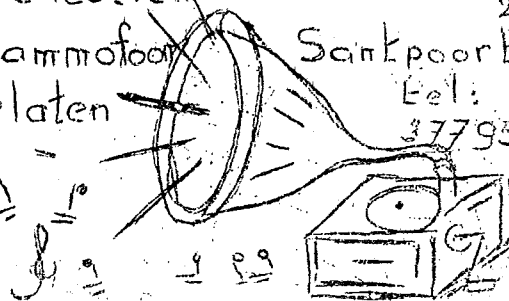
Geen pardon!!
met

de meest
uitgelezen
collectie

Pardoen.
hoofdstraat
224

Grammofoon
Platen

Sankpoort
Tel: 377957



Terras "De Planeet"



tijdens het
zwemmen van
uw pupil,
staan wij achter
het buffet niet
stil!
koffie-faaisdrank
en ijs!!

mevr.
smit

Ten Wolde.

slagerij 1e
klas
aanbiedingen!



stuyvensant- en
skraak 63 vleeswaren!
tel: 255705.

H. Bouwens .b.v. 

sloot // maai - baggerwerk

verkloning

tel: 333863



Geen zin om te
Lopen ?

fiets van Put kopen.

alle merken brommers

byzantium str. 26-28

tel 3133 01

HAARLEM.

Wildschut .b.v.

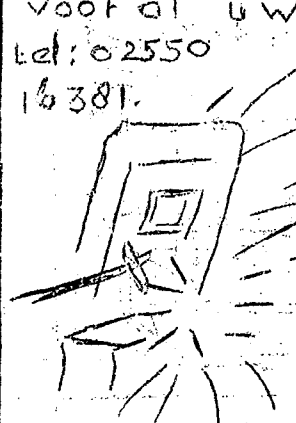
voor al uw

tel: 02550
16381.

Los
Draai -

Fraai
en
Reparatie
werkzaam-
heden.

James Wattstr. 7
Muiden



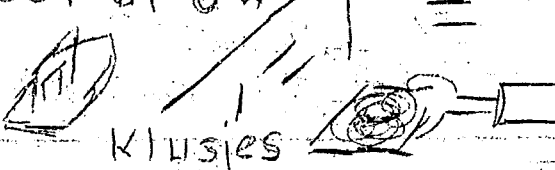
J. Selmeijer

stukadoorb企业

stuverstr. 16

tel 315023

voor al uw

 Klusjes

Met zin alle een dagje
uit de sleur, bus van

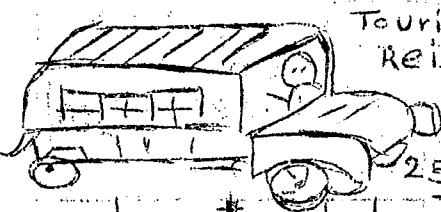
Kierkman

voor de deur!!

Touringcar.
Reisbur.
Oonk

2560

Zandvoort - tel: 02504



Silk - screen

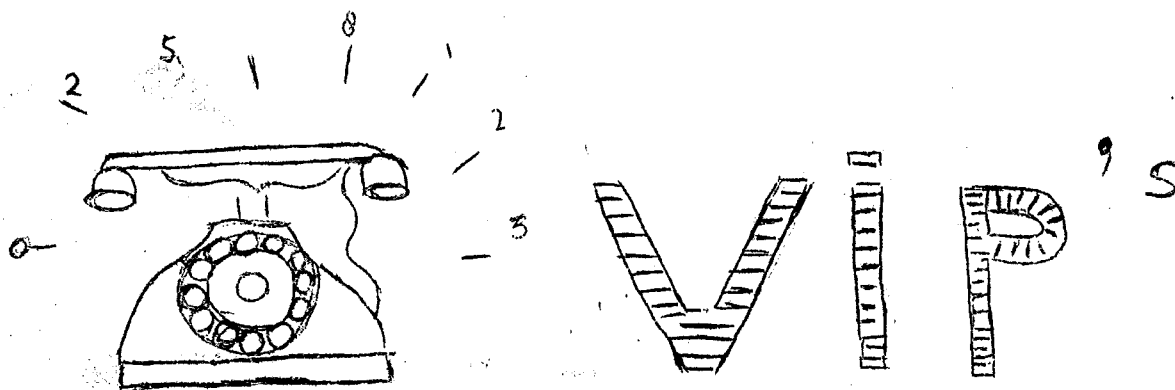
wij vervaardigen

stickers

tot Mak: Formaat.

Heerhugowaard.

tel: 02207-15762



- Voorzitter : Henk Rookhuiszen, Twickel 9, tel. 33 10 18
- Vice voorz. : Kees Baks, Liewegje t/o 14, tel. 33 21 07
- Sekretaresse : Mevr. A. Sieverding, Fr. Netscherstraat 11, tel. 25 68 61
- Penningmeester : Ab Ennik, v.Konijnenburgstraat 83, tel. 33 15 01
- Leden : Loes Wildschut, Corantijnstraat 34, tel. 37 77 95
 Hr. C. de Groot, Liewegje t/o 13-14
 Hr. Chr. v.d. IJssel, Pres. Steijnstraat 80, tel. 26 74 96
- Zwemsecr. : Kees Baks
- Polosekr. : Mary Verdam, Rookamer 14, Heiloo tel. 02200- 34968
- Langebaansekr. : Martha Bouwens, Kerklaan 5, tel. 33 38 63
- Elementairzwem. : Mevr. G. Sellmeijer, Stuverstraat 11, tel. 31 50 23
- Sup.fonds : Mevr. G. Modder, Pleiadenstraat 38, tel. 25 21 86
- Trainer : George Sieverding, Fr. Netscherstraat 11, tel. 25 68 61
 of p/a Meeuwenlaan 39, IJmuiden, tel. 02550 - 14972
- Kluburen : Donderdagavond van 18.30 - 19.15 uur elementair zwemmen
 19.15 - 20.30 uur polo/zwemmen
- Zwemtrainingen : Maandag t/m Vrijdagochtend van 6.00 - 7.00 uur
 Maandag t/m Vrijdagmiddag van 17.30 - 18.30 uur
 uitgezonderd de Donderdagmiddag.
- Polo-training : Zaterdagochtend van 7.00 - 8.00 uur.
 al deze zwem-en polotrainingen in "De Planeet".
 Donderdagavond (éénmaal per 14 dagen)
 te Zandvoort van 21.15 - 22.15 uur.
- Konditietraining : Zaterdag- en Zondagochtend vanaf 9.30 uur (Kraantje Lek)
- Kontributie : f. 30,— voor leden tot 16 jaar. } te voldoen vóór
 f. 35,— voor leden vanaf 16 jaar. } 1 April
 f. 20,— voor niet-aktieve leden. }
- Gironummer : 45 21 98 t.n.v. Penningmeester z.v. Njord'59 te Haarlem.
- Bedanken : schriftelijk vóór 1 December bij het sekretariaat
 na 1 December is de contributie voor het komende jaar
 in zijn geheel verschuldigd.

The authors are grateful to the referees for their helpful comments.

the 1990s, the number of people in the United States who are 65 years of age or older has increased by 50 percent, and the number of people 75 years of age or older has increased by 100 percent. The number of people 85 years of age or older has increased by 200 percent. The number of people 95 years of age or older has increased by 400 percent. The number of people 100 years of age or older has increased by 1,000 percent. The number of people 105 years of age or older has increased by 2,000 percent. The number of people 110 years of age or older has increased by 4,000 percent. The number of people 115 years of age or older has increased by 8,000 percent. The number of people 120 years of age or older has increased by 16,000 percent. The number of people 125 years of age or older has increased by 32,000 percent. The number of people 130 years of age or older has increased by 64,000 percent. The number of people 135 years of age or older has increased by 128,000 percent. The number of people 140 years of age or older has increased by 256,000 percent. The number of people 145 years of age or older has increased by 512,000 percent. The number of people 150 years of age or older has increased by 1,024,000 percent. The number of people 155 years of age or older has increased by 2,048,000 percent. The number of people 160 years of age or older has increased by 4,096,000 percent. The number of people 165 years of age or older has increased by 8,192,000 percent. The number of people 170 years of age or older has increased by 16,384,000 percent. The number of people 175 years of age or older has increased by 32,768,000 percent. The number of people 180 years of age or older has increased by 65,536,000 percent. The number of people 185 years of age or older has increased by 131,072,000 percent. The number of people 190 years of age or older has increased by 262,144,000 percent. The number of people 195 years of age or older has increased by 524,288,000 percent. The number of people 200 years of age or older has increased by 1,048,576,000 percent. The number of people 205 years of age or older has increased by 2,097,152,000 percent. The number of people 210 years of age or older has increased by 4,194,304,000 percent. The number of people 215 years of age or older has increased by 8,388,608,000 percent. The number of people 220 years of age or older has increased by 16,777,216,000 percent. The number of people 225 years of age or older has increased by 33,554,432,000 percent. The number of people 230 years of age or older has increased by 67,108,864,000 percent. The number of people 235 years of age or older has increased by 134,217,728,000 percent. The number of people 240 years of age or older has increased by 268,435,456,000 percent. The number of people 245 years of age or older has increased by 536,870,912,000 percent. The number of people 250 years of age or older has increased by 1,073,741,824,000 percent. The number of people 255 years of age or older has increased by 2,147,483,648,000 percent. The number of people 260 years of age or older has increased by 4,294,967,296,000 percent. The number of people 265 years of age or older has increased by 8,589,934,592,000 percent. The number of people 270 years of age or older has increased by 17,179,869,184,000 percent. The number of people 275 years of age or older has increased by 34,359,738,368,000 percent. The number of people 280 years of age or older has increased by 68,719,476,736,000 percent. The number of people 285 years of age or older has increased by 137,438,953,472,000 percent. The number of people 290 years of age or older has increased by 274,877,906,944,000 percent. The number of people 295 years of age or older has increased by 549,755,813,888,000 percent. The number of people 300 years of age or older has increased by 1,099,511,627,776,000 percent. The number of people 305 years of age or older has increased by 2,199,023,255,552,000 percent. The number of people 310 years of age or older has increased by 4,398,046,511,104,000 percent. The number of people 315 years of age or older has increased by 8,796,093,022,208,000 percent. The number of people 320 years of age or older has increased by 17,592,186,044,416,000 percent. The number of people 325 years of age or older has increased by 35,184,372,088,832,000 percent. The number of people 330 years of age or older has increased by 70,368,744,177,664,000 percent. The number of people 335 years of age or older has increased by 140,737,488,355,328,000 percent. The number of people 340 years of age or older has increased by 281,474,976,710,656,000 percent. The number of people 345 years of age or older has increased by 562,949,953,421,312,000 percent. The number of people 350 years of age or older has increased by 1,125,899,906,842,624,000 percent. The number of people 355 years of age or older has increased by 2,251,799,813,685,248,000 percent. The number of people 360 years of age or older has increased by 4,503,599,627,370,496,000 percent. The number of people 365 years of age or older has increased by 9,007,199,254,740,992,000 percent. The number of people 370 years of age or older has increased by 18,014,398,509,481,984,000 percent. The number of people 375 years of age or older has increased by 36,028,797,018,963,968,000 percent. The number of people 380 years of age or older has increased by 72,057,594,037,927,936,000 percent. The number of people 385 years of age or older has increased by 144,115,188,075,855,872,000 percent. The number of people 390 years of age or older has increased by 288,230,376,151,711,744,000 percent. The number of people 395 years of age or older has increased by 576,460,752,303,423,488,000 percent. The number of people 400 years of age or older has increased by 1,152,921,504,606,846,976,000 percent. The number of people 405 years of age or older has increased by 2,305,843,009,213,693,952,000 percent. The number of people 410 years of age or older has increased by 4,611,686,018,427,387,904,000 percent. The number of people 415 years of age or older has increased by 9,223,372,036,854,775,808,000 percent. The number of people 420 years of age or older has increased by 18,446,744,073,709,551,616,000 percent. The number of people 425 years of age or older has increased by 36,893,488,147,419,103,232,000 percent. The number of people 430 years of age or older has increased by 73,786,976,294,838,206,464,000 percent. The number of people 435 years of age or older has increased by 147,573,952,589,676,412,928,000 percent. The number of people 440 years of age or older has increased by 295,147,905,179,352,825,856,000 percent. The number of people 445 years of age or older has increased by 590,295,810,358,705,651,712,000 percent. The number of people 450 years of age or older has increased by 1,180,591,620,717,411,303,424,000 percent. The number of people 455 years of age or older has increased by 2,361,183,241,434,822,606,848,000 percent. The number of people 460 years of age or older has increased by 4,722,366,482,869,645,213,696,000 percent. The number of people 465 years of age or older has increased by 9,444,732,965,739,290,427,392,000 percent. The number of people 470 years of age or older has increased by 18,889,465,931,478,580,854,784,000 percent. The number of people 475 years of age or older has increased by 37,778,931,862,957,161,709,568,000 percent. The number of people 480 years of age or older has increased by 75,557,863,725,914,323,419,136,000 percent. The number of people 485 years of age or older has increased by 151,115,727,451,828,646,838,272,000 percent. The number of people 490 years of age or older has increased by 302,231,454,903,657,293,676,544,000 percent. The number of people 495 years of age or older has increased by 604,462,909,807,314,587,353,088,000 percent. The number of people 500 years of age or older has increased by 1,208,925,819,614,629,174,706,176,000 percent. The number of people 505 years of age or older has increased by 2,417,851,639,229,258,349,412,352,000 percent. The number of people 510 years of age or older has increased by 4,835,703,278,458,516,698,824,704,000 percent. The number of people 515 years of age or older has increased by 9,671,406,556,917,033,397,649,408,000 percent. The number of people 520 years of age or older has increased by 19,342,813,113,834,066,795,298,816,000 percent. The number of people 525 years of age or older has increased by 38,685,626,227,668,133,590,597,632,000 percent. The number of people 530 years of age or older has increased by 77,371,252,455,336,267,181,195,264,000 percent. The number of people 535 years of age or older has increased by 154,742,504,910,672,534,362,390,528,000 percent. The number of people 540 years of age or older has increased by 309,485,009,821,345,068,724,781,056,000 percent. The number of people 545 years of age or older has increased by 618,970,019,642,690,137,449,562,112,000 percent. The number of people 550 years of age or older has increased by 1,237,940,039,285,380,274,899,124,224,000 percent. The number of people 555 years of age or older has increased by 2,475,880,078,570,760,549,798,248,448,000 percent. The number of people 560 years of age or older has increased by 4,951,760,157,141,521,099,596,496,896,000 percent. The number of people 565 years of age or older has increased by 9,903,520,314,283,042,199,193,993,792,000 percent. The number of people 570 years of age or older has increased by 19,807,040,628,566,084,398,387,987,584,000 percent. The number of people 575 years of age or older has

the 1990s, the number of people in the world who are undernourished has declined from 760 million to 560 million. The number of people who are malnourished has declined from 1.1 billion to 800 million. The number of people who are obese has increased from 100 million to 300 million. The number of people who are overweight has increased from 100 million to 300 million. The number of people who are obese and overweight has increased from 100 million to 300 million. The number of people who are obese and overweight has increased from 100 million to 300 million.