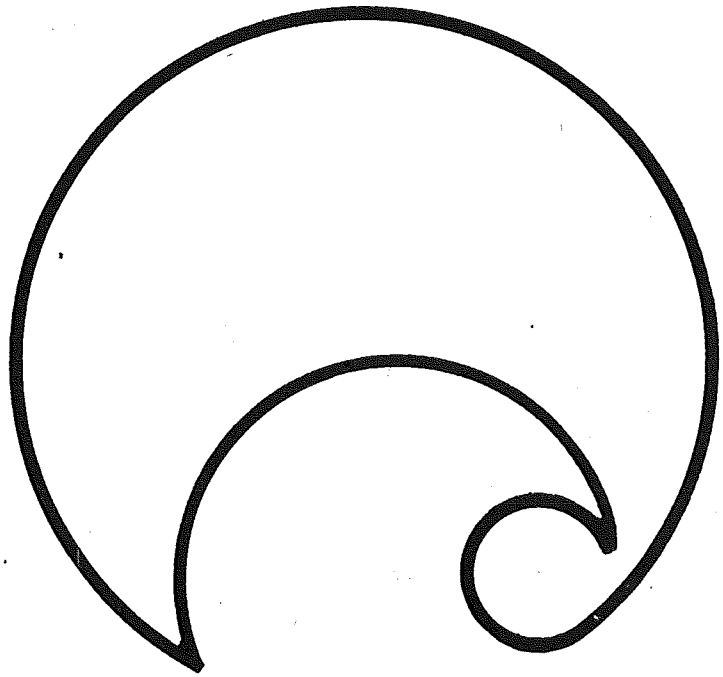
Oktober 1979

nijoraspoort



njord'59

Haarlem

REDACTIE-KRABBEL.

Zoals u wel gelezen zult hebben, mag ik het deze keer doen, al is het wel mevr. Wempe geworden.
Als u mij nog niet zou kennen. Wel, ik zit elke woensdagmiddag voor de training in de hal van het zwembad. Dus als er nog kinderen zijn, die behoefte hebben om te zwemmen. Ze kunnen nog altijd terecht tussen half vijf en half zes.
Alhoewel Erik nog niet zo lang bij Martha zwemt, vindt hij het hartstikke leuk en heeft altijd veel gein, als je tenminste zijn verhalen wil geloven. En zijn energie raakt hij op deze manier ook nog kwijt.
Nico is nu bij George in de baan gekomen en hij vindt het wel gezellig. Maar hij moet, zo vertelde hij mij, wel erg wennen aan het trainings-systeem.
Dan wil ik hierbij de volgende krabbel aan mevr. Kleine geven.
Verder hoop ik, dat we een goed en sportief seizoen mogen hebben, want er staat heel wat op het programma.

mevr. Wempe.

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

ATTENTIE ATTENTIE ATTENTIE ATTENTIE ATTENTIE ATTENTIE

Willen diegenen die in het bezit zijn poloballen, zich in verbinding stellen met Gerard Melein.
Als je alsnog een polobal voor wedstrijden nodig hebt, kan je deze krijgen tegen het invullen van een bon, waarop het nummer van de bal staat.
Zo is er voor mij een betere kontrôle op de poloballen.

Gerard Melein

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

De volgende Njord - Sport komt uit op donderdag 8 november.
Lever uw copy dus voor donderdag 1 november in!

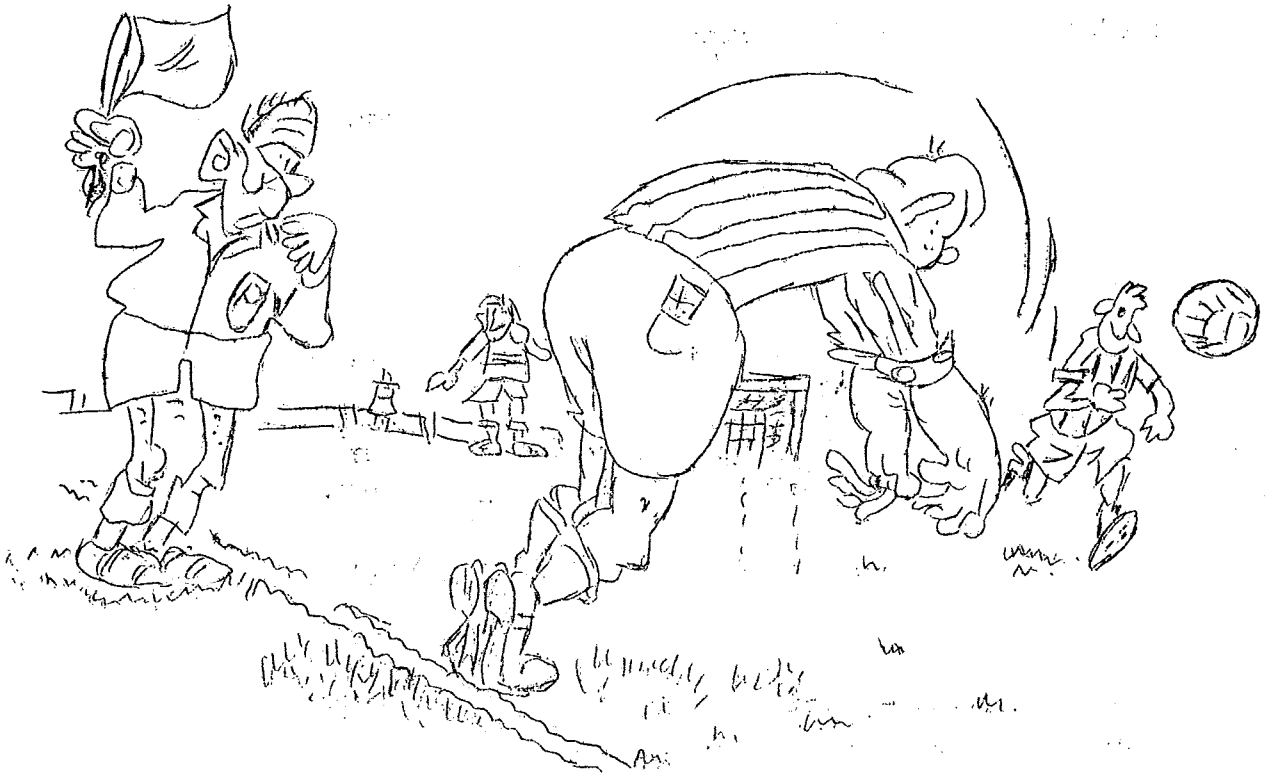
De handen en het hoofd.
==========

Op een regenachtige dag was Van Morrison bezig met het opnemen van enkele nieuwe nummers voor zijn elpee.
Maar middenin één van de songs maakten de handen en het hoofd van Morrison ruzie met elkaar omdat een nummer voor de derde keer mis was gegaan.
De ruzie liep hoog op, want de handen vonden dat ze veel belangrijker waren in de muziek dan het hoofd.
Vooral Van Morrisons's handen werden erg agressief. Ze sloegen steeds op tafel en riepen daarbij voortdurend dat ze sterker waren.
Toen de handen eindelijk waren uitgeraasd, richtte Morrison's hoofd zich hautain op.
WHa, dat kan allemaal wel zo zijn", vond het hoofd, "maar ik bepaal toevallig wel mooi welke accoorden jullie op de gitaar moeten pakken.
Dus als ik er niet zou zijn, kwam er geen enkele goede greep uit jullie handen.
Sterker nog, dan zouden jullie niet eens op tafel kunnen trommelen".
Daar hadden de handen natuurlijk niet van terug.
En de vrede was snel getekend.

MARIO MODDER.

Moraal:

Vaak loopt dankzij het verstand
de boel niet al te zeer uit de hand.



B e s t u u r s - m e d e d e l i n g e n.(1)

C L U B R E C O R S:

12.8.79:	2 k.m. vrije slag Monique Wildschut	24.08.7 (24.12.9)
18.8.79:	25 k.m. vrije slag Monique Wildschut	4.58.49.80(6.32.35.0)
26.8.79:	2 k.m. schoolslag Ria Willemse	31.46.4 (31.53.3)
8.9.79:	10 k.m. vrije slag Monique Wildschut	2.18.22.72(2.21.11.19)
8.9.79:	10 k.m. schoolslag Ria Willemse	2.47.11.00(2.50.33.82)
8.9.79:	10 k.m. schoolslag Ron Phaff	2.46.42.86(2.48.12.29)

W I J Z I G I N G E N startnummer-lijst:

Afvoeren: Ernst Derks 64-188 en Marleen Leuven 68-239

Opvoeren: Eric Bulters 13.7.70 Maasstr.12,tel. 37 12 71 stnr. 70-270 + P. tel.nr.Remco Edam thuis is: 39 02 06

P A S F O T O ' S:

Nog geen nieuwe pasfoto is ingeleverd door:

Kees Kokkelkoren - René Modder - Henny Ramakers en Remco Wildschut

Gaarne nu zo spoedig mogelijk in orde brengen, anders per 1.1.1980 geen waterpolo meer!!

F R A N K heet de zoon van Ed en Arina Agter. Hij werd geboren op 7.9.1979! Van harte gelukgewenst!!

B E D A N K E N als lid!

Het verenigingsjaar loopt al weer aardig ten einde en dan herinneren we onze leden eraan dat bedanken als lid voor 1980 schriftelijk dient te geschieden vóór 1 December a.s. Vindt het bedanken plaats nà 1 December, dan is ook de contributie voor 1980 in zijn geheel verschuldigd! Een kort berichtje aan mevr.Sieverding voorkomt voor U en voor onze vereniging een heleboel narigheid.

N I E U W E L E D E N tot 1 October:

Diane van den Broek 29.3.72 J.v.Heemskerkstr. 25	1972 PS	IJMUIDEN
Caroline de Bruijn 13.5.69 Tesselschadestraat 111 hs	2026 SR	HAARLEM
Marjan Goedhart 23.1.69 Huis te Wissenlaan 10	2071 SV	SANTP.
Iris van Goudoever 30.9.69 Huis te Wissenlaan 1	2071 SR	SANTP.
Julia van Goudoever 30.9.69 id		
Wendy Halfweeg 19.6.74 v.d.Vondellaan 53	1985 BB	DRIEH.
Sylvia v.d.Mey de Bie 11.6.66 A'damsevaart 226	2032 EJ	HAARLEM
Martijn de Natris 1.3.69 Mauricialaan 11	2051 LE	OVERVEEN
Marjon de Vries 20.4.69 Dolfijnstraat 38	2024 VV	HAARLEM

Allemaal van harte welkom bij Njord '59 !!!!!!

T R A I N I N G S - A B O N N E M E N T E N!

De kosten bedragen:

f. 125.- voor de ochtend; f. 170.- voor de middag en f. 45.- voor de C-ploeg

Betaling of betalings-regeling gaarne via de penningmeester.

Giro-rekening 45 21 98 t.n.v. penningmeester z.v.Njord '59 te Haarlem

Bestuurs-mededelingen. (2)

Onze jarige leden

In October:

3. Linda Koehorst
4. Sylvia van Eekelen
9. Danny Veldhuisen
   Petra Wiessner
10. Hille Linders
    mevr.Vaars
11. Dave Nouris
12. Eddy Veldhuisen
13. Yvonne van den Bogaardt
14. Marco Ennik
    Menno Goedemans
15. Ronald Stam
16. Henny Ramakers
17. Dimitri Bouwens
20. Steef van Loon
    Marco van Meeteren
21. mevr. A.Cornet
24. Linda Boekelaar
25. Marlies Bulsink
29. Daniëlle den Hertog
30. Matthew Landman
    Francisca Vredenburg
31. Lidia Alagni

In November:

2. Nico Wempe
3. Henk Rookhuiszen
4. Sylvia Kessens
5. Frank Joosten
6. Sander Boekelaar
8. Ingrid van de Fits
9. Esther Kleine
   Mario Modder
10. Inez Leising
14. Robert van den Berg
15. Bas Samson
16. Arjan van der Veldt
17. Barry van Dijk
    Suzanne Koehorst
18. Esther Zonneveld
19. Yvonne Straathof
21. Sylvia Weijers
22. mevr. D.v.d.Aardweg
23. Leona Kaart
    Marc van Zijl
27. Nicolette Beers
29. Marjanne Koot
30. Katja van Reenen

Van harte proficiat en een fijne dag toegewenst!!

TARIEVEN WATERPOLO-WEDSTRIJDEN:

Bij thuis-wedstrijden in "De Planeet" dient men te betalen:

Pupillen-teams: f. 16.-
Adspiranten I: f. 28.-
Adspiranten II: f. 20.-
Dames en heren: f. 36.-

Pupillen en adspiranten betalen aan de coach en deze zorgt dat de penningmeester zo spoedig mogelijk dit geld ontvangt;
dames en heren betalen aan de aanvoerder of aanvoerdster en deze verrekenen de betaling met de penningmeester.

BESTUURS-VERGADERING:

De volgende vergadering is op 29 October. Heeft men gesprekspunten, dan gelieve U deze op te geven, liefst schriftelijk aan de secretaresse.

DE TRAINER SCHRIJFT.....

Zo, de eerste trainingsmaand zit er alweer op. Het gaat goed met de trainingsploegen. De ploegen groeien nog iedere dag. Met name in de B-ploeg van Marta, de ploeg van de allerjongsten en de C-ploeg, groeit co[illegible]
Toch, ondanks dit heugelijke gebeuren, zijn er ook al afvallers.
Afvallers die nauwelijks twee weken bezig zijn geweest, waarbij je als trainer afvraagt of zij wisten waarvoor zij gekozen hadden, toen zij hun ondergetekende briefje inleverden
Van het wedstrijdfront vallen reeds bergen persoonlijke records te melden hetgeen ieder ongetwijfeld op zijn supportersfondsbriefjes wel gemerkt zal hebben. De allerjongsten nemen bij deze oogst het leeuwendeel voor hun rekening. Begrijpelijk natuurlijk, omdat juist in die groepen de meeste vorderingen mogelijk zijn, terwijl de ouderen het nog meer van hun trainingsopbouw moeten hebben en derhalve pas over enkele maanden op toeren beginnen te komen.
De clubkampioenschappen, traditioneel verzwommen in de start van het trainingsseizoen, gaven nieuwe kampioenen. Bij de heren verdedigde de naar H.P.C. vertrokken Arnoud zijn titel ondanks de mogelijkheid daartoe, niet. Hierdoor kan René de Vries als zoveelste kampioen gehuldigd worden. René liet daarbij nog een serie zeer aantrekkelijke tijden zien. De beste tijd m.i. bij de jongens/heren was de 56.9 van stayer Mario op de 100 meter vrije slag, waarmee hij tevens de seizoenranglijst op de korte afstand aanvoert. Overigens kan hij de nodige konkurrentie verwachten van de weer in training zijnde sprinter Frank Philipoom. Bij de dames was gerekend op een overwinning van Marjolein Phaff. Dit gebeurde ook, zij na een bijzondere fraaie strijd. Tot het laatste nummer waren er vijf kansrebbers, waarbij ook nog de titelhoudster Monique Bouwens. Elders in deze krant de totale overzichten, waarop duidelijk valt te lezen dat onze vrouwelijke toppers elkaar slechts zeer weinig in kracht ontliepen. Tevens vestigde Marjolein een record puntentotaal.
De eerste waterpolowedstrijden zitten er ook reeds op. Heren en Dames 11 begonnen overdonderend. Met grote cijfers werden hun tegenstanders/sters in de pan gehakt. Het is te hopen dat beide teams voort gaan op de ingeslagen weg. Toch ben ik wel van mening dat met name vanuit deze teams er een regelmatiger trainingsbezoek mogelijk kan zijn.
De beide aspiranten 1 teams zijn zeer slecht begonnen. Het lijkt erop dat wij voor het eest sedert zes jaar twee degradatiekandidaten hebben.
Ik heb de spelers/sters van beide teams daarom ook bij elkaar gehaald en gewezen op een aantal mogelijkheden om het niet zover te laten komen.
De aspiranten 11 ploegen lijken veruit onze sterkste teams. In deze ploegen zitten grote vertegenwoordigingen vanuit de zwemtrainingsploegen hetgeen veelal betekent, dat zij sneller zijn dan hun tegenstanders/sters. De eerste wedstrijden werden dan ook glorieus gewonnen.
De pupillen teams draaien ook goed. Nimmer kende Njord'59 zo'n grote pupillen afdeling, hetgeen enorm positief voor de toekomst kan zijn. De eerste resultaten bij de allerjongsten waren weliswaar niet optimaal, doch dat kan teruggevoerd worden naar het feit dat zij als enige ploeg spelen tegen teams welke allemaal gemiddeld twee à drie jaar ouder zijn.
De eerste pupillenploegen laten niets van hun tegenstanders/sters heel. Slechts bij de jongens was er éénmaal een gelijkspelletje, voor de rest wordt alles gewonnen en hopen wij dan ook dat zich dat de gehele competitie voort zal zetten.
A.S. zaterdag gaan onze paradepaarden van start. De dames 1 ploeg, van onze vereniging de hoogst spelende ploeg, zal haar debuut maken in de landelijke eerste klasse. Gezien de enorme progressie van deze ploeg, de goede resultaten in de oefenwedstrijden en de uitverkiezing van Chiny in de nationale A-selectie en Monique en Agnes in de B-selectie, moet borg staan voor een goed eind resultaat. De bovenste twee ploegen promoveren naar de hoofdklasse, terwijl er slechts één ploeg degradeert, maar daar denken wij in het geheel niet aan.

Onze heren ploeg, lijkt na jaren eindelijk in staat om zich definitief te gaan mengen in de strijd om de promotie plaatsen. Deze zeer sterk verjongde ploeg lijkt voldoende inhoud te hebben om aan deze eisen te voldoen. Gezien het feit dat toeschouwers niet langer toegang behoeven te betalen hopen wij dan ook dat bij de thuiswedstrijden, welke allemaal in de Planeet zullen worden gespeeld, het zwembad overvol zal zijn en de aanmoedigingen onze ploegen tot het uiterste zullen aansporen om tot goede resultaten te komen.
De conditietrainingen zijn ook weer van start gegaan. Terwijl Marta nog altijd haar toevlucht zoekt bij het traditionele Kraantje Lek, waarvan zij volgens mijn bescheiden mening heus nog weleens terug zal komen, heb ik mijn training in Heemskerk erop zitten en met redelijk succes.
Het gebied aldaar is aantrekkelijker om te trainen, zowel in de mogelijkheden -heuvels-ruiterpaden-trappen-bossen-etc, als voor het plezierafwisseling-dieren-ruimte-onbekendheid-etc. Mijn bescheiden mening blijft dat ook binnen afzienbare tijd Marta zich met haar groep ook daar zal laten zien. Het is echt de afstand niet.
De zaaltraining gaat vandaag, bij het uitkomen van deze krant, van start. Hiervoor zal een klein, doch select groepje, worden uitgekozen. Het accent zal duidelijk gelegd worden op de kracht. Het is mij, en ook vele pupillen, duidelijk dat er bij onze het nodige aan kracht ontbreekt.
Dit gaan wij middels een gerichte training aanpakken, waarbij wij niet streven naar body-building.
Vervolgens was ik twee weken geleden op de landelijke trainersvergadering. Tijdens deze twee dagen, waarbij ongeveer 40 trainers/sters waren uitgenodigd die pupillen in de vertegenwoordigende ploegen hebben zitten, werd er gesproken over:
Olympische Spelen van Moskou, Europese Jeugdkampioenschappen, Nationale kampioenschappen, Zomerkampioenschappen, centrale trainingen, trainingskampen, jaarplan, interlandwedstrijden, begeleiding etc. Gedurende twee zeer lange vergaderingen werden deze zaken totaal belicht en besproken. Indien zwemmers/sters uitnodigingen krijgen voor één of meerdere hierboven genoemde zaken, dan wordt deelname verwacht. Tevens zal er voor de diverse activiteiten een zeer zware selectie procedure zijn. Hiervoor in een volgend artikel meer.
Het is mij daar duidelijk geworden, dat wij als vereniging op dit moment kunnen voldoen, als één der weinige clubs, aan de minimale eisen welke worden gesteld om topsport te kunnen realiseren t.w. minimaal 3 uur gemiddeld per dag, exclusief conditie-zaal-thuis en kracttrainingen, zwemtraining.
Ik zal proberen n.a.v. deze vergadering en het door mij opgestelde jaarplan 1979-1980 in de volgende clubkrant hierover in schematisch overzicht iets te plubliceren, zodat een ieder enigzins op de hoogte is van de gang van zaken m.b.t. onze toppers. Daarnaast zal ik met Marta samen proberen een overzicht te geven van de totale trainingsploegen, het doel waarnaar gewerkt wordt, de opbouw van de ploegen en de gang van zaken tijdens de eerste twee maanden.
Rest mij tenslotte nog een bijzonder fijne mededeling. Tijdens de tweede ontmoeting van de verenigingsjeugdcompetitie, slaagde onze aspiranten ploeg tijdens een poging op de 4x100 meter wisselslag erin om opnieuw haar eigen nationale record scherper te stellen.
Na 4.30.9 tikte Hedda als slotzwemster aan, hetgeen een verbetering van 1.2 seconde betekende van het record dat reeds een jaar in ons bezit is.
De tussentijden van deze ploeg en de namen van hen die dit wapenfeit leverden: Monique Wildschut rugslag in 1.08.2, officieus een nieuw clubrecord, dan de grandioze 1.14.5 van Ria Willemse op de 100 meter schoolslag, de zeker nog voor verbetering vatbaar zijnde 1.08.3 van Marjolein Phaff op de 100 meter vlinderslag en hetzelfde kan gezegd worden van de 59.9 van Hedda Verdam op de 100 meter vrije slag. Totaal 4.30.9 een

NIEUW NEDERLANDS ASPIRANTEN RECORD VOOR NJORD'59

Meiden van harte gefeliciteerd en zorg ervoor dat deze tijd op 22 of 23 december ruim onder de 4.30 wordt gebracht, dat kan gemakkelijk. Overigens: de Olympische limiet voor de nationale ploeg bedraagt 4.19, dus nog even en wij gaan bijna net zo hard als de ploeg die moet voldoen aan de Olympische limiet.

Gezien de tijden van Marjolein en Hedda zeg ik , dat het gemakkelijk nog een stuk sneller moet kunnen. Dus op naar 22 of 23 december. Trouwens, tijdens deze jeugdwedstrijden ging het helemaal voortreffelijk. De jeugd zegevierde voor de tweede achtereenvolgende maal en kan over drie weken gepromoveerd zijn naar de landelijke tweede klasse, het op één na hoogst bereikbare voor een jeugdploeg. Iedereen gefeliciteerd met deze prestaties, nog even de tanden op elkaar en dan weer een promotie.
Ik denk, dat ik hier mijn praatje maar stop. Succes allemaal en tot de volgende maand.

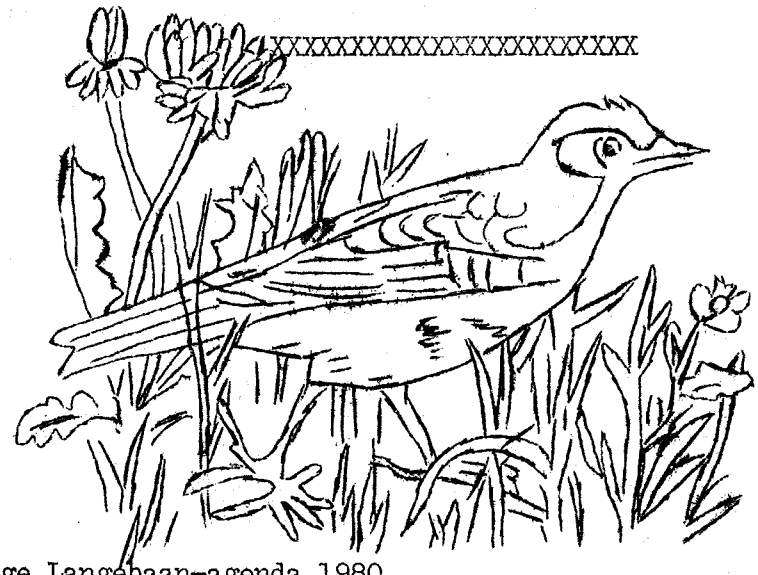
George.

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

SUPPORTERSFONDS SUPPORTERSFONDS SUPPORTERSFONDS SUPPORTERSFONDS

Na jarenlang actief geweest te zijn voor het supportersfonds, heeft mevr. Modder deze taak overgedragen aan dhr. Willemse.
Voor al uw zaken betreffende het supportersfonds, kunt u in 't vervolg bij hem terecht.
Bent u nog wat achter met het voldoen van uw maandelijkse bijdrage?
Neem dan even contact op met dhr. Willemse.
Mevr. Modder, bedankt voor al uw werk en meneer Willemse, succes!

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX



Voorlopige Langebaan-agenda 1980

Nauwelijks is het langebaan seizoen ten einde, of de vergadering van de zwembond buigt zich reeds over het concept-programma voor het komende jaar.
In grote lijnen ontving ik deze gegevens van de heer Phaff en meende hierover alvast iets in onze clubkrant te moeten plaatsen.
Het is nog niet bekend, welke wedstrijden mee zullen tellen voor de Zwemkroniekbekers i.v.m. enkele problemen bij een aantal langebanen.
De langebaan van Njord is daar niet bij, maar het is wat voorbarig om vooruit te lopen op de definitieve publicatie.
De heer Phaff wordt bij deze bedankt voor de vroegtijdige informatie en de echte langebaanoracks en enthousiastelingen hebben hierbij een eerste mikpunt voor de komende zomer.
De kruisjes geven aan, waar Njord zal zwemmen.

George.

Voor het programma: Zie de volgende pagina.

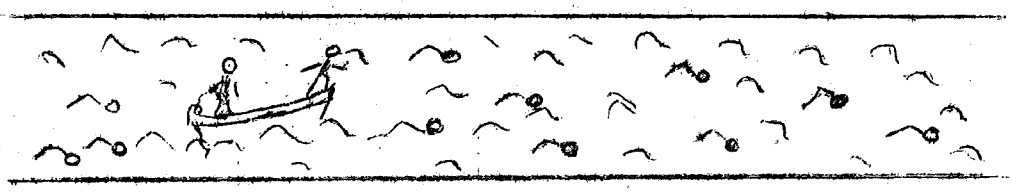
VOORLOPIGE LANGEBAAN-KALENDER 1980

15 juni	X	Bosbaan	2 KM school/vrij + prest.
28 juni		De Meent	3 KM school/vrij + prest.
28 juni		De Houtrib	Langebaanwedstr. + prest.
28 juni	X	ZPC Breda	2 KM school/vrij + prest.
29 juni	X	Njord '59	2 KM school/vrij + prest.
29 juni		De Zuidwester	2 KM school/vrij + prest.
5 juli		Strijen	2 KM school/vrij + prest.
5 juli	X	Sluis	3 KM school/vrij + prest.
6 juli	X	Sluis	16 KM school/vrij marathon
2 augustus	X	Oude Veer	3 KM school/vrij + prest.
3 augustus	X	Oude Veer	8 en 16 KM marathon
10 augustus	X	BZV Solar	3 KM school/vrij + prest.
16 augustus	X	Proteus/Bussloo	2 KM school/vrij + prest.
16 augustus	X	D.E.S.	IJsselmeer-marathon
16 augustus		P.S.V.	2 KM school/vrij + prest. en 800 M vrij
16 augustus		De Ham	2 KM school/vrij + prest.
17 augustus	X	De Ham	3 KM school/vrij + prest.
17 augustus		De Meer (Gispen)	2 KM vrije slag + prest.
17 augustus		Njord V./Aegir	3 KM school/vrij en 800 M + prest.
23 augustus		BZV te Werve	1 en 2 KM school/vrij + prest.
23 augustus	X	O.Z. en P.C.	3 KM school/ vrij + prest.
24 augustus	X	De IJssel/Olst	3 KM school/vrij + prest.
24 augustus		Z.C. Zeist	2 KM school/vrij + prest.
30 augustus		Albatros	2 KM school/vrij + prest.
30 augustus		De Braakman	2 KM school/vrij + prest.
30 augustus		De Vikings	2 KM vrije slag
30 augustus	X	ADHZ/De Dolfijn	2 KM en 800 M school/vrij + prest.
31 augustus	X	De IJssel/Deventer	2 KM school/vrij + prest.
31 augustus		TZC/Vahalis	2 KM school/vrij + prest.
6 september	X	D.Z.V./ZIAN-Vitesse	2 KM school/vrij + prest.
7 september	X	De Stormvogel	3 KM school/vrij + prest.

Opmerking: 14/15 juni,
18 juni en
21/22 juni zijn beschermde dagen Kringkampioenschappen.

++++++++++++++++++++++++++++++++++++++

COPY voor de volgende Njord - Sport inleveren tot uiterlijk:
DONDERDAG 1 NOVEMBER.



Langebaanwedstrijden te Wormerveer op 11-8-1979.

1 km. vrijeslag heren.

	Henk Bouwens	tijd: 18.24.0	P.R.

3 km. vrijeslag heren.

2	Mario Modder	tijd: 36.03.9	
	Michael van Bakel	" 38.52.0	
	Ernst Derks	" 43.09.1	
	Marcel Vaars	" 51.44.6	

3 km. schoolslag dames.

1	Monique Bouwens	tijd: 50.50.5	
2	Ria Willemse	" 50.50.8	
3	Marjolein Phaff	" 50.59.1	
	Chiny Sieverding	" 55.49.1	
	Ingrid Stam	" 63.46.8	

3 km. schoolslag heren.

2	Ron Phaff	tijd: 47.58.0	
	Ronald Stam	" 54.25.0	
	René de Vries	" 59.37.0	
	Remco Wildschut	" 47.59.3	(dis.)

3 km. vrijeslag dames.

1	Monique Wildschut	tijd: 39.01.0	
	Hedda Verdam	" 41.01.0	
	Agnes van Loon	" 42.41.0	
	Esther Kleine	" 52.45.4	

er werd 1 persoonlijk record verbeterd.

x-x-x-

2 km. schoolslag dames.

1	Ria Willemse	tijd:	32.49.5	
2	Monique Bouwens	"	32.52.9	
3	Marjolein Phaff	"	33.32.3	
	Chiny Sieverding	"	36.13.5	
	Ingrid Stam	"	40.25.0	
	Bionda Doppenberg	"	42.06.0	

2 km. schoolslag heren.

	Ronald Stam	tijd:	36.01.3	
	René de Vries	"	37.11.4	
	Ron Phaff	"	31.42.0	(dis.)
	Remco Wildschut	"	31.43.3	(dis.)

2 km. vrijeslag dames.

1	Monique Wildschut	tijd:	24.08.7	P.R. + C.R.
2	Hedda Verdam	"	25.26.9	P.R.
	Agnes van Loon	"	26.50.2	P.R.
	Esther Kleine	"	28.07.4	P.R.

er werden 4 persoonlijke en 1 clubrecord verbeterd.

x-x-x-

2 km. schoolslag heren.

3	Ron Phaff	tijd:	32.09.1
	Remco Wildschut	"	32.10.1
	Ronald Stam	"	36.37.4
	René de Vries	"	37.38.1

2 km. schoolslag dames.

1	Ria Willemse	tijd:	33.04.6
2	Monique Bouwens	"	33.06.0
3	Marjolein Phaff	"	33.27.1
	Ingrid Stam	"	41.59.0
	Bionda Doppenberg	"	45.19.5
	Christa Weijers	"	46.09.5

er werden 4 persoonlijke records verbeterd.

x-x-x-

vervolg Olst.

3 km. schoolslag dames.

2	Monique Bouwens	tijd:	50.47.5
3	Ria Willemse	"	50.58.8
	Marjolein Phaff	"	51.23.0
	Christa Weijers	"	1.09.13.0

3 km. vrijeslag heren.

Mario Modder	tijd:	36.45.3
Michael van Bakel	"	38.52.5
Ernst Derks	"	43.09.4
Marcel Vaars	"	53.05.8

3 km. vrijeslag dames.

2	Monique Wildschut	tijd:	39.28.7
	Agnes van Loon	"	41.54.2
	Hedda Verdam	"	41.56.2
	Chiny Sieverding	"	45.08.8

er werden 2 persoonlijke records verbeterd.

x-x-x-

3 km. vrijeslag heren.

	Michael van Bakel	tijd: 39.32.0	

3 km. vrijeslag dames.

1	Monique Wildschut	tijd: 38.22.3	
	Sandra van Eekelen	" 44.19.5	P.R.
	Esther Kleine	" 49.27.3	P.R.

er werden 4 persoonlijke records verbeterd.

x-x-x-

Langebaanwedstrijden te Delft op 1-9-1979.

2 km. vrijeslag heren.

	Mario Modder	tijd: 24.38.2	
	Michael van Bakel	" 24.55.8	
	René de Vries	" 41.25.0	
	Marcel Vaars	" 41.26.0	

2 km. vrijeslag dames.

1	Monique Wildschut	tijd: 25.27.6	
	Hedda Verdam	" 26.35.9	
	Sandra van Eekelen	" 27.39.0	P.R.
	Agnes van Loon	" 28.24.4	
	Esther Kleine	" 31.51.6	

2 km. schoolslag heren.

3	Ron Phaff	tijd: 30.30.1	
	Remco Wildschut	" 30.59.3	
	Ronald Stam	" 35.46.1	

2 km. schoolslag dames.

1	Ria Willemse	tijd: 32.34.1	
2	Monique Bouwens	" 32.36.4	
3	Marjolein Phaff	" 32.52.0	
	Chiny Kok	" 36.51.5	
	Ingrid Stam	" 38.20.3	P.R.
	Esther Boekelaar	" 40.59.0	
	Christa Weijers	" 41.01.0	P.R.
	Bionda Doppenberg	" 44.51.7	

er werden 3 persoonlijke records verbeterd.

X-X-X-

vervolg Vlissingen.

3 km. schoolslag dames.

1	Ria Willemse	tijd: 49.04.0	
2	Monique Bouwens	" 49.05.0	
3	Marjolein Phaff	" 49.08.0	
	Chiny Sieverding	" 55.55.0	
	Ingrid Stam	" 60.10.0	
	Esther Boekelaar	" 63.58.0	P.R.

er werden 3 persoonlijke records verbeterd.

x-x-x-

1000 m. vrijeslag kadetten jongens.

2 Michael van Bakel tijd: 10.36.0

1000 m. schoolslag kadetten meisjes.

1 Marjolein Phaff tijd: 14.13.0
2 Ria Willemse " 14.19.0
Christa Weijers " 17.01.0

1000 m. schoolslag kadetten jongens.

René de Vries tijd: 15.05.0

2000 m. vrijeslag dames.

3 Agnes van Loon tijd: 24.11.0

2000 m. vrijeslag heren.

2 Mario Modder tijd: 21.11.0

2000 m. schoolslag dames.

1 Monique Bouwens tijd: 30.05.0

2000 m. schoolslag heren.

1 Remco Wildschut tijd: 27.26.0
2 Ron Phaff " 27.56.0
Ronald Stam " 30.33.0

aangezien de lengte van de Belgische langebanen minder zijn dan de opgegeven afstand, worden de tijden niet verwerkt, dus geen p.r.'s en c.r.'s.

X-X-X-

POLO INDELING

ADSPIRANTEN JONGENS II

Jos Bulters
Menno Goedemans
Sanne Verdam
René Sijm
Jan-Willem Sellmeyer aanv.
Marcel Poelgeest
Eric Melein
Pierre Lollignon
Coach Hr. van Bakel

ADSPIRANTEN JONGENS I

Michael van Bakel
Henk Bouwens
Erik Breems
Wim Brink
Huub Joosten
Joy van Loon aanv.
Adrien Lindeman
Raimond Sijm
Hr. Vaars

PUPILLEN JONGENS I

Richard Roest aanv.
Kees Klomp
Eddie Hanenberg
Nico Wempe
Stefan Kleine
Frank Joosten
Jeroen Busscher
Coach Hr. Bodenstaff

PUPILLEN JONGENS II

Sander Wiessner
Niels Rookhuiszen aanv.
Frank Pruym
Marco Melein
Dimitri Bouwens
Eric Bulters
Remco Edam
Coach Mevr. Bouwens

ADSPIRANTEN MEISJES II

Sandra van Eekelen
Esther Kleine aanv.
Hanneke Geurtz
Astrid Hangjas
Monique Lekx
Anita Overdijk
Brenda van Poecke
Karin Rookhuiszen
Bianca Schildwacht

Coaches Hr. Lekx en Hr. Kleine

ADSPIRANTEN MEISJES I

Christe Weyers
Ingrid Stam aanv.
Silvia Weyers
Esther Boekelaar
Silvia Kessens
Francisca Schaap
Inez Leising
Monique
Bionda Doppenberg
Hedda Verdam
Coach ?

PUPILLEN MEISEJS I

Babette van Loon
Marleen Leuven
Petra Hillenius aanv.
Karin Breems
Ingrid Bodenstaff
Annemarie Sellmeyer
Sandra Klomp
Coach Hr. Hillenius

PUPILLEN MEISJES II

Ingrid van der Fits
Silvia van Eekelen
Yvonne Straathof aanv.
Esther Huizinga
Michele Geurtz
Coaches Hr. en Mevr. Straathof

POLOPROGRAMMA OKTOBER 1979

HEREN I					
za	13 okt	1900 uur	Flevo	-Njord	Bloemendal Nijkerk
za	20 okt	2000 uur	Njord	-'t Gooi	Planeet Haarlem
za	27 okt	1950 uur	de Ham	-Njord	Watering Wormerveer
HEREN II					
za	6 okt	1900 uur	Njord	-'t Gooi	Planeet Haarlem
za	13 okt	1445 uur	ZAR	-Njord	Sloterparkbad A'dam
za	20 okt	1900 uur	de Amer	-Njord	Sportf.bad Amersfoort
za	27 okt	1930 uur	Njord	-D.W.T.	Planeet Haarlem
DAMES I					
za	13 okt	2000 uur	Njord	-Neptunus	Planeet Haarlem
za	20 okt	1900 uur	Kwakel	-Njord	Kwakel Utrecht
za	27 okt	1915 uur	Njord	-Skelp	Planeet Haarlem
DAMES II					
za	13 okt	2130 uur	Njord	-de Fuut	Planeet Haarlem
za	20 okt	2045 uur	D.W.T.	-Njord	Sportf.bad Haarlem
za	27 okt	2000 uur	Njord	-de Amer	Planeet Haarlem
ADSP JONGENS I					
za	13 okt	1830 uur	Njord	-A.Z.U.	Planeet Haarlem
za	20 okt	1900 uur	Njord	-Nereus	Planeet Haarlem
ADSP JONGENS II					
za	13 okt	1850 uur	K.Z.C.	-Njord	Sportf.bad Beverwijk
za	20 okt	1830 uur	Njord	-Olympus	Planeet Haarlem
ADSP MEISJES II					
za	13 okt	1825 uur	K.Z.C	-Njord	Sportf.bad Beverwijk
PUP. JONGENS A					
za	13 okt	1610 uur	Kroosduikers	-Njord	Zaanland Zaandam
za	27 okt	1745 uur	K.Z.C	-Njord	Sportf.bad Beverwijk
PUP. JONGENS B					
za	13 okt	1650 uur	Nept. Za	-Njord	Zaanland Zaandam
PUP. MEISJES B					
za	13 okt	1550 uur	Waterlelie	-Njord	Zaanland Zaandam

BADDIENST: za 13 okt MARY, MARIAN en HENK.
za 20 okt MARY, BART en FRANS.

POLOPROGRAMMA November 1979

Heren I

za 3 nov	20.00 uur	Njord - DJK	Planeet
za 10 nov	20.30 uur	DAW/Vl.V. - Njord	Sportf. Beverwijk
za 17 nov	21.30 uur	DWT - Njord	Sportf. Haarlem
za 24 nov	20.00 uur	Njord - ZAR	Planeet

Heren II

za 3 nov	21.15 uur	Neptunus - Njord	de Slag Zaandam
za 10 nov	18.30 uur	Njord - de Swaenen	Planeet
za 17 nov	20.00 uur	Njord - Wilskracht	Planeet
za 24 nov	20.45 uur	Njord - Dolfijn	Planeet

Dames I

za 10 nov	20.00 uur	Njord - Pluvius	Planeet
za 17 nov	17.30 uur	ZCE - Njord	Slagman Enschede
za 24 nov	19.15 uur	Njord - de AA	Planeet

Dames II

za 3 nov	20.45 uur	Njord - AZPC	Planeet
za 10 nov	21.30 uur	Njord - de Vest	Planeet
za 17 nov	20.15 uur	HZC/Robben - Njord	de Lieberg Hilversum

Adsp Meisjes I

za 3 nov	17,10 uur	Heiloo - Njord	de Witte Brug Castricum
za 17 nov	18.10 uur	KZC - Njord	Sportf. Beverwijk

Pup Jongens A

za 10 nov	15.50 uur	Nept Za - Njord	Zaanland Zaandam
za 24 nov	18.50 uur	Njord b - Njord a	Planeet

Pup Jongens B

za 24 nov	18.50 uur	Njord b - Njord a	Planeet

Pup Meisjes A

za 10 nov	15.30 uur	Kroosduikers - Njord	Zaanland Zaandam
za 24 nov	18.30 uur	Njord a - Njord b	Planeet

Pup Meisjes B

za 10 nov	16.10 uur	Nereus - Njord	Zaanland Zaandam
za 24 nov	18.30 uur	Njord a - Njord b	Planeet

Baddienst; za 3 nov
za 10 nov
za 24 nov

Kosten thuiswedstrijden:

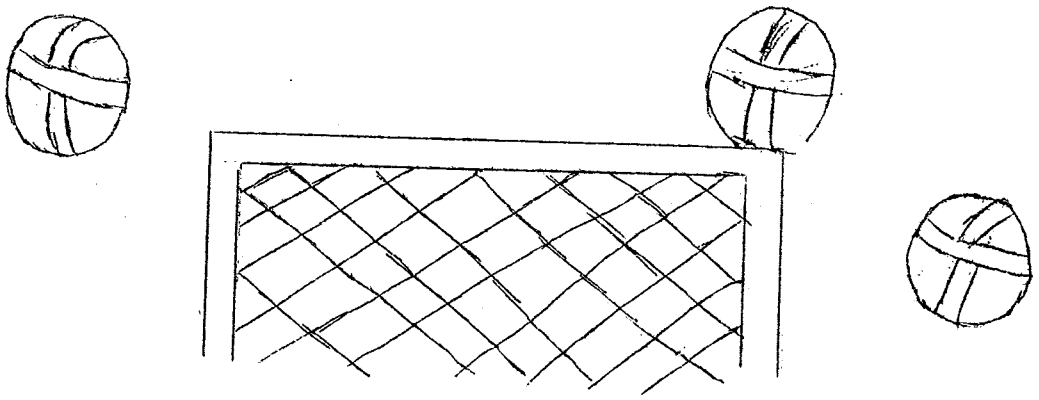
Pupillen	f 16,=
Adspiranten II	f 20,=
Adspiranten I	f 28,=
Heren en Dames	f 36,=

Mary.

Njord - Kroosduikers 0-3

We gingen om 14.45 uur weg van de planeet naar Zaandam. Om 15.50 uur moesten we spelen tegen de Kroosduikers.
Sander moest de bal halen. De andere partij had de bal eerder dan wij. Niels en ik gingen samen naar een mannetje en de andere jongens gingen ook naar een mannetje.
De Kroosduikers maakte het eerste doelpunt. Daarna mochten wij de bal in het midden nemen. Niels had de bal genomen. Later maakte de Kroosduikers nog een doelpunt. De midden bal had ik genomen. Later waren haast alle spelers van de andere parij aan onze kant.
Toen gooide Niels de bal naar mij, toen zwom ik met de bal naar de andere kant waar nog 1 speler lag die van mij de bal afpakte. Later kreeg Sander een vrije bal hij gooide hem in de lucht en scorde maar het doelpunt telde niet. Later maakte de andere partij nog een doelpunt.
De spelers waren: 1 Eric Bulters, 2 Marco Melein, 3 Sander Wiessner, 4 Remco Edam, 5 Frank Pruym, 6 Niels Rookhuizen, 7 Dimitri Bouwens.

Marco Melein.



Polo wedstrijd Njord tegen de Kroosduikers.

We gingen vanuit de Planeet samen met Pim z'n groep en we kwamen een uur te vroeg aan. Eerst moest Pim z'n groep en die won met dacht ik 6-0. En toen moesten wij. We zagen al die grote meiden al en dachten toen al we verliezen.
En inderdaad met 5-0, maar voor ons was het 4-0. Maar ik zal nog eventjes wat vertellen over de wedstrijd. We gingen te water en we wachten tot het fluitje ging en al spoedig zwommen we lekker doorelkaar heen.
Na ongeveer 1 minuut had de tegenpartij het eerste doelpunt gemaakt, omdat we nog niet zo goed in de aanval en de verdediging zijn volgden er gauw nog een paar. Na de rust moest ik keeper zijn.
Het was dat ik kon staan anders mocht ik het niet van m'n vader, want ik heb niet van die lange armen. En daar kwamen de ballen aan de eerste ging er gauw door de tweede was een strafworp en die hield ik ernog uit ook .
Op dat moment hoorden ik ze allemaal klappen en ik kijken en voordat ik het wist lag de bal er alweer in.
En toen het laatste doelpunt voor ons telde die niet, maarja de scheidsrechter stond halverwege het bad en die kon volgens haar zelf precies zien dat de bal bij mij over de lijn ging. (hoe bestaat het)
En was dus de einstand 5-0 voor de Kroosduikers.

Yvon Straathof.

Njord--A.Z.U. 29 sept.

Speelsters: Astrid, Anita, Bianca, Esther, Brenda, Karin, Hanneke, Sandra.
Keepster : Monique.

Om kwart voor zeven lagen wij in het water klaar voor de tweede wedstrijd van het seizoen.
A.Z.U. had de bal en wij begonnen met aanvallen dit lukte en er werd gescoord 1-0 voor Njord.
A.Z.U. wilde steeds proberen om ook te scoren, maar dat vonden wij niet goed. Er werd goed gevochten, alleen moeten we volgende keer nog meer kijken of er iemand vrij ligt.
Dan is de eerste helft voorbij het staat nu 3-2 voor Njord. (A.Z.U. had 1 keer gegooid en 1 keer had Monique hem in het doel laten vallen.)

Tweede helft. We begonnen weer en het werd 4-2. A.Z.U. deed er alles aan en we werden zwaar gedekt. Af en toe deden ze erg wild en er werd er één uitgestuurd. Bij ons moest er ook één uit.
Dan scoort Njord in eigen doel en het werd 4-3.
Gelukkig werden er bij ons ook nog twee gemaakt. Zo wonnen wij deze wedstrijd met 6-3. Er werd goed gespeeld!!!!

Hanneke.

555555555555555555555555555555

Njord--Kroosduikers.

Aspiranten meisjes 2
Eerste polowedstrijd speelsters: Ester Kleine, Sandra van Eekelen, Brenda van Poecke, Hanneke Geurts, Astrid Hangjas, Bianca Schildwacht en ik (Anita) keepster: Monique Lekx.

We vertrokken om 4 uur vanaf de Planeet. We kwamen er veel te vroeg aan.
De wedstrijd begon: Sandra had meteen de bal. Dit was een voordeel voor ons , want Hanneke scoorde meteen de eerste min 1-0.
Door goede samenwerking kon Sandra 2-0 scoren. De Kroosduikers namen de bal uit het midden, maar wij onderschepte de bal meteen.
Je kon zien dat we beter waren, want de tegenpartij kwam niet bij ons doel.
Het vijfde doelpunt door Brenda werd afgekeurd, want Sandra lag in de 2 meter lijn. Verder verliep de wedstrijd goed. Het werd 9-0 in ons voordeel.

Anita Overdijk.

////////////////////

Waterpolo-pupillen meisjes Njord'59- Waterlelie.

We waren in de Planeet en daar werd een aanvoerster gekozen, dat ben ik geworden.

We waren wel een half uur te vroeg in Zaanland en we mochten niet naar binnen, dus we gingen lekker spelen en de opstelling bepraten.
We speelden met Ingrid, Karin,,Babette, Marion, Ingrid, Annemarie, Petra.
Eerst wat inzwemmen. Er moest gekozen worden tussen diep en ondiep.
We begonnen in ondiep. We gingen er in de eerste helft hard tegenaan en maakten 5 doelpunten (Ingrid 2x, Karin 2x, Petra 1x).
In de tweede helft speelden we veel over en maakten nog 4 doelpunten.
Babette 1x, Marion 1x, Petra 2x De Waterlelie kwam niet aan aanvallen toe.
Na een compliment van George gingen we ons aankleden.

Petra.

Waarom heeft een Belg achterin zijn auto een plantenbak?
Om de politie om de tuin te leiden.

Een Belg komt een café binnen en vraagt:"Waar is het toilet?"
De ober zegt:"Dat is verstopt." De Belg weer:"Dat geeft niet, dan zoek ik het wel".

Een Belg en een Hollander staan in Afrika plotseling tegenover een woedende leeuw. De Hollander gooide een steen, maar miste de leeuw. Roept de Hollander:"Lopen zo hard als je kunt. "Zegt de Belg:"Waarom zal ik lopen, jij gooide toch die steen."

Waarom is de lucht in België zo zuiver?
Omdat ze met ramen dicht slapen.

Waarom rijdt er in België een mestkar in de bruidsstoet mee?
Om de vliegen van het bruidspaar af te houden.

Waarom hebben de Belgen binnenkort een nationale feestdag?
Dan is het 100 jaar geleden dat ze het rechtop lopen hebben ingevoerd.

Waarom hebben de Belgen 's maandags zulke bekraste gezichten?
Omdat ze 's zondags met mes en vork hebben gegeten.

Hoeveel Belgen zijn er nodig om koe te melken?
Vierentwintig. Vier houden de tepels vast en twintig schudden de koe op en neer.

Waarom vliegen de meeuwen boven België op hun rug?
Om de ellende beneden niet te zien.

Belgen kunnen niet tot tien tellen. Wat zegt een Belg nu tegen drie bekenden?
Hallo jullie twee, hebben jullie nog iemand meegebracht?

Wat betekenen de strepen van een Belgische politie-agent?
Drie strepen: ik kan lezen en schrijven.
Twee strepen: ik kan lezen.
Een streep : ik ken iemand die kan lezen.

Waarom is er aan de belgische kust eb en vloed?
Toen de Belgen aan het strand kwamen is het water zo geschrokken, dat het nu tweemaal per dag komt kijken of de Belgen er nog zijn.

Hoe vangt een Belg een vlieg?
Hij jaagt hem onder de kast en zaagt dan de poten er onder uit.

Hoe vangt een Belg een muis?
Hij jaagt hem in een schuur en blaast dan de hele zaak op.

Een tweede manier om een vlieg te vangen is:
Hij jaagt hem de zolder op en haalt dan stiekem de ladder weg.

Wat is vijftien meter lang en stinkt naar friet?
Een bus met Belgen.

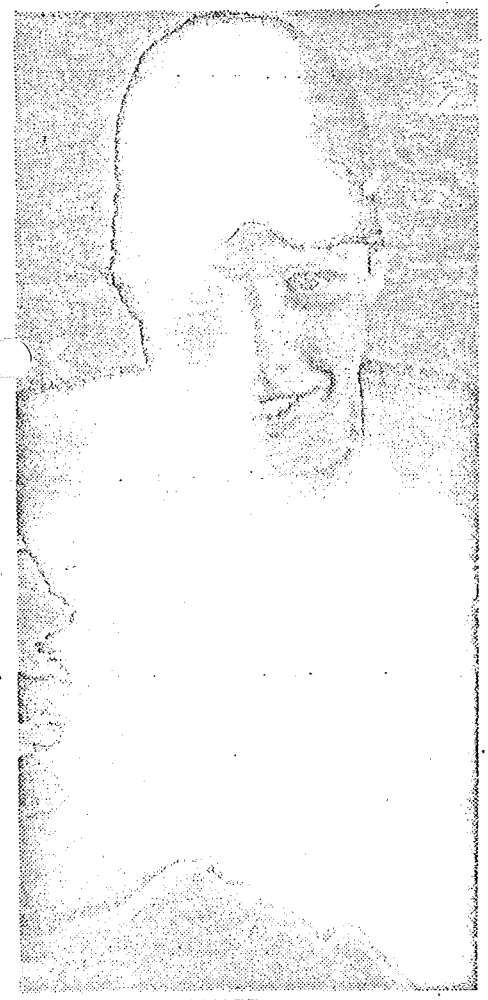
Brenda van Poecke.

Chidy Sieverding geselecteerd voor A-selectie

Tweede team Njord begint polocompetitie produktief

(Van onze zwemmedewerker)

HAARLEM. — Het tweede damespoloteam van Njord'59 heeft in Amstelveen een uiterst prettige competitiestart beleefd. De jeugdige Haarlemse ploeg veegde met 8-2 de vloer aan met het naar de derde klasse gepromoveerde De Futen 2. Het vierdeklassedebuut van het herenteam van NVA/HHC viel door een 6-4 nederlaag bij de Swaenen uit Zwanenburg enigszins in het water.



☆ MARJOLEIN PHAFF: welkome versterking

Het was de reusachtige snelheid van Njord'59 2, die tegen De Futen 2 de doorslag gaf. Vooral Hedda Verdam, eigenlijk A-selectiespeelster, dolde de Amstelveense verdediging keer op keer en bleek als ze op snelheid was niet meer te stuiten. De Njord-spits nam dan ook vijf doelpunten voor haar rekening. Ook de andere jeugdspeelsters Ria Willemse, die Thoma Baks als doelvrouwe is opgevolgd, en de snelle Marjolein Phaff bleken een welkome versterking voor Njord, dat Myrna Baks (KZC) en tot januari ook Lia van Hem (ziekte) verloor. Naast Hedda Verdam, waren ook Chiny Sieverding (2x) en Monique Bouwens op schot.

Wraak

Het eerste damesteam van Njord'59, dat naar de eerste klasse is gepromoveerd nam zondag wraak op hoofdklasser KZC voor een één dag eerder geleden 7-2 afstraffing. Met 6-5 zegevierde Njord voor het eerst in zijn historie over de Beverwijkse topploeg.

Dat de prestaties van de Njord-polo's-ters ook op nationaal niveau worden erkend blijkt wel uit het feit, dat Chiny Sieverding door de nieuwe bondscoach Rob Heemskerk voor de Nederlandse A-selectie is geselecteerd. Bovendien zijn Monique Bouwens en Agnes van Loon in de nationale B-ploeg opgenomen.

Dat ook een speler, die bijna de hele wedstrijd geen zinvolle actie ondernemt, zijn waarde kan hebben bewees de bonkige spits van De Swaenen zondag in het duel met NVA/HHC. De Zwanenburgse aanvalsleider benutte drie foutjes in de Haarlemse verdediging - met name doelman Ronald de Lange verslikte zich in zijn eigen goocheltoeren - en boog zo een 2-3 achterstand in een 5-3 voorsprong voor zijn team om. Toch debuteerde NVA/HHC zeker niet onverdienstelijk tegen De Swaenen, dat het vorig jaar tot een middenmootpositie bracht en naast een zeer snelle speler en de eerder gememoreerde spits niets „bijzonders" in huis had.

Miskleunen

NVA/HHC had gedurende de eerste drie perioden het beste van het spel, maar maakte toen geen optimaal gebruik van de vele kansen. Vooral in de eerste periode kleunden de Haarlemse aanvallers mis, zodat De Swaenen aan één doelpunt genoeg had om op voorsprong te komen.

In het tweede kwart liep het veel beter bij NVA/HHC. Treffers van Peter Schoberer, René Janssen, die een redelijk debuut maakte, en schutter Ruud Cloeck keerden het tij. Een ongelukkige laatste periode betekende, dat NVA/HHC evenals het succesvolle vorige seizoen met een nederlaag startte. Het werd 6-4.

(ADVER

SPORTIEF

wegenbouw

VERDAM

GROND-, RIOOL- en
bestratingswerk

SPAARNWOUDE tel. 39 08 21

STUKADOORS

sellmeyer

STUVERSTRAAT 16
HAARLEM

tel. 31 50 23

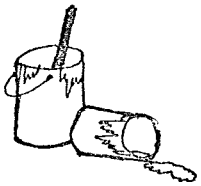
machinaal sloot-maai-
en baggerwerk

H. Bouwens

Kerklaan 5 Haarlem
tel 33 38 63

DROGISTERIJ
PARFUMERIEËN
GLAS/VERFHANDEL

Kees Klomp



Schoterbosstraat 1
HAARLEM
tel. 25 04 16

Bouwbedrijf EDAM bv

SOERABAJA-STRAAT 19 HAARLEM.
tel. 023 - 38 23 30 na 19.00 uur 39 02 06/ 33 33 28
of 02510 26 746

Het adres voor:-Kozijnen, ramen, deuren en trappen
in iedere gewenste houtsoort en maat
zowel geplaatst als ongeplaatst

-Glas-en schilderwerk ook thermophane

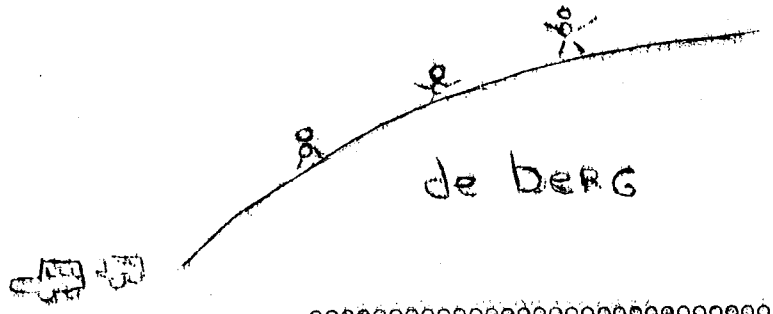
-Het leveren van balkonhekken, kleine
staalconstructies

VRAAGT VRIJBLIJVEND OFFERTE

Lieve sportvrienden.

Ik ben Remco Edam, Ik ben 8 jaar en train nu voor het tweede jaar bij Martha in de groep. Ik vind het erg leuk ondanks, dat we erg hard moeten trainen.
We trainen nou al weer een paar weken.
Ik vond het wel weer even wennen, na al die luiheid de vakantie dus.
Ik vind polo ook erg leuk. Van het polo snap ik nog niet veel, maar dat moet even wennen.
Het leukste vind ik de duintraining met Martha we lachen ons gek met al die spelletjes en het is nog goed ook voor ons.

Groetjes Remco.



99999999999999999999999999999999999

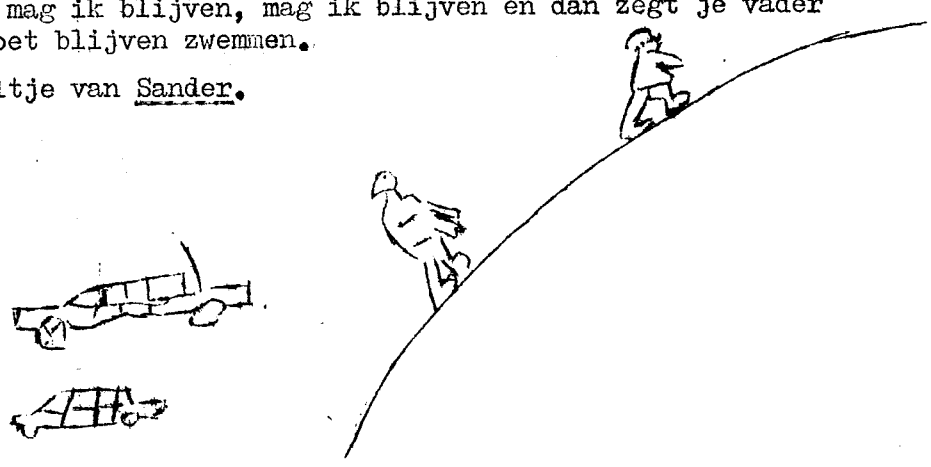
Hallo.

Afgelopen zomer was het niet zulk mooi weer.
Ik hoop toch dat jullie allemaal een fijne vakantie gehad hebben.
De langebanen vond ik erg leuk, ik heb 5 medailles gewonnen en 2 tegeltjes. Ik heb ook meegedaan aan de zwemvierdaagse ook erg leuk, elke avond 1 km toch best wel ver. In januari zit ik alweer 2 jaar op zwemmen
Ik ben op vakantie in Italië geweest. Ik heb daar erg veel gezwommen in het Gardemeer.

Daag Ingrid van de Fits.

Sinds twee weken zit ik op zwemtraining bij Njord.
4 keer in de week zaterdag moet ik de duintraining doen, dan gaan we spelletjes doen, hard lopen, huppelen.
Voordat alles gaan we eerst de berg op rennen, soms gaat er een Mevrouw mee. Martha gaat met ons mee en George met de grotere.
Met zwemmen moeten we eerst even op je buik of op je rug en borstcrawl.
Ik vind alles leuk wat we doen, soms niet zo en als we tien baantjes gedaan hebben dan zegt Martha wat we gaan doen. Met flippers of op je buik of wat anders.
Soms moet je op verjaardag en dan moet je wel eens zwemmen en als het dan tot 6 uur duurt, dan vind je het meestal niet leuk.
Dan zeur je steeds mag ik blijven, mag ik blijven en dan zegt je vader of moeder dat je moet blijven zwemmen.

Dit was het verhaaltje van Sander.



Ik train bij Martha en vind
het erg leuk .
Ik ben al een paar keer wezen
poloën en wedstrijd gezwommen.
De fijnste slagen vind ik vrije
slag en rugslag.

Kees Klomp

ffffffffffffffffffffffffffffffffffffffff

Martha heeft nu een hele grote groep. We hebben nu 2 banen, om te zwemmen. Zaterdags gaan we naar Kraantje Lek.
Dat is leuk en 20 oktober gaan we met Martha naar Egmond aan Zee.
Dat zal ook wel leuk worden.

Esther Huizinga.

1111111111111111111111111111111111111111
4444444444444444444444444444444444444444

Voor de Njordsport schrijven.

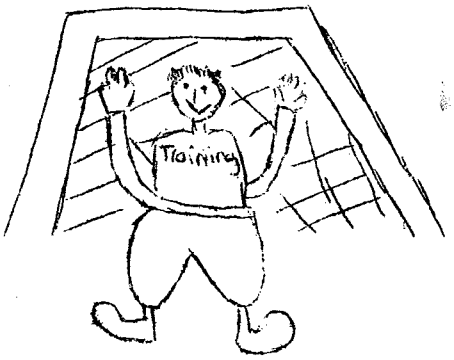
Ik ben Patricia. Ik ben pas op Njord, ik vind iedere dag zwemmen leuk.
Af en toe mogen we flippers aan en dan ga je erg hard.
Maar borstcrawl dat kan ik niet zo goed, maar dat leer ik nog wel.
Zaterdag gaan we naar de duinen daar gaan we trainen en leuke spelletjes doen.

Patricia Heeremans.

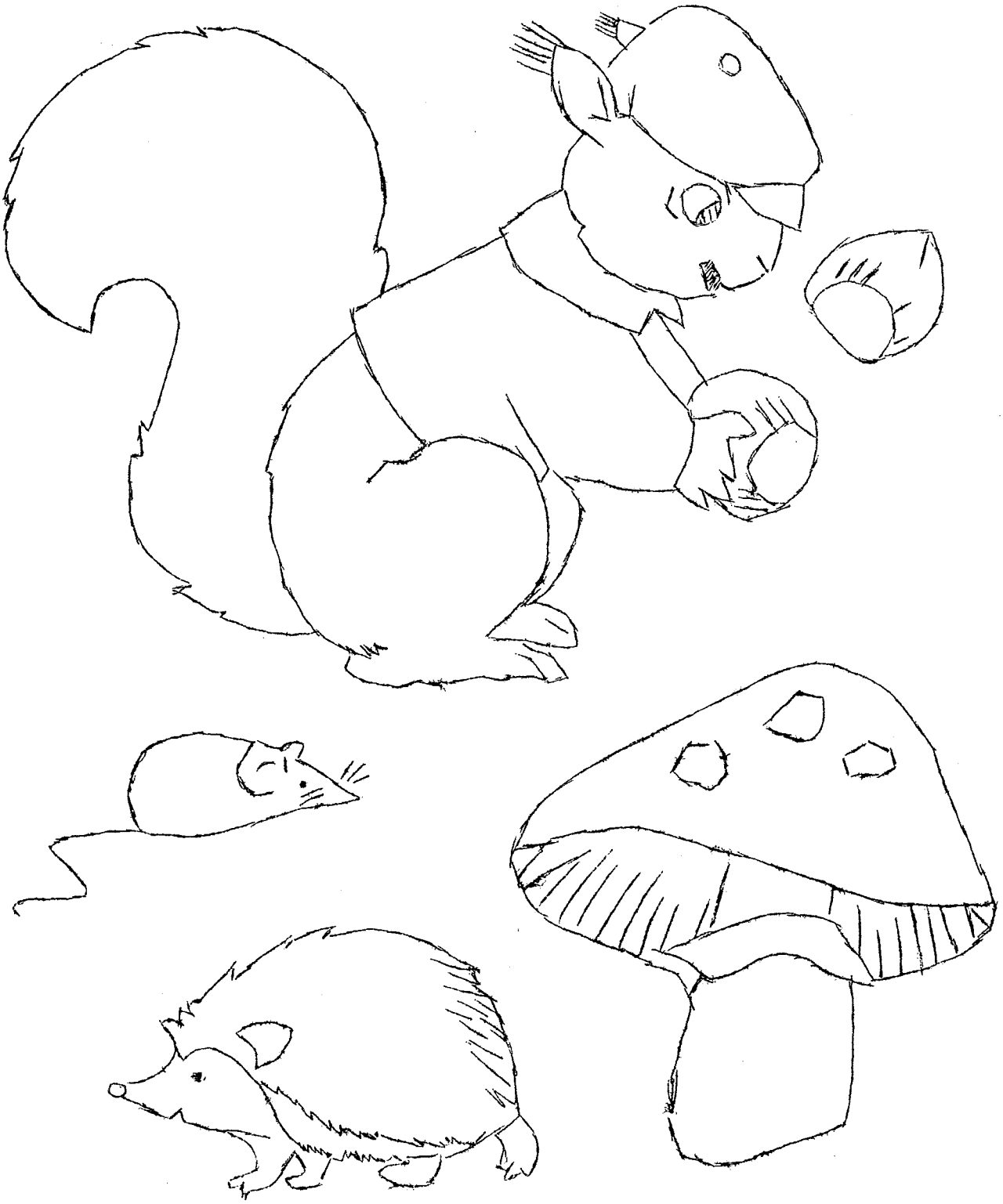
De duintraining.

Elke zaterdagmorgen om tien uur begint de duintraining. Als Martha er is en de kinderen gaat de training beginnen. Dan gaan we eerst naar boven klimmen en dan hard lopen. Op het open stuk aangekomen gaan we spelletjes doen of een speurtocht. De jongens gaan zich verstoppen en de meisjes gaan zoeken. Na de hele morgen zo in de weer te zijn geweest gaan we om 12 uur weer naar huis.

Sander.



KLEURPLAAT

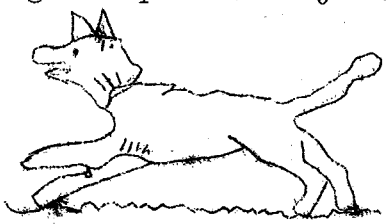


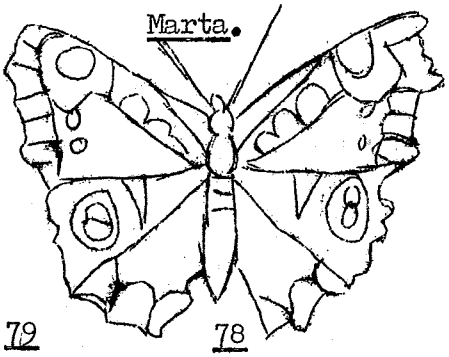
TAY

Martha schrijft..... M-31

Met veel moeite, neem ik de pen weer op om iets te schrijven in onze Nord-sport, want ik wil niet achter blijven bij de altijd weer aanwezige copy van onze trainer.
De bedoeling is, dat ik mij dit nieuwe seizoen bezig hou (trainen) van de B en C-ploeg.
Wij hebben nog niet die hele zware verplichtingen als in de A-ploeg, maar we moeten er wel zijn en zin hebben. Ik zeg altijd: 95% komt van je zelf uit en maar 5 % van de trainer.
Vooral bij die jongere kinderen, moet het zwemmen een plezier zijn, maar tot aan een bepaalde grens.
Als je nu ongeveer anderhalf jaar traint, moet je het op kunnen brengen om ook hard te trainen!
Blijf je dan toch het hele uur spelen, dan zit je zuiver op de verkeerde plaats!
Onze ploeg is in 2 banen verdeeld, waarvan 1 baan, onze betere zwemmers en de andere baan de krabelaars.
Dit is niet lelijk bedoeld, maar deze kleine kinderen van 73, 72, 71 kunnen geen borstcrawl, of al een goede schoolslag zwemmen.
Bij de een gaat dit vrij snel, bij de andere niet. Maar deze kinderen moeten vooral zwemconditie opdoen en dat houd in: Als maar baantjes zwemmen Dat dit weleens vervelend is, is zuiver merkbaar, vandaar dat ze in een dolle bui weleens een beetje meer spelen dan zwemmem.
Dit word oogluikend 15 min toegestaan. Onder water is vaak leuker, dan luisteren naar Martha, die altijd maar weer het zelfde verteld.
Maar als u over een jaar kijkt kent u de krabelaars meestal niet terug, Ze doen mee in wedstrijden en kunnen zich al aardig redden.
Sommigen vallen af, omdat ze gewoon niet meer leuk vinden. In de andere baan (baan1) liggen de kinderen, die 1 jaar trainen en waarvan er ook al een een paar bij zitten, die naar de N.K. en Speedo-Kampioenschappen zijn geweest. Hier is spelen dus niet meer gewenst, tenminste niet in het water, daarvoor gebruiken we de duintraining.
Van deze kinderen, moeten er al een heel stel in het nieuwe seizoen proberen hun limiet te halen.
Dit is niet gemakkelijk, want minstens de helft zwemt na januari onder de 12 jaar en als u daar de tijden van hoort, reizen de haren je te bergen. Maar, we proberen het beste er uit te halen.
Enkele kunnen het nu al niet meer bijhouden, dat is jammer, maar het gebeurt altijd. Verbeeld je, als ze allemaal zo snel gingen zwemmen, dan moesten we een maand N.K. gaan houden. Je hebt toppers, maar ook middenmoten en dat is ook erg belangrijk.
Maar het is wel een heel actieve groep. Ze willen liefst nog een uurtje extra trainen, als ze maar hard gaan.
Dit is ook merkbaar in de duintraining. Mijn groep, was verleden jaar ook altijd aanwezig.
Nu is de duintraining, vind ik, geen uur om hardlopers te kweken.
Het belangrijkste is, dat ze nu eens buiten het zwemmen om met elkaar optrekken. Ze vinden dit zelf ook heel belangrijk, want verleden jaar waren ze goed kwaad als de duintraining niet door ging.
We zijn 15 september begonnen bij Kraantje Lek met een heerlijk zonnetje.
Er stond een speurtocht op het programma. De eerste ploeg moest de andere ploeg opzoeken. Gelukkig zijn ze na 2 uur zelf terug gekomen.
Anders zaten ze nu nog in de duinen. Omdat we niet altijd in het zand willen ploegen en hijgen, hebben we afgesproken om, om de 5 zaterdagen iets anders te doen. Dit spreken we voor die tijd met elkaar af.
Bijv. vrij zwemmen, schaatsen, naar het strand enz. de meeste stemmen gelden.
Het kwartje, wat je voor de duintraining mee moet nemen, is niet om Martha in leven te houden, maar om aan het eind van het jaar iets mee te doen, bijv pannekoeken eten of zo iets...

Nu moet ik eigenlijk stoppen met schrijven, anders krijgt de trainer.... een minderwaardigheidscomplex.
Maar we hebben sinds kort een C-groep en ook deze kinderen zijn belangrijk voor de vereniging.
Maandag van 5.30-6.30 uur 's middags en woensdag van 4.30-5.30 zwemmen deze kinderen. Eigenlijk moesten we daar nog een uur bij hebben, maar dat komt misschien nog wel. De bedoeling is wel, dat je komt. Als je af en toe een keertje komt is niet de bedoeling.
Je moet zorgen, dat je erbij hoort. Of je het nu doet voor het polo of om gewoon harder te zwemmen, maakt niets uit. Maar als ik nu 's woensdags al die opmerkingen hoor van: "Duintrainen is toch niet verplicht" of "Donderdag hoeft toch niet hè". Dan zou ik er niet eens aan beginnen!
De C-groep mag ook 's zaterdags in de duinen komen! Ik heb er twee gezien! Maar misschien verandert dat nog wel.
Verder nog veel plezier in je zwemvereniging.

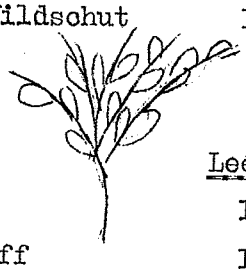




TOP TIEN t/m. SEPTEMBER 1979 OVER 1979 DAMES

RUGSLAG

79	78	Naam	Leeftijd	79	78
1	1	Monique Wildschut	1963	1.08.6	1.08.4
2	7	Sandra van Eekelen	1966	1.12.82	1.19.9
3	5	Hedda Verdam	1965	1.13.5	1.15.6
4	4	Marjolein Phaff	1964	1.14.0	1.15.5
4	2	Monique Bouwens	1962	1.14.0	1.11.3
6	3	Bianca van Bilderbeek	1965	1.14.2	1.14.4
7	6	Ria Willemse	1964	1.14.4	1.18.3
8	9	Babette van Loon	1968	1.20.6	1.24.1
9	-	Hanneke Geurtz	1967	1.21.6	------
10	-	Agnes van Loon	1961	1.22.0	------
Clubrecord: Monique Wildschut			1963	------	1.08.4



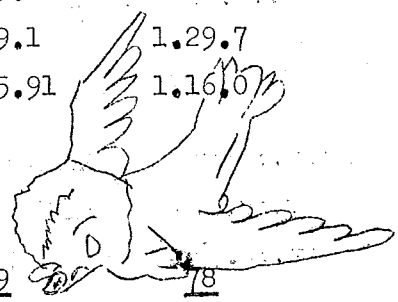
SCHOOLSLAG

79	78	Naam	Leeftijd	79	78
1	1	Ria Willemse	1964	1.15.4 X	1.16.0
2	3	Marjolein Phaff	1964	1.18.9	1.20.0
3	2	Monique Bouwens	1962	1.19.5	1.19.2
4	6	Hedda Verdam	1965	1.22.0	1.23.0
4	5	Chiny Sieverding-Kok	1957	1.22.0	1.22.9
6	8	Monique Wildschut	1963	1.23.5	1.28.4

zie verder volgende pagina

7	4	Linda Boekelaar	1961	1.23.7	1.22.0
8	7	Agnes van Loon	1961	1.26.0	1.26.1
9	-	Sandra van Eekelen	1966	1.29.0	------
10	9	Bianca van Bilderbeek	1965	1.29.1	1.29.7
Clubrecord:		Ria Willemse	1964	1.15.91	1.16.0

X = Record gevestigd op onderlinge wedstrijden.



VLINDERSLAG

79	78	Naam	Leeftijd	79	78
1	1	Marjolein Phaff	1964	1.09.2	1.08.6
2	2	Monique Wildschut	1963	1.09.8	1.11.2
3	6	Hedda Verdam	1965	1.10.0	1.14.2
4	3	Monique Bouwens	1962	1.10.8	1.11.2
5	5	Ria Willemse	1964	1.11.6	1.13.1
6	4	Chiny Sieverding-Kok	1957	1.14.0	1.12.8
7	7	Bianca van Bilderbeek	1965	1.18.5	1.17.9
8	-	Sandra van Eekelen	1966	1.20.2	------
9	8	Agnes van Loon	1961	1.20.5	1.21.8
10	10	Brenda van Poecke	1967	1.21.0	1.26.4
Clubrecord:		Marjolein Phaff	1964	------	1.08.6

VRIJE SLAG

79	78	Naam	Leeftijd	79	78
1	1	Hedda Verdam	1965	1.00.24	1.01.1
2	4	Marjolein Phaff	1964	1.01.9	1.02.1
3	3	Monique Wildschut	1963	1.02.0	1.02.0
4	6	Agnes van Loon	1961	1.02.5	1.02.8
5	5	Monique Bouwens	1962	1.03.3	1.02.5
6	2	Chiny Sieverding-Kok	1957	1.03.7	1.01.6
7	7	Bianca van Bilderbeek	1965	1.04.9	1.04.1
8	8	Ria Willemse	1964	1.05.1	1.06.8
9	10	Sandra van Eekelen	1966	1.05.6	1.10.0
10	-	Brenda van Poecke	1967	1.07.2	------
Clubrecord:		Hedda Verdam	1965	1.00.24	1.01.1

Deze lijsten maken wel duidelijk, dat er nog teveel "gevestigde" namen op de ranglijsten voorkomen. Slechts Sandra van Eekelen heeft zich op behoorlijke wijze in de Top Tien weten te klasseren.
Ik hoop, dat tijdens de laatste drie maanden van het jaar het beeld nog wat bijgespijkerd word.
Toch kunnnen wij tevreden zijn met de ontwikkeling. Succes de komende drie maanden jongelui!

George.

W E D S T R IJ D - A G E N D A:

x 27 Oct.:B.C.-competitie: Floraparkbad in Amsterdam. Org. "De Dolfijn"
aanvang 15.30 uur; inzwemmen 15.00; kosten f.2.00

28 Oct.:A.-competitie: De Planeet. Org. Njord '59
aanvang 15.30 uur; inzwemmen 15.00 uur; kosten f.1.50

4 Nov.:Jeugd-competitie: zwembad "De Dolfijn" in Assendelft. Org. A.Z.V.D.
aanvang 15.30 uur; inzwemmen 15.00 uur; kosten f.1.50

11 Nov.:Winterclubkampioenschappen o.10; o.12 en o.14 in Leiden.Aanv. 12.30 u.

24 Nov.:B.C.-competitie: Floraparkbad in Amsterdam. Org. "De Dolfijn"

25 Nov.:A.-competitie: Den Helder. Org. Zeemacht.
aanvang nog niet bekend

2 Dec.:Jeugd-competitie: "De Biezem" in Laren NH. Org. .K.A.Z. 1870
aanvang 16.30; inzwemmen 16.15 uur; kosten f.2.-

9 Dec.:Clubkampioenschappen senioren in Leiden. Aanvang 14.45 uur

23 Dec.:Kringwedstrijden in "De Planeet". Org. Njord
aanvang 15.30 uur; inzwemmen 15.00; kosten f. 1.50

20 Jan.:A.-competitie: De Planeet. Org. H.P.C.
aanvang 15.30 uur; inzwemmen 15.00 uur; kosten ?

26 Jan.:B.C.-competitie: "De Duinpan" in Zandvoort. Org. H.P.C.
aanvang e.d. nog niet bekend

17 Feb.:Njord-wedstrijden in De Planeet.
aanvang 15.30 uur; inzwemmen 15.00 uur; kosten f.1.50

15,16 en 17 Febr.: adspiranten winter-kampioenschappen

24 Feb.: kringwedstrijden van "De Kroosduikers"

29 Feb., 1 en 2 Maart: nationale winterkampioenschappen

16 Maart: A.-competitie in Amsterdam. Org. "'t IJ"

23 Maart: B.C.-competitie: "De Planeet". Org. Njord '59
aanvang 15.30 u.; inzwemmen 15 uur; kosten f.1.50

13 April: Njord-wedstrijden in "De Planeet"
aanvang 15.30 u.; inzwemmen 15.00; kosten f. 1.50

x 21 Oct. Kringwedstrijden H.P.C. - Njord '59 - Zeemacht. Aanv.:15.30 Kosten f. 2.--
De Planeet.

Z O N D A G - training:

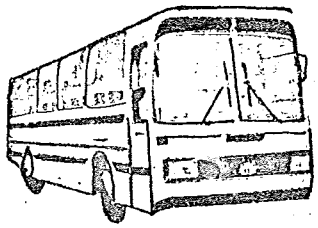
Op Zondag 4 November; 3 Februari en 4 Mei vindt de training van 7.30 tot 9.30 niet plaats. Dit in opdracht van Sport- en Jeugdzaken

D E G R O T E C L U B A C T I E 1979:

28 leden hebben spontaan meegeholpen om 1000 loten te verkopen. Hopenlijk valt de hoofdprijs op 19 December in onze vereniging, doch wanneer dit niet het geval mag zijn, dan is onze club-kas weer een aardig centje rijker!
De top-verkoopster is geworden: ESTHER KLEINE. Zij kan haar prijs in ontvangst nemen t.w. een Njord-sweater of een badpak.
Gefeliciteerd, Esther!!

JOS BULTERS
DE GROENTEMAN
maasstraat 12 haarlem
tel: 37 32 71

autorijschool tel: 38 15 99
LANDMAN Haarlem
spaarnhovenstraat 29



Touringcarbedrijf KEESSEN
KALKOVENWEG 17
ALPHEN AAN DEN RIJN
TELEFOON 01720 - 44838

Voor kwaliteit
vlees en
fijne vleeswaren naar

TEN WOLDE
STUYVESANTSTRAAT 63
tel: 25 57 05 HAARLEM

HUYG
SPORT
Gen. Cronjêstraat 143
Haarlem tel. 26 54 80
Voor al Uw zwem- en badkleding
ook badjassen.
SPEEDO - ARENA - ADIDAS
zwembroeken bikini's slippers

LAS-, DRAAI-, FRAIS-,
EN REPARATIE WERKZAAMHEDEN
Gé Wildschut
IJMUIDEN tel. 02550
16381

terras

DE PLANEET

VOOR EEN LEKKER
KOP KOFFIE

rijwielen
bromfietsen

VOOR HET SNELLERE EN
BETERE WERK

PUT bv

Byzantiumstraat 26
tel: 35 02 35 bgg. 37 04 80

Modelslagerij

J. W. WILLEMSE

1e kwaliteit is onze reclame

FLORESSTRAAT 17 HAARLEM
tel: 25 10 85

ZEEFDRUKKERIJ Nobelstraat 8
Heerhugowaard

SILK SCREEN
HOLLAND

wij bedrukken alle materialen
ook voor Uw stickers tot
maximaal formaat

tel: 02207 15762

PIM JANSSEN

SPORTHUIS
GED. OUDE GRACHT 62

NJORD leden 10 % korting

Alles op sportgebied

tel: 31 01 35

AUTOMOBIELBEDRIJF tel:262284

A. Busscher

MARNIXSTR
115-117

OCCASIONS
met
BOVAG
GARANTIE

BANDEN
ACCU'S
POETSEN..
POETSMIDDELEN
AUTOWASSEN
ONDERHOUD
REPARATIE
OLIE VERVERSEN

1e Ontmoeting Jeugdcompetitie te Zaandam op 9-9-1979.

200 m. wisselslag meisjes onder 14 jaar.

1	Hedda Verdam	tijd:	2.32.8	
2	Sandra van Eekelen	"	2.45.3	
3	Esther Kleine	"	2.55.4	

100 m. schoolslag meisjes 1970/71.

1	Esther Huizinga	tijd:	1.40.0	P.R.
2	Yvonne Straathof	"	1.47.5	P.R.
	Michèle Geurtz	"	1.39.2	(dis.)

100 m. schoolslag jongens 1970/71.

1	Marco Melein	tijd:	1.54.0	P.R.
2	Sandre Wiessner	"	1.54.5	
	Niels Rookhuiszen	"	2.05.7	(dis.)

100 m. vrijeslag meisjes 1969.

1	Sylvia van Eekelenn	tijd:	1.18.4	
2	Ingrid van der Fits	"	1.27.9	P.R.
	Sandra Klomp	"	1.37.7	

100 m. vrijeslag jongens 1969.

1	Nico Wempe	tijd:	1.16.6	
3	Stefan Kleine	"	1.26.0	
	Jeroen Busscher	"	1.36.9	

100 m. rugslag meisjes 1968.

1	Babette van Loon	tijd:	1.22.5	
	Petra Hillenius	"	1.37.4	
	Ingrid Bodenstaff	"	1.46.3	

100 m. rugslag jongens 1968.

3	Richard Roest	tijd:	1.34.6	
	Eddy Hanenberg	"	1.43.4	
	Kees Klomp	"	1.44.0	P.R.

100 m. vlinderslag meisjes 1967.

1	Brenda van Poecke	tijd:	1.25.0	
2	Hanneke Geurtz	"	1.39.0	
	Monique Lekx	"	1.51.9	(dis.)

100 m. vlinderslag jongens 1967.

1	Eric Melein	tijd:	1.36.4	P.R.
2	Sanne Verdam	"	1.39.9	P.R.

100 m. schoolslag meisjes 1966.

1	Sandra van Eekelen	tijd:	1.29.6	P.R.
2	Esther Kleine	"	1.32.7	
3	Bionda Doppenberg	"	1.37.5	P.R.

vervolg Zaandam.

100 m. schoolslag jongens 1966.

2	Menno Goedemans	tijd: 1.39.9

100 m. vrijeslag meisjes 1965.

1	Hedda Verdam	tijd: 1.02.3
	Sylvia Kessens	" 1.19.2
	Ingrid Stam	" 1.21.5

100 m. vrijeslag jongens 1965.

	Joy van Loon	tijd: 1.19.8
	Erik Breems	" 1.28.4
	Huub Joosten	" 1.49.9

4 x 100 m. vrijeslag estafette m.o. 12 jaar.

1	Njord '59	tijd: 5.05.6

4 x 100 m. vrijeslag estafette j.o. 12 jaar.

1	Njord '59	tijd: 5.11.5

er werden 9 persoonlijke records verbeterd.

X-X-X-

CLUBKAMPIOENSCHAPPEN op 24 en 25 september 1979.

		100 m. rug	100 m. school	100 m. vlinder	100 m. vrij	totaal	
1	Marjolein Phaff	1.14.0	1.20.2	1.09.2	1.01.9	285.3	(2 P.R.)
2	Ria Willemse	1.14.4	1.15.4	1.11.6	1.05.1	286.5	(4 P.R.)
3	Monique Bouwens	1.14.0	1.19.5	1.10.8	1.03.3	287.6	(1 P.R.)
4	Hedda Verdam	1.13.5	1.23.1	1.10.0	1.01.2	287.8	(2 P.R.)
5	Monique Wildschut	1.12.2	1.23.5	1.09.8	1.02.6	288.1	(2 P.R.)
6	Chiny Sieverding	1.22.0	1.23.7	1.14.0	1.04.5	304.2	
7	Bianca v.Bilderbeek	1.14.2	1.29.1	1.18.5	1.04.9	306.7	
8	Sandra v.Eekelen	1.14.8	1.29.0	1.20.6	1.06.0	310.5	(1 P.R.)
9	Agnes van Loon	1.22.0	1.26.0	1.20.5	1.03.1	311.6	(3 P.R.)
10	Brenda v.Poecke	1.24.0	1.33.3	1.21.0	1.07.2	325.5	(2 P.R.)
11	Esther Kleine	1.25.2	1.30.3	1.32.0	1.12.5	340.0	(2 P.R.)
12	Ingrid Stam	1.26.0	1.32.2	1.33.7	1.19.6	351.5	(1 P.R.)
13	Hanneke Geurtz	1.25.3	1.38.4	1.39.5	1.16.0	359.2	(1 P.R.)
14	Babette van Loon	1.24.8	1.43.7	1.41.7	1.18.4	368.6	(2 P.R.)
15	Sylvia van Eekelen	1.24.1	1.47.2	1.41.6	1.16.0	368.9	(2 P.R.)
16	Sylvia Kessens	1.33.2	1.38.4	1.39.0	1.17.9	374.5	
17	Petra Hillenius	1.41.9	1.31.6	1.43.9	1.19.8	377.2	(1 P.R.)
18	Esther Boekelaar	1.40.5	1.35.9	1.51.4	1.20.4	388.2	(3 P.R.)
19	Monique Lekx	1.36.6	1.39.0	1.55.0	1.19.1	389.7	
20	Karin Rookhuiszen	1.48.0	1.43.7	1.50.4	1.28.9	411.0	(1 P.R.)
1	René de Vries	1.08.8	1.17.4	1.12.4	1.01.5	280.1	
2	Mario Modder	1.16.6	1.21.1	1.12.4	56.9	286.9	(3 P.R.)
3	Michael v.Bakel	1.14.0	1.19.1	1.14.4	1.01.8	289.3	(3 P.R.)
4	Eric Melein	1.29.8	1.36.6	1.35.8	1.17.8	360,o	(1 P.R.)
5	Nico Wempe	1.30.6	1.37.1	1.36.0	1.16.5	360.2	
6	Jan W.Sellmeijer	1.37.7	1.32.2	1.40.0	1.19.0	368.9	(3 P.R.)
7	Stefan Kleine	1.39.1	1.49.8	1.50.0	1.21.0	399.9	(3 P.R.)
	Ronald Stam	1.19.9 (dis.)	1.16.0	1.18.6	1.01.7	-----	(1 P.R.)

50 m. rugslag.

Sylvia v.d.Meye de Bie	tijd:	54.0
Remco Edam	"	56.6
Niels Rookhuiszen	"	58.4
Marjanne Koot	"	1.06.4
Dimitri Bouwens	"	1.10.0
Imelda Faassen	"	1.12.5
Babette Kan	"	1.15.5
Marjon de Vries	"	1.17.0
Erik Wempe	"	1.20.8
Brigitte v. Poecke	"	1.21.2
Xander Leuven	"	1.24.0
Patricia Heeremans	"	1.27.7
Martin Straathof	"	1.38.5
Sandra v.d. Fits	"	2.12.2

50 m. vlinderslag.

Eddy Hanenberg	tijd:	50.5	P.R.
Annemarie Sellmeijer	"	45.1	P.R.
Jeroen Busscher	"	53.6	
Sander Wiessner	"	55.5	
Esther Huizinga	"	58.4	
Yvonne Straathof	"	58.6	P.R.
Kees Klomp	"	58.2	
Ingrid v.d. Fits	"	59.1	
Niels Rookhuiszenn	"	59.8	
Remco Edam	"	60.7	
Marjon de Vries	"	1.01.5	
Dimitri Bouwens	"	1.13.2	
Brigitte van Poecke	"	1.22.0	

50 m. vrijeslag.

Sylvia v.d. Meye de Bie	tijd:	44.5	
Niels Rookhuiszen	"	46.9	
Brigitte van Poecke	"	52.2	
Marjon de Vries	"	53.2	
Marjanne Koot	"	55.5	
Imelda Faassen	"	56.2	
Dimitri Bouwens	"	1.01.1	
Babette Kan	"	1.06.5	
Xander Leuven	"	1.06.5	
Eric Wempe	"	1.09.2	
Sandra van der Fits	"	1.29.8	
Martin Straathof	"	1.36.0	
Patricia Heeremans	"	1.30.0	(dis.)

100 m. rugslag.

Anita Overdijk	tijd:	1.35.3	
René Sijm	"	1.36.5	
Yvonne Straathof	"	1.43.0	P.R.
Marcel Poelgeest	"	1.44.9	
Eddy Hanenberg	"	1.45.4	
Ingrid van der Fits	"	1.46.5	
Esther Huizinga	"	1.46.8	
Kees Klomp	"	1.47.2	
Sander Wiessner	"	1.47.4	
Erik Breems	"	1.49.5	
Bionda Doppenberg	"	1.50.8	
Monique Hol	"	1.53.3	
Sylvia Weijers	"	1.54.0	P.R.
Annemarie Sellmeijer	"	1.59.0	
Raimond Sijm	"	2.05.0	
Cato Meijering	"	2.29.0	

100 m. schoolslag.

Esther Huizinga	tijd:	1.39.2	P.R.
Annemarie Sellmeijer	"	1.43.5	P.R.
Eddy Hanenberg	"	1.47.3	
Yvonne Straathof	"	1.49.2	
Ingrid van der Fits	"	1.51.0	
Jeroen Busscher	"	1.51.1	
Sander Wiessner	"	1.58.0	
Kees Klomp	"	2.00.0	
Erik Wempe	"	2.04.3	
Niels Rookhuiszen	"	2.05.0	
Dimitri Bouwens	"	2.12.0	
Brigitte van Poecke	"	2.17.0	P.R.
Babette Kan	"	2.21.3	
Imelda Faassen	"	2.28.0	
Patricia Heeremans	"	2.22.9	
Xander Leuven	"	2.33.0	
Martin Straathof	"	2.40.5	
Sandra van der Fits	"	3.09.0	
Remco Edam	"	1.52.8	(dis.)
Marjon de Vries	"	2.02.2	(dis.)

100 m. vrijeslag.

Anita Overdijk	tijd:	1.19.0	
Erik Breems	"	1.23.8	
Bionda Doppenberg	"	1.22.5	
René Sijm	"	1.22.0	
Marcel Poelgeest	"	1.27.0	
Eddy Hanenberg	"	1.27.6	P.R.
Ingrid van der Fits	"	1.30.0	
Yvonne Straathof	"	1.30.0	P.R.
Raimond Sijm	"	1.32.4	
Sander Wiessner	"	1.33.1	
Monique Hol	"	1.34.5	
Sylvia Weijers	"	1.34.8	P.R.
Kees Klomp	"	1.38.9	P.R.
Annemarie Sellmeijer	"	1.39.1	P.R.
Esther Huizinga	"	1.40.5	
Cato Meijering	"	2.00.0	

er werden 44 persoonlijke records verbeterd.
==

X-X-X-

Nationale Zwemkampioenschappen 1980

In 1980 zullen zoals gebruikelijk nationale zwemkampioenschappen worden verzwommen. Dit jaar, i.v.m. de Olympische Spelen van Moskou, zullen in de zomer echter Zomerkampioenschappen worden georganiseerd. De Nederlandse zullen in 1980 de winterkampioenschappen worden. Een zwemmer kan dus tijdens de winterkampioenschappen kampioen worden en dan is hij De Nederlandse zwemkampioen van 1980. In voorgaande jaren was hij winterkampioen.
Tijdens de zomer van 1980 kan een zwemmer "slechts" zomerkampioen worden. Vermoedelijk zullen deze Zomerkampioenschappen wederom te Amersfoort worden gehouden, waardoor wij uiteraard weer naar hotel "De Prom" in Baarn zullen gaan. Het ligt in de bedoeling om komend jaar op dinsdagavond reeds te vertrekken, zodat er 3 trainingsdagen in Amersfoort plaats kunnen vinden.
Het programma van deze Zomerkampioenschappen ziet er als volgt uit:

zaterdag 12 juli:	jaargangskampioenschappen			limiet
series 9.30 uur	1.	200 m	rugslag m '67	2.42.0
	2.	200 m	rugslag m '66	2.41.0
	3.	200 m	rugslag m '65	2.39.0
	4.	200 m	rugslag m '64	2.37.0
	5.	200 m	rugslag dames	2.34.0
	6.	100 m	vlinderslag j '67	1.14.0
	7.	100 m	vlinderslag j '66	1.11.0
	8.	100 m	vlinderslag j '65	1.08.0
	9.	100 m	vlinderslag j '64	1.06.0
	10.	100 m	vlinderslag heren	1.02.0
	11.	200 m	schoolslag m '67	3.06.0
	12.	200 m	schoolslag m '66	3.03.0
	13.	200 m	schoolslag m '65	3.01.0
	14.	200 m	schoolslag m '64	3.00.0
	15.	200 m	schoolslag dames	2.56.0
	16.	400 m	vrije slag j '67	4.54.0
	17.	400 m	vrije slag j '66	4.46.0
	18.	400 m	vrije slag j '65	4.36.0
	19.	400 m	vrije slag j '64	4.32.0
	20.	400 m	vrije slag heren	4.20.0
series 14.30 uur	21.	100 m	vrije slag m o 10	1.19.0
	22.	100 m	rugslag j o 10	1.30.0
	23.	100 m	schoolslag m '69	1.33.0
	24.	100 m	schoolslag m '68	1.29.0
	25.	100 m	vlinderslag j '69	1.25.0
	26.	100 m	vlinderslag j '68	1.20.0

finales 17.30 uur de nrs. 27 t/m 30 vormen de finales van de 's morgens verzwommen series.

	31.	4 x 200 m	vrije slag est. m o 16	9.32.0
	32.	4 x 100 m	wisselslag est. j o 16	4.42.0

zondag 13 juli:	jaargangskampioenschappen			
series 9.30 uur	33.	200 m	rugslag j '67	2.41.0
	34.	200 m	rugslag j '66	2.34.0
	35.	200 m	rugslag j '65	2.29.0
	36.	200 m	rugslag j '64	2.27.0
	37.	200 m	rugslag heren	2.21.0
	38.	100 m	vlinderslag m '67	1.14.0
	39.	100 m	vlinderslag m '66	1.12.0
	40.	100 m	vlinderslag m '65	1.11.0
	41.	100 m	vlinderslag m '64	1.10.0
	42.	100 m	vlinderslag dames	1.09.0
	43.	200 m	schoolslag j '67	3.00.0
	44.	200 m	schoolslag j '66	2.56.0
	45.	200 m	schoolslag j '65	2.51.0

	46.	200 m	schoolslag j '64	2.48.0
	47.	200 m	schoolslag heren	2.40.0
	48.	400 m	vrije slag m '67	4.56.0
	49.	400 m	vrije slag m '66	4.52.0
	50.	400 m	vrije slag m '65	4.48.0
	51.	400 m	vrije slag m '64	4.42.0
	52.	400 m	vrije slag dames	4.38.0
series 14.30 uur	53.	400 m	vrije slag m o 10	5.54.0
	54.	100 m	vrije slag j o 10	1.17.0
	55.	100 m	rugslag m '69	1.23.0
	56.	100 m	rugslag m '68	1.19.0
	57.	100 m	schoolslag j '69	1.33.0
	58.	100 m	schoolslag j '68	1.29.0

finales 17.30 uur de nrs. 59 t/m 62 vormen de finales van de 's morgens verzwommen series.

63.	4 x 200 m	vrije slag est. j o 16	9.08.0
64.	4 x 100 m	wisselslag est. m o 16	4.56.0

<u>maandag 14 juli</u>: jaargangskampioenschappen

series 9.30 uur	65.	100 m	rugslag m '67	1.16.0
	66.	100 m	rugslag m '66	1.14.0
	67.	100 m	rugslag m '65	1.13.0
	68.	100 m	rugslag m '64	1.12.0
	69.	100 m	rugslag dames	1.11.0
	70.	200 m	vrije slag j '67	2.20.0
	71.	200 m	vrije slag j '66	2.15.0
	72.	200 m	vrije slag j '65	2.10.0
	73.	200 m	vrije slag j '64	2.08.0
	74.	200 m	vrije slag heren	2.02.0
	75.	200 m	vlinderslag m '67	2.46.0
	76.	200 m	vlinderslag m '66	2.42.0
	77.	200 m	vlinderslag m '65	2.39.0
	78.	200 m	vlinderslag m '64	2.36.0
	79.	200 m	vlinderslag dames	2.30.0
	80.	400 m	wisselslag pers. j '67	5.41.0
	81.	400 m	wisselslag pers. j '66	5.27.0
	82.	400 m	wisselslag pers. j '65	5.20.0
	83.	400 m	wisselslag pers. j '64	5.16.0
	84.	400 m	wisselslag pers. heren	5.00.0
series 14.30 uur	85.	100 m	vlinderslag m o 10	1.36.0
	86.	400 m	vrije slag j o 10	5.54.0
	87.	100 m	vrije slag m '69	1.12.0
	88.	100 m	vrije slag m '68	1.09.0
	89.	100 m	rugslag j '69	1.23.0
	90.	100 m	rugslag j '68	1.19.0

finales 17.30 uur de nrs. 91 t/m 94 vormen de finales van de 's morgens verzwommen series.

95.	4 x 100 m	vrije slag est. m o 16	4.22.0
96.	4 x 100 m	vrije slag est. j o 16	4.08.0

<u>dinsdag 15 juli</u>: jaargangskampioenschappen

series 9.30 uur	97.	100 m	rugslag j '67	1.15.0
	98.	100 m	rugslag j '66	1.11.0
	99.	100 m	rugslag j '65	1.09.0
	100.	100 m	rugslag j '64	1.08.0
	101.	100 m	rugslag heren	1.05.0
	102.	200 m	vrije slag m '67	2.22.0
	103.	200 m	vrije slag m '66	2.19.0

	104.	200 m	vrije slag m '65	2.17.0
	105.	200 m	vrije slag m '64	2.15.0
	106.	200 m	vrije slag dames	2.13.0
	107.	200 m	vlinderslag j '67	2.46.0
	108.	200 m	vlinderslag j '66	2.39.0
	109.	200 m	vlinderslag j '65	2.32.0
	110.	200 m	vlinderslag j '64	2.29.0
	111.	200 m	vlinderslag heren	2.19.0
	112.	400 m	wisselslag pers. m '67	5.46.0
	113.	400 m	wisselslag pers. m '66	5.38.0
	114.	400 m	wisselslag pers. m '65	5.34.0
	115.	400 m	wisselslag pers, m '64	5.30.0
	116.	400 m	wisselslag pers. dames	5.24.0
series 14.30 uur	117.	100 m	rugslag m o 10	1.30.0
	118.	100 m	schoolslag j o 10	1.39.0
	119.	400 m	vrije slag m '69	5.26.0
	120.	400 m	vrije slag m '68	5.10.0
	121.	100 m	vrije slag j '69	1.12.0
	122.	100 m	vrije slag j '68	1.09.0

finales 17.30 uur de nrs. 123 t/m 126 vormen de finales van de 's morgens verzwommen series.

	127.	4 x 200 m	vrije slag est. heren	8.40.0
	128.	4 x 100 m	vrije slag est. dames	4.18.0

<u>woensdag 16 juli</u>: jaargangskampioenschappen

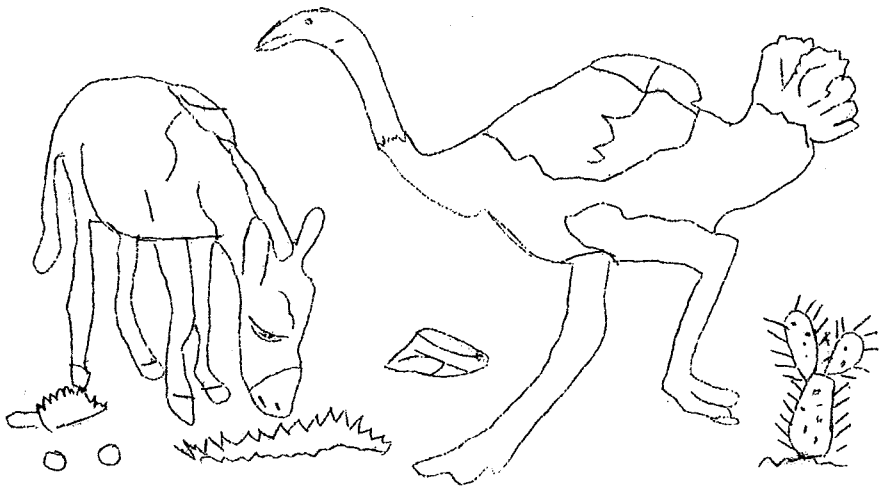
series 9.30 uur	129.	100 m	vrije slag j '67	1.04.5
	130.	100 m	vrije slag j '66	1.01.5
	131.	100 m	vrije slag j '65	59.5
	132.	100 m	vrije slag j '64	58.5
	133.	100 m	vrije slag heren	56.0
	134.	200 m	wisselslag pers. m '67	2.42.0
	135.	200 m	wisselslag pers. m '66	2.39.0
	136.	200 m	wisselslag pers. m '65	2.37.0
	137.	200 m	wisselslag pers. m '64	2.35.0
	138.	200 m	wisselslag pers. dames	2.33.0
	139.	100 m	schoolslag j '67	1.24.0
	140.	100 m	schoolslag j '66	1.20.0
	141.	100 m	schoolslag j '65	1.18.0
	142.	100 m	schoolslag j '64	1.17.0
	143.	100 m	schoolslag heren	1.13.0
	144.	800 m	vrije slag m '67	10.12.0
	145.	800 m	vrije slag m '66	10.04.0
	146.	800 m	vrije slag m '65	9.50.0
	147.	800 m	vrije slag m '64	9.44.0
	148.	800 m	vrije slag dames	9.36.0
series 14.30 uur	149.	100 m	schoolslag m o 10	1.39.0
	150.	100 m	vlinderslag j o 10	1.36.0
	151.	100 m	vlinderslag m '69	1.25.0
	152.	100 m	vlinderslag m '68	1.20.0
	153.	400 m	vrije slag j '69	5.26.0
	154.	400 m	vrije slag j '68	5.10.0
finales 17.30 uur	155.	100 m	vrije slag jongens en heren	
	156.	200 m	wisselslag pers. meisjes en dames	
	157.	100 m	schoolslag jongens en heren	
	158.	800 m	vrije slag meisjes en dames: de 2 snelste series	
	159.	4 x 100 m	vrije slag est. heren	3.54.0
	160.	4 x 100 m	wisselslag est. dames	4.52.0

donderdag 17 juli: jaargangskampioenschappen

series 9.30 uur	161.	100 m	vrije slag m '67	1.05.5
	162.	100 m	vrije slag m '66	1.04.5
	163.	100 m	vrije slag m '65	1.03.5
	164.	100 m	vrije slag m '64	1.02.5
	165.	100 m	vrije slag dames	1.01.5
	166.	200 m	wisselslag pers. j '67	2.40.0
	167.	200 m	wisselslag pers. j '66	2.33.0
	168.	200 m	wisselslag pers. j '65	2.28.0
	169.	200 m	wisselslag pers. j '64	2.26.0
	170.	200 m	wisselslag pers. heren	2.21.0
	171.	100 m	schoolslag m '67	1.26.0
	172.	100 m	schoolslag m '66	1.25.0
	173.	100 m	schoolslag m '65	1.24.0
	174.	100 m	schoolslag m '64	1.23.0
	175.	100 m	schoolslag dames	1.22.0
	176.	1500 m	vrije slag j '67	19.20.0
	177.	1500 m	vrije slag j '66	18.45.0
	178.	1500 m	vrije slag j '65	18.25.0
	179.	1500 m	vrije slag j '64	18.05.0
	180.	1500 m	vrije slag heren	17.15.0
series 17.30 uur	181.	800 m	vrije slag m '69	11.10.0
	182.	800 m	vrije slag m '68	10.40.0
	183.	800 m	vrije slag j '69	11.10.0
	184.	800 m	vrije slag j '68	10.40.0
finales 17.30 uur	185.	100 m	vrije slag meisjes en dames	
	186.	200 m	wisselslag pers. jongens en heren	
	187.	100 m	schoolslag meisjes en dames	
	188.	1500 m	vrije slag jongens en heren: de 2 snelste series	
	189.	4 x 200 m	vrije slag est. dames	9.16.0
	190.	4 x 100 m	wisselslag est. heren	4.26.0

Zoals iedereen kan zien, is het programma rond en ziet het er in grote lijnen uit zoals het vorig jaar. Ook de limieten zijn nauwelijks scherper gesteld. Mede daarom, kan ik als trainer nu reeds stellen, dat het aantal toch zeker in de 20 moet komen te liggen. 20 deelnemers/sters aan de nationale Zomerkampioenschappen moet toch haalbaar zijn.
Neem deze, of althans de belangrijkste tijden voor een ieder over en kijk regelmatig hoe ver je bent. Veel succes!

George.



KEN JE SPORT!!!!!!!

De beloofde wedstrijd SPELREGELKENNIS is van start gegaan. Onze jongsten, de pupillen in de jaargangen 1968-1969-1970-1971-1972 en 1973 hebben deze maand een vragenlijst gehad met een tiental algemene waterpolovragen.
Ik zal in deze maandelijks terugkerende rubriek, de antwoorden plaatsen en tevens de tussenstand, de top-tien, opnemen. Aan het einde van het seizoen krijgen de prijswinnaars een leuke prijs.
De volgende vragenlij st zit achter in deze clubkrant en moet vóór 1 november weer bij mij worden ingeleverd.
Er kan geprotesteerd worden tegen mijn antwoorden. Uiteindelijk ben ik ook geen spelregelspecialist.
Tenslotte wil ik deze wedstrijd uitbreiden voor iedereen. Iedereen mag vanaf nu meedoen, spelers, trainers, coaches, scheidsrechters, supporters, kortom iedereen. Voor de pupillenblijft een aparte ranglijst en een ranglijst voor de rest van de vereniging. Ook voor hen leuke prijsjes.

DOEL: Iedereen meer te betrekken bij de regels welke aan onze sport worden gesteld en de voorwaarden waaraan moet worden voldaan en de materialen welke worden gebruikt. Veel plezier met de volgende ronde.

Ronde 1

Vraag 1: Hoeveel spelers, de keepers niet meegerend, liggen er tijdens een wedstrijd gelijk in het water?
Antwoord: 12

Vraag 2: Wanneer mag een speler gewisseld worden?
Antwoord: a. Tijdens een rustperiode.
b. Na een doelpunt, voordat het spel is hervat.
c. Na 45 sec. nadat een speler voor de duur van de wedstrijd met vervanging het water moet verlaten.

Vraag 3: Bij een doelpunt, wordt de bal..... genomen door de ploeg waartegen is gescoord.
Antwoord: Middenuit

Vraag 4: Wat is de 4-meter lijn?
Antwoord: a. De lijn op 4 meter vanaf de dichtstbijzijnde achterlijn
b. De lijn waar vanaf op het dichtstbijzijnde doel een strafworp moet worden genomen.
c. De lijn waarbinnen de keeper, liggend in het verst afgelegen doel, de bal niet mag gooien.

Vraag 5: Wat is een hoekworp (corner)?
Antwoord: Een vrij bal op de 2-meter lijn in één der uiterste hoeken voor de aanvallende partij, nadat de bal door of via een speler of keeper van de verdedigende partij, de achterlijn, met uitzondering van het doelvlak, is gepasseerd.

Vraag 6: Waar moet deze hoekworp (corner) worden genomen?
Antwoord: In één der twee uiterste hoeken van de kruising der 2-meter lijn en de zijlijn, eventueel zijwand.

Vraag 7: Wat betekent het signaal (toeter, fluit, bel) dat vlak voor het einde van de wedstrijd wordt gegeven?
Antwoord: Het signaal voor het begin van de laatste speelminuut in de laatste spelperiode.

Vraag 8: Hoe lang spelen de Dames I van Njord '59 in de eerste klasse (netto)
Antwoord: 4 x 5 minuten netto.

zie verder volgende pagina

Vraag 9: Hoeveel vlaggen hebben de scheidsrechters en jury tot hun beschikking?
Antwoord: 8 en of 9 t.w.:
rood en wit op iedere hoek totaal 4
wit en blauw voor de scheidsrechter 1, 2 mag ook
rood wit en blauw voor de jurytafel 3

Vraag 10: Als de wedstrijd begint. Waar liggen dan de spelers?
Antwoord: Tegen hun eigen achterlijn.

Zo, dit was de eerste serie vragen.
Enige leuke antwoorden wil ik even noemen.

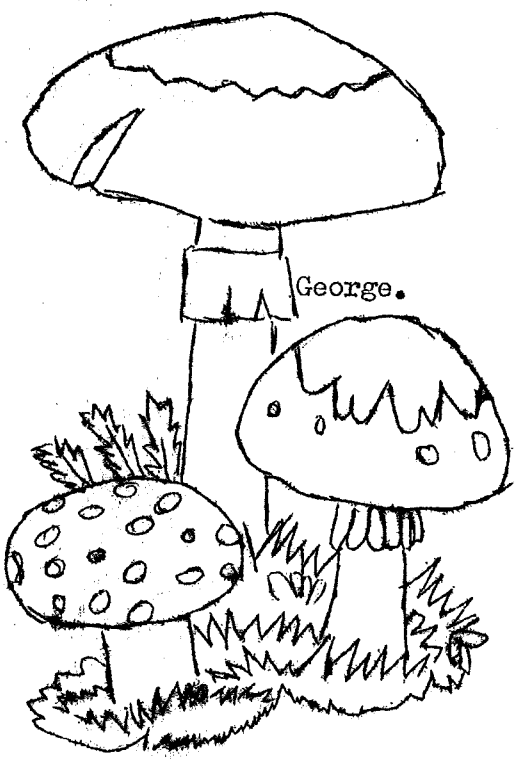
Vraag 1 : 6-7 en 14
Vraag 2 : Als de coach daartoe het sein geeft
Vraag 3 : ———
Vraag 4 : Een lijn om de scheidsrechter te helpen
Vraag 5 : ———
Vraag 6 : ———
Vraag 7 : ———
Vraag 8 : Voor het eerste jaar. 4 uur en 5 minuten.
Vraag 9 : 1-2-5-6
Vraag 10: ———

Dit zijn dan enkele van de vele foutieve ontwoorden welke ik ontvangen heb. Tenslotte volgt hier nog de ranglijst en achterin deze Njord - Sport de nieuwe vragen. Succes de komende maand.

STAND NA DE EERSTE RONDE "KEN JE SPORT" :

Te verdienen: Maximaal drie punten per vraag = 30 punten

1.	Sander Wiessner	22 punten
1.	Marco Melein	22 punten
3.	Petra Hillenius	21 punten
4.	???????	21 punten
5.	Annemarie Sellmeyer	19 punten
6.	Michèle Geurt	18 punten
6.	Yvonne Straathof	18 punten
8.	Esther Huizinga	17 punten
8.	Eddie Hanenberg	17 punten
10.	Kees Klomp	16 punten



Namen en adressen om te onthouden.

Voorzitter:	Henk Rookhuiszen, Twickel 9, tel. 33 10 18
Vice-voorzitter:	Pim Hillenius, Visserseinde 43, Spaarndam, tel. 37 41 05
Secretaresse:	mevr.Sieverding, Frans Netscherstraat 11, tel. 25 68 61
Penningmeester:	heer C.Modder, Pleiadenstraat 38, tel. 25 21 86
Lid:	Koen Sohl, Aelbertsbergstraat 24, tel. 25 36 32
Zwemsecretariaat:	mevr.Sieverding
Polo-secretariaat:	Mary Verdam, Kerkweg 20, Spaarnwoude, tel. 39 08 21
Langebaan-secretariaat:	Martha Bouwens, Kerklaan 5, tel. 33 38 63
Zwem-onderricht:	mevr.M.Phaff, Orionweg 38, tel. 26 62 02
Supportersfonds:	mevr.G.Modder, Pleiadenstraat 38, tel. 25 21 86
Trainer:	George Sieverding, Gerard Doustr.16, IJmuiden,tel.02550-31813
Club-uren:	Donderdag: 18.30 tot 19.10 zwem-onderricht 19.10 tot 19.50 opleiding zwemvaardigheids-diploma's en zwemtraining 19.50 tot 20.30 polo-training
Zwemtraining:	Maandag t/m Vrijdag van 6 tot 7 uur idem 17.30 tot 18.30 uur Woensdag van 16.30 tot 17.30 uur voor leden, die geen trainings-abonnement hebben
Polo-training:	Donderdagavond van 19.50 tot 20.30 uur, uitgezonderd dames en heren I en II Zaterdagmorgen van 6.30 tot 8 uur voor alle teams, uitgezonderd heren Dinsdag- Donderdag- en Zondagavond
Conditie-training:	Zaterdag- en Zondagmorgen vanaf 10 uur bij Kraantje Lek
Contributie:	f. 50.- voor leden elementair zwemmen (opleiding A. en B.) en voor leden van 16 jaar en ouder f. 35.- voor zgn. "niet-actieve" leden f. 45.- voor leden tot en met 15 jaar (uitgezonderd diploma A. en B.) Inschrijfgeld nieuwe leden: (éénmalig) f. 25.- voor elementair zwemmen f. 15.- voor de overige groepen

De contributie dient voldaan te zijn vóór 1 Maart.
Bedanken als lid: schriftelijk vóór 1 December bij het secretariaat.
Vindt het bedanken plaats nà 1 December dan is de contributie voor het komende jaar in het geheel verschuldigd.

Gironummer: 45 21 98 t.n.v. penningmeester z.v.Njord '59 te Haarlem

Njordsport: copy inleveren bij Helga of Dick Sohl, Spaarnhovenstraat 12, tel. 38 06 30
of
op Donderdagavond tijdens de club-uren aan het tafeltje in de hal.