

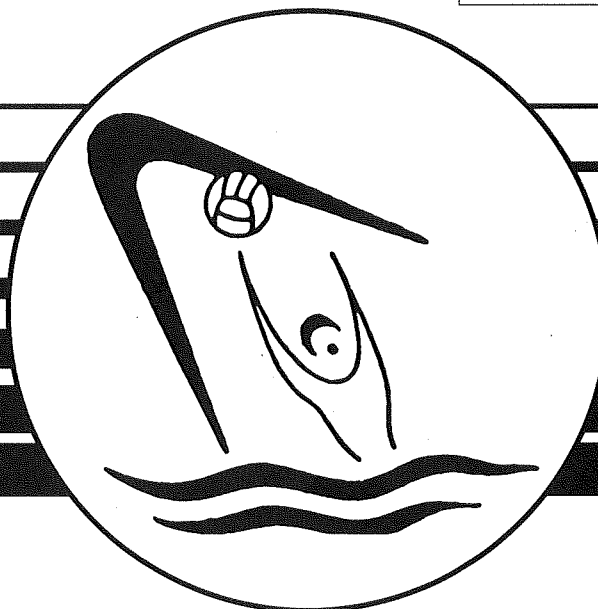
ARCHIEF Mei 2000

notulen jaargaderis
in zeer verhoogde
vorm.

Rapido sport

periodiek
Haarlemse
zwem-en poloclub
Rapido '82

Port Betaald
Haarlem



BELANGRIJKE ADRESSEN

Correspondentieadres secretariaat:

Secretaris

Ad Lindeman
Floresstraat 77
2022 BC Haarlem
023 -5259073

Voorzitter:

Theo Edam 023 - 539 02 06
Email theo@camp.demon.nl

Penningmeester:

Theo Portegies 023 - 526 38 13

Clubhuisbeheer:

Piet Stam 023 - 537 10 30
Jan Bol 023 - 538 23 43
Telefoon clubhuis 023 - 525 82 92

Bankrelaties t.n.v. Rapido '82 Haarlem

Rabobank: 38.44.65.579
Postbank: 52.85.375

Informatie over wedstrijdzwemmen:

Conny Smid 0251 - 230 868

Informatie over waterpolo:

Dirk Jan Sohl 023 - 527 54 58

Informatie over elementairzwemmen:

Marijke Schenk 023 - 525 08 29

Gerda Rookhuiszen 023 - 533 10 18

Redactie adres:

P.Maritzstraat 47
2021 RA HAARLEM
Email: marijkeschenk@hetnet.nl
Telefoon redactie 023 - 525 08 29

R. Deinum bv

SCHOONMAAK EN BEDRIJFSDIENSTEN

Margadantstraat 4
2033 ZA Haarlem
Tel.: 023 - 536 33 18
Fax: 023 - 535 85 75
06 - 52987427

Fysiotherapie Brouwersplein



B. Willemze - C. Zeeman

* Fysiotherapie
* Sportfysiotherapie

(behandeling volgens afspraak)



Brouwersplein 1, 2013 PE Haarlem, Tel: 023 - 532 3937



A**P****I****D****O**

Officieel orgaan van de
Haarlemse Zwem-en Polo-
vereniging Rapido'82
opgericht dd. 31.8.82
Kopij inleveren voor:
24 mei a.s. bij:
Marijke Schenk
P. Maritzstraat 47
2021 RA HAARLEM
e-mail: marijkeschenk@hetnet.nl

INHOUD

pag. 2	"Van de Voorzitter/Recht voor z'n Rapido
pag. 3	Clubkrabbel
pag. 4	Jarigen
pag. 5	Nieuwe Leden/Zwem ABC planning
pag. 6	Van de bestuurstafel/Van achter de bar
pag. 7	Ingekomen/De Negatieve Optie
pag. 8	Hou je jezelf voor de gek?
pag. 9	Info/Zwemkalender
pag. 10	Waterpolo doe je met je ogen
pag. 11	Open water zwemmen kalender
pag. 12	Pinksterkamp Hotline 2
pag. 13	Waterpolo verslagen
pag. 15	Waterpolonieuws
pag. 16	Trainingen waterpolo-jeugd/ Mini-waterpolo/familie toernooi
pag. 17	Verslag aspiranten
pag. 18	Pinksterkamp Hotline nr. 3
pag. 19	Vormgeving waterpolotraining
pag. 20	Standen Bond
pag. 21	Standen-Kring en-District
pag. 22	Uitnodiging langebaan Rapido
pag. 23	Uitslagen zwemmen
pag. 34	Notulen Algemene Ledenvergadering

VOORWOORD

Wanneer je deze krant krijgt, is het poloseizoen ten einde en kunnen we weer een andere invulling aan onze zaterdagavonden gaan geven. Komt er ook weer wat rust voor de kantinecommissie die nog steeds met een tekort aan mensen kampt. Misschien heeft iemand het volgende seizoen nog wat tijd over?

Ad komt in het stukje van de bestuurstafel terug op de Negatieve Optie in de vorige clubkrant van Milo. Aangezien de Pinksterkampcommissie in een van de Hotlines hier ook aan refereert, heb ik deze Negatieve Optie nogmaals geplaatst. Enkele reacties zijn hierop al binnengekomen. Herman van Lienden heeft ook weer zijn bijdrage geleverd en deze keer is het met het converteren van Wordperfect naar Word wel goed gegaan. Sorry voor de vorige keer.

Voor de liefhebbers van het open water zwemmen nogmaals de kalender. Je moet er nu toch niet aan denken om in de een of andere sloot te liggen ploeteren, maar met stralend mooi weer gaat er niets boven buiten zwemmen.

Verder weer veel waterpolonieuws. Eerdaags zijn de trainingen weer afgelopen en is er nog de mogelijkheid tot een balletje gooien.

Ik hoop dat het badmintontoernooi goed bezet is geweest en de uitslagen hiervan komen in de volgende en laatste krant van dit seizoen.

Marijke

'Van de voorzitter'

Beste Sportvrienden,

De Pinksterdagen zijn alweer in aantocht; voor kenners een begrip, voor nieuwe leden een uitdaging, het Pinksterkamp van Rapido '82.

Dit kamp is er voor iedereen, dus ook echt voor iedereen. Denk niet: "ze kennen me niet" of iets dergelijks. U bent zo in de Rapido-familie opgenomen. Dit weekend, test u als u dit wilt, uw uithoudingsvermogen, maar toekijken kan ook. Het belangrijkste is dat mensen met elkaar communiceren over van alles.

Dus twijfel niet maar zoek contact met de organisatoren. Sportvrienden, houd tradities in ere en maak er een dol weekend van.

Verder draait het seizoen nu op het eind voor onze waterpolo-afdeling. Door de Olympische Spelen is het seizoen helaas wat vroeg afgelopen voor dames 1. Zoals u weet moet heren 1 nog 2 beslissingswedstrijden spelen die bij positief resultaat een plaats in de hoofdklasse oplevert. Over de uitslag kan ik u niets mededelen omdat deze krant dan bij de drukker ligt.

Ik feliciteer de kampioensploegen van het seizoen 1999/2000, namelijk heren 4, aspiranten A en pupillen F.

Ik denk dat we goed voor de dag zijn gekomen met dit resultaat.

Ook in de zwemafdeling is bijzonder goed gepresteerd, maar die heeft nog enkele maanden voor de boeg. Weliswaar hebben we de promotie net niet gehaald, maar we zijn bijzonder goed geëindigd en zijn er heel wat knappe tijden neergezet door onze zwemmers en zwemster.

Meer nieuws de volgende keer.

Met sportgroeten,

Theo Edam

voorzitter

Recht voor z'n Rapido!

'Ziekte van Carré'

Door: Jan-Bram van Luit

"We hebben gewonnen Yesss!". "Met hoeveel? Wou je het weten? Ok". We hebben gewonnen met 89 - 15". Door de 'fantastische' competitie-opzet, bedacht door diverse waterpolo(on)wijzen, hebben we deze winst tegen WVZ uit Zoetermeer behaald in 4 reguliere competitiewedstrijden en 2 play-off-wedstrijden.

We hebben het in deze 6 wedstrijden slechts met 10 scheidsrechters moeten doen. De KNZB was kennelijk niet in staat om voor de laatste 2 play-off-wedstrijden genoeg scheidsrechters te motiveren, zodat we beide wedstrijden maar met 1 scheidsrechter afgehandeld hebben. Mea culpa KNZB?!

"Maar trainer hoe hou je het team in godsnaam scherp als de KNZB met haar competitieopzet het waterpolo zo dood laat slaan als bier in een vet glas?". "Nou voor de belangrijke play-off ronde (het was tenslotte alles of niets!) tegen WVZ hebben we op de donderdagtraining Karla v.d. Boon (keepster van ons Olympische team) als gast uitgenodigd ter lering ende vermaak van Renata en onze schutters, terwijl we op de maandag ervoor een oefenwedstrijd gespeeld hebben tegen Donk.

Op de woensdag hebben we zelfs geoefend tegen het nationale damesteam van Frankrijk".

"Zo, zo tegen de Fransen?". "Ja dat was me het ploegje wel zeg .. parbleu! Ik had mijn meiden al gewaarschuwd om maar een oud badpakje aan te doen, maar dat er zo fysiek gespeeld zou worden had zelfs ik niet verwacht". "Oh, maar dat is toch juist goed voor jouw meiden? Dat is waar ze mee om moeten leren gaan!". "Juist en dat ging ook perfect hoor. Al in het tweede partje werd Marjolijn, na een charge, "Carré" toegesnauwd.

We konden het eerst niet thuisbrengen: vierkant?, of wilden de Fransen Marjolijn in een vierhoekige slagorde riposteren? Het werd mij pas veel later duidelijk dat Marjolijn de ziekte van Carré werd toegewenst". "De ziekte van Carré?". "Ja het betreft hier een virusziekte, ook wel hondenziekte genoemd. Een ziekte herkenbaar aan wisselkoorts, hoesten, tranende en etterende ogen en diarree. Is het zenuwstelsel eenmaal aangetast, dan is de patiënt nauwelijks meer te redden.

Vervolg 'Ziekte van Carré!'

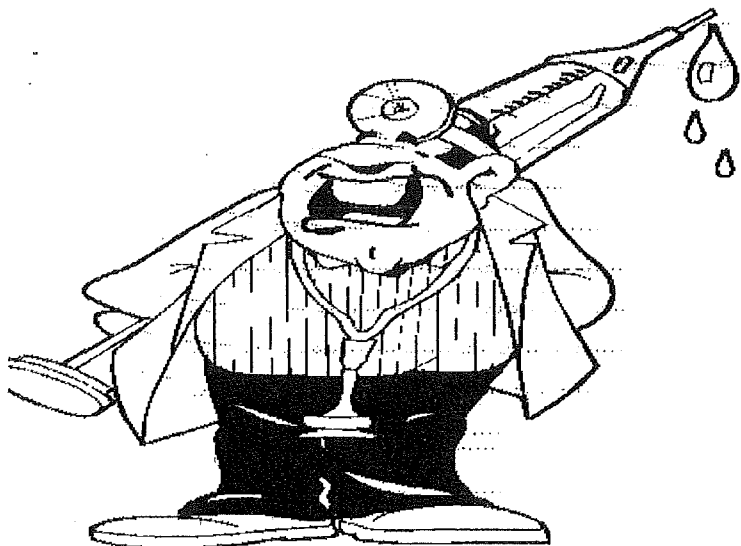
Inenten van het team (en vaker dan eenmaal gedurende de polocarrière) is absoluut noodzakelijk". "Hoe weet je dit in godsnaam allemaal?". "Sinds kort heb ik weer een bouwvierpuppy (Vlaams, maar toch wel dichterbij Frankrijk dan Haarlem) aangeschaft, vandaar".

"Maar hoe ging het nou verder met dat inenten?". "Dat kwam pas in de vierde periode, je wilt het niet geloven. De gebitsbeschermers gingen kennelijk uit en Claire (waarschijnlijk uitgekozen vanwege haar naam) werd ongenadig in haar arm gebeten: "Carré!".

Tja en wat moet je dan? Na afloop maar naar het ziekenhuis, waar artsen toen nog niet op de hoogte waren van mijn kennis omtrent "Carré". Het werd uiteindelijk, na wikken en wegen, slechts een ordinare tetanus injectie ten koste van weliswaar een donderdagtraining en last van bil en been tijdens onze eerste play-off-wedstrijd, maar goed.

Nu wordt tetanus omschreven als wond- of stijfkramp een infectieziekte dus laten we nu maar hopen dat de prik ook werkzaam zal zijn tegen de ziekte van Carré, 'chien'dolheid en Franse kaaslucht'. "Tjonge wat een belevenis zeg". "Zeker, het houdt je scherp en het team ook".

"Carré"



Clubkrabbel

Voor diegenen die mij nog niet kennen, zal ik me even voorstellen. Ik ben Katinka van Vastenhoven, voor velen ook wel bekend als Katinkoefobie of Katinkoe (made bij Joost de Deugd!). Ik ben 16 jaar en woon al mijn hele leven lang in Haarlem. Ik zit sinds 9 maanden en 23 dagen bij Rapido en zoals Frank al zei: ik heb het heel erg naar mijn zin. Ik kan natuurlijk gaan vertellen bij welke clubs ik heb gezeten, maar dat doe ik niet, want dan wordt het een saai stukje! (kun je nagaan bij hoeveel clubs ik al gezeten heb). Niet dat het geen saai stukje wordt, maar toch!!

Ik ben al 13 jaar bezig met zwemmen en dat is natuurlijk niet zo gek als je een vader hebt die zelf zwemfanaat en trainer is! Op mijn 3^e jaar haalde ik mijn A-diploma (ik was volgens de krant het voorbeeld voor de peuters) en daarna ging het allemaal vlot achter elkaar. Ik heb tot mijn 15^e jaar bij mijn vader getraind (waar mijn vader heen ging, ging ik ook heen, vandaar dat ik zoveel clubs heb gehad) en sinds 9 maanden train ik bij meneer Geurtsen! En wat vele mensen (zo'n beetje de hele zwemwereld) weten is dat meneer Geurtsen een trainer is die toppers brengt! En in mijn ogen is iedereen een topper! En dat is geen geslijm maar de waarheid, want iedereen presteert op zijn eigen manier!

Wat ik natuurlijk ook belangrijk vind om te kunnen presteren is dat er een gezellige sfeer in de club is en die is er!! Bijvoorbeeld met de Nederlandse kampioenschappen! We pepen elkaar met een gezellige sfeer op, kijk maar naar de laatste estafette (4x 100 meter wissel) van de dames in Eindhoven. We waren heel erg moe, maar doordat we elkaar oppepten, zwommen we de sterren van de hemel!! Natuurlijk zijn er ook wel kleine ruzietjes maar dat is bij elke club. Voordat ik mijn krabbeltje afsluit wil ik de vier dames die bij mij in in de (N.K.)estafette zitten bedanken!! Renate, Barbara, Linda en Evelien, jullie zijn Topmeiden en als we zo doorgaan halen we vast wel een medaille bij de N.K. Get up aaaaa!!!

Zo, dit was mijn krabbeltje en benoem ik mijn grote vriend(je) **Niels de Groot** tot de volgende clubkrabbelaar! Niels wees gerust, als je eenmaal bezig bent wil je niet meer stoppen!

Heel veel liefs van Katinka.

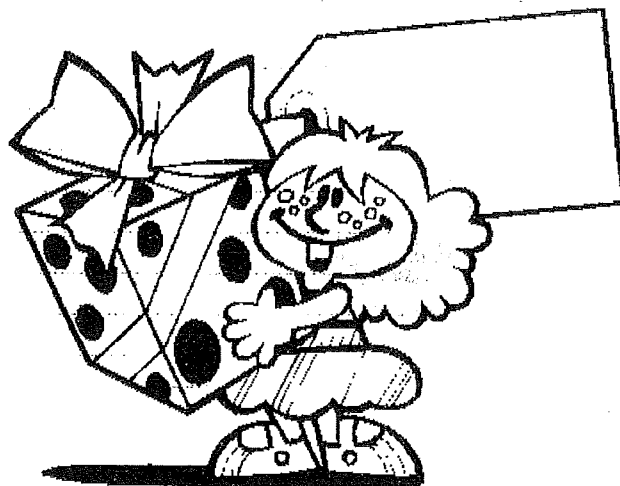
Jarigen

mei

1	Riek van de Horst Magdalena Jonker Jeroen Pruim Jan Stocker
2	Theo Edam Amber Hagen Hans Joosten Robina Klaarenbeek
4	Just Allebes Shannon Coster Pauline Joosten Mel Schregel
5	Karen Doesburg Smits Hans Stocker
7	Reyer van den Burger Reinier Krom Evelien Sohl
8	Niels Rookhuiszen Yves Stalker Loes Wildschut-Roskam
9	Rico Jansens Rik Schregel
10	Erik van den Bree Imke Guldemon Petra Visman
11	Ilse Buskermolen
12	Miranda Hoogerheijde
13	Casper Veenings
14	Remco Edam Pauline van de Horst
15	Maud ter Hark
16	Hans van den Booren
17	Dennis Scheffelaar Sjoerd van der Steen
18	Cansu Bekdur Annabel van Schooten Nena Vlas
22	Renate Haack Boaz Kalkman Rob Verburg
23	Joyce Aleven
25	Lisa Blok Daphne Damiaans
26	Marjolein Bohm-Phaff Joop van de Horst
27	Rob Borgerding Els de Bruin Anika Gans
29	Erik Breems
30	Maud de Vries Danny de Zwart
31	Philippe van Ham Inez van Vessum Danissa van Zandijk

juni

1	Julian Thijssen
2	Joris van Dijk Rutger van der Meij Erwin van der Meij
3	Sharita van de Graaf Ralph van den Hoek Floris van der Steen
6	Martijn van den Nouwland
7	Maaïke Loogman Sandy Schenk
8	Jan van den Booren Casper Druits Davied Eskes
9	Mark Joosten
10	Ria Blokland
11	Olivier Hessels
12	Marleen Aaftink
13	Mark Bossen Anna Kalse Roy Luijten Melvin Luijten
14	John van Ham
15	Hugo van Dijke Babette van Nieuwenhuizen
16	Kenneth Deinum
19	Gabrielle Broertjes
22	Ludo Vahle
23	Sharon Bijster
25	Hester van den Berg Jolanda Smaal
26	Laura van Nieuwenhuizen Sander Raam
27	Laura de Bruin Theo Struijkenkamp
29	Marco Eliëns
30	Vincent Dijkstra



Nieuwe leden

Jareth van der Putten
Bruno Klauwersstraat 10
2082 GN SANTPOORT
geb. 18-09-89
tel. 023 – 5383447

Yordy van der Putten
Marsstraat 53
2024 GB HAARLEM
geb. 30-12-89
tel. 023 – 5257278

Vera Eliëns
Roerdompplein 3
2025 CS HAARLEM
geb. 30-01-90
tel. 023 – 5375976

Mandy de Boer
Gen. Joubertstraat 10
2021 XC HAARLEM
geb. 23-03-96
tel. 023 – 5265767

Laura Hooreman
Oosterstraat 1a
2022 CT HAARLEM
geb. 29-12-94
tel. 023 – 5389932

Kim van de Born
Haspelstraat 19
2024 HR HAARLEM
geb. 04-08-95
tel. 023 – 5262902

Manuela Bosman
Bantamstraat 86
2022 TV HAARLEM
geb. 02-03-94
tel. 023 – 5376641

Arjen Swellengrebel
Kennemerpark 72
2051 KM OVERVEEN
geb. 04-12-89
tel. 023 – 5277344

verhuisd:
Sander Bok
Solidarnocstraat 61
2033 BW HAARLEM
tel. 023 – 5384590

fam. Bank
Leen Spierenburgstraat 23
2064 LV SPAARNDAM
tel. 023 – 5375498

Kenneth Deinum
Jan van Geemstraat 15
2064 LP SPAARNDAM
tel. 023 – 5352197

Lex Roelofs
Korte Herenstraat 6
2011 LX HAARLEM
tel. 023 – 5316665

nieuw e-mail adres
ad.lindeman@glenayre.com

Zwem ABC planning

donderdag 1 juni Hemelvaartsdag.

er is dan geen leszwemmen.

zaterdag 10 juni Pinksterkamp.

er is dan geen leszwemmen.

24 juni van 09.00 – 11.00 uur

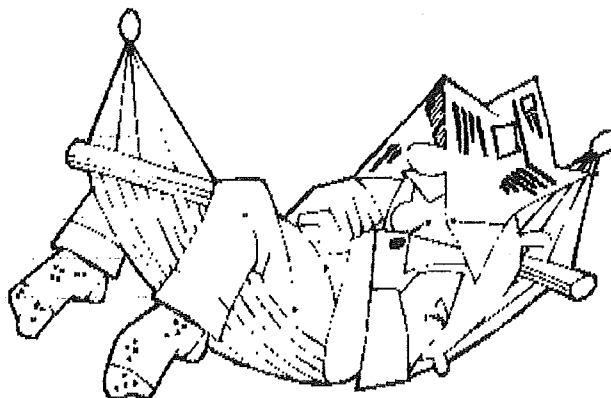
afzwemmen.

er is dan geen leszwemmen.

6 juli is de laatste les op donderdag

en 8 juli op zaterdag.

***Op donderdag 7 september en
zaterdag 9 september beginnen de lessen
weer.***



Van de bestuurstafel

Beschikbaar stellen persoonlijke gegevens van onze leden:

In de vorige clubkrant heeft Milo al een stukje geschreven over de "negatieve optie", en die optie geheel in zijn voordeel toegepast. Nu is het tijd voor een serieuze uitleg van het begrip.

Op 31 maart jongstleden is er in de jaarvergadering gesproken over sponsoring en de gevolgen daarvan. De vereniging is het afgelopen jaar actief geweest met het zoeken naar één of meerdere sponsors, die de club kunnen helpen bij het verwezenlijken van onze doelstellingen. Vanzelfsprekend wil een sponsor niet alleen maar een zak geld geven, maar ook iets terugzien van de bijdrage die geleverd wordt. Wij hebben gemerkt dat sponsors met name geïnteresseerd zijn in informatie over de vereniging en de leden van de club.

Een veel gehoord verzoek is het beschikbaar stellen van de adresgegevens van onze leden voor het toezenden van informatie en aanbiedingen. Op die manier krijgt een (potentiële) sponsor een adressenbestand dat al is "gefilterd". De sponsor weet bijvoorbeeld zeker dat op alle adressen sportliefhebbers wonen. Voor de vereniging kan dit leiden tot een beduidend gunstiger sponsorovereenkomst, en voor de leden tot gunstige aanbiedingen.

Op de jaarvergadering van 31 maart jl. is daarom besloten dat de vereniging de informatie ter beschikking zal stellen indien dat voor zowel de sponsor als de vereniging gunstig is. Indien je onverhoopt bezwaar hebt tegen het beschikbaar stellen van je persoonlijke gegevens, kan je dat aan ons kenbaar maken. Dat kan schriftelijk, bij het secretariaat (zie pagina 1 voor het adres). Na ontvangst zullen wij ervoor zorgen dat je gegevens niet beschikbaar worden gesteld.

Wijziging secretariaat

Nog steeds krijgt onze oud-secretaris Wil Doesburg Smits-de Rooij post van onze leden.

Het huidige secretariaat wordt gevoerd door:

Ad Lindeman
Floresstraat 77
2022 BC Haarlem
tel. 023-5259073

Van achter de bar

We zullen deze keer maar beginnen waarmee we in de Rapido-Sport van april mee zijn geëindigd: namelijk de toiletten en de gang naar het bad. We kunnen daar heel kort over zijn; het is kort en duidelijk één grote rotzooi!!! Hele rollen toiletpapier verscheurd in de W.C., het herentoilet (vergeef ons de uitdrukking) van-boven-tot-onder onder de stront, overal water op de grond, het is te gek voor woorden. Je krijgt voor jezelf het gevoel van "waar doe je het allemaal voor?" als je op de zaterdagochtend na het elementair de hele sanitaire ruimte hebt schoongemaakt. Je wordt er gewoon moedeloos van. Je durft het bijna niet meer te vragen, maar ik doe het toch maar. Zouden de ouders misschien ook een oogje in het zeil willen houden? Genoeg hierover.

Wat betreft de barbezetting kunnen we heel kort zijn: we komen nog steeds mensen te kort. Er moet met te weinig mensen te veel worden gedaan om de boel goed te laten draaien, maar ja, het is niet anders. De krant van april doorlezend kwam je in deze uitgave nog wat tegen op literair gebied, o.a. de ode aan Heleen van Herman van Lienden, heel leuk en opbouwend geschreven. Misschien weet Herman inmiddels hoe hoog het Heineken aandeel bij Rapido staat aangezien de schrijver van dit verhaal alleen maar Spa blauw drinkt.

Verder het gesprek met Hans v.d. Mast; je proeft gewoon de liefde van het spelletje en hopelijk mag hij zijn idealen verder uitbouwen. Sorry Jan-Bram, jouw bijdrage van Mea-Culpa is van een dermate hoog niveau dat we alleen maar kunnen zeggen: Sorry dat je niet eerder bij Rapido bent gekomen, sorry. Tenslotte de clubkrabbel van Frank. Je zult echt wel gelijk hebben betreffende het beloofde en nog niet gekregen materiaal, maar dat is een bestuursaangelegenheid. Als Marijke vraagt of je de krabbel hebt geschreven dan doe je dat mijns inziens niet af met de woorden "zoiets onbenulligs", daar is de krabbel te kostbaar voor geworden in de loop der jaren. Sorry Frank, sorry.

Was getekend,
de clubhuiscommissie

Ingekomen

Een bedankje

Na zeven leuke jaren bij Rapido heb ik besloten het qua waterpolo wat rustiger aan te gaan doen. De combinatie co-schappen lopen en topsport bedrijven is mij het laatste seizoen erg zwaar gevallen, vandaar dat ik heb besloten om er na dit seizoen een punt achter te zetten. Uiteraard blijf ik wel poloën maar dan bij DWT waar ik al een aantal jaren actief ben in de polocommissie.

Op deze manier wil ik graag iedereen die aan deze leuke tijd heeft bijgedragen, bedanken.

Vooraf mijn teamgenoten, die het afgelopen jaar niet één keer hebben gezeurd als ik er weer eens niet was en verder natuurlijk de polocommissie en niet te vergeten Jan, Ben en Jan-Bram.

Uiteraard zullen jullie me wel weer in de Plaanet tegen het lijf lopen, want ik blijf een polokek en ik blijf dames 1 natuurlijk volgen.

Ik kijk met veel plezier terug op mijn Rapido-tijd. Tot ziens en bedankt!

Marjolijn Verbruggen

De Negatieve Optie

Mijn vocabulaire is weer uitgebreid. Mijn woordenboek was redelijk gevuld dacht ik altijd, maar van de Negatieve Optie was geen vermelding te vinden. Gelukkig is het mij goed uitgelegd. Waar een jaarvergadering al niet goed voor is.

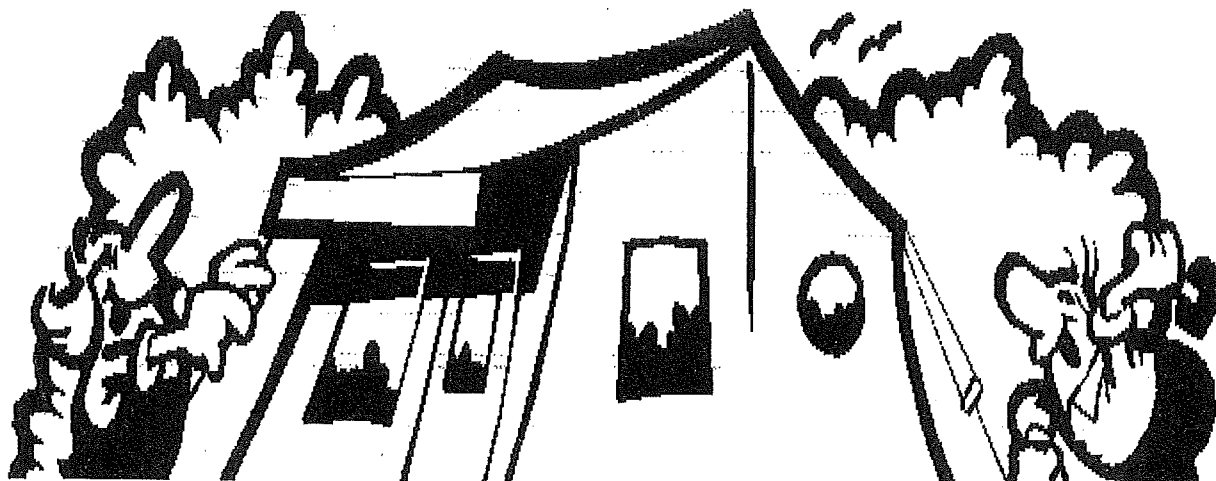
In het kort komt het erop neer dat je bij de Negatieve Optie **Ja** zegt tenzij je duidelijk een **Nee** aangeeft. De club heeft voor de Negatieve Optie gekozen inzake sponsorbeleid maar daar leest u meer over in deze krant.

Vooruitlopend hierop kwam binnen de Pinksterk@ampcommissie (overigens nog steeds niet erkend door de Algemene Ledenvergadering) meteen met een geweldig idee bovendien. Een idee dat de integratie geweldig bevordert tussen de diverse afdelingen binnen de vereniging en ook nog garant staat voor een mega-opkomst tijdens het Kamp der Kampen:

Het plan is als volgt:

Ingaand vanaf heden met terugwerkende kracht gaan de contributiekosten veertig gulden (circa 18,15 euro) omhoog. Dit zijn de kosten voor het Pinksterk@amp. Iedereen die lid is betaalt dus. Van jong tot oud, elementair zwemmer of triatleet, aquarobikker of voorzitter. Zij die niet meegaan kunnen dit schriftelijk melden aan de Pinksterk@ampcommissie en krijgen de veertig gulden retour. Niet reageren is dus automatisch meegaan op kamp of er in ieder geval voor betalen.

Wij passen alle onderdelen graag aan op de opkomst van vele leden en zullen alvast ruimte bijboeken voor al die tenten! Geweldig zo'n Negatieve Optie!
Milo



Hou je jezelf voor de gek?

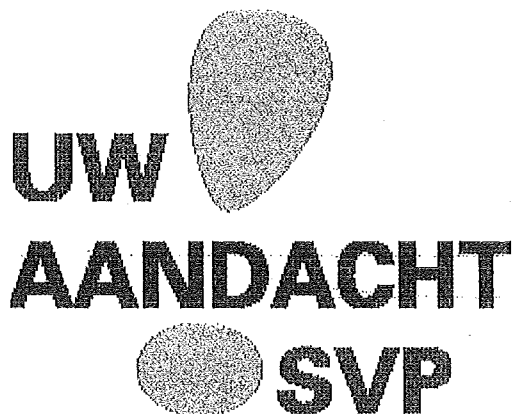
Je bent een enthousiaste zwemmer of zwemster die zich graag wil verbeteren. Bij een goede race hoort een juiste baanverdeling. Stel dat iemand 2 minuten en 40 seconden (2.40) op de 200 borstcrawl wil zwemmen. Als je het rekenkundig bekijkt komt dat neer op 4 maal 50 meter in 40 seconden. Door de startduik komt de verdeling er iets anders uit te zien. Een voorbeeld is: 38.5-40.5- 40.5- 40.5. Als je met die verdeling uit het water stapt zal de heer Geurtsen erg tevreden over je zijn. De laatste jaren komt de "negative split", waarbij het tweede deel van de race iets sneller wordt gezwommen dan het eerste deel, steeds meer voor. Rekening houdend met de winst die je sowieso kan boeken op de start kun je de race ook zo opbouwen: 39- 41- 40.5- 39.5. Je hebt dan een sterke laatste 50 meter gezwommen, die maar een halve seconde langzamer is dan je eerste 50 meter waar je voordeel van de startduik had. Je laatste 50 meter is zelfs sneller dan de tweede en de derde. Een nog duidelijker voorbeeld van een negative split is de verdeling 40- 41- 40-39, waarbij ik geneigd ben om te zeggen dat je iets te langzaam bent vertrokken op de eerste 100 meter. Welke verdeling je voorkeur geniet hangt van een aantal zaken af. Heb je een fantastische start (Remko de Jong), dan zwem je bijna altijd een snelle eerste 50 meter en probeer je dat tempo vast te houden. Ben je een "diesel" (Martin Lommerse, Katinka van Vastenhoven), dan zwem je een zeer regelmatig tempo. Heb je een belazerde start en ben je iemand die in de race groeit, dan is de negative split een goede manier om je race op te bouwen (ik zelf).

Hoe oefen je dit? Er zijn in de training tal van momenten om dit te doen, maar heel belangrijk is dat je weet waar je mee bezig bent. En dat mis ik wel eens in training. Heel regelmatig komt het voor dat er setjes worden gezwommen, bijvoorbeeld 8x50 of 4x50 "gebroken" met 10 seconden rust. Vooral de 4 x 50 is natuurlijk een prachtige gelegenheid om te kijken of je de 2.40 in het bovenstaande voorbeeld in training kunt halen, of zelfs kan verbeteren. Vanuit het water kun je proberen precies 40 seconden over iedere 50 meter te zwemmen. Gaat dit zonder al te veel moeite, dan kun je overwegen om je doel van 2.40 tijdens de wedstrijd bij te stellen naar 2.38 of 2.36. Maar wat gebeurt er vaak in training?

Stel dat je als derde vertrekt in je baan. Je hebt dan al twee zwemmers voor je die je als het ware wat voordelige zuiging opleveren. Dat is van gunstige invloed op je trainingstijd en betekent tevens een voordeel dat je in een wedstrijd beslist niet hebt (langebanen uitgezonderd!). Maar wat doen sommige slimmeriken bovendien? Ze gaan drie seconden achter nummer twee weg, "pikken" dus eigenlijk twee seconden. Vervolgens zwemmen ze de eerste slagen keihard, zodat ze op de benen van nummer twee zwemmen en bereiken dan trots na 36 seconden de muur en stellen vast dat ze een beregoeie eerste 50 meter hebben afgelegd. Ammehoela! Zo kan ik het ook. Twee seconden pikken bij de start, een seconde cadeau krijgen door stayeren en vermoedelijk ook nog een seconde jatten door een meter voor de kant te stoppen en dan tevreden op de klok kijken naar je tijd. Je begrijpt natuurlijk dat je op deze manier jezelf flink voor de gek houdt, maar wat erger is, je weet op deze manier niet precies wat je echt kunt.

De moraal van dit verhaal. Schuw geen kopwerk in je baan. Als je met goed opgenomen rust 4 keer 40 seconden kunt zwemmen met al die "tegenliggers" die de andere kant opgaan en je een hoop lastige golven bezorgen, dan ben je goed bezig. Lig je als tweede, derde of vierde, smokkel dan niet. Houdt afstand tot je voorganger. Dat moet kunnen als de zwemmers in goede volgorde van snelheid vertrekken. (Overleg dus wie wanneer weg gaat). Dan nog een tip. Regelmatig wordt een gebroken 100 gezwommen (4 x 25 meter). Als je als vierde of vijfde vertrekt is het voor de heer Geurtsen praktisch onmogelijk om je tussentijden door te geven omdat de snelste zwemmers al weer bijna klaar zijn met de volgende 25 meter. Op sommige banen kun je de klok slecht zien, helemaal als je aan de ondiepe kant van het bad bent. Oefen thuis met een stopwatch om "blind" 5 seconden te raden. Met een beetje oefening is het mogelijk om daar minder dan 0.2 seconden naast te zitten. Op die manier krijg je net als de eerste zwemmer, een vrijwel juiste totaal tijd van je gebroken 100 meter. Als je iets niet snapt, schiet me dan even aan, dan leg ik het graag nog even uit.

Herman J. van Lienden.



Informatie over aan- en afmelden als lid:

Aanmelden:

Aanmelden als lid van Rapido '82 kan op verschillende manieren:

Elementair zwemmen

Er is een wachtlijst voor het elementair zwemmen.

Na aanmelding (telefoonnummer zie omslag clubblad) wordt uw kind op de wachtlijst geplaatst.

Een inschrijfformulier wordt verstrekt als de lessen daadwerkelijk beginnen.

Zwemmen en waterpolo

Na een proefperiode van 3 gratis trainingen kan men lid worden. Inschrijfformulieren zijn te verkrijgen in het clubhuis, bij het secretariaat of bij de begeleiders van het zwemmen/polo. Het inschrijfformulier dient te worden ingeleverd bij het secretariaat, waarna startvergunning etc. wordt aangevraagd.

Afmelden:

Afmelden dient schriftelijk te gebeuren bij het secretariaat. Reeds betaalde contributie en abonnementsgelden worden niet gerestitueerd.

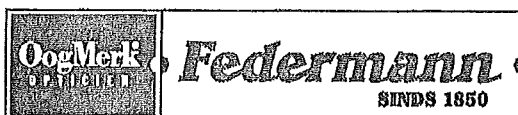
Zwemkalender

mei

- | | | |
|-------|--|-----------------------|
| 13/14 | Kring Speedo finale
De Slag 2 12.30 uur | Kring N.H.
Zaandam |
| 14 | Limietwedstrijden
Sportfondsenbad | AZ&PC |
| 20/21 | A Kringkampioenschappen
Sportf. 13.00 uur | Beverwijk |
| 27/28 | A Kringkampioenschappen
Sportf. 13.00 uur | Beverwijk |

juni

- | | | |
|--------|--|------------------------------|
| 1 | Speedo finale
Aquapulco | Kring Rotterdam
Dordrecht |
| 1 tm 4 | N.K.
De Welle | KNZB
Drachten |
| 10/12 | Int.wedstrijden
vrijdag 0.800 uur | Nordhorn
Nordhorn |
| 17/18 | N.J.K.
Wisselslag | KNZB
Breda |
| 18 | Langebaan
Spaarnwoude 11.00 uur | Rapido |
| 24 | Nat. Speedo dag | KNZB |
| 28 | Europese kampioenschappen
Helsinki | |



Official Sports Vision Centre

**voor de selectie van dames 1 en heren 1
zijn er speciale afspraken gemaakt.
Geïnteresseerd ? Info Renata Warmerdam**

FEDERMANN ZET DAMES 1 OP SCHERP



De dames van Rapido '82 spelen met sportlenzen van Federmann

WATERPOLO DOE JE MET JE OGEN.

Goed spelinzicht heb je van nature, een goed zicht op je spel kun je krijgen. Het klinkt misschien vreemd, maar waterpolo doe je vooral met je ogen, omdat zo'n 80 % van alle informatie ons via onze ogen bereikt. Ogen geven voortdurend impulsen door naar de hersenen. Deze informatie wordt opgeslagen en vervolgens razendsnel verdeeld naar de diverse stations in het gehele lichaam. Met andere woorden: hoe sneller en scherper je ziet, hoe beter je timing en Reactievermogen!

We denken vaak te snel dat onze ogen wel in orde zijn. Ook bij een veel beoefende sport als waterpolo. Je staat er niet altijd bij stil, dat wanneer je ogen onvoldoende zien, dit van invloed kan zijn op het spel.

Misschien werken je ogen niet goed samen, waardoor het schatten van afstanden een probleem kan opleveren. Hoe snel verschijnen beelden links en rechts in het blikveld? Hoe snel zet je visuele prikkels om in een reactie?

Allemaal belangrijke oogfuncties die bij waterpolo je prestaties kunnen beïnvloeden.

Met een speciaal voor sporters ontwikkelde Sports Vision Test biedt Federmann Opticiens in Haarlem nu de mogelijkheid zowel het gezichtsvermogen als reactievermogen te testen. Onze Sports Vision Specialisten beschikken over speciale apparatuur. Zij voeren de test uit en adviseren omtrent zien en reactie tijdens het waterpoloën.

De Sports Vision Praktijk is bovendien aangesloten bij het landelijke NOC*NSF Netwerk van Olympische steunpunten.

Wilt U meer weten over deze professionele sporttest?

Voor nadere informatie kunt U contact opnemen met onze Sports Vision Specialisten van Federmann Opticiens:

Rob van Mook tel: 023-5379428
Arjan Schweitzer tel: 023-5321767

WEDSTRIJDKALENDER OPEN WATER ZWEMMEN 2000

De wedstrijdkalender voor het komende seizoen van open water zwemmen is vastgesteld.

datum	wedstrijdorganisatie en locatie	langebaan-wedstrijd	lange afstands-wedstrijd
18 juni	Rapido '82, Spaarnwoude	2 km	
25 juni	DVC De Kwakel, Breukelen	2 km	
1 juli	't Vrije, Sluis	3 km	
2 juli	Vlaanderen marathon, 't Vrije, Sluis		8/16 km
2 juli	Kreekrace, De Schelde, Terneuzen	2 km	
8 juli	Friesland, AZC-Masters (onder voorbehoud)		5/10/15/20 km
8 juli	Harense Smid, Arethusa, Oss	2 km	
9 juli	Beusichem - Culemborg	(telt niet mee) 2 km	6 km
9 juli	Kring Groningen, Groningen	2 km	
14 juli	ONK langebaanzwemmen, KNZB, NW Overijssel, Scheerwolde		5 km
15 juli	NW Overijssel, Scheerwolde	2,5 km	5 km
15 juli	Nederlands en Belgisch Kampioenschap Lange Afstands-zwemmen, KNZB, NW Overijssel, Scheerwolde		Masters 10km Senioren 25km
16 juli	De Zijl-LGB, Leiderdorp	2 km	
22 juli	Amicon Kanaalrace, Vriezenveen	2 km	12,5 km
23 juli	Speedo langebaan, De Dolfijn, Slotervaart, Amsterdam	2 km	
29 juli	Oude Veer, Anna Paulowna	3 km	
30 juli	Oude Veer, Anna Paulowna		8 of 16 km
30 juli	Geestmerambacht	2 km	
5 augustus	ZV Strijen, Strijen	2 km	
6 augustus	BZ&PC Bodegraven	2 km	
6 augustus	Tilburg, TRB/RES (nieuwe organisatie)	(telt niet mee) ? km	
12 augustus	IJsselmeerzwemmarathon, DES en de Stichting tot behoud van de IJsselmeerzwemmarathon		ca. 25 km
12 augustus	De Doornotters, St. De Doornotters, Wijk en Aalburg	3 km	
13 augustus	Tiamat, Eersel	2 km	
19 augustus	Bussloo	2 km	
20 augustus	Organisatiecomité langebaan Kring Den Haag, Rottemeren	2 km	5 km
28 augustus	Braakmanrace, ZV de Braakman, Hoek	2 km	
29 augustus	OZ&PC De Warande, Oosterhout	3 km	
4 september	Ganzetrek, De Ganze, Wilhelminadorp	2 km	
5 september	Kanaalrace, De Stormvogel, Vlissingen	3 km	
9 september	PSV, Eindhovens Kanaal, Eindhoven	2 km	
10 september	Grindmerenlangebaan, RZ Roermond, Roermond	2 km	
augustus	Havenwedstrijd Breskens, De Scheldestroom (alleen voor zwemmers uit Kring Zeeland)	(telt niet mee) 2,5 km	
juli - augustus	Zeewedstrijd, De Viking, Harlingen	(telt niet mee) 2 km	

De volgende langebaanwedstrijden komen niet in aanmerking voor de langebaanklassementen: Culemborg (2 km), Tilburg (? km), Breskens (2,5 km), Harlingen (2 km). Dit betekent dat er 24 langebaanwedstrijden mee kunnen tellen. Voor het lange afstandsklassement komen 9 wedstrijden in aanmerking: Scheerwolde (5km), Sluis (8 en 16 km), Friesland (diverse afstanden), Beusichem-Culemborg (6 km), Vriezenveen (12,5 km) het ONK in Scheerwolde (25 km) IJsselmeerzwemmarathon (25 km) en de Rottemeren (5 km). Het Open Nederlands Kampioenschap langebaanzwemmen (5 km) zal voor de individuele klassementen meetellen.

De wedstrijdregels voor het (gezamenlijk Belgisch en) Open Nederlands Kampioenschap langebaanzwemmen en lange afstandswemmen worden gepubliceerd in het open water boek en zijn opvraagbaar bij het bondsbureau: (030) 6057575. Nadere informatie over adressen en telefoonnummers van organisaties, afstanden voor de jaargangen, prestatietochten en inschrijfkosten wordt gepubliceerd in het jaarlijkse open water boek. Dit open water boek is aan te vragen bij het KNZB bondsbureau: (030) 6057575. Het open water boek zal medio april verschijnen. De actuele informatie is nu reeds te vinden op internet: <http://members.xoom.com/NOWW/index.html>.

PINKSTERK@MP

HOTLINE nr.2

2000

Welkom bij alweer de tweede hotline voor het Pinksterk@mp van 2000. Zoals ondertussen bekend.

Willen wij jullie langs deze weg op de hoogte houden van de ontwikkelingen omtrent de organisatie en alles wat met dat kamp te maken hebben.

Tijdens de jaarvergadering is er reeds bekend gemaakt waar het kamp wordt gehouden. We gaan dit jaar naar Boekel. De camping heet Boekels Ven en we hebben er vertrouwen in dat het een perfecte Pinksterk@mp lokatie is.

Verder zijn er nog wat elektronische nieuwtjes te vertellen. We gaan ook met het Pinksterk@mp de digitale snelweg op. Via de site

www.pinksterkamp.nl

worden jullie binnenkort op de hoogte gehouden en kunnen jullie na afloop foto's en verslagen vinden en uiteraard zelf plaatsen!

De site is nog niet actief maar voor het kamp moet dat lukken!

Ten slotte maken wij jullie nog even attent op een artikel in de clubkrant genaamd "De negatieve optie" De reacties hierop vernemen wij graag!

Overigens kunnen jullie nog steeds voor vragen altijd bij onderstaande personen terecht.

Tot juni, tot Pinksterk@mp!

Ad Lindeman, Milo Gerritsen, John Machielsen en Rob Verburg

Ps. Een ven is een watertje. Rarara wat er op de camping te vinden is. Zwemspullen meenemen is aanbevolen!

PsPs. Getrainde linkerbeenspieren zijn een must dit kamp en ook de schouders kunnen wel wat training gebruiken.....

Waterpolo verslagen

Rapido pupillen B – Aquarius C

De win-zin die was ontstaan na de nederlaag in de vorige wedstrijd tegen Heerhugowaard is in de afgelopen maand flink toegenomen, zodat de spelers stonden te popelen om op 11 maart tegen Aquarius aan te treden.

Omdat er een aantal spelers zichzelf niet afgemeld had, waren we genooddacht om een beroep te doen op 5 spelers van de pupillen C die gelukkig in de voorgaande wedstrijd gespeeld hadden. Zodoende kon de wedstrijd gespeeld worden met een half B-team en een half aanzienlijk vermoeid C-team. Ondanks het letterlijk grote postuur van een tegenstander werd de wedstrijd met goede moed aangevangen door:

Jeffrey Leen	Suzanne Romeijn
Albert Verhoeven	Rik Schregel
Hester v.d. Berg	Felix Kramer
Kyara v.d. Sluis	Tijmen Stocker en
Sander Klinkenberg.	

Ondanks de nederlaag van 4-11 is er toch een boel positiefs te zeggen over het spel van het team dat elkaar steeds beter gaat vinden. De passes komen beter aan; er wordt steeds meer aan het spel deelgenomen door iedereen en er komt steeds meer strijdlust. Ga zo door, dan zien we ook de volgende wedstrijd op 1 april (geen gein) met vertrouwen tegemoet.

Coos Romeijn

NVA/HHC- aspiranten A 26 februari 2000

Dit was een gehandicapt wedstrijdje. NVA/HHC had maar vier eigen spelers en wij moesten ook drie spelers missen die op vakantie waren. NVA had twee eigen invallers kunnen vinden, maar kwam toen nog een man tekort. Aangezien Rutger v.d. Meij in het bad was om bij zijn broer Matthijs te kijken, hebben we gevraagd of hij wilde invallen. Geen probleem. Hij ging eerst meespelen, maar later in de wedstrijd ging hij keepen, wat hij in zijn eigen team ook doet en maakte zich heel verdienstelijk voor NVA/HHC. Hij hield heel wat balletjes uit het doel, anders had de score voor NVA/HHC er nog anders uitgezien. De invallers voor Rapido '82 waren Maarten de Bruin en Mark v.d. Meulen. De eindstand was 0-17. Maarten scoorde 3x, Joris 3x, Jeffrey 1x + 1P, Matthijs 1x + 1P, Mark 2x + 1P, Kevin 7x en Patrick 1x.

Hoorn – aspiranten A 18 maart 2000

De eerste wedstrijd tegen Hoorn was het 4-22 voor Rapido, dus bij de start van deze wedstrijd dachten de jongens: "oh, dat doen we wel even", maar de jongens van Hoorn hadden veel geleerd in de laatste vier maanden, dus werd er maar 1x gescoord in het eerste partje en wel door Matthijs. De score had hoger kunnen wezen als ze op een normale manier gooide op de keeper en niet als beginnelingen. In het tweede partje zorgden Matthijs en Sander voor de doelpunten (0-3).

In het begin van het derde partje zorgde Sander Bisschop voor een leuke afwisseling door zelf voor een doelpunt te zorgen in plaats van een tegen te houden. Hij moest in dit partje wel toezien dat er bij hem ook een bal doorging. Kevin scoorde 3x en Sander 1x. In het laatste partje werden er nog 3 doelpunten gescoord. Score: Sander 3x, Jeffrey 1x, Sander B. 1x, Kevin 5x en Matthijs 1x.

Ingrid Robbé

Z&WF – aspiranten A 25 maart 2000

Om 20.00 uur moesten we beginnen en om 19.55 uur was Patrick er nog niet. Hij ging namelijk rechtstreeks. Ja hoor, 19.56 kwam hij hijgend binnenlopen, dus we hadden een wissel. Jeffrey zorgde voor het eerste doelpunt, gevolgd door Sander B en in de laatste minuut zorgde Kevin met een klein boogballetje voor 3-0. In begin tweede partje zorgde Joris voor 4-0. Joris is nogal gek van drukballetjes, alleen jammer dat het merendeel er niet ingaat. In dit partje werd 3x gescoord: 0-7.

In het derde partje scoorde Sander binnen de zestig seconden en Kevin nog bij 3.45 te spelen. Het was leuk ballen van Kevin, mooi over de keeper heen gescoord en daarna bij een man meer weer een doelpunt van Kevin. Van de 7 meterlijn een schot van Matthijs en dankzij een beetje geluk ging hij het doel in. Stand 0-12. Laatste partje: binnen de minuut een doelpunt van Matthijs. Het volgende van Kevin binnen één minuut nog een van Kevin en nog een van hem. Bij een pass van Kevin uit de cornerhoek scoorde Sander, gevolgd door een doelpunt van Jeffrey en de laatste werd gemaakt door Patrick 0-19. Score: Jeffrey 2x + 1P, Matthijs 2x, Sander 4x, Kevin 9x, Patrick 1x en Joris 1x.

Ciska Jansz

15 april WZ&PC – Rapido

Nog twee wedstrijden (met deze meegerekend) en ongeslagen bovenaan, maar dat hebben we allemaal in ons krantje kunnen lezen. Aan het begin van de wedstrijd komt de heer Peter Rienstra naar me toe met de vraag of ik hem niet voor niets naar Z.O. Beemster heb laten komen. Ik zeg: 'hoe bedoelt u?'. Hij zei dat we bovenaan stonden en konden dus vanavond kampioen worden als we zouden winnen.

Ik heb dus maar niets tegen de jongens gezegd, anders kregen we zo'n zelfde wedstrijd als vorig jaar toen ze een beslissingswedstrijd moesten spelen. Zij konden nu dus vrijuit spelen. Het was wel zwaarder dan de wedstrijd in januari (gewonnen 9-2). Er zaten nu dispensatie spelers bij, maar dat mocht niet hinderen. We hebben gewonnen met 7-4.

1 ^e partje	2-0 door Mark en Kevin;
2 ^e partje	4-2 door Jeffrey en Kevin;
3 ^e partje	6-3 Kevin 2x,
4 ^e partje	7-4 door Kevin

Dus na de wedstrijd heb ik de jongens uit het water gehaald en gezegd dat de heer Rienstra iets te vertellen had. Hij riep de aanvoerder (Kevin) bij zich en feliciteerde hem en zijn team met het kampioenschap. Nou, ik kan je vertellen alle monden vielen open van verbazing. Dat was het leukste gezicht. Maar met de laatste wedstrijd 6 mei thuis doen we het dunnetjes over.

Aspiranten A-Aquarius dd. 6 mei 2000

Zoals het hele seizoen al het geval is geweest is ook deze wedstrijd met ruime cijfers gewonnen. Tussenstanden: 1^e partje 2-1, 2^e partje 6-3, 3^e partje 10-5 en de eindstand was 13-5. Na de wedstrijd ging, zoals het hoort, ook coach Ingrid Robbé te water. Hierna stond de taart klaar waarna de speech van Theo Edam volgde. Aangegeven werd door een aantal jongens dat zij – zichzelf de opvolgers van Heren 1 voelden. Dit is goed in de notulen opgeslagen dus hopen we dat de integratie bij Heren ½ volgend seizoen wordt doorgezet.

Maandag 2 april 2000 (2^e Paasdag)

We moesten om 7.45 uur bij de Planeet staan om een zeer lange waterpolodag te hebben. We gingen naar Zaandam. Toen we daar aankwamen en ons hebben omgekleed, gingen we een plaatsje zoeken voor onze spullen. Toen we dit gevonden hadden, moesten we (pupillenteam) wachten. In die tijd dat we moesten wachten gingen we in het pierenbad zwemmen.

Om 9.27 uur was onze eerste wedstrijd tegen de Kring. De Kring was een hele sterke ploeg voor ons. Na de wedstrijd gingen we terug naar onze spullen. Daarna gingen we spelen in het pierenbad tot de tweede wedstrijd om 10.54 uur.

Na deze wedstrijd gingen sommige kinderen naar hun ouders en anderen gingen nog zwemmen. We moesten heel lang wachten tussen de tweede en derde wedstrijd. We gingen in die tijd ook wat eten en drinken. De derde wedstrijd was namelijk om 13.12 uur.

We hadden totaal vijf wedstrijden over de hele dag. Het waterpolo was rond 16.40 uur afgelopen voor de pupillen. Na de laatste wedstrijd kregen we nog iets lekkers. Ik vond het een leuke dag met de pupillengroep.

Joyce Piek

Waterpolonieuws

Standen waterpolo-jeugdteams per 31-3-2000

Aspiranten	A	1e plaats	(8)
Aspiranten	B	5e plaats	(8)
Aspiranten	C	3e plaats	(10)
Pupillen	D	4e plaats	(10)
Pupillen	E	8e plaats	(10)
Pupillen	F	1e plaats	(7)

Dit waterpoloseizoen worden twee teams kampioen! **Aspiranten A en Pupillen F!**

De voorsprong op de andere teams is dusdanig dat zij niet meer ingehaald kunnen worden bij de laatste wedstrijden op 6 mei.

Bij het verschijnen van deze Rapido-Sport zal dit al behoorlijk zijn gevierd!



Uitslagen waterpolo- jeugdteams april 2000

1 april

asp. A	Heerhugowaard b	17-8
De Ham d	asp.B	11-6
Asp. C	Z & WF c	7-16
KZC c	pup. D	2-7
ZWV/Ner.g	pup. E	4-8
De Ham g	pup. F	2-11

8 april

asp.B	VZV a	11-5
ZWV/Ner,e	asp. C	5-5
Pup. E	De Ham f	8-13

15 april

WZ&PC b	asp. A	6-10
WZ&PC c	asp. B	10-6
Heerh.waardb	asp. C	5-9
Pup. D	Alliance e	3-4

Trainingen waterpolo-jeugd

Per 13 mei vervallen alle (reguliere) waterpolotrainingen, maar.....
We kunnen wel allemaal een balletje blijven gooien op de volgende uren;

Donderdag van 18.00 – 19.00 uur	pupillen en aspiranten o.14
20.00 – 22.00 uur	alle senioren en asp.o.16

Woensdag 17 mei is de laatste mini-waterpolo-training.

Voor de jeugd (pupillen) is er tevens een zwemtraining om jullie conditie op peil te houden op vrijdag van 17.00 – 18.00 uur in Planeet 2.

Mini-waterpolo

Sinds begin april is er op woensdag van 16.00 – 17.00 uur een “waterpolotraining” voor de jongste jeugd gestart. Het blijkt dat dit enthousiast bij de vereniging (en daarbuiten) wordt ontvangen want minimaal 12 kinderen is er elke woensdag druk bezig de beginselen van het waterpolo onder de knie te krijgen.

Deze waterpolotraining is voor kinderen van 6 en 7 jaar die minimaal het A-diploma hebben.

Op **zondag 21 mei van 13.00 tot 16.00 uur** zullen deze kinderen aan een mini-waterpolotoernooi kunnen deelnemen om het geleerde al in praktijk te brengen tegen kinderen van andere verenigingen. Het vertrek van De Planeet is 12.00 uur. We gaan dan naar De Slag in Zaandam.

Tevens zullen de andere mini-poloërtjes van 8/9 en 10/11 jaar weer worden benaderd om aan het laatste (uitgestelde) toernooi deel te nemen.

Kinderen die ook eens aan een mini-toernooi willen meedoen zijn uiteraard ook (gratis) op de woensdagmiddag van harte welkom. Opgeven voor de training hoeft niet maar degenen die aan het toernooi willen meedoen graag voor 15 mei even een telefoontje naar

Ingrid den Hartigh, tel. 539 0987.

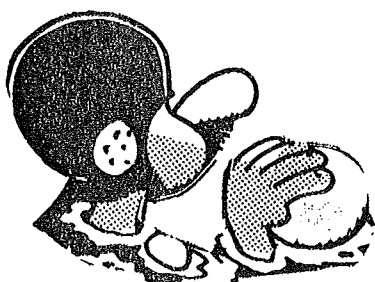
Familie-waterpolo-toernooi

Op **zondag 4 juni van 15.00 – 18.00 uur** is weer het jaarlijkse familie-waterpolo-toernooi.

Dit toernooi is bedoeld voor ALLE jeugdleden met hun familie, buren, vrienden, vriendinnetjes enz. De spelregels zullen worden aangepast zodat iedereen aan dit toernooi kan meedoen.

Ook zijn er bij dit toernooi coaches, scheidsrechters, enthousiast publiek enz. nodig dus er is voor ieder wat wils.

Noteer de datum alvast in je agenda en kom naar De Planeet 1 op zondag 4 juni a.s.!



Verslag aspiranten toernooi 2^e paasdag te Zaandam.

Maandagmorgen 2^e paasdag 7:30 uur vertrokken wij richting de Planeet.

Verzameltijd was 7:45 uur, en na het inchecken van Robbie Bruins vertrokken wij richting Zaandam.

Daar aangekomen moesten de aspiranten hun eerste wedstrijd spelen om 8:45 tegen De Robben.

Waarschijnlijk door het vroege uur liep het een beetje stroef.

Vooral de aangooien waren niet erg precies.

Mede door de strakke leiding van Robbie kreeg hij alle hoofden dezelfde richting uit.

De bruto speeltijd bedroeg 2x 6.30 minuut, dus de ,klok' stopte niet bij overtredingen of doelpunten.

Rapido kreeg de meeste kansen, maar scoren ging moeilijk.

Eindstand Rapido-De Robben 4-2.

Tweede wedstrijd was om 10:39 uur tegen DJK-ZAR.

Alle spelers op tijd uit het ,pierebad' gehaald door Robbie, waarna ze klaar werden gestoomd voor de 2^e wedstrijd.

Het partijje in het ,piere' had geen effect op de spelers, gezien de uitslag van 1-6.

Na 3,5 uur in het ,piere' moest Rapido aantreden tegen de dames van Nereus, en misschien dankzij de komst van Babethe Schregel(die de ochtend in Zeist was geweest) won Rapido met 7-0.

De 7-0 moest eigenlijk 8-0 zijn (doelpunt van Matthijs), maar die telde niet mee op het scorebord.

Laatste poulewedstrijd was tegen de dames van Alliance.

Om 15:51 uur, wat dankzij de strakke regie van de toernooileiding geen probleem was, werd ook deze wedstrijd met 6-0 gewonnen.

Dit bracht het team van Rapido in de finale, die om 17:30 uur gespeeld zou worden tegen de jongens van Alliance.

Een oude bekende uit de competitie waarvan 2x werd verloren.

Volop spanning dus voor de wedstrijd, maar ook tijdens de wedstrijd ging het om het scherpst van de snede.

Misschien door de aanmoedigingen van de aanwezigen op de tribune en die van Robbie, werd het 3-1 voor Rapido. (Twijfels of het derde wel ,echt' zat hé Mark)

Dus de buit (lees zaksnoep) was binnen.

Moe, maar voldaan vertrokken wij weer richting Haarlem.

De spelers van het Rapido team waren: Matthijs v.d. Meij, Erwin v.d. Meij,

Rutger v.d. Meij, Mark v.d. Meulen, Maarten de Bruin, Laura de Bruin,

Sander Bok en Babethe Schregel.

Coaches: Robbie Bruins(aspiranten)

Edwin Koehorst(pupillen)

Joyce Piek(pupillen)

Verslag: M.G. v.d. Meulen

PINKSTERK@MP

HOTLINE nr.3

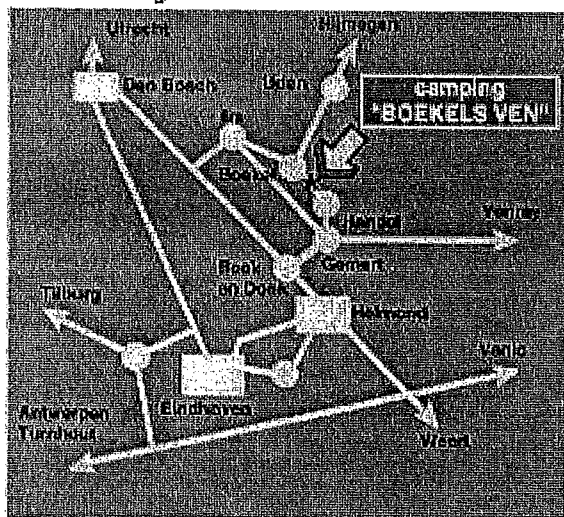
2000

Welkom bij de derde hotline voor het Pinksterk@mp van 2000.

Hier even de info omtrent de route naar camping Boekels Ven te Boekel. Het adres is als volgt;

Peelstraat 28-30
5427 EG Boekel
tel: 0492-321941

Hoe kom je er?



Vanuit Haarlem via de A9 en de A2 naar Den Bosch. Bij Den Bosch richting Helmond/Weert aanhouden en vervolgens afslag Uden. Via Erp verschijnt Boekel op de borden en in Boekel richting Handel. Bij binnenkomst in Boekel kijk je even op

het info bord om de Peelstraat te vinden.

Iedereen is welkom vanaf de vrijdag voor Pinksteren oftewel 9 juni. Indien je later komt willen wij dit graag weten net als wanneer je alleen komt bbq-en op zondag.

Verder willen we via deze weg melden dat er mogelijkheid zal zijn om de EK wedstrijd

Nederland-Tsjechie

te kijken. Tijdens die wedstrijd worden de teams beoordeeld op hun Oranjegezindheid. Geef dit aan iedereen door zodat we allemaal goed en oranje zullen zijn.

Nou, voor vragen kunnen jullie onderstaande personen aanspreken of bellen met Milo: 06-22934892.

Tijdens het kamp zal dit nummer ook te bereiken zijn voor de thuisblijvers in geval van nood.

Tot juni, tot Pinksterk@mp!

Ad Lindeman, Milo Gerritsen, John Machiels en Rob Verburg

De vormgeving van de waterpolotraining

Door: Jan-Bram van Luit

Voor waterpolotrainers en begeleiders!

A. Opstellen van een goed trainingsplan geeft antwoord op vragen als:

- Wat moeten sporters leren?
- Waar beginnen we? De beginsituatie is afhankelijk van de capaciteiten van de spelers, de gespeelde wedstrijden, teamgeest etc.
- Wat wordt er gedaan? Welke oefenstof?
- Hoe bieden we de stof aan? Oefenen en / of spelen?
- Welke organisatorische aspecten zijn belangrijk?
- Welk materiaal hebben we nodig?
- Hoe krijg je als trainer feedback over het verloop van de training en over de behaalde resultaten? Evaluatie?

B. De indeling van de training bestaat uit:

- Warming-up kant.
- Warming-up water. Het specifieke inzwemmen.
- De kern. Vloeiend verloop van het fysieke, technische en tactische leergedeelte.
- Spelen. Toepassen van het geleerde in spelsituaties.
- Cooling-down (uitzwemmen).

Afhankelijk van o.a. het niveau, de periode (periodisering) en situatie kunnen accenten (technisch, tactisch, fysiek en mentaal) t.a.v. vorm verschillen.

C. Altijd de voorbereiding van de training op schrift:

- De trainingsinhoud. Wat, in relatie met je trainingsdoelen.
- Aanwijzingen. Hoe? De belangrijkste aandachtspunten.
- Organisatie van de training.

D. Na de training:

- Notities maken (evaluatie):
 - ~ Wie was er niet?
 - ~ Wat hebben we gedaan, waar zijn we niet aan toegekomen?
 - ~ Hoe ging het? Wat / wie viel op?
 - ~ Aandachtspunten voor de volgende training(en) en wedstrijd(en).

DUS:

- Werk vanuit een meerjarenplanning ('technische lijn')
- Maak een jaarplanning. Verdeel het jaar in perioden / fasen. Houd rekening met de leeftijdsgroep, het beginniveau, de verdeling van training en competitie binnen de totale 'waterpolo-tijd', school / werk, vakanties, competitie, kring- / regiotrainingen en nationale trainingen en / of wedstrijden.
- Stel een goed trainingsplan op:
 - A. Doelstellingen, beginsituatie, oefenstof, organisatie, materiaal, aanbiedingsvorm, evaluatie.
 - B. Indeling van de training.
 - C. Voorbereiding altijd op papier.
 - D. Na de training, ook de evaluatie op papier.



WWW.RAPIDO82.NL

@ / info@rapido82.NL \ @

Seizoen 99-00: Bondscompetitie

Eindstanden

Afdeling Dames Hoofdklasse

Kampioenspoule	wed	pnt
Damixa/Het Raviijn	4	8
ZWV-Nereus	4	4
Gouwestaete	4	0
Poule 2		
Assuron/Donk	4	8
Polar Bears	4	3
BZC Brandenburg	4	1
Poule 3		
Rapido '82	4	8
De Ham	4	2
PSV	4	2
Degradatiepoule		
T&R Heidelberg	4	7
ZPB Profus	4	5
WVZ	4	0

Damixa/Raviijn is Kampioen van Nederland.
ZPB Profus speelt promotie/degradatie-
wedstrijden voor een plaats in de Hoofdklasse.
WVZ degradeert naar de Dames Eerste Klasse.



Afdeling B.H1

Bond heren eerste klasse

	Wed	Win	Gel	Vrl	Pnt	Div	Dit
BZ&PC 1	22	20	0	2	40	255	148
Rapido'82 1	22	18	1	3	37	250	166
VZC Veenendaal 1	22	18	1	3	37	299	153
De Zijl/LGB 1	22	16	1	5	33	207	160
Vivax 1	22	13	1	8	27	236	187
UZSC 1	22	9	2	11	20	218	190
Assuron/DONK 1	22	8	3	11	19	206	246
Alliance 1	22	7	4	11	18	201	227
Aquapoldro 1	22	5	3	14	13	172	249
Flevo 1	22	4	2	16	10	204	304
De Meer 1	22	2	1	19	5	133	212
Proface/DAW 1	22	1	3	18	5	160	299

BZ&PC 1 is afdelingskampioen en promoveert naar de Heren Hoofdklasse.

Rapido '82 1 speelt promotie/degradatiewedstrijden voor een plaats in de Heren Hoofdklasse.

Flevo 1, De Meer 1 en Proface DAW 1 degraderen naar de Heren Tweede Klasse.

Rapido '82 - VZC Vdaal 08 - 02

VZC Vdaal - Rapido '82 13 - 10

Afdeling B.HR2B

Bond heren reserve tweede klasse B

	Wed	Win	Gel	Vrl	Pnt	Div	Dit
BZ&PC 2	20	14	2	4	30	140	96
ZWV-Nereus 3	20	14	2	4	30	136	104
Rapido'82 3	20	14	1	5	29	143	98
Alliance 2	20	12	2	6	26	192	130
HZ Zian 3	20	11	1	8	23	145	120
WVZ 2	20	10	2	8	22	108	94
LZ 1886 3	20	6	4	10	16	118	123
Rapido'82 2	20	7	0	13	14	98	149
Gouwestaete 2	20	5	2	13	12	87	150
Proface/DAW 2	20	5	1	14	11	83	133
Assuron/DONK 3	20	3	1	16	7	89	142

Alliance 2-BZ&PC 2 gestaakt bij een uitslag van 3-5.

.Uitslag is wel opgenomen in de stand.

Assuron/Donk 3 degradeert naar de Districts-competitie.

BZ&PC 2 - ZWV-Nereus 3 04 - 03

ZWV-Nereus 3 - BZ&PC 2 06 - 05

Afdeling B.D2A

Bond dames tweede klasse A

	Wed	Win	Gel	Vrl	Pnt	Div	Dit
Gouwestaete 2	22	20	1	1	41	199	76
Alkemade 1	22	16	1	5	33	148	97
BZ&PC 1	22	14	2	6	30	125	97
De Ham 2	22	13	2	7	28	143	86
Rapido'82 2	22	11	4	7	26	166	136
Proface/DAW 1	22	11	1	10	23	81	84
De Zijl/LGB 1	22	10	0	12	20	130	145
GZC 1	22	10	1	11	19	101	117
Assuron/DONK 2	22	9	1	12	19	134	111
Alliance 1	22	6	1	15	13	100	160
UWV Wilskracht 1	22	2	3	17	7	98	201
KZC 1	22	1	1	20	3	66	181

Gouwestaete 2 is afdelingskampioen en promoveert naar de Dames Eerste Klasse.

UWV Wilskracht 1 en KZC 1 degraderen naar de Districtscompetitie.



Seizoen 99-00: Kring en Distrikt III

Standen bijgewerkt tot en met 30 april 2000

Afdeling D3.HR2 District 3 heren res. 2e klasse B

	Wed	Win	Gel	Vrl	Pnt	Div	Dit	Vlpt
Rapido'82 4	18	14	4	0	32	146	82	0
De Ham 3	18	13	1	4	27	164	109	0
ZWV-Nereus 6	18	11	1	6	23	164	134	0
NVA/HHC 2	18	9	1	8	19	101	115	0
Aquafit 2	17	8	2	7	18	132	97	0
VZV 2	17	8	0	9	16	112	130	0
DWT 3	18	6	1	11	13	99	121	0
De Otters/Het Gooi 3	18	5	1	12	11	115	156	0
DJK-ZAR 2	18	4	2	12	10	104	146	0
Alliance 3	18	4	1	13	9	123	170	0

Afdeling NH.P1D Kring Noord Holland P1D

	Wed	Win	Gel	Vrl	Pnt	Div	Dit	Vlpt
Z&WF D	8	8	0	1	16	76	35	0
Aquafit B	8	7	0	1	14	95	32	0
Hoorn B	9	7	0	2	14	87	35	0
Proface/DAW C	9	7	0	2	14	82	33	0
De Ham F	9	5	0	4	14	74	65	0
Aquarius C	9	3	1	5	7	63	73	0
Heerhugowaard'92 D	9	3	1	5	7	46	72	0
Rapido'82 E	8	2	0	6	4	37	61	0
ZWV-Nereus G	9	1	1	8	2	25	98	0
Alliance F	9	0	0	9	0	18	99	0

Afdeling NH.P2B Kring Noord Holland P2B

	Wed	Win	Gel	Vrl	Pnt	Div	Dit	Vlpt
Rapido'82 F	8	8	0	0	16	91	19	0
VZV C	9	8	0	1	16	96	24	0
De Ham G	14	5	1	4	11	48	65	0
Heerhugowaard'92 E	10	5	0	5	10	45	66	0
NVA/HHC D	9	3	0	6	6	63	67	0
VZV D	9	2	1	6	5	37	78	0
Alliance G	9	0	0	9	0	26	87	0

Afdeling NH.D1 Kring Noord Holland Dames 1

	Wed	Win	Gel	Vrl	Pnt	Div	Dit	Vlpt
Alliance 3	18	17	0	1	34	165	54	0
Aquarius 1	18	16	1	1	33	135	42	0
Rapido'82 3	18	13	1	4	27	160	75	0
ZWV-Nereus 5	17	11	0	6	22	102	68	0
Alliance 2	17	9	0	8	18	103	100	0
Alliance 4	18	6	1	11	13	77	120	0
Proface/DAW 2	18	6	0	12	12	84	107	0
Noordkop 1	18	5	0	13	10	62	113	0
Rapido'82 4	17	2	0	15	4	43	173	0
Aquafit 1	17	1	1	15	3	47	126	0

Afdeling NH.J1B Kring Noord Holland J1B

	Wed	Win	Gel	Vrl	Pnt	Div	Dit	Vlpt
Rapido'82 A	10	10	0	0	20	125	20	0
WZ&PC B	11	7	2	2	16	73	47	0
Aquarius A	10	7	1	2	15	65	40	0
Aquafit A	11	6	1	4	13	74	50	0
NVA/HHC B	11	4	1	6	9	48	72	0
Heerhugowaard'92 A	11	2	3	6	7	71	99	0
Hoorn A	11	2	2	7	6	43	79	0
Z&WF B	11	0	0	11	-2	19	111	2

Afdeling NH.J2C Kring Noord Holland J2C

	Wed	Win	Gel	Vrl	Pnt	Div	Dit	Vlpt
WZ&PC C	11	8	1	2	17	102	74	0
Alliance C	11	7	2	2	16	101	58	0
KZC B	11	7	2	2	16	74	43	0
De Ham D	11	6	1	4	11	66	64	2
Proface/DAW B	11	5	2	4	8	96	65	4
Rapido'82 B	11	4	0	7	8	74	78	0
ZWV-Nereus D	10	2	0	8	4	40	99	0
VZV A	10	0	0	10	0	30	102	0

Afdeling NH.J2D Kring Noord Holland J2D

	Wed	Win	Gel	Vrl	Pnt	Div	Dit	Vlpt
Alliance D	10	10	0	0	-20	141	18	0
ZWV-Nereus E	11	7	1	3	15	84	56	0
Z&WF C	10	7	0	3	14	132	46	0
Rapido'82 C	9	6	1	2	13	77	60	0
HPC A	11	3	0	8	6	40	113	0
DWT B	10	2	1	7	5	57	121	0
Aquarius B	11	2	1	8	5	47	109	0
Heerhugowaard'92 B	10	2	0	8	4	44	99	0

Afdeling NH.P1C Kring Noord Holland P1C

	Wed	Win	Gel	Vrl	Pnt	Div	Dit	Vlpt
Alliance E	9	9	0	0	18	78	16	0
Heerhugowaard'92 C	9	8	0	1	16	57	23	0
De Ham E	8	6	0	2	12	74	26	0
Rapido'82 D	8	6	0	2	12	55	26	0
ZWV-Nereus F	9	5	0	4	10	43	44	0
WZ&PC D	9	3	0	6	6	38	48	0
KZC C	9	3	0	6	6	45	66	0
VZV B	9	3	0	6	6	33	58	0
NVA/HHC C	9	1	0	8	2	26	85	0
WZ&PC E	9	0	0	9	0	17	74	0

Mei 2000

Aan alle zwemmers en zwemsters van Rapido '82.

Beste leden,

Zondag 18 juni is het weer zover: dan worden weer de Langebaanwedstrijden van onze vereniging georganiseerd in de kanobaan in Spaarnwoude. Zoals al enige jaren het geval is, vormen onze Langebaanwedstrijden de officiële opening van het Langebaanseizoen. Vandaar, dat vele bekende en succesvolle zwemmers en zwemsters uit heel Nederland naar onze wedstrijden komen om elkaars krachten in de eerste wedstrijd van het seizoen op de proef te stellen.

De wedstrijden van vorig jaar waren mede door jullie deelname een groot succes. Ook jullie trainers en begeleiders waren enthousiast. Dankzij jullie en jullie begeleiders begint het Langebaanzwemmen in Haarlem weer een begrip te worden. Van trainers en begeleiders zullen jullie nog alle details vernemen over voorbereiding en programma. Wij gaan er wederom van uit, dat Rapido '82 zeer sterk vertegenwoordigd zal zijn op haar eigen wedstrijd!

Houd daarom de datum van 18 juni vrij in je agenda!!

Tot ziens in de Kanobaan.

Namens de organisatie Langebaan 2000,

Jan Doesburg Smits

LANGEBAAANWEDSTRIJDEN HZ & PC RAPIDO '82

De vierentwintigste Langebaanwedstrijden van de HZ & PC Rapido '82 zullen worden gehouden op

ZONDAG 18 JUNI 2000

Plaats: KANOBAAN Recreatieschap Spaarnwoude

Aanvang: 11.00 uur

Meld je aan bij je trainer of bij degenen die de Langebaanwedstrijden coördineren.
Voor inlichtingen kun je bovendien terecht bij

Jan of Conny Smid

Rossinistraat 79

1962 PB Heemskerk

0251 230868

In het wedstrijdprogramma is het onderdeel **1000 m schoolslag en vrije slag Masters** opgenomen, alsmede de **1000 m vrije slag j.m.o. 15**.

In de volgende onderdelen hebben wij een extra **onderverdeling** voor het prijzenklassement aangebracht:

500 m: jongens 9 jaar en jonger en 11 jaar en jonger

500 m: meisjes 9 jaar en jonger en 11 jaar en jonger

2000 m: Heren 17 jaar en jonger en Heren ouder dan 17 jaar

2000 m: Dames 17 jaar en jonger en Dames ouder dan 17 jaar

Staal Unie zwemgala.

Dit werd wederom gehouden in Dordrecht. 08-04-2000.

Naar de Staal Unie zwemgala zijn 8 zwemmers van Rapido'82 heen geweest. Opmerkelijk snel was de 100m rugslag van Katinka. Er werden 14 pr's en 5 clubrecords gezwommen.

100m wisselslag meisjes 84/85

Katinka v. vastenhoven 1.08.12 I
Finale 1.08.35 III

100m vlinderslag jongens 86/87

Tim Stocker 1.11.75 pr (7) **cr/13**
David Markowski 1.18.89 pr (16)

100m rugslag dames

Katinka v. Vastenhoven 1.05.35 pr II **cr/16/17**
Barbara v. Rhijn 1.06.48 pr (5)

100m vrije slag heren

Remko de jong 0.53.21 (6)
Finale 0.53.25 (6)
Roald Kleist 1.00.31 (37)

100m wisselslag jongens 86/87

Tim Stocker 1.13.36 (4) pr **cr/13**
David Markowski 1.19.05 (12)

100m vlinderslag dames

Barbara v Rhijn 1.08.57 pr (8)

100m rugslag meisjes 86/87

Ingrid Bank 1.19.33 pr (10)

100m rugslag jongens 86/87

Tim Stocker 1.12.68 pr (5) **cr/13**

100m vrijeslag meisjes 86/87

Ingrid Bank 1.08.10 pr (15)

100m vrijeslag jongens 86/87

Tim Stocker 1.03.44 (14)
David Markowski 1.07.47.pr (23)

50m vlinderslag heren

Remko de Jong 0.26.70 (7)
Finale 0.26.80 (5)
David Markowski 0.34.47 pr (46)



100m wisselslag heren

Remko de Jong 1.02.68 (10)
Maarten Neerincx 1.07.65 pr (32)

50m rugslag dames

Katinka v vastenhoven 0.31.36 III
Finale 0.30.93 III
Barbara v Rhijn 0.31.79 (8)
Finale 0.32.06 (7)

50m schoolslag heren

Maarten Neerincx 0.34.48 (17)

50m vrijeslag heren

Remko de Jong 0.23.93 II
Finale 0.23.47 pr II
David Markowski 0.30.95 (54)

50m vrijeslag dames

Barbara v Rhijn 0.27.45 (5)
Finale 0.27.45 (6)



Uitslag Internationale. wedstrijd.

Deze wedstrijd werd gehouden op zondag 09-04 2000 te Kalmthout.

Met grote getalen ging men naar Kalmthout in België. Het bad is 4 banen breed en naar verluid heel warm.

Ook liet de sfeer wat te wensen over. Maar toch wisten Remko en Barbara een eerste plaats te halen, nadat alle slagen via de Fina puntentabel gehonoreerd waren.

50m vlinderslag dames

Barbara v Rhijn 0.30.17 I
Anke Rolvink 0.37.65
Ingrid Bank 0.38.68
Evelien Sohl GED

50m vlinderslag heren.

Remko de Jong 0.27.33 I
Martin Lommerse 0.31.79 III
Joost de Deugd 0.32.29

Vervolg Kalmthout

100m schoolslag meisjes 1989 e.l.

Renate Haack	1.19.71 I
Jose Rolvink	1.28.75 II
Inge Rolvink	1.34.36

100m schoolslag jongens 1989 e.l.

Stefan Haack	1.11.88 I
Loek Rolvink	1.14.06 pr II
Robbie Bruins	1.16.14 II

50m rugslag dames.

Evelien Sohl	0.33.50 I
Anika Hoogenstraaten	0.36.44



Anke Rolvink	0.38.10
Ingrid Bank	0.39.07

50m rugslag heren

Maarten Neerincx	0.31.33 pr II
Joost de Deugd	0.32.32 III

100m vrijeslag meisjes 1989 e.l.

Barbara v Rhijn	0.59.55 I
Linda Bank	1.03.28 I
Anika Hoogenstraaten	1.09.78

100m vrijeslag jongens 1989 e.l.

Joost de Deugd	0.58.14
Martin Lommerse	1.00.06 II
Tim Stocker	1.02.17 pr I CR/13

100m vlinderslag meisjes 1989 e.l.

Anke Rolvink	1.24.65
Linda Bank	DIS

50m schoolslag dames

Jose Rolvink	0.41.64
Anika Hoogenstraaten	0.44.31
Renate Haack	0.36.43 I

100m vlinderslag jongens 1989 e.l.

Remko de jong	1.00.72 I
Martin Lommerse	1.11.15 II
Tim Stocker	1.13.56 II
Maarten Neerincx	1.14.09 I

50m schoolslag heren

Stefan Haack	0.33.35 II B
Robbie Bruins	0.34.18
Loek Rolvink	0.34.56

100m rugslag meisjes 1898 e.l.

Evelien Sohl	1.11.33 I
Ingrid bank	1.22.21 III

100m rugslag jongens 1989 e.l.

Stefan Haack	1.06.91 pr I
Maarten Neerincx	1.08.24 II

50m vrijeslag dames.

Barbara v Rhijn	0.27.14 I
Linda bank	0.28.44 II
Renate Haack	0.30.60 III
Jose Rolvink	0.32.38
Ingrid bank	0.32.39

50m vrijeslag heren.

Remko de Jong	0.24.48 I
Loek Rolvink	0.27.77 II
Tim Stocker	0.29.25

4 x 50m wisselslag dames.

Evelien Sohl	0.34.94
Renate Haack	
Barbara v Rhijn	
Linda bank	2.10.08 I

4 x 50m wisselslag heren.

Joost de Deugd	0.32.37
Stefan Haack	
Remko de Jong	
Loek Rolvink	2.01.00 II



LAC WEDSTRIJD.

Gehouden op zondag 02-04-2000 te Haarlem.

Deze wedstrijd, die we samen met Start'99 zwommen, ging voortvarend. Het was niet zolang programma, zodat we snel klaar waren. Het leverde 30 pr's op en twee clubrecords.

200m wisselslag meisjes 1989 e.l.

Swanny Visser	3.05.03 pr I
Monique Sijtsma	3.14.54 pr III
Maaïke Klein	3.35.68 pr RC
Ilse Traksel	3.36.05 pr
Kyara v/d Sluis	3.38.99
Jitske Gruyters	3.41.02

200m wisselslag jongens 1989 el.

Kenneth Deinum	2.55.93 pr I
Peter Sohl	3.01.45 II
Wouter Allard	3.15.59 pr RD
Nick Stocker	3.25.12 pr III
Wietse Gruyters	3.40.16 RD
Reyer v/d Burger	3.41.54 RD
Felix Kramer	3.53.72
Rik Schregel	4.02.80

400m wisselslag dames.

Evelien Sohl	4.34.10 II
Babette Schregel	6.31.88 pr

400m wisselslag heren.

Joost de Deugd	5.08.73 I
Frank Joosten	5.28.12 II
Tim Klein	5.39.31 pr
Tim Stocker	5.43.25 pr II CR/13
Philippe v Ham	5.44.73



David Markowski	5.55.00 pr
Mark v/d Meulen	6.10.34 pr
Thijs Klein	6.45.49 pr
Jorrit Bakker	7.24.97 VC

200m rugslag meisjes 1989 e.l

Swanny Visser	2.59.49 pr I
Maaïke Klein	3.19.83 pr II A CR/10
Monique Sijtsma	3.19.83 III B
Kyara v/d Sluis	3.42.39 pr
Ilse Traksel	3.43.64 pr

200m rugslag jongens 1989 e.l

Peter Sohl	2.54.56 I
Kenneth Deinum	2.57.50 II



Wouter Allard	3.18.96 pr III
Nick Stocker	3.21.47 pr
Felix Kramer	4.02.55 pr

Speedo deel 4.

Gehouden op zondag 09-04-2000 te Haarlem.

Dit was de laatste Speedo-voorrunde van dit seizoen.

Het was een lange wedstrijd en zeer warm in de Planeet 1

Er werd natuurlijk goed gezwommen.

Soms was een serie een Rapido'82 onderonsje.

De kinderen zwommen met zijn allen maar liefst weer 29 pr's.

100m vrijeslag jongens 1988.

Niels de Groot	1.07.39 pr I
Peter Sohl	1.10.72 pr.II

100m vrijeslag meisjes 1988.

Swanny Visser	1.13.66 pr.I
Monique Sijtsma	1.20.06 pr
Petra Wingender	1.24.67
Ilse Traksel	1.25.56
Maaïke Allard	1.38.12 pr

100m schoolslag jongens 1990/91

Daan Visser	1.32.98 I
Wouter Allard	1.41.21 pr II
Lars de Groot	1.41.78 III
Rik Schregel	1.50.58
Wietse Gruyters	1.52.13
Felix Kramer	2.01.32
Sander Klinkenberg	2.09.75 pr SK
Pim Kramer	2.12.84 pr SL

100m schoolslag meisjes 1990/91

Kyara v/d Sluis	1.46.73 pr II
Maaïke Klein	1.50.43 pr
Isabl Boerdam	1.54.18 pr
Celine v Leuven	2.07.98 pr
Karin Bank	2.47.09 pr

Vervolg Speedo ronde 4.

50m vlinderslag jongens 1989.

Kenneth Deinum	0.37.55 I
Mickey Brouwer	0.55.54

50m vlinderslag meisjes 1989

Jitske Gruyters	0.45.66
-----------------	---------

200m wisselslag meisjes 1988

Swanny Visser	3.03.30 pr I
Monique Sijtsma	3.03.60 pr II
Petra Wingender	3.16.30
Ilse Traksel	3.45.02

200m wisselslag jongens 1988

Niels de Groot	2.51.73 pr I
Peter Sohl	2.53.76 II

100m wisselslag jongens 1990/91

Lars de Groot	1.26.58 I
Daan Visser	1.28.44 II
Wouter Allard	1.30.50 pr III
Felix Kramer	1.50.95

100m wisselslag meisjes 1990/91

Maaïke Klein	1.37.94 pr I
Kyara v/d Sluis	1.44.67

100m schoolslag jongens 1989

Kenneth Deinum	1.39.77 pr
Mickey Brouwer	1.46.06 pr

100m schoolslag meisjes 1989

Ilse Buskermolen	1.52.82 pr
Jitske Gruyters	1.59.88 pr

100m rugslag meisjes 1988

Swanny Visser	1.21.59 pr I
Monique Sijtsma	1.31.88 pr III
Petra Wingender	1.40.13
Ilse Traksel	1.46.93
Maaïke Allard	1.56.35

100m rugslag jongens 1988

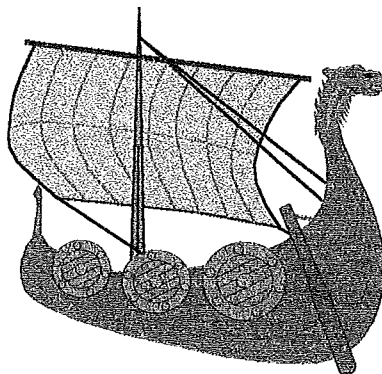
Peter Sohl	1.19.17 I
Niels de Groot	1.24.69 RD

100m vrijeslag jongens 1990/91

Wouter Allard	1.19.33 pr I
Lars de Groot	1.19.49 II
Daan Visser	1.21.95 pr III
Wietse Gruyters	1.35.16 pr
Felix Kramer	1.37.34
Pim Kramer	1.59.81 pr

100m vrijeslag meisjes 1990/91

Maaïke Klein	1.27.78 pr II
Kyara v/d Sluis	1.38.10
Isabel Boerdam	1.50.16 pr
Celine v leuven	2.03.00
Karin Bank	2.26.94

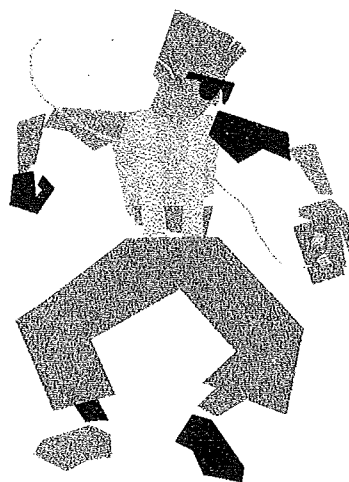


Zoals vermeld was dit de laatste Speedo-voorrunde.

Dus gaan we ons opmaken voor de Speedo kringfinale die op 13 en 14 mei gehouden wordt in Zaandam.

De eerste 21 kinderen van de Kring speedo ranglijst mogen daar zwemmen.

Dus per afstand en slag worden de beste 21 van de Kring-Noord Holland uitgenodigd. Hopelijk gaan er veel Rapido'82 kinderen heen.



Helga Sohl

Beker Wedstrijd KNZB eerste klasse.

Zondag 16 april 2000.

Deze wedstrijd werd gehouden met 14 andere verenigingen, die ook in de eerste klasse waren beland.

Rapido moest daarvoor naar Den Haag

Het waren alleen dames en heren nummers.

Rapido'82 werd 8-ste dit was een goede plaats al klinkt het van niet.

Je bent toch bij de beste 16 verenigingen van Nederland, want in de hoofdklasse zwommen ook 8 verenigingen.



200m vrijeslag dames.

Linda Bank 2.13.92 (7)

200m vrijeslag heren

Joost de Deugd 2.05.68 pr (13)

50m vlinderslag dames

Barbara v Rhijn 0.29.73 pr II CR/D

50m vlinderslag heren

Remko de Jong 0.26.32 pr II

100m rugslag dames

Anika Hoogenstraaten 1.17.90 (13)

100m rugslag heren

Maarten Neerincx 1.11.25 (14)RD

50m schoolslag dames

Renate Haack 0.36.58 pr.(6)

50m schoolslag heren

Stefan Haack 0.32.65 (9)

100m vrijeslag dames

Barbara v Rhijn 0.59.65 I

100m vrijeslag heren

Martin Lommerse 0.59.40 pr (11)

100m vlinderslag dames

Katinka v Vastenhoven 1.07.89 pr II CR/16/

100m vlinderslag heren

Roald kleist AA

50m rugslag dames

Katinka v. Vastenhoven 0.31.26 I

50m rugslag heren

Maarten Neerincx 0.31.46 (14)

100m schoolslag dames

Renate Haack 1.19.63 pr

100m schoolslag heren

Stefan Haack 1.12.02 (6)

50m vrijeslag dames

Linda bank 0.27.79 I

50m vrijeslag heren

Joost de Deugd 0.27.36 (13)

200m wisselslag dames

Evelien Sohl 2.34.31 (8)

200m wisselslag heren

Remko de Jong 2.16.48 (5)

4x100m wisselslag dames

Evelien Sohl 1.09.85

Renate Haack

Katinka v. Vastenhoven

Barbara v Rhijn 4.37.74

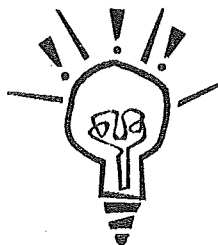
4x100m wisselslag heren

Maarten Neerincx 1.09.87

Stefan Haack

Remko de Jong

Joost de Deugd 4.21.16



Limiet wedstrijd

Zaandam 16 april 2000

Dit was een hele lange wedstrijd.

De wedstrijd begon om 13.00 uur en was om 17.15 uur afgelopen.

Het waren allemaal 100 en 200m nummers en de Rapido leden deden goed hun best om weer een heleboel pr's te zwemmen.

5x50m vrijeslag dames.

Anke Rolvink	0.32.53
Ingrid Bank	
Jose Rolvink	
Laura de Bruin	
Inge Rolvink	2.42.49

Swanny Visser	0.33.86
Kirsten Piek	
Petra Wingender	
Maaïke klein	
Ilse Traksel	GED

5x50m vrijeslag heren

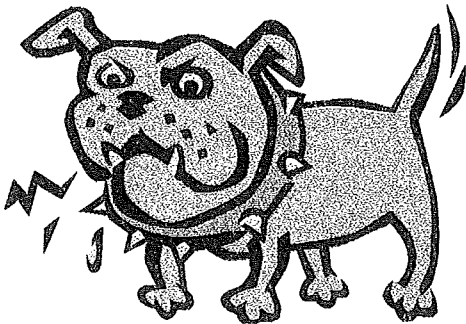
Tim Stocker	0.28.05
David Markowski	
Niels de Groot	
Tim klein	
Joris v Dijk	2.33.69

100m rugslag meisjes/ dames.

Ingrid Bank	1.19.68 II
Laura de Bruin	1.25.06 pr III
Swanny Visser	1.24.92
Kirsten Piek	1.40.00 pr

100m rugslag heren

Thijs klein	1.25.86 pr
-------------	------------



100m rugslag mix m/j 11 jaar e.j.

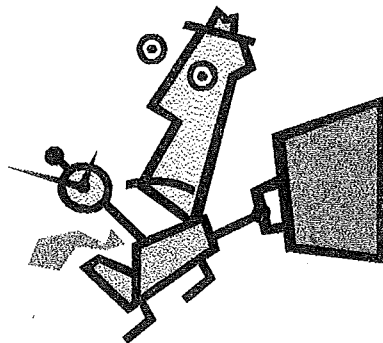
Kenneth Deinum	1.22.25 I
Lars de Groot	1.26.52 II
Nick Stocker	1.31.06 pr
Maaïke Klein	1.36.60 pr III
Kyara v/d Sluis	1.40.30
Jens de Groot	1.50.33 pr RF

200m rugslag meisjes/dames

Inge Rolvink	3.01.66 II
Sarah Hoogenstraaten	3.05.61 III

200m rugslag jongens/heren

Frank Joosten	2.32.06 III
Tim Stocker	2.37.71 I
Niels de Groot	2.49.73 pr II
Tim Klein	2.50.01 pr
Joris v dijk	2.57.21 pr



100m vlinderslag meisjes/dames

Anke Rolvink	1.21.70 pr II
Ingrid Bank	1.29.97 pr
Pera Wingender	1.38.57 pr
Ilse Traksel	1.50.87 pr

100m vlinderslag jongens/heren

David Markowski	1.18.82 pr
Mark v/d Meulen	1.32.15 pr
Thijs Klein	1.39.46

100m vlinderslag mix m/j 11 jaar e.j.

Kenneth Deinum	1.26.76 I
Lars de Groot	1.40.18
Maaïke Klein	1.47.96 pr II
Nick stocker	1.52.86 pr

200m vlinderslag meisjes/dames

Anke Rolvink	3.04.67 pr II
Jose Rolvink	3.07.20 pr I

200m vlinderslag jongens/heren

Tim Stocker	2.53.71 I
Peter Sohl	3.25.98 pr II

100m schoolslag meisjes/dames

Sarah Hoogenstraaten	1.31.50 II
Petra wingender	1.31.75 II
Monique sijtsma	1.38.05
Kirsten Piek	1.41.15 pr

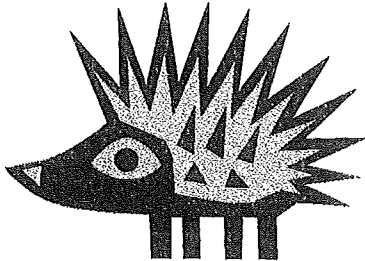
100m schoolslag jongens/heren

Maarten de Bruin	1.37.66
Marco Eliens	1.48.36 pr

Vervolg Limiet wedstrijd

100m schoolslag mix m/j 11 jaar e.j.

Kyara v/d Sluis	1.47.65 III
Julian v Leuven	1.52.74 pr
Anna Kalse	1.55.49
Celine v Leuven	2.05.19



200m schoolslag meisjes/dames

Anke Rolvink	3.07.10 I
Jose Rolvink	3.14.46 I
Petra Wingender	3.19.84 I
Swanny Visser	3.20.96 pr II
Sarah Hoogenstraaten	3.21.23 II
Laura de Bruin	3.23.91 pr III

200m schoolslag jongens/heren

Frank Joosten	2.54.46 II
Mark v/d Meulen	3.05.83 pr I
David Markowski	3.16.18 pr III

100m vrijeslag meisjes/dames

Jose Rolvink	1.11.93 II
Inge Rolvink	1.14.26 III

100m vrijeslag jongens/heren

Tim Stocker	1.02.03 pr I CR/13
Maarten de Bruin	1.17.16 pr
Thijs Klein	1.20.08

100m vrijeslag mix m/j 11 jaar e.j.

Lars de Groot	1.11.35 pr I CR/10
Kenneth Deinum	1.11.36 II
Nick Stocker	1.22.07 pr
Maaïke Klein	1.26.74 pr
Julian v. Leuven	1.37.31 pr
Jens de Groot	1.42.96 pr
Celine v. Leuven	1.56.50 pr
Anna kalse	2.02.74

200m vrijeslag meisjes/dames

Ingrid Bank	2.31.66 pr I
Inge Rolvink	2.39.27 pr
Laura de Bruin	2.45.15
Monique Sijtsma	2.53.25
Ilse Traksel	3.10.54 pr
Kirsten Piek	3.13.96 pr

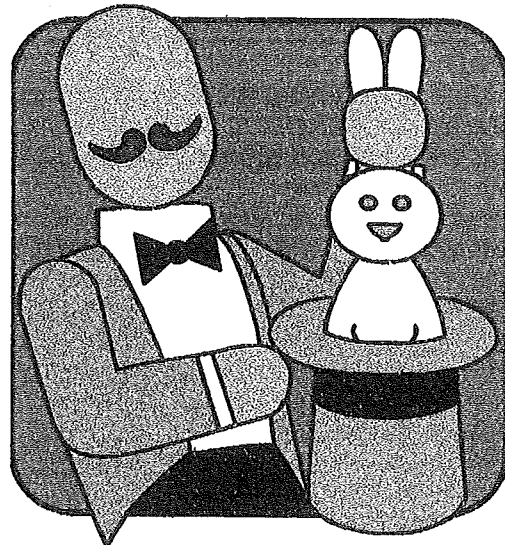
Helga Sohl

200m vrijeslag jongens/heren

David Markowski	2.27.04 III
Niels de Groot	2.32.85 pr III
Peter Sohl	2.43.46 pr
Marco Eliens	3.29.25 pr

8x50m vrijeslag m/j 11 jaar e.j.

Maaïke Klein	0.38.38
Lars de Groot	
Kyara v/d Sluis	
Julian v Leuven	
Celine v Leuven	
Nick Stocker	
Anna Kalse	
Kenneth Deinum	EA geen tijd.



Internationale Youth Swimming Cup.

Deze internationale wedstrijd werd gehouden in Antwerpen op zaterdag 24 en zondag 25 april.

Aan deze wedstrijd deden, Duitsers, Engelse, Fransen, Schotten, en natuurlijk Belgen mee. Het was dit jaar verdeeld over twee hele dagen, omdat de Belgische zwemvereniging het evenement voor de tiende keer organiseerde.

We gingen dus zaterdagochtend vroeg uit de veren, om die ochtend om 8 uur in te zwemmen.

Het bad is een 50m bad dus er werden wat minder pr's gezwommen.

Er werd vreselijk goed gepresteerd, door de Rapido-ploeg, want we wonnen alles wat er maar te winnen viel aan bekertjes en wisselbekertjes.

We hadden een beker voor onder de 10 en 12 jaar

Een beker voor onder de 14 en 16 en 18 jaar

Beker voor de Beste Club

We kregen van Antwerpen een tegel voor de beste club. We kregen ook een standaard voor de beste club.

De beste zwemster bepaald via de FINA-lijst was Katinka v. Vastenhoven.

De meest complete zwemster was eveneens Katinka v. Vastenhoven.

Maar dit was nog niet alles, want persoonlijk behaalde men te samen maar liefst 27 x een gouden medaille, 17 x een zilver medaille en 17 x een bronzen medaille.

200m vrijeslag jongens 1989 en eerder.

Remko de Jong	2.09.92 (5)
Martin Lommerse	2.14.60 (17)
Loek Rolvink	2.14.76 (12)
Tim Stocker	2.23.30 (7)
Tim Klein	2.28.97 (25)
Kenneth Deinum	2.34.65 pr III CR/11
Peter Sohl	2.49.77 (10)
Marco Eliens	3.30.77 (31)

200m vrijeslag meisjes 1989 en eerder.

Barbara v Rhijn	2.16.44 II
Linda bank	2.17.15 I
Evelien Sohl	2.26.15 II
Anke Rolvink	2.33.64. (6)
Anika hoogenstraaten	2.35.66 III
Ingrid Bank	2.35.68 (10)
Monique Sijtsma	3.02.81 (23)

100m rugslag jongens 1989 en eerder.

Stefan haack	1.08.68 (7)
Maarten Neerincx	1.12.37 (8)
Maikel Kortekaas	1.15.51 (6)
Frank Joosten	1.15.71 (8)
Peter Sohl	1.21.17 I
Joris v Dijk	1.21.62 (14)
Nick Stocker	1.29.09 pr (10)

100m rugslag meisjes 1989 en eerder.

Katinka v .vastenhoven	1.09.11 I
Evelien Sohl	1.11.39 I
Linda Bank	1.14.53 III
Anika Hoogenstraaten	1.22.40 III
Swanny Visser	1.23.26 (4)
Inge Rolvink	1.29.94 (22)
Jitske Gruyters	1.33.62 pr RD

200m vlinderslag jongens 1989 en eerder.

Roald Kleist	2.41.07 III
Martin Lommerse	2.41.99 I
Tim Stocker	3.02.56 III
David Markowski	3.07.23 (5)
Kenneth Deinum	3.10.87 pr I
Maarten Neerincx	VC

200m vlinderslag meisjes 1989 en eerder.

Anke Rolvink	3.10.38 I
Monique Sijtsma	3.38.02 pr I

200m wisselslag jongens 1989 en eerder.

Remko de Jong	2.23.32 III
Stefan Haack	2.32.49 (8)
Frank Joosten	2.41.32 (9)
Maikel Kortekaas	2.43.50 (11)
Tim Klein	2.45.82 (21)
Nick Stocker	3.27.35 (15)



Vervolg Antwerpen (1)

200m wisselslag meisjes 1989 en eerder.

Inge Rolvink	3.03.92 (22)
Petra Wingender	RE

100m schoolslag jongens 1992/91/90

Daan Visser	1.36.95 I
Wouter Allard	1.42.62 II
Wietse Gruyters	1.53.17 (5)

100m schoolslag meisjes 1992/91/90

Kyara v/d Sluis	1.48.94 II
Maaïke Klein	1.52.13 (15)

50m vlinderslag jongens 1989 en eerder.

Remko de Jong	0.26.92 I
Roald Kleist	0.29.67 pr (5)
Maarten Neerincx	0.31.52 II
Martin Lommerse	0.31.52 (17)
Maikel Kortekaas	0.32.39 (13)
Tim Stocker	0.32.58 II
Frank Joosten	0.34.31 (16)
David Markowski	0.36.41 (13)
Kenneth Deinum	0.27.77 (4)
Peter Sohl	0.38.18 (5)
Marco Eliens	0.50.05 (26)
Joris v Dijk	AA

50m vlinderslag meisjes 1989 en eerder.

Barbara v Rhijn	0.30.07 I
Evelien Sohl	0.32.85 pr II CR/14
Linda Bank	0.34.78 (9)
Ingrid Bank	0.37.21 (20)
Anke Rolvink	0.39.33 (13)
Jose Rolvink	0.39.78 pr (26)
Monique Sijtsma	0.43.11 (15)
Petr Wingender	0.44.51 (19)
Jitske Gruyters	0.47.06 (4)
Ilse Traksel	0.49.93 pr (31)

30m rugslag jongens 1989 en eerder.

Maarten Neerincx	0.32.96 (8)
Martin Lommerse	0.35.23 (8)
Tim Stocker	0.37.50 (15)
Joris v Dijk	0.38.03 (14)
Peter Sohl	0.39.34 II
Nick Stocker	0.42.19 II
Kenneth Deinum	0.42.28 (13)
Marco Eliens	0.49.07 (40)



50m rugslag meisjes 1989 en eerder.

Katinka v Vastenhoven	0.31.96 I
Barbara v Rhijn	0.33.02 I
Evelien Sohl	0.33.49 I
Linda Bank	0.34.52 II
Anika Hoogenstraaten	0.37.27 (5)
Swanny Visser	0.37.72 pr III
Ingrid Bank	0.39.28 (13)
Anke Rolvink	0.40.47 (13)
Inge Rolvink	0.42.35 (36)
Ilse Traksel	0.46.46 pr (28)
Jitske Gruyters	0.47.85 pr (32)

50m vrijeslag meisjes 1992/91/90

Maaïke Klein	0.38.17 pr (18)
Kyara v/d Sluis	0.41.52 (18)

50m schoolslag jongens 1989 en eerder.

Stefan Haack	0.34.02 III
Loek Rolvink	0.34.85 (6)
Maarten Neerincx	0.36.84 (9)
Martin Lommerse	0.40.04 (21)
Tim Stocker	0.43.74 (22)
Peter Sohl	0.51.64. (25)



50m schoolslag meisjes 1989 en eerder.

Evelien Sohl	0.39.17 pr II
Jose Rolvink	0.41.66 (7)
Petra Wingender	0.42.19 II
Anke Rolvink	0.42.51 (14)
Swanny Visser	0.42.62 pr (4)
Linda Bank	0.45.17 (20)
Monique Sijtsma	0.49.29 (20)
Ilse Traksel	SD

4x 100m vrijeslag jongens 1989 en eerder.

Stefan Haack	1.01.72
Martin Lommerse	
Loek Rolvink	
Remko de Jong	4.00.33 (6)

4x 100m vrijeslag meisjes 1989 en eerder.

Linda Bank	1.02.34
Evelien Sohl	
Katinka v Vastenhoven	
Barbara v Rhijn	4.13.65 I

200m schoolslag jongens 1989 en eerder.

Loek Rolvink	2.44.04 I
Frank Joosten	3.06.28

Vervolg Antwerpen (2)

200m schoolslag meisjes 1989 en eerder.

Jose Rolvink	3.13.75 (9)
Petra Wingender	3.19.51 I
Sarah Hoogenstraaten	3.06.28 (4)

100m vrijeslag jongens 1989 en eerder.

Remko de Jong	0.55.21 II
Roald Kleist	1.01.35 (11)
Martin Lommerse	1.03.01 (22)
Loek Rolvink	1.04.01 (21)
Tim Stocker	1.04.17 (6)
David Markowski	1.08.36 (19)
Tim Klein	1.09.30 (41)
Joris v Dijk	1.11.70 (42)
Kenneth Deinum	1.12.86 (6)
Peter Sohl	1.14.69 (10)
Nick Stocker	1.24.80 (26)
Marco Eliens	1.32.13 pr (49)

100m vrijeslag meisjes 1989 en eerder.

Linda bank	1.01.98 I
Ingrid Bank	1.08.93 (17)
Anika Hoogenstraaten	1.09.48 (5)
Jose Rolvink	1.11.86 (27)
Inge Rolvink	1.16.65 (55)
Anke Rolvink	AA
Swanny Visser	1.16.75 (19)
Sarah Hoogenstraaten	1.21.31 (11)
Monique Sijtsma	1.21.55 (28)
Ilse Traksel	1.23.74 pr (31)
Jitske Gruyters	1.36.51 (48)
Barbara v Rhijn	AA

200m rugslag jongens 189 en eerder.

Joost de Deugd	2.27.81 III
Maarten Neerincx	2.35.04 (4)
Peter Sohl	2.51.39 I
Marco Eliens	3.48.40 pr (13)

200m rugslag meisjes 1989 en eerder.

Katinka v Vastenhoven	2.31.79 I
Barbara v Rhijn	2.33.02 I
Evelien Sohl	2.35.71 I
Linda Bank	2.40.92 III
Anika Hoogenstraaten	2.55.09 III
Ingrid Bank	2.59.28 (16)
Inge Rolvink	3.05.56 (17)
Swanny Visser	3.05.61 (6)



100m vlinderslag jongens 1989 en eerder.

Remko de Jong	1.01.32 II
Roald Kleist	1.09.12 (6)
Martin Lommerse	1.09.53 (60)
Maarten Neerincx	1.12.75 (11)
Frank Joosten	1.14.94 (8)
Tim Stocker	1.15.14 III
Tim Klein	1.17.44 (18)
Niels de Groot	1.21.04 I
Kenneth Deinum	1.23.03 II
David Markowski	VC
Maikel Kortekaas	AA

100m vlinderslag meisjes 1989 en eerder.

Katinka v Vastenhoven	1.10.20 II
Barbara v Rhijn	1.11.84 II
Evelien Sohl	1.15.09 pr III
Ingrid Bank	1.36.06 (19)
Monique Sijtsma	1.36.89 pr (10)
Ilse Traksel	1.54.15 (14)
Petra Wingender	AA



100m vrijeslag jongens 1992/91/90.

Lars de Groot	1.12.62 I
Wouter Allard	1.18.94 pr (4)
Daan Visser	1.23.49 (8)
Wietse Gruyters	1.34.93 pr (13)
Jens de Groot	1.47.53 (9)

100m vrijeslag meisjes 1992/91/90.

Maaïke Klein	1.27.60 (12)
Kyara v/d Sluis	1.34.49 (15)

50m vrijeslag jongens 1989 en eerder.

Remko de Jong	0.24.61 II
Joost de Deugd	0.28.08 (16)
Martin Lommerse	0.28.26 (17)
Stefan Haack	0.28.35 (19)
Loek Rolvink	0.28.43 (21)
Tim Stocker	0.30.03 (10)
Maikel Kortekaas	0.31.41 (22)
Tim Klein	0.31.58 (42)
Niels de Groot	0.31.67 (4)
David Markowski	0.32.06 (27)
Joris v Dijk	0.32.60 (44)
Kenneth Deinum	0.33.89 (11)
Peter Sohl	0.34.03 (12)
Nick Stocker	0.35.78 pr (24)

Vervolg Antwerpen (3)

50m vrijeslag meisjes 1989 en eerder.

Barbara v Rhijn	0.28.02 II
Linda bank	0.28.55 I
Katinka v Vastenhoven	0.29.68 (4)
Evelien Sohl	0.30.70 (7)
Anika Hoogenstraaten	0.31.70 (6)
Ingrid Bank	0.32.15 (22)
Jose Rolvink	0.32.46 (24)
Swanny Visser	0.33.85 (13)
Sarah Hoogenstraaten	0.34.76 (12)
Inge Rolvink	0.35.03 (45)
Monique Sijtsma	0.35.76 (25)
Ilse Traksel	0.38.90 pr (43)
Jitske Gruyters	0.40.84 (57)
Anke Rolvink	AA

50m rugslag jongens 1992/91/90

Daan Visser	0.40.37 I
Wouter Allard	0.43.56 pr (5)
Wietse Gruyters	0.46.25 pr (8)
Lars de Groot	0.41.56 (4)
Jens de groot	0.52.20 (5)

50m rugslag meisjes 1992/91/90

Maaïke Klein	0.45.00 pr (5)
Kyara v/d Sluis	0.48.62 (13)

100m schoolslag meisjes 1989 en eerder.

Jose Rolvink	1.33.14 (14)
Sarah Hoogenstraaten	1.33.23 (9)
Petra Wingender	1.34.06 III
Anke Rolvink	AA

100m schoolslag jongens 1989 en eerder.

Loek Rolvink	1.15.80 III
Stefan Haack	1.18.11 (8)
Joost de Deugd	1.20.45 (5)
Marco Eliens	1.50.60 (32)

4x 100m wisselslag jongens 1989 en eerder.

Joost de Deugd	1.09.90
Stefan Haack	
Roald Kleist	
Remko de Jong	4.30.66 II

4x 100m wisselslag meisjes 1989 en eerder.

Evelien Sohl	1.13.61
Katinka v Vastenhoven	
Barbara v Rhijn	
Linda Bank	4.47.69 I

Helga Sohl

Antwerpen 28-02-1992

Notulen Jaarlijkse Algemene Ledenvergadering Rapido '82

datum: 31 maart 2000

plaats: clubhuis Rapido '82, 20.00 uur

1. Opening

Voorzitter Theo Edam opent de vergadering, en verwelkomt met name de jubilarissen (zie bijzondere verenigingsgebeurtenissen), en zijn "collega voorzitter" Vic Kerkhoff. Tevens een welkom aan de trainer van de dames selectie, Jan Bram van Luit. Het is goed te constateren dat een hoofdtrainer de moeite neemt de jaarvergadering te bezoeken. Theo Edam meldt dat Theo Portegies, penningmeester, wegens het vieren van zijn 25 jarige bruiloft niet bij de jaarvergadering aanwezig is.

1999 is opnieuw een jaar geweest van consolidatie. Bij het waterpolo heeft ons D1 team goed meegedraaid in de hoofdklasse, terwijl H1 moeiteloos in de top van de 1e klasse presteert. De zwemploeg is op luttele punten na niet gepromoveerd. Als de instroom goed wordt geregeld, moeten we zeker in de hoogste zwemcompetitie kunnen acteren. Onze elementair afdeling draait uitstekend, inclusief een goede "doorstroom" van de kinderen naar de zwem- en poloafdelingen. Er is een goede staf instructeurs, waardoor de kinderen snel worden opgeleid voor de diploma's.

Ogenschijnlijk zijn er dus geen zorgen, maar die zijn er wel. We moeten ervoor vrezen dat we over enige jaren zullen zijn teruggezakt. We zijn een rijke vereniging, echter bestuur heeft een probleem omdat we zoekende zijn naar de juiste bestedingsvormen. Die moeten in het teken staan van de jeugd, bijvoorbeeld meer badwater. Het is makkelijk gezegd dat de jeugdopleiding verbeterd moet worden, maar hoe?

Dus: we moeten kwalitatieve voorzieningen aanbrengen voor de opleiding en werving van de jeugd om te voorkomen dat we in een "gat" vallen.

De trainersstaf is bij Rapido '82 van uitstekende kwaliteit, de nadruk zal in de komende tijd echt moeten liggen op het te ontwikkelen beleid.

2. Ingekomen berichten en mededelingen

Afmeldingen ontvangen van: Bram Schenk; Marijke Schenk; Fam. Portegies; Peter Traksel. Verlaat: is Ben Willemze.

3. Vaststelling notulen algemene ledenvergadering 26 maart 1999

Tekst: Remko de Jong ipv Remco de jong

Inhoudelijk:

J Smid: De gewenste bespreking in kleine kring betreffende de financiën heeft plaatsgevonden. Er is vorig jaar de wens uitgesproken meer bestuursaanwezigheid bij zwemwedstrijden te hebben. Dat is niet gebeurd, er is geturfd, met de conclusie dat er nooit een bestuurslid bij een van de zwemwedstrijden aanwezig is geweest.

Voorzitter geeft toe dat dit niet goed is, ondanks dat de intentie er wel is. Tot nu toe komt het er gewoonweg te weinig van. Er wordt beloofd dat dit op korte termijn zal verbeteren.

Verder zijn de notulen zonder inhoudelijke wijziging vastgesteld.

4. Bijzondere verenigingsgebeurtenissen.

In het jaar 2000 zijn er diverse leden die hun jubileum vieren.

Dit zijn: 25 jaar: M. Schulze
40 jaar: M. Scholtens-Kerkhoff, P. vd Booren, G. Pennaerts-Zieren.

Daarnaast is er door een fout in 1999 geen aandacht besteed aan 2 jubilea.

Dit zijn: 60 jaar lid: H. Willemze (tevens lid van verdienste)
 25 jaar lid: A. Lindeman

De voorzitter is verheugd dat alle jubilarissen aanwezig zijn, en heeft over ieder van hen een kort verhaal of een anekdote uit het verleden. Alle jubilarissen worden in de bloemen gezet en krijgen een herinnering.

Uitreiking Gé Wildschutbokaal door Henk Rookhuiszen.

Het is elk jaar een genoegen, maar ook een zware opgave om de voorbereidingen te treffen voor de Gé Wildschutbokaal. Gé Wildschut deed alles binnen de club. Trainen, zwemmen, poloën, langebaan, bestuur, alles.

Ok van Batenburg, Gé Wildschut en Henk Rookhuiszen hebben uiteindelijk Njord '59 opgericht, met als doel: hard zwemmen, poloën, niet drinken, niet roken, etc. Jaren is dat goed gegaan, maar sinds een aantal jaren niet meer.

We hebben weinig sporters meer die alles doen. Onze sporters presteren weliswaar goed, maar vaak wordt al snel een keuze gemaakt voor ofwel zwemmen ofwel waterpolo. Daarom is het bijna niet meer mogelijk de beker uit te reiken aan veelzijdige sporters binnen de club. De laatste jaren is de beker verworpen tot een 'talenten' beker. Dat is jammer.

Dit jaar zijn genomineerd voor de beker drie aanstormende talenten, namelijk Lars de Groot, Niels de Groot en Peter Sohl.

Uiteindelijk is de keuze gevallen op Peter, die (gelukkig) wel polo speelt, en hard zwemt. Lars is 2e geworden, en Niels 3e.

5. Vaststelling jaarverslag secretaris

Vastgesteld, onder vermelding van de datum van het gesprek met de ouders van zwemmers, die reeds in 1998 was.

6. Vaststelling verslagen van:

Zwemcommissie:

Complimenten over de uitvoering, vastgesteld.

Polocommissie:

Rob vd Horst citeert: 'H4 en 5 zoals vertrouwd niets bijzonders te melden'. H5 is echter opgeheven. Dirk Jan Sohl: dit was in 2000.

Vastgesteld.

Langebaancommissie:

Rob Bruins: is op zoek naar de records. Wil je langebaanzwemmen promoten, dan moeten de records bekend zijn. Voorzitter: in ons clubhuis dient een plek gevonden te worden voor die records.

Vastgesteld.

Kantinecommissie:

Vastgesteld.

Materiaalcommissaris:

Henk Rookhuiszen: er wordt zeer slordig omgesprongen met materiaal. Misschien omdat wij zo rijk zijn. De leden moeten hierop echt veel meer gaan letten.

Frans Pruijn: nieuwe kopieermachine niet opgenomen op de lijst.
Dirk Jan Sohl: er zijn dit jaar 5 pupillenballen cadeau gedaan door de kring Noord Holland, dit als tegenprestatie voor gebruik van het materiaal.
Milo Gerritsen: voor het clubhuis zijn nieuwe effectlampen aangeschaft. Komen die ook op de materiaallijst? Erik van den Bree: nee, worden geactiveerd op boekhouding clubhuis.
Vastgesteld.

Elementaircommissie:

Vastgesteld, onder vermelding van grote aantal vrijwilligers.

7. Financiën:

7.1 behandeling en vaststelling rekening en verantwoording boekjaar 1999 Rapido '82

Roald Kleist: bijzondere baten begroot: op 38.000, werkelijk 45.000. Waaruit blijkt dat verschil?

Door zelfwerkzaamheid zijn we behoorlijk uit de brand gekomen. Er is een x bedrag geclaimd, is gestort op Rabo herstelrekening, en gereserveerd op de balans.
Er is echter minder uitgegeven. Het restant is overgeboekt van de reservering naar bijzondere baten.

Roald: Reservering materialen tov uitgaven: klopt niet. Niet alle uitgaven worden uit de reservering gehaald. Dit zal verder worden gespecificeerd aan Roald.

Milo Gerritsen: begroot 2000: fl. 20.000, - bijzondere baten waarvoor?

De vereniging is bezig met het overhevelen van de stichting activiteiten naar de club.
Hierover zijn onderhandelingen gaande met de KNZB.
De inkomsten tot nu toe van de stichting moeten dus in de club stromen, dit is fl. 20.000, -

Cees Rolvink: de post incidentele badhuur, waar komt die vandaan?

Er is in de loop van het jaar besloten de buitengewone uitgaven te specificeren als incidenteel. Dit om meer inzicht te krijgen.

Vastgesteld.

7.2 vaststelling verslag kascontrolecommissie

De decharge verklaring voorgelezen door E vd Bree.
Onder applaus decharge verleend.

7.3 vaststelling contributie 2000/2001

Het bestuur ziet momenteel geen aanleiding verandering aan te brengen in de hoogte van de jaarlijkse contributie. Overigens heeft het bestuur de volmacht van de vergadering om indien noodzakelijk de contributie aan te passen.

7.4 vaststelling begroting 2000

Henk Rookhuiszen: Langebaan is begroot op 500. Er is echter per langebaan een tekort van 1500, - Dit dient aangepast te worden. Voorstel 1500, - aangenomen

Jan Smid: voor boetes is fl. 500, - opgenomen. Dit is laag. Toch houden we dat zo om de drempel hoog te houden.

Henk Rookhuiszen: onkosten trainers gaat naar beneden. Hoe komt dat?

Hier is naar gekeken, bestuur meent dit goed begroot te hebben. Deze kosten gaan wellicht verder omhoog als we moeten investeren in kwaliteit. De tijd zal dat moeten leren. Voor 2000 is echter realistisch begroot.

Vastgesteld met 1 wijziging in de begroting voor 2000.

8. Bestuursverkiezing:

Aftredend en herkiesbaar is penningmeester T. Portegies.

Tussentijds is afgetreden bestuurslid E. Breems. Ten tijde van de vergadering was deze functie nog vacant.

Theo Edam: momenteel zou er een 5 mans bestuur moeten zijn, echter er zijn 4 leden, en dus 1 vacature. Uiteindelijk kan en moet het streven zijn uit te breiden naar 7 leden, met 'portefeuillehouders' die verantwoordelijk zijn voor de samenwerking met de diverse afdelingen binnen de club.

De leegte na vertrek van EB is moeilijk op te vullen. Een aantal personen is gepolst voor een bestuursfunctie, echter tot nu toe zonder succes. Dat is jammer, maar een feit. Er zijn geen kandidaten aangemeld, voorstel is dat het bestuur doorzoekt naar een geschikte kandidaat.

Roald Kleist: het kan belangrijk zijn bij die keuze een "zwemmer" te kiezen, in verband met de huidige interesseverhouding binnen bestuur. Hier is rekening mee gehouden, echter de benaderde kandidaten hebben negatief gereageerd.

Ben Willemze: de ouders van zwemmers kunnen best eens gepolst worden, want daar zullen best goede bestuurders tussen zitten.

Bestuur heeft tot nu toe gezocht binnen de actieve groep. Moet nu dus daarbuiten gaan zoeken, eventueel met behulp van de zwemcommissie.

Voorstel aangenomen.

Herbenoeming Theo Portegies: herkozen.

9. Benoeming commissies ex art 13 statuten:

Zwemcommissie: C. Smid, H. Sohl, Y. Sijtsma. afscheid J vd Horst, H Emmink

Polocommissie: B. Willemze, F. Pruyn, I. Den Hartigh, D.J. Sohl,
F. v. Tongeren. Afscheid T. Vermeer.

Kantinecommissie: D. Portegies, A. Haack, J. Bol, P. Stam, R. Klein, M. Schulze,
J. Doesburg Smits, F. Pruyn. Afscheid J vd Horst

Materiaalcommissaris: W. Makkes vd Deijl.

Elementaircommissie: G. Rookhuiszen, H. Rookhuiszen.

Milo Gerritsen: Pinksterkampcommissie wordt niet genoemd, komt daar op de rondvraag op terug.

10. Benoeming kascontrolecommissie ex art 16 lid 3+4 statuten

De commissie bestond uit Martin Schulze (aftredend) en Peter Traksel.

Reserve was Roald Kleist. De nieuwe commissie zal derhalve bestaan uit P. Traksel, R Kleist, als reserve biedt zich aan Ton van Soest.

11. Beschikbaar stellen gegevens van onze leden aan potentiële sponsors.

Er is momenteel een sub-sponsorovereenkomst met de Rabobank. De Rabobank (en andere benaderde sponsors) vragen om het beschikbaar stellen van de gegevens van onze leden.

Om dat als vereniging te doen, is instemming van de vergadering nodig, die wordt gevraagd.

Na enige discussie wordt gestemd over een voorstel dat de vereniging indien nodig de gegevens beschikbaar zal stellen, onder de volgende voorwaarden:

Bestaande leden krijgen de mogelijkheid bezwaar te maken tegen deze regeling, waarna hun naam uit het beschikbaar te stellen bestand zal worden verwijderd.

Nieuwe leden krijgen deze keuze op het aanmeldingsformulier.

Met de sponsor dient te worden afgesproken dat de gegevens niet worden doorverkocht.

Het voorstel wordt met 2 tegenstemmen aangenomen.

11. Afvaardiging Kringjaarvergadering:

Conny Smid bezoekt de jaarvergadering namens Rapido '82 op 3 april.

12. Rondvraag

Milo Gerritsen: Pinksterkamp. Er wordt weer een zwemwedstrijd georganiseerd tijdens het pinksterkamp. Dit zou een beschermd weekend moeten zijn, zodat iedereen naar het kamp kan. Het kamp wordt voor en door de hele club georganiseerd, en iedereen moet daarheen.

Conny Smid: als een zwemmer een week later NK heeft, gaat 'ie' niet op pinksterkamp.

Milo: begrijpelijk, maar juist voor de integratie is dit voor alle overige leden van uitermate groot belang.

Cees Rolvink: het was de keuze van de eigen leden om naar de wedstrijden tijdens Pinksteren te gaan.

Vic Kerkhoff: vroeger kon je de verplichting opleggen om mee te gaan, echter momenteel moet je gelet op de aard van de tijd de keuze aan de leden laten.

Jan Smid: het kamp was de laatste tijd niet meer van Rapido '82 maar van "de vrienden van".

Milo en Frank Pruyn: dat is zeker niet meer zo, daar is veel in veranderd en verbeterd.

Voorzitter Conny, Milo en Theo Edam zullen tezamen binnenkort een bespreking houden, om dit te voorkomen in de toekomst.

Martin Schulze: graag een nieuwe baard voor de Sint. OK.

Jan Bram van Luit: merkt op dat er gezocht wordt naar wegen voor de toekomst, echter er komt weinig uit. Er is veel initiatief op de werkvloer, echter de afstemming mist tussen de sporters onderling. Er moeten verbanden gelegd worden. Dus: niet alleen plannen, doelen etc. maar deze ook concretiseren. Theo Edam: dat is juist, en precies datgene waaraan het bestuur in de komende tijd veel aandacht moet besteden.

Jan Smid: het vooruitkijken gaat veel verder dan alleen het bieden van (sport)faciliteiten.

Dat verder is ook het organiseren van buiten-verenigingsactiviteiten.

Jan Smid: sinds oktober is er afgesproken dat er met de invaltrainer Frank Joosten van het zwemmen gesproken zou worden. Erik van den Bree: die afspraken zijn nu concreet, binnen 1 week.

Henk Rookhuiszen: waardering voor bestuur voor na de brand, en de initiatieven voor het inzetten van nieuw beleid, echter het bestuur is onderbezet. Iedereen is hard aan het werk de club te laten draaien zoals die draait. Er moeten dus meer mensen zijn die het bestuur kunnen ondersteunen als een soort "denktank" voor het maken van nieuw beleid. We gaan nu de scheiding zwemmen/waterpolo echt voelen, er moet echt nieuw beleid komen om dat tegen te gaan. Ook het genereren van geld moet een reden hebben. Maw: nieuw beleid!

Bestuur realiseert zich dat. Henk: daar discussiëren we al 2 jaar over!

Bestuur gaat met specialisten binnen de club beleid ontwikkelen (o.a. Jan Bram van Luit), en zal nogmaals nadenken over het voorstel van Henk om een 'beleidscommissie' samen te stellen.

Ben Willemze: geeft al sinds 1992 aan dat er een scheiding is tussen zwem en polo. De basis moet zijn een elementaire opleiding, met daaruit voortvloeiend zwemmen, en later weer waterpolo. Het beleid is nooit uitgevoerd omdat het kader het beleid niet wil uitvoeren. Er is dus geen samenwerking tussen zwemmen en waterpolo.

Rob Bruins: er worden ook verschillende verhalen verteld door de verschillende trainers en commissies! Dat mag niet en er moet echt worden samengewerkt. Geen woorden maar daden.

Henk Rookhuiszen: wat voor Pinksterkampcommissie geldt, geldt ook voor langebaan.

Rob vd Horst: communicatie rond opheffen H5 is er niet geweest. Sommige spelers zijn zelfs niet op de hoogte gesteld.

Ben Willemze: er was een beperkt aantal spelers voor H4 en H5. Er is aan het begin van het seizoen besproken dat na de 1^e 10 wedstrijden naar een oplossing zou worden gezocht met H3.

Na die 10 wedstrijden was de oplossing uitgedroogd. Het was niet meer haalbaar om H5 instant te houden. Met de resterende 7 spelers is toen besproken dat H5 zou worden teruggetrokken.

Rob vd Horst: is niet op de betreffende donderdag geweest, en heeft dus niets gehoord.

Ben Willemze: als er geen nieuwe spelers komen, zal er volgend jaar geen H5 worden ingeschreven.

Theo Edam: er dient gezocht te worden naar een oplossing, waarna de (eind)beslissing aan de ex- H5 spelers zal worden medegedeeld.

Roald Kleist: waarom staat er geen gloednieuwe krachttrain-apparatuur (bijv. een zwembank).

Theo Edam: de prioriteiten met betrekking tot investeringen worden gesteld door bestuur.

Roald: doet het voorstel een integratiecommissie in het leven roepen, met medewerking van hemzelf.

Bestuur wil dit geen integratiecommissie noemen, maar Roald kan voor het verbeteren van de communicatie wel een rol vervullen.

Dhr vd Meulen: waarom wordt Roald geen spreekbuis van de ZC? Bestuur zal dit met de ZC en met Roald gaan bespreken, omdat dit soort initiatieven vanzelfsprekend welkom is.

Remko de Jong: waaraan wordt het sponsorgeld besteed?

Voorzitter: Niet alleen polo, ook bijv. hotelkosten voor zwemmers worden daaruit vergoed.

Evenwicht in de uitgaven wordt bewaakt door bestuur.

Remko: Het is te voorzien dat de heer Geurtsen (hoofdtrainer zwemmen) op termijn assistentie nodig heeft. Hij heeft de indruk dat het bestuur niet actief is bij het zoeken naar een trainer. Dat is niet zo, het bestuur is al enige tijd bezig.

Ben Willemze: het aanstellen van JB van Luit is te danken aan de polocommissie, dus de zwemcommissie kan hierin ook een goede rol vervullen.

Ad Lindeman juist de zwemcommissie heeft zich tot nu toe zeer actief ingezet bij het zoeken naar een oplossing!

Martijn Carol: maakt een compliment over het trainingsaanbod voor hem als triatleet!

Hij mist wel een sportmasseur of fysiotherapeut.

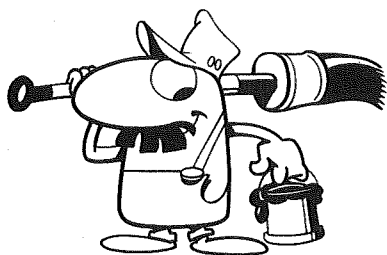
Is zelf zwemtrainer B, en trainingscoördinator, en adviseert de problemen mbt integratie niet door de commissies op te laten lossen, maar door de trainers! Hij heeft weinig tijd om actief iets te gaan doen binnen de club, maar wil wel structuur aanbieden. Het bestuur zal hem uitnodigen op een bestuursvergadering.

Marius vd Meulen: er is onrust onder de ouders van asp onder 14, qua begeleiding, er is iedere keer een andere trainer/coach. Er zijn door leeftijdsverschil al 2 leden afgehaakt.

Ben Willemze dit graag met de trainers bespreken, daarna kan het evt "hogerop" naar de polocommissie.

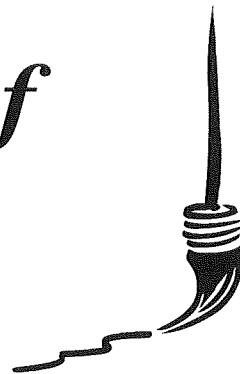
Ben: krijgt het laatste woord, daar is hij blij mee. Ben verzorgt al jaren de bloemen om in de jaarvergadering uit te delen, en biedt nu de 'Brabantse' bloemen aan aan de bestuursleden Theo, Erik en Ad.

Tenslotte sluit voorzitter Theo Edam de vergadering om 00.05



Schildersbedrijf van der Steen

voor al uw binnen - en buitenwerk
vrijblijvende prijsopgave

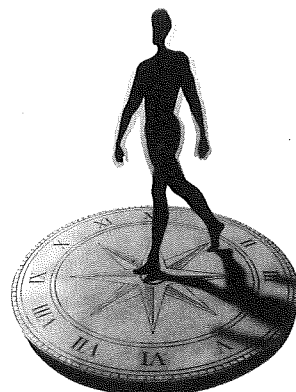


Bickerlaan 65
2071 DB SANTPOORT
telefoon: 023 - 537 83 22 / 06 - 5375 8116

**U vindt bij ons een
prima ingespeeld
team**

Rabobank Zuid-Kennemerland

Florapark 1-2, Haarlem
023 - 515 05 12



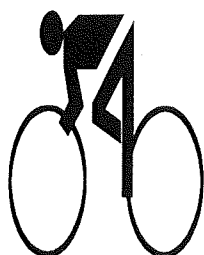
Fa. J.F. van Poecke **Afwerking grafische Produkten**

Robert Peereboomweg 13
2031 BC Haarlem
Tel: 023 - 531 58 32
Fax: 023 - 532 54 61

Rijwielspeciaalzaak

Schenk

TOER- SPORT- EN RACESPECIALIST



GAZELLE grote sortering
RALEIGH onderdelen
BURCO vele accessoires
RIH lichtgewicht tassen

023 - 5277436
ZANDVOORTERPAD 1-3, OVERVEEN

Oolders Omaco
Heren in huizen, hypotheke en verzekeringen.

Haarlem
Rijkstraatweg 8 -10
Tel. 023 525 52 66

Heemstede
Zandvoortse laan 160
Tel. 023 - 524 30 24

Ma. t/m Vrij. 9.00 - 18.00 Do. avond 19.30 - 21.00 Zat. 11.00 - 12.30

R. Deinum bv

SCHOONMAAK EN BEDRIJFSDIENSTEN

Margadantstraat 4
2033 ZA Haarlem
Tel.: 023 - 536 33 18
Fax: 023 - 535 85 75
06 - 52987427

Wij staan op

NIEUWS

Spaarnwoude Resort

• Hotel-Restaurant • Vergadercentrum • Beautycentrum • Partycentrum • Kinderfeesten

Lokaties:

Hotel Restaurant Het Buienhuis

Oostbroekerweg 17 Velsen-Zuid
Rekreatiegebied Spaarnwoude
Telefoon 023 - 5370548
Telefax 023 - 5490085

Verblijfslokatie Base Survivalcamp

Oostbroekerweg 17 Velsen-Zuid
Telefoon 023 - 5370548
Kantoor/Korrespondentie
Spaarnwoude Buitensport
Postbus 2655
2002 RD Haarlem

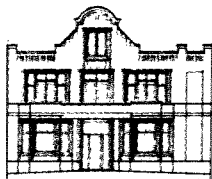
Het Buienhuis is uitermate geschikt voor het vieren van bruiloften, familie- en bedrijfsfeesten, reünies enz. Op beide lokaties is er een schitterend terras aan het water aanwezig.

Outdoorlokatie De Watergeus

Genieweg 36 Velsen-Zuid
Rekreatiegebied Spaarnwoude
Telefoon 023 - 5373867
Telefax 023 - 5490070

BOEKINGEN & RESERVERINGEN

Tel. 023 - 534 0603 • Fax 023 - 534 0446



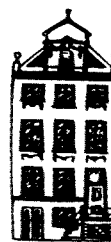
Makelaars in assurantiën

Havenkade 1
Postbus 261
1970 AG IJmuiden
Telefoon 0255-511544
Telefax 0255-514973

Bouwkosten-advisering
Bouwsubsidie-advisering
Totale bouwbegeleiding
Projectontwikkeling
Verkoop onroerende goederen
Huurbeheer
Financieringen
Hotelexploitatie

van de Camp & Temme Projectontwikkeling B.V.

Robert Peereboomweg 13
Postbus 2655 - 2002 RD Haarlem
Telefoon 023 - 531 9569
Telefax 023 - 534 0446



WATERPOLO IN EEN BAD, DE BAL IS ROND, WATER IS NAT,
VANZELFSPREKEND

VOOR AL UW DRUKWERK,
VANZELFSPREKEND

DRUKKERIJ
EXCELSIOR
HAARLEM

A. HOFMANWEG 42

2031 BL HAARLEM

TELEFOON 023 - 531 92 01

FAX 023 - 532 73 86

E-MAIL: INFO@EXCELSIOR.NL



**BELLAART
BOUW B.V.**

Kwaliteit heeft
een naam!
Al ruim 70 jaar



Wij verzorgen alle kleine en grote verbouwingen, waarin wij u graag goed, eerlijk en reëel advies geven.
Kwaliteit voor een vriendelijke prijs.
Bel voor informatie, advies en offerte

Voor bedrijf en particulier

- Verbouw
- Restauratie
- Onderhoudswerken
- Ramen - Kozijsen
- Houtskeletbouw
- Aluminium puien
- Houten puien
- Winkelbetimmering
- Keukens
- Binnenbetimmering
- Dakkapellen

Telefoon 023-5314972

Garenkokerskade 1 - 2013 AJ Haarlem - Fax 023 - 5314396