

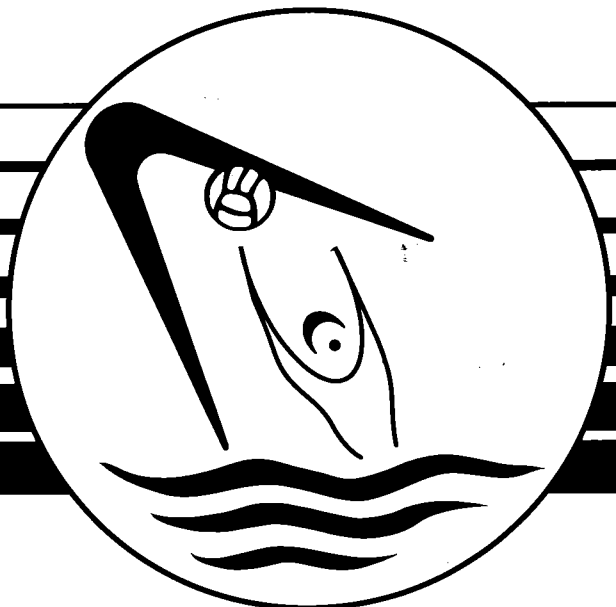
sept 2005

Rapido sport

ARCHIEF

periodiek
Haarlemse
zwem-en poloclub
Rapido '82

TPG Post
Port betaald



BELANGRIJKE ADRESSEN

Correspondentieadres secretariaat:

Secretaris

Dirk Jan Sohl
Ossenland 25
1991 CW Velsbroek
023 - 527 54 58
E-mail: info@rapido82.nl

Voorzitter:

Ad Lindeman 023 - 525 90 73

Penningmeester:

Theo Portegies 023 - 526 38 13

Clubhuisbeheer:

Koen Sohl 023 - 538 65 51
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:

Martin van Leuven 023 - 525 41 99
Email: TC-info@rapido82.nl

Informatie over waterpolo:

Email: waterpolo@sghaerlem04.nl

Informatie over elementairzwemmen:

Dorie Portegies 023 - 526 38 13
Email: th.portegies@planet.nl

Redactie adres:

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

Bezoek de Rapido '82 internetsite

www.rapido82.nl

R. Deinum bv

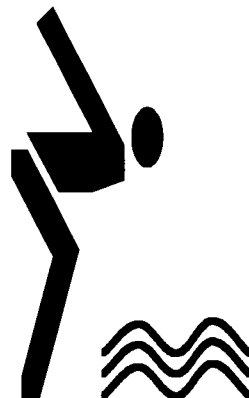
SCHOONMAAK EN BEDRIJFSDIENSTEN

Palletweg 29
2031 DC Haarlem
Tel.: 023 - 536 33 18
Fax: 023 - 535 85 75
06 - 52987427

Fysiotherapie Brouwersplein



B. Willemze



Brouwersplein 1^{zwart}, 2013 PE Haarlem, Tel: 023 - 532 3937



Officieel orgaan van de
Haarlemse Zwem-en waterpolo
vereniging Rapido'82
Opgericht dd. 31.8.82

Kopij inleveren vóór **10 oktober**
a.s. bij:

Marijke Schenk
P.Maritzstraat 47
2021 RA Haarlem
email :marijkeschenk@hetnet.nl

Inhoud

Pag. 2	Van de voorzitter
Pag. 3	De clubkrabbel
Pag. 4	Sticker afzwemmen
Pag. 5	Jarigen
Pag. 6	Zwem ABC
Pag. 7	Zwem ABC en "Ik zwem, ik polo"
Pag. 8	Pinksterkamp
Pag. 9	Nieuwe leden
Pag. 10	Vissers op de kanobaan, het WK en EJK Open water
Pag. 12	Open water wedstrijd en NK
Pag. 13	Vier weken zwemmen in Europa
Pag. 17	Een nieuwe uitdaging!
Pag. 19	Waterpolorooster
Pag. 22	Uitslag jaargang finale/Europacup/ Sprint en open water
Pag. 23	Weekendje open water
Pag. 24	Uitslagen open water

Voorwoord

Net terug van een weekje Oostenrijk vernam ik het ontstellende bericht van het dodelijk ongeluk van Joyce van den Berg. Namens allen wens ik de familie heel veel sterkte.

Op alle fronten binnen onze vereniging zijn er weer bergen werk verzet om het zwem-en polo gebeuren goed van start te laten gaan. Met een aantal nieuwe gezichten aan de bak moet dit vast lukken. Alle trainers succes gewenst.

Vlak voor de vakantie is er nog afgezwommen voor de stickers en het zwem ABC. Conny Smid kon het toch niet laten om even haar gezicht te laten zien bij het afzwemmen. Zien we je eerdaags weer in de Planeet?

Wederom heel veel kopij van onze "vaste" schrijvers, Herman van Lienden en Evelien Sohl. Leesvoer van de eerste orde!

Hartelijk dank ook aan Henk Diependaal van "onze burens" voor het waterpolorooster. Gezien het aantal teams zal dit niet meegevalen zijn.

Iedereen een heel sportief seizoen toegewenst.

Marijke

Van de voorzitter

Beste Rapidoërs en SG Haerlemmers,

Zoals jullie verder op deze pagina kunnen lezen, zijn we in de vakantie opgeschrikt door een tragisch bericht. Het is dan des te moeilijker om "gewoon" iets te schrijven over de club, en de voorbereidingen naar het nieuwe seizoen. Maar, hoe hard dat ook mag klinken, het leven en dus ook het clubleven gaat door.

Terwijl velen van ons genoten van de zon in verre oorden, of van de regen dicht bij huis, is er weer veel werk verzet om de start van de nieuwe competitie mogelijk te maken.

Zo is er bijvoorbeeld een grootse sponsoringwervingsactie geweest om onze nieuwe SG polafdeling in nieuwe kleding te steken. Of dat voor de zwemafdeling ook is gelukt, zal blijken op 11 september als we de seizoensopening hebben. Als de kleding voor de zwemploeg er dan nog niet is, zal dat zeker korte tijd daarna gebeuren.

Over de seizoensopening gesproken, die is achter de rug als jullie dit lezen. Hopelijk is dit traditionele evenement ook weer erg succesvol geweest.

De selecties van onze poloafdeling (SG Haerlem'04) zijn alweer druk bezig met voorbereidingen en toemooien. Ik wens onze nieuwe trainers Marco de Vries (damesselectie) en Ruud Plouvier (herenselectie) alles succes. De zwemtrainingen beginnen vandaag (5 september) met ook hier een nieuwe trainer aan de bak. Wim ten Wolde, welkom en ook jij veel succes.

Bij de zwemafdeling gaan we een spannend jaar tegemoet. Helaas hebben we afscheid moeten nemen van enkele talentvolle zwemmers, maar ik ben ervan overtuigd dat we onder leiding van Wim en de overige trainers weer kunnen toegroeien naar een gemotiveerde en talentvolle zwemploeg, waarbij teamwork misschien het belangrijkste wordt. Samen presteren is ook bij het zwemmen erg belangrijk en vooral motiverend.

Ook bij het elementair zwemmen en de basisopleiding (stickerzwemmen) zijn de voorbereidingen getroffen. Er zijn nieuwe posters en stickers voor het stickerzwemmen, zodat het nog leuker wordt om af te zwemmen voor een slag of polo-techniek.

In de vorige clubkrant heeft een enquête gestaan over de verspreiding van ons clubblad. Uit de enquête kwam naar voren dat het merendeel van onze leden prijs stelt op de "ouderwetse" clubkrant, dus in gedrukte vorm. We gaan wel zoeken naar mogelijkheden om naast de gedrukte vorm ook elektronische toezending te doen.

Het stimuleren van de breedtesport lijkt een impuls te krijgen, door de verhoging van de wettelijke maxima voor vrijwilligersvergoedingen. Waar we vorig jaar nog werden geconfronteerd met subsidiekortingen, lijkt het nu iets gemakkelijker te worden om belastingvrij een vrijwilligersvergoeding te geven. Maar, en daarover hebben we al vaker binnen de club gediscussieerd, voor de club is het nog steeds van levensbelang dat we ook een beroep kunnen doen op onbetaalde vrijwilligers!

Dit seizoen wordt het tweede op rij waarin we samenwerken met onze buurvereniging NVA-HHC. Nu nog de (zeer grote!) waterpoloafdeling, maar wat ons betreft gaan we dit seizoen serieus werk maken van de samenvoeging van de overige (zwem, elementair en recreatieve) afdelingen van beide verenigingen. Daarover zal ik jullie zeker op de hoogte houden.

Graag tot de volgende keer,

Ad Lindeman

Tijdens de vakantie is na een tragisch verkeersongeval overleden ons jeugdlid

Joyce van den Berg

Joyce, nog maar zeven jaar oud, was bezig bij ons haar zwemdiploma's te behalen en zou na de vakantie weer beginnen. Na zo'n bericht kunnen we niet anders dan concluderen hoe relatief alles is. Een ongeluk zit in een klein hoekje hoor je wel eens, maar opeens is het er dan toch.

Wij wensen de ouders en familie van Joyce alle sterkte om het verlies van hun kind te verwerken.

Het bestuur van HZ&PC Rapido'82

De clubkrabbel

dat ik er na zoveel jaar toch nog aan moet geloven!

Hoe is het allemaal begonnen? Op 4 oktober 1969 ben ik, Sylvia Miranda van Eekelen, geboren te Haarlem. Ik heb netjes mijn A- en B-diploma gehaald bij de gemeente in de Planeet, maar een echte waterrat was ik nog niet.

Op een gegeven moment lag er een briefje in de brievenbus: Zwemclub Njord '59 organiseerde een middag in de Planeet, waar je kon komen kijken of je wedstrijdzwemmen/waterpolo misschien leuk vond. Je raadt het al: het leek me wel wat. Op dat moment was ik nog geen 8 jaar, dus mocht ik nog niet meteen wedstrijden zwemmen (dat is nu wel anders). Maar toen ik eenmaal wedstrijden mocht zwemmen, was er geen stoppen meer aan. Hele zaterdagen en zondagen hebben we (pa, ma, zus) versleten in het zwembad. In de zomer gingen we naar veel langebanen in het hele land.

Na onenigheid met de hoofdtrainer toentertijd zijn mijn zus en ik naar HPC vertrokken. HPC kwam toen nog uit in de A-competitie. Hier stond wel tegenover dat wij 5x 's morgens, 5x 's avonds moesten trainen en op zaterdag had je nog de clubmiddag: zwemploeg en waterpoloploegen samen trainen in het sportfondsenbad Fredrikspark.

Na een paar jaar, verandering in het gezin en de pubertijd ben ik gestopt met zwemmen. Maar niet voor lang (hooguit een paar maanden). In 1982 toen Rapido'82 werd geboren ben ik weer teruggegaan naar de planeet, maar nu om te gaan waterpoloën. In deze jaren heb ik heel wat wedstrijdverslagen geschreven in de Rapidosport samen met Miranda Alders. Ik heb een paar keer gespeeld in het kringteam van Noord-Holland. Op een gegeven moment begon het toch weer te kriebelen: het wedstrijdzwemmen. Ik weet niet precies hoelang ik nog wedstrijden heb gezwommen, maar na een tijdje was het echt over.

Dan maar weer waterpoloën: ik kwam in Dames I terecht. Met dit team heb ik jarenlang gespeeld in de tweede en eerste klasse bond. We hebben twee keer de Beker II gewonnen, gingen graag naar toernooien, waar ik voor de FruitTella zorgde.

In 1992 ben ik getrouwd met collega zwemmer/waterpoloër Jeroen Pruim. Samen hebben wij 2 meiden gekregen: Laura (13-03-

96) en Cynthia (28-09-97). Ik ben gestopt met waterpoloën toen ik zwanger was van Laura. Maar na de geboorte van Cynthia begon het toch weer te kriebelen. We zijn begonnen met een "ouwe wijven"-team in de kring. Er zijn in de loop van de jaren heel wat dames gestopt en weer bijgekomen. Toen er een probleem was bij het eerste team, moesten wij (we praten nog steeds over het oude vrouwenteam) tweede klasse bond gaan spelen. Het was zwaar, maar we hebben ons toen toch gehandhaafd in de tweede klasse.

Ik speel nu in het derde team van SG Haerlem. Van ons oude team is niet veel meer over, maar met deze dames spelen is ook gezellig. Dit jaar komen we uit in de tweede klasse district (we zijn helaas gedegradeerd vorig seizoen). Als het goed is, wordt ons team verstrekt door een aantal jonge meiden. Dat haalt de gemiddelde leeftijd weer verder naar beneden.

Mijn meiden zijn ook aangestoken met het waterpolo-virus. Nadat ze allebei hun ABC hebben gehaald, zijn ze gaan stickerzwemmen. Laura is daar mee klaar en doet op maandag een zwemtraining en op woensdag een waterpolotraining. Cynthia heeft net haar 2e en 3e sticker gehaald en mag daardoor volgend seizoen ook meedoen met de waterpolowedstrijden. Zij gaan dan in een nieuw team van SG Haerlem spelen, nu de jeugd en de heren ook samen zijn gegaan met onze burens NVA/HHC.

Ook doen zij mee aan de mini-polotoernooien. Voor degene die dit nog niet kennen: in een ondiep bad kunnen de kinderen spelenderwijs leren wat waterpolo is. Dit is voor kinderen van 6/7 jaar. Zodra ze ouder zijn, kunnen ze in het diepe spelen, maar dan wel op een klein veld. Heel gezellig altijd en de kinderen vinden het helemaal geweldig. Er worden een aantal toernooien georganiseerd in verschillende zwembaden.

Het afgelopen seizoen heb ik op woensdag (om de week) training gegeven aan de minipups. Dit zijn kinderen die 6/7 jaar zijn, die wel 3 stickers hebben, maar nog niet oud genoeg zijn om wedstrijden te spelen. Voor dit seizoen heb ik me helaas moeten afmelden. Ik ben pas begonnen in een nieuwe functie, waarvoor ik in september met een opleiding moet beginnen. Ik heb totaal geen idee hoe dit verder zich ontwikkelt en daarom heb ik ervoor gekozen om geen training te geven. Op de vrijdagavond

bij het stickerzwemmen zal ik wel mijn steentje blijven bijdragen.

Verder valt er niet veel meer te vertellen, behalve wie de volgende clubkrabbel gaat schrijven.

Ik heb er voor gekozen om niet de clubkrabbel aan een zwemmer of een poloër te geven, maar aan iemand die zich al jaren inzet voor de allerkleinsten van de zwemclub:

GERDA ROOKHUISZEN.

Groetjes Sylvia.

Sticker afzwemmen.

Afgezwommen op vrijdag 15 juli 2005

Het was weer zover we gingen afzwemmen voor de stickers.

We zwommen af in "Planeet 1" Alle opa's en oma's en natuurlijk de ouders waren komen kijken, het was er gezellig druk.

Het is altijd spannend en vooral als je voor de eerste sticker afzwemt. Gelukkig is weer iedereen geslaagd. En kinderen die geslaagd zijn voor de wisselslag wens ik veel succes bij het waterpolo en zwemmen.

De kinderen die voor de derde sticker zijn geslaagd kunnen ook nu gaan waterpoloën en speedowedstrijden gaan zwemmen. En daarvoor kunnen zij een extra training volgen.

Het nieuwe seizoen beginnen we met nieuwe posters en boekjes.

Als je nu begint met de rugslag sticker ontvang je 1 poster en 1 boekje.

De poster is ook helemaal nieuw en gemaakt door Jeroen Pruim, een heel mooie compositie is het geworden.

De kinderen die al een keer afgezwommen hebben gaan gewoon door met de oude, zodat hun poster ook nog vol komt met de stickers.



Rugslag

Marlijn Witteman
Nadia Hakkebrak
Simon de Groot
Atilla Tullner
Kevin Schaap
Floris Witteman
Tim v/d Bosch
Maxine Klinkenberg
Robin Schulte
Daniel Kooiman

Schoolslag

Marlijn Witteman
Mark Heemskerck
Heleen Schoonhagen
Merel de Heer
Mylan Wolff
Nikki Bernards
Hakan Akin
Matthijs Engelkes
Martijn de leeuw
Lucinda Eerharts
Jos Bosman
Marjolein Quick
Yves Kremer
Torri Gijzen
Ruben Bax
Saskia Tromp
Sander Rombout

Borstcrawl

Linde Molenaar
Jorri Fransen
Niels Klinkenberg
Jaimy Paul Bernards
Mandy Arrachart
Cynthia Pruim
Fabiënne Kerkhoff
Joia ten Velden
Lisa Merckx
Tim Groenveld
Sebastiaan Koppen
Vincent de Haas

Vlinderslag

Govert v Zijl
Matthijs v Bruggen
Koen Twisk

Wisselslag

Sanne Peters
Tessa Dijkman
Rhijns Bloomfield
Camille ten Velden.

Helga Sohl

Jarigen

September

1	Matthijs Allard
	Katrijn Mooij
2	Justin Bol
	Danny Goossens
3	Sylvia van Deursen
	Felix Kramer
	Ellen Wijma
4	Ad Lindeman
	Theresia van den Nouwland
5	Jesse Bogaart
	Roy van der Woude
7	Ria Edam
	Raymond van Tongeren
8	Mick Biernat
	Elena Biernat
	Marianne Zwikstra
10	Lisanne van Bruggen
	Deon Lee
	Monique Meyers-Kuperus
	Mik Pardon
11	Bram Schenk
13	Joppe Vo's
14	Arjan Klinkenberg
15	Marlou van der Ham
	Lex Roelofs
17	Eric Thoolen
20	Pauliën van den Booren
	Joy van Loon
	Dirk Jan Sohl
	Tom Wempe
21	Mathijs van Bruggen
	Jane Nouwland
	Renate Warmerdam
22	Jens de Groot
23	Maud Emmink
24	Dick Hoogenberg
	Manon Portegies
	Ans Rolvink
25	Jeroen Huijter
26	Gerda Rookhuiszen
27	Arnout Peters
	Ruben Timmermans
28	Cynthia Pruim
29	Sander Bisschop
	Michael Gozeling
	David Markowski
30	Marieke Aland
	Jakob van Gasteren
	Alfred Mense

Oktober

1	Francis Schenk
2	Cees Rolvink
4	Tom Aalmoes
	Jet ooms
	Sylvia Pruim-van Eekelen
7	Ruben Bax
	Gijs Habets
8	Karin Bank
	Ryan Vermeersen
9	Jiska Klinkhamer
11	Lara Hoogzaad
	Ivo Kroskinski
12	Selby Verburg
14	Jesper Bagchus
	James Hulsbergen
	Jeroen Neerincx
16	Vincent de Haas
	Susanne Looijestijn
17	Inge Rolvink
19	Corrie Bruins-Rothert
	Yvonne Schregel
	Julia Tillemans
20	Vanisha Geerlings
	Nanda van Leuven-Hijma
	Danielle Willemze
21	Mike Admiraal
	Meryem Altinas
	Annemieke van den Booren
22	Masha Portegies
25	Jamy Bernards
	Jeannine Breems
26	Ruby van Lierop
28	Patrick Binnewijzend
	Bastiaan Grit
	Meike Verbeek
29	Linde Molenaar
30	Wouter Allard
	Marit Meems



Zwem ABC

Op zaterdag 16 juli is er weer afgezwommen voor het zwem ABC. Totaal zwommen er 72 kinderen af waarvan 28 voor het C diploma. Dit is best wel veel, dus er moest hard gewerkt worden om op tijd klaar te zijn.

Ook hebben we Henk Rookhuiszen nog in het zonnetje gezet, omdat hij al 50 jaar elke week in het bad zwemles geeft aan de kinderen. Dit is best wel een hele prestatie zeker omdat het allemaal vrijwilligerswerk is. Henk bij deze nogmaals hartelijk bedankt en wij hopen dat je het nog vele jaren blijft doen.

Door dat het schitterend weer was hebben we de diploma's buiten op het grasveld uitgereikt, dit was gezien de drukte en de warmte een goede oplossing.

Dan hier de kinderen die geslaagd zijn voor hun Diploma.

A DIPLOMA

Nikita Smit.
Daan Zwart.
Eva van der Raaij.
Chantal Joosten.
Thijmen Blom.
Jessy Hagen.
Brent Pelle.
Victoria Ranck.
Blanca Lichtenveldt.
Maaïke Spring in 't Veld.
Sofie Lindeman.
Diederik Loerakker.
Joska Strikker.
Madelief Laarman.
Sasja van der Woude.
Milton Laarman.
Jesper Bachus.
Esmée Heini.
Maurits van Grinsven.
Nina van Damme.
Valeria Kensen.
Luuk van der Meer.
Lorenzo van Os.
Maurice van den Nouwland.
Joyce van den Berg.

B DIPLOMA.

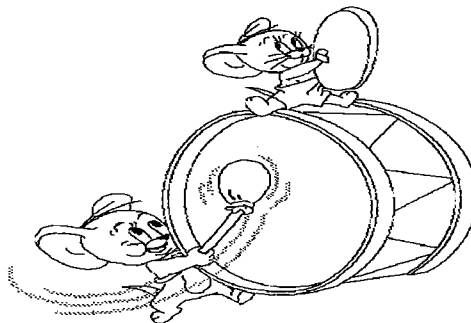
Rik Kroep.
Marinda Westdijk.
Wessel van Guldener.
Niels Buurman.
Annet Spring in 't Veld.
Robin Meester.
Sam Eveleens.

Nadine Hinrichs.
Simeon van der Leer.
Stella Zweerts.
Ruben van der Ham.
Robin Willemse.
Ivo Kroskinski.
Daan Pruijn.
Brian de Haas.
Britt Leeuwe.
Sterre Triesenberg.
Daniëlle Eerhart.
Jeffrey Dorgelo.

C DIPLOMA.

Thomas Fransen.
Guus van Zijl.
Francis Sprengers.
Teunis Marseille.
Luke Heijsteeg.
Tijl Beukers.
Julius Koppen.
Demi Looijestijn.
Puck Beukers.
Stephanie Melein.
Julia Rosenhart.
Lisa van Staveren.
Nathan Voogd.
Eva van Es.
Max te Focht.
Lara van Damme.
Fay Voogd.
Mick Dekker.
Isis Kramer.
Kimberley Derks.
Ellen van der Klauw.
Pascal Kuiper.
Jules Rijsbergen.
Stijn de Heer.
Thijm Lanfermeijer.
Rick Michielsens.
André Kaffé.
Lucas Willemsens.

Allen nog van Harte Gefeliciteerd!!



Dorie Portegies.

Zwem ABC en "Ik zwem, ik polo"

Deze informatie is bedoeld voor kinderen die zwemmen voor hun A-, B- of C-diploma (donderdag 18.30-19.15 uur en zaterdag 9.00-10.30 uur) en voor de kinderen die bezig zijn met "ik zwem, ik polo" (donderdag 18.30-19.30 uur en vrijdag 17.30-18.30 uur).

De zomervakantie is ten einde en het nieuwe zwemseizoen is begonnen! Hieronder vindt u de belangrijkste data voor het komende seizoen. Het is de bedoeling niet af te wijken van de planning, maar er kan altijd iets onverwachts gebeuren. In iedere Rapido Sport wordt u op de hoogte gehouden van de data en eventuele aanpassingen.

Zwem ABC

Gekleed zwemmen:

Op zaterdag 17 december 2005 is er voor de eerste keer dit seizoen AFZWEMMEN! Hieraan voorafgaand zal er 4x zwemmen met kleren geoefend worden. We gaan in alle groepen, dus ook badje 1 t/m 5, met kleren zwemmen. Voor ons is dit meteen een goede gelegenheid om te controleren of de kinderen de juiste kleren dragen.

De kleding-eisen zijn als volgt:

Badje 1 t/m 3: t-shirt

Badje 4 en 5: t-shirt, korte broek

A-diploma : t-shirt, blouse of hemd met korte mouwen, korte broek, schoenen

B-diploma : t-shirt, blouse of hemd met lange mouwen, lange broek (geen legging), schoenen

C-diploma : t-shirt, blouse of hemd met lange mouwen, lange broek (geen legging), schoenen en een wind / regenjack.

Wilt u uw kind een plastic tasje meegeven om de kleren na het oefenen in op te bergen.

We gaan op **donderdagavond** met kleren zwemmen op 17 en 24 november en op 8 en 15 december. Op **zaterdag** is dit op 12, 19 en 26 november en op 10 december. We gaan alleen op deze momenten gekleed zwemmen, omdat het zwembad hiervoor de zuiveringsinstallatie moet instellen. Zoals u kunt zien is er geen gekleed zwemmen op 1 en 3 december; wij verwachten dan de heer Nicolaas in het zwembad.

Er wordt ook afgezwommen op zaterdag **1 april 2006** en **15 juli 2006**.

"Ik zwem, ik polo"

"Ik zwem, ik polo" is de naam van de vooropleiding voor het wedstrijdzwemmen en waterpolo. Voor het gedeelte van het wedstrijdzwemmen wordt in iedere baan een slag aangeleerd en geoefend. Als de kinderen de slag beheersen krijgen ze een sticker. Deze sticker kunnen ze op een poster plakken, die ze krijgen bij de eerste keer afzwemmen (rugcrawl). Tevens krijgen ze bij het afzwemmen een boekje over de slag en wat er allemaal bij hoort, zoals de keerpunten en de manier van starten. Ook andere onderwerpen komen aan bod, zoals bijvoorbeeld voeding. Voor het gedeelte waterpolo wordt iedere week een tiental minuten geoefend met de bal. Ook hier gelden voor iedere baan andere eisen. Net als bij het wedstrijdzwemmen krijgen de kinderen bij het afzwemmen voor dit onderdeel (gelijktijdig met het afzwemmen voor de zwemslagen) een sticker en een informatieboekje. Tevens zal zo'n 3x per jaar een geheel oefenuur worden besteed aan "het spelletje" waterpolo. Dit uur wordt verzorgd door de waterpolo afdeling.

De eerste keer **afzwemmen** voor een sticker is op **donderdag 13 oktober 2005**. Het afzwemmen zal afwisselend op donderdag en vrijdag plaatsvinden (16 december 2005, 23 maart 2006 en 14 juli 2006). Kinderen die mogen afzwemmen krijgen daar een uitnodiging voor. Kinderen die nog niet kunnen afzwemmen krijgen op hetzelfde tijdstip gewoon les.

Aan de kinderen wordt gevraagd of zij mee willen doen met de oefenwedstrijden die speciaal voor deze groep worden georganiseerd. Het gaat om de "Speedo-instroomwedstrijden" en de "miniwaterpolo-toernooien". Deelname aan de minipolo-toernooien is voor alle zwimmers bedoeld. Hoe je je kunt opgeven staat op de uitgereikte uitnodigingen.

Voor de Speedo-instroomwedstrijden worden de kinderen uitgenodigd die drie stickers (rugcrawl, schoolslag en borstcrawl) hebben behaald. Als je een uitnodiging krijgt word je verwacht op de wedstrijd, dus meld je af als je niet kunt komen!

De data worden z.s.m. bekend gemaakt.

Pinksterkamp 2005

Ik weet niet of iedereen mij al kent, dus ik zal me even voorstellen. Ik ben Esther van Hoven en sinds 3 jaar waterpolo ik bij Rapido. De pinksterkampgangers kennen mij echter al een jaar of 10... Precies 10 jaar geleden ging ik voor het eerst mee op Pinkerkamp. Mijn vriendin Patricia van Leeuwen zwom bij Rapido en vond Pinksterkamp wel iets voor mij. Nou, daar heeft ze dan gelijk in gehad. Het viel me direct op dat het eigenlijk een grote familie was en dat het belangrijkste was dat iedereen het naar z'n zin had. Dat neemt niet weg dat ieder team de felbegeerde beker wilde winnen. Dat vals spelen en elkaar dwarszitten daar een hele grote rol in speelde, was ook al snel duidelijk. Dat jaar zat ik bij Hans Goossens in het team en jawel, de felbegeerde beker ging naar ons.....

Dit jaar, mijn jubileum van 10 jaar, besloot de leiding dat ik wel eens mocht laten zien wat ik kon.... Een enorme uitdaging, en helemaal als deze wordt bekroond met de 1^o plek. Jawel, de Flierefluiter hebben het geflikt....

Vrijdagavond 9 uur was het eindelijk zover; het kamp ging beginnen en de teams werden bekend gemaakt. Shit, ze hebben mij leider gemaakt..... Ik kreeg er Tom, Rosanne, Lyanne, Suzanne, Jeroen, Stefan, Merlijn en onze flierefluiter Cock bij.... Hmmm, allemaal vreemde koppen; alleen Rosanne en Tom waren bekend. Tom kwam echter pas zaterdagavond en tot die tijd kwam Tessa ons versterken in de dagspellen en Daniëlle in de nachtspellen.....

Tijdens de dropping konden we elkaar goed leren kennen. Helaas kon Suzanne niet mee vanwege haar kuit. Tja, onaangekondigd leidster worden, betekent slecht voorbereid. Ik was ongeveer de enige denk ik zonder kaart en dat was geen goed begin.... Gelukkig had ik hele slimme teamleden die de weg naar het dorp in ieder geval wisten en we hadden het geluk dat er veel mensen op de been waren.... Na 10 keer gevraagd te hebben waar de kerken staan die iets met 1-9-1666 te maken hebben, belandden we op plein 40-45 waar wij ene Rob aanspraken op een balkonnetje. Hij was zo vriendelijk ons een plattegrond te geven en was voor vragen tot 24.00 uur bereikbaar..... Echt geweldig.... Alleen na een uur of 2 kwamen we er achter (dankzij een telefoontje van een insider) dat we naar de Frans Halsstraat moesten.... Mijn hemel, moesten we weer naar de andere kant van het dorp..... Nee heb je en ja kan je krijgen als je aan een buschauffeuse vraagt of ze ons even

kan brengen... En jawel, het heeft geholpen en dat scheelde ons mooi een half uur lopen.... Mondje dicht allemaal, want volgens mij mocht dit niet, maar zonder vals spelen kom je niet ver heb ik in die 10 jaar geleerd! Half 4 kwamen we als 4^e team binnen....

De tactiek was om rond de 3^e plek te blijven tot en met zaterdag, maar die tactiek ging al snel niet meer op.... Gelukkig maar, want Volleybal ging ons niet heel erg goed af, vanwege mij als de zwakke schakel. Ook de bonte avond hadden we ingeschat op 1 punt. Creativiteit was niet aan ons besteed.... Wonder boven wonder en dank zij de hulp van de moeders van Suzanne, Rosanne en mijzelf hadden we een



toptekst die ons toch nog 6 punten opleverde. Afijn, gezien we hoger scoorden dan verwacht op onderdelen waarvan ik ons als laatste had ingeschat, bleven we maar bovenaan staan.....

Het spel met de skipperol bracht ons wat dichterbij de rest, want daar scoorden we enorm laag.... Tja, als je als eerste moet beginnen, kan je de tactiek niet van de anderen afkijken wat inhield dat we 2 minuten deden om alleen al over de startlijn heen te komen (en dat moest dus 2 x!). Arme Cock was helemaal buiten adem. We maakten een hoop tijd goed door de ski's, grote zak en het overgeven van de ballen goed en snel uit te voeren, maar het mocht niet baten.....

Het nachtspel "scary mastermind" was niet voor alle teamleden even succesvol. Jeroen en Stefan gingen als een gek rennen en de anderen deden rustig aan en zijn niet zulke helden in het bos. Dat bleek wel toen er opeens 2 enge mannen achter een boom vandaan kwamen..... De schrik van ons leven hadden we! Bedankt Wim en Niels!!

Bij het eindspel bleek dat we toch nog kans hadden de eerste plek te verliezen aan "de Dooie Grutto". Als alle teams zich tegen ons hadden gekeerd was het bekeken, maar wonder boven wonder gingen sommige teams voor de winst van het spel en niet voor het dwarsbomen van de Flierefluiters.... Bedankt teamleden van de Baksteentjes en natuurlijk Hans Goossens die invalleider was voor De Gouden Rakkers...

Eindresultaat: De Flierefluiters op 1!!!

Het was weer een topweekend en voor volgend jaar een uitdaging om de beker wederom te winnen.... (overigens is de kans dat die 2 x naar dezelfde gaat niet erg groot)

Esther van Hoven



Nieuwe leden

Rachad Mechtijev
Benkoelenstraat 18
2022 PK Haarlem
geb. 30-06-1990
tel. 023 – 5491760

Elsjad Mechtijev
Geb. 13-02-1994

Nadia Hakkenbrak
Caninefatenstrat 4
2025 CC Haarlem
geb. 16-04-1993
tel. 023 – 5382207

Merlijn Witteman
Gruttostraat 22
2025 XL Haarlem
geb. 01-01-1995
tel. 023 – 5391564

Floris Witteman
geb. 16-04-1997

Kevin Schaaf
Vergierdeweg 73
2025 TH Haarlem
geb. 12-11-1996
tel. 023 – 5375910

Niels Enthoven
Fregat 16
1991 MA Velserbroek
geb. 18-04-1997
tel. 023 – 5490512

Verhuisd:

Bente Plaatsman
Johanna Naberstraat 20
1991 TH Velserbroek

Inge Koopman
Oberonlaan 43
1562 ZT Krommenie

Frank, Els, Daan & Jort Pruijn
Molenstraat 13
2071 AH Santpoort-Noord
tel. 023 - 5256024

Vissers op de kanobaan, het WK in Montreal en EJK Open Water Bled.

Dit verhaal begint redelijk onschuldig op de maandag na onze Open Water wedstrijden op de kanobaan. Geïnspireerd door dit voor Rapido'82 succesvolle evenement stapte ik op de racefiets richting Spaarnwoude om wat te gaan trainen. Fraai weer, een lege kanobaan, wat wil een zwemmer nog meer.

Ik dook het water in en zwom ongeveer 100 meter. Mijn brilletje zat niet goed, ik stopte en onmiddellijk klonk er een enorm gebulder in mijn rechter oor.

"Jij moet oprotten als wij hier vissen" klonk het vanaf het fietspad aan de overzijde. De zin werd uitgesproken met een stelligheid alsof de relativiteitstheorie van Einstein na jaren van gedegen onderzoek werd verworpen. Ik keek het fietspad af en ja hoor, daar zaten tientallen vissers me met met broeierige ogen aan te kijken.

"Jullie vissen en ik zwem, wat is daar mis mee", wierp ik tegen.

"Jij moet oprotten als wij hier vissen" schreeuwde de man. Een herhaling van zetten, zoveel was m'n als schaker wel duidelijk.

"Gisteren is onze zwemwedstrijd al een half uur later begonnen vanwege dat gevis van jullie. Al zitten jullie met 400 man aan de overkant, dan heb je nog geen alleenrecht op dit water" Een vervaarlijk gebrom steeg op uit de rijen van de vissers. Hier werd de klassenstrijd nog eens dunnetjes over gedaan, zoveel was wel duidelijk.

"Jij moet dáár gaan zwemmen" riep een klein, driftig gebarend mannetje en hij wees naar het slurfje aan de zuidzijde van de baan. "Ik wil naar de andere kant" zei ik en wees naar het Noordzeekanaal. "Oprotten" herhaalde de eerste man halstarrig.

"Wat zit ik jullie nou in de weg?" probeerde ik. "Je ligt op mijn voederplek" zei een man op gewonde toon.

"Als die voederplek hier is (op nog geen 10 meter van de westelijke oever van de kanobaan), waarom kom je dan niet met een klein hengeltje hier naar toe, dan kan ik in alle rust aan de kant zwemmen waar jullie nu zitten"

Sprakeloos van verontwaardiging zwegen de vissers. Toen klonk het vanaf de overkant: "ik heb een tip voor je, waarom kies je niet gewoon een andere sport?"

"Ik heb ook een tip voor jou, waarom ga je niet gewoon naar een goeie visboer?"

Ik zette mijn brilletje recht en zwom verder. Het verdere commentaar heb ik maar niet afgewacht. Hier was het water duidelijk te diep. Maar ik verdom het om me dit stukje trainingswater ook nog af te laten nemen. Dat is in deze omgeving de afgelopen 25 jaar al veel te veel gebeurd (en gaat nog steeds maar door).

Avontuur nummer twee heeft heel wat meer om het lijf.

Van de K.N.Z.B. ontving ik de eervolle uitnodiging om te fungeren als teammanager van de Open Water zwemmers bij het WK in Montreal. Op 11 juli stond ik met Edith van Dijk, haar echtgenoot Hans van Goor, Maarten van der Weijden en fysiotherapeute Karen Wammes op Schiphol. Na een reis van 7 uur landden we op het vliegveld van Montreal. Daar aangekomen gaf Hans een staaltje van doortastendheid weg door uiterst gedecideerd op de bordjes "FINA FAMILY" af te stappen, daarbij op achteloze wijze een kilometers lange rij ontwijkend. Gedwee, enigszins beschaamd om ons heen kijkend, volgden we hem. Wanneer iemand hem probeert tegen te houden, klopt Hans de man hartelijk op de schouder, zegt allervriendelijkst "thank you sir" en wandelt door met Napoleontische tred. Noem het een gave.

Gelukkig bestaat er toch nog zo iets als rechtvaardigheid in het leven. De transportband, die onze spulletjes moest uitbraken begaf het en zo duurde het toch nog drie uur voordat we ons hotel bereikten. Het Crown Plaza hotel ligt aan de rand van de binnenstad van Montreal en vanaf de 18^e verdieping hadden we een prachtig uitzicht op de stad. De eerste avond viel het eten in ons bepaald niet goedkope hotel wat tegen. Dit had twee oorzaken. In de eerste plaats was men nog niet ingesteld op sporters. Doordat het Open water zwemmen het eerste onderdeel van het toernooi vormde, waren er nog maar weinig andere deelnemers gearriveerd. In de tweede plaats werd er een hard conflict tussen management en het lagere personeel uitgevochten. Gedurende ons gehele verblijf van twee weken stonden er stakers voor de deur gewapend met niets te raden overlatende spandoeken. Behalve het feit dat de service af en toe te wensen overliet hebben we er niet veel van gemerkt. Maar het blijft vervelend: terwijl wij ons wentelden in luxe knokten anderen voor hun boterham.

In 1976 organiseerde Canada de Olympische Spelen in Montreal, een stad van 3.4 miljoen inwoners aan de St. Lawrence rivier. In deze

rivier werd ter gelegenheid van de O.S. een enorm kunstmatig eiland aangelegd, met onder meer een race circuit, een roeibaan van Olympische afmetingen en accommodaties ten behoeve van zwemmen, waterpolo, synchroonzwemmen en schoonspringen. De eerste dag na aankomst reisden we naar de twee 50 meterbaden (een wedstrijd- en een trainingsbad). Het wedstrijdbad kon niet worden gebruikt om te trainen, omdat daar werd gerepeteerd door het beroemde Cirque du soleil, dat de openingsceremonie op schitterende wijze luister bij zou zetten.

En zo verstreken de vijf dagen voor de wedstrijden met trainen (meestal twee keer per dag), rusten en eten. Net als de vorige keer (WK Dubai 2004) concentreerde Hans zich op de voorbereiding van Edith, terwijl ik met Maarten aan de slag ging. Hij heeft de gewoonte om zichzelf tot zeer kort voor de wedstrijden nog zwaar te belasten en net als in Dubai geef ik een voorbeeld van een setje dat Maarten "even" zwom.

Daar komt ie: 1000-900-800, enz. tot 100 meter. Als je dat optelt is het 5500 meter. Bij de 1000-900 en 800 m. 45 sec. rust, bij de 700-600-500-400 m 30 sec. rust en vervolgens 300(20)-200(10) en dan nog 100 meter heel hard in 59.6.

Maar dan moet je ook nog even weten dat hij de eerste 1000 m. in 11.31 zwemt en vervolgens per 100 gemiddeld steeds een beetje harder gaat!

Misschien een leuk idee voor Wim ten Wolde om eens uit te proberen. We huren er gewoon een uurtje zwemwater bij en in het water wordt het vanzelf rustig.

Hoewel zoals gezegd verreweg de meeste tijd van de dag bezet is met trainen, reizen, eten en rusten, is er voor de leiding 's avonds, wanneer de zwemmers naar bed zijn gegaan, nog wel wat tijd over. In Montreal hadden we het geluk dat een paar straten verderop het "Festival van de lach" werd gehouden. Dat varieerde van kostelijke acts tot vrolijke kinderspelletjes en zorgde ervoor dat er een zeer ontspannen sfeer heerste op straat. Daar staat Montreal sowieso al om bekend. In tegenstelling tot het zakelijk ingestelde Toronto is er hier iets blijven hangen van de zestiger jaren en ondanks alle drukte doet de stad weldadig aan. Als je ooit Canada bezoekt, beperk je dan niet tot het vliegveld van Montreal.

Last but not least was ik ook nog in staat het "Open schaakkampioenschap van Montreal" te bezoeken. Wonderlijk genoeg maakte dat deel uit van de festival activiteiten. Na twee

avonden een uurtje te hebben gekeken stapte één van de organisatoren op mij af en vroeg waarom ik niet meespeelde. Ik vertelde hem dat ik voor het WK zwemmen kwam, maar als rechtgeaard schaker vond hij dat geen excuus. Het was alsof ik op het Corus toernooi was, waar het wemelt van dit soort prettig gestoorden...!

Dan de wedstrijden zelf. Bij het nalezen van de Nederlandse kranten bij thuiskomst heb ik kunnen vaststellen dat Edith en in iets mindere mate Maarten in alle toonaarden lof is toegezongen.

Ik zal het dan ook maar summier over de wedstrijden hebben.

Maar het blijft natuurlijk een enorme belevenis om deel uit te maken van een team, waarin alles zo geweldig marcheert. Dat is in de eerste plaats te danken aan de twee hoofdrolspelers zelf, die zich van hun allerbeste kant lieten zien, maar ook door de inzet van hun coaches, te weten Hans van Goor en Etta van der Weijden (die vlak voor het begin van de wedstrijden werd "ingevlogen")

Daarbij moet ik natuurlijk niet Jaap van Goor vergeten te noemen, die al vele jaren de trainingen van Edith voorbereidt en geeft.

Montreal werd voor de Wognumse een waardig afscheid van de wereldkampioenschappen Open Water. Ze beëindigt haar carrière met de ongelooflijke score van 6 gouden, 4 zilveren en 4 bronzen medailles op mondiaal niveau en er is in de hele wereld geen enkele Open Water zwemmer, manlijk of vrouwelijk, die haar dat na kan zeggen.

Na afloop van de wedstrijden hebben we een grote fles champagne open getrokken om dat te vieren. Edith nam maar een bescheiden glaasje, want één week later volgde alweer Lac St. Jean, dat ze óók zou winnen. En weer een week later volgde de vierde overwinning op rij in Canada op Lac Magog. Onwaarschijnlijk!

Zelf heb ik me met de champagne ook ingehouden en daar was een goede reden voor. Twee dagen achter elkaar een 25 kilometer race, compleet met een twee uur durende voorbereiding en een twee uur durende doping controle achteraf (zowel bij Edith als Maarten) en dat alles in 32 graden, hadden ook mij gesloopt. Na een nachtje rust wachtte een lange terugreis naar Nederland, vooraf gegaan door een ochtendje series 50-meterbad met fantastisch zwemmen door allerlei internationale grootheden.

Eenmaal thuis had ik precies 44 uur de tijd om me in te stellen op zwemavontuur nummer drie (van 27-31 juli), de Europese Junioren Kampioenschappen Open water zwemmen in Bled (Slovenië).

Gelukkig werd me hierbij de voorbereiding uit handen genomen door Linda uit den Bogaard-de Boer, die bij deze gelegenheid optrad als teammanager. De ouderen onder u herinneren zich Linda misschien nog onder haar meisjesnaam. Aan het einde van de jaren '60 en in het begin van de jaren '70 kwam zij uit voor de ZV Naarden, die toen onder leiding stond van de befaamde Wil Bunschoten-van Breukelen. De club was hofleverancier voor de Nederlandse zwemploeg uit die dagen. Twee meisjes (Linsy Heister en Wilma Scheepers) en twee jongens (Sebastiaan Reijnen en Michel Heijnen) hadden voldaan aan bepaald niet kinderachtige limieten en vertegenwoordigden Nederland.

Na een tussenstop in Munchen van 4 uur landden we op het vliegveld van Ljubjana en na een razendsnelle passage van de douane werden we in een comfortabele bus naar ons hotel, aan de rand van het prachtige meer van Bled, vervoerd.

"Prachtig" is wel het minste woord, dat je voor deze locatie mag gebruiken. Het meer wordt omzoomd door bergen, het water is kristalhelder, er staan de mooiste buitens en huizen in de omgeving en alles ademt een grote schoonheid uit. Het meer is in de sportwereld vooral bekend door de vele internationale roeiwedstrijden die er worden gehouden. Die roeiers vonden het overigens maar niks dat ze "hun" meer even kwijt waren aan die vernaaidijde zwimmers en je moest dan ook wel even oppassen om tijdens de training niet overvaren te worden door een vier zonder stuurman.

De organisatie had alles in het werk gesteld om het de deelnemers naar de zin te maken en is er dan ook in geslaagd om een waardig kampioenschap op poten te zetten.

Twee dagen voor de vijf kilometer (de enige afstand die de junioren zwemmen) werden we nog in de gelegenheid gesteld te trainen in een schitterend, open 50 meterbad en met weemoed herinnerde ik me de vijf (5) Haariemse baden, die we in de hoogtijdagen van het Haariemse zwemmen, bezaten. De mooie accommodatie verklaart voor een deel (je moet natuurlijk ook nog gewoon heel hard trainen), de successen van het Sloweense zwemmen tijdens de WK van Montreal. Het land, dat maar 2 miljoen

inwoners heeft, behaalde meer finaleplaatsen dan de Nederlandse 50-meterbad zwimmers!

Zonder in details te trainen kan ik het volgende zeggen over de Nederlandse junioren: we handhaafden ons redelijk, verkleinden het gat met de buitenlandse concurrentie, maar behaalden geen eremetaal.

Een dag later werd er een LEN wedstrijd gehouden, met deelname van o.a. Evelien Sohl. Maar die gaat daar zelf over vertellen!

Zelf nam ik een weekje afstand van het zwemmen, maar terwijl ik dit typ werpt de oversteek van het IJsselmeer alweer zijn schaduw vooruit. Je kijkt eens naar het weer op Teletekst, stelt vast dat de zwimmers een westenwind kracht 3 tegen krijgen en je denkt bij jezelf: "zou Edith kans zien om Maarten te verslaan?" Moeilijk, maar niet onmogelijk. De watertemperatuur van 17 graden is in haar voordeel.....

Herman J. van Lienden.

Open Water wedstrijd en NK 30 juli in Hoorn

Dennis Rijnbeek was door de organisatie uitgenodigd om op te treden als speaker bij de Open NK in Hoorn, samen met de andere oud-zwimmer Benno Kuipers. Er waren 4 deelnemers van Rapido '82 aanwezig. Aan de NK onderdelen (5km vrije slag senioren en jeugd, 3km vrije slag junioren) deden geen deelnemers van Rapido '82 mee.

Marcel Schouten was de eerste Rapido-er die te water ging in de golven van het IJsselmeer, die door de stevige wind behoorlijk hoog waren. Hij behaalde een mooie 2e plaats in 7.03.91 op de 500 vrije slag jongens minioren.

Loek Rolvink zwom de 1 km schoolslag heren en jeugd. In een sterk deelnemersveld waarin alle toppers aanwezig waren behaalde hij een 9e plaats (al inn) in 18.22.11.

Anne Kalse behaalde een mooie 2e plaats bij de 1km schoolslag dames jeugd in 19.26.94. Dennis Rijnbeek gaf de microfoon over aan Benno Kuipers om ook 1 km schoolslag te zwemmen bij de masters. Hij nam de eerste 500m tegen de golven in de leiding, maar op de terugweg sloten twee andere heren aan en in de eindsprint moest hij ze voor laten gaan. Zijn tijd was 18.27.28.

Dennis en Conny mochten na afloop de prijzen uitreiken. De 2e dag van de NK werd helaas afgelast door het slechte weer in de nacht.

Vier weken zwemmen in Europa

Bled

Dinsdag 27 juli stonden we vroeg op om met de caravan naar Bled (Slovenië) te vertrekken. In principe was het onze vakantie, maar het zou toch wel een aparte vakantie worden; ik zou namelijk in de vier weken dat we weg waren 3 Europa cups zwemmen. Na ergens in Duitsland te hebben overnacht, kwamen we op woensdag in Bled aan. Echt prettig weer om de tent op te zetten was het niet: ver boven de 30 graden en dat zou de komende dagen ook nog zo blijven.

Inmiddels hield Sebastiaan mij dmv sms-jes op de hoogte van hun reis. Hij was namelijk met de EJK ploeg mee, die met het vliegtuig ging. De meest prettige reis hadden zijn niet: ze moesten overstappen in München, maar daar moesten ze wel vier (!) uur wachten... Niet de ideale situatie lijkt mij, vooral niet als je over een paar dagen dé wedstrijd moet zwemmen, waar je het hele jaar voor hebt getraind! We spraken af om 's middags met elkaar te gaan trainen, we zwommen in een zwembad gemaakt in het meer van Bled. Tot Linsy's (een van de EJK zwemsters) grote schrik zwommen er vissen in het meer...

De volgende dag zwommen we in een mooi 50m buitenbad. De weg ernaar toe verliep voor ons niet geheel soepel: de man van de organisatie had wel uitgelegd hoe daar te komen, maar toch verdwaalden we en moesten we twee keer naar de weg vragen! Maar het was wel de moeite waard, want het was een prachtig bad.

Alle EJK-gangers hadden inmiddels hun accreditatie met foto gekregen. Er was echter een probleempje, want die van mij was er niet bij. Ik sliep wel niet in het hotel, maar ik had dat ding wel nodig op de wedstrijddag! Als je weet hoe moeizaam onze inschrijving was verlopen dan begrijp je dat ik toch wel een beetje schrok: was ik dan toch niet ingeschreven?! Een week voor de wedstrijd had Sebas namelijk startlijsten gevonden op internet (zowel voor de EJK als voor de LEN-cup), maar op die lijsten waren geen Nederlanders te bekennen! Na een telefoontje naar het bondsbureau, waar de juiste persoon niet aanwezig was, heb ik zelf maar naar Slovenië gebeld. Toen bleek dat de organisatie nog niet klaar was met de lijst en dat alles goed zou komen. De volgende dag stond iedereen dan ook op de lijst, behalve ik... De bond belde toen zelf en de organisatie verzekerde hen dat ook ik was ingeschreven. Maar toen ik Bled dus bleek dat mijn kaartje er

niet was, schrok ik wel. Uiteindelijk hebben ze er voor mij nog één extra gemaakt en was alles echt in orde!

Intussen waren de ouders van Sebas ook gekomen en kregen een plekje op de camping naast ons. Linsy haar moeder kon helaas niet meer bij ons in de buurt staan en moest haar tent zowat aan de andere kant van de camping op zetten.

De volgende ochtend kon ik Ben ook begroeten, die de vorige avond rond half tien was geland in Ljubljana en die door mijn vader en Sebas' moeder was opgehaald. Door een foutje in de planning was er voor Ben geen tentje, maar aangezien Sebas de eerste dagen toch nog in het hotel sliep was er nog een tentje over en kroop ik voor vier nachties in Sebas' mini-tentje en Ben in die van mij. De EJK-gangers stelden het zeer op prijs om ook het keerpunt op 2,5km te bekijken, maar vanuit de organisatie was daar geen mogelijkheid voor. Nu hadden zij echter de mazzel dat wij en Sebas' ouders wel een auto hadden en daarom speelden we op vrijdagmorgen taxi voor de EJK ploeg. Na de training, die niet geheel volgens de wens van bondscoördinator Herman verliep, ging iedereen nog even met ons mee naar de caravan om wat te drinken.

Tijdens de middagtraining verkenden we het parcours aan de andere kant en oefenden we wat finishes en startjes. Hierna was "het hoogtepunt" van de week: de Technical Meeting van de EJK! In principe hoefde ik daar natuurlijk niet bij te zijn, maar aangezien we met Ben en de ouders van Sebas ergens wat pasta (voor mij) en pizza (voor de rest) wilden gaan eten en Ben wel graag bij de briefing wilde zijn, ging ik ook maar mee; kon ik alvast horen hoe de verschillende boeien genomen moesten worden. Het was toch echt wel een merkwaardige briefing. We hadden er al een (Creil) gehad waar we het in vijf talen te horen kregen, maar deze keer sloeg echt alles. De baan werd gewoon ter plekke compleet gewijzigd na een opmerking van Herman. Iedereen had het net begrepen toen ze besloten om sommige stukken aan de andere kant van de lijn te gaan zwemmen! Dit was voor de Nederlandse EJK-ploeg niet geheel gunstig, omdat 3 van de 4 zwimmers links ademen en er nu in ene met de lijn rechts gezwommen zou moeten worden. Maar daar was nu niks meer aan te doen. Na de meeting namen we weer afscheid van de EJK-gangers, die nu toch wel zenuwachtig begonnen te worden en ging we een hapje eten.

En toen was het de volgende dag zaterdag, de dag van de EJK. De start was pas om vier uur, dus 's morgens ging ik nog even trainen,

waarbij ik het keerpunt goed kon oefenen en Ben (in het water) als één van mijn tegenstanders fungeerde. Tegen tweeën trok ik mijn oranje shirtje aan, die Ben voor ons (Sebas en mij) had laten maken, omdat we van de Bond toch niks krijgen en we nu tenminste wel wat leuks aan hebben! We kwamen zo ongeveer gelijk aan met de zwemmers. Het was duidelijk dat ze er allemaal zin in hadden, maar toch ook behoorlijk gespannen waren. De jongens mochten als eerste van start. Mijn trainingsmaatje, Sebastiaan, was zeer goed weg en na het eerste keerpunt lag hij zelfs tweede! Verder was de wedstrijd voor de toeschouwers niet te zien, wat erg vervelend was. Normaal gesproken zwem ik natuurlijk zelf, maar nu weet ik wat trainers en ouders voelen als hun zwemmer/kind in het water ligt en je er niks van kunt zien! Pas bij de laatste 500m konden we de zwemmers weer van elkaar onderscheiden. Sebas lag nog steeds in de kopgroep, maar deze was heel groot (zo'n 20 zwemmers), dus alles was nog mogelijk. Uiteindelijk tikt hij aan na 5 km op een negende plaats en deze was maar 8 sec. verwijderd van de 3^e plaats! Een erg mooie klassering! Michel, bleek ook in de kopgroep te liggen en werd 20^e. De meiden hadden een kleinere kopgroep en Linsy eindigde als 15^e. Wilma had de groep niet kunnen volgen en kwam op vrij grote afstand als 17^e binnen. Na de wedstrijd bleven Ben en ik hangen in het hotel voor de meeting van de 10km. Deze was een stuk minder spectaculair als de dag ervoor. De scheidsrechter had er zelf ook duidelijk geen zin in en hield het zeer kort; we waren dan ook in 25 min. klaar! Alleen wel een beetje jammer dat ze te laat waren begonnen...

De volgende dag was het gedaan met onze rust op de camping. Sebastiaan kwam namelijk ook zijn intrek nemen... Linsy kwam ook, maar sliep aan de andere kant van de camping. We gingen nog even loszwemmen en rusten en daarna maakten we ons klaar om naar de baan te vertrekken. Daar aangekomen zwommen Sebas en nog even 5 à 10 min in, Linsy deed dit niet, maar wurmde zich in haar oranje haaienpak, dat na 3 keer dragen al gaten begon te krijgen.

Zoals gebruikelijk moesten de heren eerst van start, maar ongebruikelijk was, was dat wij 30 minuten na de heren gingen in plaats van de normale 5 minuten. Dit was nodig omdat we anders 1 boei tegelijkertijd in verschillende richtingen zouden moeten nemen en dat onherroepelijk tot botsingen zou leiden. Sebas kon ik gelijk na de start al niet meer herkennen, het was ook een zeer druk bezochte wedstrijd met 34 deelnemers. Bij de

dames waren het er iets minder, maar met 30 deelnemers toch nog de drukste Europa Cup tot nog toe. Ook bij ons was het bij de start al gelijk een chaos, maar toch had ik een redelijke start. Ik kwam in de tweede groep te liggen en heb een tijd naast Linsy gezwommen, die haar eerste 10k zwom. Het derde keerpunt was een bocht van bijna 180 graden om één boei, en dat met 20 man, dat is niet fijn dat ik u wel vertellen! De groep viel dan ook uiteen in een paar losse groepjes. Toen iemand mijn brillette afsloeg bij het volgende keerpunt (5km) was ik de groep kwijt....Ik moest veel moeite doen er weer bij te komen, zeer waarschijnlijk te veel moeite, achteraf gezien. Even later lag ik dan ook alleen te zwemmen en ging helemaal dood. Wel heb ik nog een Italiaanse ingehaald, die schijnbaar nog meer dood ging dan ik. Uiteindelijk werd ik 24^e. Geen beste wedstrijd dus. Hoewel het buiten 30 graden was, heb ik na afloop vele lagen kleding aan moeten trekken, zo koud had ik het.

Na afloop zijn Sebas, Linsy en ik naar het afsluitende diner geweest, maar we hadden beter met onze ouders en Ben naar de pizzeria kunnen gaan, want echt een succes was het niet. De sfeer was ver te zoeken en ook het eten was niet geweldig. Bovendien was de planning niet best. Het hoofdgerecht kwam op het moment dat de prijsuitreiking begon, maar om daar iets van te kunnen volgen, moest je wel opstaan. Dus het al niet al te lekkere eten, stond ook nog eens koud te worden. We besloten dat zo'n diner niet voor herhaling vatbaar was!

De volgende dag zijn we met zijn allen gaan raften, was erg lachen, alleen wel een beetje jammer dat er niemand uit de boot is gevallen! Van trainen kwam de rest van de week niet veel. Dinsdag hebben we netjes ons programma gezwommen, woensdag wilden Sebas en ik gaan toen het begon te onweren en een tweede poging moesten we al na 1km staken wegens opnieuw onweer.

Hongarije

Donderdag vertrok ik met Sebas en zijn ouders in een volgepropte Zafira richting Hongarije, naar het Balatonmeer. 's Morgens besloten we om de training van die dag daar te doen, maar daar aangekomen waren we beland in noodweer. Hele harde wind en hevige regen. Er waren zeer hoge golven, dus het was niet verantwoord om te gaan zwemmen. Op de camping aangekomen leek het er even op dat we voor niks naar Hongarije waren gekomen. De mevrouw meldde dat wegens het weer de beide (de Europa Cup en een plaatselijke wedstrijd) wedstrijden van zaterdag waren

afgelast. Na een telefoontje naar de organisatie bleek inderdaad de plaatselijke wedstrijd afgelast, maar de Europa Cup ging voorlopig nog door. We hadden wel baat bij het feit dat de andere wedstrijd was afgelast, anders hadden we namelijk om 7.00u moeten starten. Ik had al die tijd al gehoopt dat het een tyfout was in het schema, maar nu kwam mijn wens toch nog uit: de start was verplaatst naar 11.00 uur. De volgende dag werd ook besloten om aan de noordoever te starten in plaats van aan de zuidoever, hier zouden namelijk minder golven zijn. En ook dat klonk als muziek in mijn oren, want toen ik de golven zag, zag ik het toch even niet meer zitten.. Helemaal niet na mijn martelgang van vorige week in Bled.

Je kon goed zien dat Hongarije een stuk armer is dan Slovenië. Veel armoedigere huisjes, maar ook zijn er nog veel meer "oost-blok-taferelen" te zien. Zo stond er bij de camping echt zo'n norse man op wacht bij een typisch communistische slagboom (tenminste zoals ik me dat kan herinneren van plaatjes uit mijn geschiedenisboek...). In Kroatië, waar we door heen gereden zijn, zag je vele bouwwerkzaamheden aan huizen, duidelijk de wederopbouw na de bombardementen van de burgeroorlog. Buiten de uiterlijke kenmerken van armoede, kon je het ook goed zien aan de prijzen. Slovenië was al een stuk goedkoper dan Nederland, maar Hongarije was dat zeker. Voor net iets meer dan 30 euro konden we met zijn vieren uiteten! Maar ook was er, als enige Europa cup, geen prijzengeld. Voor mij maakt dat niet veel uit, ik kom daar toch niet voor in aanmerking, maar de Duitse winnaar vond dat niet zo leuk, geloof ik.

Donderdagavond aten we ergens wat pasta en Sebas' vader nam een schnitzel. Hij kreeg er twee, maar kon er maar eentje op. Toen de ober kwam vragen of het gesmaakt had, vroeg hij "einpacken?" De vader van Sebas dacht dat hij bedoelde of hij mocht afruimen en hij zei ja. Ik en zijn vrouw hadden al onze twijfels of hij dat wel bedoelde, en later bleken onze voorgevoelens juist: de ober kwam aanzetten met een schnitzel ingepakt in foliepapier! Schijnbaar is het daar normaal dat je iets mee neemt als je het niet meer opkunt, maar wij kwamen niet meer bij van het lachen! De volgende dag (het regende nog steeds) gingen we op zoek naar het hotel waar de andere zwimmers sliepen om nadere informatie over de startlocatie te krijgen en een eventuele mogelijkheid om te trainen. Deze kregen we ergens in het Balatonmeer. We zwommen tegelijkertijd met de Franse ploeg en 2 Hongaren. Één Frans meisje kwam ons verschrikt vertellen dat het water maar 20

graden was.... Maarja wij zijn in Nederland wel wat gewend. We weet hadden we daar morgen nog wel voordeel van! We zwommen in de hoge golven en ik moest mijn slag toch wel behoorlijk aanpassen om niet steeds een misslag te maken. We hebben niet lang gezwommen, maar ik was blij dat we het hadden gedaan, ik had nog nooit in zulke golven gezwommen, en nu heb ik het tenminste al kunnen voelen en zou ik morgen misschien minder schrikken.

Na het eten gingen we naar de briefing. Daarna was het bedtijd. Hoewel we pas om 11.00 starten, moesten we toch om 7.30 u verzamelen bij het hotel. We zaten aan de zuidoever en moesten naar het noorden, dus gingen we met de veerboot. Het was inmiddels droog, maar waaien deed het nog.

Na honderd-en-een speeches mochten de heren 1 kwartier de laat van start en wij tien minuten later. Het ging super lekker en ik begon de golven bijna op een gegeven nog leuk te vinden ook! Ik heb zelfs nog een stukje (250m) voorop gezwommen, maar dat leek me toch niet zo'n goed idee, want zo sterk ben ik nog lang niet!. Uiteindelijk heb ik 9250m in de kopgroep gezwommen en werd ik 7^e, met maar 48 sec achter de winnares! Zeker mijn beste wedstrijd ooit! Ook Sebas was 7^e geworden, ook zijn beste prestatie tot nog toe. 's Avonds werden we door de organisatie uitgenodigd voor het slotdiner. Hoewel we in Bled hadden besloten dat niet meer te doen, konden we hier, beleefdheidshalve, niet onder uit. De nummers 4t/m10 zouden namelijk nog iets krijgen en ze kwamen het persoonlijk vragen. Het was echter een stuk beter dan in Bled en de Hongaren waren erg vriendelijk tegen ons. Als het altijd op deze manier gaat is zo'n diner toch nog voor herhaling vatbaar! De volgende dag regende het weer en moesten we onze tent nat inpakken. Rond drieën waren we weer terug op de camping in Bled. De familie Reijnen kwamen weer bijna naast ons staan en zij bleven daar nog tot woensdag. Vrijwel meteen na het opzetten van de tent gingen Sebas, Peter en ik aan het risken en dat was niet het laatste spelletje wat we deden... De rest van de dagen tot woensdag hebben we geriskt, gezwommen en nog een wandeling gemaakt naar een waterval en mini-golf gespeeld, waar Sebas de meest rare dingen voor elkaar kreeg, maar veel geluk had hij niet. Wij zelf ging op zondag weg richting Duitsland voor de laatste LEN-cup van dit seizoen, de finale!

Müritz

Onderweg naar Duitsland wilde het maar niet droog worden, het was zelfs zo erg dat we

onderweg besloten om met zijn vieren in de caravan te slapen en dus niet ook nog een tentje op te zetten! De volgende dag toen we op de plaats van bestemming, Müritz, aankwamen werd het ineens droog, ook de volgende dag bleef het droog. De dag erna, toen de familie Reijnen en Ben kwamen, scheen zelfs de zon en was het warm! De trainingen moest ik in het meer doen, maar er waren zoveel andere boten dat ik niet alleen kon zwemmen, en daarom besloten mijn ouders om een waterfiets te huren en met mij mee te varen. Op donderdagochtend konden we trainen in het zwembad van het hotel waar de andere zwemmers sliepen. Op deze ochtend waren we helemaal alleen in het 25m bad, dat tropische temperaturen had. We zwommen zo'n 6,5km en daarna haalde we ook Ben zijn accreditatie op, die ze de vorige dag nog niet hadden, omdat de KNZB niet had doorgegeven dat er een trainer meeding! Teruggekomen op de camping rusten we wat en 's middags hadden we training op het parcours. Omdat we de enige zwemmers waren die er waren, mochten we in een bootje van de organisatie mee en konden we het hele parcours varen en alles goed bekijken! Na de training besloten we om gezellig met zijn allen te gaan mini-golfen, Sebas wilde immers een revanche, dat wilde alleen niet echt lukken! Ook op vrijdag trainden we 's morgens in het zwembad van het hotel. We waren echter niet meer alleen. De zwemmers van de andere landen zwommen echter een stuk minder dan wij, wij lagen er gelijk in met hun, maar gingen een stuk langer door! Ook 's middags zwommen we op het parcours, waar we vooral de keerpunten en de finish oefenden. Schijnbaar waren we als Nederlanders zeer betrouwbaar, want we werden gevraagd om te kijken of de finishplaat niet te hoog hing! Na de training gingen we nog even terug naar de camping alvorens we naar de briefing gingen. Het was niet erg boeiend en het was gelukkig ook snel afgelopen, zodat we weer snel terug konden om te eten. Uiteraard pasta! Na het eten nog even gezellig zitten kletsen, maar daarna was het vroeg bedtijd, want morgen was de wedstrijddag. In tegenstelling tot de overige wedstrijden mochten de dames eerst van start en pas als wij helemaal klaar waren, waren de heren aan de beurt. Nadat we allemaal waren voorgesteld en de Italianen en Spanjaarden zich helemaal, maar dan ook helemaal, hadden ingesmeerd met vet, mochten we van start. Die ingesmeerde lichamen waren echt super vies en in mijn ogen ook echt overdreven! Toen ik uit het water kwam zat ik zelf ook helemaal onder het vet van hun... Het water was 19,4

graden, maar voor deze mensen was het schijnbaar te koud en dus besloten zij zich in te smeren. De gehele groep bleef tot 7 km helemaal bij elkaar. Toen werd er echter door een paar zwemsters een versnelling geplaatst en viel de groep uiteen. In eerste instantie kwam ik alleen te liggen op een twaalfde plaats, maar als snel zag ik voor mij nog wat mensen zwemmen en één voor één heb ik ze ingehaald en uiteindelijk tikte ik als achtste aan! Ik, en volgens mij alle oranje supporters, was erg tevreden! Ik had dit echt niet verwacht, het veld was namelijk erg sterk omdat het de finale van een reeks wedstrijden was! Alle goede zwemmers waren aanwezig en ik stond eigenlijk onder iedereen die meedeed, in het klassenment, dus van te voren had ik gedacht dat ik ergens in de achterhoede zou eindigen, maar dat was dus niet het geval! Echt verassend! Ook de speaker vond dit, toen ik aantikte zei hij: "Überraschend, ein Niederländer!" Echt mooi!

Ook Sebastiaan ging erg goed, bij de heren bleef het veld gedurende 5 km bij elkaar en toen viel het uiteen. Hij zat op dat moment voorin de groep en kon zich goed handhaven. Tot zijn eigen grote verbazing, hij kon het bijna niet geloven, tikt hij aan op een 5^e plaats! Ook bij de heren was het een enorm sterk veld en pas toen hij de uitslagen had gezien was hij echt overtuigd! Met zijn vijfde plaats had hij nog honderd euro gewonnen ook!

Voor ons beide dus een goede afsluiting van een eerste jaar zwemmen in de Europa Cup. In het eindklassement eindigde ik als 13^e en Sebas als 11^e, ook dat hadden we aan het begin van het seizoen beide niet verwacht. 's Avonds hebben we met zijn allen op de camping gebarbecued en de volgende dag zijn we met Ben gaan varen op het meer. Ook leuk om het eens vanaf een andere manier dan zwemmend te bekijken. 's Avonds mochten we eindelijk eens een keer zondigen en gingen we met zijn allen naar de Mac.

Na nog een aantal spelletjes risk te hebben gespeeld, doken we ons bedje voor het laatste nachtje. De volgende dag braken we alles op en gingen we weer huiswaarts.

Al met al kan ik stellen, dat ik ontzettend heb genoten van deze vier weken. Zoals ik al eerder heb gezegd, had ik van te voren nooit durven hopen dat ik zo goed mee zou kunnen in het Europese veld. Het was voor mij ook zeer verassend en ik hoop dat ik volgend jaar nog beter zal kunnen zwemmen! Het was in ieder geval een zeer mooie ervaring en ook zeker een grote stimulans om verder te trainen!

Evelien Sohl

aan te komen, maar na anderhalf uur was het dan eindelijk toch nog zo ver!

Na de briefing werd ons nog wat drinken aangeboden door de gemeente Creil, waar we ook nog weer een speech kregen van de burgemeester (geloof ik). Ook hier konden ze het niet laten om het te vertalen in vijf talen..... Intussen was het al half negen en gegeten hadden we nog niet. Toch besloten we om eerst maar even te douchen en daarna ergens wat te gaan eten. Voor de afwisseling kozen we een ander Italiaans restaurant dan de dag ervoor. Sebas en ik hadden weinig afwisseling in ons menu: voor de derde keer gingen we aan de pasta! Sebastiaan koos toch voor een lichte afwisseling: hij besloot de "pasta met pittige saus van de kok" te nemen! En dat heeft hij geweten ook! Pittig was die zeker! De tranen stonden in zijn ogen en hij zat gigantisch te zweten! En wat kan een verfrissend kornkommertje dan toch lekker zijn.....(zelfs als je die dingen normaal gesproken weigert te eten!).

Het liep ondertussen al tegen half elf, dus toen we terug waren in het hotel, was het dan vrijwel meteen bedtijd!

De volgende ochtend konden we weer redelijk uitslapen: we zouden om negen uur gaan ontbijten. Mijn vader moest er wel iets eerder uit om Sebas' moeder naar het station te brengen die een bezoek ging brengen aan een vriendin. Ik heb daar echter weinig van mee gekregen met mn slaperige hoofd...ik ben gewoon weer verder in slaap gevallen! Bij het ontbijt had ik de grootste moeite om mijn bordje vast te houden: dat lukte dan ook niet helemaal.....Dus voor wie er nog niet wakker was, dat was je daarna wel....

Na het ontbijt lekker rustig aan doen en alle spullen inpakken en richting de baan. We waren erg vroeg, maar zo konden we ons rustig voorbereiden.

Ook kwamen we onze nummers te weten: ik had 13 en Sebas 14. Ben vroeg verschrkt aan mij of het niet mijn ongeluksnummer was, maar gelukkig kon ik hem melden dat er niks aan de hand was (of toch wel zoals later zou blijken???)

De start van de heren was om vijf minuten voor half 3. De starttoeter deed het niet geheel naar behoren, maar Sebas was toch goed weg en vond een plaatsje in de kopgroep.

Vijf minuten later gingen de dames van start.

Ook bij ons deed de toeter het niet en kwam er alleen maar rook uit, omdat ook de vlag op dat moment naar beneden ging, startte ik toch.

Hierdoor was ik als eerste weg en de rest startte eigenlijk pas op het moment dat de starter een tweede poging waagde met zijn toeter, die het toen wel deed! Ook ik vond mijn

plaatsje in de kopgroep. Hier heb ik 8km lang in kunnen zwemmen. Daarna kwam er een tempoversnelling door de voorste zwimmers en die kon ik helaas niet volgen! De laatste twee kilometer heb ik dan ook alleen gezwommen, maar dat vond ik niet erg. Ik was erg happy met het feit dat ik het wel 8km lang heb kunnen volhouden, in Sevilla was dat nog 5 km. Ik finishte op een 14^e plaats (van de 27) in een tijd van 1 uur, 57 en 13 sec. Sebastiaan was gefinisht op een 11^e plaats in een tijd van 1 uur, 46 minuten en 10 sec. Uit onze tijden moeten we concluderen dat de baan zeer waarschijnlijk iets te kort is geweest en bovendien hebben we natuurlijk iets profijt gehad van de stroming aan de ene kant van het eiland! Maarja wel grappig, zwem ik ook nog eens onder de 2 uur op de 10 km....!

Na het zwemmen hebben best een flinke tijd zitten napraten over onze belevenissen in de kopgroep. Het gaat er daar toch wel anders aan toe dan bij de wedstrijden in Nederland....Voortdurend zwemmen er mensen op je benen, krijg je klappen op je hoofd en bij het keerpunt probeert echt iedereen een zo klein mogelijk bochtje te maken, waarbij een tand door de lip slaan niet wordt vermeden...Dit alles maakt het wel spannend en zorgt het ervoor dat de wedstrijd voor je gevoel zo voorbij is!

Nog een leuk detail bij de heren wedstrijd: een paar dames zwommen niet erg hard en zouden worden ingehaald door de eerste heren (de kopgroep met Sebas erin dus). Als je dames tegen komt kan je natuurlijk twee dingen doen: er netjes om heen gaan of er gewoon over heen! En dat laatste gebeurde! De hele kopgroep van zo'n 15 man ging regelrecht over de dames heen....dat moet geen pretje zijn geweest.....Ben blij dat ik daar niet zwom....

Nadat we hadden nagepraat en hadden gedouched gingen we in de auto terug op weg naar Nederland. Onderweg hebben we bij de Mac nog gezellig wat gegeten (de eerste Mac kwamen we pas in Nederland tegen...). Rond kwart voor 1 's nachts waren we weer thuis. De volgende dag lekker uitslapen en niets doen, maar dat bleek toch niet geheel de goede benadering. 's Avonds werd ik niet lekker en heb verschillende keren overgegeven. Toen ik de volgende dag Ben belde om te zeggen dat ik niet kwam trainen omdat ik ziek was, bleek dat Sebas precies dezelfde verschijnselen had...Zeer waarschijnlijk heeft er iets in het water gezeten. Of was het misschien toch dat nummer 13....

Evelien Sohl

Een nieuwe uitdaging!

Een nieuwe uitdaging: dit slaat in mijn geval op 2 dingen. Allereerst de Europa Cups die ik dit seizoen voor het eerst ben gaan zwemmen en waarvan de tweede wedstrijd er al weer op zit. Maar ook op het feit dat ik Rapido'82, wat zwemmen betreft, ga verlaten en naar het Y in Amsterdam ga. Dit is voor sommigen misschien nieuw en onbegrijpelijk, anderen hebben het al gehoord of zullen het al hebben verwacht. Voordat ik uitleg hoe ik tot deze keuze ben gekomen, wil ik laten weten dat dit ook voor mij geen gemakkelijke beslissing was. Als je al lid bent vanaf je 3^e jaar, is het moeilijk om een club te verlaten, waar je als het ware opgegroeid bent. Maar toch ga ik weg. Waarom ga je weg als je het naar je zin hebt, zult u zich nu misschien afvragen? Ik zal het uitleggen.

Wellicht heeft u vorig jaar mijn stukje gelezen over de EJK, waarin ik eindigde met het feit dat ik me meer ging richten op het open water zwemmen, dat is dit seizoen ook langzaam maar zeker gebeurd. Ik ben begonnen met gasttrainen bij het Y. Ben Lap (trainer van het Y, waar één van de andere EJK-gangers van vorig jaar zwemt) had mij aangeboden om mee te trainen als ik de trainingen bij Rapido niet zou halen door mijn nieuwe studie.

Gaandeweg het jaar ging ik steeds meer komen en kon ik de trainingen steeds beter volhouden. Ook mijn prestaties op de 800 en 1500m gingen vooruit. De eerste echte "test" was voor mijzelf de 5km race in Breda op 1 mei: ook hier was mijn vooruitgang zichtbaar, ik zwom een persoonlijk record van ruim 1 minuut! Vanaf dat moment begon ik langzaam maar zeker na te denken over het veranderen van vereniging. Ik heb de voor- en nadelen voor mezelf goed op een rijtje gezet. Vooral na Sevilla kwam de beslissing heel dichtbij. Ik zwom daar boven mijn eigen verwachting en besepte ik dat als ik al mijn trainingen zou richten op de lange afstanden, ik misschien nog beter zou gaan presteren. Bij het Y kan ik twee uur achter elkaar trainen en ook zijn de trainingen gericht op de lange afstanden. Al met al heb ik dus besloten om mijn vertrouwde cluppie te verlaten en verder te zwemmen bij SG Het Y-mere in Amsterdam.

Weer even terug naar mij andere uitdaging: de Europa Cups. Zoals ik al zei is de tweede wedstrijd ook achter de rug. De wedstrijd was in Creil (net iets boven Parijs). Samen met mijn vader ging ik donderdag 23 juni in de auto richting Creil. Na ongeveer 5 uurtjes rijden en wat sms-jes naar Sebastiaan (die met zijn ouders en Ben ook op weg waren) kwamen we

10 minuten later dan de Familie Reijnen aan in Creil. Eigenlijk best grappig dat we zo gelijk aan kwamen, zeker als je bedenkt dat zij uit Almere vertrokken en wij uit Velsbroek! We hadden afgesproken bij het zwembad en daarvandaan gingen we op zoek naar ons hotel. Dat bleek niet heel eenvoudig: toen het navigatiesysteem van Ben meldde dat we er moesten zijn, was er geen hotel te bekennen... Gelukkig vonden we het daarna toch nog snel. Nadat we ons geïnstalleerd en gedouchd hadden gingen we ergens wat eten. Uiteraard moesten Sebas en ik aan de pastal Na het eten hebben we nog koffie en thee gedronken in het hotel. Over het kopje koffie moest allen je niet te hard blazen, anders had je geen koffie meer over!

De volgende ochtend gingen we na het ontbijt eerst trainen (jawel, met onze nieuwe Nederland-badmutsen, die we toch hadden gekregen van de bond na onze problemen in Sevilla!). We zwommen een vrij relaxed programma in het kleine 25 meterbadje van Creil. Het was een echt klotsbadje, dat maar bestond uit vier banen. Maar het voldeed in die zin, dat we ons los konden zwemmen van de lange autorit van de dag ervoor.

Na de training was het tijd voor de lunch en de rust. In tegenstelling tot in Sevilla hadden de kamers hier geen airco, en aangezien het buiten boven de dertig graden was, was het binnen ook niet echt koel.... In de anderhalf uur die ik op mijn bed heb gelegen, heb ik dan ook anderhalve liter water gedronken! 's Middags was het tijd voor de training op de wedstrijd baan. Toen we over het bruggetje liepen, zagen we tot onze schrik dat er verscheidende ratten in de rivier zwommen! Tijdens de training vond Sebastiaan het erg grappig om steeds aan mijn tenen te kriebelen. De eerste keer schrok ik me inderdaad dood, maar daarna had ik snel door dat deze "rat" een witte badmuts en een paars brilletje op had!!

Het parcours bestond uit een rondje zwemmen rond een eilandje in een rivier. In totaal zouden we morgen tijdens de wedstrijd drie en half rondje moeten zwemmen. Aan de ene kant van het eilandje zwommen we in de grote rivier, waar we iets stroming mee zouden hebben. Aan de andere kant leek het water meer op een soort sloot, hier was dan ook geen stroming.

Ook tijdens deze training hebben we lekker wat relaxed gezwommen. Na de training was het tijd voor de altijd interessante technical meeting! De keer was het extra interessant (ahum...), doordat alles steeds in vijf talen werd vertaald. Het waren weliswaar vijf talen, maar Nederlands was er niet bij.....Er leek geen eind

Waterpolorooster S.G.Haerlem 04 2005 \ 2006 deel 1

zaterdag 17 september 2005

de Planeet 1 te Haarlem

S.G. H.lem	Aspiranten D	speelt thuis tegen	Hoorn Aurik	Aspiranten B
S.G. H.lem	Aspiranten E	speelt thuis tegen	S.G. Ymond	Aspiranten H
S.G. H.lem	Dames 3	speelt thuis tegen	Watervlo.	Dames 2
S.G. H.lem	Dames 4	speelt thuis tegen	Hoorn Aurik	Dames 1
S.G. H.lem	Heren 7	speelt thuis tegen	Hoorn Aurik	Heren 2

de Slag 2 te Zaandam .

S.G. H.lem	Heren J. A	speelt uit tegen	Alliance	Heren J. A
S.G. H.lem	Heren 5	speelt uit tegen	Alliance	Heren 3

Sportfondsenbad te Beverwijk .

S.G. H.lem	Heren 8	speelt uit tegen	S.G. Ymond	Heren 7
------------	---------	------------------	------------	---------

Duikerdel te Noord Scharwoude

S.G. H.lem	Aspiranten C	speelt uit tegen	de Reuring	Aspiranten A
------------	--------------	------------------	------------	--------------

Hoornsevaart te Alkmaar

S.G. H.lem	Heren 6	speelt uit tegen	DAW Finenzo	Heren 3
------------	---------	------------------	-------------	---------

Het Spectrum te Hoofddorp

S.G. H.lem	Heren J. B	speelt uit tegen	ZPCH	Heren J. A
------------	------------	------------------	------	------------

Deze week vrij:

Heren 1 / 2 / 3 / 4
Pupillen J

Pupillen F
Dames 1

Pupillen G
Dames 2

Pupillen H
Heren 9

zaterdag 24 september 2005

de Planeet 1 te Haarlem

S.G. H.lem	Pupillen G	speelt thuis tegen	Alliance	Pupillen J
S.G. H.lem	Heren 2	speelt thuis tegen	Alkemade	Heren 1
S.G. H.lem	Dames 1	speelt thuis tegen	Van Uden-De Gouwe	Dames 2
S.G. H.lem	Heren 1	speelt thuis tegen	De Mors	Heren 1
S.G. H.lem	Heren 3	speelt thuis tegen	zv Vlaardingen	Heren 2

de Planeet 2 te Haarlem

S.G. H.lem	Heren 9	speelt thuis tegen	DWT .	Heren 5
S.G. H.lem	Heren 4	speelt thuis tegen	De Robben/Tomingroep	Heren 3
S.G. H.lem	Dames 2	speelt thuis tegen	HZ ZIAN	Dames 1
S.G. H.lem	Dames 3	speelt thuis tegen	AZ&PC.	Dames 1

Deze week vrij:

Heren 5 / 6 / 7 / 8
Aspiranten Vrij

Dames 4
Pupillen F

Heren J. A
Aspiranten H

Heren J. B
Pupillen J

vrijdag 30 september 2005

Vijf Meibad te Leiden .

S.G. H.lem	Heren 3	speelt uit tegen	LZ 1886 .	Heren 2
------------	---------	------------------	-----------	---------

zaterdag 01 oktober 2005

de Planeet 1 te Haarlem

S.G. H.lem	Pupillen J	speelt thuis tegen	De Bron	Pupillen D
S.G. H.lem	Pupillen H	speelt thuis tegen	DAW Finenzo	Pupillen C
S.G. H.lem	Heren 6	speelt thuis tegen	Orkano 75	Heren 2

zaterdag 17 september 2005

om	18:15 uur	nr:	NH.CG1 45247
om	19:00 uur	nr:	NH.CG2 45007
om	19:45 uur	nr:	D3.D2 20090
om	20:30 uur	nr:	NH.D1 45294
om	21:15 uur	nr:	D3.H4B 20357

zaterdag 17 september 2005

om	17:30 uur	nr:	D3.AJ3 20528
om	17:45 uur	nr:	D3.H1 20149

zaterdag 17 september 2005

om	19:00 uur	nr:	NH.H2 45415
----	-----------	-----	-------------

zaterdag 17 september 2005

om	19:00 uur	nr:	NH.BJ1 45139
----	-----------	-----	--------------

zaterdag 17 september 2005

om	19:45 uur	nr:	D3.H4B 20355
----	-----------	-----	--------------

zaterdag 17 september 2005

om	19:00 uur	nr:	D3.AJ3 20532
----	-----------	-----	--------------

zaterdag 24 september 2005

om	18:15 uur	nr:	NH.DG2 45561
om	18:45 uur	nr:	B.H3C 1586
om	19:30 uur	nr:	B.D1 136
om	20:15 uur	nr:	B.H1 797
om	21:15 uur	nr:	B.HR1 2206

zaterdag 24 september 2005

om	19:15 uur	nr:	NH.H2 45419
om	20:00 uur	nr:	B.HR2B 2467
om	20:45 uur	nr:	B.D2A 270
om	21:30 uur	nr:	D3.D2 20095

vrijdag 30 september 2005

om	20:30 uur	nr:	B.HR1 2207
----	-----------	-----	------------

zaterdag 01 oktober 2005

om	18:15 uur	nr:	NH.EG2 45109
om	18:45 uur	nr:	NH.EG1 45534
om	19:15 uur	nr:	D3.H4B 20361

de Planeet 2 te Haarlem

S.G. H.lem	Aspiranten E	speelt thuis tegen	AquaWaarD	Aspiranten B
S.G. H.lem	Aspiranten D	speelt thuis tegen	DAW Finenzo	Aspiranten B

de Slag 2 te Zaandam .

S.G. H.lem	Pupillen F	speelt uit tegen	Alliance	Pupillen J
------------	------------	------------------	----------	------------

de Watering te Wormerveer

S.G. H.lem	Pupillen G	speelt uit tegen	De Ham	Pupillen F
S.G. H.lem	Dames 4	speelt uit tegen	AZVD	Dames 1

Waterhoorn te Hoorn

S.G. H.lem	Heren 7	speelt uit tegen	Hoorn Aurik	Heren 3
------------	---------	------------------	-------------	---------

Sportfondsenbad te Beverwijk .

S.G. H.lem	Heren J. A	speelt uit tegen	S.G. Ymond	Heren J. A
------------	------------	------------------	------------	------------

de Schots te Den Helder .

S.G. H.lem	Aspirante C	speelt uit tegen	Noordkop .	Aspirante B
------------	-------------	------------------	------------	-------------

Hoornsevaart te Alkmaar

S.G. H.lem	Heren J. B	speelt uit tegen	DAW Finenzo	Heren J. A
------------	------------	------------------	-------------	------------

Sportfondsenbad Oost te Amsterdam .

S.G. H.lem	Heren 5	speelt uit tegen	Het Y .	Heren 2
S.G. H.lem	Dames 2	speelt uit tegen	Het Y .	Dames 1

Lieberg te Hilversum.

S.G. H.lem	Dames 3	speelt uit tegen	De Robben/Tomingroep	Dames 2
------------	---------	------------------	----------------------	---------

Combibad Brandenburg te Bilthoven .

S.G. H.lem	Dames 1	speelt uit tegen	Brandenburg .	Dames 2
------------	---------	------------------	---------------	---------

De Waterlelie te Aalsmeer .

S.G. H.lem	Heren 2	speelt uit tegen	Oceanus .	Heren 1
------------	---------	------------------	-----------	---------

De Kulk te Vlaardingen

S.G. H.lem	Heren 1	speelt uit tegen	zv Vlaardingen	Heren 1
------------	---------	------------------	----------------	---------

Rivierabad te Spijkenisse

S.G. H.lem	Heren 4	speelt uit tegen	De Kempvis	Heren 2
------------	---------	------------------	------------	---------

Deze week vrij:	Heren 8	Heren 9
-----------------	---------	---------

zaterdag 08 oktober 2005**de Planeet 1 te Haarlem**

S.G. H.lem	Pupillen G	speelt thuis tegen	ZWV / Nereus .	Pupillen F
S.G. H.lem	Heren 2	speelt thuis tegen	Noordkop .	Heren 1
S.G. H.lem	Dames 1	speelt thuis tegen	ZWV / Nereus .	Dames 2
S.G. H.lem	Heren 1	speelt thuis tegen	LZ 1886 .	Heren 1
S.G. H.lem	Heren 3	speelt thuis tegen	ENC Arnhem	Heren 2

de Planeet 2 te Haarlem

S.G. H.lem	Aspiranten C	speelt thuis tegen	Noordkop .	Aspiranten C
S.G. H.lem	Heren J. B	speelt thuis tegen	S.G. H.lem 04	Heren J. A
S.G. H.lem	Heren 4	speelt thuis tegen	LZ 1886 .	Heren 3
S.G. H.lem	Dames 2	speelt thuis tegen	De Snippen.	Dames 1

zaterdag 01 oktober 2005

om	19:15 uur	nr:	NH.CG2 45014
om	20:00 uur	nr:	NH.CG1 45254

zaterdag 01 oktober 2005

om	14:30 uur	nr:	NH.DG2 45562
----	-----------	-----	--------------

zaterdag 01 oktober 2005

om	15:00 uur	nr:	NH.DG2 45563
om	17:30 uur	nr:	NH.D1 45304

zaterdag 01 oktober 2005

om	21:15 uur	nr:	D3.H4B 20364
----	-----------	-----	--------------

zaterdag 01 oktober 2005

om	17:30 uur	nr:	D3.AJ3 20538
----	-----------	-----	--------------

zaterdag 01 oktober 2005

om	18:00 uur	nr:	NH.BJ1 45146
----	-----------	-----	--------------

zaterdag 01 oktober 2005

om	17:30 uur	nr:	D3.AJ3 20539
----	-----------	-----	--------------

zaterdag 01 oktober 2005

om	19:15 uur	nr:	D3.H1 20159
om	20:00 uur	nr:	B.D2A 275

zaterdag 01 oktober 2005

om	18:30 uur	nr:	D3.D2 20097
----	-----------	-----	-------------

zaterdag 01 oktober 2005

om	19:30 uur	nr:	B.D1 141
----	-----------	-----	----------

zaterdag 01 oktober 2005

om	19:30 uur	nr:	B.H3C 1593
----	-----------	-----	------------

zaterdag 01 oktober 2005

om	20:30 uur	nr:	B.H1 804
----	-----------	-----	----------

zaterdag 01 oktober 2005

om	19:00 uur	nr:	B.HR2B 2473
----	-----------	-----	-------------

zaterdag 08 oktober 2005

om	18:15 uur	nr:	NH.DG2 45568
om	18:45 uur	nr:	B.H3C 1598
om	19:30 uur	nr:	B.D1 148
om	20:15 uur	nr:	B.H1 809
om	21:15 uur	nr:	B.HR1 2216

zaterdag 08 oktober 2005

om	19:15 uur	nr:	NH.BJ1 45154
om	20:00 uur	nr:	D3.AJ3 20547
om	20:45 uur	nr:	B.H2B 2480
om	21:30 uur	nr:	B.D2A 281

de Slag 2 te Zaandam .

S.G. H.lem	Pupillen J	speelt uit tegen	ZWV / Nereus .	Pupillen H
------------	------------	------------------	----------------	------------

de Witte Brug te Castricum

S.G. H.lem	Aspiranten D	speelt uit tegen	Aquafit	Aspiranten A
------------	--------------	------------------	---------	--------------

de Watering te Wormerveer

S.G. H.lem	Pupillen H	speelt uit tegen	De Ham	Pupillen K
------------	------------	------------------	--------	------------

Groenendaal te Heemstede

S.G. H.lem	Dames 3	speelt uit tegen	HPC	Dames 1
------------	---------	------------------	-----	---------

Duikerdel te Noord Scharwoude zaterdag 08 oktober 2005

S.G. H.lem	Heren 5	speelt uit tegen	de Reuring	Heren 1
------------	---------	------------------	------------	---------

Duikerdel te Noord Scharwoude

S.G. H.lem	Aspiranten E	speelt uit tegen	de Reuring	Aspiranten B
------------	--------------	------------------	------------	--------------

de Heerenduinen te IJmuiden

S.G. H.lem	Heren 7	speelt uit tegen	S.G. Ymond	Heren 5
------------	---------	------------------	------------	---------

de Wilgenhoek te Z.O.Beemster .

S.G. H.lem	Pupillen F	speelt uit tegen	WZ & PC .	Pupillen E
------------	------------	------------------	-----------	------------

S.G. H.lem	Heren 9	speelt uit tegen	WZ & PC .	Heren 2
------------	---------	------------------	-----------	---------

Deze week vrij:	Heren 6	Dames 4	Heren 8
-----------------	---------	---------	---------

zaterdag 15 oktober 2005**de Planeet 1 te Haarlem**

S.G. H.lem	Pupillen J	speelt thuis tegen	S.G. Ymond	Pupillen L
------------	------------	--------------------	------------	------------

S.G. H.lem	Pupillen H	speelt thuis tegen	S.G. Ymond	Pupillen M
------------	------------	--------------------	------------	------------

S.G. H.lem	Pupillen F	speelt thuis tegen	S.G. Ymond	Pupillen J
------------	------------	--------------------	------------	------------

S.G. H.lem	Heren 6	speelt thuis tegen	De Bron	Heren 1
------------	---------	--------------------	---------	---------

S.G. H.lem	Dames 3	speelt thuis tegen	De Meent	Dames 1
------------	---------	--------------------	----------	---------

de Planeet 2 te Haarlem

S.G. H.lem	Aspiranten D	speelt thuis tegen	De Ham	Aspiranten C
------------	--------------	--------------------	--------	--------------

S.G. H.lem	Aspiranten C	speelt thuis tegen	Alliance	Aspiranten D
------------	--------------	--------------------	----------	--------------

S.G. H.lem	Heren 9	speelt thuis tegen	WZ & PC .	Heren 2
------------	---------	--------------------	-----------	---------

de Slag 2 te Zaandam .

S.G. H.lem	Heren J. B	speelt uit tegen	ZWV / Nereus .	Heren J. B
------------	------------	------------------	----------------	------------

de Schots te Den Helder .

S.G. H.lem	Pupillen G	speelt uit tegen	Noordkop .	Pupillen D
------------	------------	------------------	------------	------------

S.G. H.lem	Heren 8	speelt uit tegen	Noordkop .	Heren 2
------------	---------	------------------	------------	---------

Duikerdel te Noord Scharwoude

S.G. H.lem	Heren 7	speelt uit tegen	de Reuring	Heren 2
------------	---------	------------------	------------	---------

S.G. H.lem	Dames 4	speelt uit tegen	de Reuring	Dames 1
------------	---------	------------------	------------	---------

Hoornsevaart te Alkmaar

S.G. H.lem	Heren 5	speelt uit tegen	Orkano 75	Heren 1
------------	---------	------------------	-----------	---------

de Heerenduinen te IJmuiden

S.G. H.lem	Heren 2	speelt uit tegen	VZV	Heren 1
------------	---------	------------------	-----	---------

de Kloet Grootebroek.

S.G. H.lem	Aspiranten E	speelt uit tegen	De Bron	Aspiranten B
------------	--------------	------------------	---------	--------------

zaterdag 08 oktober 2005

om	14:00 uur	nr:	NH.EG2 45110
----	-----------	-----	--------------

zaterdag 08 oktober 2005

om	16:30 uur	nr:	NH.CG1 45255
----	-----------	-----	--------------

zaterdag 08 oktober 2005

om	15:00 uur	nr:	NH.EG1 45535
----	-----------	-----	--------------

zaterdag 08 oktober 2005

om	20:00 uur	nr:	D3.D2 20104
----	-----------	-----	-------------

om	21:30 uur	nr:	D3.H1 20166
----	-----------	-----	-------------

zaterdag 08 oktober 2005

om	18:30 uur	nr:	NH.CG2 45017
----	-----------	-----	--------------

zaterdag 08 oktober 2005

om	18:00 uur	nr:	D3.H4B 20365
----	-----------	-----	--------------

zaterdag 08 oktober 2005

om	18:15 uur	nr:	NH.DG2 45567
----	-----------	-----	--------------

om	20:30 uur	nr:	NH.H2 45426
----	-----------	-----	-------------

zaterdag 15 oktober 2005

om	18:15 uur	nr:	NH.EG2 45114
----	-----------	-----	--------------

om	18:45 uur	nr:	NH.EG1 45540
----	-----------	-----	--------------

om	19:15 uur	nr:	NH.DG2 45571
----	-----------	-----	--------------

om	20:00 uur	nr:	D3.H4B 20370
----	-----------	-----	--------------

om	20:45 uur	nr:	D3.D2 20110
----	-----------	-----	-------------

zaterdag 15 oktober 2005

om	19:15 uur	nr:	NH.CG1 45260
----	-----------	-----	--------------

om	20:00 uur	nr:	NH.BJ1 45160
----	-----------	-----	--------------

om	20:45 uur	nr:	NH.H2 45430
----	-----------	-----	-------------

zaterdag 15 oktober 2005

om	15:15 uur	nr:	D3.AJ3 20549
----	-----------	-----	--------------

zaterdag 15 oktober 2005

om	17:30 uur	nr:	NH.DG2 45570
----	-----------	-----	--------------

om	19:30 uur	nr:	NH.H2 45428
----	-----------	-----	-------------

zaterdag 15 oktober 2005

om	19:15 uur	nr:	D3.H4B 20369
----	-----------	-----	--------------

om	20:45 uur	nr:	NH.D1 45314
----	-----------	-----	-------------

zaterdag 15 oktober 2005

om	20:30 uur	nr:	D3.H1 20171
----	-----------	-----	-------------

zaterdag 15 oktober 2005

om	18:30 uur	nr:	B.H3C 1605
----	-----------	-----	------------

zaterdag 15 oktober 200

om	19:30 uur	nr:	NH.CG2 45024
----	-----------	-----	--------------

Uitslag jaargang finale

Gehouden op 19 juni 2005 in Dordrecht.

Een heel klein groepje zwimmers van Rapido'82 ging naar deze wedstrijd. Het waren drie zwimmers. Eigenlijk hoorde Jeffrey van Deursen hier ook nog bij, maar hij is verhuisd naar Spanje.

Marcel Schouten

200m wisselslag 2.53.65

100m vrijeslag 1.09.87

100m rugslag 1.23.89

100m vlinderslag 1.29.10

Dana v/d Zee

50m vlinderslag 0.43.64

Lars Kerkhof

100m schoolslag 1.42.89

Europacup zwemmen

Gehouden op 25 juni 2005 in Creil

Evelien Sohl ging haar tweede Europacup wedstrijd zwemmen in Creil, dit ligt net even boven Parijs.

De afstand was 10km en zij deed daar 1 uur, 57 minuten en 13 seconde over.



Nationale sprint kampioenschappen

Gehouden op 25 juni 2005 in Roosendaal.

Hier gingen drie Rapido'82 leden naar toe.

50m vrijeslag dames

Ingrid Bank 0.27.89

Anouk de Boer 0.28.32

50m vrijeslag junioren 4 e

Kenneth Deinum 0.26.65

Uitslag open water wedstrijd

Gehouden op 26 juni 2005 in Breukelen.

Een aantal zwimmers is dit weekend gaan zwemmen in Breukelen. Het weer was prachtig, dus de dag kon eigenlijk, voordat het begon, al niet meer stuk.

Men zwom er diverse afstanden en slagen. Er werd één prijs gewonnen.

500m schoolslag meisjes

Esther Schouten 9.23.92

Annelies de Bruin 10.03.73

500m vrijeslag jongens

Marcel Schouten 6.51.46 II

500m vrijeslag minioren

Els de Bruin 8.20.47

Britt Jansen 8.48.21

Melissa Eliveld 9.19.64

1000m vrijeslag jongens junioren

Dennis Eliveld 13.56.41

1000m vrijeslag junioren 1 en 2

Annelies de Bruin 16.51.40

500m schoolslag junioren 1 en 2

Dennis Eliveld 9.04.77

1000m vrijeslag masters heren

Geert de Bruin 23.02.63

Weekendje openwater zwemmen

Gehouden op zaterdag 2 juli in Sluis
en zondag 3 juli in Bodegraven.

Het was niet het gehele weekend mooi weer,
want in Sluis viel er soms een buitje.
In Sluis kon Rapido'82 twee eerste plaatsen in
de wacht slepen. De prijzen waren fraaie
bekers.
In Bodegraven waar het weer lekker was, had
Rapido'82 één keer een eerste plaats en drie
keer een tweede plaats en één keer een derde
plek.
De dames en heren prijzen waren in
Bodegraven een medaille en een fleecedeken.
Een mooi glas was er voor een ieder die de
wedstrijd uitzwom.

SLUIS

3000m vrijeslag heren

Peter Sohl 43.01.02

3000m vrijeslag dames

Evelien Sohl 38.49.00 I

500m schoolslag meisjes junioren

Esther Schouten 9.06.44

500m vrijeslag jongens minoren

Marcel Schouten 6.27.01 I

1000m schoolslag masters heren

Dirk Jan Sohl 23.11.09



FIETSEND WATERTRAPPEN

BODEGRAVEN

1000m schoolslag master heren

Dirk Jan Sohl 23.26.25 III

Geert de Bruin 23.34.36

2000m vrijeslag heren

Peter Sohl 28.13.37

1000m vrijeslag meisjes junioren

Annelies de Bruin 17.17.12

500m schoolslag junioren

Esther Schouten 9.47.74

Annelies de Bruin 10.30.69

2000m schoolslag meisjes jeugd

Anna Kalse 38.15.92 I

500m vrijeslag jongens minoren

Marcel Schouten 7.13.88 II

2000m vrijeslag dames

Evelien Sohl 28.38.62 II

5000m vrijeslag dames

Evelien Sohl 1.02.14.7 II

1000m vrijeslag jongens junioren

Dennis Eliveld 14.31.52

500m vrijeslag meisjes minoren

Melissa Eliveld 9.33.52

500m schoolslag jongens junioren

Dennis Eliveld 9.15.53

Open water zwemmen

Gehouden op zaterdag 9 juli en
zondag 10 juli in resp. Oss en
Culemborg.

Het was een prachtige dag in een mooi
recreatie gebied.

Het was voor Rapido'82 weer een succesvolle
dag, want er werden 3 eerste plaatsen
behaald.

Her aantal leden dat deelneemt groeit, want
we hadden maar liefst 18 starts.

Dit is ook vaak minder geweest, dus jongens
en meisjes hou vol en jut een ieder op en
vertel hoe gezellig het is.

1000m vrijeslag dames

Evelien Sohl	13.00.33
Anna Kalse	17.40.90

3000m vrijeslag dames

Evelien Sohl	32.23.36
--------------	----------

2000m schoolslag meisjes jeugd

Anna Kalse	36.44.90
------------	----------

1000m vrijeslag jongens junioren

Dennis Eliveld	14.35.75
Tom Kalse	14.49.77

1000m vrijeslag heren

Peter Sohl	13.20.76
------------	----------

500m schoolslag jongens junioren

Dennis Eliveld	9.19.78
Tom Kalse	9.38.06

1000m vrijeslag meisjes junioren

Annelies de Bruin	17.12.93
-------------------	----------

500m schoolslag meisjes junioren

Esther Schouten	9.55.82
Annelies de Bruin	10.33.72

500m vrijeslag jongens minoren

Marcel Schouten	6.56.70
-----------------	---------

500m rugslag heren

Peter Sohl	7.04.75
------------	---------

500m vrijeslag meisjes minoren

Els de Bruin	8.30.05
--------------	---------

1000m schoolslag masters heren

Dirk Jan Sohl	22.26.52
Geert de Bruin	23.53.36

Culemborg

Tijdens wedstrijd in de Lek zwom alleen
Evelien Sohl

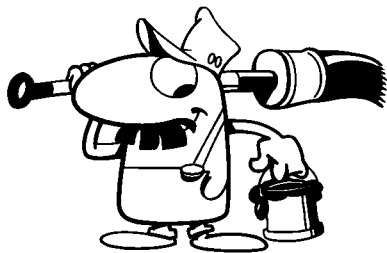
Wedstrijd ging over een afstand van 6 km.
Men moest zwemmen van Beusichem naar
Culemborg.

Er is dan een stukje afgezet voor het
scheepsvaart verkeer, zodat men veilig kan
zwemmen.

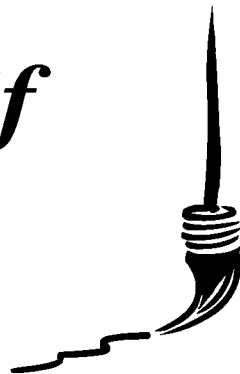
Het was een spannende race waarbij er drie
zwemsters nek aan nek op finish afgingen.
Evelien Sohl kreeg in deze eindsprint een B tijd
toegewezen, waarbij zij als vierde eindigde met
een tijd van 1 uur 8 minuten en 26 seconde.



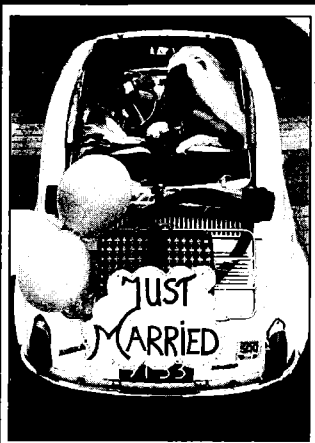
Schildersbedrijf van der Steen



voor al uw binnen - en buitenwerk
vrijblijvende prijsopgave



Bickerlaan 65
2071 DB SANTPOORT
telefoon: 023 - 537 8322 / 06 - 5375 8116



Hans van der Mast Fotografie
Spoorsingel 24 b
1941 JM Beverwijk
tel 0251-217745
gsm 06-51989377
website www.mast.nl

Fa. J.F. van Poecke

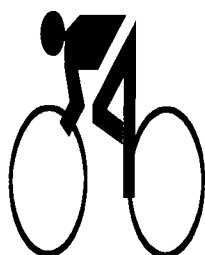
Afwerking grafische Produkten

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



Tomatis Instituut IJmuiden

Luistertherapie

Monique Blok-Wildschut

Kennemerplein 27
1972 EW IJmuiden
0255-525732
www.tomatis-ijmuiden.nl
info@tomatis-ijmuiden.nl

Voor het uitbalanceren van communicatie en energie.

Concentratieproblemen, ADHD/ADD, dyslexie, leerproblemen,
autisme/autistische gedragingen, PDD-NOS, spraak/taalproblemen,
stress, burn-out, depressie, faalangst en gebrek aan zelfvertrouwen
(ook in de sport!!)

Oolders Omaco

Heren in huizen, hypotheek en verzekeringen.

Haarlem Heemstede
Rijkstraatweg 8 -10 Zandvoortse laan 160
Tel. 023 525 52 66 Tel. 023 - 524 30 24

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

REISSBUREAU
KVSA

Wereldservice in reizen!

Uw specialist in de regio

U vindt ons in:

Bloemendaal	Bloemendaalseweg 74A	(023) 526 11 55
Haarlem	Wagenweg 114	(023) 551 56 80
IJmuiden	Lange Meuwstraat 413	(0255) 545 413
	Sluisplein 25	(0255) 545 416
Zandvoort	Com. Slegersstraat 4	(023) 573 26 94

Bezoek ook onze internet pagina! www.kvsa.nl



Spaarnwoude Resort

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

Lokaties:

Hotel Restaurant Het Buitenhuis
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 Buitenhuis 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

www.spaarnwouderesort.com

verzekeringen & financiële diensten
N O O R D B O R G H

Borgh

verzekeringen - hypotheek
financieringen - financiële planning
pensioenen - employee benefits
bancaire zaken - risicoanalyse

Akersloot - Hoorn - IJmuiden
Krommenie - Heerhugowaard

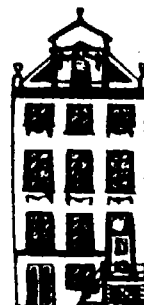
NOORDBORGH: betrokken partner, zeker gevoel

www.noordborgh.nl

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

van de Camp & Temme
Projectontwikkeling B.V.

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



Style
MATHÔT

- PREPRESS
- PRINTING
- LOGISTICS
- DESIGN
- MULTIMEDIA
- PUBLISHING

Waarderweg 56
Postbus 2096 2002 CB Haarlem
Tel. +31 (0)23 55 333 55
Fax +31 (0)23 55 333 50
info@stylemathot.nl



Kwaliteit heeft een naam!
Al ruim 75 jaar

NVOB

BELLAART
BOUW B.V.

BOUW GARANT

Wij verzorgen alle kleine en grote verbouwingen, waarin wij u graag goed, eerlijk en reëel advies geven

• Nieuwbouw • Verbouw • Restauratie
• Onderhoudswerken • Serres • Garages

Wij lossen de technisch-constructieve problemen voor u op
Bel voor meer informatie, advies en offerte:

Fax 023-5314396,
Garenkokerskade 1
2013 AJ Haarlem

023-531 49 72