

december 2006

RAPIDO SPORT

*WENST U
FIJNE
FEESTDAGEN
EN EEN
VOORSPOEDIG
2007*

ARCHIEF



BELANGRIJKE ADRESSEN

Correspondentieadres secretariaat:

Secretaris

Dirk Jan Sohl
Ossenland 25
1991 CW Velserbroek
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

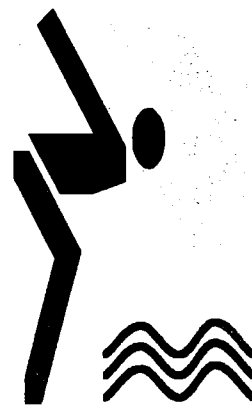
SCHOONMAAK EN BEDRIJFSDIENSTEN

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



R S P O R T

A

P

I

D

O

december 2006

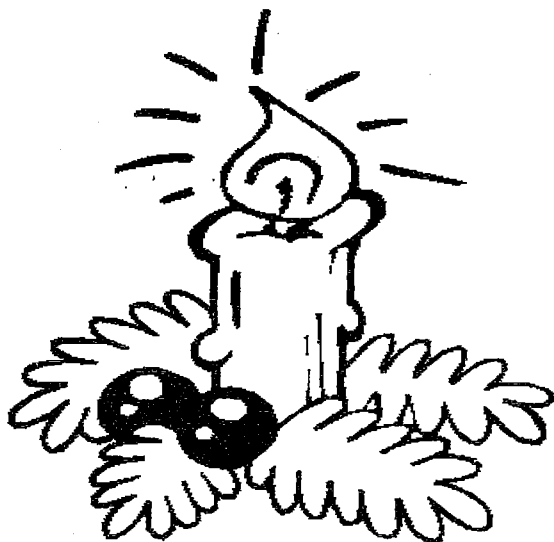
Officieel orgaan van de
Haarlemse Zwem-en waterpolo
vereniging Rapido'82
Opgericht dd. 31.8.82

Kopij inleveren **vóór 15 januari**
a.s. bij:

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

Inhoud

- Pag. 2 Van de voorzitter
- Pag. 3 Clubkrabbel
- Pag. 4 Zwemkalender/Polorooster
- Pag. 5 Jarigen
- Pag. 6 Nieuwe leden
- Pag. 7 Van achter de bar
- Pag. 8 Zwem ABC en "Ik zwem, ik polo"
- Pag. 9 Ik zwem en ik polo
- Pag. 10 Diploma zwemmen ABC
- Pag. 11 Sponsors
- Pag. 13 Een enerverend weekend
- Pag. 14 De Zeeduik
- Pag. 16 Club van 100 en verslag van een
Trainingsweekend
- Pag. 18 Sporten bij Par
- Pag. 19 Uitslagen zwemmen



Voorwoord

Het zit er weer op voor dit jaar. Even wat gas terug nemen en er dan weer volop tegenaan in het nieuwe jaar. Natuurlijk starten we dan met de Zeeduik, maar niet volgens traditie door naar het clubhuis met de snert van Joop, maar blijven we in Zandvoort. Zie de aankondigingen hierover van Milo.

Bestuur en de zwemcommissie is weer op volle sterkte, uitgezonderd de functie van penningmeester. Tot op heden is daar nog geen kandidaat voor gevonden. Interesse? Graag aanmelden bij het bestuur. Van de zwemcommissie heb ik vernomen dat zij druk bezig zijn met de kleding en/of het bestellen hiervan. In de volgende Rapido Sport meer hierover.

In de vorige clubkrant ontbrak het stukje Van achter de bar. Dit bleek op een misverstand te berusten. Het door de barcommissie aangeschafte tafelfoetbalspel vindt gretig aftrek bij de jeugd.

Bij het zwem ABC wordt vermeld wanneer er **geen zwemles** wordt gegeven. Ook is er twee keer afgezwommen.

De Conny Smid Meet was een succes. Het leek bijna of Conny het van bovenaf geregisseerd had.

De redactie wenst iedereen prettige Kerstdagen en een voorspoedig en gezond 2007 toe en tot ziens bij de Zeeduik.

Marijke

Van de voorzitter

Beste Rapidoërs en SG Haerlemmers,

Als jullie dit lezen, is de drukte rond de sinterklaasvieringen alweer voorbij, en gaan we ons opmaken voor de kerstvieringen. Voor sommigen van ons is dit jaar de winterstop wel erg vroeg begonnen, zoals bij de bonds waterpoloteams het geval is.

Het bestuur zal positief gestemd aan de winterstop beginnen. Het is namelijk gelukt om de vacature voor bestuurslid in te vullen. Inmiddels heeft Ineke Huizinga enige zwemcommissie- en bestuursvergaderingen bijgewoond, en heeft ze aangegeven graag te helpen in ons bestuur.

Ineke heeft al veel meegermaakt in onze vereniging. Van haar 4 kinderen zijn haar twee dochters Els en Annelies beide nog actief. En haar man Geert de Bruin is natuurlijk ook geen onbekende...

Ineke zal binnen het bestuur centraal aanspreekpunt worden voor de wedstrijdzwem-afdeling. Ineke, van harte welkom, en veel wijsheid en plezier bij je werkzaamheden!

Er bestaat nog wel een vacature voor de functie van penningmeester, omdat Theo Portegies in januari 2007 zal stoppen met (een deel van) zijn werkzaamheden. Dus als je het leuk vindt om ons te helpen met de ledenadministratie en de financiële administratie, neem dan eens contact met ons op (info@rapido82.nl)

Nadat ik vorige keer al heb gemeld dat ook de zwemcommissie is uitgebreid, kan ik aanvullend melden dat ook Miranda en Fokke Eliveld zullen gaan helpen met inschrijven en begeleiden. Ook jullie welkom, en alvast bedankt voor jullie hulp!

De maand December staat traditioneel bol van de activiteiten. Op 15 december organiseren we weer onze "vrijwilligersavond" voor alle lesgevers en begeleiders. Het belooft druk te worden, en hopelijk ook gezellig!

Jullie hebben misschien al begrepen dat de voorbereidingen voor de nieuwjaarsduik alweer in volle gang zijn, het belooft een waar spektakel te worden.

Tenslotte wens ik graag aan al onze leden en hun familie zeer plezierige feestdagen toe. Tevens alvast de allerbeste wensen voor het nieuwe jaar, waarbij sportiviteit en gezondheid wat mij betreft voorop staan!

Tot de volgende keer,

Ad Lindeman



Zwemvereniging Rapido'82 organiseert in zwembad De Planeet

AQUAROBIC onder begeleiding

Maandagavond	19.30-20.15uur
Maandagavond	20.15-21.00uur
Woensdagavond	19.30-20.15uur
Woensdagavond	20.15-21.00uur

Prijs: € 5,50 per les (11 lessenkaart voor € 55,00)



Clubkrabbel

Beste Rapido Sport lezers,

Sinds dit najaar ben ik, Stefan Haack, weer terug bij Rapido'82. De zwem-en poloclub waar het voor mij ooit begon. Vanaf mijn 7^{de} ging ik met mijn grote zus Renate mee naar het zwembad voor een paar keer per week een uurtje zwemmen onder begeleiding van o.a. Ok van batenburg, Orlando Lak en een zeer lange tijd onder de hoede van Wim Geurtsen. Al was ik in die tijd misschien nog niet serieus genoeg bezig met mijn sport en had er misschien wel meer in gezeten. Maar zoals Wim altijd zei: Kijk niet te lang achter je, want dan raak je achterop.

Wat mij het meest is bijgebleven van die tijd is de fantastische begeleiding en prima zwemploeg die we toen hadden. Niet voor niets promoveerden we in het seizoen 2000-2001 naar de landelijke A-competitie. Helaas ben ik nooit namens Rapido'82 uitgekomen in de hoogste zwemcompetitie van ons land. De zwemploeg viel uiteen, en ook mijn ambities bij de club.

Het gevolg was de overstap van Wim Geurtsen naar de Amsterdamse zwemclub De Dolfijn. Na een avondje bij hem in zijn appartement gepraat te hebben over de plannen bij zijn nieuwe club, heb ook ik, samen met een paar andere zwemmers, de stap gewaagd. Ik keek mijn ogen uit in het nieuwe Sloterparkbad. Stond versteld van de hoeveelheid senioren die de zwemploeg telde, en die elk seizoen steeds groter werd. Twee lange seizoenen heb ik gevochten tegen de ineens verdubbelde trainingsuren, waar ik maar niet aan kon wennen. Maar opeens ging alles anders. Ik begon PR's te zwemmen, we werden kampioen van Nederland, ik haalde NK-limieten en maakte deel uit van de estafetteploeg. Helaas heeft Wim mijn mooiste prestaties nooit meegemaakt.

Ik heb ook leuke momenten gekend bij die club uit Amsterdam, die qua gezelligheid nog heel veel kan leren van een club als Rapido'82. Tijdens een van mijn 200m schoolslag nummers bleek de tijdwaarnemer zijn leesbril vergeten te zijn, waardoor mijn tussentijd op de 100m een 1.06.9, in plaats van een 1.09.6, werd. Na die wedstrijd hebben we er flink om gelachen en vol gehouden dat ik het daadwerkelijk gezwommen had. Mijn PR was toen die tijd een 1.10.44, gezwommen bij

Rapido. Een dag later bleek dat die splittijd genoeg was voor een NK-limiet. Vanaf dat moment werd het serieus en had ik een doel om voor te trainen. Die splittijd moest omgezet worden naar een officieel gezwommen PR. Dat lukte een jaar later met een tijd van 1.06.8 en haalde ik met de estafetteploeg 2x een zilveren en 1 maal een bronzen plak op diverse NK's.

Sommige zullen zich misschien inmiddels afvragen waarom ik dan teruggekeerd ben bij Rapido'82. Helaas scheen voor mij niet altijd de zon in Amsterdam. In oktober 2005 tijdens het begin van het vorig seizoen werd ik getroffen door een liesverrekking en daarna door een zware rugblessure. Ik het begin had ik er alles nog aan gedaan om in de estafetteploeg te kunnen blijven en te kunnen deelnemen aan de NK in december. Het resulteerde in langdurige vervelende blessure die ook gevolgen had voor mijn dagelijks leven. Ik stopte met trainen en liet mijn rug behandelen in de Chiropractiepraktijk Kennemerland in Haarlem. Voorzichtig begon ik rond mei weer te zwemmen, maar bleek het tempo van De Dolfijn veel te hoog en verloor ik het plezier in zwemmen. Ik stond voor een lastige keuze: stoppen met zwemmen of toch niet. Na de zomer heb ik de knoop doorgehakt. Het tempo bij de Amsterdamse ploeg lag te hoog en stoppen met zwemmen kon ik niet. De overstap terug naar Rapido'82 was een feit.

Terug in Haarlem werd ik herenigd met mijn trainer Wim ten Wolde. Verder is er voor mij heel veel veranderd. Vele nieuwe gezichten, andere begeleiders en bestuursleden. Mijn grootste doel was het plezier terug krijgen in zwemmen met een paar trainingen per week. Inmiddels zijn we een behoorlijk aantal weken verder en blijkt dat ik inderdaad niet kan stoppen met zwemmen. De paar trainingen zijn al meer dan verdubbeld en mijn doel veranderd in een deelname aan de NK. Het zal sommige medezwemmers ook niet ontgaan zijn dat ik er behoorlijk baalde op de meerkamp van 12 november jl. Mijn eindtijd was voldoende geweest voor deelname, maar werd ik gediskwalificeerd. Wat rest is gewoon weer trainen en op naar de volgende wedstrijd.

Een van die wedstrijden op die jaaragenda is de zwemcompetitie. Het verbaasde mij echter hoeveel mensen voor de eerste ronde hadden afgezegd. De club is na 5 seizoenen gezakt tot

de C-competitie. Een plek waar volgens mij Rapido niet thuis hoort. Ik wil via deze weg alle wedstrijdzwemmers vragen aan deze competitiewedstrijden mee te doen. Het zijn maar 4 wedstrijden per seizoen. Met z'n allen sta je tenslotte sterker!

Vele clubgenoten kennen mij niet alleen van het zwemmen of van die paar keer per jaar dat ik mijn zus kom aanmoedigen bij een waterpolo wedstrijd, maar waarschijnlijk ook van het Pinksterkamp. Al van jongs af aan ben ik regelmatig met mijn familie aanwezig op dit gezellige weekend samen met de club. Helaas is de opkomst van de zwemploeg altijd erg mager geweest i.v.m. een zwemwedstrijd in

Nordhorn. Ook ik ben namens De Dolfijn bij die wedstrijd geweest en heb dus beide evenementen meegemaakt. Neem van mij aan, Pinksterkamp is vele malen gezelliger en leuker. Tenslotte kan je het hele seizoen naar allerlei wedstrijden en zo bijzonder is die wedstrijd in Nordhorn nou ook weer niet. En ik kan het weten!

De volgende clubkrabbel wil ik geven aan:

Kenneth Deinum

Stefan Haack

Zwemkalender 2006-2007

10-12-2006	Lac deel 2	Planeet 2	Haarlem
10-12-2006	Speedo instroom deel 2	De Watering	Wormerveer
15/17-12-2006	NK Korte Baan Sen. & Jeugd	De Welle	Drachten
17-12-2006	Speedo voorronde deel 2	De Hoornse Vaart	Alkmaar
Januari			
01-01-2007	Nieuwjaarsduik	Strand	Zandvoort
07-01-2007	Kringwinterkampioenschappen	De Hoornse Vaart	Alkmaar
14-01-2007	Zwemcompetitie deel 3	Planeet 1	Haarlem
21-01-2007	Meerkamp		Amsterdam
26/28-01-2007	NJK Korte Baan	Aquarena	Emmen
28-01-2007	Speedo instroom deel 3	De Watering	Wormerveer
04-02-2007	Speedo voorronde deel 3	De Slag	Zaandam
11-02-2007	Lac deel 3	De Slag	Zaandam

Waterpolorooster S.G.Haarlem 04 2006 \ 2007

zaterdag 16 december 2006

de Planeet 1 te Haarlem zaterdag 16 december 2006

S.G. H.lem	Dames 3	speelt thuis tegen	de Reuring	Dames 1	om	18:15 uur	nr: NH.DA1 4
S.G. H.lem	Dames 2	speelt thuis tegen	De Bron	Dames 1	om	19:00 uur	nr: D3.DA1 2
S.G. H.lem	Heren 4	speelt thuis tegen	De Aalscholver	Heren 1	om	19:45 uur	nr: D3.HE1 2
S.G. H.lem	Dames 4	speelt thuis tegen	De Ham	Dames 3	om	20:30 uur	nr: NH.DA1

Deze week vrij:

Heren 3
Heren J. A

Heren 5
Dames 1

Heren 6
Pupillen Vrij

Heren 7 / 8 / 9
Aspiranten Vrij

Jarigen

December

1	Stijn Huitenga Tirza Tenkink
2	Jannis Zweerts
4	Dorie Portegies
6	Eegje Aleven Daan Pruijn
7	Anouk de Boer Koen Sohl
8	Sander Nederstigt
9	Karin Rookhuiszen Noah Steenmeijer Peter Traksel
10	Gilles Ketellapper
11	José Rolvink
12	Miranda Elieveld-Piek Antoon Meulen
13	Ernst Derks Guus van Zijl
16	Sander Joosten
17	Deborah van der Hooft Floor de Jong Esmeralda Kaasenbrood Brenda Vestering Ferdí Vestering
18	Martin van Leuven
18	Marlies van der Velde
19	Simone Zoutman
21	Eline Jansen Marjolijn Scholtens-Kerkhoff Edgar Wesseling
23	Licha Bax Duurt Delger Oscar Vermaas Maik de Weerdt
24	Max Klesser Sandra van der Weijden
25	Marit Bruinsma Ren Phaff
26	Noor Konning
27	Robert Pagan Camille ten Velden
28	Killian van den Hoek
29	Zara Berkhoff
30	Nick van Dijk Kelly van Galen
31	Bram Hoffland Helga Sohl

Januari

1	Max Romeijn Nico Swanink Merlijn Witteman
2	Isabel Koppen Marco Wempe
4	Jan Willem Kooijmans
5	Wim van Duijn
6	Cees Modder
7	Aaron Koomen
10	Nick Jonker Anke Rolvink Loek Rolvink
12	Iris Jonker Demy van Opzeeland
14	Thea Boer-v.d.Wart Nelis Groot Thomas Linck
15	Mick van den Bree Bart Groen Roald Tenkink
17	Emma van der Knaap
19	Wim ten Wolde
21	Cees Kokkelkoren
23	Jan Bol Raimond Sijm Gerard Straathof
24	Merel Koelemeijer Martin Schulze
25	Merel Anderiesen
27	Johan Bohm Edith Krist Mattijn Triesenberg
28	Sanne Halderman
29	Bo Barning Kimberley Derks Isaac Sibernberg
30	Geert de Bruin



Nieuwe leden

Jerry Weidema
van Olststraat 8
2024 VJ Haarlem
geb. 14-10-1996
tel. 023 – 5277732

Tara Westdijk
Rijnstraat 50
2025 SR Haarlem
geb. 16-05-2001
tel. 023 – 8446100

Nick Jonker
Kempstraat 21
2023 ER Haarlem
geb. 10-01-1992
tel. 023 – 5254049

Meike van Essen
Pr. Hendriklaan 125
2051 JC Overveen
geb. 10-09-1997
tel. 023 5268416

Tim Verweij
Plataanstraat 76
2023 SG Haarlem
geb. 02-02-2000
tel. 023 5270851

Britt de Waal
H. Reptonstraat 70
1992 JJ Velsbroek
geb. 04-08-2001
tel. 023 – 5378009

Franca Peijs
Reijer Anslostraat 50
2025 TD Haarlem
geb. 27-10-2001
tel. 023 – 5392061

Merle Maat
Koos Speenhofflaan 66
1948 AM Beverwijk
geb. 30-11-2001
tel. 0251 –243824

Fleur Cluistra
Spaarnzichtlaan 1
2101 ZL Heemstede
geb. 13-02-2002
tel. 023 – 5470756

Floortje Staal
Noorder Stationsweg 14
2061 HH Bloemendaal
geb. 20-02-2002
tel. 06 41822505

Niels de Groot
Slaperdijkweg 88
2026 BL Haarlem
geb. 1401-1988
tel. 023 – 5384775

Niels Riggelink
Rijksstraatweg 495
2025 Haarlem
geb. 05-05-2001
tel. 023 – 5370771

Jules Pruijn
Rijksstraatweg 34
2121 AG Bennebroek
geb. 04-08-2000
tel. 023 – 5292955

Yuri Joosten
Oosteinderweg 3
1981 AN Velsen-Zuid
geb. 31-05-2001
tel. 0255 – 520347

Floor van Schie
J. Michaelpad 26
1992 AP Velsbroek
geb. 25-02-2002
tel. 023 – 5389031

Sebastiaan de Leeuw
De Ruijterweg 44
2014 AW Haarlem
geb. 22-08-1999
tel. 023 – 5240773

Floris van Heemst
J. Banckersplantsoen 87
1056 LD Amsterdam
geb. 23-08-1995
tel. 06 20559259

Thomas Bartman
G. Vermootenstraat 24
2064 XR Spaarndam
geb. 20-10-2001
tel. 023 – 5389923

Sjoerd Langeveld
Thomsonlaan 76
2014 TV Haarlem
geb. 26-07-2001
tel. 023 – 5243732

Tom Nieuwpoort
Dr. J. van Deventerlaan 10
2061 KV Bloemendaal
geb. 11-09-2001
tel. 023 – 5388877

Isabel Koppen
Duvenoordstraat 20
2013 AE Haarlem
geb. 02-01-2001
tel. 023 – 5320814

Seppe van Balen
Minahassastraat 15
2022 PS Haarlem
geb. 06-11-2001
tel. 023 - 5491100

Mas Bossman
Julianalaan 90
2051 JT Overveen
geb. 10-08-1995
tel. 023 – 5275553

Jasper Hoek
Melchiorstraat 25
2064 LS Spaarndam
geb. 05-08-2001
tel. 023 – 5338485

Owen Huisman
Bromostraat 31
2022 VM Haarlem
geb. 28-12-2001s
tel. 023 – 5373155

Chrissy Lee
Wieringer Aak 17
1991 XM Velsbroek
geb. 05-12-2000
tel. 023 – 5383126

Nicole Spanjaart
Eemstraat 4
2025 RE Haarlem
geb. 14-12-2001
tel. 023 – 5393118

Martin Straathof
Goudplevier 10
3831 GE Leusden
geb. 06-04-1972
tel. 06 20000498

verhuisd:
Dana van der Zee
Orionweg 13
2024 TA Haarlem

Anouk de Boer
Schotlandstraat 210
2034 LG Haarlem

Sandra van der Weiden
Sportweg 5a
2024 CN Haarlem

Van achter de bar

Door omstandigheden is dit stukje vorige maand niet gepubliceerd. Excuses hiervoor.

Om meteen maar met de deur in huis te vallen: de renovatie van het clubhuis. Laten we maar voorop stellen dat er door een aantal mensen kei-en keihard gewerkt is. Natuurlijk zal niet iedereen zeggen dat het opgeknapt is. Ik persoonlijk vind het achter de bar een gezellig geheel; mooie bar, frisse kleuren. Al die lampen vind ik minder en zo zal een ieder er een andere mening over hebben maar het feit blijft dat er keihard aan gewerkt is en daarom voor deze clubmensen: petje af.

Dan de overgang van Julian van Leuven naar de Dolfijn. Natuurlijk is dat voor Rapido'82 een groot gemis, maar als hij bij de Dolfijn kan rekenen op meer weerstand en er alles voor over heeft om een topzwemmer te worden, moet hij er zeker voor gaan. Julian, we zullen je missen, maar wensen jou het allerbeste in je verdere zwemcarrière. Het gevolg is dan wel dat vader en moeder met de zoon meegaan. Een heel normaal gebeuren, maar dat houdt tevens in dat Martin is gestopt met zijn vele werk in de zwemcommissie (dat is inmiddels overgenomen door Fokke Eliveld die ik bij deze veel geluk en werkplezier toewens), maar dat Nanda is gestopt met het vele werk op de zondagen tijdens de zwemwedstrijden en o.a. het trainingskamp en de surprise St. Nicolaasavond, dat doet mij persoonlijk heel veel pijn. Eerst Petra door heel nare omstandigheden (voorlopig?) uit beeld en nu dit, al kan ik dat heel goed begrijpen. Nanda en Martin: oprecht bedankt voor alles wat jullie voor Rapido hebben gedaan. Dit houdt wel in dat er toch weer mensen moeten opstaan om de boel draaiende te houden tijdens de zwemactiviteiten. Zwemcommissie: veel sterkte.

"Mijnheer, zijn hier slippers afgegeven? Ome Piet, is hier een zwembril gebracht? Opa, mijn jack (twee dagen nieuw) is gejat". Als ik ergens grijze haren van krijg dan is het van al deze rottige dingen. Zelfs het zwembadpersoneel loopt te klagen. Er schijnt zelfs onderling te worden gejat. Het is een naar woord, maar ik kan het niet anders omschrijven. Wat ook zo "LEUK" is om elkanders kleren te verstoppen. Als jullie mij vragen wat ik daarvan vind, kan ik alleen maar zeggen: ZIELIG en dat drie keer. Er is voor deze nare situatie maar één oplossing. Ik zou het zelfs verplicht willen

stellen: neem al je spullen in je tas mee het zwembad in.

Ik vraag mij zelfs af na bovenstaande verhalen nog eens te hebben gelezen of er nog iets leuks is te vertellen. Ja zeker, u hoeft alleen het verslag over het Pinksterkamp in de clubkrant van september maar te lezen en je zou wensen dat het volgende week weer Pinksteren was. Bedankt Roel.

Met dank aan de barcommissie is het gelukt om voor de jeugd een tafelvoetbalspel aan te schaffen. Dit is mede gedaan om de jongens en meiden die op donderdagavond één uur moeten overbruggen tussen de zwem- en de polotraining zich niet te laten vervelen. Je zou zelfs kunnen zeggen: Jullie hebben erom gevraagd en hier staat hij dan.

Daar tegenover verwacht de barcommissie van jullie dat er uiteraard normaal met de spullen wordt omgegaan. Daarnaast wordt er van jullie verwacht dat er zeker niet meer geklierd. We hebben al eens eerder met dat bijltje moeten hakken. Laat nu eens zien dat het ook anders kan.

Als laatste een simpele vraag: Is er al een schrijver gevonden voor de rubriek

Van onder de bar

w.g. de Clubhuiscommissie



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).

Sint is weer vertrokken. Hij is op bezoek geweest bij alle zwemuren en het was weer reuze spannend voor de kinderen. Ook is er afgezwommen en is de eerste Conny Smit Meet verzwommen. Het was een gezellige wedstrijd, helemaal in de stijl van Conny. Heel veel, vooral jonge, kinderen die veel plezier hebben in het zwemmen. Er zijn mooie tijden gezwommen en veel medailles uitgereikt. Ook heeft Rapido de eerste wisselbeker gewonnen! Uitslagen en een verslag vindt U verderop in de krant en op de website (www.rapido82.nl, zwemkalender).

Nu staat de kerstboom alweer (bijna) klaar! In deze periode vervallen er een aantal zwemlessen. De data worden hieronder vermeld. In ieder geval alvast fijne feestdagen en een goede jaarwisseling!

Zwem ABC

Belangrijke data:

donderdag

21 december 2006: geen zwemmen

28 december 2006: geen zwemmen

1 januari 2007 : **nieuwjaarsduik!**

zaterdag

23 december 2006: geen zwemmen

30 december 2006: geen zwemmen

1 januari 2007 : **nieuwjaarsduik!**

In de eerste week van het nieuwe jaar gaan de lessen weer van start.

"Ik zwem, ik polo"

Als uw kind zijn/haar C-diploma heeft gehaald kan hij/zij verder gaan met "ik zwem, ik polo". Na afloop van het afzwemmen heeft uw kind hier informatie over gekregen.

De kinderen die voor de eerste keer voor stickers hebben afgezwommen (rugcrawl en oppakken van de bal) hebben een poster gekregen waarop stickers geplakt kunnen worden. De kinderen die hebben afgezwommen, hebben het volgende gedaan:

50 m. benen met plank;
starten gevolgd door 50 m. zwemmen, inclusief keerpunt;

25 m. benen zonder plank.

Wisselslag: 100 m. wisselslag benen;

100 m. wisselslag, inclusief start en keerpunten.

Balonderdelen: oppakken van de bal (rugslagzwemmers); werpen en plaatsen (schoolslagzwemmers); watertrappen (borstcrawlzwemmers); poloborstcrawl (vlinderslagzwemmers); doel schieten (wisselslagzwemmers).

De volgende keer afzwemmen is op **vrijdag 16 maart 2007**. Met ingang van het nieuwe jaar zal een bijdrage in de kosten van de posters en stickers gevraagd worden van € 2.

Belangrijke data:

21 december 2006: geen zwemmen

22 december 2006: geen zwemmen

28 december 2006: geen zwemmen

29 december 2006: geen zwemmen

1 januari 2006 : **nieuwjaarsduik!**

In de eerste week van het nieuwe jaar gaan de lessen weer van start.

De volgende **minipolo-toernooien** zijn voor alle zwemmers en zijn gepland op:

4 februari 2007 (Planeet Haarlem),

18 februari 2007 (de Slag Zaandam),

25 maart 2007 (de Reuring toernooi),

22 april 2007 (Hooranse Vaart Alkmaar).

Middels een brief krijgt u hier meer informatie over.

De volgende **Speedo-instroomwedstrijden** vinden plaats op:

28 januari in Wormerveer en op

1 april in Haarlem.

Deze zwemwedstrijden zijn bedoeld voor de zwemmers die drie stickers (rugslag, schoolslag en borstcrawl) hebben behaald.

Deze zwemmers worden uitgenodigd.

Voor meer informatie kunt u kijken op de website van Rapido '82: www.rapido82.nl. Als u klikt op het onderdeel "zwemkalender" kunt u alvast kijken of uw zoon/dochter voor de Speedo-instroomwedstrijd wordt uitgenodigd.

Ik Zwem en Ik Polo

We hebben weer afgezwommen.
Het was op vrijdag 24 november in het voorste bad.

Er deden 57 kinderen mee.

Iedereen is geslaagd.

Als je drie stickers hebt behaald ben je van harte welkom bij de polo en/of zwemtraining zoals vermeld op het papier dat je hebt gekregen bij je stickers. We hopen dat jullie allemaal komen.

Na vijf stickers ben je klaar bij "ik zwem en ik polo". We zien jullie uiteraard terug bij de twee takken van sport die onze vereniging heeft.

Ook jullie hebben daarvoor een schrijven gekregen.

Ook wil ik iedereen weer bedanken voor haar of zijn hulp, want zonder vrijwilligers kunnen we echt niet.

Rugcrawl en het oppakken van de bal

Floris Rutten

Edith Krist

Niels Osinga

Victor v/d Horst

Sterre v Veen

Meike v Essen

Sofie Lindeman

Tanya Spee

Thijs de Groot

Jelle Bos

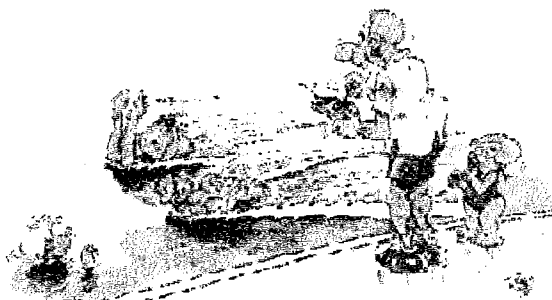
Charlotte Engelkes

Julia de Ruig

Annick Peters

Mas Bossann

Alinka Osinga



Schoolslag en het werpen en plaatsen van de bal.

Fabian Nijhof

Fieke Noordam

Guus v Zijl

Esther Schaeffer

Martijn Nikkels

SterreTriezenberg

Max Ekering

Floor Tobben

Stijn de Heer

Roald Tenkink

Rachelle Mossinkhoff

Nina v Damme

Borstcrawl en het watertrappen met de bal.

Daniëlle Eerhart

Daan Pruijn

Thomas Verschoor

Sterre Triezenberg

Marjolein v Bakel

Rik Kroep

Kimberly Derks

Niels Enthoven

Nathan Voogd

Thomas Fransen

Timo Huitinga

Sander Nederstigt

Vlinderslag en waterpolo borstcrawl

Robin Schulte

Rachad Mechtijer

Lara v Damme

Matthijs Engelkes

Linda Bohm

Simon de Groot

Emiel Osinga

Stephanie Melein

Nikki Bernards

Daniël Kooiman

Sebastiaan koppen

Kelly v Galen

Wisselslag zwemmen met de bal en vanaf 3m schieten.

Linda Bohm

Simon de Groot

Tory Gijzen

Emiel Osinga

Tim v/d Bosch

Kelly v Galen

Rachad Mechtijer

Jeljer Aldershof

Lucinda Eerhart

Kyllian v/d Hoek

Daniël Kooiman

Robin Schulte

Nikki Bernards

Diploma zwemmen ABC

Op 25 november jl. was het weer zo ver: diploma zwemmen. Er waren nog wat vraagtekens, maar na extra oefenen konden ook die kinderen aan de toch wel zware taak beginnen. Sommigen waren toch wel zenuwachtig en hadden niet zo goed geslapen, maar door de gezellige sfeer in het zwembad waren zij ook snel op hun gemak. Zoals gewoonlijk was het bad weer afgeladen met vaders, moeders, opa's, oma's, broertjes of zusjes. Na de traditionele opmars kon het programma van start gaan.

Voor **diploma A** zijn geslaagd:

Alette Roelofs
Lisanne van Bruggen
Merijn Bos
Jurre van Balen
Brenda Vestgering
Famke Weijens
Neah Dekker
Jaimy Oorthuis
Mike Michielsen
Merel Anderiesen
Franca Brugman
Michelle de Groot
Noah Steenmeijer
Ytske Weijens
Sietske Verbeek
Jane van den Nouwland
Pim Böhm
Tim Arrachart
Theresia van den Nouwland
Kjeld van der Wensch
Kimberley Sijne
Seline Roose
Joran Nederstigt
Randy Wassink

Voor **diploma B** zijn geslaagd:

Jip Brouwer
Jeannine Breems.
Soemano Zeijlmans
Tessa de Vries
Kim Duppen
Marco Wempe
Christiaan Wijkhuise
Samantha Melein
Jilian de Koning
Thomas Kroon
Simon van Zanen
Kim Weidema
Ellen Wijma
Lars Riggelink
Ferdi Vesterling
Bram Wempe

Vervolg diploma B

Lorenza Ranck
Thomas Linck
Marianne Zwikstra
Jet Ooms
Julia Tillemans
Marit de Jonge

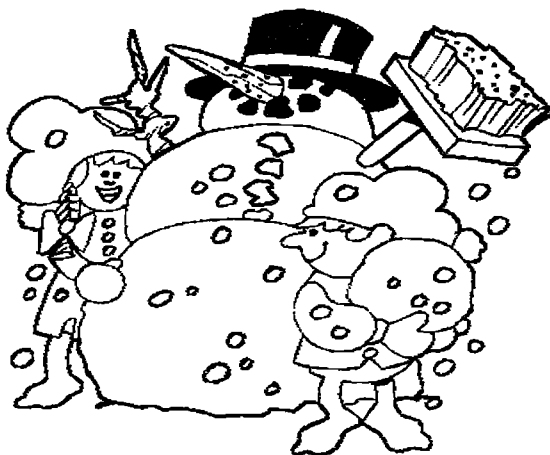
Voor **diploma C** zijn geslaagd:

Ellen Biernat
Esmeralda Kaasenbrood
Jerry Weidema
Meike Verbeek
Bart Groen
Mick Biernat
Quint van Schie
Menno Koot
Duurt Delger
Ruby Hovenier
Bram Hoffland
Floor Teseke
Melissa van Hamelsveld
Tom Wempe
Mohamed Ajiou
Rim Aarden
Ryan Vermeersen
Vera Komin
Sebastian de Leeuw
Evi Aarden

Iedereen van harte gefeliciteerd !!!!

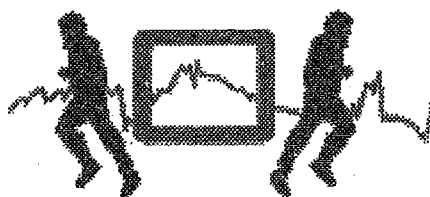
De kinderen van het C diploma kunnen door gaan met het zwemplan "ik zwem en ik polo". Dit is op donderdagavond van 18.30 tot 19.30 uur en vrijdag van 17.30 tot 18.30 uur.

Ook alle lesgevers weer bedankt voor hun inzet.



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

Boval 
Financieel vakmanschap



MONITORED REHAB SYSTEMS

BTB

Promotionele Textiel

Tel: 023-5274219

Fax: 023-5275107

✓ Textielgroothandel
✓ Bedrukken
✓ Borduren
✓ Ontwerpen

✓ Styling
✓ Relatiegeschenken
✓ Golfitems & Gifts
✓ Voorraadbeheer & Opslag

Leverancier van:

Burbery - Basco - Cutter & Buck - Mc Forsum - Topfite - Volvik - Wilson - Maxfli - Nassau

BINGERWEG 18J - 2031 AZ HAARLEM - www.btbpromotionaletextiel.nl



maakt werk van waterpolo

Ruim 200 (beroeps)opleidingen en cursussen in de regio

Het Nova College verzorgt middelbare beroepsopleidingen Economie, Techniek, Zorg & Welzijn en onderwijs voor volwassenen.

In de regio IJmond, Haarlem, Haarlemmermeer, Amstelveen en Duin- en Bollenstreek bieden wij meer dan 200 opleidingen en cursussen voor particulieren en bedrijven.

Ruim 14.000 cursisten vanaf 16 jaar volgen bij ons een opleiding.

Een enerverend weekende

(dat al begon op donderdag)

Na afwezigheid van een paar weken was ik jongstleden donderdag eindelijk weer eens naar het zwembad getogen voor mijn (normaliter) wekelijkse waterpolotraining. Op de stoep van het zwembad liep ik plots Sinterklaas tegen het lijf. De sint had zojuist onze zwemles-kinderen bezocht en was op weg naar het volgende bezoekadres. Het zou niet de laatste keer zijn dat ik de Sint zou zien....

Na de training (ik geloof dat het potje bij wijze van hoge uitzondering werd gewonnen door Heren 4...) nog even een drankje in het clubhuis, gelukkig stonden Milo en Piet achter de bar voor de nodige versnaperingen. Op vrijdag wederom een ritje Hoofddorp-Planeet, dit keer om Sofie weg te brengen voor het Sticker Zwemmen. De meester en juffen waren vergeten om de lijnen erin te leggen, dus moesten de kinderen maar zo gaan inzwemmen. Na 1 minuut echter stond Zwarte Piet in het zwembad, gevolgd door Sinterklaas. Sinterklaas had voor sommige zwemmers en zwemsters een klein woordje, waarna hij het warme zwembad snel verliet. De kinderen mochten verder vrij spelen. In het clubhuis waren intussen de voorbereidingen in gang gezet voor de sinterklaasavond van de zwemploeg. Vele surprises stonden uitgestald, en onder leiding van Orme Piet werd gewerkt aan een lekkere maaltijd. Het zal mij niet verbazen als de sint ook hier is langs geweest...

Op zaterdagochtend (u raadt het al), naar het zwembad met het hele gezin, voor de zwemles. Om kwart voor tien was het bad helemaal vol met zwemmers, en langs de kant alle ouders, opa's en oma's. Onder begeleiding van gezellige muziek kwamen wederom Sint en zijn Pieten binnengewandeld.

Overigens kan Sinterklaas die groene piet volgend jaar beter thuis laten....

's Avonds mocht ik zelf in actie komen, na eerst een wedstrijd van de pupillen te mogen fluiten. Het was al even geleden, dat scheidsrechteren, en dat heb ik geweten... Na mijn startsignaal voor de vierde periode werd ik door de jurytafel erop geattendeerd dat ik iets vergeten was.... Oh ja? "Ja, de bal". De kinderen waren snel naar het midden gezwommen, maar ik was de bal vergeten in het water te gooien. Affijn, ik heb het maar goedgemaakt met een scheidsrechterbal. De pupillen behaalden een klinkende overwinning.

Even later was het team van heren 3 zelf aan bod, en mochten we aantreden tegen de nummer 3, Aalscholver.

Door een goede "press hele veld" hadden we de wedstrijd onder controle, hetgeen resulteerde in een 10-5 overwinning. Maar waar was Sinterklaas??

Die hadden we blijkbaar niet nodig.

Vermeldenswaard is het feit dat Hans Goossens (over zijn familie straks meer) met twee schitterende backhands op rij weer op de weg terug is om de backhandkoning van heren 3 te worden.

Trouwens, onze Rob Schellingerhout had het al snel bekeken, en meende de scheidsrechters al na 3 parten te moeten bedanken voor het fluiten. Toch aardig als je nog een periode moet spelen Rob.....

Iedereen blij dus (behalve Aalscholver) en een afzakkertje halen in het clubhuis. Milo en Mees zorgden dit keer voor de catering.

Nu zijn we bij heren 3 gewend dat als we wat trek krijgen na de wedstrijd, onze John steevast zorgt voor een "Rapido schoteltje". Dit was blijkbaar ook doorgedrongen tot de familie Goossens. Waar we de kinderen Goossens de hele avond niet hadden gezien, stonden ze opeens als hongerige wolven rond de "Rapido schotel". Danny, normaal toch een schuchter jongetje, was niet weg te slaan en at niet alleen de eerste, maar ook de tweede schaal leeg!

Hans, geeft niks hoor, we begrijpen dat best.

Terwijl wij op nog eens een nieuwe schotel stonden te wachten, kwam het bericht door dat Mick van den Bree in zijn vierde wedstrijd van die avond zijn doelpuntensaldo op dertig had gebracht. Da's 12,5 doelpunt per wedstrijd....

Op zondagmiddag had ik de eer om de opening te verrichten van de "Conny Smid Meet", een jaarlijks terugkerende zwemwedstrijd voor onze allerjongste kinderen, mede ter nagedachtenis aan Conny. Het was goed om de gehele familie van Jan Smid te zien, temidden van 105 (!) kinderen. En ja hoor, omdat hij het niet kon laten, kwam daar Sinterklaas binnenlopen met zijn pieten. Sint had kadootjes mee voor alle kinderen.

U leest het: soms bestaat het leven uit op en neer rijden naar- en van het zwembad, en het ontmoeten van Sinterklaas. Ik realiseer me echter maar al te goed dat dit verenigingsleven niet mogelijk is zonder alle vrienden genoemd in dit verhaal.

Dank aan iedereen die dit weekend zoveel heeft gedaan!!

Een anonieme scheidsrechter.

Nieuwjaarsduik 2007

De laatste clubkrant vóór het nieuwe jaar. Ook de laatste vóór de Nieuwjaarsduik. In eerdere clubbladen schreef ik al even over de plannen voor dit jaar. Na vanmorgen zijn er weer een aantal knopen doorgemaakt en stevenen we af op een geweldig evenement. Ondanks nog wat kleine problemen die we de komende weken moeten oplossen, is het meeste geregeld.

Toch zijn er wat zaken die we niet van tevoren kunnen inplannen. Eén daarvan is bijvoorbeeld het weer. Historisch gezien is dat meestal koud maar droog. Gezien de tijd en energie die er ondertussen ingepompt is, mag ik hopen dat de weergoden ons goed gezind zijn. Mooi weer betekent over het algemeen ook een goede opkomst. Uiteraard geldt dit niet voor de leden van Rapido en de SG, dat zijn allemaal bikkels die zich niet zo maar laten verdrijven bij een beetje regen. Het gaat meer om die idioten die hun weddenschap willen winnen, zich willen bewijzen of gewoon zogenaamd stoer zijn. Jullie als die-hards weten al wat het is en hebben die drang niet. Jullie komen gewoon omdat het gezellig is en dat je daarbij ook een beetje nat wordt, neem je op de koop toe... Toch???

Voor de organisatie is een grote opkomst van belang voor het voortbestaan van dit evenement. Uiteraard zal de duik tot in lengte der Nieuwjaarsdagen blijven bestaan, maar alles eromheen valt en staat met die opkomst. Dit jaar wordt er bijvoorbeeld een grote tent op het strand neergezet waar na afloop de wereldbekende **Dries Roelvink** op zal treden.



Wij, als leden, krijgen in deze tent een apart deel, uiteraard vlak bij het podium, om elkaar na de duik de allerbeste wensen te wensen. Hierdoor zal het clubhuis na afloop gesloten blijven en hoeft niemand meer helemaal naar Haarlem Noord te rijden. Gewoon na afloop lekker narillen op het strand onder het genot van een hapje en een drankje!

Er is wel een nadeel... We zullen de geweldige erwtensoep van Joop moeten missen. Uiteraard is er wel erwtensoep, maar die is zonder dat vleugje "Joop". Bij deze wil ik Joop wel zeer danken voor de jarenlange verzorging van de Soep der Soepen. Hopelijk kunnen we

een beroep op je blijven doen op andere momenten, in andere tijden.

Uiteraard is de Duik der Duiken er één als altijd. Gewoon warming-up, omkleden, duiken en snel weer aankleden. Wat er anders is, is alles eromheen. Vorig jaar was dat al wat meer, maar dit jaar gaan we weer een stap verder. Mede door de inspanningen van Strandpaviljoen Take Five.

Een veel gehoorde klacht vorig jaar was dat er niet genoeg ruimte was voor de duikers. Dit jaar zullen we daarvoor een deel van het strand afzetten om vrije doorgang te garanderen. Verder zal de muziek voor de warming-up verzorgd worden door een DJ van ZFM Zandvoort. Hij zal de platen al vanaf 13.00 uur door de speakers laten knallen. We verwachten iedereen dan ook wat vroeger dan normaal. Zorg dat je er om half twee bent, dan heb je geen file én een parkeerplaats... Overigens zal ZFM ook live uitzenden tijdens de duik.



Voor alle toeschouwers geldt uiteraard ook dat zij al vroeg welkom zijn. Er is een speciale parkeerplaats ingericht welke met borden aangegeven zal zijn zowel vanaf Bloemendaal als Zandvoort.

Even kort het programma:

- | | |
|-----------|---|
| 13.00 uur | Muziek op het strand |
| 13.30 uur | Verzamelen en start van inschrijving |
| 14.00 uur | Dé warming-up |
| 14.15 uur | Iedereen warm? Duiken maar! |
| 14.16 uur | Startschot door de burgemeester van Zandvoort |
| 14.25 uur | Aankleden! |
| 14.30 uur | Optreden Dries Roelvink in de grote tent |
| | Aansluitend Nieuwjaarsborrel |

Aangezien de zee dit jaar niet echt koud zal zijn, zeker niet na de warmste Sinterklaas ooit, verwacht ik uiteraard dat alle leden, mét familie vrienden en bekenden aanwezig zullen zijn. Voor de mensen met een té zware kater of onontkoombare andere verplichtingen alvast de allerbeste wensen voor 2007 en zorg ervoor dat je er volgend jaar bij bent!!

Namens de organisatie van de Nieuwjaarsduik,

Milo Gerritsen

1 JANUARI 2007
RAPIDO '82

IN SAMENWERKING MET
STRANDPAVILJOEN
TAKE FIVE

NIEUWJAARSDUIK

13.30 UUR IN ZANDVOORT
BIJ TAKE FIVE AAN ZEE

NA AFLOOP EEN SPECTACULAIR OPTREDEN VAN



DRIES ROELVINK

MEDE MOGELIJK GEMAAKT DOOR:



FM ZANDVOORT
radio, tekst-TV & internet
FM 106.9 - Kabel 104.5



take five aan zee

Club van 100

Voor degenen die de Club niet kennen. Deze bestaat sinds 2004 en bestaat uit mensen die de sport, en de vereniging in het bijzonder, een warm hart toedragen en dit ondersteunen met een jaarlijkse financiële bijdrage van €100/jaar.

Middels dit stukje wil ik allereerst de sponsors van 2006 namens alle begunstigden hartelijk bedanken!

Het afgelopen jaar zijn diverse evenementen of activiteiten van de vereniging ondersteund.

- NJK kampioenschappen te Dordrecht 27 en 29 januari; verblijf en vervoer van de deelnemers van Rapido'82
- Trainingskamp Dames/meisjes SGHaerlem 04 waterpolo september 2006
- Rapido'82 langebaan 18 juni;
- Conny Smid Meet december
- Krachttrainingsfaciliteiten in de Planeet

Ook het komende jaar hebben de sporters van de vereniging uw steun weer nodig. Er is altijd behoefte aan steun om harder te zwemmen, beter te waterpoloën of gewoon lekker te sporten en plezier te hebben. Graag doe ik een oproep aan iedereen die de sporters een duwtje in de goede richting wil geven om lid te worden van de Club van 100.

U kunt zich aanmelden als lid door een email te sturen aan ons emailadres: clubvan100@rapido82.nl Als u ideeën heeft voor bestedingen, of een specifieke mening heeft over de activiteiten die we het afgelopen seizoen hebben ondersteund horen wij het ook graag. U kunt dit doen per op bovenstaand emailadres.

Club van Honderd bestuur:

Erik Breems	Pierre Winkler
Dick Cluistra	Peter Traksel

e-mail: clubvan100@rapido82.nl

Verslag trainingsweekend 1,2 en 3 september 2006.

Half januari wordt het idee geboren (bij Marco de Vries) om voor alle dames, dus ook de meisjes, van de SG Haerlem'04 een trainingsweekend te organiseren ter voorbereiding van het seizoen 2006-2007. Eind januari hebben Miranda Hogerheijde, Marco de Vries en Rob van Putten dan de eerste bijeenkomst. Gekeken wordt wat er

allemaal gedaan moet worden om zo'n weekend op poten te zetten. Over de locatie zijn we het snel eens, dat zou het liefst het KNVB-zwembad in Zeist zijn. Marco heeft daar goede contacten dus wordt er geïnformeerd of het betreffende weekend beschikbaar is. Dan kijken we wie er als begeleiding en/of trainers meekunnen. Verder moet er geïnventariseerd worden hoeveel mensen er mee willen en kunnen. Het is de bedoeling dat dames 1 t/m 4 meegaat en de meisjes aspiranten en pupillen. Er wordt een flyer verspreid onder alle betrokkenen om de haalbaarheid te bekijken. Verder willen we graag een saamhorigheid bewerkstelligen door gezamenlijk naar Zeist te reizen, met de bus. Via dhr. Inneke wordt een Connexion bus vastgelegd.

De respons op de flyer geeft ons vertrouwen. Ca. 50 personen geven aan om mee te willen. Met het zwembad in Zeist is inmiddels het contact op gang gekomen en het badwater gereserveerd. We stellen een kostenplaatje op en leggen dat voor bij het bestuur van de SG. Ook daar krijgen we groen licht en kan er met de uitwerking van de plannen worden gestart. Als begeleiding gaan de trainers, Ingrid den Hartigh, Monique Blok, Robbie Bruins, Ruud Kerkhoff en Marco de Vries mee. Miranda Hogerheijde en Rob van Putten nemen de algemene voorbereiding voor hun rekening. Het zwembad wordt definitief vastgelegd. Aanvankelijk zouden we overnachten bij de stichting Buitenverblijven dat in de buurt van het sportcomplex ligt. Hier was ruimte voor een grote groep, maar gezien het aantal aanmeldingen hebben we gekozen om te overnachten op het complex zelf. Naast het zwembad (op 50m) ligt het Seminar waar slaapgelegenheid is voor 47 personen. Er zijn 12 kamers (11 vierpersoons en 1 driepersoons) met op elke kamer een toilet en douche, bedlinnen zit bij de prijs inbegrepen. Op de zaterdagavond krijgen we een warme maaltijd geleverd. Verder beschikt het gebouw over een grote ruimte waar we kunnen eten en recreëren. Op het buitenterrein is voldoende ruimte voor ontspanning. Voor de zaterdagavond wordt het damesteam van Polar Bears gevraagd om tegen onze dames een oefenwedstrijd te spelen. Hiervoor worden ook twee bondsscheidsrechters uitgenodigd. Begin mei hebben Marco, Miranda en Rob in Zeist een afspraak met Marjan van Galen, de beheerster van het zwembad en seminar om de locatie te bezichtigen. Half mei krijgen alle deelnemers een schrijven toegestuurd met de uitleg over het

weekend, naast een algemene beschrijving krijgt iedereen ook een voorlopige kamerindeling. Na nog een aantal voorbereiding bijeenkomsten zijn we klaar voor het weekend.

Dan is het vrijdag 1 september, Marco, Ingrid en Rob gaan in tegenstelling tot de anderen alvast vooruit om de locatie voor te bereiden. Allereerst doen we in Haarlem boodschappen want behalve de warme maaltijd moeten we zelf alles meenemen.

Dus van broodbeleg tot frisdrank, van fruit tot soep, uiteindelijk hebben we een kleine aanhanger bijna vol met levensmiddelen. Rond 14.30 uur zijn we in Zeist waar we worden opgewacht tot door Marjan die ons de sleutels en slagboompas geeft. Nadat alles is uitgepakt en opgeruimd wordt de grote zaal versierd met vlaggetjes ter verhoging van de sfeer. De bus vertrekt om 18.00 uur vanuit Haarlem, voor het instappen moet de bijdrage aan het weekend worden betaald bij Miranda. Tegen 19.00 uur arriveert de bus in Zeist. Uiteindelijk zijn het 45 personen geworden die aan het weekend deelnemen (incl. leiding). Alle volwassenen en kinderen liggen gecombineerd op een kamer, zodat er geen sprake is van kamers met alleen kinderen. De mannen hebben hun eigen kamer.

Nadat de kamers zijn ingeruimd gaan de dames om 21.00 uur al naar het zwembad voor de eerste training, van 21.30-23.00 uur wordt er een fysieke training afgewerkt. De pupillen en aspiranten blijven bij het seminar en hebben onderleiding van Ingrid en Ruud een droogtraining. Na de training is er dan nog tijd voor een praatje en spelletjes in het seminar.

Zaterdagmorgen, om 07.00 uur!! wordt iedereen wreed uit zijn slaap gehaald, door de mannelijke begeleiders met een megafoon en sirene. Om 07.15 uur!! is er voor iedereen een aerobic gym verzorgd door Linda Lammers. Met slaperige hoofden wordt er op de buitenplaats, massaal meegedaan aan de gym. Aansluitend is er het ontbijt. Om 09.00 uur is er voor D1 en 2 een bespreking over de trainingsinhoud van vandaag. Tussen 09.30-10.00 uur is er dan de warming-up in het zwembad en van 10.00-12.00 uur zijn er voor alle teams tactische trainingen. In de tussentijd doet Rob de resterende boodschappen in Zeist en bereidt de lunch vast voor die om 12.30 uur gretig aftrek vindt bij allen. Dan is er tot 15.00 uur een moment voor jezelf dat wordt benut om te rusten of een spelletje te doen. Ook worden de voorbereidingen getroffen voor de bonte avond.

Onze tegenstander voor de oefenwedstrijd heeft kort geleden afgezegd omdat ze liever naar een toernooi in Hengelo wilden gaan. Hierdoor doen we een oefenwedstrijd tussen D1 en D2 van 16.00-17.00 uur en van 18.00-19.00 uur onderbroken door een pauze in het seminar. Om 19.00 uur gaat de groep die geen wedstrijd heeft gespeeld vooruit naar het sporthotel waar de warme maaltijd wordt geserveerd. De anderen volgen zodra die zijn omgekleed.

Vanaf 21.00 uur is de zaal omgetoverd in een theater. Iedere kamer heeft de opdracht gekregen om een stukje op te voeren van minimaal 2 ½ en maximaal 4 minuten. Het thema van de avond is "sprookjes". Iedereen heeft er hard aan gewerkt en 12 acts worden opgevoerd. De een nog hilarischer dan de ander. Van vertellingen tot sprookjes-quiz en van luisteren tot meedoen. Van jong tot oud geniet van de optredens. Om 24.00 uur zijn de meeste moe van de intensieve en inspannende dag. Morgen weer op tijd opstaan dus lekker gaan slapen.

Zondagmorgen om 08.00 uur staat het ontbijt klaar (incl. een hard gekookt eitje). Om 09.00 uur een overlegbijeenkomst voor D1 en om 10.30 uur weer naar het zwembad. Van 11.00-13.00 uur traint iedereen. Bij terugkomst in het seminar worden de tassen ingepakt en de kamers opgeruimd. Om 13.45 arriveert de bus in Zeist en vertrekt om 14.00 uur. In Haarlem is de aankomst rond 15.30 uur, waar de meeste worden opgewacht door familie.

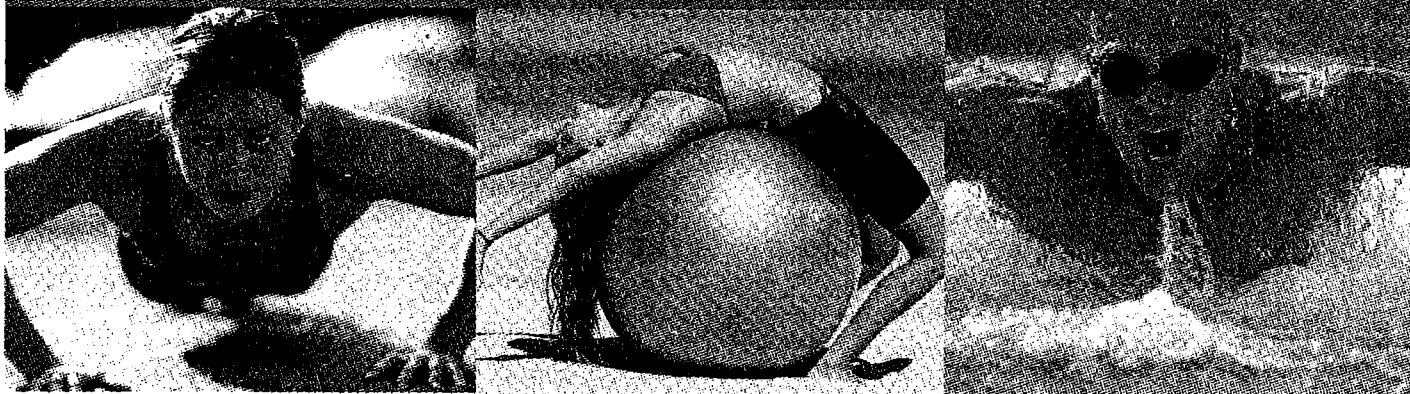
Tijdens het hele weekend alleen maar positieve geluiden (behalve op zaterdagochtend 07.00 uur) gehoord. Iedereen heeft op zijn niveau kunnen trainen. De pupillen bij Ruud de aspiranten bij Ingrid, Monique deed dames 3+4 en Marco + Robbie deden dames 1+2. Ook het mengen van de kamers is prima bevallen, iedereen heeft elkaar een beetje anders leren kennen. Dit weekend is zeker de moeite waard geweest en voor herhaling vatbaar.

Haarlem, 20 september
Rob van Putten

Fitness

in de Waarderpolder bij

PAR



wordt nu wel heel voordelig want...

Rapido '82 én SG Haerlem '04 (familie)leden krijgen één maand fitness gratis en betalen € 0,00 inschrijfkosten !!!*

Bij PAR:

- Gegarandeerd fitter door uniek FIT-punten-systeem.
- Kracht- en Cardiotraining.
- Senioren-fit: gezellige beweegprogramma's voor ouderen.
- Weight Control: medisch verantwoorde afvalprogramma's met gegarandeerd resultaat.
- Oxy-fit: beweeg & conditie(herstel)-programma's met 100% zuurstof toediening.
- Boks-fit: de nieuwste ontwikkeling op fitness-gebied voor volwassenen en kinderen vanaf 8 jaar.
- Fysio-fitness.
- Periodieke healthchecks.
- Fysiotherapie en sportrevalidatie.

Tot slot:

Alle voordelen van PAR-fitness voor u op een rij:

- Veilig en verantwoord bewegen met gegarandeerd resultaat.
- Maatwerk.
- Professionele begeleiding.
- Gezellige en rustige ambiance.
- Geavanceerde en gebruiksvriendelijke fitness apparatuur.
- 1000 m² vloeroppervlak.
- Uitstekende bereikbaarheid.
- Meer dan 700 gratis parkeerplaatsen voor de deur.
- Een uitstekende prijs-kwaliteit verhouding.

* Deze aanbieding is alleen geldig bij aanschaf van een abonnement met vooruitbetaling per half jaar en is niet geldig in combinatie met andere aanbiedingen en/of kortingen.

Wist u overigens dat u al bij PAR kunt fitnessen vanaf € 17,50 per maand?
(vraag naar de voorwaarden)



A. Hofmanweg 5K (achter het Crown Business Center)
Tel. 023 - 750 52 90 www.parfitness.nl

LAC 1^e ronde

22 oktober 2006

Zaandam, De Slag II

Bij de eerste LAC-wedstrijd van het seizoen werd bijzonder goed gezwommen. 19 deelnemers van Rapido'82 zwommen maar liefst 44 pr's bij elkaar (tussentijden meegerekend) Geen geringe prestatie! Dat belooft wat voor de volgende LACs.

Wouter Allard
800 vrije slag 09.33.85 pr
200 wisselslag 2.31.91

Dennis Eliveld
800 vrije slag 9.48.77 pr
200 wisselslag 2.30.80 pr

Michael Gozeling
800 vrije slag 12.46.83 pr
200 wisselslag 3.10.25 pr

Marcel Schouten
400 vrije slag 4.53.42 I pr
200 wisselslag 2.38.62 pr

Arian Klinkenberg
400 vrije slag 5.57.28 pr
200 wisselslag 3.00.29 pr

Stefan Schulte
400 vrije slag 5.24.97 pr
200 wisselslag 2.53.98 pr

Aaron Koomen
400 vrije slag 6.01.86 pr
200 wisselslag 3.08.53 pr

Neeltje Winkler
400 vrije slag 6.16.72 pr
200 wisselslag 3.11.44 VA pr

Sallie Winkler
400 vrije slag 6.24.91 pr
200 wisselslag 3.09.40 pr

Lisa Blok
400 vrije slag 6.00.50 pr
200 wisselslag 3.17.82 VH pr

Pauline van Langeveld
400 vrije slag 5.54.92 pr
200 wisselslag 3.09.62 pr

Melissa Eliveld
200 vrije slag 2.57.90 pr

Britt Jansen
200 vrije slag 2.57.29 pr

Lars Kerkhoff
200 vrije slag 2.42.09 III pr

Emiel Osinga
200 vrije slag 3.36.98 pr

Tom Goossens
200 vrije slag 3.41.79 pr

Kevin Schaaf
200 vrije slag 3.37.74 pr

Jill Jansen
200 vrije slag 3.33.75 pr

Martijn de Leeuw
200 vrije slag 3.33.57 III pr

Kring Estafette dd. 15 oktober in Purmerend

4 x 100 meter schoolslag jongens jeugd

Stefan Schulte
Wouter Allard
Dennis Eliveld
Kenneth Deinum 5.25.38

4 x 100 meter rugslag meisjes jeugd

Neeltje Winkler
Sallie Winkler
Esther Schouten
Karin Bank 5.50.21

4 x 50 meter wisselslag meisjes minioren

Britt Jansen
Fabienne Kerkhoff
Dana van der Zee
Melissa Eliveld 2.42.40

4 x 100 meter schoolslag meisjes jeugd

Eels de Bruin	
Sallie Winkler	
Neeltje Winkler	
Esther Schouten	6.18.78

4 x 100 meter rugslag jongens jeugd

Martijn Drijver	
Marcel Schouten	
Dennis Eliveld	
Wouter Allard	4.58.02

4 x 50 meter vrije slag jongens minioren

Mick van den Bosch	
Luuk de Weerd	
Sander Kroep	
Lars Kerkhoff	2.50.85

4 x 100 meter vrije slag meisjes jeugd

Karin Bank	
Els de Bruin	
Neeltje Winkler	
Esther Schouten	5.10.57

4 x 100 meter wisselslag jongens jeugd

Wouter Allard	
Kenneth Deinum	
Dennis Eliveld	
Felix Kramer	4.39.44

4 x 50 meter schoolslag meisjes minioren

Britt Jansen	
Melissa Eliveld	
Fabienne Kerkhoff	
Dana van der Zee	3.14.11

4 x 100 meter wisselslag meisjes jeugd

Karin Bank	
Neeltje Winkler	
Esther Schouten	
Els de Bruin	5.47.36

4 x 100 meter vrije slag jongens jeugd

Dennis Eliveld	
Wouter Allard	
Felix Kramer	
Kenneth Deinum	4.01.50

Meerkamp dd. 5 november 20064 x 25 meter vrije slag mix minioren

Dana van der Zee	
Melissa Eliveld	
Britt Jansen	
Sanne Peters	1.08.45

Luuk de Weerd

Tom Goossens	
Matthijs Engelkes	
Kevin Schaaf	1.19.75

100 meter vrije slag heren

Dennis Eliveld	0.59.66 II
Marcel Schouten	1.04.74
Stefan Schulte	1.09.76
Maik de Weerd	1.12.32
Michael Gozeling	1.13.34
Menno Schaefer	1.14.13
Arjan Klinkenberg	1.14.39
Aaron Koomen	1.18.36

100 meter vrije slag dames

Els de Bruin	1.14.92
Lisa Blok	1.16.33
Pauline van Langeveld	1.19.43
Sallie Winkler	1.20.98
Neeltje Winkler	1.24.90

50 meter schoolslag mix minioren

Roy van der Woude	0.51.09 I
Simon de Groot	0.54.83 III
Martijn de Leeuw	0.54.85
Robin Schulte	0.56.20
Matthijs Engelkes	0.59.07
Jeljer Aldershof	0.56.84 dis

50 meter schoolslag mix minioren

Fabienne Kerkhoff	0.50.52 I
Jill Jansen	0.52.77 dis

100 meter schoolslag jongens minioren

Lars Kerkhoff	1.32.58 I
Koen van Twisk	1.38.00
Luuk de Weerd	1.51.91
Sander Kroep	1.57.36
Kevin Schaaf	1.59.14
Govert van Zijl	2.04.81

50 meter rugslag minioren

Sanne Peters	0.54.84
--------------	---------

8 x 25 meter estafette mix junioren

Neeltje Winkler, Peter Sohl,	
Sallie Winkler, Dennis Eliveld,	
Annelies de Bruin, Maik de Weerd,	
Els de Bruin, Stefan Schulte,	
Aaron Koomen, Rapido 1	1.59.0 III

Ilse Traksel, Wouter Allard,	
Esther Schouten, Marcel Schouten,	
Inge Koopman, Michael Gozeling,	
Lisa Blok, Arjan Klinkenberg,	
Menno Schaefer, Rapido 2	1.59.95

Vervolg Meerkamp

50 meter vrije slag minioren

Britt Jansen	0.34.68 II
Dana van der Zee	0.34.90 III
Melissa Eliveld	0.35.42

50 meter rugslag heren

Peter Sohl	0.30.46 I
Wouter Allard	0.32.70 II
Dennis Eliveld	0.33.97 III
Marcel Schouten	0.35.32
Maik de Weerd	0.37.88
Stefan Schulte	0.37.88
Aaron Koomen	0.39.41
Michael Gozeling	0.39.54
Menno Schaefer	0.4.094
Arjan Klinkenberg	0.42.32

50 meter vlinderslag dames

Annelies de Bruin	0.34.88 II
Esther Schouten	0.37.39
Ilse Traksel	0.38.13
Inge Koopman	0.39.58
Neeltje Winkler	0.41.64
Lisa Blok	0.42.97
Pauline van Langeveld	0.44.36

50 meter vrije slag mix minioren

Simon de Groot	0.45.33
Jeljer Aldershof	0.51.23
Robin Schulte	0.56.24
Matthijs Engelkes	0.57.97

100 meter vlinderslag heren

Peter Sohl	1.07.26 I
Wouter Allard	1.11.76

100 meter schoolslag dames

Esther Schouten	1.29.74
Annelies de Bruin	1.32.89
Sallie Winkler	1.38.54
Inge Koopman	1.39.52
Els de Bruin	1.40.93
Ilse Traksel	1.46.29

50 meter vrije slag jongens minioren

Koen van Twisk	0.34.79
Luuk de Weerd	0.39.79
Kevin Schaaf	0.45.70
Govert van Zijl	0.46.32

100 meter rugslag jongens minioren

Tom Goossens	1.52.54 II
Sander Kroep	2.03.22 III

100 meter schoolslag minioren

Melissa Eliveld	1.44.64 III
Britt Jansen	1.45.70
Sanne Peters	1.59.36

100 meter vrije slag mix minioren

Roy van der Woude	1.49.16 II
Fabienne Kerkhoff	1.42.77 II
Jill Jansen	1.43.39 III

Meerkamp dd. 12 november 2006

400 meter wisselslag heren

Dennis Eliveld	5.17.59 III
Marcel Schouten	5.30.98

100 meter schoolslag mix minioren

Lars Kerkhoff	1.32.67 I
Kevin Schaaf	1.56.16 II
Luuk de Weerd	1.56.89 III
Sander Kroep	1.58.00
Tom Goossens	1.58.32
Sjoerd van der Steen	1.58.91
Govert van Zijl	1.59.39
Emiel Osinga	2.00.71

100 meter schoolslag mix minioren

Dana van der Zee	1.41.73 III
Melissa Eliveld	1.43.84

50 meter rugslag dames

Inge Koopman	0.39.49
Tirza Tentink	0.56.64

200 meter rugslag heren

Marcel Schouten	2.39.18 II
Aaron Koomen	30.3.66 III

200 meter schoolslag dames

Esther Schouten	3.07.24 I
Els de Bruin	3.25.07

50 meter schoolslag heren

Wouter Allard	0.37.82
Stefan Schulte	0.38.04

50 meter vlinderslag dames

Annelies de Bruin	0.34.48 I
Inge Koopman	0.39.40
Jiska Korver	0.54.85
Tirza Tentink	0.59.48

4 x 100 meter schoolslag meisjes jeugd

Eels de Bruin	
Sallie Winkler	
Neeltje Winkler	
Esther Schouten	6.18.78

4 x 100 meter rugslag jongens jeugd

Martijn Drijver	
Marcel Schouten	
Dennis Eliveld	
Wouter Allard	4.58.02

4 x 50 meter vrije slag jongens minioren

Mick van den Bosch	
Luuk de Weerd	
Sander Kroep	
Lars Kerkhoff	2.50.85

4 x 100 meter vrije slag meisjes jeugd

Karin Bank	
Els de Bruin	
Neeltje Winkler	
Esther Schouten	5.10.57

4 x 100 meter wisselslag jongens jeugd

Wouter Allard	
Kenneth Deinum	
Dennis Eliveld	
Felix Kramer	4.39.44

4 x 50 meter schoolslag meisjes minioren

Britt Jansen	
Melissa Eliveld	
Fabienne Kerkhoff	
Dana van der Zee	3.14.11

4 x 100 meter wisselslag meisjes jeugd

Karin Bank	
Neeltje Winkler	
Esther Schouten	
Els de Bruin	5.47.36

4 x 100 meter vrije slag jongens jeugd

Dennis Eliveld	
Wouter Allard	
Felix Kramer	
Kenneth Deinum	4.01.50

Meerkamp dd. 5 november 20064 x 25 meter vrije slag mix minioren

Dana van der Zee	
Melissa Eliveld	
Britt Jansen	
Sanne Peters	1.08.45

Luuk de Weerd

Tom Goossens

Matthijs Engelkes

Kevin Schaaf 1.19.75

100 meter vrije slag heren

Dennis Eliveld	0.59.66 II
Marcel Schouten	1.04.74
Stefan Schulte	1.09.76
Maik de Weerd	1.12.32
Michael Gozeling	1.13.34
Menno Schaefer	1.14.13
Arjan Klinkenberg	1.14.39
Aaron Koomen	1.18.36

100 meter vrije slag dames

Els de Bruin	1.14.92
Lisa Blok	1.16.33
Pauline van Langeveld	1.19.43
Sallie Winkler	1.20.98
Neeltje Winkler	1.24.90

50 meter schoolslag mix minioren

Roy van der Woude	0.51.09 I
Simon de Groot	0.54.83 III
Martijn de Leeuw	0.54.85
Robin Schulte	0.56.20
Matthijs Engelkes	0.59.07
Jelger Aldershof	0.56.84 dis

50 meter schoolslag mix minioren

Fabienne Kerkhoff	0.50.52 I
Jill Jansen	0.52.77 dis

100 meter schoolslag jongens minioren

Lars Kerkhoff	1.32.58 I
Koen van Twisk	1.38.00
Luuk de Weerd	1.51.91
Sander Kroep	1.57.36
Kevin Schaaf	1.59.14
Govert van Zijl	2.04.81

50 meter rugslag minioren

Sanne Peters	0.54.84
--------------	---------

8 x 25 meter estafette mix junioren

Neeltje Winkler, Peter Sohl,	
Sallie Winkler, Dennis Eliveld,	
Annelies de Bruin, Maik de Weerd,	
Els de Bruin, Stefan Schulte,	
Aaron Koomen, Rapido 1	1.59.0 III

Ilse Traksel, Wouter Allard,	
Esther Schouten, Marcel Schouten,	
Inge Koopman, Michael Gozeling,	
Lisa Blok, Arjan Klinkenberg,	
Menno Schaefer, Rapido 2	1.59.95

Vervolg Kring Speedo Meet

50 meter rugslag jongens minioren

Martijn de Leeuw	0.53.79
Stan Blok	0.55.63

100 meter wisselslag meisjes minioren

Dana van der Zee	1.28.02
Britt Jansedn	1.31.28
Anne Pagan	1.53.87

100 meter wisselslag jongens minioren

Koen van Twisk	1.28.81
Sjoerd van der Steen	1.45.85

50 meter schoolslag jongens minioren

Luuk de Weerdt	0.52.09
Sander Kroep	0.54.09
Kevin Schaaf	0.56.68

50 meter vrije slag meisjes minioren

Jill Jansen	0.41.34
Fabienne Kerkhoff	0.43.39
Tessa Dijkman	0.44.07

50 meter vrije slag jongens minioren

Stan Blok	0.41.97 II
Martijn de Leeuw	0.42.10 III

100 meter vrije slag meisjes minioren

Britt Jansen	1.20.46
Sanne Peters	1.36.19
Anne Pagan	1.46.40

100 meter vrije slag jongens minioren

Lars Kerkhoff	1.15.19
Sjoerd van der Steen	1.33.40

100 meter wisselslag jongens minioren

Kevin Schaaf	1.49.52
Sander Kroep	1.53.61
Emiel Osinga	1.57.28

4 x 50 meter wisselslag meisjes

Britt Jansen	
Fabienne Kerkhoff	
Dana van der Zee	
Sanne Peters	2.54.90

4 x 50 meter wisselslag jongens

Emiel Osinga	
Lars Kerkhoff	
Koen van Twisk	
Mick van den Bosch	3.06.28

Limietwedstrijd dd. 19 november 2006

Dennis Elieveld

50 meter vlinderslag	0.32.75
100 meter vlinderslag	1.01.80 pr
200 meter vlinderslag	2.32.74 pr

Michael Gozeling

50 meter schoolslag	0.44.46 pr
100 meter schoolslag	1.34.38 pr
50 meter vrije slag	0.31.97 pr
100 meter wisselslag	1.23.59 pr

Marcel Schouten

50 meter vlinderslag	0.35.65
100 meter vlinderslag	1.16.29
200 meter vlinderslag	2.42.23

Stefan Schulte

50 meter schoolslag	0.39.40
100 meter schoolslag	1.21.17 CR
50 meter vrije slag	0.32.77
100 meter wisselslag	1.20.20

Aaron Koomen

50 meter rugslag	0.40.49
100 meter rugslag	1.23.68 pr
50 meter vrije slag	0.34.26 pr



Uitslag competitie B-C, II

26 november 2006,
Sportfondsenbad Amersfoort

4 x 100 m vrije slag estafette dames Sen.

Ilse Traksel	
Esther Schouten	
Els de Bruin	
Annelies de Bruin	4.46.93

100 m. wisselslag meisjes minioren 6 e.l

Dana van de Zee	1.27.87 II
Britt Jansen	1.33.39
Jill Jansen	1.45.35
Fabiënne Kerkhoff	1.45.61
Anne Pagan	1.45.93
Tessa Dijkman	1.54.40

100 m. vrije slag jongens minioren 6 e.l

Lars Kerkhoff	1.12.95 I
Koen van Twisk	1.16.12
Luuk de Weerd	1.32.98
Emiel Osinga	1.35.37
Kevin Schaaf	1.35.72

200 m. schoolslag meisjes jeugd 2 e.l

Esther Schouten	3.12.18 III
Neeltje Winkler	3.14.76
Els de Bruin	3.23.51
Lisa Blok	3.29.21 A
Inge Koopman	3.29.21 B

200 m rugslag jongens junioren 4 e.l

Jens de Groot	2.45.11
Maik de Weerd	2.48.09
Michael Gozeling	3.15.85 RC

200 m. vrije slag heren senioren 2 e.l.

Peter Sohl	2.10.18
Wouter Allard	2.11.52
Kenneth Deinum	2.11.95
Dennis Eliveld	2.11.95

100 m. rugslag meisjes junioren 2 e.l.

Neeltje Winkler	1.28.06
Sallie Winkler	1.29.86
Ruby van Lierop	1.31.39
Dana van de Zee	1.31.39
Lisa Blok	1.33.89
Jiska Korver	2.11.92

100 m. vlinderslag jongens junioren 2 e.l.

Marcel Schouten	1.13.07 II
Menno Schaefer	1.27.80
Arjan Klinkenberg	1.28.88
Stefan Schulte	1.32.06
Koen van Twisk	1.36.61
Aaron Koomen	1.35.87 VH

200 m rugslag dames senioren 2 e.l.

Esther Schouten	2.56.85
Annelies de Bruin	3.00.68
Inge Koopman	3.16.32
Ruby van Lierop	3.32.30

200 m. wisselslag jongens jeugd 2 e.l.

Kenneth Deinum	2.29.46 II
Wouter Allard	2.31.37 III
Aaron Koomen	3.06.03
Menno Schaefer	3.06.15

200 m. vrije slag dames senioren

Ilse Traksel	2.42.03
--------------	---------

200 m. wisselslag heren senioren

Stefan Haack	2.34.77 II
Loek Rolvink	2.40.12
Niels de Groot	3.00.27
Jens de Groot	3.11.70

50 m. schoolslag meisjes minioren 6 e.l.

Britt Jansen	0.46.95 I
Dana van de Zee	0.46.99 II
Melissa Eliveld	0.47.56
Fabiënne Kerkhoff	0.49.60
Jill Jansen	0.50.64
Tessa Dijkman	0.56.09
Anne Pagan	0.59.74

50 m. rugslag jongens minioren 6 e.l.

Lars Kerkhoff	0.44.27
Luuk de Weerd	0.45.08

100 m. vlinderslag meisjes jeugd 2 e.l.

Annelies de Bruin	1.25.89
Esther Schouten	1.30.20
Sallie Winkler	1.35.24
Inge Koopman	1.37.79
Pauline van Langeveld	1.40.38
Els de Bruin	1.44.62
Ruby van Lierop	1.51.15

100 m. vrije slag jongens junioren 4 e.l.

Dennis Eliveld	0.59.96 I
Jens de Groot	1.03.56 III
Marcel Schouten	1.03.92
Maik de Weerd	1.05.98
Michael Gozeling	1.12.44
Arjan Klinkenberg	1.12.93

100 m. rugslag heren senioren 2 e.l.

Peter Sohl	1.04.88 II
Wouter Allard	1.09.10
Felix Kramer	1.18.81
Niels de Groot	1.20.11

200 m. vrije slag meisjes junioren 2 e.l.

Els de Bruin	2.40.32
Lisa Blok	2.47.26
Pauline van Langeveld	2.51.95
Melissa Eliveld	2.58.18
Britt Jansen	2.58.52

200 m. schoolslag junioren 2 e.l.

Stefan Schulte	2.57.07 II
Marcel Schouten	3.02.77 III
Lars Kerkhoff	3.18.87
Arjan Klinkenberg	3.19.21

100 m. rugslag dames senioren

Ilse Traksel	1.22.06
--------------	---------

100 m. vlinderslag heren senioren

Stefan Haack	1.05.27 B
Kenneth Deinum	1.05.82
Peter Sohl	1.07.25
Loek Rolvink	1.13.58
Niels de Groot	1.14.90

100 m. vrije slag dames senioren 2 e.l.

Annelies de Bruin	1.14.06
Sallie Winkler	1.19.28
Neeltje Winkler	1.19.29
Pauline van Langeveld	1.21.21
Anne Pagan	1.44.02
Jiska Korver	1.47.18
Tirza Tentink	1.54.41

100 m. schoolslag jongens jeugd 2 e.l.

Dennis Eliveld	1.20.54 A III
Stefan Schulte	1.20.54 B
Felix Kramer	1.26.43
Maik de Weerd	1.28.19
Michael Gozeling	1.37.68

4 x 50 m. vrije slag jongens junioren 4 e.l.

Marcel Schouten	
Maik de Weerd	
Jens de Groot	
Dennis Eliveld	1.54.90 II

Conny Smid Meet 2006

3-12-2006 De Planeet

25 m. vrije slag mix minioren 1 en 2

Nikki Bernaards	0.23.17 I
Daniëlle Eerhart	0.26.47

50 m. vlinderslag jongens minioren 3 en 4

Stan Blok	0.55.68 III
Roy v/d Woude	0.57.19
Simon de Groot	0.58.53
Martijn de Leeuw	1.02.34
Robin Schulte	1.04.22
Jelger Aldershof	1.09.94
Matthijs Engelkes	1.10.29 VH

50 m. vrije slag meisjes minioren 3 en 4

Jill Jansen	0.53.15
Fabiënne Kerkhoff	1.00.15
Linda Böhm	1.03.38
Tori Gijzen	1.03.41
Stephanie Melein	1.19.36 VE/VH

50 m. rugslag jongens minioren 6

Koen van Twisk	0.40.63 I
Lars Kerkhoff	0.43.75 RF

50 m. rugslag meisjes minioren 6

Britt Jansen	0.39.76 III
Dana van de Zee	0.40.47
Melissa Eliveld	0.43.73
Anne Pagan	0.52.63
Sanne Peters	0.53.28
Kelly van Galen	1.14.13

50 m. schoolslag jongens minioren 6

Sander Kroep	0.51.91
Kevin Schaaf	0.54.77
Jaimy Paul Bernards	0.55.71
Jorri Fransen	0.56.63

50 m. schoolslag meisjes minioren 5

Tessa Loogman	0.53.04
Lucinda Eerhart	0.51.74 SL

4 x 50 m. vrije slag meisjes minioren 6 e.l.

Sanne Peters	
Britt Jansen	
Dana van de Zee	
Melissa Eliveld	2030.65 II

25 m. rugslag mix minioren 1 en 2

Daniëlle Eerhart	0.27.42
Nikki Bernards	0.27.93

Vervolg Conny Smid Meet

50 m. vrije slag jongens min ioen 3 en 4

Stan Blok	0.41.72	II
Martijn de Leeuw	0.41.86	III
Robin Schulte	0.49.95	
Matthijs Engelkes	0.52.67	
Jeljer Aldershof	0.52.89	
Timo Huitinga	1.00.89	
Thomas Fransen	1.04.54	
Rik Kroep	1.17.61	

50 m. vrije slag minioren 3 en 4

Fabiënne Kerkhoff	0.42.00	
Jill Jansen	0.42.10	
Linda Böhm	0.56.37	
Tori Gijzen	0.59.72	
Stephanie Melein	1.04.31	

50 m. schoolslag jongens minioen 6

Lars Kerkhoff	0.42.09	I
Koen van Twisk	0.43.96	II

50 m. schoolslag meisjes minoren 6

Britt Jansen	0.48.54	
Melissa Eliveld	0.49.48	
Dana van der Zee	0.49.99	
Anne Pagan	1.00.14	
Kelly van Galen	1.00.78	
Sanne Peters	0.56.22	SP

50 m. vlinderslag jongens minioren 5

Sander Kroep	0.55.18	
Kevin Schaaf	0.57.18	
Jaimy Paul Bernards	1.05.77	

50 m. vlinderslag meisjes minioren 5

Lucinda Eerhart	0.59.04	VD
-----------------	---------	----

4 x 50 m. vrije slag minioren 6 e.j.

Martijn de Leeuw		
Sander Kroep		
Kevin Schaaf		
Koen van Twisk	2.46.01	II

Jorri Fransen
Simon de Groot
Jeljer Aldershof
Roy van der Woude

3.19.77

25 m. schoolslag mix minioren 1 en 2

Nikki Bernards	0.27.09	I
Daniëlle Eerhart	0.28.42	

50 m. rugslag jongens minioren 3 en 4

Roy van der Woude	0.51.09	III
Simon de Groot	0.52.71	
Robin Schulte	0.54.19	
Stan Blok	0.54.43	
Timo Huitinga	1.03.04	
Thomas Fransen	1.09.84	
Martijn de Leeuw	0.51.25	RF
Matthijs Engelkes	0.57.54	RF
Jeljer Aldershof	1.03.94	RF

50 m. rugslag meisjes minioren 3 en 4

Fabiënne Kerkhoff	0.50.50	
Jill Jansen	0.53.07	
Tori Gijzen	1.10.91	
Stephanie Melein	1.11.89	
Linda Böhm	1.02.16	RE

50 m. vlinderslag jongens minioren 6

Koen van Twisk	0.42.76	I
----------------	---------	---

50 m. vlinderslag meisjes minioren 6

Dana van der Zee	0.39.07	II
Britt Jansen	0.48.98	
Sanne Peters	0.53.81	
Anne Pagan	0.59.97	
Kelly van Galen	1.14.02	

50 m. vrije slag jongens minioren 5

Kevin Schaaf	0.44.83	
Sander Kroep	0.45.55	
Jaimy Paul Bernards	0.47.54	
Jorri Fransen	1.07.71	

50 m. vrije slag meisjes minioren 5

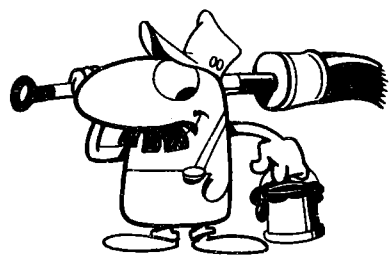
Tessa Loogman	0.44.18	
Lucinda Eerhart	0.47.54	

4 x 50 m. wisselslag mix minioren 6 e.j.

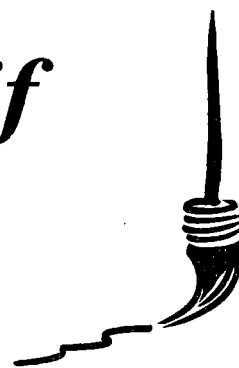
Fabiënne Kerkhoff		
Sander Kroep		
Jill Jansen		
Stan Blok	3.19.58	



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

Rijwielspecialzaak

Schenk

TOER- SPORT- EN RACESPECIALIST



GAZELLE
RALEIGH
BURCO
RIH

grote sortering
onderdelen
vele accessoires
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/autistiforme gedragingen, PDD-NOS, spraak/taalproblemen,
stress, burn-out, depressie, faalangst en gebrek aan zelfvertrouwen
(ook in de sport!!)

Oolders Omaco

Heren in huizen, hypotheke en verzekeringen.

Haarlem
Rijkstraatweg 8 - 10
Tel. 023 525 52 66

Heemstede
Zandvoortselaan 160
Tel. 023 - 524 30 24

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



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	Corr. Siegenstraat 4	(023) 523 26 94

Bezoek ook onze internet pagina: www.kvba.nl



Spaarnwoude Resort

• Hotel-Restaurant • Vergadercentrum • Reunifyentrum • Partycentrum • Kinderfeesten

Lokaties:

Hotel Restaurant Het Buitenhuis

Oostbroekerweg 17 Velsen-Zuid

Recreatiegebied Spaarnwoude

Telefoon 023 - 5370548

Telefax 023 - 5490085

Verblijfslocatie 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.

Outdoorlocatie De Watergeus

Genieweg 36 Velsen-Zuid

Recreatiegebied Spaarnwoude

Telefoon 023 - 5373867

Telefax 023 - 5490070

BOEKINGEN & RESERVERINGEN

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

www.spaarnwouderesort.com



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

Akersloot - Hoorn - IJmuiden
Krommenie - Heerhugowaard

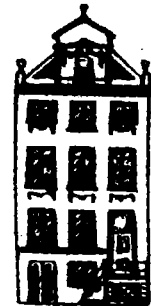
NOORDBORGH: betrokken partner, zeker gevoel

www.noordborgh.nl

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

van de Camp & Temme
Projectontwikkeling B.V.

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



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-constratieve problemen voor u op
Bel voor meer informatie, advies en offerte:

Fax 023-5314396,
Garenkokerskade 1
2013 AJ Haarlem

023-531 49 72