



**ZWEM- & POLO CLUB STEENWIJK '34**  
Dé vereniging voor Steenwijk en omgeving  
waar de zwem- en waterpolosport  
wordt beoefend

Uitgave: maart 2012

**COLOFON**

**CLUBKRANT**

Lay-out

Graziella Winters  
Roswitha Baars

0521 516438  
0521 852383

**Clubkrantredactie**

Vledderholt 5,  
8381 CA Vledder  
redactie@steenwijk34.nl

**DAGELIJKS BESTUUR**

Voorzitter

Cees Snel

0521 516765

Secretaris

Noortje Baars

0521 511841

Penningmeester

Robert Homsma

0521 342679

**Bestuur Z&PC Steenwijk '34**

Paul Krügerstraat 84  
8331 SL Steenwijk  
secretaris@steenwijk34.nl

**ZWEMCOMMISSIE**

Secretaris

Vacant (tijd. Ciska Wagter)

0521 510089

Officials

Conny van Marle

0521 351268

Wedstrijden

Linda Wibbelink - Selectie

0521 511914

Ciska Wagter - Swimkick

0521 512322

Ciska Wagter - Recreatief

0521 512322

**Zwemcommissie**

Z&PC Steenwijk '34  
Berg en Bos 41  
8334 RB Tuk  
zwemcie@steenwijk34.nl

**Clubconsulente**

Ciska Wagter

0521 517717

ciskazwemmen@kpnplanet.nl  
(tijdelijk)

**WATERPOLOCOMMISSIE**

Voorzitter

vacant

0521 510638

Secretaris

Edward Voorn

0521 341122

Officials

Edward Voorn

0521 341122

Aspiranten secr.

vacant

Materiaal

Marcel Smit

Aanvoerder H1/H2

Robert Tissingh/Dennis Out

0521 577525

**Waterpolocommissie**

Z&PC Steenwijk '34  
Oosterlaan 29  
7973 JR Darp

**ACTIVITEITENCOMMISSIE**

Penningmeester

Lammie Mooi

0521 512144

Secretaris

Roswitha Baars

0521 852383

Lid

Jellie Driezen

0521 511387

Lid

Riekje Schra

0521 361156

**Activiteitencommissie**

Z&PC Steenwijk '34  
Rozenstraat 19  
8331 NJ Steenwijk  
activiteitencie@steenwijk34.nl

**SPONSORCOMMISSIE**

Lid

Casper Dollekamp

0521 517921

**Sponsorcommissie**

Z&PC Steenwijk '34  
De Beugel 3  
8332 JV Steenwijk  
sponsorcie@steenwijk34.nl

**LEDENADMINISTRATIE**

Douwe Baars

0521 852383

**Ledenadministratie**

Z&PC Steenwijk '34  
Vledderholt 5  
8381 CA Vledder  
ledenadmin@steenwijk34.nl

**WEBSITE**

Douwe Baars

0521 852383

website@steenwijk34.nl



## ZWEM- & POLOCLUB STEENWIJK'34

Dé vereniging voor Steenwijk en omgeving  
waar de zwem- en waterpolosport  
wordt beoefend

### Contributie per 1 MEI 2009

Op de Algemene Ledenvergadering van 24 maart 2009 is door het bestuur aan de aanwezige leden het voorstel gedaan om per 01-05-2009 een contributieverhoging door te voeren. De aanwezige leden hebben hiervoor hun toestemming gegeven.

Onderstaand treft u de tarieven aan voor de contributie, startvergunning etc.

| Categorie | Afdeling   | Training p/wk | Leeftijd          | Contributie | Per   |
|-----------|------------|---------------|-------------------|-------------|-------|
| A         | Zwemmen    | t/m 1,5 uur   | n.v.t.            | € 12,15     | maand |
| B         | Zwemmen    | 1,5 – 3 uur   | n.v.t.            | € 14,70     | maand |
| CJ        | Zwemmen    | 3 uur en meer | t/m 21 jaar       | € 16,90     | maand |
| C         | Zwemmen    | 3 uur en meer | 22 j en ouder     | € 20,30     | maand |
| P I&II    | Minipolo   | 1 uur         | pupillen 1,2 en 3 | € 12,15     | maand |
| DJ        | Polo jeugd | n.v.t.        | t/m 21 jaar       | € 16,90     | maand |
| J         | Polo       | n.v.t.        | 22 jr en ouder    | € 20,30     | maand |
| K         | Kader      | n.v.t.        | n.v.t.            | € 8,40      | Jaar  |
| NS        | Donateur   | n.v.t.        | n.v.t.            | € 13,00     | Jaar  |

- Bij meerdere leden uit één gezin die zwemmen geldt een kortingsregeling.
- Leden die zowel zwemmen als poloën, betalen automatisch de hoogst geldende contributie (€ 16,90 of € 20,30 per maand).
- Bovenstaande bedragen zijn exclusief de aan de K.N.Z.B. verschuldigde startvergunning voor de zwemmers van 12 jaar en ouder. Dit bedrag zal in de maand april worden geïncasseerd. Dit bedrag is vastgesteld op **€ 29.25**.
- Opzeggen kan alleen per **01 januari** en per **01 juli**.  
Dit moet **schriftelijk**, en **minimaal 1 maand** voor bovenstaande data gebeuren bij de ledenadministratie, p.a. Dhr. D. Baars, Vledderholt 5, 8381 CA, Vledder.  
[ledenadmin@steenwijk34.nl](mailto:ledenadmin@steenwijk34.nl)
- Betaling contributie uitsluitend per maand, per automatische incasso.
- Bankrek.nr. t.b.v. contributie: SNS Bank Steenwijk, nr. **91.57.12.873**

Tevens zal per wedstrijd van de deelnemende zwemmers een wedstrijdbijdrage en (bij uitwedstrijden) een reiskostenbijdrage worden gevraagd. Deze bedragen zijn:

- **Wedstrijdbijdrage: € 2,00**
- **Reiskosten bijdrage: € 1,50**

Deze wedstrijdbijdrage wordt gebruikt voor het betalen van de inschrijfgelden voor zwemwedstrijden. Van de reiskostenbijdrage wordt een reiskostenvergoeding betaald aan de ouders die zich beschikbaar stellen om te rijden naar uitwedstrijden.

Met vriendelijke groet,  
Robert Homsma  
Penningmeester Z&PC Steenwijk 1934  
0521- 342679

# BABEL van de Voorzitter

## EN WAT DOE JIJ VOOR DE CLUB?

Zoals elke vereniging zijn vrijwilligers onontbeerlijk voor de club.

Het draait meestal om dezelfde mensen die zich inzetten. (Ook achter de schermen).

Als mensen trots zijn op hun club, zijn ze bereid er iets voor te doen en er extra tijd in te steken.

Ouders nemen dan vaak taken op zich zoals:



Rijden van/naar wedstrijden  
Tijd waarnemen, toezicht houden  
Bestuursfuncties

Zo gaat het al jaren, soms al drie generaties.

Begrijpelijk dat je ná je werk of school alleen denkt aan je eigen ontspanning (of de ontspanning van je kinderen), maar er wordt ook verwacht dat ook jullie een steentje bijdragen.

We willen eigenlijk nieuwe voorwaarden voor clubleden, dat ouders en/of oudere leden een vrijwillige functie gaan vervullen bij de club.

Zo hebben wij bij de zwemcommissie al bijna één jaar verschillende functies vacant. Daar zijn hard mensen nodig, want de overgebleven 3 personen kunnen niet alleen de hele zwemgroep draaiend houden.

## DENK DAAR EENS OVER NA EN MELD JE AAN !!!!

C. Snel, voorzitter



# UITNODIGING

*Het bestuur nodigt u uit voor de*

## **ConceptAgenda 78<sup>e</sup> ALGEMENE LEDENVERGADERING ZWEM & POLOCLUB STEENWIJK '34**

Dinsdag 20 maart 2012 in de Oerthe te Steenwijk, aanvang 20.00 uur.

1. Opening
2. Mededelingen en ingekomen stukken
3. Indienen c.q. wijzigen agendapunten
4. Vaststellen notulen ALV 2011
5. Jaarverslag secretaris 2011
6. Jaarverslag commissies 2011
- 7a. Financieel verslag 2011
- 7b. Begroting 2012
- 8a. Verslag kascontrolecommissie
- 8b. Benoeming nieuwe kascontrolecommissie
9. Vaststellen contributie
10. Pauze
11. Huldigen van leden
12. Nieuwe agendapunten (als deze zijn ingebracht bij agendapunt 3)
13. Bestuursverkiezing (\*)
14. Rondvraag (vragen inleveren voor de pauze bij de secretaris)
15. Sluiting

### **(\*) Bestuursverkiezing**

#### **Dagelijks bestuur:**

|                |                 |                                      |
|----------------|-----------------|--------------------------------------|
| Voorzitter     | : Cees Snel     | herkiesbaar                          |
| Secretaris     | : Noortje Baars | (2012) aftredend en niet herkiesbaar |
| Penningmeester | : Robert Homsma | (2011) aftredend en niet herkiesbaar |

#### **Leden:**

Zwemcommissie : roulerende vertegenwoordiging  
Waterpolocommissie : vacant  
Activiteitencommissie: roulerende vertegenwoordiging

**Voordracht voor de functie van penningmeester bestuur:** Elza van Os

**Voordracht voor de functie van secretaris bestuur:** Chrisstien Dollekamp

Eventuele kandidaten kunnen tot 10 minuten voor aanvang van de vergadering worden voorgedragen aan het bestuur.

De jaarverslagen kunt u vanaf 14 dagen voor aanvang van de ALV 2012 opvragen bij de voorzitter van de vereniging en vinden op de site van de vereniging: [www.steenwijk34.nl](http://www.steenwijk34.nl)

# Agenda

## 77<sup>e</sup> ALGEMENE LEDENVERGADERING

### ZWEM & POLOCLUB STEENWIJK '34

Woensdag 30 maart 2011 in de CSG Eekeringe te Steenwijk, aanvang 20.00 uur.

1. Opening
2. Mededelingen en ingekomen stukken
3. Indienen c.q. wijzigen agendapunten
4. Vaststellen notulen ALV 2010
5. Jaarverslag secretaris 2010
6. Jaarverslag commissies 2010
- 7a. Financieel verslag 2010
- 7b. Begroting 2011
- 8a. Verslag kascontrolecommissie
- 8b. Benoeming nieuwe kascontrolecommissie
9. Vaststellen contributie
10. Pauze
11. Huldigen van leden
12. Nieuwe agendapunten (als deze zijn ingebracht bij agendapunt 3)
13. Bestuursverkiezing ('
14. Rondvraag (vragen inleveren voor de pauze bij de secretaris)
15. Sluiting

#### **(' Bestuursverkiezing**

##### **Dagelijks bestuur:**

|                |                 |                                      |
|----------------|-----------------|--------------------------------------|
| Voorzitter     | : Cees Snel     | herkiesbaar                          |
| Secretaris     | : Noortje Baars | (2012)                               |
| Penningmeester | : Robert Homsma | (2011) aftredend en niet herkiesbaar |

##### **Leden:**

Zwemcommissie : roulerende vertegenwoordiging  
Waterpolocommissie : vacant  
Activiteitencommissie: roulerende vertegenwoordiging

**Voordracht voor de functie van voorzitter polocommissie: vacant**

Eventuele kandidaten kunnen tot 10 minuten voor aanvang van de vergadering worden voorgedragen aan het bestuur.

**Conceptnotulen van de 77<sup>e</sup> Algemene leden vergadering, gehouden op woensdag 30 maart 2011 in CSG De Eekeringe te Steenwijk.**

**Aanwezig:** er waren 24 leden aanwezig inclusief het bestuur.

**Met kennisgeving afwezig:** Annet Homsma, Conny van Marle, Annie van der Werf-Smid, Ina Hartzman, fam. Uit den Bosch, Elizabeth van den Broeke, dhr. en mevr. van der Wulp.

### **1. Opening**

Cees verwelkomt iedereen en opent de 77<sup>ste</sup> algemene ledenvergadering om 20.10 uur.

- Het afgelopen jaar is vrij succesvol geweest. Dit jaar zijn de nieuwe clubshirts in gebruik genomen. Deze zijn gesponsord door bouwbedrijf Heran.
- We hebben er veel jonge leden erbij gekregen, maar er zit een groot verloop in. Het leden aantal is vrij stabiel gebleven.
- Startgemeenschap Steenhekke 2008 is gepromoveerd naar de C klasse.
- Met de lange baan hebben 8 mensen meegedaan. Er waren 12 prestatiezwemmers.
- Bij de sprintwedstrijd waren 22 zwemmers aanwezig.
- Er zijn dit jaar 31 pr's gezwommen. Er zijn 7 clubrecord verbroken, waaronder oude records uit de jaren '80
- Astrid Dijkstra is opgehouden met de ledenadministratie. Robert Homsma heeft het tijdelijk overgenomen. Douwe Baars doet nu de ledenadministratie.
- Van Zignea heeft de club er een trainer erbij, Fred van Meeberg. Ook zijn er 2 starters en kamprechter vanuit Zignea meegekomen.
- De waterpolo is gestart met 2 herenteams en 1 jeugdteam. We hebben er ook binnenkort weer een scheidsrechter bij, Marcel Smit. We kunnen dan 4 teams inzetten.
- De activiteitencommissie heeft veel activiteiten geregeld. Een aantal van deze activiteiten zijn niet doorgegaan i.v.m. te weinig opgave.
- Sponsorcommissie: Casper is bezig om de commerciële pagina's van het clubblad in kleur te krijgen.
- De clubkrant is 5 keer uitgekomen. Roswitha Baars heeft de taken van Chrisstien Dollekamp overgenomen.
- Ina Harzman is lid van verdienste bij de Kring Overijssel geworden.

### **2. Mededelingen en ingekomen stukken:**

- Het bestuur heeft een e-mail van Henk van der Wulp ontvangen. Cees leest deze voor. Bij de rondvraag worden zijn vragen beantwoord.
- KD: verslagen van Steenwijker zwemmers.
- Een aantal leden heeft zich afgemeld; Annet Homsma, Conny van Marle, Annie van der Werf-Smid, Ina Hartzman, familie uit den Bosch, Elizabeth van den Broeke, dhr. en mevr. van der Wulp.
- Marty geeft aan dat hij gestopt is met taken die hij verrichtte voor het open water zwemmen.
- Sierd geeft aan dat er een samenwerkingsverband met SSVG is. Samen met Huyb geeft Sierd op maandagavond training.

### **3. Indienen c.q. wijzigen agendapunten**

- Marty geeft aan een aantal punten te willen bespreken o.a. n.a.v. de brief van Henk: het beleidsplan, startgemeenschap Steenhekke 2008 en de reactie van de vergadering over de uitspraak van Henk van der Wulp over het aanrommelen van het bestuur.

### **4. Vaststellen notulen ALV 2010**

- Bij punt 11 staat dat Chrisstien afscheid heeft genomen als voorzitter, dit moet redacteur zijn.

- Bij punt 13 staat bestuur, dit moet zijn vergadering.
- De stand van zaken aan de orde gesteld bij punt 14, worden beantwoord:
  - Vraag van KD. We kunnen ons niet uitsluiten bij kring Overijssel, omdat we in een ander district zitten. De bond wil het land gaan inrichten in regio's. Een deel van Overijssel, waaronder Steenwijk, gaat naar regio 1. Op de jaarvergadering van 16 april wordt hier verder over gesproken.
  - Vraag van Chrisstien betreffende het een eigen ruimte voor de zwemclub: De gemeente zal geen ruimte voor verenigingen apart gaan creëren. Er komt waarschijnlijk een multifunctionele ruimte voor alle verenigingen die afgehuurd kan worden. Ondanks dat Robert stopt, zal hij dit proces blijven volgen totdat er een opvolger is.
  - Vraag van Rick over de aanschaf van tassen: Robert is bezig met de aanvraag van de tassen. Het geld wat is opgebracht met de Formido actie, het sponsor zwemmen, een bijdrage van de club en een eigen bijdrage zal het mogelijk maken om tassen aan te kunnen schaffen. De eigen bijdrage zal afhangen van de prijs/kwaliteit niveau en het vinden van nog een extra sponsorbijdrage. Voor de zomervakantie zal het bestuur beslissen. Hopelijk kunnen de tassen dan na de zomervakantie in gebruik genomen worden.
- Verder zijn er zijn geen op- of aanmerkingen en wordt vastgesteld.

## 5. Jaarverslag secretaris 2010

- Eerste tabel letter H: er staat 31 december 2009, maar dit moet 2010 zijn.
- Bij de tweede tabel staat een groei/terugval van het aantal leden op 6, dit moet -6 zijn.
- Bij de jaaractiviteiten (juni) staat lange baan, dit heet tegenwoordig open water zwemmen.
- Robert Braad geeft aan dat we kunnen inventariseren waarom (jonge) kinderen opzeggen. Op die manier kunnen we zien waar we op in zouden moeten steken. Dit wordt een agendapunt voor het bestuur. Cees geeft aan dat de club in zomer van 2011 een stand heeft in de binnenstad tijdens een van de midweekfeesten om leden te werven.
- Verder zijn er zijn geen op- of aanmerkingen en wordt vastgesteld.

## 6. Jaarverslag commissies 2010

### *Zwemcommissie:*

- Er zijn geen op- of aanmerkingen en wordt vastgesteld.

### *Waterpolo:*

- Cees mist het stuk over het meer bekendheid geven van het waterpoloën bij de zwemselectie.
- Chrisstien vraagt naar de cursus waterpoloscheidsrechter. Cees geeft aan we scheidsrechters nodig hebben om teams te kunnen laten deelnemen. Het bestuur moet ruim (verschillende leeftijdscategorieën) en actief blijven zoeken naar scheidsrechters.
- Er zijn geen op- of aanmerkingen en wordt vastgesteld.

### *Activiteitencommissie:*

- Er zijn geen op- of aanmerkingen en wordt vastgesteld.

### *Sponsorcommissie:*

- Casper licht zijn ideeën over werven van sponsors toe. Deze ideeën liggen reeds bij het bestuur.
- Linda geeft aan dat zij een stuk in het jaarverslag over sponsors op de website mist.
- Het laatste punt bij "daarbij moet gedacht worden aan" staat het opstellen van *niet* presentatieboek, dit moet *nieuw* zijn.

- Marty vraagt hoe het zit met de bebording langs de randen van het zwembad. Voor de vijf borden wordt €250 euro per jaar gevraagd. Met één sponsor is een bundelafpraak gemaakt.
- Er zijn geen op- of aanmerkingen en wordt vastgesteld.

#### *Clubkrantcommissie:*

- Cees heeft in "de babbel van de voorzitter" aangegeven dat hij het jammer vindt dat er bijna niets in staat over wedstrijden.
- Casper geeft aan dat de afspraak met sponsors is om minimaal 6 tot 8 keer per jaar de clubkrant uit te brengen. Sponsors willen graag een paar keer per jaar een actie uitbrengen in de clubkrant. Dit zou kunnen betekenen dat er vaste tijden voor de uitgave van de krant zouden moeten komen. Dit wordt in de volgende bestuursvergadering besproken.
- Rick geeft aan dat er ook een nieuwsbrief op de website zou kunnen komen met daarin acties van sponsors en/of de club. Douwe geeft aan dat alle ideeën welkom zijn, deze kunnen naar hem worden gemaild. Robert geeft aan dat het met regelmaat maken van een nieuwsbrief er veel werk is. Er moet wel iemand zijn die dit op zich neemt.
- Het valt Fred op dat er veel clubkranten blijven liggen. Zijn voorstel is om een aantal clubkranten zonder naam neer te leggen op de tafels of de clubkrant op website te plaatsen. Dit kan veel schelen in de kosten. Dit wordt in het bestuur besproken.
- Verder zijn er geen op- of aanmerkingen en wordt vastgesteld.

### **7. Financieel verslag 2010 en de begroting 2011**

- a) De penningmeester geeft toelichting. Er zijn verder geen op- of aanmerkingen.
- b) Linda ziet graag het kopje van clubkrant veranderd, omdat hier ook de brieven aan zwemmers/ouders onder vallen. Robert verandert de benaming in "Repro zaken" Er zijn verder geen op- of aanmerkingen en de begroting wordt vastgesteld.

### **8. Verslag kascontrolecommissie en de benoeming nieuwe kascontrole commissie voor 2011**

- a) Op 3 maart 2011 is de controle uitgevoerd. Deze is in goede staat en correct bevonden. Een schriftelijke verklaring wordt overlegd en daarin wordt geadviseerd het bestuur te dechargeren, hetgeen is geschied.
- b) De commissie bestaat volgend jaar (2012) uit Robert Braad (tweede jaar), KD Prins (eerste jaar). Linda Wibbelink is reserve.

### **9. Vaststellen contributie**

Er is een voorstel om de contributie niet te verhogen. De vergadering stemt na de toelichting van de penningmeester in met het voorstel.

### **10. Pauze**

### **11. Huldigen van leden**

Voor dit jaar stond de volgende mensen in bijzondere belangstelling.

#### **Huidige leden**

- Annet Homsma is vrijwilligster van het jaar. Annet krijgt een bos bloemen, een irischeque en een handdoek van Steenwijk '34. Helaas kon zij niet aanwezig zijn om dit in ontvangst te nemen.

#### **Afscheid van bestuursleden/commissieleden**

- Koen Walpoott neemt afscheid als hoofdtrainer. Koen krijgt een bloemetje en een fles whisky.

## **12. Nieuwe agendapunten (ingebracht bij punt 3)**

- Marty/Casper over het beleidsplan: het beleidsplan van de club is in 2001 gemaakt n.a.v. het naar beneden komen van het plafond. Het plan had het volgende doel, nl. het overleven van de vereniging. Op dit moment is de club financieel en qua ledenaantal veel gezonder. Er wordt voorgesteld om een nieuw beleidsplan te maken. Het kost veel tijd om het huidige plan aan te passen. Er wordt gedacht aan een jaar. Het bestuur zou hierin ondersteund moeten worden door andere commissies. In het beleidsplan zou een tijdsplan en deelplannen moeten komen. Casper biedt zich aan om mee te helpen. Marty kan eventueel zorgen voor studenten van Windesheim en heeft ook zichzelf aangeboden. Hier hoeft niet extra voor begroot te worden. De vergadering stemt voor.
- Marty maakt zich zorgen over de sfeer en de motivatie van startgemeenschap Steenhekke. Marty hoort veel negatieve reacties. Hij heeft het idee dat zij niet op een goede lijn zitten. Cees vertelt dat Steenhekke een eigen bestuur heeft en uitvoeringsverantwoordelijke zijn. De eindverantwoordelijken zijn Tolhekke en Steenwijk '34. Uit enquête van vorig jaar, die onder de kinderen is verspreid, is gebleken dat zij graag door willen gaan. Zij hebben we een aantal verbeterpunten aangegeven. Linda geeft aan dat er aan het einde van het vorige seizoen is geëvalueerd. Er is toen besloten om door te gaan. Het laatste half jaar is er de klad in gekomen. Aan het einde van dit seizoen wordt er weer geëvalueerd. Uiteindelijk moeten de zwemmers zelf aangeven of zij wel of niet door willen gaan met de startgemeenschap, zij moeten het tenslotte doen. Koen geeft aan dat het belangrijkste doel is dat de kinderen plezier hebben. De vergadering beaamt dit. De laatste tijd is er geen/weinig sturing meer naar deze leden toe. Vanuit onze club en vanuit Tolhekke moet er iemand gevonden worden die deze taak op zich neemt. Dit wordt teruggekoppeld naar Steenhekke en haar leden. Er wordt weer een enquête afgenomen; willen de kinderen door of niet.
- Koen geeft aan dat er erg gemakkelijk over de brief van Henk wordt gestapt en m.n. over de uitspraak "het aanrommelen" van het bestuur. Hoe wordt er door de vergadering over gedacht? De vergadering geeft aan dat zij verontrust zijn over de manier van schrijven van Henk van der Wulp, er zit duidelijk een waardeoordeel in. Zijn vragen zijn worden beantwoord, maar het wordt niet geaccepteerd hoe dit onder woorden is gebracht. Dit signaal wordt ook afgegeven naar Henk.
- Robert vertelt dat de zwemclub steeds meer wordt aangesproken op verantwoordelijkheden betreft veiligheid, met name door derden. Het idee is om een commissie binnen de club op te richten die zich richt op veiligheid rondom de activiteiten die de club organiseert, de bijkomende faciliteiten en de omgeving (zwembad, gymzaal) Casper en Sierd willen hier wel sturing aan geven. De vergadering stemt toe.

## **13. Bestuursverkiezing**

- Voor de functie van voorzitter wordt door het bestuur de heer Cees Snel herkozen. Zonder verdere hoofdelijke instemming wordt door de vergadering unaniem ingestemd met de voordracht. Hij is daarmee benoemd voor een periode van een jaar (maart 2012).
- Robert Homsma treedt dit jaar af als penningmeester. Hij geeft aan in geval van nood nog tot uiterlijk 2011 de boekhouding te willen verzorgen maar geen andere bestuurstaken meer kan uitvoeren. Graag met klem rondkijken naar een vervanger.

## **14. Rondvraag**

- Antwoorden n.a.v. de vragen van Henk van der Wulp:
  - Het bestuur van Tolhekke en Steenwijk '34 zijn niet bij elkaar geweest. Tolhekke heeft al eerder aangegeven dat zij geen behoefte hebben aan een fusie met Steenwijk '34. We werken al samen met officials en als startgemeenschap Steenhekke 2008.
  - Beleidsplan zie eerste punt van 12.

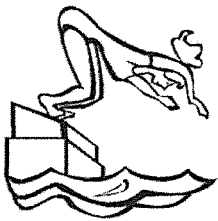
- Jellie: de vitrinekasten (publicatiebord) in de gang van het zwembad zien er rommelig uit. Berith en Edward hebben een sleutel van de kast. Edward haalt het slot eraf, zodat iedereen zijn stukjes netjes kan ophangen.
- Marty: we moeten ervoor zorgen dat we weer in de pers zichtbaar zijn.
- Sierd is bij de voorlichting van het nieuwe sportpark geweest. Hij heeft gevraagd of er ook een openlucht zwembad bijkomt.
- K.D Prins bedankt het bestuur. Er barst een luid applaus los.

### 15. Sluiting

De voorzitter sluit de vergadering om 22.55 uur en bedankt iedereen voor zijn aanwezigheid en inzet. Tevens worden alle vrijwilligers en CSG De Eekeringe bedankt voor het mogelijk maken van deze vergadering.

**NB: Bovenstaande zijn de VOORLOPIGE NOTULEN. Ze worden vastgesteld in de algemene leden vergadering van dinsdag 20 maart 2012.**





## Oproep van de zwemcommissie:

Sinds een tijdje zitten Linda Wibbelink, Conny van Marle en ik (Ciska Wagter) met zijn drieën in de zwemcommissie, wat voorheen uit 5 bestond. Al dezelfde taken zijn natuurlijk gebleven en worden nu door ons vertegenwoordigd wat niet altijd makkelijk is. Wij vinden het leuk om verschillende taken te doen, maar het moet wel handelbaar blijven en niet teveel, dan is het op een gegeven moment niet leuk meer. Omdat wij ons realiseren dat mensen wel iets willen doen maar dan met mate, zijn we wat taakjes aan het verdelen.

We zijn daarom ook heel blij met 2 nieuwe wedstrijd inschrijvers!!

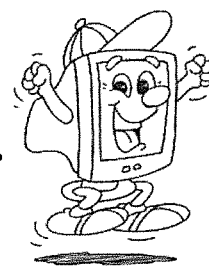
Karen Huisman en Karla Meinen, super bedankt en welkom!

Nu kunnen we daar nog wel 1 wedstrijdinschrijver bij gebruiken voor de Swimkick en Speedowedstrijden

Net als Karen en Karla schrijf je dan zwemmers in voor een wedstrijd, maar neem je verder geen deel aan de zwemcommissie met vergaderingen e.d.

Het werk bestaat uit zwemmers, via een speciaal zwemprogramma op de PC, uitnodigen voor een wedstrijd en de inschrijving doen bij de desbetreffende zwemclub, het regelen van een ploegleider en vervoer.

Het werk kan je gewoon thuis achter je eigen PC doen en zelf indelen qua tijd. *Lijkt het jou leuk om deze taak over te nemen?* Je bent van harte welkom en natuurlijk wordt alles heel duidelijk uitgelegd en wil je meer weten over deze taak dan mag je mij altijd hiernaar vragen.



Verder zijn we nog op zoek naar een voorzitter en een algemeen lid voor onze zwemcommissie.

We vergaderen 1x in de maand over het zwemmen in het algemeen, de wedstrijden, contact met andere clubs, de trainingen aan het bad e.d.

*Lijkt het jou leuk om je meer te verdiepen in de club, meedenken over besluiten* e.d. dan hoor ik dit graag en voor meer informatie kan je altijd contact opnemen.

We zouden het erg prettig vinden om weer met meer leden alles voor te bereiden en te regelen.

Met vriendelijke groeten,

De zwemcommissie

Linda

Conny

Ciska [ciskazwemmen@kpnplanet.nl](mailto:ciskazwemmen@kpnplanet.nl) 06-18236837



Geachte ouder/verzorger,

## KUN JIJ WEL TEGEN EEN PAAR SPETTERS ?

Ik stel mij graag even in het kort aan u voor .

Mijn naam is Conny van Marle

Ik zit samen met Ciska Wagter en Linda Wibbelink in de zwemcommissie van Steenwijk 34.

Mijn taak binnen deze zwemcommissie is om juryleden te benaderen die tijdens wedstrijden aan het bad fungeren.

Graag wil ik u het volgende vragen:

Uw zoon of dochter zwemt met regelmaat wedstrijden.

**Om de kinderen hieraan mee te kunnen laten doen hebben wij juryleden nodig.**

Vooraf bij wedstrijden als:

- Regionale 10 -kamp
- Swimkick,
- Speedo
- Clubkampioenschappen
- Overijsselse kampioenschappen

Vandaar de vraag om u op te geven als nieuwe official/jurylid

Wij moeten als vereniging altijd een aantal officials/juryleden leveren bij wedstrijden anders kunnen onze kinderen niet meedoen.

Medio oktober gaat er weer een nieuwe cursus official van start.

Deze cursus is 4 keer, vaak op dinsdag van 19.00-2100 uur.

Men gaat gezamenlijk naar de cursus, die meestal in de buurt wordt verzorgd.

Alle kosten worden betaald door de vereniging.

**U wordt als official gevraagd om 3 keer per jaar te fungeren.**

We zouden het erg prettig vinden als u zich opgeeft voor de cursus .

Geïnteresseerd, bel of mail naar

Conny van Marle

V.O.F. Steenwijk 34

0521-351268

mail :connyvanmarle@planet.nl



# *Nieuws & Activiteiten*

## Clubrecords 2012

### 50m rugslag jongens 18 jaar:

oude record: 0.29.26 Edwin van der Wulp Maastricht 20-12-1988

nieuw record: 0.29.03 Willem-Jan Huisman Steenwijk 18-02-2012

---

## **Kaderavond**

Op zaterdag 24 maart is er een kaderavond. We gaan met zijn allen bowlen. Opgeven bij de activiteitencommissie 0521852383 en/of 0521512144. Nder informatie komt via de mail.  
Roswitha Baars.

---

## **Zaterdagochtendzwemmen**

### **In het algemeen:**

Mochten jullie later dan de aanvangstijd bij het zwembad komen, vanaf 09.05 uur is de deur op slot zoals bekend gesteld.

Je gaat dan naar huis of drukt je neus tegen de ingangsdeur en belt het zwembadnummer. Mogelijk heb ik het geluid of de lamp van de telefoon gezien, kijk ik wie er bij de ingang staat en doe (misschien) de deur open.  
(Afhankelijk van tijdstip, mijn bui en wie er van jullie er staat.)

Zwemgroeten,  
Sierd B. Tilma

---

Op woensdagavond is de zwemtijd bij het **Kader zwemmen veranderd** in 20.15 tot 21.15 uur.

Dit i.v.m. de sluitingstijd van de zwemzaal om 21.30 en het zwembad daarna.

|                                           |
|-------------------------------------------|
| <b>Kopij inleveren vóór 14 april 2012</b> |
|-------------------------------------------|



## **ZWEM- & POLOCLUB STEENWIJK'34**

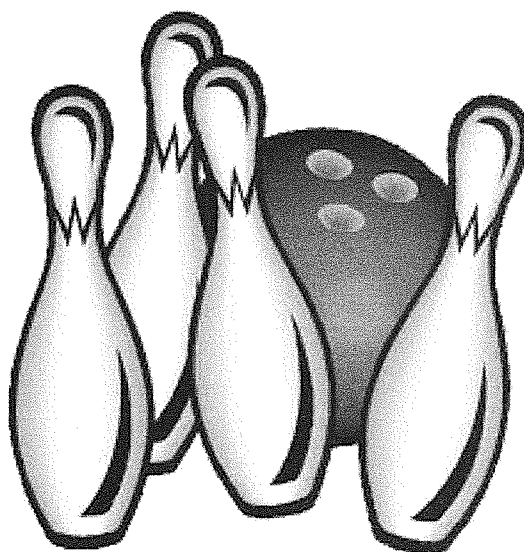
Dé vereniging voor Steenwijk en omgeving  
waar de zwem- en waterpolosport  
wordt beoefend

### **Voor het kader**

**Op zaterdag 24 maart** organiseren  
wij een

### **Bowlingavond** in het

Bowlingcentrum Steenwijk,  
J.H.W. Pasmanweg 12 8334 RR Tuk  
0521-523483.



Aanvang: 21.00 uur  
Einde 23.00 uur

Je mag één introducé meenemen. Deze moet wel zelf bijdragen aan de kosten, d.w.z.   10,= p.p.

Kaderlid krijgt het bowlen en een paar drankjes van de club. De rest is voor eigen rekening.

Je kunt je opgeven bij Roswitha Baars ([roswithabaars@home.nl](mailto:roswithabaars@home.nl)) tel. 0521-852383 en/of Lammie Mooi ([activiteitencie@steenwijk34.nl](mailto:activiteitencie@steenwijk34.nl)), tel. 0521-512144.

**Zorg dat je er op tijd bij bent. V  r 13 maart 2012 of zsm.**



ZWEM EN POLO CLUB  
STEENWIJK '34

## voor alle leden!!!!

Om geld te verdienen voor materialen en het bekostigen van allerlei activiteiten voor onze zwemmers en waterpoloërs is er op

**Donderdag 12 april 2012 weer van 18.00 – 19.15 uur**

## sponsor zwemmen.



Je zwemt in de trainingstijd een aantal baantjes van 25m. Elke meter, gedurende 15 minuten zwemtijd, levert **geld** op.

**Minimum** te sponsoren bedrag per sponsor is **€ 2,50**. Voor elke € 10,= aan gesponsord bedrag krijg je zelf € 1,=zakgeld.

**Zorg dat je zoveel mogelijk sponsors krijgt!!**

Je krijgt een formulier waarop de naam van je sponsors en het aantal gezwommen meters kunt invullen. Je kunt het ingevulde formulier afgeven bij een van de leden van de Activiteiten Commissie of bij je trainer.

Heel veel succes toegewenst met het verkrijgen van sponsors. Wij duimen voor je!

Activiteiten Commissie d.w.z. Roswitha Baars, Jellie Driezen, Lammie Mooi, Riekie Schra en/of Nicky Stempher zullen bij toerbeurt in het zwembad zijn om de formulieren op te halen en verder te verwerken.

Alvast bedankt namens onze club.

De Activiteiten Commissie van Steenwijk34.

E-mail: [activiteitencie@steenwijk34.nl](mailto:activiteitencie@steenwijk34.nl).

Tel: 0521-512144 of 0521-852383.

# Lente-trifle

Een snel, heerlijk en feestelijk toetje!

## Ingrediënten voor 5 personen

- 6 chocolate chip cookies,
- 1 pak witte meringue schuimkransjes,
- 1/4 ltr. vanillevla,
- 1/4 ltr. slagroom,
- 250 gr. aardbeien,
- 2 eetl. suiker,
- 2 eetl. geschaafde amandelen,
- 2 eetl. gemalen kokos.



## Voorbereiding:

Breek de koekjes in stukjes en maak het meringue schuim kleiner. Klop de slagroom met de suiker bijna stijf en spatel dit door de vla. Was de aardbeien en snijd ze in plakjes. Rooster de amandel en kokos in een droge koekenpan (pas op, dit gaat vrij snel!).

## Bereidingwijze:

Strooi de helft van de koekjes over de bodem van een schaal. Leg hierop de helft van de aardbeien en hier weer op de helft van het schuim. Giet voorzichtig de helft van het vlamengsel hierover heen. Herhaal dit allemaal nog een keer en zet de schaal tot gebruik koud weg. Strooi er vlak voor het opdienen het amandel/kokosmengsel over.

**Eet smakelijk!**

# Cultuur beleven met kinderen

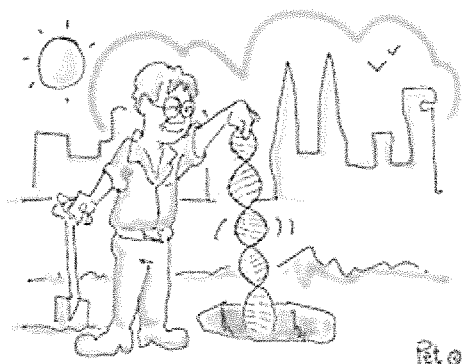
*Vanaf dit nummer geven wij wat tips voor ouders en kinderen om samen leuke en leerzame dingen te doen. Lekker actief bezig zijn, dat wil je toch wel: zeker in de lente!*

## Schatten graven in het Archeologisch Museum Haarlem

Voor kinderen van 6-12 jaar

Haarlem is een oude stad, al eeuwen lang wonen er mensen op de zandgronden. En dat is goed te zien in het Archeologisch Museum van Haarlem, waar de bodemschatten te zien zijn die bij opgravingen door archeologen gevonden zijn.

Er is een grote variatie aan voorwerpen te zien: sommige voorwerpen zijn rond de 4000 jaar oud, waaronder bijlen uit de Steentijd, maar ook middeleeuwse schaakstukken tot de helm van een Spaanse soldaat uit de tijd van de Tachtigjarige oorlog, en veel gewone gebruiksvoorwerpen uit de bodem gekomen zoals schoenen uit de 14e eeuw, een vergiet en reukwaterflesjes. Kinderen kunnen er ook zelf opgravingen doen. Niet echt natuurlijk, maar er staat een computer waarmee je opgravingen kunt nadoen en die laat zien wat voor schatten er in de bodem zitten.



In het museum is een gedeelte van een opgraving op ware grootte nagebouwd. Te zien is het gereedschap waarmee de archeologen werken en wat er in Haarlem allemaal gevonden wordt. Dat kunnen oude muren of putten zijn of het skelet van een oude monnik.

Locatie:

Archeologisch Museum Haarlem (AMH) Haarlem Grote Markt 16K  
2011RD Haarlem

E: [t.vanderzon@haarlem.nl](mailto:t.vanderzon@haarlem.nl)

T: 023 5313135

## De Geheime Zolder op Kasteel Helmond

voor kinderen van 6-12 jaar

Er is iets vreemds gaande boven in het kasteel. Ben jij een echte waaghals en durf je een kijkje te nemen op die donkere, krakende, oude en vooral geheime zolder?

Je kunt de geheime zolder elke zondag om 13.30 en om 15.30 bezoeken, op woensdag en zaterdag kun je om 14.30 de zolder op.

Tip: je verjaardagsfeestje kan je ook vieren op de zolder!

Locatie:  
Kasteel Helmond Helmond

Kasteelplein 1  
5701PP Helmond  
E: [info@gemeentemuseumhelmond.nl](mailto:info@gemeentemuseumhelmond.nl)  
T: 0492-587716  
W: [www.kasteelbelevissen.nl](http://www.kasteelbelevissen.nl)



### **Fanwork: Musical Factory**

voor kinderen van 6-12 jaar

Houd jij ook zo van zingen, dansen en spelen? Dan zit je bij de Musical Factory goed van FanWork goed! Bij FanWork kan iedereen tussen de 6 en 21 jaar van alles beleven op het gebied van musical. De lessen en workshops worden altijd gegeven door jonge, enthousiaste en ervaren docenten.

Wat houdt de Musical Factory in?

Iedere week met vriendjes en vriendinnetjes 1.5 uur lang doen wat je leuk vindt!

Iedere week, een schooljaar lang, 1.5 uur musicalles

Met je eigen leeftijdsgenootjes in een groep

Een grote eindshow met alle groepen

Een uniek systeem waarbij we je prestaties in de gaten houden

Het jaar is opgedeeld in 3 trimesters waarbij elk trimester aan een ander thema gewerkt wordt.

Nieuwsgierig geworden? Neem dan snel contact op!

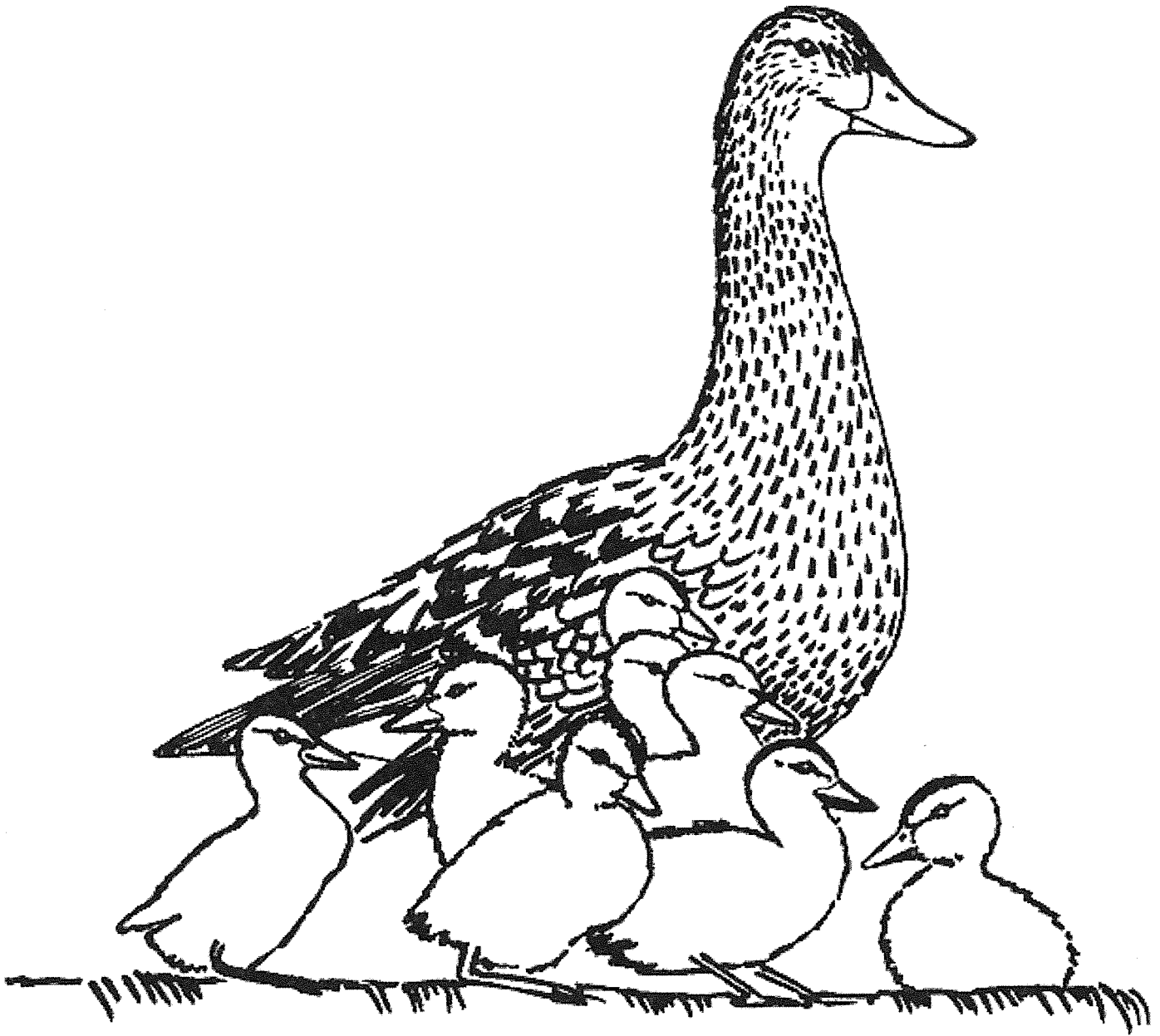
FanWork Musical Factory heeft vestigingen in Amersfoort, Amstelveen, Ede, Haarlem, Hilversum, IJsselstein, Leidsche Rijn, Oosterhout, Tiel en Wassenaar.

Locatie:  
FanWork Utrecht

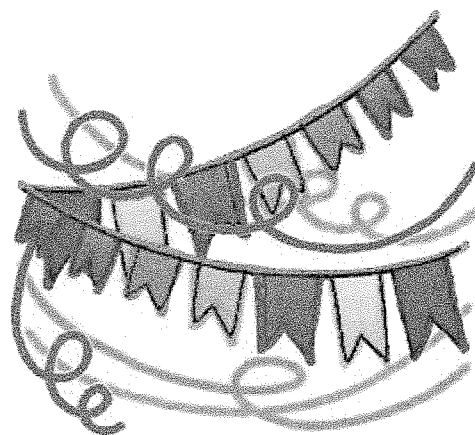
Rijksstraatweg 26  
3545NA Utrecht

E: [info@fanwork.nl](mailto:info@fanwork.nl)  
T: 030-6866911  
W: [www.fanwork.nl](http://www.fanwork.nl)

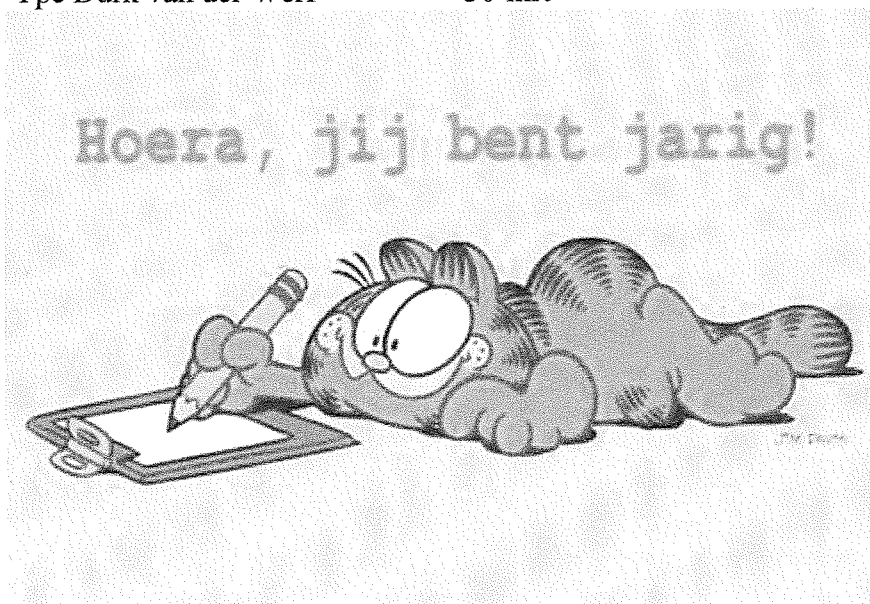
## Kleurplaat voor de kleintjes



# Verjaardagen



|                          |        |
|--------------------------|--------|
| Rob Duiven               | 2-mrt  |
| Jur Bos                  | 4-mrt  |
| Henk Jan Gaal            | 6-mrt  |
| Kyra Halman              | 7-mrt  |
| Liane Corporaal          | 8-mrt  |
| Finn van Sleen           | 8-mrt  |
| Debbie uit den Bosch     | 8-mrt  |
| Charlotte Roerink        | 9-mrt  |
| Roel Amory               | 10-mrt |
| Bob Buikema              | 10-mrt |
| Janine Gaal              | 13-mrt |
| Marcel Smit              | 15-mrt |
| Rikie Schra-van Galen    | 16-mrt |
| Jeannine Kwant           | 17-mrt |
| Luca Kiburg              | 17-mrt |
| Conny van Marle-Nugteren | 18-mrt |
| Marjan Kreuze            | 20-mrt |
| Ruben Bos                | 20-mrt |
| Yasmin Brinkman          | 22-mrt |
| Sierd Tilma              | 25-mrt |
| Antje Schipper           | 25-mrt |
| René uit den Bosch       | 25-mrt |
| Naomi Kooij              | 30-mrt |
| Ype Durk van der Werf    | 30-mrt |



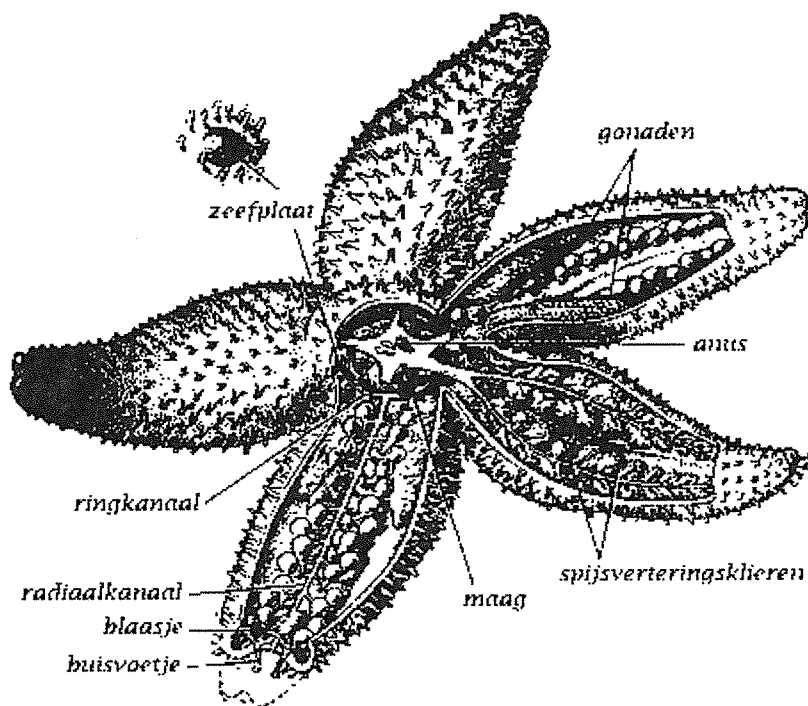
## **NOG EVEN EEN PAAR weetjes over dieren**

### **Wist je dat de kwalensoort *Turritopsis nutricula* in theorie onsterfelijk is?**

Deze kwalensoort kent een bepaald proces waarbij hij als hij de geslachtsvolwassen leeftijd heeft bereikt, hij weer terug keert naar de geslachtsonvolwassen vorm, waarna het diertje weer langzaam geslachtsvolwassen wordt. Dit proces kan zich in theorie oneindig herhalen, waardoor onsterfelijkheid ontstaat.

Deze kwallen sterven vaak door een natuurlijke vijand of aan een opgelopen letsel. Deze kwal is overigens maar ongeveer 5 millimeter groot.

### **De arm van een zeester kan weer aangroeien als hij wordt afgehakt...**



Wist je dat als een Zeester een arm verliest, er weer een nieuwe arm kan aangroeien?

Een Zeester heeft een zeer sterk ontwikkeld herstellend vermogen (regeneratie). Dit vermogen zorgt ervoor dat als een Zeester een arm verliest (afgehakt door een roofdier bijvoorbeeld), er op dezelfde plaats weer een nieuwe arm aangroeit. Dit vermogen is zelfs zo sterk, dat als er aan de afgehakte arm van de Zeester nog weefsel zit van het centrale lichaam, er aan afgehakte arm een compleet nieuwe Zeester groeit. Zo kunnen er dus 2 Zeesteren

ontstaan.

### **Mier kan niet doodvallen...**

Wist je dat een mier niet dood kan vallen?

Een mier heeft in verhouding tot zijn gewicht een zeer grote omvang. Deze relatief grote omvang zorgt ervoor dat de luchtweerstand veel invloed heeft op zijn maximale valsnelheid, die erg laag is (Ongeveer 5 km/uur). Ter vergelijking, een mens valt met een maximum snelheid van net geen 200 km/uur.

De lage valsnelheid en zijn sterke bouw zorgen ervoor dat een mier niet dood kan vallen, zelfs niet als hij van een hoog flatgebouw valt.

## Regiosprint Z&PC Steenwijk'34

Z&PC Steenwijk'34 organiseert jaarlijks een regionale sprintwedstrijd over 50 meter, niet te verwarren met de grote Internationale Sprintwedstrijd in september. Deelnemende verenigingen waren 't Tolhekke Steenwijkerwold - ZV Zwartsluis en Zignea Emmeloord. Er werd gezwommen over de vier reguliere afstanden waarbij de vlinderslag bij de jongste deelnemers werd weggelaten. Bij de dames senioren-2, 17 jaar en ouder werd Manon Kuiper 2<sup>e</sup>, ruim achter Karin Rijkelijkhuizen van Zignea. Bij de heren jeugd-2, 17 jaar en ouder moest Willem Jan Huisman zijn meerder herkennen Michiel Jorink van ZV Zwartsluis. Robert Braad legde hier knap beslag op de 3<sup>e</sup> plaats. Dennis Kolk werd 1<sup>e</sup> in de categorie 15 en 16 jarigen. Bij de meisjes 15 en 16 jarigen werd Iris van Marle verrassend 1<sup>e</sup> op 5 seconden gevolgd door clubgenote Judith Ringnalda. Anouk Poelstra was na de schoolslag bang buiten de prijzen te vallen, toch wist ze beslag te leggen op de 2<sup>e</sup> plaats bij de meisjes 13 en 14 jaar. Bij de jongens 11 en 12 jaar werd Remco Koelewijn nipt 3<sup>e</sup>. Alies Wagter werd zoals verwacht 1<sup>e</sup> bij de meisjes 11 en 12 jaar bijna 4 seconden sneller dan Ageeth de Haan van ZC 't Tolhekke. Verrassend was hier de 3<sup>e</sup> plaats van Sidney ter Wal. Thomas Kiburg wist beslag te leggen op de 3<sup>e</sup> plaats zij het met grote achterstand bij de jongens 8-9 en 10 jaar op Stefan Kagenaar van Zignea Emmeloord.

Hierboven las u een wedstrijdverslag dat Henk van der Wulp naar de krant stuurde. Er gaat best wel tijd in zo'n verslag zitten om er iets aantrekkelijks van te maken voor de lezer.

Henk probeert de zwemclub/zwemmers in de krant zichtbaar te maken.

Hieronder leest u wat de sportredactie van De Oprecht Steenwijker Courant er van over heeft gelaten.

Voor de schrijver van het verslag een flinke teleurstelling en voor de lezer weinig informatie.

### STEENWIJK

## Zwemmers op dreef

Op de regionale sprintwedstrijd van Steenwijk'34 werd bij de dames senioren-2, 17 jaar e.o. werd Manon Kuiper tweede. Bij de heren jeugd-2, was er een tweede plaats voor Willem Jan Huisman. Robert Braad werd hier derde. Dennis Kolk werd 1e in de categorie 15 en 16 jarigen. Bij de meisjes 15 en 16 jarigen won Iris van Marle, op 5 seconden gevolgd door clubgenote Judith Ringnalda. Anouk Poelstra werd tweede bij de meisjes 13 en 14 jaar. In de groep jongens 11 en 12 jaar werd Remco Koelewijn derde. Alies Wagter werd 1e bij de meisjes 11 en 12 jaar en Sidney ter Wal derde. Thomas Kiburg werd derde bij de jongens 8 t/m 10 jaar.

# Interview

Naam: anouk verhaar

Leeftijd: 11

Lengte: 1,56

Gewicht: 43



Zwem je wedstrijden? ***Ja soms***

Wat zijn je snelste tijden . ***rug 1:02.39 vrij 1:00.79 school 1:02.96 vlinder 29.23***

Welke slag zwem je het liefst. ***schoolslag***

Wat vind je leuk aan zwemmen. ***de dingen die we doen***

Wie zijn je beste vrienden op de zwemclub. ***Sabine, Mila***

Welke trainer vind je het leukst. ***Stephanie Schmidt***

Hoe laat ga je naar bed. ***half negen***

Heb je ook een zwemidool. ***nee***

Weet je nog wat je eerste zwemwedstrijd was. ***Clubkampioenschap 2011***

Welke slagen zwom je toen en welke tijden. ***rug 1:02.39 vrij 1:00.79 school 1:02.96 vlinder 29.23***

Vind je het erg om te verliezen. ***nee***

Vind je het zwemmen in kanalen en meren leuk. ***Soms***

Wat is de langste afstand die je hebt gezwommen zonder te stoppen. ***50 m***

Vinden je ouders het leuk dat je zwemt. ***ja***

Ga je uit jezelf naar de training of sturen ze je. ***Ik ga zelf***

Op welke school zit je en in welke groep/klas. ***De wegwijzer groep 7***

Wat vind je het leukst op school. ***pauze***

Wat vind je het vervelendst op school. ***Speling***

Wat kun je heel goed. ***Paardrijden zwemmen***

Wat kun je heel slecht. ***speling***

Zijn er ook andere sporten die je leuk vindt. ***paardrijden***

Welke hobby's heb je. ***mode tekenen***

Welk TV programma vind je het leukst. ***I carly big time rush***

Welk liedje van de radio vind je het leukst./

Houd je van snoepen en wat snoep je dan het liefst. ***ja chocola***

Wat is je lievelingseten. ***Lasagne met boontjes en zalmschotel***

Heb je ook slechte gewoontes. ***Uit de klas weg lopen***

Word je wel eens heel boos, en waarom dan. ***Ja door de klas die pesten***

Weet je ook een leuke mop. ***Ja er zitten drie mensen in een vliegtuig de ene zegt ik durf een steentje naar beneden te gooien en doet het en hoor een meisje huilen en zegt mama ik kreeg een steen op mijn hoofd. Later zegt de ander ik durf een baksteen naar beneden te gooien en doet het een jongen huilt ik kreeg een baksteen op mijn teen. Later zegt de laatste ik durf een bom naar beneden te gooien. En doet het en hoort jongen lachen ik liet een scheet en ton ontplofte het gebouw achter mij hahaha.***

Wie moet de volgende keer deze vragen beantwoorden. ***Luuk van hemmen***

# Interview

Naam: **Anouk Poelstra**

Leeftijd: **13**

Lengte: **1.62**

Gewicht: **42 kg**



Zwem je wedstrijden? **Ja zeker**

Wat zijn je snelste tijden? **Borstcrawl : 33.60**

Welke slag zwem je het liefst? **Borstcrawl (:**

Wat vind je leuk aan zwemmen? **Het is super gezellig !**

Wie zijn je beste vrienden op de zwemclub? **Eliza, Nienke en Alies**

Welke trainer vind je het leukst? **Henk van der Wulp !**

Hoe laat ga je naar bed? **Half 10**

Heb je ook een zwemdool? **Nee**

Weet je nog wat je eerste zwemwedstrijd was? **Clubkampioenschappen 2004**

Welke slagen zwom je toen en welke tijden? **Weet ik niet meer..**

Vind je het erg om te verliezen? **Nee**

Vind je het zwemmen in kanalen en meren leuk? **Ja !**

Wat is de langste afstand die je hebt gezwommen zonder te stoppen? **1500m**

Vinden je ouders het leuk dat je zwemt? **Ja**

Ga je uit jezelf naar de training of sturen ze je? **Uit mezelf**

Op welke school zit je en in welke groep/klas? **RSG lijsterbes M2A**

Wat vind je het leukst op school? **De gezelligheid !**

Wat vind je het vervelendst op school? **Als de pauze weer voorbij is !**

Wat kun je heel goed? **Zwemmen**

Wat kun je heel slecht? **Liegen**

Zijn er ook andere sporten die je leuk vindt? **Nee**

Welke hobby's heb je? **Zwemmen, computeren**

Welk TV programma vind je het leukst? **GTST**

Welk liedje van de radio vind je het leukst? **People help the people van Birdy**

Houd je van snoepen en wat snoep je dan het liefst? **Ja , chocolade en drop**

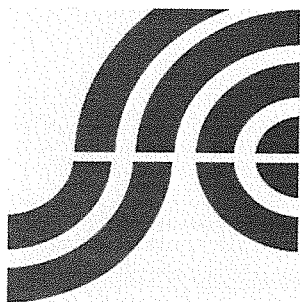
Wat is je lievelingseten? **Lasagne**

Heb je ook slechte gewoontes? **Nee, misschien wel minder goede gewoontes**

Word je wel eens heel boos, en waarom dan? **Ja, als iemand oneerlijk behandeld wordt.**

Weet je ook een leuke mop? **Nee**

Wie moet de volgende keer deze vragen beantwoorden? **Eliza van der Werf**



# Zwem- & Poloclub **STEENWIJK '34**

Wij zoeken een

## Hoofdtrainer

voor onze zwemafdeling.

Steenwijk'34 maakt als basisopleiding voor haar zwemmers gebruik van het vernieuwde Sterrenplan.

Daarnaast is er een groep (beginnende-) wedstrijdzwemmers van ca. 35 personen. Hiervan zwemmen een aantal op kring- en NK niveau.

De wedstrijdgroep traint op maandag (18.35-19.20u), dinsdag (18.20-19.20u), donderdag (18.20-19.20u), vrijdag (18.35-19.20u).

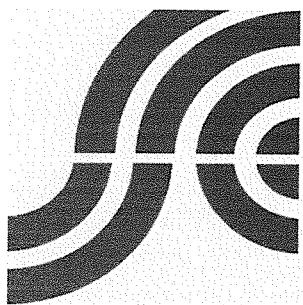
Wij vragen iemand die:

- leiding kan geven aan de afdeling **wedstrijdzwemmen**
- een jaarprogramma maakt en de trainingen schrijft voor de wedstrijdgroep
- de zwemtrainers kan aansturen
- in het bezit is van KNZB diploma zwemtrainer niveau 3 of trainer A/B waarbij de voorkeur uitgaat naar niveau B.

Wij bieden:

- een enthousiaste groep wedstrijdzwemmers
- een onkostenvergoeding op basis van diploma en functie
- opleidingsmogelijkheden

Wilt u reageren op deze functie neem dan contact op met  
**[steenwijk1934@zwembond.nl](mailto:steenwijk1934@zwembond.nl)**



# Zwem- & Poloclub **STEENWIJK '34**

Wij zoeken

## **Assistent trainers**

voor onze zwemafdeling.

Steenwijk'34 maakt als basisopleiding voor haar zwemmers gebruik van het Sterrenplan.

Daarnaast is er een groep (beginnende-) wedstrijdzwemmers van ca. 35 personen. Ook is er een groep recreatieve zwemmers en een groep Masters.

Wij zoeken assistent trainers voor:

- de beginnende-wedstrijdgroep die traint op dinsdag- en donderdag avond van 18.20-19.20 uur.
- de recreatieve groep die zwemt op maandag en vrijdag van 18.35-19.20 uur.

Wij vragen mensen die:

- goed om kunnen gaan met kinderen
- leiding willen geven aan de beginnende wedstrijdzwemmers of aan de recreatieve zwemmers
- onder leiding van de hoofdtrainer uitvoering kunnen geven aan de trainingsopdrachten

Wij bieden:

- een enthousiaste groep beginnende wedstrijdzwemmers
- een vrijwilligersvergoeding
- opleiding voor KNZB diploma assistent trainer niveau 2 (start op 10 september in Steenwijk)

Wilt u reageren op deze functie neem dan contact op met [steenwijk1934@zwembond.nl](mailto:steenwijk1934@zwembond.nl)

# 10 Kamp deel 4 Wolvega

11-2-2012

| Uitslag overzicht   |                     |     |            |          | Korte baan (25m) |     |            |          |
|---------------------|---------------------|-----|------------|----------|------------------|-----|------------|----------|
| Achternaam, Voornaa | GbjrStrecke         | Pl. | Tijd Ronde | Versch.  | Strecke          | Pl. | Tijd Ronde | Versch.  |
| Diederik de Boer    | 00 : 50m rugslag    | 5   | 47.35      | 105% PR. | 50m schoolslag   | 4   | 52.07      | 90%      |
| Wilco de Boer       | 03 : 50m rugslag    | 5   | 1:23.22    | 102% PR. | 50m schoolslag   | 5   | 1:23.15    | 90%      |
| Ruben Bos           | 00 : 50m rugslag    | 7   | 48.97      | 91%      | 50m schoolslag   | 8   | 54.70      | 89%      |
| Dagmar Centen       | 03 : 50m rugslag    | 8   | 1:19.46    | 106% PR. | 50m schoolslag   | 1   | 1:19.14    | DIS      |
| Mila van Doorn      | 03 : 50m rugslag    | 5   | 1:04.04    | 101% PR. | 50m schoolslag   | 1   | 1:04.57    | DIS      |
| Inge Halman         | 03 : 50m schoolslag | 1   | 09.67      | DIS      |                  |     |            |          |
| Luuk van Hemmen     | 00 : 50m rugslag    | 9   | 50.38      | 100% PR. | 50m schoolslag   | 7   | 54.42      | 87%      |
| Sabine Jongschaap   | 03 : 50m rugslag    | 7   | 1:13.22    | 137% PR. |                  |     |            |          |
| Stefan Kiburg       | 01 : 50m rugslag    | 6   | 47.86      | 98%      | 50m schoolslag   | 12  | 1:01.00    | 88%      |
| Thomas Kiburg       | 03 : 50m rugslag    |     | 55.01      | DIS      | 50m schoolslag   | 3   | 1:01.70    | 98%      |
| Remco Koelewijn     | 99 : 50m rugslag    | 4   | 40.46      | 107% PR. | 50m schoolslag   | 6   | 48.51      | 106% PR. |
| Marijn Kooij        | 03 : 50m rugslag    | 4   | 1:19.68    | 76%      | 50m schoolslag   | 1   | 21.59      | DIS      |
| Naomi Kooij         | 98 : 50m rugslag    | 12  | 52.51      | 94%      | 50m schoolslag   | 10  | 54.82      | 86%      |
| Eline Koopmans      | 99 : 50m rugslag    | 10  | 46.40      | 110% PR. | 50m schoolslag   | 3   | 46.40      | 109% PR. |
| Anna Koper          | 99 : 50m rugslag    | 6   | 43.99      | 117% PR. | 50m schoolslag   |     | 48.95      | DIS      |
| Anouk Poelstra      | 98 : 50m rugslag    | 3   | 38.43      | 101% PR. | 50m schoolslag   | 5   | 47.73      | 96%      |
| Mirre Poulus        | 00 : 50m rugslag    | 6   | 49.11      | 113% PR. | 50m schoolslag   | 2   | 50.20      | 90%      |
| Nienke van Scheepen | 97 : 50m rugslag    | 3   | 38.98      | 93%      | 50m schoolslag   | 3   | 43.28      | 97%      |
| Thomas van Scheepen | 00 : 50m rugslag    | 2   | 42.26      | 115% PR. | 50m schoolslag   | 3   | 49.07      | 91%      |
| Justin Smit         | 00 : 50m rugslag    | 8   | 49.44      | 118% PR. | 50m schoolslag   | 6   | 54.42      | 97%      |
| Anna Werkman        | 98 : 50m rugslag    | 5   | 43.69      | 109% PR. | 50m schoolslag   | 9   | 54.51      | 93%      |

## Zuiderzee Masters Circuit 2011-2012 deel 4

Heerenveen 18-2-2012

| Uitslag overzicht   |                      |     |            |         | Korte baan (25m) |     |            |         |
|---------------------|----------------------|-----|------------|---------|------------------|-----|------------|---------|
| Achternaam, Voornaa | GbjrStrecke          | Pl. | Tijd Ronde | Versch. | Strecke          | Pl. | Tijd Ronde | Versch. |
| Casper Dollekamp    | 63 : 100m wisselslag | 10  | 1:23.50    | PR.     | 25m schoolslag   | 5   | 18.14      | PR.     |
| Rick Driezen        | 86 : 50m vrije slag  | 3   | 26.65      | 92%     | 100m wisselslag  | 1   | 1:07.57    | 94%     |
|                     | 100m vlindersl       | 1   | 1:01.86    | 94%     |                  |     |            |         |

|                          |                                        |                        |                                  |                                   |                     |                 |
|--------------------------|----------------------------------------|------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|---------------------|-----------------|
| Fred van de Meeberg      | 66 : 50m rugslag<br>25m schoolslag     | 3 35.10<br>8 19.16     | 90%<br>93%                       | 25m vlindersl                     | 5 16.94             | 95%             |
| Klaas Prins              | 28 : 50m rugslag                       | 1:04.11                | DIS                              | 25m schoolslag                    | 1 33.10             | PR.             |
| Riekie Schra             | 64 : 50m vrije slag<br>50m rugslag     | 9 48.92<br>6 1:03.80   | 103% PR.<br>83%                  | 25m schoolslag                    | 1 26.09             | 101% PR.        |
| Huyb Stegeman            | 67 : 50m vrije slag<br>50m vrije slag  | Est. 32.20<br>10 31.48 | 94%<br>98%                       | 100m wisselslag<br>25m schoolslag | 71:21.28<br>2 17.30 | 97%<br>105% PR. |
| 4 x 50m vrije slag Heren | : Huyb Stegeman<br>Fred van de Meeberg | 67<br>66               | Rick Driezen<br>Casper Dollekamp | 86 3<br>63                        | 2:04.84             |                 |

## Regiosprintwedstrijd

Steenwijk 18-2-2012

| Uitslag overzicht    |      |                               |          |                    | Korte baan (25m)     |                                 |                    |                    |
|----------------------|------|-------------------------------|----------|--------------------|----------------------|---------------------------------|--------------------|--------------------|
| Achternaam, Voornaam | Gbjr | Strecke                       | Pl.      | Tijd Ronde         | Versch.              | Strecke                         | Pl.                | Tijd Ronde Versch. |
| Diederik de Boer     | 00 : | 50m vrije slag<br>50m rugslag | 10<br>9  | 42.56<br>47.64     | 101% PR.<br>99%      | 50m schoolslag                  | 8                  | 50.29 96%          |
| Wilco de Boer        | 03 : | 50m vrije slag<br>50m rugslag | 9<br>5   | 1:22.68<br>1:30.39 | 103% PR.<br>85%      | 50m schoolslag                  | 7                  | 1:13.20 117% PR.   |
| Ruben Bos            | 00 : | 50m vrije slag<br>50m rugslag | 8<br>12  | 41.25<br>48.56     | 95%<br>92%           | 50m schoolslag                  | 10                 | 54.36 90%          |
| Robert Braad         | 86 : | 50m vrije slag<br>50m rugslag | 4<br>3   | 26.97<br>30.11     | 91%<br>99%           | 50m schoolslag<br>50m vlindersl | 3 35.09<br>4 29.62 | 101% PR.<br>93%    |
| Yasmin Brinkman      | 03 : | 50m vrije slag<br>50m rugslag | 9<br>10  | 1:04.76<br>1:13.90 | 94%<br>72%           | 50m schoolslag                  | 6                  | 1:03.95 95%        |
| Dagmar Centen        | 03 : | 50m vrije slag<br>50m rugslag | 10<br>9  | 1:11.32<br>1:08.26 | 151% PR.<br>136% PR. | 50m schoolslag                  | 9                  | 1:07.21 132% PR.   |
| Manuela Doeve        | 99 : | 50m vrije slag<br>50m rugslag | 11<br>11 | 45.38<br>53.48     | 124% PR.<br>108% PR. | 50m schoolslag                  | 10                 | 52.14 104% PR.     |
| Mila van Doorn       | 03 : | 50m vrije slag<br>50m rugslag | 5<br>6   | 54.25<br>1:00.23   | 169% PR.<br>113% PR. | 50m schoolslag                  | 1                  | 02.80 DIS          |
| Atze de Groot        | 02 : | 50m vrije slag<br>50m rugslag | 7<br>1   | 1:00.18<br>08.29   | 122% PR.<br>DIS      | 50m schoolslag                  | 5                  | 1:09.04 126% PR.   |
| Inge Halman          | 03 : | 50m vrije slag<br>50m rugslag | 7<br>7   | 56.43<br>1:01.04   | 122% PR.<br>96%      | 50m schoolslag                  | 8                  | 1:07.21 104% PR.   |
| Willem-Jan Huisman   | 94 : | 50m vrije slag<br>50m rugslag | 2<br>2   | 25.51<br>29.02     | 99%<br>106% PR.      | 50m schoolslag<br>50m vlindersl | 2 33.81<br>3 28.86 | 107% PR.<br>88%    |
| Thomas Kiburg        | 03 : | 50m vrije slag<br>50m rugslag | 4<br>3   | 45.33<br>49.33     | 99%<br>115% PR.      | 50m schoolslag                  | 4                  | 1:00.64 102% PR.   |
| Remco Koelewijn      | 99 : | 50m vrije slag<br>50m rugslag | 2<br>3   | 34.67<br>39.82     | 105% PR.<br>103% PR. | 50m schoolslag                  | 6                  | 48.88 98%          |

|                     |                     |          |          |                |          |          |
|---------------------|---------------------|----------|----------|----------------|----------|----------|
| Dennis Kolk         | 95 : 50m vrije slag | 1 28.37  | 103% PR. | 50m schoolslag | 1 39.71  | 101% PR. |
|                     | 50m rugslag         | 2 38.33  | 104% PR. | 50m vlindersl  | 2 35.77  | 102% PR. |
| Marijn Kooij        | 03 : 50m vrije slag | 81:06.61 | 83%      | 50m schoolslag | 61:09.10 | 97%      |
| Naomi Kooij         | 98 : 50m vrije slag | 10 41.11 | 99%      | 50m schoolslag | 8 51.38  | 98%      |
|                     | 50m rugslag         | 11 50.10 | 103% PR. | 50m vlindersl  | 10 54.41 | 102% PR. |
| Eline Koopmans      | 99 : 50m vrije slag | 7 39.44  | 96%      | 50m schoolslag | 4 46.60  | 99%      |
|                     | 50m rugslag         | 9 47.06  | 97%      |                |          |          |
| Anna Koper          | 99 : 50m vrije slag | 8 39.53  | 99%      | 50m schoolslag | 5 47.51  | 106% PR. |
|                     | 50m rugslag         | 6 43.42  | 103% PR. |                |          |          |
| Manon Kuiper        | 94 : 50m vrije slag | 2 30.72  | 98%      | 50m schoolslag | 2 40.48  | 123% PR. |
|                     | 50m rugslag         | 1 32.29  | 106% PR. | 50m vlindersl  | 2 35.74  | 95%      |
| Iris van Marle      | 96 : 50m vrije slag | 2 31.33  | 95%      | 50m schoolslag | 1 40.13  | 99%      |
|                     | 50m rugslag         | 2 36.70  | 102% PR. | 50m vlindersl  | 2 35.62  | 100% PR. |
| Toni van de Meeberg | 99 : 50m vrije slag | 3 35.13  | 99%      | 50m rugslag    | 1 38.17  | 101% PR. |
| Roegina Ofrein      | 96 : 50m vrije slag | 3 33.48  | 87%      | 50m schoolslag | 4 48.82  | 90%      |
|                     | 50m rugslag         | 5 41.79  | 89%      | 50m vlindersl  | 4 41.53  | 102% PR. |
| Anouk Poelstra      | 98 : 50m vrije slag | 1 32.47  | 107% PR. | 50m schoolslag | 5 46.92  | 99%      |
|                     | 50m rugslag         | 3 38.54  | 99%      | 50m vlindersl  | 2 40.90  | 94%      |
| Judith Ringnalda    | 96 : 50m vrije slag | 1 29.61  | 90%      | 50m schoolslag | 3 47.36  | 81%      |
|                     | 50m rugslag         | 1 36.57  | 91%      | 50m vlindersl  | 1 34.47  | 87%      |
| Thomas van Scheepen | 00 : 50m vrije slag | 6 38.23  | 99%      | 50m schoolslag | 4 47.35  | 98%      |
|                     | 50m rugslag         | 5 44.11  | 92%      |                |          |          |
| Bas Tuinstra        | 99 : 50m vrije slag | 12 43.26 | 110% PR. | 50m schoolslag | 11 56.56 | 105% PR. |
|                     | 50m rugslag         | 8 45.98  | 127% PR. |                |          |          |
| Alies Wagter        | 99 : 50m vrije slag | 1 30.18  | 101% PR. | 50m schoolslag | 2 43.80  | 104% PR. |
|                     | 50m rugslag         | 1 36.53  | 99%      |                |          |          |
| Maikel ter Wal      | 02 : 50m vrije slag | 6 56.37  | 72%      | 50m schoolslag | 3 59.38  | 92%      |
|                     | 50m rugslag         | 56.21    | DIS      |                |          |          |
| Sidney ter Wal      | 99 : 50m vrije slag | 3 34.61  | 100% PR. | 50m schoolslag | 6 47.81  | 107% PR. |
|                     | 50m rugslag         | 2 39.60  | 136% PR. |                |          |          |
| Anna Werkman        | 98 : 50m vrije slag | 6 36.90  | 97%      | 50m schoolslag | 9 52.69  | 100% PR. |
|                     | 50m rugslag         | 5 42.82  | 104% PR. | 50m vlindersl  | 6 45.61  | 100%     |

## Clubkampioenschappen 2012 ZVZwartsluis

Zwartsluis 22/25-2-2012

| Uitslag overzicht       |                      |           |                   | Korte baan (25m) |          |                   |  |
|-------------------------|----------------------|-----------|-------------------|------------------|----------|-------------------|--|
| Achternaam,<br>Voornaam | GbjrStrecke          | Pl.       | TijdRonde Versch. | Strecke          | Pl.      | TijdRonde Versch. |  |
| Diederik de Boer        | 00 : 100m vrije slag | 51:37.03  | 104% PR.          | 50m vlindersl    | 5 54.95  | 96%               |  |
|                         | 100m rugslag         | 51:43.70  | 99%               | 100m schoolslag  | 51:50.08 | 102% PR.          |  |
| Rick Driezen            | 86 : 100m vrije slag | 5 59.17   | 90%               | 50m vlindersl    | 2 28.88  | 88%               |  |
| Willem-Jan Huisman      | 94 : 100m vrije slag | 71:02.83  | 81%               | 50m vlindersl    | 5 29.28  | 85%               |  |
| Dennis Kolk             | 95 : 100m vrije slag | 111:06.96 | 99%               | 50m vlindersl    | 36.00    | DIS               |  |

| Uitslag overzicht       |                                        |                       |                      |                 | Korte baan (25m) |                   |          |
|-------------------------|----------------------------------------|-----------------------|----------------------|-----------------|------------------|-------------------|----------|
| Achternaam,<br>Voornaam | GbjrStrecke                            | Pl.                   | TijdRonde Versch.    | Strecke         | Pl.              | TijdRonde Versch. |          |
| Diederik de Boer        | 00 : 50m schoolslag<br>100m schoolslag | 8 50.48<br>81:50.04   | 96%<br>100% PR.      | 200m schoolslag | 84:01.02         |                   | PR.      |
| Petan Bont              | 99 : 50m vrije slag                    | 8 53.88               | 103% PR.             | 100m vrije slag | 82:02.27         |                   | PR.      |
| Debbie uit den Bosch    | 98 : 200m wisselslag                   | 33:09.29              | 121% PR.             | 100m wisselslag | 21:26.28         |                   | 140% PR. |
| Lisa uit den Bosch      | 99 : 50m vrije slag<br>100m vrije slag | 10 38.22<br>101:27.77 | 98%<br>98%           | 200m vrije slag | 93:15.29         |                   | 103% PR. |
| Robert Braad            | 86 : 50m rugslag<br>100m rugslag       | 1 30.78<br>11:04.79   | 95%<br>95%           | 200m rugslag    | 12:26.75         |                   | 94%      |
| Manuela Doeve           | 99 : 50m schoolslag<br>100m schoolslag | 52.20<br>1:55.04      | DIS<br>DIS           | 200m schoolslag | 54:04.76         |                   | PR.      |
| Rick Driezen            | 86 : 50m vlindersl<br>100m vlindersl   | 2 27.86<br>11:00.47   | 94%<br>98%           | 200m vlindersl  | 22:25.85         |                   | 88%      |
| Luuk van Hemmen         | 00 : 50m vrije slag<br>100m vrije slag | 7 39.91<br>71:33.45   | 107% PR.<br>122% PR. | 200m vrije slag | 73:33.07         |                   | 111% PR. |
| Willem-Jan Huisman      | 94 : 50m vrije slag<br>100m vrije slag | 1 25.06<br>1 56.62    | 103% PR.<br>99%      | 200m vrije slag | 12:16.56         |                   | 99%      |
| Remco Koelewijn         | 99 : 50m rugslag<br>100m rugslag       | 3 40.20<br>31:28.02   | 98%<br>103% PR.      | 200m rugslag    | 33:08.51         |                   | 121% PR. |
| Dennis Kolk             | 95 : 50m vrije slag<br>100m vrije slag | 3 29.16<br>31:05.58   | 95%<br>103% PR.      | 200m vrije slag | 32:32.51         |                   | 115% PR. |
| Iris van Marle          | 96 : 50m rugslag<br>100m rugslag       | 2 37.20<br>11:17.39   | 97%<br>103% PR.      | 200m rugslag    | 12:47.39         |                   | 102% PR. |
| Sanne van de Meeberg    | 96 : 50m schoolslag<br>100m schoolslag | 3 43.70<br>31:37.01   | 95%<br>94%           | 200m schoolslag | 33:33.30         |                   | 101% PR. |
| Toni van de Meeberg     | 99 : 50m rugslag<br>100m rugslag       | 2 38.53<br>21:23.73   | 98%<br>98%           | 200m rugslag    | 23:03.98         |                   | 104% PR. |
| Emiel Meinen            | 98 : 50m vrije slag<br>100m vrije slag | 2 32.29<br>21:11.42   | 104% PR.<br>104% PR. | 200m vrije slag | 32:39.85         |                   | 106% PR. |
| Roegina Ofrein          | 96 : 50m rugslag<br>100m rugslag       | 5 40.95<br>41:29.21   | 93%<br>89%           | 200m rugslag    | 33:05.36         |                   | 91%      |
| Anouk Poelstra          | 98 : 200m wisselslag                   | 23:08.95              | 106% PR.             | 100m wisselslag | 31:26.28         |                   | 101% PR. |
| Mirre Poulus            | 00 : 50m vrije slag<br>100m vrije slag | 12 41.42<br>121:32.24 | 124% PR.<br>107% PR. | 200m vrije slag | 123:43.14        |                   | PR.      |
| Stephanie Schmidt       | 96 : 50m vrije slag<br>100m vrije slag | 3 32.50<br>31:15.51   | 89%<br>85%           | 200m vrije slag | 32:52.95         |                   | 81%      |
| Bas Tuinstra            | 99 : 50m rugslag<br>100m rugslag       | 4 45.13<br>41:37.96   | 104% PR.<br>113% PR. | 200m rugslag    | 43:32.00         |                   | PR.      |
| Alies Wagter            | 99 : 50m vrije slag<br>100m vrije slag | 1 29.76<br>11:10.13   | 103% PR.<br>99%      | 200m vrije slag | 12:37.95         |                   | 99%      |
| Sidney ter Wal          | 99 : 50m rugslag<br>100m rugslag       | 4 39.61<br>41:28.77   | 100%<br>107% PR.     | 200m rugslag    | 43:09.42         |                   | PR.      |
| Anna Werkman            | 98 : 50m rugslag<br>100m rugslag       | 6 43.07<br>61:35.39   | 99%<br>104% PR.      | 200m rugslag    | 73:27.63         |                   | 119% PR. |

# Trainingstijden



ZWEM EN POLOCLUB  
STEENWIJK '34

## Trainingstijden Wedstrijdzwemmen

Per 4 april 2011

Eenmalige afwijkingen van dit schema worden vermeld in de Agenda en op het publicatiebord in het zwembad

### Selectie

|             |               |              | <u>train(st)er</u>        |
|-------------|---------------|--------------|---------------------------|
| Maandag     | 18:35 - 19:20 | Baan 5, 6    | Rick Driezen (tel 06- )   |
| Dinsdag     | 18:20 - 19:20 | Baan 2, 3, 4 | Rick Driezen (tel 06- )   |
| Donderdag   | 18:20 - 19:20 | Baan 2, 3, 4 | Mike Koelewijn (tel 06- ) |
| Vrijdag     | 18:35 - 19:20 | Baan 5, 6    | Mike Koelewijn (tel 06- ) |
| Zaterdag *) | 09:00 - 10:00 | Baan 1       | Rick Driezen (tel 06- )   |

### Swim Academie 1

|           |               |        |                                      |
|-----------|---------------|--------|--------------------------------------|
| Dinsdag   | 18:20 - 19:20 | Baan 1 | Conny van Marle / René uit den Bosch |
| Donderdag | 18:20 - 19:20 | Baan 1 | Anja v.d. Meeberg / Marco v.d. Werf  |

### Swim Academie 2

|           |               |        |                                 |
|-----------|---------------|--------|---------------------------------|
| Dinsdag   | 18:20 - 19:20 | Baan 5 | Fred v.d. Meeberg (0527-203516) |
|           |               | Baan 6 | Elly Vos (tel 517113)           |
| Donderdag | 18:20 - 19:20 | Baan 5 | Fred v.d. Meeberg (0527-203516) |
|           |               | Baan 6 | Elly Vos (tel 517113)           |

### Sterrenplan

|           |               |        |                                       |
|-----------|---------------|--------|---------------------------------------|
| Dinsdag   | 17:50 - 18:20 | Baan 1 | Willem-Jan Huisman + Diederik de Boer |
|           |               | Baan 2 | Stephanie Schmidt + Remco Koelewijn   |
|           |               | Baan 3 | Waterpolo Mark Gaal                   |
|           |               | Baan 4 | Dennis Kolk                           |
|           |               | Baan 5 | Michelle van Hien                     |
|           |               | Baan 6 | Anna Werkman (+ Ester Bennen)         |
| Donderdag | 17:50 - 18:20 | Baan 1 | Willem-Jan Huisman + Diederik de Boer |
|           |               | Baan 2 | Stephanie Schmidt + Remco Koelewijn   |
|           |               | Baan 3 | Dennis Kolk                           |
|           |               | Baan 4 | Michelle van Hien                     |
|           |               | Baan 5 | Ester Bennen + Anna Werkman           |

De tijden in dit schema kunnen veranderen. Nieuwe tijden zullen op het publicatiebord van de club in het zwembad vermeld worden. Deze publicatie is leidend, mondelinge mededelingen zijn niet geldig.

## Trainingstijden Conditiezwemmen

Per 4 april 2011

Eenmalige afwijkingen van dit schema worden vermeld in de Agenda en op het publicatiebord in het zwembad

### Masters

|         |               |        |                 |
|---------|---------------|--------|-----------------|
| Maandag | 18:35 - 19:20 | Baan 1 | Lars-Erik Beute |
| Vrijdag | 18:35 - 19:20 | Baan 1 | zelfstandig     |

### Masters 1

|         |               |        |                 |
|---------|---------------|--------|-----------------|
| Maandag | 18:35 - 19:20 | Baan 3 | Lars-Erik Beute |
| Vrijdag | 18:35 - 19:20 | Baan 3 | zelfstandig     |

### Masters 2

|         |               |        |                 |
|---------|---------------|--------|-----------------|
| Maandag | 18:35 - 19:20 | Baan 2 | Lars-Erik Beute |
| Vrijdag | 18:35 - 19:20 | Baan 2 | zelfstandig     |

### Vrij gebruik kaderleden en vrijwilligers

|          |                  |            |             |
|----------|------------------|------------|-------------|
| zaterdag | 09:00 - 10:00 *) | Baan 2...6 | zelfstandig |
|----------|------------------|------------|-------------|

\*) afwijkende tijd (08.30-09.30uur) zaterdagochtendtraining

## Zwemmen

voor zwemmers die geen wedstrijden willen zwemmen

Per 4 april 2011

Eenmalige afwijkingen van dit schema worden vermeld in de Agenda en op het publicatiebord in het zwembad

### Recreatieve zwemmers

train(st)er

|         |               |        |
|---------|---------------|--------|
| Maandag | 18:35 - 19:20 | Baan 4 |
| Vrijdag | 18:35 - 19:20 | Baan 4 |

### Vrij gebruik kaderleden en vrijwilligers

|          |                  |            |             |
|----------|------------------|------------|-------------|
| zaterdag | 09:00 - 10:00 *) | Baan 2...6 | zelfstandig |
|----------|------------------|------------|-------------|

\*) afwijkende tijd (08.30-09.30uur) zaterdagochtendtraining

## Kader en vrijwilligers

Eenmalige afwijkingen van dit schema worden vermeld in de Agenda en op het publicatiebord in het zwembad

### Kaderleden en vrijwilligers

|          |                  |              |                        |
|----------|------------------|--------------|------------------------|
| woensdag | 20:15 - 21:15**) | Baan 4, 5, 6 | Sierd Tilma (toezicht) |
| zaterdag | 09:00 - 10:00 *) | Baan 2...6   | zelfstandig            |

\*) afwijkende tijd (08.30-09.30uur) zaterdagochtendtraining

\*\*) gewijzigd per 12 okt 2011



# ZWEM EN POLOCLUB STEENWIJK '34

## HUISREGELS

Binnen de club gelden een aantal huisregels. Dit zijn de regels waarvan wij verwachten dat alle leden en hun ouders / verzorgers zich aan houden. De regels zijn bedoeld om de veiligheid en het plezier van allen te waarborgen.

Iedereen houdt zich aan de algemeen aanvaarde fatsoensnormen. Dat betekent o.a. dat:

je niet discrimineert, beledigd, pest etc.

Je houdt rekening met, en toont respect voor je mede leden;

Aanwijzingen van trainers, toezichthouders of bestuursleden dienen te worden opgevolgd.

In het zwembad zijn de trainers en toezichthouders verantwoordelijk voor de veiligheid **na** de doucheruimte in de zwemzaal. Dit houdt in dat de ouders / verzorgers toezicht houden op hun kinderen in de kleedhokjes (voor de doucheruimte). Natuurlijk hoeven niet alle ouders daarvoor in de kleedhokjes te zijn, maar de aanwezigheid van enkele ouders is gewenst.

Bij aanvang van de trainingsuren gaan de leden, na zich te hebben omgekleed, douchen. Douchen voor en na het zwemmen is verplicht i.v.m. hygiëne.

Na het douchen, wachten de zwemmers bij de douche, op toestemming van de trainer /toezichthouder, om het zwembad te mogen betreden. Hierdoor stellen we de trainer /toezichthouder in staat om zijn verantwoordelijkheid te dragen.

Indien je tijdens het zwemmen het bad wil verlaten (bv. om naar het toilet gaan) waarschuw je altijd de trainer /toezichthouder zodat deze weet waar je bent (veiligheid).

In het zwembad wordt i.v.m. de hygiëne altijd op zwembadschoeisel (of blote voeten) gelopen. Overschoenen zijn in de hal in de automaat verkrijgbaar.

In het zwembad wordt op de perrons niet hardgelopen. Bij uitglijden en vallen kan je je lelijk bezeeren.

Er hangen waarschuwingsborden in de zwemzaal om aan te geven dat de bodem in een hogere stand staat. Als deze waarschuwing brandt, mag er daar niet gedoken worden.

Ouders, verzorgers en zwemmers hebben de verantwoordelijkheid dat de trainers / toezichthouders op de hoogte zijn van eventuele omstandigheden zoals ziekte en bijzondere geestelijke omstandigheden die het zwemmen kunnen beïnvloeden. Op deze manier kunnen de trainers hier dan rekening mee houden.

## Wedstrijdagenda

|               |                             |                  |                      |                           |           |
|---------------|-----------------------------|------------------|----------------------|---------------------------|-----------|
| <b>mrt-12</b> |                             |                  |                      |                           |           |
|               |                             |                  |                      |                           |           |
| <b>3-mrt</b>  | <b>klassementswedstrijd</b> | <b>Steenwijk</b> | <b>Steenwijk '34</b> | <b>16.30 uur opbouwen</b> |           |
| 10-mrt        | Competitie                  | Deventer         | de IJssel            | 16.45 uur                 | 15.30 uur |
| 17-mrt        | Voorronde                   | Zwolle           | Swol 1894            | 13.00 uur??               | 12.15 uur |
| 18-mrt        | Zuiderzeemastercircuit      | Amersfoort       | AZ&PC                | 13.30 uur                 |           |
| 24-mrt        | swimkick                    | Meppel           | de Reestduikers      | 16.45 uur                 | 16.15 uur |
| 24-mrt        | Kring Lange afstand         | Kampen           | Kring                |                           |           |
|               |                             |                  |                      |                           |           |
| <b>31-mrt</b> | <b>Competitie</b>           | <b>Steenwijk</b> | <b>Steenwijk '34</b> | <b>16.30 uur opbouwen</b> |           |
| <b>apr-12</b> |                             |                  |                      |                           |           |
| 7-apr         | Kamper Ui-bokaal            | Kampen           | Deltasteur           |                           |           |
| 14-apr        | Zuiderzeemastercircuit      | Kampen           | Deltasteur           | 16.15 uur                 |           |
| 14-apr        | Voorronde                   | Steenwijk        | Tolhekke             | 17.00 uur                 |           |
| 21-apr        | regionale 10 kamp           | Emmeloord        | Zignea               | 18.00 uur                 | 17.15 uur |
|               |                             |                  |                      |                           |           |
| <b>mei-12</b> |                             |                  |                      |                           |           |
| 4/6 mei       | NMK lange baan              | Eindhoven        |                      |                           |           |
| 5/6 mei       | Kring A kampioensch.        | Kampen           | Kring                | 16.15 uur                 | 15.15 uur |
| 12/13 mei     | Kring A kampioensch.        | Kampen           | Kring                | 16.15 uur                 | 15.15 uur |
| 12-mei        | regionale 10 kamp           | Steenwijk        | Tolhekke             | 17.00 uur                 |           |
| 13-mei        | Zuiderzeemastercircuit      | Grootebroek      | De Bron              | 13.00 uur                 |           |
| 19-mei        | Riessentaktoernooi          | Rijssen          | de Mors              | 9.30 uur                  | 7.30 uur  |
| 26-mei        | Sprintwedstrijd             | Beilen           | de Spatters          | 17.30 uur                 | 16.30 uur |
| <b>jun-12</b> |                             |                  |                      |                           |           |
| 2-jun         | Speedo B-finale             | Almelo           | Kring                | 8.30 uur                  | 7.00 uur  |
| 2/3 juni      | Speedo A-finale             | Almelo           | Kring                | 13.30                     | 11.45 uur |
| 4-jun         | Hearing                     | Ommen            | Kring                | 19.30 uur                 | 18.30 uur |
| 6-jun         | regiovergadering            | Zwartsluis       | zwemcie              | 19.30 uur                 |           |
| 8/10 jun      | ONK lange baan              |                  |                      |                           |           |
| 15/17 jun     | NJK                         |                  |                      |                           |           |
| 23/24 jun     | NK sprint                   | Heerenveen       | HZ&PC                |                           |           |
| 30-jun        | Lange baan                  | Scheerwolde      | regioverenigingen    | vanaf 11.00 uur           |           |
| <b>jul-12</b> |                             |                  |                      |                           |           |
| 7-jul         | Overijsselse B Kamp         | Nijverdal        | Kring                | 12.00 uur                 | 10.30 uur |
| <b>sep-12</b> |                             |                  |                      |                           |           |
| 8-9 sept      | kampeerweekend              | Epe-Gronau       | SV Epe '59           | 11.30 uur                 | 8.00 uur  |

|                    |                   |                     |        |                             |       |
|--------------------|-------------------|---------------------|--------|-----------------------------|-------|
| 10-03-2012 - 17:00 | Steenwijk 1934, 2 | Swol 1894, 6        | D2.H4A | Steenwijk (De Waterwyck)    | Thuis |
| 10-03-2012 - 17:45 | Steenwijk 1934, 1 | De Houtrib, 3       | D2.H4A | Steenwijk (De Waterwyck)    | Thuis |
| 10-03-2012 - 17:45 | De Spreng, A      | Steenwijk 1934, A   | D2.JB3 | Brummen (Rhienderoord)      | Uit   |
| 17-03-2012 - 16:45 | DEK, 2            | Steenwijk 1934, 1   | D2.H4A | Genemuiden (Bestevaer)      | Uit   |
| 17-03-2012 - 17:30 | EZC, A            | Steenwijk 1934, A   | D2.JB3 | Enschede (Het Slagman)      | Uit   |
| 17-03-2012 - 18:15 | DEK, 1            | Steenwijk 1934, 2   | D2.H4A | Genemuiden (Bestevaer)      | Uit   |
| 24-03-2012 - 17:00 | Steenwijk 1934, A | De IJsselmeeuwen, A | D2.JB3 | Steenwijk (De Waterwyck)    | Thuis |
| 24-03-2012 - 17:45 | Steenwijk 1934, 1 | DEK, 1              | D2.H4A | Steenwijk (De Waterwyck)    | Thuis |
| 24-03-2012 - 18:30 | Steenwijk 1934, 2 | Swol 1894, 4        | D2.H4A | Steenwijk (De Waterwyck)    | Thuis |
| 31-03-2012 - 17:00 | Montferland, A    | Steenwijk 1934, A   | D2.JB3 | 's-Heerenberg (Montferland) | Uit   |
| 21-04-2012 - 17:00 | Steenwijk 1934, 1 | ZZZ, 1              | D2.H4A | Steenwijk (De Waterwyck)    | Thuis |
| 21-04-2012 - 17:45 | Steenwijk 1934, 2 | DEK, 2              | D2.H4A | Steenwijk (De Waterwyck)    | Thuis |
| 21-04-2012 - 17:45 | Natare, A         | Steenwijk 1934, A   | D2.JB3 | Aalten ('t Walfort)         | Uit   |