De Vereniging

Diplomazwemmen

Wedstrijdzwemmen

Waterpolo

Trimzwemmen

Evenementen

De Flitsen van Oktober 2019

- Goede opkomst Zwem4daagse!
- Baddienstmedewerkers gezocht bij diplomazwemmen
- Stem op de clubheld van Triton!

WEESPER ZWEM- EN POLOCLUB Triton

Opgericht: 12 augustus 1908

Bestuurshoek

Beste leden,

Deze maand alleen positieve dingen te melden. De afgelopen twee maanden hadden we een aardige toestroom van nieuwe leden. Daar heeft de verenigingenmarkt natuurlijk aan bijgedragen. Wij hopen dat ook de Zwem4daagse ertoe leidt dat mensen onze vereniging weten te vinden.

Onze leden zijn in ieder geval al heel goed bezig voor de club. Zo hebben we van de Rabobank een aardig bedrag ontvangen doordat er veel mensen op onze club gestemd hebben.

Het Schipholfonds had ons al eerder blij gemaakt met een donatie die wij aangevraagd hadden voor de aanschaf van nieuwe waterpolodoelen.

Ook onze jeugdleden zijn heel ijverig bezig met het verkopen van loten voor de Grote Club Actie. Op dit moment zitten we al bijna bij een bedrag van € 1.000,00 terwijl nog niet de helft van de boekjes ingeleverd is.

- Rabo ClubSupport: € 1.118,21
- Schipholfonds: € 3.600,00
- Grote Club Actie: nu al 388 loten verkocht à € 2,40 = € 931,20

Ria Bosma

Terug naar home

WZ & PC Triton Flitsen ©2019

Nieuws en mededelingen

Wij verwelkomen als nieuw lid:

- Casper van der Linden *(Diplomazwemmen)*
- Meike van der Linden *(Diplomazwemmen)*
- Steijn Mühl *(Diplomazwemmen)*
- Stella Majoor *(Diplomazwemmen)*
- Kynon Lee *(Diplomazwemmen)*
- Jacqueline van Rijswijk *(Trimzwemmen)*
- Britt Ottenhoff *(Trimzwemmen)*
- Eva Motshagen *(Diplomazwemmen)*
- Maximiliaan Stroebe *(Trimzwemmen)*
- Thijs van den Hoorn *(Mini-waterpolo)*
- Kick Maassen *(Waterpolo)*
- Trudy Ravenzwaaij *(Trimzwemmen)*
- Monique Biesheuvel *(Trimzwemmen)*

De volgende Flits verschijnt in week 48. De kopij hiervoor kunt u tot uiterlijk zondag 24 november uitsluitend sturen naar: redactie@triton-weesp.nl.

Terug naar home

WZ & PC Triton Flitsen ©2019

Zwem4daagse 2019

147 deelnemers

Hebben hun verdiende oorkonde en medaille mogen ontvangen voor hun geleverde zwemprestatie!
Wij kijken met een trots gevoel terug op deze week. Speciaal bedankje voor alle vrijwilligers. Door jullie kan de zwem4daagse ieder jaar weer gehouden worden. Hopelijk allemaal weer tot volgend jaar!

Gr Nicky en Mariëlle

WZ & PC Triton Flitsen ©2019

Grote clubactie

Koop loten via:
www.clubactie.nl

En steun onze club!!

WZ & PC Triton Flitsen ©2019

Clubheld van het jaar

Stemmen, stemmen, stemmen…!!!

Van 28 oktober t/m 2 december 2019 kun je stemmen op Marcel Joukes!
Allemaal stemmen, want hoe meer stemmen onze clubheld krijgt, hoe groter de kans dat hij een geheel verzorgd feest voor de club wint.
Stemmen is geheel gratis en kan tot en met 2 december 2019, 12.00 uur.

www.clubheldvanhetjaar.nl/marcel-joukes

WZ & PC Triton Flitsen ©2019

Evenementen agenda

- 28 December: Oliebollentoernooi en marathonzwemmen

- 15 t/m 17 mei 2020: Clubweekend

WZ & PC Triton Flitsen ©2019

Tuin man of vrouw gezocht

GEZOCHT: TUINMAN OF -VROUW

WZ & PC Triton Flitsen ©2019

Tuin man of vrouw gezocht

Voor het clubhuis zijn we op zoek naar iemand die het leuk zou vinden om op vrijwillige basis

het tuintje bij het clubhuis bij te houden.

Heeft u groene vingers en wilt u dit voor de club doen?

Of eerst meer informatie hierover?

Mail dan naar:

Triton.evenementen@gmail.com

Terug naar home

WZ & PC Triton Flitsen ©2019

Diplomazwemmen

Inmiddels zijn we alweer twee maanden op weg in het nieuwe seizoen, wat vliegt de tijd!
We hebben de afgelopen tijd een hoop nieuwe kinderen mogen verwelkomen en hebben elke zaterdag leuke volle groepen met enthousiaste zwemmers ☺
Ook is het ontzettend leuk om te zien hoeveel zwemmers er zeer actief bezig zijn met loten verkopen voor de grote clubactie, jullie zijn allemaal toppers! Er is zelfs iemand die al drie boekjes vol heeft!!!

Binnenkort zal er ook weer met kleding worden gezwommen, houd dus de zwemtas goed in de gaten voor briefjes, en de mail (voor als wij als lesgevers zijn vergeten om briefjes te maken)!
Niet voor alle diploma's is het nodig om met kleding te zwemmen, mocht je twijfelen kun je het altijd even navragen!

Tot in het zwembad!

WZ & PC Triton Flitsen ©2019

Diplomazwemmen

WANTED

Wij zijn nog steeds op zoek naar:
Baddienstmedewerkers

Kom jij ons helpen?! Hoe meer mensen komen helpen, hoe minder vaak je aan de beurt komt ☺
Wanneer? zaterdag van ±17:15-19:00
Wat? gastheer/gastvrouw zijn in de hal, vragen beantwoorden, rondje met drinken voor de lesgevers en even een keer de trekker door de kleedkamers heenhalen.
Enthousiast geworden of meer weten? Spreek gerust een van de lesgevers of baddienstmedewerkers aan of stuur even een mailtje naar:
diplomazwemmen@triton-weesp.nl

WZ & PC Triton Flitsen ©2019

Diplomazwemmen

Zet alvast in je agenda!

Belangrijke data

Kerstvakantie (wel les) 21 december & 4 januari

Kerstvakantie (**GEEN LES**) 28 december

Proefzwemmen 11 januari

Inhaal proefzwemmen 18 januari

Afzwemmen 1 februari

WZ & PC Triton Flitsen ©2019

Waterpolo Jeugd "de pen"

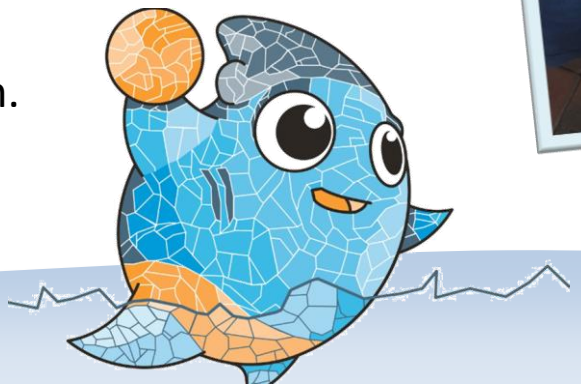
Hallo allemaal,

Mijn naam is Gwen Pouw en ik ben 7 jaar.
Ik speel bijna een jaar waterpolo bij de jeugd van Triton. Ik vind het waterpolo heel leuk, je mag gooien met een bal, en het zwemmen is ook leuk. Hard gooien en keepen gaan me goed af maar het zwemen moet ik nog goed op oefenen. De trainers zijn erg lief.
De kinderen in mijn groep vind ik allemaal aardig.

In september zijn we op een toernooi geweest en dat was erg leuk. We hebben in een tent geslapen. We hebben 1 wedstrijd gewonnen. Over twee weken spelen we een toernooi in IJmuiden en daar heb ik erg veel zin in.

Ik vond dit stukje schrijven heel gaaf en ik geef de pen door aan ….?

Groetjes,
Gwen!



Terug naar home

WZ & PC Triton Flitsen ©2019

Trainerspraatje

Hallo allemaal,

Het zwemseizoen is alweer even begonnen en de eerste competitiewedstrijd is al achter rug. Vanaf dit seizoen ben ik weer terug als trainer bij de minioren wedstrijdzwemmers.

Vorig jaar moest ik helaas vlak na de start van het seizoen stoppen in verband met een knie-operatie, maar nu sta ik weer vertrouwd op maandagavond vanaf 18.30 uur aan de rand van het bad.

We zijn hard aan het trainen en ik weet zeker dat we dit seizoen weer mooie PR's gaan zwemmen.

Tot bij het zwembad!

Groetjes Carine

WZ & PC Triton Flitsen ©2019

Competitie deel 1

Op zondag 6 oktober werd het eerste deel van de zwemcompetitie gezwommen in Almere Poort. Ook al is het nog maar het begin van het seizoen en hebben we nog niet heel veel kunnen trainen, toch is er alweer super goed gezwommen! Vooral onze jongste wedstrijdzwemmers zwommen vele seconden van hun PR af!
Triton staat na deze eerste ronde 3e in de regio. Landelijk zijn we 6e geworden!! Super goed toch!
Hieronder zie je de tussenstand:

knzb Nationale Zwemcompetitie

1e klasse Regio Midwest

Competitie: 1e klasse Regio Midwest

Nr.	Club	Depot	Ronde 1	Ronde 2	Ronde 3	Ronde 4	Totaal
1	Kon AZ 1870	07-013	4014,92	0,00	0,00	0,00	4014,92
2	De Otters Het Gooi	07-050	4124,30	0,00	0,00	0,00	4124,30
3	Triton	07-023	4222,02	0,00	0,00	0,00	4222,02
4	GoSwim	06-049	4227,83	0,00	0,00	0,00	4227,83
5	Zwemvereniging New Wave Almere	07-056	4291,83	0,00	0,00	0,00	4291,83
6	De Ham	08-009	4292,58	0,00	0,00	0,00	4292,58
7	Zwemclub Zeist	06-029	4360,94	0,00	0,00	0,00	4360,94
8	AZ&PC De Futen	07-010	4500,59	0,00	0,00	0,00	4500,59
9	De Reuring	08-024	4516,11	0,00	0,00	0,00	4516,11
10	De Zwoer	06-031	4545,45	0,00	0,00	0,00	4545,45
11	Zwemvereniging Hoogland	06-063	4617,44	0,00	0,00	0,00	4617,44

WZ & PC Triton Flitsen ©2019

Foto's Competitie 1

WZ & PC Triton Flitsen ©2019

Masters in Kampen

De kop is er af, het seizoen is begonnen. De masters mochten het spits afbijten tijdens deel 1 van het Zuyderzee Masters Circuit op zaterdag 28 september in Kampen.

Voor de meeste zwemmers zijn na de zomervakantie de trainingen nog maar net hervat. Anderen (zoals Eric) hebben de hele zomer flink doorgetraind (open water) en kilometers gemaakt. Toch waren de verwachtingen wat betreft supertijden niet hoog gespannen.

Ellen, Caroline, Ronald en Margriet, Jennifer, Paul en Tim (plus natuurlijk Ineke en Tamara) waren deze wedstrijd van de partij. En om maar gelijk met een topprestatie te beginnen: Ellen zwom haar op 2 na beste tijd op de 200 vrij. Al die uren extra training, het zoeken naar begeleiding, het werpt zijn vruchten af. “Alles in het teken van de EK in Boedapest in 2020.” Een persoonlijk verslag van Ellen volgt op de volgende pagina.

Alleen Jennifer en Caroline lieten de 200 vrij aan zich voorbijgaan; alle anderen gebruikten dit nummer om het watergevoel tot zich te nemen, veelal met verrassend goede tijden voor deze fase van het seizoen.

Jennifer zwom gelijk een lange afstand (100 wissel), naast 2x 25m. Het is duidelijk dat zij zich ook dit seizoen op de sprint richt. Tim kennen we als kannibaal die zijn hand niet omdraait voor 2x 200 (vrij en rug) plus 100 wissel en zwemt daarna nog rustig 100 vlinder in een estafette. Ook Margriet zwom beide 200m nummers, waarbij helaas een onbegrijpelijke dis op de rug werd uitgedeeld. In de estafette zwom ze de 100 rug daarna heel voorzichtig.

Deze wedstrijd was er geen enkele PR te noteren maar dat is bij masters niet echt verwonderlijk. Belangrijker is hoe het zwemmen aanvoelt plus hoe je presteert ten opzichte van leeftijdsgenoten. Daarmee kan je punten scoren voor het klassement dat tot april doorloopt. Wat dat betreft zijn er al weer aardig wat punten verzameld. Paul en Tim haalden zelfs het maximum van 18 punten binnen.

Voor de masters staat elke maand tot april een wedstrijd op de kalender. Iedere zwemmer van 20 jaar en ouder mag daarbij starten. Heb je die leeftijd bereikt en wil je een keer meedoen (sfeer proeven), laat dat dan weten aan Paul. Je krijgt dan verdere informatie.

Paul

WZ & PC Triton Flitsen ©2019

Masters in Kampen

Afgelopen mei vond ik hem weer terug: mijn motivatie.
Na het EK in Slovenië had ik geen doel meer en vervolgens waren de tegenvallende tijden killing. Dan wordt trainen een opgave en wedstrijden een ramp.

Maar in mei vond ik hem terug, die broodnodige motivatie.
Het EK 2020 in Budapest. Manlief gaf me het laatste zetje: "Als jij wilt gaan trainen bij de Swimgym van Johan Kenkhuis, dan moet je dat gewoon doen". Nog één keer kijken wat er nog uit dat oude lijf te halen valt. Een PR op de 200 vrij??
Dus een personal trainer geboekt en …… wat is dat leuk!
Je eigen trainer die je techniek analyseert, je adviseert en motiveert. Dus getraind en getraind, ook tijdens de vakantie in Frankrijk. Altijd wel een piscine municipale in de buurt.

Het eerste ijkpunt was de masterwedstrijd in Kampen.
Zou ik op de goede weg zitten? Met moeite mijn zenuwen in bedwang houdend – "ik doe dit toch voor mijn lol" – dook ik het water in…….2e tijd ooit en de beste tijd in 1,5 jaar.

Op een roze wolk kwam ik het water weer uit.
Caroline had mijn race gefilmd voor mijn PT-er.
Uiteraard zijn er nog verbeterpunten. Dus weer vol aan de bak de komende tijd. Heb er zin in.
Budapest, here I come! Ellen

HUNGARY 2020
LEN EUROPEAN AQUATICS CHAMPIONSHIPS

WZ & PC Triton Flitsen ©2019

Agenda wedstrijdzwemmen

Hieronder vindt u een overzicht van de komende wedstrijden in het zwemseizoen 2019/2020.

Heel veel succes allemaal bij de wedstrijden!

Datum	Soort wedstrijd	Waar	Voor wie
03-11	Competitie 2	Amstelveen	Hele zwemploeg
10-11	Min. Clubmeet	Zaandam	Minioren
10-11	Jun-Jeugd 1	Bussum	Jun., Jeugd + Senioren
16/17-11	Regiokamp.	Hoofddorp	Degenen met limiet
17-11	ZMC 3	Almere Poort	Masters 20+
23/24-11	Regiokamp.	Hoofddorp	Degenen met limiet
05/08-12	NJJK (KB)	Eindhoven	Degenen met limiet
15-12	Min-Jun 2	Huizen	Minioren + Junioren
20/22-12	NK (KB)	Tilburg	Degenen met limiet
21-12	ZMC 4	Lelystad	Masters 20+

Terug naar home

WZ & PC Triton Flitsen ©2019

Verjaardagen

2 Dennis Kaale
2 Susan Cinqualbre
4 Iris Oosting
4 Nienke van der Zee
7 Raphaël de Haas
10 Thom Seinen
10 Jordi Varkevisser
10 Anna Morsink
11 Simon Biesheuvel
11 Jasmijn van der Linden
12 Brechtje Schouten-Fleming
12 Rowan de Beer
13 Amy van Noord
14 Naomi van der Veer
15 Mila Jonkvorst
15 Dennis Tas
17 Joycelina Lee
18 Djon Schmitz
19 Barbara Jonkvorst-Janssen
19 Jacco Bolte
20 Bas de Geus
20 Thias Kruidenberg
22 Arnold Bouman
22 Rinske van Stuivenberg
23 Yochem Duijn
26 Kaylee de Vries

Terug naar home

WZ & PC Triton Flitsen ©2019