e-Badkuip

Nummer 2017-05

Hallo allemaal,
Bij deze ontvangen jullie de 5e nieuwsbrief van 2017, met nieuws uit en over onze vereniging.

De e-BADKUIP wordt minimaal 6x per jaar (bij voorkeur in de week na de bestuursvrgaderingen) per e-mail verzonden. Wilt U veranderingen van e-mail adres doorgeven aan de ledenadministratie!
Daarnaast is voor het actuele nieuws is natuurlijk altijd onze website beschibaar.
De planning voor de volgende nieuwsbrieven is (steeds 1 week na DB vergadering)
2018 : 5 maart , 16 april , 25 juni , 3 september , 22 oktober , 24 december

Inhoudsopgave

Van het Bestuur 2
Uitnodiging Buitengewone Ledenvergadering 2
Van het Bestuur (2) 3
Wedstrijdzwemmen 4
Van de Zwemcommissie 4
Van 2017 naar 2018 4
Bijscholing Landtraining 4 november 2017 Barneveld - Ilona 4
Schoolzwemkampioenschappen 4
De regiokampioenschappen en de regionale minioren clubmeet 5
Na de decemberdrukte gaan we vrolijk verder in januari 5
WaterPolo 6
Uitnodiging Oliebollentoernooi 6
Wat een luisterend stel! 7
Zwemopleiding ABC 8
In ‘blokken lessen’ 8
De Activiteitencommissie 9
Grote Club Actie 2017 9
Code Blauw 10

Van het Bestuur

Uitnodiging Buitengewone Ledenvergadering

Aan onze leden,

Bij deze worden alle leden uitgenodigd voor de Buitengewone Ledenvergadering op donderdag 11 januari 2018 in ons clubhuis de Kribbebijter in zwembad de Bongerd. Aanvang van deze ledenvergadering zal zijn om 20.00 uur.

In deze Buitengewone Ledenvergadering zullen die avond alleen de onderwerpen begroting 2018-2019 en de vaststelling van de contributie voor het jaar 2018 op de agenda staan.

Het algemeen bestuur heeft het besluit genomen voor deze Buitengewone Ledenvergadering in verband met het voornemen om de jaarcontributie te verhogen. Daarnaast is het bestuur voornemens om het aantal termijnen van inning van onze jaarcontributie aan te passen. Met deze beide plannen wilde wij als algemeen bestuur niet wachten tot april 2018.

Uiteraard zal het algemeen bestuur in deze vergadering verdere tekst- en uitleg geven over deze voorgenomen plannen.

Met vriendelijke groet,

Het algemeen bestuur van WZ& PC De Rijn
Namens deze,

Nico van der Poel
Voorzitter

Agenda:

1. Opening
2. Begroting 2018 en 2019
3. Contributieverhoging
4. Rondvraag
5. Sluiting

Van het Bestuur (2)

Dit is alweer de laatste nieuwsbrief van 2017 en gaan we richting het nieuwe jaar. Aan het einde van het jaar denk je nog wel eens terug vooral over de laatste jaren het reilen en zeilen van de vereniging. Onze vereniging is een vereniging waar hele generaties lid van zijn. De kracht van de vereniging is altijd het solidariteitsprincipe geweest en werden de kosten eerlijk over de leden verdeeld. Om dit in de komende jaren te continueren zullen wij de contributie moeten aanpassen. In de laatste Algemene Leden Vergadering (ALV) werd door een aantal leden gevraagd om te kijken wat differentiatie van contributie zou betekenen. Het bestuur heeft hier naar gekeken en hieruit kwamen grote verschillen naar voren, maar belangrijker nog veel meer vragen. Onze verwachting als bestuur is dat dit mogelijk zal resulteren in een ledenverlies. Daarnaast schatten wij in dat dit een enorme administratie met zich mee zal brengen, waardoor enkele vrijwilligers extra belast zullen worden.
Om die redenen heeft het bestuur in meerderheid gekozen om het solidariteitsprincipe te handhaven. Wij zullen hier tijdens de buitengewone ALV verdere uitleg aan geven. Tijdens deze ALV zal alleen de begroting 2018-2019 worden besproken en het voorstel om de jaarcontributie voor startvergunninghouders te verhogen met een maand contributie en deze in 11 maanden te innen. Het jaarbedrag voor leszwemmen blijft gelijk en wordt ook in 11 maanden geïnd.

De ALV zal worden gehouden op 11 januari 2018 om 20.00 uur in ons clubhuis, zie hiervoor de uitnodiging en agenda elders in deze nieuwsbrief.
Op vrijdag 5 januari 2018 houden wij onze nieuwjaarsreceptie van 18.30 uur tot 19.30 uur met aansluitend het oliebollen toernooi georganiseerd door de waterpoloafdeling.
Rest mij niet anders dan iedereen alvast fijne kerstdagen en een gezond en sportief 2018 toe te wensen.
Met vriendelijke groet,
Nico van der Poel
Voorzitter

Wedstrijdzwemmen

Van de Zwemcommissie

Van 2017 naar 2018

Ach een jaarwisseling is eigenlijk niet zo belangrijk in een zwemseizoen, een weekje geen training, dat is het wel. Toch loopt het dit zwemseizoen allemaal wat anders. De korte baan kampioenschappen (regio en landelijk) niet meer in januari maar al in november en december en een wel heel groot gat in de landelijke competitie tussen de 1e en 2e ronde. Het wedstrijdzwemmen van de Rijn zit gelukkig stevig in de lift (bredere selecties, meer deelname aan de verschillende competities, weer aanwezig bij allerlei kampioenschappen) en dat willen we graag doorzetten in 2018. Wat hierbij hopelijk blijft helpen is dat we in 2018 doorgaan met de training op donderdagavond in Rhenen. Met 20 – 25 zwemmers per training is deze extra avondtraining, die we sinds september hebben, een succes.
De laatste wedstrijd dit jaar wordt de traditionele kerstwedstrijd van de Vrije Slag in Ede; lekker alleen maar 50 meter nummers! Er hebben zich maar liefst 40 personen opgegeven, na de wedstrijd sluiten we het seizoen af in ons clubhuis. Een mooi bewijs dat het wedstrijdzwemmen er goed voor staat.

Bijscholing Landtraining 4 november 2017 Barneveld - Ilona

Gaby Zittersteijn, Nick Jansen en Ilona Vennegoor namen deel aan deze bijscholing die gegeven werd door Jeroen Dellebeke (medewerker bij de KNZB en trainer bij DWK). Gaby en Ilona waren al een keer aanwezig bij de landtraining van de jeugd/senioren van DWK. Deze landtraining wordt uitgevoerd op het perron van het zwembad. De oefeningen van die dag waren met name gericht op de beweeglijkheid van en controle over de schouders inclusief de schouderbladen.
De zwemmers van DWK hebben 2-4 keer per week 25-30 minuten landtraining voorafgaand of aansluitend op de zwemtraining. DWK is in de bevoorrechte positie dat zij een fysiotherapeut hebben die in overleg met de trainers schema's voor de landtraining maakt en de trainers begeleidt in de uitvoering hiervan. Dit als sponsoring aan de club. Aan het klassikale gedeelte namen zo'n 15 trainers vanuit heel Nederland deel. Met een powerpoint presentatie werden het doel van landtraining, onze visie op landtraining en verbeteren van techniek met landtraining besproken. Vervolgens zijn we zelf aan de slag gegaan om verschillende oefeningen te bedenken en uit te voeren met verschillende doelen zoals verbeteren van de overhaal bij borstcrawl en de afzet bij starten. Zeer praktisch en leuk om hier met een aantal mensen aan te werken en van elkaar te leren.

Natuurlijk was de tijd te kort om alle aspecten van landtraining in detail te bespreken. Nu is het aan ons om de landtraining bij de Rijn stapsgewijs te verbeteren door het zoeken naar momenten om landtraining te geven aan de verschillende groepen (er zijn hier al afspraken overgemaakt richting swimkick en minioren), schema's te maken, en er voor te zorgen dat we het ook over een langere periode kunnen voortzetten.

Schoolzwemkampioenschappen

Deze activiteit vond plaats op 22 november en we hebben er al verslag over gedaan op facebook en website. Ook kwamen we weer op de site waarop de KNZB verslag doet van de schoolzwemwedstrijden. Mooi dat het aantal deelnemende teams (12!) hoger was als in de vorige

twee edities. Het verslag over de wedstrijd in Stad Wageningen van 29 november stond wat verborgen in een roze kader op pagina 3, helaas zonder de foto van de prijswinnaars.

De regiokampioenschappen en de regionale minioren clubmeet

Beide wedstrijden zijn goed verlopen voor de Rijn. Bij de regiokampioenschappen meer starts door meer zwemmers en een mooie 8e plaats in het medailleklassement door de 5 titels van Francesca! Bij de regionale minioren clubmeet een mooie 5e plaats in de poule Gelderland en een 10e plaats in de Regio. We hebben over deze wedstrijden al uitvoerig geschreven op facebook en op de site.

Na de decemberdrukte gaan we vrolijk verder in januari

Door de deelname aan de nationale kampioenschappen (NJJK en ONK) is december extra druk. Natuurlijk zijn alle starts en alle uitslagen belangrijk maar dat we weer met een dames estafette aan de start komen bij de Nederlandse kampioenschappen is echt een mijlpaal.
Half januari gaan we verder met de landelijke competitie met wedstrijden in Wapenveld en Doesburg. Het 2e team van de Rijn kan al een forse stap maken richting promotie! De masters hebben hun nationale kampioenschappen en we hebben een extra wedstrijd in Wageningen van het Junioren – Jeugd – Seniorencircuit (let op **ZONDAG 21 JANUARI**). Eind januari is dan nog de 3e wedstrijd van de Meerkamp.

WaterPolo

Uitnodiging Oliebollentoernooi

Aan : àlle Rijnleden
Wanneer : vrijdag 5 januari 2018
Waar : ons eigen thuisbad
Tijdstip : 19.30–22.00 uur (aansluitend op de nieuwjaarsreceptie)
Gelegenheid : samen het nieuwe jaar inluiden!

Het inmiddels befaamde Oliebollentoernooi vindt dit jaar plaats aansluitend op de nieuwjaarsreceptie!
Namens TC Waterpolo nodigen wij graag àlle Rijnleden, incl. ouders, broertjes en of zusjes, uit voor dit “smakelijke” toernooi. Schroom niet om je op te geven, er wordt op een half veld gespeeld, en de teamindeling wordt op (h)éérlijke wijze door de organisatie gedaan.

Uiteraard zullen er geserveerd worden.

Wij zien jullie aanmelding graag ***uiterlijk 25 december*** tegemoet via aetimmerman@icloud.com , let op opgegeven is opgegeven!
Degene die graag wat “langs” de badrand/clubhuis, denk aan jury/bardienst/hand- en spandienst, willen doen, super! We zien ook jullie aanmeldingen graag tegemoet!
Namens TC Waterpolo “Oliebollen Commissie”
Harry S., Elizie, Annemiek N., Anne

Wat een luisterend stel!

Op zondag 17 december trok de 9 spelers tellende jonge ploeg richting Nijmegen.
In het Erica Terpstra bad was het een drukte van jewelste. Vooral in het instructiebad waar de jongste teams speelden. Naast het speelveldje mocht vrij gezwommen worden door spelertjes die op dat moment niet hoefden te spelen. Nou boffen de kinderen van onze club niet echt , want van ondergetekende mogen ze nauwelijks spelen. Maar dat heeft uiteraard een hele goede reden.
Kinderen komen om spel ervaring op te doen, om te leren wachten net als bij zwemwedstrijdjes en nog beter te leren 'kijken' tijdens het waterpolospel. Dat lukte in de aanval eigenlijk uitstekend.
Maar vaak waren ze allemaal zo bezig een aanval op te zetten, dat onze kinderen bij balverlies niet aanwezig waren in de verdediging. Gelukkig hadden de meeste tegenstanders het ook niet allemaal door.
Volgens de kinderen werden 3 van de 4 wedstrijdjes gewonnen en één verloren. Dat was van een vereniging waarbij de meeste kinderen ook wel een kop groter waren.
Ik let meestal niet op een uitslag bij deze minipolo toernooien, maar meer naar het samenspel, het overgooien van de bal naar iemand die vrij zwemt/staat.
Op de foto staan de kinderen (van links naar rechts en van boven naar beneden) : René Soto (hij kan helaas niet naar Swimkick omdat zijn broer en hij op zaterdag naar Japanse les gaan), Tygo, Ruben, Bjorn, Stian, Britt, Romy, Joris en Marjorie. Behalve Tygo, zwemmen en poloën alle kinderen in de Swimkick Opleiding.
Voor de kinderen zijn er zowel zwem- als minipolo wedstrijdjes in een seizoen. Vanuit de opleiding vinden we (eigenlijk eisen) dat alle kinderen aan beide takken van sport mee horen te doen. Niet alles, maar toch wel twee derde deel van zowel zwem- als polo wedstrijdjes. Elk kind wordt er in elk geval niet minder van!
Ik denk ook dat het een druk weekend was voor menig kind op de foto, want op zaterdag 16 december was er een Vallei zwemwedstrijd.
Ook voor aantal ouders is het dan druk. Veel willen toch ook wel kijken en trotseren de behoorlijke temperatuur aan de badrand. Petje af hoor!
Het zusje van Stian kon lekker in het water poedelen met moederlief. En ondanks het wilde gespartel van veel kinderen genoot ze met volle teugen. Wat zal dat kind geslapen hebben de nacht erna.
En de kinderen uit het spelende team denk ik ook wel!

Hiha

Zwemopleiding ABC

In ‘blokken lessen’.

Afgelopen november waren er 4 zwemlessen wat anders dan anders. Ondergetekende verzint nog wel eens wat, overdenkt wat dingen t.a.v. het zwemles gebeuren.
Om wakker, actief en oplettend te blijven en om hopelijk meer effect te hebben van de gegeven onderdelen van zwemles.
Handiger is dan sowieso het instrueren aan de kinderen, elke lesgever heeft de kinderen dichter bij zich, korte stukjes kunnen geoefend, waardoor hopelijk de herhaling bijdraagt aan het verhogen van het niveau.

Het werkte prima , de lesgevers waren zelf ook erg tevreden over het ‘in blokken zwemmen’.
Dus zeker voor herhaling vatbaar! Wel houden we de groepen A, B en C gescheiden, dus er wordt geoefend in de eigen lesgroep.
Vanaf januari 2018 veranderen een aantal diploma eisen. Op zich geen extreme veranderingen.
Bij A moet er nu ook in lange broek (of lange jurk) en t shirt lange mouwen gezwommen worden , net als bij B. Echter bij B is de te zwemmen afstand twee keer zo lang.
In een volgend clubblad zal ik uitgebreider ingaan op de verandering diplomazwemmen van de NRZ.
Begin februari wordt er diploma gezwommen en zullen de nieuwe A-tjes het spits afbijten.

Hiha.

De Activiteitencommissie

Grote Club Actie 2017

Dit jaar heeft onze vereniging voor het eerst in vele jaren weer meegedaan aan de Grote Club Actie. Een groot aantal van onze leden is vanaf het startmoment in september jl. fanatiek gaan verkopen aan familie, vrienden, buren en andere bekenden. Dit heeft ervoor gezorgd dat wij als vereniging een totaal aantal loten hebben verkocht van 830. De loten werden verkocht voor € 3. Van dit bedrag gaat € 2,40 naar de vereniging. In totaal hebben wij dus als vereniging dit jaar een bedrag van € 1.992 opgehaald. Hiervoor willen wij alle leden die loten hebben verkocht hartelijk bedanken en zij mogen trots zijn op zichzelf.

Van dit totaal bedrag zal nog wel de bijdrage aan de loten verkopers afgaan, dit betreft € 0,50 per verkocht en geïncasseerd lot. Tevens zal dit alleen zijn bij de verkopers die hebben aangegeven dit te willen. De uitbetaling van de € 0,50 zal zijn op vrijdag 5 januari 2018. Die dag zal ook de nieuwjaarsreceptie van onze vereniging en het oliebollen toernooi van de waterpoloafdeling plaatsvinden.

De activiteitencommissie zal tijdens de nieuwjaarsreceptie om 19.00 uur bekend gaan maken welke leden de meeste loten hebben verkocht en wie zodoende de extra prijzen in de wacht hebben gesleept. De nummer 1 zal een badjas winnen en de nummer 2 een knipbeurt. Deze laatste prijs is ons aangeboden door Kapsalon Jansen Pruiken te Heelsum.

Als laatste even een mededeling voor alle loten kopers, woensdag 13 december 2018 zal de trekking zijn van de Grote Club Actie en op donderdag 14 december 2017 kan de trekkingsuitslag worden bekeken op de website https://www.clubactie.nl/

Wanneer er een prijs is gevallen op uw lot, dan zal bij automatische incasso de prijs binnen 6 weken worden thuisgestuurd of, in geval van een geldprijs, op uw bankrekening. Wanneer u contant heeft betaald maak dan een kopie van uw winnende lot en stuur het origineel met een begeleidende brief met uw NAW-gegevens (naam-adres-woonplaats-gegevens) in een voldoende gefrankeerde gesloten envelop naar: Nationale Grote Clubactie, Postbus 440, 5000 AK Tilburg. Uw prijs wordt binnen 6 weken bijgeschreven op uw bankrekening of naar u toegestuurd.
(Bron: https://www.clubactie.nl/)

We hopen de loten verkopers allemaal te zien op vrijdag 5 januari 2018 om 19.00 uur in ons clubhuis. Daarnaast hopen wij dat dit een stimulans is voor de leden die dit jaar geen loten hebben verkocht. Zodat wij als vereniging eind 2018 een nog veel hoger bedrag binnen gaan halen.

Groetjes,
De Activiteitencommissie

Code Blauw

Vorig seizoen zijn we binnen de club gestart met het project ‘Code Blauw’ van de KNZB. Maar wat houdt dat precies in?
We willen allemaal zoveel mogelijk plezier beleven aan onze sport, onszelf uitdagen en verbeteren. We willen graag winnen bij wedstrijden maar moeten af en toe ook ons verlies nemen, niet altijd even makkelijk. Hoe ga je dan met elkaar om binnen een polo- of zwemteam. Hoe spreek je elkaar aan op wat er mis is gegaan of juist heel goed en hoe gedraag je je sportief naar de tegenstander toe. Al deze punten, en nog meer, gaan aanbod komen in verschillende bijeenkomsten en activiteiten. Want dat is wat we doen, we organiseren activiteiten voor onze sporters, trainers en coaches om iedereen binnen de club bewust te maken van ons eigen en andermans gedrag. Met Binky zijn we vorig seizoen al aan de slag gegaan met de jongeren rondom sportief gedrag. Ook hebben we met een aantal trainers/coaches van de verschillende afdelingen een dilemmaspel gespeeld om zo een discussie te openen over wat voor beleid wij willen ten aanzien van pestgedrag, onsportief gedrag en seksuele intimidatie.
Een sportief clubklimaat ontstaat niet vanzelf. Dat is iets wat je samen bouwt en bewaakt, dat doen we met behulp van Code Blauw!

Daantje, Jan, Sanne, Gaby en Anne