



Redactie: Dick Bouman 06-50589322 dickjolien@hotmail.com

Wedstrijdsecretariaat: Ruud Snijders, Remco Brand en Gerard
Bruijgoms
e-mailadres: zwemsecretariaat.mnc@gmail.com

Seizoen 2016/2017

27 september 2016

Nr. 2016-39

Beste zwemmers en ouders van zwemmers,

Geen Training

Met de landelijke competitie is er **geen** training in het wedstrijd bad.

In het doelgroepen bad gaan de trainingen wel door voor de instromers en alle minioren die niet aan de competitie meedoen.

Data van de landelijke competitie waar er geen ochtendtraining is: 1 oktober, 12 november, 11 februari en 11 maart.

Miniorendag

Zaterdag werd in Arnhem de jaarlijkse Miniorendag georganiseerd. Voor MNC waren Sem, Sam en Ingmar met hun ouders hiervoor uitgenodigd. Als trainers en tevens als ouders waren Gerard en Ingrid aanwezig. In samenwerking met het CIOS en diverse sprekers was een zeer leuke dag neergezet waar ouders, trainers maar vooral de zwemmers hebben genoten van de diverse clinics, workshops en activiteiten.

In de ochtend verzorgden de CIOS studenten een leuk en afwisselend spelprogramma voor de kinderen. Voor de ouders en trainers was er een interactieve sessie waar men inging op talentontwikkeling. Na de lunch werden de groepen verdeeld over de diverse zalen en verzorgden (onze) Kim Busch, Marcel Schouten en Ben Schwietert de clinics in het zwembad en hadden de zwemmers de mogelijkheid om hen het hemd van het lijf te vragen.

Voor de trainers en ouders was er een gezamenlijke workshop over het omgaan met positief coachen. Verder werden de trainers meegenomen in de visie op het verbeteren van techniek bij jonge zwemmertjes. Tevens werd met de ouders het belang van gezonde voeding door genomen.



Dit weekend stonden de eerste 2 serieuze wedstrijden op het programma. Zaterdag de eerste Regio west competitie in poule A en zondag de Nederlandse Estafette Kampioenschappen.

Regio west competitie

Zoals gebruikelijk werd deze wedstrijd in ons eigen vertrouwde bad gezwommen. Kunnen we ook dit jaar in de regio uitblinken en kampioen worden? De concurrenten zullen er in ieder geval alles aan doen om dit te voorkomen.

Tijdens de eerste wedstrijd bleek dat inderdaad de concurrenten er alles aan deden maar uiteindelijk bleek MNC op deze wedstrijd de betere te zijn. Onderstaande tabel laat de verschillen zien.

Vereniging	Aantal keren 1e	Aantal keren 2e	Aantal keren 3e	Totaal bij de eerste 3
MNC	9	9	7	25
SG Scom/de Zeehond	3	1	3	7
KZV de Lansingh	4	3	3	10
ZC de Schojetil	1	0	1	2
De Devel	1	3	1	5
Wiekslag	1	6	5	12
Poseidon,56	1	0	0	1
V Vliet Barricuda	2	0	2	4

De wedstrijd begon traditioneel met 2 estafette afstanden. Voor de 4 x 50 vrij dames jeugd e.l. stonden Debbie, Ilse, Lieke en Isa aan de start. Zij wisten als 3 te eindigen. Bij de heren junioren 4 e.l. wisten Bryan, Daan, Nils en Sasa als 2e aan te tikken.

Op de individuele afstanden waren de resultaten als volgt:

Dames senioren

200 schoolslag : Isabel 3e, Birgit 4e
 50 rugslag: Laura 4e, Birgit 14e en Tessa 15e
 200 vrij: Tessa 5e, Lilly 10e en Laura 13e

Heren senioren

200 wissel: Stijn 2e, Alwin 4e
 50 rugslag: Jeroen 1e, Alwin 3e en Dennis 5e
 200 vrij: Jeroen 1e, Alwin 4e en Jelmar 5e

Dames senioren 2

50 vrij: Myrthe 1e en Kayra 17e
 100 wissel: Myrthe 2e, Sanne 3e en Isabel 5e

Heren Jeugd 2 e.l.

50 vrij: Anton 1e, Camo 2e en Luke 8e
 100 wissel: Camo 1e, Anton 2e en Luke 11e

Dames jeugd 2

50 vrij: Isa 1e, Ilse 2e en Pernilla 7e
 100 wissel: Isa 1e, Ilse 2e en Pernilla 10e

Heren junioren 4

50 vrij: Bryan 1e, Daan 14e en Jordi 19e.
 100 wissel: Bryan 2e, Daan 12e en Jordi 16e

Dames junioren 3

50 rugslag: Lieke 7e, Anouk 10e en Danique G 18e
 100 wissel: Lieke 3e, Debbie 6e

Heren junioren 2

50 rugslag: Nils 4e, Timo 11e en Nathan 13e
 100 wissel: Nils 3e, Nathan 10e en Timo 11e

Dames junioren 1

100 wissel: Anastasia 3e, Jennifer 11e en Feia 22e
 50 schoolslag: Anastasia 1e, Jennifer 3e en Feia 16e

Heren minioren 6:

100 wissel: Aaike 2e, Tjomme 9e en Marco 14e
 50 schoolslag: Aaike 2e, Tjomme 8e en Marco 18e

Op de 2 afsluitende estafetteafstanden wist MNC beiden afstanden te winnen. Op de 4 x 50 wissel dames deden dat: Myrthe, Sanne, Laura en Tessa. Bij de heren waren dat op de 4 x 50 vrij: Jeroen, Dennis, Alwin en Ian

En zo begon de eerste regio competitie succesvol voor MNC. Een goed begin is het halve werk. Ga zo door allemaal.

Nederlandse Estafette Kampioenschappen.

In Eindhoven wordt ieder jaar eind september de Nederlandse Estafettekampioenschappen gehouden. Zo ook dit jaar. MMNC was met 4 teams aanwezig. De meisjes junioren 1, de jongens junioren 2, de dames senioren en de heren senioren.

Meisjes junioren 1

Voor hen stonden er 3 afstanden op het programma (4 x 100 schoolslag, 4 x 50 Wissel en de 4 x 50 vrij). Op de 4 x 100 schoolslag wisten de meiden (Anastasia, Jennifer, Tsha en Sam) als 9e aan te tikken. Op de 4 x 50 wissel werden ze helaas gediskwalificeerd (te vroege overname) en dat was erg jammer. Op de 4 x 50 vrij zwommen de dames Anastasia, Jennifer, Feia en Tsha naar een 19e plek.

Jongens junioren 2

Een 16e plaats voor Timo, Sem, Nathan en Nis op de 4 x 100 vrij. Op de rug werden de mannen 17e en wederom een 16e plek op de 4 x 100 vrij. Tenslotte eindigde de mannen op de 4 x 100 wissel als 13e.

Dames senioren

Bij de dames op de wissel en de school 2 Busches aan de start. Op de wissel werden ze vergezeld door Laura en Tessa. Deze dames tikten op deze afstand als 8e aan. De verwachtingen op de school waren hoog. Op de schoolslag hebben we aardige goede zwemmers. De verwachtingen werden waargemaakt. De dames Kim, Sanne, Isa en Myrthe zwommen naar een mooie 3e plek. Wat voor de schoolslag geldt, geldt niet voor de rugslag. Daar werden de dames Myrthe, Isa, Ilse en Laura 19e. Op de vlinder hebben we onze kampioen Kim. Zij startte als laatste op de 4 x 100 vlinder. Voor haar startte Birgit, Laura en Myrthe. De gezwommen tijd was goed voor een 9e plaats.

Heren senioren

Ook bij de mannen bleek de rugslag niet hun favoriete slag te zijn. De heren Martijn, Anton, Dennis en Alwin eindigde op de 4 x 100 rugslag als 15e. Op de andere afstanden deden de mannen mee in de top. De 4 x 100 wissel werd afgesloten met een 5e plek. Verantwoordelijk daarvoor waren Mark, Igor, Thomas en Jeroen. Dezelfde plek werd behaald door Thomas, Marco, Camo en Jeroen op de 4 x 100 vlinder. Net als bij de dames kansen op de schoolslag. Ook de mannen (Igor, Thomas, Jeroen en Mark) wisten net als de dames naar een mooie 3e plek te zwemmen.

Tenslotte het toetje van de estafette kampioenschappen. De 10 x 100 vrij voor de dames en de heren. De dames (Tessa, Ilse, Isa, Sanne, Lilly, Chartlotte E, Kim, Birgit, Laura en Myrthe) wisten naar een prima 8e plek te zwemmen. De mannen Jeroen, Dennis, Fabio, Alwin, Anton, Igor, Ian, Marco, Mark en Thomas wisten naar een zeer verdienstelijke 4e plek te zwemmen.

En zo eindigde de tweede serieuze wedstrijden voor MNC naar volle tevredenheid.



Mededeling en verzoek (herinnering)

Vanuit de gemeente Dordrecht en Optisport is het verzoek gekomen om alle leden te vragen om een klanttevredenheidsonderzoek in te vullen. Dit kan door te klikken op de link in de website van MNC in de rubriek nieuws. Je maakt dan tevens kans op één van de genoemde prijzen. Inmiddels hebben al veel mensen het onderzoek ingevuld maar om een goed beeld te vormen zijn er meer nodig. Als u het onderzoek nog niet heeft ingevuld gelieve dit alsnog te doen. Het duurt maar een paar minuutjes

Bekijk hieronder nogmaals de uitnodiging:

Beste sporter, Sinds de opening van de Sportboulevard Dordrecht eind 2010 zijn inmiddels ruim 5 jaar verstreken. Jaren waarin jij, als sporter, gebruik hebt gemaakt van de faciliteiten en dienstverlening in het moderne sportcomplex.

De gemeente Dordrecht en Optisport hebben klanttevredenheid hoog in het vaandel staan en willen daarom inzicht in de tevredenheid onder bezoekers van de Sportboulevard. Onderzoeksbureau Right Marktonderzoek verricht hiertoe een onafhankelijk onderzoek. We vinden jouw mening erg belangrijk en nodigen je dan ook uit om jouw mening met ons te delen. Als je een jeugdlid bent, dan kun je uiteraard ook meedoen. Je kunt de vragenlijst dan invullen met je vader of moeder. Op geen enkele wijze is voor de gemeente Dordrecht en Optisport te herleiden wie welke antwoorden heeft gegeven.

Invullen vragenlijst

Bij het klikken op 'Start vragenlijst' kom je op de webpagina van Right Marktonderzoek terecht, waar je de vragenlijst kunt invullen. Dit neemt ongeveer 10 minuten van je tijd in beslag. Je kunt de vragenlijst invullen tot en met 30 september 2016.

Het bestuur van MNC vraagt u vriendelijk aan dit tevredenheidsonderzoek mee te werken. De gemeente heeft verzekerd dat de uitkomsten van dit onderzoek van vitaal belang zijn voor verdere ontwikkelingen en oplossen van knelpunten op de Sportboulevard. Het is dus van belang dat alle leden nu hun mening geven. **DE GEMEENTE GAAT ECHT WAT MET DE UITKOMSTEN DOEN !!**

Als bestuur van MNC staan we met de uitkomsten van het onderzoek sterker in de gesprekken met Gemeente en Optisport. Het Sportbedrijf kan met deze uitkomsten geld vrij krijgen bij de Gemeenteraad om veranderingen door te voeren.



Deze week staan alle zwemmers die in dit weekend hebben gezwommen in het middelpunt. Zoals al eerder vermeld. Een goed begin is het halve werk.

Uw verslaggever