



Seizoen 2016/2017

3 januari 2017

Nr. 2017-01

Beste zwemmers en ouders van zwemmers,



# Gelukkig, sportief en gezond 2017

De Zwemcommissie

Weer een nieuw jaar. Hopen dat het dit jaar sportief net zo zal gaan als in 2016. Wat betreft de landelijke competitie in de hoofdklasse zal het spannend worden. Handhaven we ons of niet? Aan de inzet van de zwemmers en de trainers zal het in ieder geval niet liggen. Nog 6 maanden knallen. In deze 6 maanden staan er mooie wedstrijden op het programma. Te beginnen met de Regio kampioenschappen en de NJJK korte baan in januari. In februari de derde competitieronde en jaargangfinale. In maart de belangrijke laatste competitieronde en de Challenger, welke wij organiseren. In april de Swim Cup NK lange baan en de Antwerpen Youth Swimcup. In mei de Regio kampioenschappen en in juni de NJJK lange baan en eventueel de promotie/degradatiewedstrijd. Tenslotte de jaargangfinale in juli. Mooie wedstrijden dus die u alvast in uw agenda kan zetten. Ik wil iedereen waanzinnig veel succes toewensen de aankomende maanden.

In de laatste week van december is er geen nieuwsbrief uitgekomen maar er was wel gezwommen. Zo was er op 28 december een limietwedstrijd in Dordrecht waar maar liefst 38 nieuwe persoonlijke records werden gezwommen. Twee daarvan waren voor Nathan. In mijn vorige nieuwsbrief vermeldde ik dat er in Oosterhout niemand een limiet had gezwommen maar dat was fout. Nathan behaalde nl wel een limiet. Op de 200 vrij zwom hij ruim 3 seconde onder de limiettijd en daarom is hij eind januari te bewonderen op de NJJK. Klasse kerel. Opmerkelijk was de 200 vlinderslag van Sanne. Dat Sanne goed is in de schoolslag weten we al geruime tijd maar de vlinderslag is meer het terrein van haar zus. Maar wat de meid flikte verraste vriend en vijand. Ze wist een fantastische race te zwemmen en met een tijd van 2.37.51 sec aan te tikken. Deze tijd betekende een pr van maar liefst 15.27 sec en zelfs een limiet. Sanne geweldig gedaan. Andere opmerkelijke prestaties waren voor o.a. Jennifer, Camo en Wesley. Jennifer wist op de 200 wisselslag een pr te zwemmen van 20.57 sec, Camo (13.91 sec) en Wesley (7.29 sec) op eveneens de 200 wisselslag.

De heren Jeroen, Mark, Thomas, Ian en Martijn waren in de laatste week naar Maastricht gereden om daar deel te nemen aan de Speedo International Friendship Swimmmeet. Deze werden gezwommen van 28 december t/m 30 december. Zoals de heren al meerder keren hebben gedaan wisten ze MNC weer goed te vertegenwoordigen. Deze heren wisten maar liefst 21x de A finale te bereiken en 3 x de B finale en dat is echt geweldig. Zo haalde Jeroen, Thomas en Ian de A finale op de 50 vrij. In deze finale was Jeroen de snelste en tikte Thomas als 2e aan. Ian werd 7e. Op de 100 vrij was Jeroen met een prachtige tijd van 49.86 sec weer de beste en zwom Thomas naar de 3e plek en een pr van 0.39 sec. Ian tikte als 1e aan in de B finale en werd uiteindelijk 9e. Op de 50 rugslag eindigde Mark in de A finale als 2e. Hij wist een pr te zwemmen van 0.32 sec. Jeroen tikte achter Mark als 3e aan. Martijn zwom in de B finale naar de 15e plek. Op de 100 rugslag wederom een A finale plek voor Jeroen. Met een pr van 1.33 sec zwom hij naar de 5e plek. Martijn zwom in de B

finale naar de 14e plek. Op de 50 schoolslag werd 3 MNC zwemmers in de A finale. Met een pr van 0.07 sec wist Mark de snelste tijd te zwemmen. Thomas tikte vervolgens als 2e aan en Jeroen werd met een pr van 0.21 sec. 4e. Op de 100 schoolslag was Mark wederom de snelste. En ook nu wist deze oude meester een pr te zwemmen (0.06 sec). Jeroen eindigde als 3e en Thomas wist met een pr van 1.32 sec als 4e aan te tikken. Maar liefst 4 MNC zwemmers stonden er aan de start op de 50 vlinder in de A finale. Jeroen vlinderde naar de winst gevolgd door Thomas die 2e werd. Mark tikte als 4e aan en Ian als 8e. Op de 100 vlinder was wederom Jeroen de snelste en Mark wist als 3e te eindigen. Thomas vlinderde naar de 4e plek. Jeroen en Mark wisten ook de A finale te bereiken op de 100 wissel. Jeroen liet deze echter schieten maar Mark niet. Hij wist wederom een pr te zwemmen (1.08 sec) en de snelste tijd. Martijn had zich geplaatst voor de B finale en werd daarin 7e (uiteindelijk 15e). De mannen vonden het ook leuk om mee te doen met de 4 x 50 vrij en de 4 x 50 wissel. Op de 4 x 50 vrij waren Ian, Jeroen, Mark en Thomas de snelste van het hele deelnemersveld en ook op de 4 x 50 wissel waren Martijn (rug), Mark (schoolslag), Thomas (vlinder) en Jeroen (vrij) de beste.

En zo waren de heren dus erg succesvol in Maastricht. Heren geweldig gedaan.

En zo eindigde de laatste week van 2016 positief en nu na het olieballen eten en vuurwerk afsteken weer aan de slag voor het restant van het seizoen 2016-2017.

Nogmaals succes iedereen



Deze week in het middelpunt Sanne gezien haar opmerkelijke prestatie op de 200 vlinder.

## Uitnodiging

