



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

Wedstrijdsecretariaat: Ruud Snijders, Remco Brand en Gerard  
Bruijgoms  
e-mailadres: [zwemsecretariaat.mnc@gmail.com](mailto:zwemsecretariaat.mnc@gmail.com)

**Seizoen 2016/2017**

**7 maart 2017**

**Nr. 2016-10**

Geachte zwemmers en ouder van zwemmers,

We hebben al Isa, Luuk en Sam Boom, Mark en Jeroen Baars, Kim en Sanne Busch, Bryan en Sem Agterdenbos, en Camo en Fabio Mieris. Nu hebben we bij de minioren ook nog Kayman en Kjeld Vos en Karol en Weronika Sas. Het wordt bijna een familievereniging.

De laatste 4 waren afgelopen zaterdag actief in Ridderkerk op de Minioren Meerkamp. Uw verslaggever was als coach aanwezig en heeft genoten van de inzet van alle minioren. Onze minioren gingen met 7 gouden, 5 zilveren en 7 bronzen medailles huiswaarts. Daarnaast werden er heel veel pr's gezwommen.

Ik heb ze hierboven al genoemd maar ik wil ze nog even noemen. Ik heb het over Weronika. Zij zwom haar eerste minioren meerkamp en ze liet direct zien dat er in de toekomst rekening met haar gehouden moet worden. Ze kwam uit op 4 afstanden en won er maar liefst 3 en dat is geweldig. Goed gedaan meid. Bij de jongens minioren 1/2 sprintte Kjeld naar een prachtige 1e en 2e plek. Mees P wist 3 x brons te veroveren. Goed gedaan mannen.

Mila was lekker in vorm bij de meisjes minioren 3. Ze werd 3e op de 50 rugslag, 2e op de 50 vrij en de 25 vlinderslag en was de beste op de 50 schoolslag. Klasse meid Lijsanne zwom een mooie 50 schoolslag en werd achter Mila 2e. Netjes hoor. Leyla veroverde het zilver op de 50 vrij en was daar best blij mee. Thomas wist op 2 afstanden als 3e te eindigen.

Karol ging met een bronzen, een zilveren en 2 gouden medaille huiswaarts. Zo veroverde de familie Sas dus 5 gouden, 1 zilveren en 1 bronzen medailles op 1 dag. Goed gedaan hoor.

Maar ook alle andere minioren hebben het goed gedaan. Ik heb mooie dingen gezien en vooral vooruitgang. Zo vlinderde Emma een mooie vlinder en zag de schoolslag van Jeannet er goed uit. Ook over de techniek van Marco ben ik best tevreden. Nu de snelheid nog. Maar er zit genoeg kwaliteit bij onze minioren. Als ze goed blijven trainen kunnen we nog veel moois gaan zien in de toekomst.

**SWIM CUP  
THE HAGUE**



In Den Haag werd er door enkele MNC meegedaan aan de Swim Cup en ook daar werd goed gepresteerd. Zo werd 13 x een A finale bereikt en 4x een B finale.

Bij de dames zwom Kim in de finale naar een mooie 2e plaats op de 100 vlinder. Op de 50 vrij werd ze 4e in de finale en op de 100 vrij eindigde ze in de finale als 6e. Op de 50 vlinder was ze in de finale de beste. Prima meid.

Zus Sanne kwam uit op de 50, 100 en 200 schoolslag. Op de 50 en de 200 behaalde ze de A finale en op de 100 de B finale. Op de 50 schoolslag werd ze 6e. Op de 100 werd ze in de B finale 1e en op de 200 schoolslag werd ze in de A finale 7e. Netjes gedaan meid.

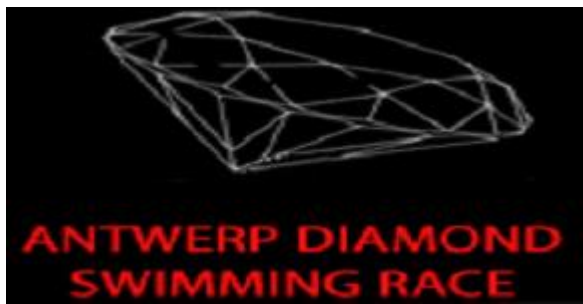
Thomas bereikte de A finale op de 100 vlinder waarop hij als 8e eindigde. Op de 50 vrij was er een Swimm off nodig om de A finale te bereiken. Thomas kwam slechtes 0.09 sec te kort en het werd dus de B finale. Hierop werd hij 1e. Op de 50 vlinder bereikte hij wel de A finale en werd 7e.

Stijn eindigde op de 200 schoolslag als 10e, werd 15e op de 100 schoolslag en sprintte ten slotte op de 50 schoolslag naar de 11e plek. Ook Bryan kwam uit op de Swim Cup en wel op de 200 vrij, 400 vrij, 200 wissel en de 100 vrij. Hij werd respectievelijk 23e, 16e, 15e en 27e.

Camo vlinderde op de 50 meter naar de 19e plek en behaalde op de 50 schoolslag de B finale. In deze finale werd hij 4e.

De A finale op de 50 schoolslag werd behaald door Mark en hij wist als 4e te eindigen. Broer Jeroen sprintte op de 50 vrij in de A finale naar de 3e plaats en op de 50 vlinder werd hij in de A finale als 4e. Martijn behaalde de B finale op de 100 rugslag en werd daarop 5e.

Lisette werd bij de paralympics 1e op de 50 vrij en 3e op de 100 vrij. Lisa werd op deze afstanden 6e en 10e.



In antwerpen kwamen Wesley, Timo W, Debbie, Anouk, Lieke en Daan uit op de Antwerp Diamond Speedo Race. Wesley wist mooie pr,ste zwemmen. Vooral de pr op de 400 vrij was opvallend ( 12 sec). Timo zwom een pr op de 50 vrij en Lieke op de 50 vlinder. Ook Debiie wist 2 pr's te zwmmen en wel op de 50 vlinder en de 100 vrij. Anouk zwom een pr op de 100 schoolslag. Daan zwom naar een mooie 4e plaats op de 200 schoolslag.

En zo werd er dus op veel fronten gestreden en mooie resultaten geboekt.



De week staan Karol en Weronika Sas in het middelpunt, vanwege hun prestaties.

Uw verslaggever

