



## Nieuwsbrief 25

Januari 2022

Beste Masterszwemmers,

En ondertussen zijn de eerste weken in 2022 al gepasseerd... tijd om nog wat (ouder) mastersnieuws op papier te zetten.

Begin 2021 heeft Caroline aangegeven om te stoppen met de werkgroep Masterszwemmen. Bianca en Robin vormen vanaf dat moment samen de werkgroep waarbij Bianca het aanspreekpunt blijft op het zwembad.

Vanaf april 2020 werden veel wedstrijden als gevolg van de geldende Covid-maatregelen geannuleerd. In de daaropvolgende periode kon er soms getraind worden. Als er geen zwemtrainingen zijn, proberen we onze conditie op niveau te houden met andere sporten zoals wandelen, hardlopen, fietsen of wielrennen, een hele uitdaging... en wat zijn we blij als we dan weer fysiek in het water mogen liggen. Na alle Covid-maanden zijn velen van ons wat stram en minder soepel dan "vroeger", maar het water weer voelen en het sociale contact op het zwembad is dan fijn. In december 2021 werd er door diverse (masters)zwemmers in de ochtenduren getraind op doordeweekse dagen en/of in het weekend, een zeer gewaardeerde mogelijkheid die door de club geboden werd. Momenteel mogen we weer "als vanouds" op de bekende tijden trainen.

In het maanden september en oktober zijn er enkele masterswedstrijden gezwommen. In deze nieuwsbrief staan de wedstrijdverslagen uit deze maanden, aangevuld met de kalender voor 2022.

~ ~ ~ ~ ~

### Masterslimietwedstrijd in Eindhoven

Op zondag 12 september 2021 reed Bianca met zoonlief (Jeugd 1-zwemmer) naar Eindhoven voor een gecombineerde wedstrijd voor masters en de jeugd van PSV. Het was een 50m-bad wedstrijd op uitnodiging waarbij de kinderen van masterszwemmers mochten starten tussen de PSV-zwemmers. Starten met een minimale trainingsarbeid, want tenslotte was het zwembad gedurende de zomerperiode gesloten en waren de trainingen nog maar een week hervat. Met de eigen organisatie van de Zuidelijke Cirkel in het vooruitzicht was het doel van de wedstrijd om weer bekenden te zien en te spreken (en te vertellen dat Zeeland echt niet ver weg is 😊) èn om te bekijken hoe de Corona-maatregelen bij een masterswedstrijd georganiseerd zijn. Het Pieter van de Hoogenband zwemstadion is een groot zwembad met veel tribunes, ruim voldoende om de gewenste 1,5 m afstand te houden. Ook bij de voorstart was het een weerzien op Covid-afstand. En dan het zwemmen... wat zijn de startblokken dan weer hoog (en schuin!), wiebeldewiebel, stil staan tot het fluitsignaal en gaan! Na 18 maanden eindelijk weer racen, na minimale training... waar is dan de souplesse en de kracht gebleven? De wil was er, maar de meest gehoorde uitspraak bij de masters was: "Oei... wat een tijd!". Per baan (50m) 2-3 seconden extra zwemtijd was geen uitzondering en daar voldeed Bianca ook aan op 50m vlinderslag, 100m schoolslag en 100m rugslag. In eerste instantie is er toch wel schrik als je de tijd dan op het hele grote bord ziet (lijkt wel of ze je tijd dan nog uitvergrooten), maar al snel komt de relativering... je best gedaan en dus voorlopig geen hoge verwachting met betrekking tot persoonlijke records. De zwemdoelen worden bijgesteld...



### Zuidelijke Cirkel #5 in Oostburg

De door Covid19 geannuleerde wedstrijd uit de Zuidelijke Cirkel 2020 was uitgesteld tot zaterdagmiddag 30 oktober 2021. Eindelijk was het zover, met inachtneming van de geldende Coronamaatregelen (QR-code in de kantine en waar mogelijk afstand houden in het zwembad) hadden 22 clubgenoten in de leeftijd vanaf 20 jaar ingeschreven voor deze wedstrijd. Helaas moesten **Tim** en **Frank** zich afmelden als gevolg van ziekte. Met in totaal 84 zwemmers van 21 verenigingen was dit naar omstandigheden een goed bezette wedstrijd. Van heinde en ver waren zwemmers weer naar West Zeeuws Vlaanderen afgereisd. Het zwemprogramma was aangepast; geen estafette's (afstand van 1,5m is dan niet te handhaven) en geen fun-nummers. Er kon voor alle 50m en 100m zwemnummers, aangevuld met enkele 200m en een 400m, ingeschreven worden. De zwemmiddag werd gestart met 200m wisselslag waar **Marenne** en **Inge** in de 2<sup>e</sup> serie de strijd aangingen met de 50- en 60-jarigen. Marenne zwom na 3 jaar haar oude PR uit de boeken! **Robin** mocht zijn krachten tonen in de 3<sup>e</sup> serie met voornamelijk getrainde Brabanders en Limburgers. De 50m afstanden waren geliefd bij deze wedstrijd: **Laura** en **Mattijs** maakten een start op 50m rugslag en **Eveline** (PR), **Maud**, **Martinique**, **Pauline**, **Caroline** en **Ryan** doken het water in voor 50m schoolslag. Een flinke uitdaging voor **Bianca** op 100m vlinderslag (die laatste baan was er een volgens het Zeeuwse credo "Luctor et Emergo"), bij **Roderick** ging de race naar zijn zeggen "best lekker". Op 100m vrije slag maakten **Mark Buitendijk** en **Michel van de Velde** hun debuut als masterszwemmer. Waar Michel al enkele jaren de mastersverhalen van partner Laura aanhoort, was het masterszwemmen voor Mark een nieuw begrip. Op 50m vlinderslag gingen **Ilonka** en **Thijs** uit hun comfortzone. Ilonka zwemt het liefst schoolslag. Thijs zwom zijn laatste (zwembad)wedstrijd in 2000, hij zwom op zijn laatste wedstrijd 50m vlinderslag... mooi om met deze afstand en zwemslag het wedstrijdzwemmen weer op te pakken! Na 2 zwangerschappen wilde **Anneke** toch ook wel weer het sfeertje van wedstrijdzwemmen proeven. Ze maakte een start op 50m vrije slag, samen met een heleboel clubgenoten. Maud en Laura zwommen op 50m vrije slag een PR. Op 100m schoolslag zwom Ilonka heel fraai naar een PR. De 3<sup>e</sup> serie van 100m wisselslag was een Zeeuws onderonsje waar Robin (trainend bij DZK) naast zijn clubgenoten van Scheldestroom lag, Robin en Thijs daagden elkaar uit tot het welbekende gaatje! 200m rugslag was het enige programma waar geen Scheldestroom-starts op gemaakt werden, wie waagt zich er de volgende keer aan? Mark kan als enigste Scheldestromer zeggen dat hij in een serie zwom waar een Wereld Masters Record werd gezwommen! Op de 200m schoolslag zwom hij naast Marianne Maandonks (leeftijdscategorie D95+, stiekem toch wel een begrip in masterszwemmend Nederland!). **Imke** zwom haar eerste 200m schoolslag sinds haar rentree bij de masters in 2015. De wedstrijd werd afgesloten met 400m vrije slag waar **Dorien**, Martinique en Marenne hun kunnen lieten zien op 16 baantjes en 15 keerpunten.



Maar liefst 3 Nederlandse Mastersrecords (D75+, 100m en 200m wisselslag, 50m vrije slag) en 2 Wereld Mastersrecords (D95+, 200m schoolslag en splittijd op 100m) werden er deze middag gezwommen. Wethouder de Feijter (Gemeente Sluis, sportzaken) kwam langs om te aanschouwen dat wedstrijdzwemmen niet alleen voor de jeugd is. Zij feliciteerde mevrouw Maandonks met de prestaties namens de gemeente en zwemvereniging Scheldestroom.



Tot slot blijft het altijd een mooi gegeven als je vanuit de deelnemende verenigingen complimenten ontvangt over de wedstrijdorganisatie: een voltallige jury, verstaanbare speaker, vlotte doorloop van het programma... Na afloop was er voor de zwemmers en organisatie een bijklets- of netwerkmoment waardoor het weer een geslaagde wedstrijddag was.



### Bijzonder nieuws:

Tijdens de Junioren-Jeugd-Senioren wedstrijd op zondag 14 november 2021 werden door een aantal masters ook diverse starts gemaakt. Bijzonder was dat de deelnemende “cluboudsten” met een estafetteteam ingeschreven waren op het allerlaatste zwemnummer: 4x 100m vrije slag. Niet voor elk teamlid de favoriete afstand en zwemslag, maar onder het mom “*verliezen kunnen we niet*” stond het team tussen de jeugd op het startblok. Met Therese als startzwemster, een nette overname door Mattijs, een moeizame race door Bianca en een alles of niets –race door Maarten werd het eerste Zeeuws Record op 4x 100m vrije slag in de leeftijdscategorie 160-199 jaar neergezet.



De leeftijdscategorie wordt bepaald door de optelsom van de leeftijden van de teamleden (dit Scheldestroom team telt 187 jaar).

vlnr: MATTIJS, THERESE, BIANCA en MAARTEN

Overzicht van de masterstour Zuidelijke Cirkel 2022 en andere masterswedstrijden:

	Datum	Waar?	Inschrijven via <a href="mailto:masters@scheldestroom.com">masters@scheldestroom.com</a> , uiterlijk...	Sluiting inschrijving
ZC 2022-2	Zondag 3 april 2022	Kapelle	Volgt	volgt
ONMK lb	Donderdag 5 tm zondag 8 mei 2022	Eindhoven	Volgt	Volgt
ZC 2022-3	Zondag 19 juni 2022	Veldhoven	Volgt	Volgt



ZC 2022-4	Zaterdag 24 september 2022	Maastricht	Volgt	Volgt
ONMK kb	Donderdag 3 tm zondag 6 november 2022 (datum gewijzigd agv Corona, was: 3 tm 6-2-2022)	Rotterdam	Volgt	Volgt
ZC 2022-5	Zondag 6 november 2022	Etten-Leur	Volgt	Volgt
ZC 2022-6	Zondag 4 december 2022	Eindhoven	Volgt	Volgt
Europese Masters Kampioenschappen	29 augustus tm 4 september 2022 (data nog onder voorbehoud)	Rome (IT)	Individueel	Onbekend

Het wedstrijdprogramma van de Zuidelijke Cirkel-wedstrijden wordt op de website <https://www.scheldestroom.com/masters/> bij de bijlagen geplaatst zodra het programma definitief is. De uitnodigingen voor de diverse wedstrijden volgen via mail.

Kom je via Social Media een masterswedstrijd tegen die je leuk lijkt? Geef het gerust door aan werkgroep via [masters@scheldestroom.com](mailto:masters@scheldestroom.com), Bianca verzorgt ook de inschrijvingen van deze masterswedstrijden.

Bij Belgische wedstrijden geldt een mondkapjesplicht tijdens de wedstrijd, tot het startblok en direct na je zwemrace. Om deze reden staan er nog even geen Belgische invitatiwedstrijden op de kalender. Wil je toch starten op een Belgische wedstrijd, geef gerust je zwemprogramma door aan Bianca.

Werkgroep Masterszwemmen Scheldestroom,

Bianca

Robin