

# Open Water Actueel

## Van de redactie

Hier is dan de eerste Open Water Actueel van dit seizoen. Met zoals we in de laatste Actueel al voorspelden dezelfde redactieleden als vorig jaar. De eerste verslagen van de afgelopen weekenden druppelden ditmaal moeizaam binnen. Desondanks is het toch nog gelukt om deze uitgave op tijd klaar te hebben. Je leest de weer hoe verschillende enthousiaste schrijvers (deelnemers) de afgelopen wedstrijden ervaren hebben. Zowel hier in ons eigen land als bij wedstrijden in Europa.

Vind je het leuk om ook eens iets te schrijven over leuke en minder leuke ervaringen of heb je een leuke foto die je graag in de Actueel wilt hebben, schroom niet en mail het naar ons op [actueel@noww.nl](mailto:actueel@noww.nl)

Wij wensen jullie veel leesplezier en dan maar wachten op de volgende Actueel die hoogstwaarschijnlijk in Anna Paulowna uitgegeven wordt.

*Richard, Alinda, Joost, Fatima*

### Colofon

Jaargang: 5, uitgave 1  
juli, 2004

Redactie: Richard Broer  
Alinda van Bruggen  
Fatima de Bruijn  
Joost Kuijlaars

Prijs: € 0,70

E-mail: [actueel@noww.nl](mailto:actueel@noww.nl)

Oplage: 100 stuks

## Drie Sluizen Zwemmarathon 2004

*Door: Richard Broer*

De organisatie Oude Veer/Anna Paulowna **verlengt de inschrijvingstermijn tot 13 juli** voor haar beroemde 3-sluizen Marathon. De wedstrijd van enige jaren terug is gelukkig weer op de kalender terug. Er zijn zelfs nog voldoende boten voor meer deelnemers. Wie durft de uitdaging nog meer aan? De 16km in het schitterende water rond Oude Veer is immers een prachtige kans om de overstap naar de Marathon eens te wagen.

Als je de uitdaging opneemt - en wie wil dat niet een keer proberen - kun je je melden bij [dwajon@hccnet.nl](mailto:dwajon@hccnet.nl) (Dorus Wajon). Geef in je mailbericht aan wie je begeleider zal zijn

(die mag dan in het bootje plaatsnemen en je voorzien van de nodige voeding, drinken en informatie zover je slagfrequentie en positie), welke wedstrijden je eerder gezwommen hebt van 5km of langer en de tijd waarin je schat dat je bij de finish aankomt.

De historie van de baan is fenomeenaal. Winnaars (even uit het blote hoofd - ik vergeet er vast veel) uit het verleden zijn onder meer Joop Lam en Ton Brouwer. Ton is later zelfs met succes van Dover naar Calais gezwommen! In 1997 was de wedstrijd zelf het ONK. Voorwaar niet mis!

Neem de uitdaging aan; je zult er vast geen spijt van krijgen om een dagje langer in het noorden te blijven!

## Hoort de wind waait...

*Door: Joost Kuijlaars*

Jawel, het heerlijke avondje is weer gekomen. Het avondje dat je na een langebaan onderuit gezakt op de bank ligt na te genieten van de inspanningen eerder op de dag. En 12 juni 2004 was het dan eindelijk weer zo ver. Het open water zwemseizoen 2004 begon in een kanaal nabij Gorinchem. De organisatie werd wat dwars gezeten door een internationale viswedstrijd op de originele locatie, maar dat kon de pret niet drukken. Op een wat afgelegen industrieterrein werd snel geschakeld en de wedstrijd kon gewoon doorgaan. De meegenomen tenten tarten de sterke wind op de dijk, maar menig open water zwemmer vond zijn/haar nestje langs het kanaal.



Dit jaar trapt de vrije slag heren masters het seizoen af, maar het beeld bleef als van ouds. SBC-2000 zwemmer Joost Kuijlaars won in een sterke tijd van 12.22 met in zijn kielzog Erwin Hoogeveen (Woerden).



Bij de dames masters was het omgedraaid. Daar won de Woerdense Mi-

randa den Hollander in 14.33 voor Susanne Prins (SBC-2000). Op de schoolslag masters viel de deelname tegen. John Verschoor (Altena) won met ruime voorsprong in 17.31, terwijl Gerdien Meerwaldt als enige deelnemster de klokken op 26.14 deed stilstaan.

Vervolgens dook Rens van den Berg van Torpedo op de 500m schoolslag net onder de 8 minuten grens en zeventiende bij de jongens junioren met ruime voorsprong op Hans Peter Hartog en Marlon (Alliance) van Gremberghe (Koewacht). Bij de meisjes junioren was de winst voor Loes Schellekens van de Krabben voor Sanne Tebbes (Hoorn) en Leonie Heijboer (eveneens de Krabben). Schellekens had 9.33 nodig om de 500m schoolslag af te leggen. In dezelfde junioren categorie won de lokale favoriet Sander van Elburg (Altena) in 13.32 de kilometer vrije slag voor Hans Polkläsener (SBC-2000) en Peter Sohl van Rapido. Het goud bij de meisjes ging naar Mieke van Dort (Luctor & Emergo) in 15.05.23 voor SBC-2000 zwemster Ildiko van der

Ploeg en René Kleinveld (Woerden).



Bij de minioortjes was het SBC-2000 wat de klok sloeg. Melvin Prins (4.15) won de 250m bij de jongens en Claudia den Ottelander verzilverde haar debuutoptreden met winst in 4.35. In totaal starten en volbrachten slechts 7 zwemmers/zwemsters deze tocht. De oudere minioren sprongen in grotere getale het lekkere water (20 graden) van het Merwede-kanaal in om hun 500m af te leggen. Hier won bij de meisjes Vlaardingse Zoe Strohmayr (7.47) voor Ilse Blankvoort (Tolhekke) in 8.03 en Michelle Kleinveld (8.23) van Woerden. Julian van Leuven van Rapido snelde bij de jongens naar de winst in 7.07 op zes seconden gevolgd door Roderick van Doeselaar van Koewacht en Leidenaar Donald Hillebregt (7.25).

Op de vrije slag nummers deelden Thomas Felten (Aqua-Novio) en Bian-

ca de Bruijn, zwemmend voor SG Y-mere, geen cadeautjes uit. Beide wonnen zowel de 1km als de 2km. Felten versloeg Mark Drenth (LZ1886) tweemaal middels een sterk eindschot met tijden van 11.57 respectievelijk 24.12. Op plaats drie tikte Koen Florijn (MNC) bij de 2km aan en Joost Reyns (Hoorn) op de kilometer. Bianca de Bruijn zegevierde op de 2km in 25.26, terwijl Denise de Riet (Van Vliet Baracuda) en de jeugdzwemster Vera van den Berg het podium compleet maakten. Bij de kilometer pakte De Bruijn het goud in 12.29 met op een minuutje gevolgd door zus Sascha (de Kempvis). De slotafstand, 2km schoolslag, bracht de meeste spanning. Met een uiterste krachtingspanning op de laatste meter versloeg "oude" rot Lesley Voorn van Oceanus de 10 jaar jongere Tim van de Berg (ZPB) met een nageldikte (van 1 tiende seconde): 31.35. Een half minuutje later kaapte Pieter Pickhardt (de Whee) het brons voor de neus van Paul van den Heuvel (Nauthusa) weg. Door de deelname van DRIE dames werd er samen gestart, waarbij in het geweld van de heren ook Astrid Koert (MNC) van zich deed spreken met een tijd van 31.50 bleef zij de jonkies Larissa Brak (de Zijl LGB) en Eline Nijskens (Koewacht) ruim voor.



Later die dag, hangend op de bank, konden we weer tevreden terug kijken. Ondanks dat het wachten op de laatste prijsuitreikingen wat lang duurde, was het weer een heerlijke dag geweest. De weergoden waren Gorinchem goed gezind geweest op een enkele windvlaag na en ondanks een of andere viswedstrijd konden deelnemers en organisatie terug kijken op een geslaagde opening van het open water seizoen.

## Twenterand Kanaalrace 2004

Door: Melanie Kuiper



Op 19 juni was de tweede open water wedstrijd van dit seizoen. In Vriezenveen gingen ruim 250 zwemmers te water voor hun Twenterand Kanaalrace. In vergelijking met andere jaren was deze opkomst helaas wat mager. Het water in het kanaal was met ruim 18°C wat aan de frisse kant, maar het weer werkte ondanks één flinke bui goed mee. Naast een prima organisatie was er ook nu weer aan het "randgebeuren" gedacht. Een zgn. stormbaan/ springkussen voor de jeugd en iedereen kon Oranje geschminkt naar huis gaan om daar als echte Oranje supporter Nederland-Tjechië te kijken. Het hoogtepunt van deze open water wedstrijd is de "10 van Twenterand". Om 13.30 uur gingen er 24 deelnemers van start voor hun tocht naar Vroomshoop en terug. Bij de heren ging de overwinning naar Mark Drenth (LZ 1886) in een eindtijd van 2.09.52.75. Hij deed dit voor de derde keer op rij en mocht daarom ook de wisselbeker mee naar huis nemen.

Sebastian Reijnen (Het Y-mere) moest slechts minder dan een minuut toegeven op Mark en eindigde met 2.10.47.79 op de tweede plaats. De all-in derde, maar bij de dames de eerste plaats was er voor Bianca de Bruijn (Het Y-mere). Zij verbeterde met haar winnende tijd 2.13.28.66 ook het op haar naam staande baanrecord. Als vierde kwam aan Joost Kuijlaars (SBC-2000), zijn tijd van 2.15.41.73 was goed voor de derde plek bij de heren en tevens zijn snelste tijd op de 10 km van de afgelopen jaren. Bij de dames ging de tweede plek naar Daniëlle uit den Bogaard (MNC Dordrecht) in 2.16.18.83 en Patricia Brooijmans (SBC-2000) eindigde in 2.24.37.59 op de derde plaats.

Terwijl de 10km zwemmers onderweg waren naar Vroomshoop gingen in Vriezenveen de overige zwemnummers van start. Het schoolslagklassement bij de heren belooft dit jaar spannend te worden. Het was Lesley Voorn (Oceanus) die de eindsprint van de 3km in 46.49.07 won van de klasse-



ments-winnaar van vorig jaar Hans Jansen (HPC Heemstede) met vlak daarachter Tim van den Berg (ZPB H&L Productions). Bij de dames was het een stuk minder spannend, Astrid Koert (MNC Dordrecht) won met grote overmacht in 48.54.00, voor Dieuwertje Vermeulen (51.40.83, LZ 1886) die tweede werd. De schoolslag nummers bij de jongens junioren 1, 2, 3 en 4 werden gewonnen door Hugo Polman (Dedemsvaart AC) en Jurriën Hartman (Z.V. Vlaardingen) en bij de meisjes junioren 1 en 2 door Kimberley van Uffelen (Z.V. Vlaardingen).

Toen de masters van start gingen voor de kilometer vrije slag hadden de eerst 10km zwemmers het keerpunt al gerond en waren weer op weg naar Vriezenveen. Na 13 min en 17.34 sec was het Agnus Gerringa (Het Y-mere) die als eerste aantikte en won in de categorie 25+. In de andere categorieën waren de eerste plaatsen voor: Robin Prins (SBC-2000) cat. 35+, Otto Zeijpveld (Aquapoldro) cat. 45+, Ruud Sloof (De Rijn) cat. 55+ en Nic Geers (Van Uden De Gouwe) cat. 65+. Bij de dames was het Melanie Kuiper (De Rijn) die als eerste aantikte in 13.39.35 en won bij de categorie 25+, hier waren de overige overwinningen voor Susanne Prins (SBC-2000) cat. 35+, Linda Wibbeling (Steenwijk 1934) cat. 45+ en Loekie van Huissteden (A.Z. & P.C.) cat. 55+.



Na de oudjes was het de beurt aan de jonkies, bij de leeftijdscategorie minioren 4, 5 en 6 ging de overwinning zowel bij de jongens als bij de meisjes naar zwemclub 't Tolhekke (Steenwijkerwold). Bij de jongens was het Kristiaan Kruid die won in 8.07.84, bij de meisjes Ilse Blankvoort (8.03.06). Bij de allerjongsten (minioren 1, 2 en 3) gingen beide overwinningen naar Breda (SBC-2000), hier won Melvin Prins bij de jongens in 4.24.31 en Martine Kuijlaars bij de meisjes in 5.14.94. Vervolgens waren de masters weer aan de beurt ditmaal voor de kilometer schoolslag, de winnaars waren: Casper de Zeeuw (18.24.62, 25+, EZC), Johan van Tol (19.53.71, 35+, Zuiderzeezwemmers), Dirk Jan Sohl (22.36.03, 45+, Rapido'82) en Donald Uijtenbogaart (17.34.47, 55+ De Dolfijn SPAX). Bij de dames masters gingen de overwinningen naar: Marleen Vos (17.35.23, 25+, Het Y-mere), Karin Kuijlaars (19.37.00, 35+, SBC-2000) en Linda Wibbelink (19.34.69, 45+, Steenwijk 1934)

Inmiddels waren de meeste 10km zwemmers gefinisht, en konden Sebastiaan Reijnen en Bianca de Bruijn een kilometer tje uitzwemmen. Voor Bianca verliep dit uitzwemmen succesvoller dan voor Sebastiaan. Bianca won namelijk in 13.51.79 voor Jolanda van Leijen (De Rijn) en Ilse Smid (EZC). Sebastiaan werd 7<sup>e</sup> en moest de overwinning laten aan Thomas Felten (Aqua Novio'94) die in 12.59.09 de snelste tijd liet noteren voor Bram Janssen (Aqua Novio'94) en Eelke Kraak (OZ&PC).



De 1500m vrije slag bij de jongens junioren 1 en 2 werd gewonnen door Chris Smink (De Otters Het Gooi), gevolgd door Robert Piquer (Z.C. 't Tolhekke) en Fabian Beimin (De Whee), hun tijden waren resp. 20.41.00, 21.08.49 en 21.44.37. Bij de junioren 3 en 4 was het een spannende finish, uiteindelijk won Mathijs Brandhorst (OZ&PC) in 19.37.20 vlak voor Pelger de Jong (Z.V. Vlaardingen) in 19.39.00. De derde plaats was hier voor Tom Verbeek (SG Vecht en Rijn) in 20.27.50.

Bij het juniorenklassement bij de meisjes behaalde Solé van Leenen (De Kempvis) het maximaal aantal punten, zij won de 1500m vrije slag namelijk in 22.45.20, tweede werd hier Inge Kuiper (SC Salland) in 22.55.51 en de derde prijs bleef ook in de regio want Marloes Nijhuis (ZPC Heidelberg) mocht die in ontvangst nemen.

De tweede start van de dag van Thomas Felten eindigde ook in een overwinning, hij won met overmacht de 3km vrije slag heren in 36.52.12, ruim 2,5 minuut later eindigde Joop Lam (WVZ) in 39.35.62 als tweede, de derde plek was hier voor Rein Beenker van zv Hoorn in 39.55.41.

Bij de dames zwom Vera van den Berg (Z.V. Torpedo) onbedreigd naar haar eerste overwinning bij de senioren. Met een prima tijd van 39.46.83 had ze bijna een minuut voor-sprong op Evelien Sohl (Rapido'82) die 40.41.00 liet noteren en tweede werd. De derde tijd werd gezwommen door Melanie Kuiper (De Rijn) in 40.51.57. Het zwemspektakel in Vriezenveen werd afgesloten met een 4x250 m estafette die werd gewonnen door een gemengde ploeg van OZ&PC en EZC.



## Spaarnewoude 2004: een Koninklijke wedstrijd

Door: Jan-Kees Boer

We zijn met enkele mensen al anderhalf jaar bezig om de gemeente Bloemendaal en de Koningin zover te krijgen om Ok van Batenburg, trainer van de Speedo kinderen bij Rapido, een lintje te laten toekennen. Hij is al 55 jaar zwemtrainer, geeft al 35 jaar gymnastiek en heeft meerdere AIDS-patiënten thuis verpleegd. Een flink aantal bekenden van Ok hebben aanbevelingsbrieven geschreven. En nu maar wachten, bellen en weer wachten. Twee maanden voor de langebaanwedstrijd krijgen we te horen dat het toegekend is en we beslissen dat de Rapido thuiswedstrijd de ideale plaats van uitreiking is. Dit is ook het water waar Ok, met verschillende zwemmers, al sinds 1970 traint.



In de weken voorafgaand aan de wedstrijd, probeer ik, onopvallend bij Ok te polsen of hij iets in de gaten heeft. Ik twijfel, krijg er geen hoogte van en beslis om maar niets te zeggen. Als Ok 's ochtend in alle haast naar de wedstrijd vertrekt en hij zich niet geschoren heeft, weet ik dat de ijdeltuit niets vermoed.

Ik ren, met mijn zwemspullen en stoel onder mijn armen, naar de auto. Het regent pijpenstelen. Binnensmonds sputter ik en probeer tevergeefs de regen van me af te schudden voor ik instap.



Het klapstuk, de 5km, lijkt zwaar. Van de dertig mannen die starten, vallen er vijf uit. Thomas Felten wint in een nieuw baanrecord. Hij wordt op een paar seconden gevolgd door Mark Drenth en daar weer vlak achter Sebastiaan Reijnen. Zij hebben redelijk

goede tijden. Het lijkt erop dat de snelle zwemmers minder last hebben van de omstandigheden want de tijden in de uitslagen lopen snel op. Bij de dames wint Bianca de Bruijn met één minuut voorsprong op Daniëlle uit den Boogaard die weer een minuut voorligt op een grote belofte voor de toekomst, Vera van de Berg. Bij dames valt niemand uit. In totaal, de dames en heren samen, zijn er voor dit nummer 44 inschrijvingen, wat veel is.

Bij de jaargangen 91/90 en 89/88 op zowel de borst als de school zijn er veel deelnemers uit de regio. Rapido, DWT en NVA/HHC, Oeza en HPC zijn sterk vertegenwoordigd.



Tim van de Berg doet op de 2km school heren eindelijk wat hij al veel eerder had moeten doen. Als hij het op een eindsprint laat aankomen, winnen Lesley Voorn of Hans Jansen. Nu heeft hij op tijd het tempo opgevoerd en wint met overmacht. Astrid wint weer bij de dames. De tijden van Maxime Hofman en Dieuwertje Vermeulen zijn ook prima en Eline Nijskens draait ook goed mee.

Bij de masters zijn dit jaar Martijn Butter en Hugo Knebel nieuwe aanwinsten en zijn voorin het deelnemersveld te vinden. Bij de dames masters is Patricia Brooijmans toegetreden en prompt wint zij de vrije slag.

Niek de Ridder voldoet aan de verwachtingen door de 1km vrij jaargang 91/90 en 89/88 te winnen. Hij wordt wel door een heel rijtje zwemmers op de voeten gevolgd met iedere keer slechts een paar seconden verschil. Bij de meiden is het opvallend hoe sterk de jaargangen 91 en 92 zijn.



Op de 2km vrij dames en heren geen bijzonderheden. De jonkies Pelger de Jong en Carmen de Ridder zijn in vorm. Die zullen we zeker dit jaar nog vaker bij de top terug vinden.

Om 16.00uur wordt Ok het buitenhuis in gelokt. Intussen zijn er al rond de 400 mensen binnen. Hij ziet verschillende bekenden. Plotseling begint er iets bij hem te dagen. De burgemeester van Bloemendaal neemt het woord en haalt Ok naar voren. Ok is intussen zenuwachtig geworden, omdat hij er niet tegen kan als hij geen controle heeft. Hij moet zich achter een kamerscherm omkleden. Intussen hangt daar zijn tweedehandspak. Omdat het snel moet houdt hij zijn trainingsbroek aan, met daarop een keurig colbert met rode strik. Er volgt een leuke speech met grappige interventies en iedereen lacht. Ok wordt verheven tot lid van de Orde van Oranje Nassau. Na de receptie weer een toespraak en Ok licht zijn levensfilosofie toe: het anarcho syndicalisme. Simpel uitgelegd: kleine groepjes nemen verantwoordelijkheid voor hetgeen zij doen. Dit vertaalt hij naar zijn functioneren in de zwemwereld, gespekt met anekdotes. Dat het ook nu nog van toepassing is, blijkt uit het feit dat als Ok zijn receptie voorbij is, de zwemmers, ouders en de organisatoren van Rapido de baan hebben opgeruimd en weer even maagdelijk achterlaten. De uitslagen volgen zeer snel.



Na ongeveer 10 minuten rijden, het is tenslotte een thuiswedstrijd, komen we bij Ok zijn huis aan. Als ik mijn tas binnen aan het uitpakken ben, tikken de spetters op de ramen. Ik hoef niet eens te rennen om droog te blijven. Ik staar naar het natte raam en realiseer me dat anarcho syndicalisme en het weer voor een prima langebaan hebben gezorgd.

## Open Water Wedstrijd Scheerwolde

Door: Jos Kamps

Na afwezigheid van enkele jaren was ik dit jaar weer op deze baan present. Het is een rit door een mooi deel van Nederland en als je bij Zwolle de snelweg afgaat en binnendoor zie je vele waterpartijen in dit deel van Overijssel. Bijtijds gearriveerd hoorde ik dat de watertemperatuur net 16 graden was en dat de wedstrijd doorgaat. Bij aanvang van de wedstrijd speelden de boerenkapel de Rietsnijders een uurtje.

Het openingsnummer was de 5km dames en heren. Bij de heren won Thomas Felten de eindsprint terwijl bij de dames Vera van de Berg nummer één was. De laatste heer Maurice Schaap die na ruim 1 uur en 39 minuten arriveerde mocht ook nog een luid applaus in ontvangst nemen.



Daarna was het de beurt aan de schoolslag die 2500 meter moesten afleggen. Hier was de deelname niet zo groot zodat de dames en heren gelijk van start gingen. Lesley Voorn en Astrid Koert waren hier de winnaars.



Vervolgens de jongeren om hun talenten te tonen op de 1500 meter vrij. Daarna de 1000 meter masters waar in elke groep fel gestreden werd. Bij het te water gaan hoorde je vele verzuchten dat het wel fris was. Ik ervoer het als koud en zwom zo snel mogelijk om weer terug te zijn. Na ruim 18 minuten was de wedstrijd over en dan blijf ik er vaak toch

## Water, alleen maar water!

Door: Daniëlle

### LEN-Cup Sevilla

We vertrokken donderdag 3 juni om 5.00 uur van huis om Etta een Maarten op te halen. Om 6.35 uur vertrokken we met de trein vanaf Dordrecht naar Schiphol. Voor het eerst in mijn leven ging ik vliegen, super zenuwachtig was ik! Rond 8.30 uur kwam het vliegtuig in beweging, het was een hele ervaring. Ik kon niet echt van de reis genieten, bij elke beweging die het vliegtuig maakte dacht ik; 'ojee we storten nu echt neer!' Rond 14.00 uur zijn we in ons hotel gearriveerd. Snel de tassen op de kamers en gaan eten.

Na het eten 1,5 uur geslapen, eindelijk kon ik weer lekker slapen. De nachten voor de reis had ik heel slecht geslapen van de zenuwen. Na ons middagdutje zijn we gaan trainen op het wedstrijd parcours. Wat was dat mooi zeg. Die omgeving, zo veel kleuren, schoon, echt geweldig! Na de training

even in om tot rust te komen. De kou voel je niet meer maar je hebt een voldaan gevoel. Er waren vele starts en tussendoor nog wat prestatietochten. Het was langs de baan goed toeven ondanks de bewolking. Als laatste wedstrijdonderdeel was er de 2500 meter vrij heren en dames. Ook hier was ik van de partij maar veel zin was er niet. Maar opgegeven en geen blessures betekent meedoen en kijken hoe lang het gaat. Reeds snel na de start lag ik in laatste positie en zag ze langzaam van me wegzwemmen. Doorgaan en kijken hoe lang het gaat was het motto en dit bleek de hele race. Bij het keerpunt zag ik de dames reeds naderen en gaf hun ruim baan. Dan is het aftellen naar de finish en ben je blij als je aantikt. Voor mijn gevoel was het ruim 50 minuten maar de tijd bleek 47.01 te zijn wat me positief stemde. Na vorig jaar bijna geen afstanden gezwommen te hebben is het begin weer moeilijk maar gaan we vrolijk door.



Dan is er als slot een estafette wedstrijd voor een taart en deze werd gewonnen door een ploeg van Deltasteur.

Het koude water gaf voor een aantal zwemmers moeilijkheden en stapten voortijdig uit. Het is ook belangrijk naar je lichaam te luisteren want wat zijn de gevolgen anders. Zelf had ik 's zondags problemen met mijn bovenarm en ben ik snel gestopt. Mogelijk een gevolg van het koude water de dag ervoor.

De wedstrijd en de entourage eromheen was goed verzorgd en aan de watertemperatuur is niet veel te doen. Belangrijk zijn de talrijke vrijwilligers die het ons zwemmers mogelijk maken dat we kunnen zwemmen. De organisatie met zijn medewerkers, juryleden, reddingsbrigade duikers en anderen, allemaal van harte bedankt hiervoor want zonder kunnen wij niet.

Tussen de masters was er nog discussie wie beter tegen de kou kon mannen of vrouwen. We zijn er na ampel beraad uitgekomen dat de vrouwen er beter tegen konden. Bij de uitslag bleek ik de 3<sup>e</sup> prijs te hebben bij de 45+ en mocht een fraai zwembrillette in ontvangst nemen. Mijn seizoen is al geslaagd.

hebben we met Denise, Anton, Bianca en Fatima gegeten.



De volgende dag op de tijd van de wedstrijd getraind. Er stond veel wind en het was ook erg heet. Het water was ongeveer 26 graden. Verder die dag hebben we, gegeten, geslapen, gepraat, gelachen en nog een keer gezwommen.

Op de dag van de wedstrijd was het bewolkt, de temperatuur scheelde 20 graden met de dag ervoor! Het was nu bovenwater koeler dan in het water en dat was wel erg fijn. Er stond deze dag ook niet zoveel wind, alles zat wel mee. Het was een hele ervaring om andere bezig te zien in hun voorbereidingen op de wedstrijd.

Om 10.00 uur gingen eerst de mannen van start, 5 à 10 minuten later de vrouwen. Bij de start lag ik al niet goed en kon geen aansluiting met een groepje vinden. Ik lag na 300 meter al alleen achteraan. Dat was niet TOF!! 9,7km alleen als laatste liggen zwemmen pfff.... zwaar.



Bij aankomst kreeg ik veel applaus en werd op de foto gezet, je werd er als held binnen gehaald. Die Spanjaarden waren zo blij dat de laatste zwemster ook was aangekomen.

Maarten was 4de en had zijn vormbehoud gezwommen voor de WK in december. Etta werd in een eindsprint 6de. Ze had een lekkere race gezwommen lag steeds eerste of tweede maar kwam in de eindsprint net te kort. Bianca werd 14de en Denise 16de.

Na de wedstrijd zijn Bianca, Denise, Fatima, Linda en ik nog even de stad

in geweest. We hebben nog een aantal mooie dingen gezien. Daarna hebben we met de hele Hollandse groep nog gezwommen en gedold op de stijger.



De dag erna was het vroeg op om weer terug naar huis te vliegen! Over het zwemmen was ik niet tevreden, maar daar tegenover stond dat ik super veel ervaring heb opgedaan en dat het super gezellig was met z'n allen!

## Breukelen maakt prima stap voorwaarts

Door: Willem Zwierts

### Inleiding

Sommige masters (met name de schoolslag specialisten) kunnen zich wellicht nog mijn artikel herinneren over de OW wedstrijd in Breukelen in 2003. In ieder geval de OW Actueel Redactie was het niet vergeten en vroeg mij nog een keer terug te komen op dit onderwerp. Wat was vorig jaar de aanleiding? Het feit dat De Kwakel sinds jaar en dag de schoolslag voor masters buiten het programma had gehouden en het beleid als het gaat om prijzen per categorie.



### Schoolslag voor masters

Voor die schoolslagmasters die het hebben gemist. De SG Utrecht (waarin opgenomen De Kwakel en UWV Wilskracht), vanaf 2004 de organisator van de prachtige wedstrijd in Breukelen, heeft op 27 juni 2004 de schoolslag voor masters

toegevoegd aan haar programma als openings-nummer. In 2003 beloofden wij als masters de organisatie 60 schoolslagstarts en op deze zondag werden dat er 59. Alle hooggespannen verwachtingen over deze baan werden waargemaakt. Het deelnemersveld was ronduit uitstekend, terwijl de eerste wedstrijden van het seizoen er nog wel eens een aantal bekende namen ontbraken op het programma. Ook de verwachtingen over de snelheid van de baan werden waargemaakt door vele masters. Mijn persoonlijke dank aan de organisatie werd omgezet in de snelste tijd die ik ooit gezwommen heb op de 1000 school (16.25). Met zo'n start kan het seizoen eigenlijk al niet meer stuk.

Ook voor de organisatie is een start met 59 zwemmers op de vroege ochtend in een watertemperatuur van 17 graden naar mijn mening een succes te noemen. Dit aantal zal ongetwijfeld groeien gezien onze ervaringen.

### Resultaten eerste schoolslag masters in Breukelen

Dat ik niet de enige was met een supertijd, was te zien aan de tijden van de heren top bij de masters. Ron Langelaan, Paul van de Heuvel, Dennis Rijnbeek, John Verschoor, Hans Kwaks, Hans Schoenmakers en Jankees Boer waren mij en mijn schoolslag-maatje Donald Uytendogaart voor in tijden onder de 16.00 of er vlak boven.

Uniek was de Open Water doop van Harold Matla. Met spanning werd gekeken naar de prestatie van deze schoolslag specialist uit de zwembadomgeving. Nog nooit was er voor mij en een aantal andere binnenzwemmers de eer om Harold te verslaan. Eerbiedig sloten Hans Schoenmakers en ik dan ook aan in het kielzog van Harold. Harold begon sterk maar na 300 meter ging het kaarsje uit en gingen Hans en ik er overheen zoals dat in onze sport zo mooi heet. Juich echter niet te vroeg want in Bodegraven hield Harold het al 450

meter vol.

Niet alleen de jonkies onder de 40 zetten goede tijden weg. In mijn hekgolf sleepte Donald er een tijd net onder de 16.30 uit, wat een halve minuut sneller is dan zijn snelste tijd van vorig jaar. Otto Zeijveld deed exact hetzelfde en leert ook eindelijk schoolslag zwemmen met een eerbiedwaardige tijd van 17.21. Lest best was Rob Hanou, mijn grote leermeester van drie jaar geleden, net tweetiende te langzaam om Otto een lesje te leren in de schoolslagsprint.



Bij de dames voltrok zich hetzelfde beeld. Prachtige tijden voor Marleen Vos (16.35) en Gonda Stigter (16.42) en Wendy Baljet (16.25). Daarnaast een mooie eindstrijd tussen mijn mastervriendinnen Karin Kuijlaars en Laura Staal in de 35+ cat., waarbij onze borstcrawl crack Laura, Karin op de schoolslag voor wist te blijven (18.11 vs. 18.13). Wendy die ook 35+ zwemt was inmiddels echter al aan het douchen.

## Sluis 2004

Door: Karin Kuijlaars



Goed gemust vertrokken we zaterdagochtend vroeg richting Sluis. Door de werkzaamheden bij Antwerpen kozen we dit keer voor de nieuwe Westerscheldetunnel. En na een voor spoedige reis door Walcheren kwamen we via een toeristische route door

Zeeuws-Vlaanderen aan in Sluis. Ook hier even wennen, de start aan de andere zijde van het kanaal. Wel makkelijk de auto vlak bij de hand op de parkeerplaats en je was zo op de plaats van bestemming. Alleen de sporthal (lees wc) was wel erg ver lopen.



De masters mochten deze keer de spits afbijten, doordat het vrij kort op de 3km vrij lag lieten een aantal masters deze lopen en zagen we nieuwe namen vooraan. Martijn Butter won all in gevolgd door de 45+ ers Richard Broer en Otto Zeijveld. Bij de dames was Melanie Kuiper een klasse apart. Zij won voor Katinka van Dongen en 35+ er Susanne Prins.

Bij de 500 schoolslag junioren won Jurrien Hartman overtuigend voor Remco Peerdeman en Alex Eversdijk (eerste junioren1-2). Bij de meisjes troefde Kimberley van Uffelen de zeeuwse Emke Erelinck af die als nieuwkomer een goede indruk achterliet.

Bij de 3km vrije slag heren won Se-

Een gevoel wat ik heel goed ken als ik als schoolslag-specialist de vrije slag zwem tegen mannen als Otto Zeijveld en Richard Broer, die al aangekleed zijn als ik binnenkom in naar mijn gevoel respectabele tijden.

Tot slot viel ook de tijd van Linda Wibbelink op, die dit jaar voor het eerst in de 45+ cat. uitkomt. Ook zij zwom een tijd die beter was dan haar beste seizoentijd van vorig jaar.

### Prijzen

Het andere hete hangijzer van vorig jaar was het hanteren van het reglement als het gaat om de prijzen. Ondanks het zwaar bezette deelnemersveld zag SG Utrecht toch ook weer aanleiding om het reglement niet te hanteren. (opm. SG Utrecht kijkt de regels maar na in paragraaf 6, deze regels zijn er ook voor jullie). Hierover echter verder geen kwaad woord gezien het feit dat iedere deelnemer in de waten gelegd werd met een leuke herinneringsstandaard met het jaartal 2004 erop. Het komt in Open Water-land trouwens niet heel vaak voor dat je zonder je vergrootslag in je prijzenkast kunt ontdekken uit welk jaar een prijs komt. Persoonlijk mag het van mij met de herinneringsprijzen wel wat rustiger. Het blijft toch voor organisaties een stevige kostenpost om iedere start te belonen met een herinnering. Verder vind ik dat de dubbelzweimmers, zoals zoveel masters dat zijn, wel kunnen volstaan met één herinnering aan een wedstrijd.



### Slot

Vorig jaar kreeg Breukelen van mij gemiddeld een 4 in de enquête als het gaat om de belangen van de masters. Dit jaar krijgt Breukelen van mij gemiddeld een 7,5 en daarmee precies wat ik hoopte wat er zou gebeuren. Kortom: chapeau SG Utrecht en bedankt voor de aanpassingen

bastiaan Reijnen overtuigd. Verrassend was de tweede plaats van de even oude Raymond van de Merwe die zijn eerste buitenwedstrijd van het seizoen zwom. De derde plaats ging naar Louis van Schaarenburg voor clubgenoot Ian van der Hulst. Opvallend was dat de zwemmers 5 t/m 8 allen masters waren. Dus zij gaan nog een leuke strijd leveren op de NK in Tilburg.



Bij de dames was er een grote kopgroep van 6, aangevoerd door Bianca de Bruijn en Denise de Riet. Bianca won de eindprint voor Denise en de jeugdige Carmen de Ridder. Ook hier weer veel masters voorin. Plaats 4 was voor Melanie Kuiper, voor Patricia Brooymans en Irene vd Laan. Deze dames finishten alle 6 binnen 16 seconden.

Zoals altijd kwamen er veel minioren aan de start in Sluis. Maar liefst 18 jongens en 22 meisjes gingen de strijd aan. Doordat de 10-, 11- en 12-jarigen tegen elkaar zwemmen, vaak grote verschillen in lichaamsbouw. Bij de jongens mocht dat Julian van Leuven niet deren. Hoewel hij lang niet de grootste was won hij de 500 meter in 6.35 op de voeten gevold door Ruben Dekker.



Bij de meisjes was het al stormvogel wat de klok sloeg. De eerste 6 kwamen van die club. Hun clubkampioenschap werd gewonnen door Danique

## Een zoon

Door: de redactie

Wij hebben gelezen dat, ons allen wel bekende, Rick Mans vader geworden is van een zoon. Tobias is op 2 juli om 17.21 uur geboren, weegt 4160 gram en is 54 cm lang. We hopen dat hij binnenkort eens met zijn vrouw Tobias komt laten zien. (Strijen misschien?) "Rick, namens ons allemaal van harte gefeliciteerd"

van Peenen voor de 1 jaar jongere Manon Minneboo en Sanne Klompe.



Bij de schoolslag masters waren er voorin geen verrassingen. Karin Kuijlaars won bij de dames op de voet gevolgd door de snelste heer Frans Martens en Ilona Hogerheide. Leuker was de strijd in het achterveld waar Nini van Dongen een heftige strijd uitvocht met echtgenoot Nico. Deze keer werd nipt door Nico gewonnen. Maar meest verrast met zijn prijs bij de heren 25+ was Bart Seij van zwemclub de Honte. Overgehaald door clubgenoten om eens mee te doen sloot hij het veld, maar door ziekte van de tegenstanders mocht hij onder luid gejuich de eerste prijs in ontvangst nemen.

Door het samenzwemmen van de onder 14 zwemmers met de onder 16 zwemmers is het overzicht wat weg bij deze groepen, maar wordt de strijd des te heviger. All-in won Niek de Ridder na een matige seizoenstart nu wel voor Tom Verbeek en Sander van Elburg. De jongeren konden goed aanhaken en op slechts 15 seconden won Robert Piquer voor Chris Smink en Matthijs Dekker. Bij de meisjes zwom Maaïke Waaier overtuigend met een halve minuut voorsprong op de nummer 2 en 3 Anne Pel en Solé van Leenen.

Bij het dit jaar nieuwe nummer de 250 meter voor minioren 1-2-3 kwam hier ook een recordaantal deelnemers aan de start. Maar liefst 9 jongens en 6

meisjes kwamen aan de start. De winst ging naar Melvin Prins die afgetekend won bij de jongens in 3.54.9 voor Levy Kort en Niek Fenijn. Bij de meisjes moest er een heuse eindsprint aan te pas komen. Martine Kuijlaars won de strijd voor Tineke van Dort en Tulany de Wilde.

Als laatste nummer stond de 3km schoolslag op het programma. Door het geringe aantal deelnemers mochten de dames en heren gelijktijdig starten. Astrid Koert kon zich tussen de heren in de kopgroep nestelen en verloor uiteindelijk nipt de eindsprint van Lesley Voorn. Ze eindigde wel voor de nummers 1 en 2 van vorig jaar Hans Jansen en Tim van de Berg. Nieuwkomer bij de dames was Dorith Zonneveld die voor Stefanie Rombout de tweede plaats opeiste bij de dames.



na de wedstrijd weer de vertrouwde bijeenkomst in de sporthal. Gelukkig zonder de ellenlang durende loterij want de prijsuitreiking van de steunfondsbonnen ging een stuk sneller.

Na de prijsuitreiking op het voor ons vertrouwde plaatsje friet gegeten alvorens aan de terugreis naar Breda te beginnen. Via Antwerpen dit keer en gelukkig zonder file.

