



NIEUWSBRIEF ZWEMMEN 2019-3 ZVL-1886

Beste Zwemmers,

Hierbij informatie voor het seizoen 2019-2020. Mochten jullie na het lezen nog vragen hebben neem dan even contact op met de trainers of met Mariët Ouwehand via het bekende e-mailadres:

zwemmen@ZVL-1886.nl

Mededeling Michael van der Linden:

Beste zwemmers,

Via de vorige nieuwsbrief hebben jullie al kunnen zien dat er op zaterdag 21 september een informatiebijeenkomst plaatsvindt.

Tijdens deze bijeenkomst zal ik het jaarplan voor de eerste helft van het seizoen presenteren met de wedstrijden die daarbij horen en hoe ik dat wil aanpakken.

Aangezien niet iedereen bij de bijeenkomst kan zijn, wil ik via deze nieuwsbrief het volgende onder de aandacht brengen:

Als trainer/coördinator ben je niet alleen bezig met proberen om je zwemmers beter te maken zodat zij hopelijk mooie prestaties neer kunnen zetten. Je moet ook altijd terugkijken naar het handelen (PCDA-cyclus). En dan gaat dat niet alleen over de zwemmers en de trainingen maar je gaat ook naar je eigen handelen als trainer kijken.

We gaan inmiddels mijn vierde seizoen in als coördinator. We zijn met veel problemen en onrust begonnen maar gelukkig hebben we dit al snel om kunnen zetten naar goede prestaties en zijn we in rustiger vaarwater gekomen. Resultaten van het vorige seizoen zijn onder andere dat we niet gedegradeerd zijn met de B-ploeg en zelfs kampioen geworden zijn met de D-ploeg. Verder waren we op alle NK's vertegenwoordigd en was onze groep zwemmers voor de regiokampioenschappen groter dan de voorgaande jaren.

Naast deze positieve punten moet ik ook kijken naar de punten die ik als coördinator niet uit heb kunnen voeren. Denk hierbij onder ander aan een meerjarenplan opstellen en het ontwikkelen van een duidelijke rode draad en structuur binnen de opleiding van onze zwemmers. Tevens heb ik op een aantal momenten 'nee' moeten zeggen als begeleider bij wedstrijden. Dit heeft grotendeels te maken met het tijdgebrek. De combinatie met mijn werk op het CIOS (waar ik ook steeds meer verantwoordelijkheid heb en inmiddels coördinator van het intakebeleid ben) is moeilijk te combineren. Daarnaast komt Leon op een dusdanige leeftijd dat ik ook meer thuis wil zijn voor mijn gezin en niet meer ieder weekend heel veel in het zwembad zit terwijl mijn gezin thuis is.

Daarom heb ik halverwege het afgelopen seizoen bij Paul Chaudron aangegeven dat ik mijn taken als coördinator voor de Jeugd/Senioren neer wil leggen. Omdat het tegenwoordig steeds moeilijker wordt om vrijwilligers/ trainers te vinden heb ik aangegeven dat ik dit seizoen de taken nog zo goed

mogelijk wil uitvoeren die in mijn ogen van een coördinator worden verwacht. Op die manier hebben we een heel seizoen de tijd om een geschikte opvolger te vinden die ook beter op de plek van coördinator past en die de tijd heeft om de functie in te vullen zoals ik dat ook voor ogen heb. Daarom maken we het nu ook aan het begin van het seizoen bekend want we moeten natuurlijk op zoek naar een opvolger. Het zou vervelend zijn als wij trainers gaan benaderen voor de functie en jullie dat via de wandelgangen zouden moeten vernemen.

*Laat ik vooropstellen dat ik **NIET** volledig stop bij ZVL. Ik wil nog steeds training geven en enkele wedstrijden coachen. Maar dan op een lager pitje dat ik nu doe en zonder de titel coördinator. Vandaar dat ik ook aangegeven heb bij Paul dat, als we gedurende dit seizoen al een opvolger vinden, ik op dat moment ook al het stapje terug doe. Hoe dat eruit gaat zien gaat natuurlijk in overleg met de nieuwe coördinator. Daarnaast wil ik ook duidelijk maken dat ik een duidelijk plan heb klaarliggen voor dit seizoen en dus niet zomaar iets doe. Zolang ik coördinator ben blijf ik het doen op de manier zoals ik nu doe. Het kan alleen zijn dat ik minder bij wedstrijden aanwezig ben.*

Mochten er nog vragen zijn dan kunnen jullie die gewoon aan mij stellen tijdens de training / wedstrijd of de bijeenkomst op 21 september. Maar het allerbelangrijkste is toch dat we er ook dit jaar weer een mooi seizoen van gaan maken.

Groetjes, Michael.

Junioren-coördinator

Zoals bekend is Scott Berry aan het einde van het vorige seizoen gestopt als trainer en junioren-coördinator. Wij zijn blij dat we Moniek Heemskerk bereid hebben gevonden zijn plaats in te nemen. Wanneer er bij de junioren vragen zijn over de trainingen e.d. kan je deze stellen aan haar. Haar e-mailadres: coord-junioren@zvl-1886.nl en natuurlijk ook tijdens de trainingen. Wij wensen Moniek veel succes in deze functie.

Trainers

Lonneke Graansma en Gijs Burghoorn gaan binnenkort beginnen aan de cursus Zwemtrainer 2 van de KNZB. Lonneke assisteert op dit moment Moniek al op de donderdagavond en ook Gijs zal binnenkort gaan assisteren bij de het geven van zwemtrainingen. Wij wensen beiden veel succes met het volgen van de cursus.

Trainingsschema

In de tabel staan de tijden en locaties van de trainingen voor het komende seizoen. Junioren 1 zijn jongens geboren in 2007 en meiden geboren in 2008. De Zijl (R) is het recreatiebad in de Zijl

Trainingsschema vanaf maandag 16 september 2019:

Maandag		
17:00 – 18:00 uur	Vijf Meibad	Beginnende wedstrijdzwemmers
Dinsdag		
05:45 – 07:00 uur	Vijf Meibad	Junioren 1 en ouder
16:15 – 16:45 uur	Vijf Meibad	Minioren (incl. droogtraining)
16:45 – 18:15 uur	Vijf Meibad	Minioren
18:15 – 19:45 uur	Vijf Meibad	Junioren 1 en ouder
Woensdag		
05:45 -07:00 uur	Vijf Meibad	Junioren 1 en ouder
16:45 – 17:30 uur	Zaaltraining*	Minioren
18:00 – 19:30 uur	De Zijl	Minioren
18:00 – 19:00 uur	De Zijl (R)	Junioren 1 en ouder
18:00 – 19:00 uur	Zaaltraining*	Op uitnodiging junioren 1 en ouder
21:15 – 22:15 uur	De Zijl (R)	Masters
Donderdag		
05:45 – 07:00 uur	Vijf Meibad	Junioren 1 en ouder
18:00 – 19:00 uur	De Zijl (R)	Junioren 1 en ouder
Vrijdag		
05:45 – 07:00 uur	Vijf Meibad	Junioren 1 en ouder
21:00 – 22:00 uur	Vijf Meibad	Masters
Zaterdag		
05:45 – 07:45 uur	Vijf Meibad	Junioren 1 en ouder
07:15 – 07:45 uur	Vijf Meibad	Minioren (incl. droogtraining)
07:45 - 09:15 uur	Vijf Meibad	Minioren
Zondag		
08:00 – 09:30 uur	Vijf Meibad	Masters met startnummer

*De zaaltraining voor de Minioren vindt plaats in de gymzaal in de Corantijnstraat 2a in Leiden, terwijl de zaaltraining voor junioren 1 en ouder die op uitnodiging wordt gehouden is in de gymzaal in de Molensteeg eveneens in Leiden. De droogtrainingen voor beide groepen beginnen op woensdag 9 oktober a.s.

De mogelijkheid bestaat dat gedurende het seizoen de trainingsuren kunnen wijzigen.

Clubrecords

De zwemcommissie is van plan om vanaf dit seizoen weer de clubrecords bij te gaan houden. Mariët Ouwehand heeft een overzicht gemaakt van de tijden van de diverse afstanden op zowel de 25 als de 50 m baan. Uitgangspunt zijn de tijden vanaf het moment dat we ZVL-1886 zijn geworden, dus het seizoen 2018-2019. Deze tijden zijn dan ook de starttijden.

Informatieavond en – ochtend

Zoals we al in een eerdere nieuwsbrief hebben medegedeeld zijn er twee informatiebijeenkomsten voor de ouders en zwemmers.

De eerste is op woensdag 18 september in De Waterkeet, aanvang: 18:00 uur voor de ouders van de Minioren. Op deze avond willen we uitleg geven over de veranderingen binnen het Minioren zwemmen vanuit de KNZB en zal Jorick zijn planning voor het nieuwe seizoen bekend maken. O.a. komt de zaaltraining voor de Minioren op de woensdagavond aan de orde.

Op zaterdag 21 september is de informatiebijeenkomst voor de junioren 1 en ouder. Deze zal plaatsvinden het clubhuis in het 5 meibad, na afloop van de zwemtraining. De zwemcommissie zal zorgen voor een ontbijt.

Hier komen o.a. aan de orde de veranderingen vanuit de KNZB voor plaatsing voor de NJJK en ook de Minioren-Juniorenwedstrijden. De junioren 1 en 2 zwemmen deze samen met de Minioren en voor beide groepen zijn er challenges tijdens de wedstrijden.

Vervallen trainingen

Binnenkort komt er op de site een overzicht van de vervallentrainingen. Hierop vooruitlopend alvast de eerste trainingen die komen te vervallen:

Dinsdag 2 oktober alle middag en avondtrainingen i.v.m. taptoe avond

Woensdag 3 oktober alle trainingen i.v.m. Leidens Ontzet.

De zwem- en technische commissie wensen jullie een heel goed zwemseizoen 2019-2020 toe.