

Op de Startblokken

Officieel orgaan van zwem- en poloclub Triton

Bestuur en commissies

Voorzitter

Dhr. W. Simon
Havikstraat 25
3882 JE Putten
0341- 356 375

Secretaris

Mariska Sanders
Wallenbergstraat 43
3882 HA Putten
0341 - 357 046

Penningmeester

Mw. M. de Jong
Aalschoverstraat 2
3882 JA Putten
0341 - 357 320

Ledenadministratie

Dhr. W. Simon
Havikstraat 25
3882 JE Putten
0341 - 356 375

Polosecretariaat

Mw. M. ter Wal
Slangenburg 8
3881 ZE Putten
0341 - 353 991

Zwemsecretariaat

Dhr. A. Buijs
Tonselsedreef 133
3845 DM Harderwijk
0341 - 455 546

Polocommissie

Dhr. A. v. Losenoord
Da Costastraat 33
3881 JD Putten
0341 - 352 515

Zwemcommissie

Dhr. J. Ruiten
Rimpelerweg 6a
3882 NK Putten
0651 - 825 134

Jeugdcommissie

Tanja Resink
Halvinkhuizerweg 65
3882 BG Putten
0341 - 360 511

Sterrenplan

Mw. A. Sanders
Wallenbergstraat 43
3882 HA Putten
0341 - 357 046

Trimzwemmen

Mw. M. Posthouwer
Roosendaalseweg 94
3882 MP Putten
0341 - 361 127

Trainers

Polo Heren

Dhr. E. Meiling
Wallenbergstraat 1
3882 HA Putten
0341 - 360 742

Polo Dames

Dhr. E. Meiling
Wallenbergstraat 1
3882 HA Putten
0341 - 360 742

Zwemafdeling

Dhr. C.J.D. van Dijk
Postbus 35
8084 ZG 't Harde
0525 - 652 400

Website

: www.TritonPutten.nl

Rabobank Putten

: 3542 57 706

Postbank nummer

: 69 73 06

Redactie

Andries en Gerrit-Jan Lubbertsen
Abdinckhofstraat 1
3881 CH Putten
E-mail: RedactieOdS@AGProducts.nl

Van de Redactie

Beste Lezer,

Ook deze maand hebben we weer een mooie hoeveelheid kopie binnen gekregen. Allen bedankt daarvoor. Blijf zoveel mogelijk kopie aanleveren zodat we het clubblad leuk en interessant houden.

Midden in het boekje vindt u/jij de jeugd pagina. De jeugdcommissie gaat de middelste vier pagina's van de komende boekjes vullen met leuke dingen voor de jeugd.

De kopie voor het volgende nummer moet uiterlijk de **15e van de maand** binnen zijn (dit is altijd zo) op het adres **redactieOdS@AGProducts.nl**

Zoals altijd wensen wij u weer veel leesplezier.

Andries en Gerrit-Jan

Voorwoord

Hallo allemaal,

Vele van jullie hebben in de Puttense kranten gelezen dat er diverse mogelijkheden onderzocht worden met betrekking tot de verdere exploitatie van het Bosbad Putten. Feit is dat er reeds geld, in de vorm van subsidie, naar het Bosbad gaat en de komende tijd zal dit moeten blijven gebeuren. Dit is iets wat landelijk, en dus in vele gemeenten, aan de orde is en ook in de gemeente Putten. Vooralsnog betreft het alleen onderzoeken. Wanneer er plannen gemaakt gaan worden zal Triton daarbij betrokken zijn en zal daar middels de ODS bericht van worden gegeven.

De commissies en het bestuur van Triton maken grote vorderingen met het opzetten en verbeteren van de organisatie van de vereniging. Het is weer beheersbaar en dat zal ook zo blijven. De ingeslagen weg heeft geresulteerd in een intensieve samenwerking tussen de zwemcommissie en de polocommissie met tot gevolg het Jeugdplan. Dit kan gezien worden als een goed aansluitend gevolg op het succesvolle sterrenplan.

Het einde van het jaar komt er weer aan en dat betekent dat er weer een nieuw jaar aan komt. Dat nieuwe jaar gaat Triton aanvangen met de nieuwjaarsreceptie. Verderop in deze ODS vinden jullie de uitnodiging.

Gezien de ontwikkelingen binnen Triton dit lopende seizoen kan ik niet anders dan constateren dat er een hoop lol is! Rest mij verder jullie veel leesplezier toe te wensen.

Groet, Wolter

T-shirts

De Triton t-shirts die gekocht kunnen worden zijn af te halen bij Miranda de Jong. Dit kan maandag avond tussen 19.30 uur en 21.30 uur, hiervoor kan dan direct betaald worden.

Misschien verstandig om even te bellen of je maat op voorraad is.

Adres : Aalscholverstraat 2
3882-J.A. tel 357320.

Nieuwe leden

De volgende nieuwe leden hebben zich aangemeld:

Jan Pieter van Driel	zwemmen en polo
Rick Vaarkamp	hardzwemmen

Wij wensen jullie veel plezier binnen onze watersportvereniging toe!

Polocommissie

De PC heeft bedacht dat het handig is om alle W-officialkaarten te bundelen en deze op het zwembad te houden.

Willen onderstaande personen hun kaart per omgaande inleveren bij Mathilde ter Wal.

- Jennie Resink
- Marga Kieft
- Hedy Kieft
- Reinald Grift
- Jantine van Dasselaar
- Henriët Doppenberg
- Janet Doppenberg
- Corne van de Tang
- Lia Kiezenbrink
- Tanja Resink
- Andries Lubbertsen
- Gerrit Jan Lubbertsen

Nieuwjaars receptie

Op Vrijdag 7 januari 2005 houdt de **Z&PC Triton** weer zijn nieuwjaarsreceptie.



In het restaurant van het Bosbad, nodigen wij u uit, om samen met het bestuur, ereleden, donateurs, leden, partners en ouders te klinken op een gezond en sportief 2005

U bent vanaf 20.00uur van harte welkom.

Wij rekenen ook op u !!!!!



Polocommissie 2

Wie de jeugd heeft, heeft de toekomst.

De zin hierboven is een oude bekende, maar die wij als Triton toch een tijdje niet begrepen hebben.

We richten onze pijlen voornamelijk op het senioren polo, en met alle respect daar zit nou niet echt de toekomst van een zwem en polo vereniging die als doelstelling o.a. heeft; Het zwemmen en poloën voor een zo breed mogelijk publiek toegankelijk te maken.

Het is dan ook geweldig om te zien dat wij op 13 november liefst 23 enthousiaste kinderen aan het bad hadden die meededen aan het door ons georganiseerde Minipolo toernooi. 21 Puttense en 2 kinderen uit; Emmeloord!!! (ja u leest het goed).

Er werden wedstrijdjes gespeeld, waarbij het plezier voorop stond. Het was opvallend om te zien dat de kinderen in hun eerste wedstrijdje, nog iet wat onwennig waren, maar dat ze later steeds beter gingen kijken of er een maatje vrij lag.

Voor ons was het een bevestiging dat, veel kinderen en ouders, eigenlijk niet weten wat waterpolo inhoud. Maar na het lezen van de spelregels en een korte uitleg wat minipolo nu eigenlijk is, was iedereen zeer enthousiast. De ouders hadden zich om het bad geschaard, en moedigden hun kinderen aan alsof het een finale was.

Toen om 19.45 uur de laatste wedstrijd gespeeld was, werd er gevraagd of de kinderen en ouders het een leuk initiatief vonden. Een oorverdovend JA.....was het antwoord. Op het marktplein moet dit nog te horen zijn geweest!!!!

Wij gaan dit zeker herhalen. Ook gaan wij proberen om de omliggende verenigingen hier bij te betrekken, zodat we de kinderen nog meer minipolo plezier kunnen bieden.

Wij van de PC vonden het ook een zeer geslaagde avond, waarin bleek dat het waterpolo in Putten zeker nog toekomst heeft!!!!!!

Spelregels Minipolo Pupillen

Inleiding

Het waterpolojeugdplan bestaat uit een aantal leeftijdsgroepen, waarvan de groep onder de 12 jaar er één is. In het waterpolojeugdplan worden de jongste spelers en speelsters onderverdeeld in drie leeftijdsgroepen. Ieder spelen zij, met hun eigen regels, het waterpolospel.

Daarnaast is het een technische, behendigheid vragende en zeer gezonde sport, waarbij nauwelijks blessures ontstaan. Het waterpolospel vraagt van de deelnemers niet alleen een goede zwemvaardigheid, maar ook een grote balvaardigheid en bovendien het nodige spelinzicht.

Minipolo is een spelvorm van waterpolo, waarin enorm belangrijk is dat plezier van de kinderen central staat. De spelregels voor minipolo dienen daarom vooral om het spel zo plezierig en sportief mogelijk te laten verlopen.

- Pupillen 3 6-7 jaar (1997-1998) (Toernooien)
- Pupillen 2 8-9 jaar (1995-1996) (Competitie of Toernooien)
- Pupillen 1 10-11 jaar (1993-1994) (Competitie)

Behalve de grootte van de bal, het speelveld en het aantal spelers zijn er enkele belangrijke verschillen tussen minipolo en "gewoon" polo. Enkele verschillen zijn:

- Bij minipolo is er geen 7-meterlijn en kan uit een vrije wordt nooit direct gescoord worden.
- Bij het hinderen van de tegenstander (als deze de bal vast heeft) moet altijd duidelijk zijn dat het de bedoeling is om de bal te veroveren.
- Als een speler uit het veld wordt gestuurd mag deze vanaf de terugkomplaats onmiddellijk worden gewisseld; er is dus geen straf tijd.
- Na een doelpunt wordt "echt" vanuit de middenlijn het spel hervat.
- Bij minipolo bestaat geen Uitsluiting Zonder Vervanging (UZV); in het geval van een zware fout wordt er hoogstens een Uitsluiting Met Vervanging (UMV) of een strafworpfout gegeven.

Hieronder staan de belangrijkste spelregels vermeld voor alle pupillen. In deel 1 wordt een schets gegeven van het spel voor deze leeftijdsgroep. Bij deel 2 worden enige organisatorische aspecten beschreven. In deel 3 komen de spelregels aan de orde en tot slot wordt in deel 4 een aantal opmerkingen gemaakt over de spelbegeleiding door scheidsrechters (lees spelbegeleiders) en trainers/coaches.

1. Het spel (pupillen 2 8-9 jaar)

(Spelen of in Competitievorm of in Toernooien, niet beide dus)

Het spel wordt gespeeld door twee teams in het diepe gedeelte van het bad. Van elk team liggen 4 spelers in het water. Op de kant zit een onbeperkt aantal (wissel)spelers. De bedoeling is per team al samenspelend zoveel mogelijk doelpunten te scoren in het kleine onbemande doel. De tegenpartij probeert dit te verhinderen en in het bezit te komen van de bal om zo zelf doelpunten te maken. Wanneer er een doelpunt is gescoord, gaan beide ploegen terug naar hun eigen speelhelft. De ploeg die het doelpunt tegen kreeg, mag de bal, vanaf de middenlijn, uitnemen.

Bij het begin van het spel (en na de rust) liggen de spelers naast elkaar op hun eigen doellijn. Op het fluitsignaal werpt de scheidsrechter de bal twee meter uit de kant in het midden van het speelveld en de spelers sprinten daar naar toe. De speler die de bal heeft, speelt de bal eerst naar z' n eigen speelhelft. De scheidsrechter begeleidt het spel. De ploeg met de meeste doelpunten is winnaar.

2. Organisatie (pupillen 2 8-9 jaar)

- **het speelveld**

Het speelveld heeft een lengte van 15 meter (breedte van het bad) en een breedte van 10 meter. Het veld is uitgelegd in het diepe gedeelte van het bad.

- **het doel**

Het doel heeft een afmeting van 120 bij 90 cm.

- **de bal**

Er wordt gespeeld met een (groene) mini-waterpolobal.

- **teamsamenstelling**

Per team liggen vier spelers in het water. Er wordt gespeeld zonder keeper. Er is een onbeperkt aantal wisselerspelers.

- **herkenbaarheid tijdens de wedstrijd**

De spelers dragen waterpolocaps. De ene ploeg speelt met witte caps en de andere ploeg speelt met blauwe caps.

- **spelduur**

Er wordt 2 x 5 minuten bruto gespeeld.

In de competitie 4 x 3 minuten netto

3. Spelregels (pupillen 2 8-9 jaar)

- **doelpunt**

Scoren mag alleen binnen de 6 meter van het doel. Het is een doelpunt als de bal, geheel en al, de doellijn is gepasseerd.

- **bal uit**

De bal moet binnen het speelveld blijven. De bal is uit, als hij op de rand van het zwembad, of over de zij- of doellijn terechtkomt. Tegen de ploeg

die de bal het laatst heeft aangeraakt, wordt een vrije bal gegeven, op de plaats waar de bal het speelveld verlaten heeft.

- **wisselen**

Er mag continu gewisseld worden van spelers. Dit wisselen vindt plaats in het wisselvak (1 meter uit de kant op de eigen doellijn).

- **ook de scheidsrechter mag wisselen**

Wanneer een kind met opzet schopt, slaat of trapt, wordt hij door de scheidsrechter gewisseld. De speler wordt vervolgens door de coach over z'n gedrag aangesproken.

- **fouten**

Het is de bedoeling dat er zo min mogelijk beperkende regels gehanteerd worden. De bal mag bijvoorbeeld met twee handen worden vastgepakt. De bal mag niet geslagen of gestompt worden (gevaar). De bal mag niet onder water worden geduwd (de bal wordt aan het spel onttrokken).

De spelers mogen elkaar niet hinderen tijdens het spel. Dit geldt ook als de tegenstander de bal vast heeft. Onder hinderen verstaan we: trekken, duwen, vasthouden en trappen. De spelers moeten de intentie hebben de bal te spelen. Dat het daarbij haast onmogelijk is elkaar in het geheel niet aan te raken, is inherent aan het spel.

Wanneer één van bovenstaande regels overtreden wordt, kent de scheidsrechter een vrije worp toe.

- **vrije worp**

De vrije worp wordt genomen op de plaats van overtreding; moet vlot genomen worden; mag niet direct op het doel worden geschoten; mag ongehinderd worden genomen.

4. Spelbegeleiding (pupillen 2 8-9 jaar)

De scheidsrechter moet zich opstellen als een spelbegeleider. Hij geeft kort uitleg aan de kinderen over wat er gebeurt.

De spelbegeleider moet zo veel mogelijk flexibel fluiten. De spelregels dienen er hier voor om het spel draaiende te houden. De spelregels mogen het spel niet beperken.

De spelbegeleider dient uitleg te geven bij het fluiten. De spelregels worden zo door de kinderen al doende geleerd.

Ook de trainer/coach moet zich opstellen als spelbegeleider. Hij spreekt de kinderen in de wedstrijd toe. De coach spreekt de kinderen ook aan over onsportief gedrag.

Regels voor het op zaterdag betreden van het zwemcomplex "Bosbad Putten".

Datum: 15 november 2004

Onderstaande is opgesteld met de volgende redenen:

- a) Uit praktisch oogpunt met betrekking tot het schoonmaken van de verschillende ruimtes door het zwembadpersoneel.
- b) In verband met de veiligheid van een ieder in het zwemcomplex.
- c) De door "Bosbad Putten" te nemen verantwoordelijkheden voor het in haar zwemcomplex aanwezig zijnde gasten.

Afspraken/regels:

1. Vanaf 17.00uur mag de zwemhal betreden worden door de personen die het wedstrijdveld opbouwen en overige zaken naast het bad in orde te maken.
2. Vanaf 17.15uur mogen de kleedruimte betreden worden voor het omkleden. Dit in verband met de schoonmaakwerkzaamheden en dan hebben wij en onze gasten schone kleedruimten ter beschikking.
3. Vanaf 17.15uur mag ook het water betreden worden voor het loszwemmen en de uiteindelijke wedstrijdvoorbereiding.
4. Na afloop van de wedstrijd(en) moet het wedstrijdveld opgeruimd worden, tezamen met de overige zaken rondom het bad. De zwemhal en de kleedruimten dienen netjes achtergelaten te worden.

Aanvullend:

- Tijdens de buitentraining is het niet toegestaan kinderen mee te nemen en te laten zwemmen. Er is op dat moment geen toezicht op de kinderen en daarom niet toegestaan.

GEEN VUURWERK

De komende weken is het misschien erg verleidelijk voor sommige leden van Triton Putten om in de buurt van het Bosbad vuurwerk af te steken. Tot 31 december is dit wettelijk ten strengste verboden. Wij als bestuur van Triton Putten vinden het onze verantwoordelijkheid om het afsteken van vuurwerk tegen te gaan. Het is zelfs niet toegestaan om vuurwerk mee te nemen naar het zwembad.

Wanneer het afsteken van vuurwerk toch voorkomt, zullen wij als bestuur maatregelen nemen. Deze maatregelen houden in dat wij in ieder geval de ouders van de overtreder(s) zullen inlichten en dat er een schorsing volgt. Indien wij het noodzakelijk vinden, zullen wij tevens de politie inschakelen en wacht de overtreeders een straf van het bureau HALT.

Laat dit alles niet nodig zijn en neem gewoon geen vuurwerk mee naar het zwembad!

Het bestuur

Nieuwe polocaps / badmutsen

Dames en heren poloërs, wij van de polocommissie, zijn bezig om een bestellijst te maken voor nieuwe polocaps en speciaal voor de dames, badmutsen in 1 kleur!!

Mocht je dus toe zijn aan nieuwe caps, of badmuts(en). Knip onderstaande bon even uit en lever hem in bij één van de polocommissie leden.

De prijs van de caps komt op € 32.00 per set (1 wit, 1 blauw).

De badmutsen zijn in wit en blauw te verkrijgen en gaan € 6.00 per stuk kosten.

Bij het inleveren van de onderstaande bon, s.v.p. direct betalen.

Hieronder staan de caps en de badmuts afgebeeld.



Waterfly waterpolocap Nylon



Speedo Plain Moulded Silicone

Ja, ik wil graag nieuwe polocap's en/of badmutsen bestellen.

Naam ;
Team ;
Nummer van cap's ;
Wit en blauw ;
Badmuts ; wit / blauw

Handtekening;

Indien onder de 18 jaar
Akkoord ouder/verzorger;

Een ochtend fietsen.....

De senioren poloërs hadden in de periode van 10 oktober tot 6 november geen competitie verplichtingen. Dus alleen maar trainen op de maandag en vrijdagavond.

En de zaterdag geen sport!!!! Dat hoord niet bij de echte poloërs, men gaat dan energie overhouden.

Om dit probleem toch te ondervangen werd er (net als in september), weer een uurtje spinnen (u weet wel, vroeger noemden wij dit fietsen op een hometrainer) ingelast.

Iets beter voorbereid dan in september stapten 25 dol enthousiastelingen om 9.45 uur de sportschool van "Rinjani" binnen. Naar dat iedereen zijn fiets op zijn/haar ideale positie had gemanoeuvereerd, werd er onder de bezielende leiding van Willeke, (u weet wel, die dame die het poloën nog steeds niet kan laten) een uur zeer fanatiek gespind. Er werden diverse alpen cols beklommen. Daar net als bij het 'echte' wielrennen, veel mensen uit de wind willen zitten was al snel duidelijk. De heren van der Tang, Arendse, Meiling en Ouwerkerk gingen afwachting in het tweede wiel zitten. Daar ook hier de team spirit enorm was, bleek wel uit het feit dat de eerste rij steeds iets inhield om het verschil niet te groot te laten worden, en om toch als één groep te finishen.

Na afloop waren de sterke verhalen natuurlijk weer niet van de lucht. Sommige mensen waren maar net langs een hele diepe afgrond gegaan!!!! Hoe diep die waren bleek 's avonds wel toen Heren 2 moest spelen tegen het altijd lastige ZEW uit Ermelo. Een 6-4 nederlaag was het gevolg.

Vanaf deze plek nogmaals, Willeke bedankt voor weer een leuk uurtje ontspannende inspanning.

Wij hopen dit nog een aantal keren te doen.

Gegroet,
Een anonieme fietser uit de kopgroep.

Waterpolostanden per 14-11-04

Afdeling: D2.D2 (District 2 Dames 2)

	Wed	Win	Gel	Vrl	Pnt	Div	Dlt	Vlpt
De Spreng 1	6	6	0	0	12	41	21	0
VKC 03 1	7	6	0	1	12	47	30	0
WWV 1	7	5	1	1	11	57	29	0
De Mors 1	6	4	1	1	9	35	24	0
De Whee 1	8	4	1	3	9	28	31	0
NZC 1	7	3	1	3	7	26	27	0
Triton Putten 1	6	3	0	3	6	42	47	0
Swol 1894 3	7	3	0	4	6	48	53	0
NDD/Pegasus 1	7	2	0	5	4	25	30	0
WZC 1	7	2	0	5	4	28	35	0
De IJsselmeeuwen 1	8	1	0	7	2	18	34	0
Hydrofiel 1	6	0	0	6	0	14	48	0

Afdeling: D2.H1 (District 2 Heren 1)

	Wed	Win	Gel	Vrl	Pnt	Div	Dlt	Vlpt
Swol 1894 1	7	7	0	0	14	74	33	0
Hydrofiel 1	6	5	0	1	10	48	25	0
Deltasteur 1	7	5	0	2	10	39	36	0
Triton Putten 1	6	4	1	1	9	52	33	0
Maarkel 1	7	4	0	3	8	41	21	0
De Breuly 1	6	3	0	3	6	39	39	0
Nunspeet 1	7	3	0	4	6	50	54	0
VKC 03 1	6	2	1	3	5	33	38	0
Hattem-Wezep 1	6	2	0	4	4	41	56	0
Arke De Dinkel 1	6	1	0	5	2	20	26	0
WZC 1	6	1	0	5	2	17	52	0
Scholtenhagen 1	6	0	0	6	0	24	65	0

Afdeling: D2.H4E (District 2 Heren 4 E)

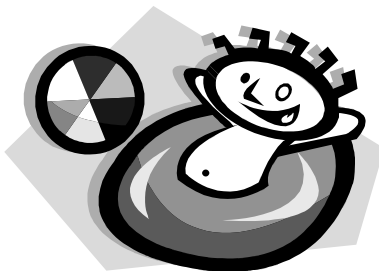
	Wed	Win	Gel	Vrl	Pnt	Div	Dlt	Vlpt
De Woelwaters 5	6	6	0	0	12	70	18	0
Nunspeet 2	5	4	0	1	8	66	17	0
ZEW 2	5	3	0	2	6	40	38	0
DWK-XCESS 4	5	3	0	2	6	36	35	0
De Woelwaters 4	6	3	0	3	6	41	42	0
Triton Putten 2	4	2	0	2	4	18	20	0
Deltasteur 3	5	1	1	3	3	23	31	0
Nunspeet 3	5	0	1	4	1	11	53	0
Octopus 2	5	0	0	5	0	9	60	0

Afdeling: D2.J16C (District 2 Jongens < 16 - 2c)

	Wed	Win	Gel	Vrl	Pnt	Div	Dlt	Vlpt
ENC Arnhem A	6	6	0	0	12	62	12	0
Aqua-Novio'94 A	4	3	1	0	7	37	14	0
Deltasteur A	4	3	0	1	6	36	16	0
Swol 1894 A	4	1	1	2	3	27	23	0
De IJsselmeeuwen A	3	2	0	1	2	12	15	2
RZC A	5	1	0	4	2	26	36	0
Triton Putten A	5	1	0	4	2	18	42	0
Oostdobbers A	5	0	0	5	0	8	68	0

Afdeling: D2.O14B (District 2 < 14 - 2b)

	Wed	Win	Gel	Vrl	Pnt	Div	Dlt	Vlpt
De Woelwaters B	6	6	0	0	12	60	25	0
De Woelwaters A	7	6	0	1	12	84	35	0
Triton Putten A	6	4	0	2	8	70	37	0
Swol 1894 A	5	3	0	2	6	45	39	0
DWK-XCESS A	5	3	0	2	6	44	39	0
Nunspeet A	6	3	0	3	6	44	57	0
Aquapoldro B	6	1	2	3	4	33	52	0
Zignea A	5	1	1	3	3	29	44	0
Octopus A	6	1	1	4	3	42	60	0
De Houtrib A	6	1	0	5	2	29	72	0
Swol 1894 B	4	0	0	4	0	19	39	0



Hallo jongens en meisjes,

Daar zijn we dan weer!
En nu helemaal in stijl van
sinterklaas.

Ik hoop dat jullie de vorige keer
onze pagina ontdekt hebben en nu
ook weer goed door gaan lezen ☺.

En vergeten jullie sinterklaas niet die dit jaar ook weer bij
Triton is? 6 December! En hij rekent op jullie allemaal.

Veel succes.

Groetjes,

De jeugdcommissie pieten.



Eerst een paar mopjes voor jullie:

Thomas:

En...?"vraagt mama na de eerste schooldag aan Thomas.
Hoe was het?" "niet zo goed, broemt Thomas. "ik moet
morgen terug!"

De muis:

Een muis en een olifant gaan naar de woestijn.

De olifant zegt: "ik heb het warm!"

De muis: "je mag wel in mijn schaduw staan!"

Maak je eigen Pepernoten: (notos peperos)

benodigdheden

125 gr. bakpoeder
1 eetlepel suikerstroop
1 à 2 eetlepels
speculaaskruiden
25 gr. boter
50 gr. bruine basterd suiker
1 à 2 theelepels zout
1 eetlepel melk



Verwarm de oven voor op 180-200 C.

Kneed met natte handen alle ingrediënten in een schone schaal tot deeg. Ga net zolang door tot het deeg niet meer aan je handen kleeft.

Vet de bakplaat in. Maak van het deeg kleine knikkers en leg ze op de bakplaat. Schuif de bakplaat in het midden van de oven en bak het deeg in 20 minuten tot echte pepernoten. Laat de noten na het bakken nog 10 minuten afkoelen. Anders brand je echt je vingers! Snoep smakelijk!!.



Liedjes die jullie allemaal moeten kennen 6 December:

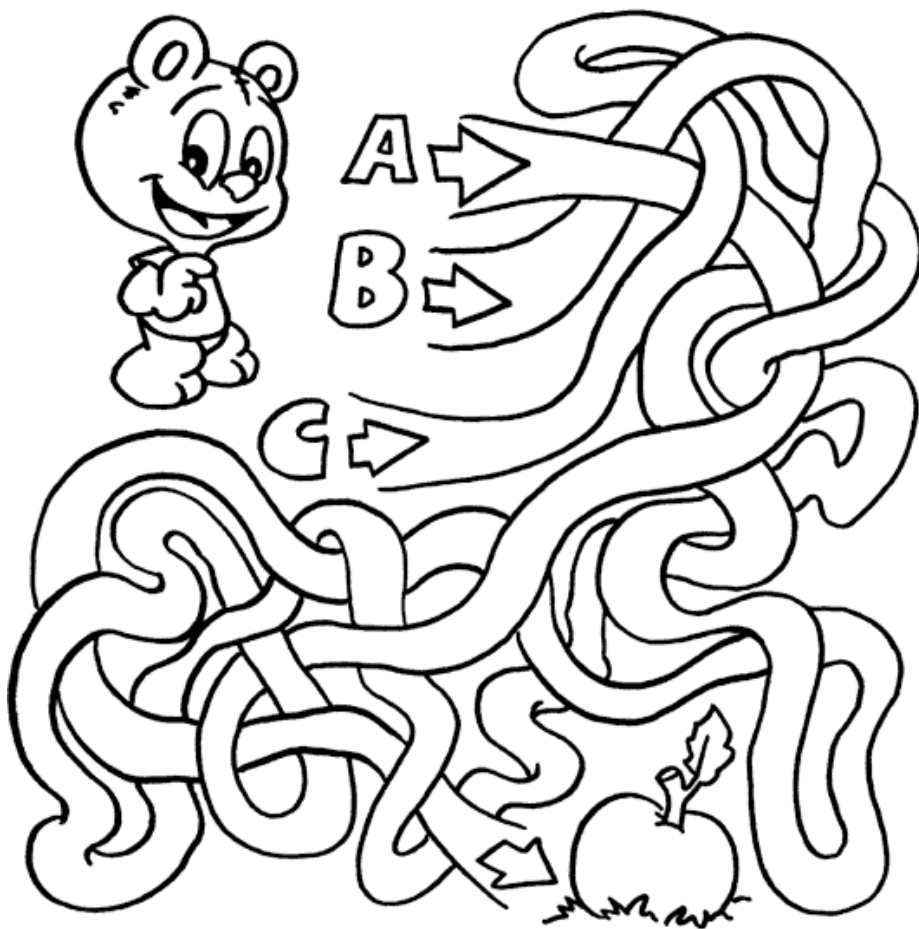
*"Sinterklaasje, kom maar binnen met je knecht,
want we zitten allemaal even recht.
Misschien heeft u wel even tijd,
voordat u weer naar Spanje rijdt. Sinterklaasje kom maar
even bij ons aan, en laat uw paardje maar buiten staan.
En we zingen en we springen en we zijn zo blij, want er zijn
geen stoute kinderen bij. En we zingen en we springen en
we zijn zo blij, want er zijn geen stoute kinderen bij."*



*"Zie ginds komt de stoomboot uit
Spanje weer aan. Hij brengt ons Sint-
Nicolaas, ik zie hem al staan. Hoe
huppelt zijn paardje het dek op en
neer, hoe waaien de wimpels
al heen en al weer."*

*"Dag, Sinterklaasje,
daag, daag, daag, Zwarte Piet.
Dag, Sinterklaasje,
daag, daag, luister naar ons afscheidslied."*

En nog een doolhof voor jullie:



Waterpolo agenda

20-11-04	D2.O14B	17:30	Triton Putten A - Octopus A	Bosbad Putten
20-11-04	D2.J16C	18:15	Triton Putten A - Deltasteur A	Bosbad Putten
20-11-04	D2.D2	19:00	Triton Putten 1 - De IJsselmeeuwen 1	Bosbad Putten
20-11-04	D2.H1	19:45	Triton Putten 1 - Scholtenhagen 1	Bosbad Putten
20-11-04	D2.H4E	19:45	Nunspeet 2 - Triton Putten 2	De Brake Nunspeet
27-11-04	D2.O14B	16:00	Swol 1894 B - Triton Putten A	Aabad Zwolle
27-11-04	D2.J16C	17:30	PFC Rheden A - Triton Putten A	Zwembad Dieren Dieren
27-11-04	D2.H4E	17:30	Triton Putten 2 - Nunspeet 3	Bosbad Putten
27-11-04	D2.D2	18:15	Triton Putten 1 - De Whee 1	Bosbad Putten
27-11-04	D2.H1	19:00	Triton Putten 1 - Maarkel 1	Bosbad Putten
11-12-04	D2.O14B	17:30	Triton Putten A - Swol 1894 A	Bosbad Putten
11-12-04	D2.H4E	18:15	Triton Putten 2 - ZEW 2	Bosbad Putten
11-12-04	D2.H1	19:00	Triton Putten 1 - De Breuly 1	Bosbad Putten
12-12-04	D2.J16C	17:15	De IJsselmeeuwen A - Triton Putten A	Graaf Ottobad Zutphen
11-12-04	D2.D2	17:45	NDD/Pegasus 1 - Triton Putten 1	Rozengarde Doetinchem
18-12-04	D2.H1	17:20	Deltasteur 1 - Triton Putten 1	De Steur Kampen
18-12-04	D2.D2	19:15	WWV 1 - Triton Putten 1	Jaspers Winterswijk
08-01-05	D2.D2	17:00	NZC 1 - Triton Putten 1	't Spielbroek Neede
08-01-05	D2.H4E	18:15	Triton Putten 2 - DWK-XCESS 4	Bosbad Putten
08-01-05	D2.H1	19:00	Triton Putten 1 - VKC 03 1	Bosbad Putten
15-01-05	D2.H1	17:30	Arke De Dinkel 1 - Triton Putten 1	Dorper Esch Denekamp
15-01-05	D2.O14B	18:00	DWK-XCESS A - Triton Putten A	Veluwehal Barneveld
15-01-05	D2.H4E	19:30	DWK-XCESS 4 - Triton Putten 2	Veluwehal Barneveld

C-COMPETITIE 6 NOVEMBER 2004

Zaterdag 6 november 2004 weer een C-competitie en deze keer in ons eigen zwembad in Putten. Ondanks wat tegenslagen (het begin verliep heel chaotisch, halverwege de wedstrijd hield de microfoon ermee op) verliep de wedstrijd gelukkig vrij normaal. Bij deze wil ik dan ook alle vrijwilligers die hier aan mee hebben geholpen heel erg bedanken voor hun inzet, want dankzij hen is alles op zijn pootjes terecht gekomen!! De zwemmers hebben zich ook weer goed ingezet, de secondes zijn er vanaf gevlogen.

50 meter vrije slag meisjes 89 ej

Iris Loedeman	0.42.09	PR
Suzan Blankestijn	0.32.96	PR I

50 meter vrije slag jongens 89 ej

Yannick van de Peppel	0.32.03	PR
-----------------------	---------	----

100 meter vlinderslag meisjes 87 ej

Judith Baars	1.34.13	PR
--------------	---------	----

100 meter vlinderslag jongens 87 ej

Rutger Stottelaar	1.25.52	
Tim Hezemans	1.29.80	PR

50 meter vlinderslag meisjes 91-92-93

Hester Evers	0.47.13	
--------------	---------	--

50 meter vlinderslag jongens 91-92-93

Ruben Kuijper	1.02.05	gedis.
Frank Hezemans	0.42.10	PR
Mark van de Brug	0.41.12	PR III

200 meter wisselslag dames

Marieke de Vries	3.15.73	PR
Nicole Baars	3.13.23	
Karin v/d Hazel	3.07.21	

200 meter wisselslag heren

Tim Hezemans	3.04.25	PR
--------------	---------	----

100 meter schoolslag meisjes 89 ej

Suzan Blankestijn	1.30.97	II
-------------------	---------	----

100 meter schoolslag jongens 89 ej

Yannick van de Peppel	1.37.64	PR
-----------------------	---------	----

50 meter vrije slag meisjes 87 ej

Judith Baars	0.33.86	PR
Marion Walet	0.33.57	

50 meter vrije slag jongens 87 ej

Rutger Stottelaar	0.33.16	
Tim Hezemans	0.32.67	

100 meter schoolslag meisjes 91-92-93

Hester Evers	1.52.51	
Iris Loedeman	1.54.16	

100 meter schoolslag jongens 91-92-93

Ruben Kuijper	1.56.54	
Frank Hezemans	1.49.48	PR
Mark van de Brug	1.35.98	III

200 meter wisselslag meisjes 89 ej

Suzan Blankestijn	3.05.48	
-------------------	---------	--

200 meter wisselslag jongens 89 ej

Yannick van de Peppel	3.14.08	gedis.
-----------------------	---------	--------

4x100 meter vrije slag estafette dames

Marion Walet		
Marieke de Vries	1.15	5.09.07
Karin v/d Hazel		
Nicole Baars		

4x100 meter vrije slag estafette heren

Rutger Stottelaar		
Mark v/d Brug		5.19.74
Tim Hezemans		
Frank Hezemans		

Tot de volgende keer.

Groetjes,
Bea van 't Ooster
Telefoonnummer : 06 53189820

V-COMPETITIE 27 NOVEMBER 2004

Zaterdag 27 november 2004 was er weer een V-competitie. Deze keer moesten we wat verder rijden, namelijk naar Hattem. Helaas was Triton met een erg kleine groep, maar 10 zwemmers. Deze zwemmers hebben wel heel erg hun best gedaan, want er zijn veel PR's gezwommen.

4x50 meter vrije slag estafette heren senioren

Rutger Stottelaar			
Yannick v/d Peppel	0.32.45	2.13.80	III
Frank Hezemans			
Tim Hezemans			

50 meter schoolslag jongens junioren2

Ruben Kuijper	0.51.02	PR
Frank Hezemans	0.50.20	PR
Sebastiaan Knoppert	0.44.29	PR III

50 meter schoolslag meisjes junioren2

Esther Bruin	0.53.80	
Iris Loedeman	0.52.10	PR

50 meter vlinderslag jongens junioren4 ej

Rutger Stottelaar	0.38.85	
Yannick v/d Peppel	0.42.67	PR
Tim Hezemans	0.38.15	PR

50 meter vlinderslag meisjes jeugd2 ej

Suzan Blankestijn	0.36.94	PR
-------------------	---------	----

100 meter vrije slag heren

Tim Hezemans	1.14.82	PR
--------------	---------	----

100 meter vrije slag dames

Marion Walet	1.14.13	III
--------------	---------	-----

100 meter rugslag jongens junioren2 ej

Sebastiaan Knoppert	1.47.16	
Ruben Kuijper	1.44.64	
Frank Hezemans	1.32.51	PR

100 meter rugslag meisjes junioren2 ej

Iris Loedeman	2.01.45	
Esther Bruin	1.43.06	

50 meter vrije slag jongens junioren4 ej

Yannick v/d Peppel	0.33.02	
Rutger Stottelaar	0.33.80	

50 meter vrije slag meisjes jeugd2 ej

Suzan Blankestijn	0.32.20	PR II
-------------------	---------	-------

100 meter rugslag heren

Tim Hezemans	1.22.99	
--------------	---------	--

100 meter rugslag dames

Marion Walet	1.30.92	
--------------	---------	--

4x50 meter wisselslag estafette jongens junioren2 ej

Ruben Kuijper			
Sebastiaan Knoppert	0.45.51	2.45.32	PR II
Frank Hezemans			
Yannick v/d Peppel			

Tot de volgende keer.

Groetjes,
Bea van 't Ooster
Telefoonnummer : 06 53189820

Verslagen polo wedstrijden

Polo Heren 2

Zaterdag 30-10-2004

Triton – ZEW

Het 2e heren waterpolo team van Triton heeft het zaterdagavond niet gered tegen ZEW uit Ermelo.

In een gelijk opgaande strijd verzuimden de Puttenaren de kansen te benutten, zodat zij geen afstand konden nemen van de Ermeloërs.

Evert Wassink scoorde in de 1e periode tweemaal en hier stelde ZEW 1 treffer tegenover. In de 2e periode kwam ZEW eerst langs zij, en bracht daarna de stand op 3-2. Daarop kreeg Evert Wassink een strafworp die hij zelf koelbloedig benutte. Toch had ZEW in deze periode het laatste woord. Een man meer situatie werd met een doelpunt afgerond (4-3).

In de 3e periode ging het spel op en neer. Weer scoorde ZEW uit een man meer situatie. Triton liet het koppie niet hangen en bleef aanvallen. Het was Corné Toes die in een overtal situatie de aansluittreffer scoorde.

In de 4e periode zette de Puttenaren alles op alles om het verdiende gelijke spel in de wacht te slepen. Dit lukte niet ondanks de kansen die werden gecreëerd. Toen ZEW 6-4 scoorde was het gedaan en moest Triton en de supporters met lege handen naar huis.

Spelers: Patrick Spanjersberg, Jan Aalten, Michel Hoeksema, Evert Wassink (3x), Albert van Beek, Corné Toes (1x), Andries Lubbertsen, Eddie Meiling, Arjan Ruiter, Wolter Simon, Jan-Willem Resink.

Heren 1

Zaterdag 06-11-2004

WZC 1 - Triton Putten 1

Na 3 weken zonder competitie verplichtingen heeft Triton zonder echt goed te spelen een regelmatige 1-8 overwinning geboekt op WZC uit Wijhe. Rene Ouwerkerk en Reinald Grift ontbraken maar zij werden uitstekend vervangen door Wolter Simon en Evert Wassink.

In de eerste periode had Triton moeite om aanvallend in zijn spel te komen. Verdedigend werd er niets weggegeven maar het duurde tot anderhalve minuut voor het einde van de periode voordat Tonny Arendse de Puttenaren op voorsprong kon brengen. Direct na deze treffer was het Corné van der Tang die met een uitgekiende lob de 0-2 op het scorebord bracht. In de tweede periode was er meer aansluiting van achteruit waardoor het aanvalspel gevarieerder werd en WZC regelmatig aan de noodrem moest trekken om de aanval van Triton te stoppen. Uit een van de man meer situaties die hieruit ontstond was het Corné van der Tang die de stand naar 0-3 bracht. Een prima tikbal van Tom Peereboom uit een snelle pass van Tonny Arendse betekende halverwege de 0-4

tussenstand. In de derde periode werd al snel weer een man meer situatie verkregen welke goed benut werd (0-5). Een kleine onachtzaamheid in de verdediging betekende dat WZC haar enige doelpunt van deze avond kon scoren 1-5. Echt van slag raakte Triton hier niet van want direct daarop werd de marge weer naar 5 doelpunten gebracht, Tonny Arendse was andermaal de aangever, Corné van der Tang de afmaker 1-6. In de vierde periode speelde Triton de partij rustig uit. WZC kon geen potten breken en via twee doelpunten van Corné van der Tang liep Triton uit naar de 1-8 overwinning.

Door de overwinning blijft Triton goed mee doen om de bovenste plaatsen in de 1e klasse district. Zaterdag 20 november as om 19.45 uur spelen de heren van Triton thuis in het Bosbad tegen Scholtenhagen.

Spelers: Stefan Kubiak, Alidaan van Losenoord , Egbert van Essen, Allard Selles, Corné van der Tang (6x), Tom Peereboom (1x), Tonny Arendse (1x), Evert Wassink en Wolter Simon.

Heren 1

Zaterdag 20-11-2004

Triton Putten 1 - Scholtenhagen 1

Zaterdagavond hebben de waterpolo heren van Triton in het Bosbad het povere Scholtenhagen uit Haaksbergen volledig overklast. Het doelpuntrijke duel eindigde uiteindelijk in 15-4 voor de Puttenaren.

In de 1e periode werd al snel duidelijk waarom Scholtenhagen onderaan de competitie bungelt. Met snel en gevarieerd aanvalsspel liet Triton de verdediging van de tegenstanders alle hoeken van het veld zien. De eerste aanval was meteen de mooiste. Een prachtige pass van Egbert van Essen over bijna 20 meter diagonaal over het veld landde precies op de rechterhand van Tonny Arendse, die in één keer kon uithalen en de keeper van Scholtenhagen direct kansloos liet. Zowel Alidaan van Losenoord als Corné van der Tang (1x strafworp) scoorden elk 2 maal en zo werd de 1e periode met een 5-0 voorsprong afgesloten.

Nadat Scholtenhagen in het begin van de 2e periode tegen scoorde, waren het Egbert van Essen en Corné van der Tang die weer tweemaal scoorden. Halverwege de wedstrijd was Scholtenhagen al op een kansloze 9-1 achterstand gezet.

In de 3e periode werden de Puttenaren nonchelanter en werden er vele kansen gemist.

Ook de laatste periode was voor Triton. Allard Selles rondde een mooie aanval van Reinald Grift koelbloedig af. In de rommelige slotfase hadden de mannen uit Haaksbergen het laatste woord (15-4).

Na deze overwinning blijft Triton goed mee doen in de top van de competitie. Volgende week zaterdag avond zal het moeilijker worden tegen de Maarkel, in het Bosbad, aanvang 19.00 uur.

26 ODS december 2004

Spelers: Stefan Kubiak, Alidaan van Losenoord (3x), René Ouwerkerk, Allard Selles (1x), Corné van der Tang (5x), Tom Peereboom, Tonny Arendse (4x), Reinald Grift, Egbert van Essen (2x).

Dames

Zaterdag 20-11-04

Triton Putten 1 - De IJsselmeeuwen 1

In een gelijk opgaande wedstrijd hebben de Dames van Triton het net niet gered om 2 waardevolle punten tegen de IJsselmeeuwen te halen. Hoewel er voldoende kansen waren liet de aanval op cruciale momenten het afweten. Er werd fel gestreden, maar de dames uit Zutphen gaven zich niet gewonnen. In de competitie zijn de verschillen klein. Het had zo mooi geweest wanneer de Puttense dames de 2 punten hadden behaald, want dan zou afstand worden genomen van de onderste regionen. Nu blijft het ook voor Triton spannend in de strijd om degradatie te voorkomen. De wedstrijd eindigde in 6-6, hetgeen voor beide ploegen een terechte uitslag was.

Speelsters: Jannieke Kiezenbrink, Matilde ter Wal (2x), Janet Doppenberg, Hedy Kieft (3x), Marga Kieft (1x), Willeke Termaat, Henriette Mulder, Tanja Resink, Jorieke Grevengoed, Mariska Sanders.

Heren 1

Zaterdag 27-11-2004

Triton Putten 1 - Maarkel 1

Zaterdagavond hebben de waterpolo heren van Triton in het Bosbad een knappe overwinning behaald tegen Maarkel uit Markelo. Het pas gedegradeerde Maarkel had al wel een aantal wedstrijden verloren, maar steeds met kleine cijfers. Het zou daarom een "taai" wedstrijd worden had René Ouwerkerk voorspeld en dat is het geworden. Mede door het uitstekend keepen van Stefan Kubiak bond Triton ook Maarkel uiteindelijk aan de zegekar.

In de 1e periode moest Stefan Kubiak al een aantal keren handelend optreden. Een goede keeper in het doel geeft extra vertrouwen aan de verdediging en daarom werd er weinig weggegeven. Halverwege deze periode kreeg Triton een man meer en Corné van der Tang schoot Triton naar 1-0.

In de 2e periode werd door beide ploegen een man situatie niet benut. Toch werd het 2-0 door een uitstekend ingeschoten strafworp genomen door Egbert van Essen.

De 3e periode werd het spannend. Maarkel scoorde tweemaal achter elkaar en het leek er op dat de laatste periode met deze gelijke stand zou beginnen. Het was Alidaan van Losenoord die met een verrassend schot Triton weer naar de voorsprong schoot.

Aan het begin van de 4e periode was dus nog alles mogelijk. De Puttenaren speelden gretig op de aanval, waardoor de mannen uit Markelo steeds vaker aan de noodrem trokken. De man meer situaties die ontstonden werden dit keer koelbloedig benut en zo kon Triton naar 5-2 uitlopen. Maarkel kreeg nog kans om dichterbij te komen, maar benutte de man meer situatie niet.

Toen kwam het moment van Stefan Kubiak. Een prima ingeschoten strafworp ranselde hij met een uiterste krachtinspanning uit z'n doel. Weer kwam Maarkel niet dichterbij. Met nog 15 seconden te spelen was de wedstrijd gespeeld. Beide ploegen scoorden nog een maal. Voor Triton tikte René Ouwerkerk de bal in het doel na een verre uitworp van Stefan Kubiak (6-3).

Triton speelde een prima wedstrijd en staat nu in de top 3 van de competitie.

Spelers: Stefan Kubiak, Alidaan van Losenoord (2x), René Ouwerkerk (1x), Allard Selles, Corné van der Tang (2x), Tom Peereboom, Tonny Arendse, Reinald Grift, Egbert van Essen (1x).

Het heren 2 zevental van Triton herstelde zich van de nederlaag van vorige week tegen Nunspeet 2. Nu moest worden aangetreden tegen Nunspeet 3. Het werd een regelmatige overwinning van 10-3. Eddy Meiling (3x), Evert Wassink (3x) en Jan Willem Resink (4x) zorgden voor de Puttense doelpunten.

Dames 1

Zaterdag 27-11-2004

Triton Putten 1 - De Whee 1

De dames gingen te water met het idee dat het een spannende wedstrijd zou worden tegen de Whee uit Goor. Immers, de Whee had slechts 1 wedstrijd punt meer dan de dames uit Putten. Het ging anders. Als snel in de 1e periode scoorde Hedy Kieft 1-0. De toon voor de wedstrijd was gezet. Halverwege de wedstrijd was een riante voorsprong van 6-1 bereikt. Hoewel de Whee wel wat terugkwam in de tweede helft van de wedstrijd gaven de Puttense dames de wedstrijd niet meer uit handen. Henriët Mulder speelde een uitstekende wedstrijd met 3 doelpunten kreeg ze aan het eind van de wedstrijd een heuse publiekswissel van coach Eddy Meiling

Speelsters: Jannieke Kiezenbrink, Mathilde ter Wal (3x), Janet Doppenberg (1x), Hedy Kieft (3x), Marga Kieft, Willeke Termaat (2x), Henriët Mulder (3x), Tanja Resink (2x), Jennie Resink, Jantine van Dasselaar.

Contributie bedragen voor 2004.

Voor de duidelijkheid worden hieronder de contributie bedragen duidelijk weergegeven.

Kinderen:

Kinderen tot 12 jaar betalen 29,-- euro per drie maanden (kwartaal).
Kinderen vanaf 12 jaar betalen 26.50 euro en 1x per jaar 15,-- euro startgeld voor het meedoen aan wedstrijden.
Startgeld wordt in januari extra afgeschreven.

18 jaar en ouder:

Vanaf 18 jaar betaal je per kwartaal 40,-- euro contributie. 1 x per jaar betaal je ook 15,-- euro startgeld. Dit wordt in januari geïnd.
Ben je 18 jaar of ouder en heb je geen startnummer dan betaal je 42.50 euro per kwartaal.

Trimzwemmen

Trimzwemmen kost 61.50 euro per jaar. Dit moet in september overgemaakt worden.

Betaling is alleen per incassomachtiging mogelijk (Uitgezonderd trimzwemmen)

Heeft u hier vragen over, ik ben telefonisch te bereiken op 0341 - 357320 (graag na half 8 s`avonds.)
Met vriendelijke groet:

Miranda de Jong.
Peningmeester Triton.

Trainingsuren Seizoen 2004 – 2005

Maandag	17.15 – 18.00	Aspiranten polo
	18.00 – 19.00	Dames polo
	19.00 – 20.00	Heren polo
Dinsdag	17.00 – 18.00	Zwemselectie
	22.00 – 22.30	Trimzwemmen
Woensdag	17.00 – 17.45	Recreanten
	17.45 – 18.30	Zwemselectie
Donderdag	17.45 – 18.30	Minioren + pupillen polo
	18.30 – 19.30	Aspiranten polo
Vrijdag	17.00 – 17.45	Sterrenplan
	17.45 – 18.30	Recreanten
	18.30 – 19.15	Zwemselectie
	21.00 – 22.30	Dames en Heren polo

Opzegregels

1. Opzeggingen moeten schriftelijk aan
Triton Ledenadministratie
p/a Aalscholverstraat 2
3882 JA Putten

2. Opzeggingen moeten 1 betalingstermijn, dit is 3 maanden, van te voren worden gedaan.

3. Er zijn twee soorten leden, namelijk leden met en leden zonder een startvergunning.

Hiervoor gelden de volgende regels:

A Leden met een startvergunning:

Alleen opzeggen per 1 april van ieder jaar. De reden daarvoor is dat er rekening gehouden moet worden met de teamopgave en samenstellingen van een team.

B Leden zonder een startvergunning: Opzeggingen per 1 jan en 1 juli van ieder jaar.

Dit moet minimaal 1 betalingstermijn in het voren worden gedaan.