

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

dhr B van de Ree
GraafWichmanstraat 6
3882 CP Putten
0341- 350735

Penningmeester

Dhr / Mevr Kiezebrink
Hoge Eng Oost 44
3882 TN Putten
0341 - 358 338

Ledenadministratie

Dhr / Mevr Kiezebrink
Hoge Eng Oost 44
3882 TN Putten
0341 - 358 338

Polosecretariaat

Mw. M. ter Wal
Slangenburg 8
3881 ZE Putten
0341 - 363726

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

Saskia Evers
Stenenkamerseweg 49
3882 NG Putten
0341 - 361 369

Sterrenplan

Mw. J. Guliker
Garderenseweg 55
3881 GK Putten
0341-362021

Trimzwemmen

Mw. Y. Velthuijsen-Beekman
Meester Mollstraat 7
3882 DR Putten
0341 - 353 750

Trainers

Polo Heren

Dhr. Gerrit Riezebos
Portweg 3
8091 CA Wezep
038-3761794

Polo Dames

Dhr. Gerrit Riezebos
Portweg 3
8091 CA Wezep
038-3761794

Zwemafdeling

Dhr. C.J.D. van Dijk
Berkstraat 5
8084 HP 't Harde
0525-652400

Website : www.TritonPutten.nl

Rabobank Putten : 3542 57 706

Postbank nummer : 69 73 06

Redactie

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

Van de redactie

Beste Lezer,

Het seizoen is weer begonnen en dus is Op de Startblokken ook weer van de partij. Het september nummer ligt nu voor u. Helaas niet al te veel kopie op het moment.

Laten we ook dit jaar zorgen dat we het clubblad interessant houden om te lezen. Dus maak verslagen van alle activiteiten, wedstrijden en vergaderingen.

De kopie voor het volgende nummer moet uiterlijk de **15e van de maand ervoor** binnen zijn op het adres **redactieOds@AGProducts.nl**

De redactie groet u.

Voorwoord

Hallo allemaal,

Ik heet jullie allemaal weer welkom bij de aanvang van het zwemseizoen 2006/2007. Ik hoop dat jullie er allemaal weer goede zin in hebben.

De trainingen, sterrenplan en trimzwemmen zijn weer begonnen, of staan op punt van beginnen en de diverse wedstrijden beginnen er weer aan te komen.

Dit seizoen zullen de zwemmers weer training krijgen van Kees Jan Dijk en zullen de polo-ers training krijgen van Gerrit Riezebos. Ik heet Gerrit dan ook van harte welkom en wens hen veel plezier toe bij de trainingen en de wedstrijden.

De trimzwemmers zullen weer in een gezellige sfeer en onder begeleiding van Yvonne Veldhuijsen-Beekman hun banen zwemmen en daarbij diverse oefeningen verrichten.

Voor het Sterrenplan heeft Jolande Guliker de coördinatie overgenomen van Aartje Sanders en hebben de trainsters Mathilde ter Wal en Marieke de Vries versterking bij gekregen. Hier zullen jullie in de volgende ODS verder over worden geïnformeerd.

Deze zomer heeft is Albert van Beek in het huwelijksbootje gestapt. Samen met Silvia gaat hij wonen in Zeeland en zal hij zijn functie bij het bestuur niet meer vervullen. Wel zal hij namens Triton Putten zijn polowedstrijden blijven fluiten. Ik wens Albert veel geluk en plezier toe.

Vanaf deze positie wens ik, namens het bestuur en commissies, een ieder die plezier beleeft aan de zwemsport een heel goed en plezierig zwemseizoen toe!

Groet, Wolter

Activiteiten Agenda Triton

Datum	Activiteit
09 september 2006	Oudpapieractie !
09 september 2006	Start voorverkoop loten Grote Clubactie
16 oktober 2006	Sponsorzwemmen 2006
16 november 2006	Trekking loterij Grote Clubactie

(JC) = Jeugdcommissie

Heeft u aanvullingen laat het ons weten: RedactieOds@AGProducts.nl



I N T E R V I E U W

met de trainer van de waterpoloafdeling Gerrit Riezebos.

Een echte Kamper Steur, vandaar de liefde voor het water natuurlijk. En dat water was niet zoals nu verwarmd, maar er werd gezwommen in de IJssel.

De trainingen werden gehouden worden bij een minimum temperatuur van 14 graden en de wedstrijden bij 16 graden. Het seizoen was dan van 15 mei tot eind augustus/begin september. In de wintermaanden werd er een enkele keer getraind in het toenmalige

Stilo-bad in Zwolle.

Gerrit Riezebos is zelf in het aspiranten-team begonnen op 14-jarige leeftijd en in de zomer dat hij 17 werd, mocht hij meedoen met Heren I, dat toen in de 3e klas Bond speelde.

Doordat er, vanwege de slechte kwaliteit van het water, niet meer in de IJssel gespeeld mocht worden ging zijn vereniging "Fuut '53" enkele jaren later over de kop en was hij genoodzaakt zijn heil elders te zoeken en vond dat bij ZIGNEA in Emmeloord, een vereniging waar hij later 18 jaar als trainer aan de bak zou staan.

Toen echter in 1972 er weer een nieuw en nu verwarmd zwembad in Kampen kwam, behoorde hij bij de oprichters van een nieuwe zwemclub "De Steur". In eerste instantie om er ook zelf te gaan spelen, maar al snel werd hij, als bestuurslid, betrokken bij de opleiding van jeugdige zwemmers en waterpoloërs en raakte het zelf spelen steeds meer en meer op de achtergrond.

Wel kwam hij toen tot de ontdekking dat het zelf gespeeld hebben onvoldoende kennis oplevert om op verantwoorde wijze de jeugd te kunnen begeleiden en ontstond de behoefte om zich hierin verder te bekwamen.

Dit betekende dat er een aantal winters besteed werden aan het behalen van het diploma zwemtrainer A en vervolgens waterpolo A en B. Met de daar opgedane kennis en die van vele daarop volgende applicaties, staat hij nu al ruim 30 jaar aan de bak. om samen met zijn jongens en/of meiden een sportieve prestatie in het water te leggen.

Vooraf het volgen van applicaties vindt hij erg belangrijk, omdat je daar constant op de hoogte wordt gehouden van de laatste ontwikkelingen, waarvan je dan weer gebruik kunt maken bij de vereniging.

Vooraf de twee van de laatste applicaties hebben zijn bijzondere belangstelling getrokken en delen daarvan probeert hij nu te vertalen naar verenigingsniveau en het daar toe te passen o.a. "krachttraining" waarbij het accent vooral ligt bij het trainen van een "keten" (groep van spieren).

Een andere applicatie die zijn volle belangstelling heeft, is het spelen van Overplayed Press, hierbij probeert de verdediger in alle situaties, op alle posities te voorkomen dat zijn directe tegenstander de bal krijgt, je ligt in de ballijn en bent constant bezig om opnieuw in balbezit te komen. Bij deze wijze van verdedigen zullen er minder uitsluitingen plaatsvinden, het is een manier van spelen waarbij weer echte veld goals gemaakt kunnen worden en men niet afhankelijk is van degene die het beste man meer of minder kan spelen.

Wat hem tot nu toe erg aanspreekt bij Triton is de wijze waarop de polo-afdeling wordt gerund, gezelligheid naast een goede structuur, waarbij er vooral naar de toekomst wordt gekeken, de onderlinge samenwerking goed is en de bereidheid om er samen iets van te maken duidelijk aanwezig.

Hij hoopt hieraan zijn deel te kunnen bijdragen en samen met de andere trainers met veel plezier te werken aan het op een hoger niveau brengen van wat vanaf nu ook zijn club is.

OPA rooster

Zoals we allemaal weten is het ophalen van oud papier een grote bron van inkomsten voor Triton. Samen zorgen we op deze manier voor een forse vermindering aan contributie! Onderstaand vindt u het rooster.

9-9-2006

Corne van de Tang
Gerrit-Jan Lubbertsen
Willeke Termaat
Hedy Kieft

Even nog de feiten op een rijtje:

- 1 x per 2-3 jaar 1 zaterdag ochtend
- Zelf onderling ruilen als je niet kunt, dit doorgeven via redactieOdS@AGPRoducts.nl
- Minimaal 16 jaar
- Zaterdag 7:45 aanwezig op de gemeente werf aan de ambachtstraat

de Opa-Commissie.

HELP TRITON DE WINTER DOOR!

Dit is het thema van het sponsorzwemmen 2006. Het uiteindelijke doel is uiteraard om geld in te zamelen voor de clubkas van Triton.

Datum

Maandag 16 oktober 2006

Tijd

Van 17.00 tot en met 20.00 uur.

Uitvoering

Er wordt in twee fases gezwommen:

- Van 17.30 tot en met 17.55 uur en
- Van 18.30 tot en met 18.55 uur.

Deze tijden worden niet ingedeeld op leeftijd, iedereen mag zelf bepalen welk tijdstip hem/haar het beste uitkomt. Uiteraard mag je maar één keer meedoen.

Het is de bedoeling dat elk clublid in die 25 minuten zoveel mogelijk baantjes probeert te zwemmen. Per baan wordt een bepaald bedrag gesponsord. Er kunnen ook anderen, zoals vriendjes, vriendinnetjes, familieleden, meedoen aan deze actie.

Naast het zwemmen is er, tegen een geringe vergoeding, gelegenheid voor een hapje en een drankje.

Nadere informatie volgt nog, maar hou deze datum in ieder geval vast vrij in jullie agenda!

Triton rekt op jullie!!

Namens de organisatie,
Jan-Willem Resink
Eddy Meiling
Gerrit Wallet
Arjan Buijs
Bea van 't Ooster

Grote Clubactie

Hallo allemaal,

Triton doet dit jaar weer mee aan de grote clubactie. Dit is een goede actie, waar wij als vereniging een flink geldbedrag voor kunnen krijgen. Afhankelijk van het aantal verkochte loten. Tevens maakt iedereen die in het bezit is van een of meerdere loten kans op mooie prijzen. Hiervoor hebben we de hulp nodig van alle leden!!!!

De jeugd, leden tot 18 jaar, krijgt een intekenlijst om loten te verkopen. Voor de gene die de meeste loten heeft verkocht is er een prijsje te winnen.

Dit jaar krijgt onze jeugd weer een speciale kids-card, hiermee kan je met een persoonlijke inlogcode op www.kidzonely.nl mee doen aan de lotenverkoperswedstrijd. Hier zijn ook prijzen mee te winnen.

De start van de voorverkoop is op zaterdag 9 september.

Iedereen onder de 18 jaar krijgt in week 36 de intekenlijst met verdere informatie.

Uiterlijk 23 September willen wij de intekenlijsten weer ingeleverd hebben. Ook de lege lijsten. Dus als je echt niet mee wil doen, lever je lijst dan toch in. Dit scheelt ons een hoop telefoontjes achteraf.

Zodra wij de loten binnen hebben, worden deze zo snel mogelijk aan jullie gegeven.

De loten die je verkocht hebt, kan je dan weg brengen en het geld ophalen.

Voor iedereen die dit jaar 18 worden of ouder zijn, krijgen 5 loten. Hiervoor wordt in het vierde kwartaal het totaalbedrag van €12,50 automatisch geïnd, gelijk met de contributie.

Wanneer iemand meer dan 5 loten wil hebben kan hij of zij dat bij ons kenbaar maken, dan zorgen wij dat die extra loten bij de betreffende personen komen.

De distributie van de loten begint 26 September en de trekking is 16 November. Voor verdere informatie over de grote clubactie kunnen jullie terecht op de website: www.clubactie.nl.

Wij gaan ervan uit dat jullie hierbij genoeg geïnformeerd zijn en verwachten weer een goede verkoop dit jaar!

Tonnie en Aartje Sanders.
Wallenbergstraat 43
3882 HA Putten
tel 0341-357046

Bedankt

Beste Dames en Heren bij deze wil ik iedereen nogmaals bedanken voor alle inzet en gezelligheid die ik als trainer/coach met jullie de afgelopen jaren heb gehad.

Ook het afscheid in de waag, waar de opkomst enorm was de speech die gehouden werd, de teamfoto van de Dames, de bloemen en ook het bedankje naar Sonja toe die altijd achter me stond en niet te vergeten de hogedruk reiniger En het eten en drinken van jullie allen.

En de kaartjes van de Dames.

Nogmaals allen bedankt en tot ziens in het nieuwe seizoen.

Gr Eddy Meiling.

Uitslag Masterwedstrijd 22 april 2006

Triton heeft meegedaan aan een nieuw soort wedstrijden! Na een tijdje aftasten hebben we het wedstrijdzwemmen voor volwassenen op poten gezet. Dit zogenaamde Masterzwemmen is een landelijke tak van de KNZB, met in onze regio het Zuyderzeecircuit. Binnen dit circuit worden een stuk of zes wedstrijden georganiseerd waar in feite iedereen tussen de 20 en 120 jaar aan kan en mag meedoen.

Met vier officials, allen (ex-)zwemmers, hadden we ons ingeschreven om op 22 april naar Kampen te gaan om eens uit te proberen of het inderdaad zo leuk was als het leek. Helaas begon onze primeur wat minder geslaagd, want beide dames uit het gezelschap moesten vanwege ziekte afhaken. Vastbesloten zich daar niet door uit het veld te laten slaan trokken beide heren flink van leer, zodat er in elk geval resultaten genoteerd konden worden.

De aanmoediging van de dames bleek achteraf onmisbaar, want ook al zwommen we in een 50-meterbad, wat door het ontbreken van een keerpunt toch een klein voordeeltje op zou moeten leveren, het was toch even aanpoten.

Het ruime bad was een prima locatie voor de enkele honderden zwemmers die zich tot in alle hoeken van het bad installeerden. Dat mocht ook wel, want de totale wedstrijd duurde maar liefst een uur of vier! Zo'n tachtig zwemclubs deden mee, variërend van één tot 27 deelnemers per vereniging. Acht afstanden stonden in totaal op het programma, waarvan er per zwemmer maximaal drie mochten worden afgelegd.

De resultaten:

Programma 4: 50 meter schoolslag

Kees Pul 40-45 50.06 9/10

Jaap Ruiter 25-30 39.98 9/12

Programma 5: 50 meter vrijeslag

Kees Pul 40-45 36.22 19/19

Jaap Ruiter 25-30 30.83 4/6

Programma 6: 200 meter schoolslag

Jaap Ruiter 25-30 3.29.59 4/4

Al met al was het een mooie aftrap voor het Masterzwemmen van Triton. Met ingang van volgend seizoen zullen we helemaal meedraaien in het Zuyderzeecircuit.

Hieraan kunnen ook andere geïnteresseerden meedoen! Dus heeft u of heb jij (vroeger) gezwommen of lijkt het u / je gewoon leuk, meld u / je dan aan zodat de ploeg nog groter wordt dan die inmiddels al is!

Tot bij de volgende competitie!

Jaap Ruiter

j_cavalier@hotmail.com

Trainingsopkomst 2005/2006

Dames:

Jantine v Dasselaar	22
Janet Doppenberg	55
Ester Karssen	19
Marga Kieft	31
Hedy Kieft	44
Natasja v d Kraats	26
Willeke Termaat	48
Jacqueline Torsius	44
Matilde Ter Wal	59
Arjette Winkelaar	14
Jorieke Grevengoed	22
Henriette Mulder	26
Mariska Sanders	53
Janneke Bos	6
Maike bloemsma	19
Jannieke Kiezenbrink	14
Gerianne Bos	6

Heren:

Corne v d Tang	38
Alidaan v Loosenoord	63
Evert Wassink	8
Allerd Sellers	48
Jan Aalten	3
Tonny Arendse	34
Rene Ouwekerk	30
Wolter Simon	26
Jan Willem Resink	59
Gerritjan Lubbertsen	23
Arjan Ruiters	34
Andries Lubbertsen	22
Reinald Grift	26
Patrick Spanjeberg	26
Albert v Beek	4
Egbert v Essen	37
Corne Toes	11
Tom Pereboom	39
Michel Hoeksema	23
Henrie Mulder	36
Martin de Jong	20
Remko de Vries	19

Trainingsopkomst 2005/2006

Minipolo

Deenis van Losenoord	12	13	92
Jens vd Wal	11	13	85
Anne Baarslag	9	13	69
Marjolein Baarslag	8	13	62
Luc	12	13	92
Christance van Dijk	8	13	62

Trainingsopkomst 2005/2006

Asp <16	aanwezig	totaal	%
Antoine Sanders	15	25	60
Hugo Jansen	19	25	76
Stefan de Jong	18	25	72
Ruud vd Brug	23	25	92
Mark vd Brug	21	25	84
Dick Grift	23	25	92
Herbert Lubbertsen	8	25	32
Mario Toes	12	25	48
Gerwin Snapper	12	25	48
Frank van Engelenburg	20	20	100
Pupillen			
Lennard vd Bor	9	19	47
Job Kuiper	14	19	74
Lucas van Kemp	16	19	84
Harold heimissen	19	19	100
Mark Jonker	18	19	95
David van Nederpelt	12	19	63
Erik Westerbroek	12	19	63
Jan Pieter van Driel	12	19	63
Christaan van de Vlist	18	20	90
Rutger van Deuveren	11	20	55
Frank Jansen	16	20	80
Jan Kats	12	20	60
Anne vd Werf	16	20	80
Eline Bos	14	20	70
Anne Kiezebrink	14	20	70

Contributiebedragen voor 2006

Voor de duidelijkheid worden hieronder de contributie bedragen duidelijk weergegeven.

Kinderen:

Kinderen tot 12 jaar betalen €30,50 per kwartaal.

Kinderen vanaf 12 jaar betalen €27,50 per kwartaal.

Sterrenplan:

Kinderen die deelnemen aan het Sterrenplan zullen vanaf juli €40,00 per kwartaal gaan betalen. Voor het sterrenplan geldt dat er 4 kwartalen per automatisch incasso worden afgeschreven. Er kan tussentijds niet worden opgezegd.

18 jaar en ouder:

Ben je 18 jaar of ouder dan betaal je € 42,50 per kwartaal.

Startgeld

Iedereen die een startnummer heeft, betaald jaarlijks een bedrag van €15,00 voor het meedoen aan wedstrijden. Dit bedrag wordt in januari extra afgeschreven.

Trimzwemmen

Trimzwemmen kost in het jaar 2006 €63,50. Dit moet in september overgemaakt worden.

Betaling is alleen per incassomachtiging mogelijk

(Uitgezonderd trimzwemmen)

Met vriendelijke groet,

Lia Kiezebrink
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
Dhr/mevr Kiezebrink
Hoge Eng Oost 44
3882 TN Putten

2. Opzeggingen moeten 1 betalingstermijn, dit is 3 maanden, van te voren worden gedaan. Dit geldt niet voor het Sterrenplan.

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 januari en 1 juli van ieder jaar.

Dit moet minimaal 1 betalingstermijn in het voren worden gedaan.