



## Nieuwsbrief zwem- en waterpolovereniging Workum

Dit is de nieuwsbrief van februari. We stellen je bij deze op de hoogte van de jeugdsponsor-actie van Poiesz, de duikcursus van zondag 27 januari en de wedstrijden van afgelopen weken.

### Duikcursus

Duikvereniging MobyDick uit Sneek was zondag 27 januari in ons zwembad voor een cursus duiken. Vier duikinstructeurs probeerden de 21 aanwezigen (in twee groepen verdeeld) enthousiast te maken voor de duiksport. Een impressie:

Eerst was er een instructie in de kantine en moest er een medische verklaring ingevuld worden. Daarna mocht de eerste groep zijn uitrusting aan doen: duikbril, flippers, trimvest en duikfles met toebehoren. Eerst werd boven water geoefend met het ademen middels een mondstuk. Daarna onder water. Het is vaak eerst even wennen om onder water adem te gaan halen, omdat het onnatuurlijk aanvoelt. Dan zorgen dat je onder water blijft. Als je op verkeerde knopje drukt, blaast jouw trimvest zich vol en ben je gelijk weer aan de wateroppervlakte. Even oefenen dus. Daarna mochten we naar het diepere gedeelte waar regelmatig geklaard moest worden. Op de bodem konden we een spelletje onderwater overgooien doen. Na 45 min was de tijd weer om en mocht de fles overgegeven worden aan de tweede groep. Deelnemers waren veel master zwemmers en enkele familieleden. Allen waren achteraf erg enthousiast en er waren al enkelen die zich op wilden geven voor de cursus 'Open water duiken'.





### Poiesz Jeugd Sponsor Actie

In de vorige nieuwsbrief hebben wij aangekondigd dat we geselecteerd zijn voor de jeugdssponsoractie van Poiesz Supermarkten. Aanstaaende maandag 11 februari start deze actie, vandaar dat wij jullie hier weer over informeren.

Bij iedere €10,- aan boodschappen en bij diverse actieproducten krijgen jullie jeugd sponsormunten. Klanten kunnen vervolgens kiezen waar ze de munt aan doneren.

Wij hopen dat jullie gekregen munten aan onze zwemvereniging doneren! Hoe meer munten, hoe meer geld voor de vereniging.

### Wedstrijdzwemmers

Op 26 januari zijn de jongste zwemmers naar Harlingen afgereisd voor de *Swimkick / Minioren wedstrijd*. Er werden vele PR's gezwommen en sommige zwemmers vielen in de prijzen:

- Mare Offringa 1<sup>e</sup> prijs 25 m. rugslag en 1<sup>e</sup> prijs 25 m. schoolslag
- Yelinah Visser 1<sup>e</sup> prijs 50 m. rugslag en 2<sup>e</sup> prijs 50 m. schoolslag
- Kian Bloemendal 1<sup>e</sup> prijs 50 m. rugslag
- Jens Hooghiemstra 2<sup>e</sup> prijs 25 m. schoolslag
- Hugo Heida 1<sup>e</sup> prijs 50 m. schoolslag

Op 2 februari was de *Fryselcup* in Workum. Dit was de derde in een rij van vier. In het klassement dat is gemaakt, doen wij het goed op de afstanden tot ongeveer 10 jaar. Helaas staat Startgemeenschap Bolsward / Workum onderaan, omdat er relatief weinig zwemmers meedoen op de zwemafstanden voor iets oudere zwemmers. Een mooie uitdaging voor de laatste wedstrijd in deze competitie op 13 april!



In de week van de voorjaarsvakantie is er geen training voor de wedstrijdzwemmers. Na de voorjaarsvakantie staat de themawEEK 'Carnaval' gepland. Hoe dit er inhoudelijk uit gaat zien, hoor je te zijner tijd. Leuk wordt het in ieder geval!

**Steun  
onze club**  
met uw Jeugd Sponsor Munten

11 februari t/m 7 april 2019

**Winst  
voor de club  
+ euro's voordeel  
voor u!**

