



## Nieuwsbrief zwem- en waterpolovereniging Workum

Dit is de nieuwsbrief van augustus met daarin info over de start van het trainings- en wedstrijdseizoen 2020/2021.

### Het nieuwe trainingschema

Het seizoen 2020-2021 start op maandag 17 augustus.

We hebben geprobeerd de trainingstijden van vorig seizoen zo te laten. Dit is op een kleine wijziging na, gelukt:

- We hebben jammer genoeg afscheid genomen van Clementina en Gerrit. Borstcrawl training wordt overgenomen door Robbert.
- Op de woensdagavond geven we training aan zwemmers vanaf junioren 1. Dit zijn zwemmers die al langer wedstrijden zwemmen en hierop wordt dan ook specifiek getraind.

<b>maandag</b>	17:30-18:15	Wedstrijdzwemmers minioren	Alie Twellaar Ton Mouthaan Josine de Haan
	18:15-19:00	Wedstrijdzwemmers junioren/jeugd/senioren	Alie Twellaar Ton Mouthaan Afke Hooghiemstra
	20:30-21:30	Masters/trimmers	wisselend
<b>dinsdag</b>	17:30-18:15	Aquastars	Femmie Abma
	17:30-18:30	Borstcrawl training	Robbert Boele
	18:00-19:00	Waterpolo	Robbert Boele
<b>woensdag</b>	18:00-18.45	Wedstrijdzwemmers junioren/jeugd/senioren	Afke Hooghiemstra Evelien Galema
	20:30-21:15	Masters/trimmers	Paul Wronsky
<b>donderdag</b>	06:30-07:30	Masters/trimmers	
<b>vrijdag</b>	17:30-18:15	Wedstrijdzwemmers minioren	Akkelies Blok Irene de Jong Silke van Veen Ryenne Bosma
	18:15-19:00	Wedstrijdzwemmers junioren/jeugd/senioren*	Akkelies Blok Irene de Jong
<b>zaterdag</b>	08:30-9:30	Masters/trimmers	Akkelies / Ton

\*Junioren/jeugd/senioren zwemmers hebben de mogelijkheid 1,5 uur te trainen. Graag aangeven bij de trainer als je hiervan gebruik wilt maken.



## Wedstrijdseizoen 20/21

De wedstrijdkalender voor het seizoen 2020-2021 krijgt inmiddels vorm. Wel zijn er door het Corona-virus aanpassingen gemaakt voor het organiseren van wedstrijden. De protocollen hiervoor zijn in de maak en samen met betreffende zwembaden moeten we kijken hoe de organisatie het beste vorm gegeven kan worden. De komende tijd zal hier steeds meer duidelijk over worden. We houden je hiervan op de hoogte.

### Competitie

3-10-2020  
7-11-2020  
16-01-2021  
6-3-2021  
17-4-2021

### Junioren-Jeugd-Senioren Circuit

19-09-2020  
24-10-2020  
26-02-2021  
27-03-2021

### Minioren Circuit

26-09-2020  
31-10-2020  
13-02-2021  
10-04-2021

### Minioren Clubmeet (optioneel)

14-11-2020  
23-01-2021  
20-03-2021  
24-04-2021

### Minioren Finale (mits geplaatst)

12 en 13 – 06-2021

### Fryselcup-wedstrijden

Data nog niet bekend

### Regio A finales (afhankelijk van kwalificatie)

21 en 22 november 2020  
28 en 29 november 2020  
29 en 30 mei 2021  
5 juni 2021

### Regio B finales

12 en 13 december 2020  
6 juni 2021  
19 en 20 juni 2021



## Teamindeling

Het wedstrijdsecretariaat heeft samen met de trainers een teamindeling per soort competitie/wedstrijd gemaakt. Wij gaan ervan uit dat je bij alle wedstrijden aanwezig bent. Wil je aan een bepaalde competitie niet meedoen, dan graag afmelden per mail voor 01-09-2020. Daarna wordt de definitieve teamindeling gemaakt, begeleiders toegevoegd en rijschema gemaakt. Wij rekenen op alle ouders m.b.t. het rijden naar de wedstrijden!

### **Competitie (wedstrijdzwemmers vanaf junioren-leeftijd)**

#### Dames:

Silke van Veen  
Lisa van Zijverden  
Emma Twellaar  
Isa Twellaar  
Katinka Andringa  
Selina Veenstra  
Lena Offringa

#### Heren:

Robin de Jong  
Allard Sieperda  
Thomas vd Goot  
Joep Hendriks  
Sander Pachciarek  
Hugo Heida  
Kian Bloemendal

### **Junioren-Jeugd-Senioren Circuit (dames vanaf 2009 / heren vanaf 2008)**

#### Dames:

Silke van Veen  
Lisa van Zijverden  
Katinka Andringa  
Djura van Dijk  
Selina Veenstra  
Lena Offringa

#### Heren:

Robin de Jong  
Allard Sieperda  
Thomas vd Goot  
Joep Hendriks  
Sander Pachciarek  
Hugo Heida  
Kian Bloemendal

### **Minioren Circuit (meisjes t/m 2010 / jongens t/m 2009)**

#### Meisjes:

*Minioren-afstanden*  
Mare Offringa  
Zoë Schurer  
Marije Zijlstra  
*Swimkick-afstanden\*:*  
Jildau Folmer  
Fardau Schippers  
Elbrich Hoekema

#### Jongens:

*Minioren-afstanden*  
Noah Pachciarek  
Ingmar Bouwhuis  
Jens Hooghiemstra  
Skylar de Leeuw  
*Swimkick-afstanden\*:*  
Timo Hermus  
Jente Wouda  
Jesse Venema  
Noah van Wely

\*swimkick-afstanden zijn bedoeld voor de beginnende wedstrijd-zwemmers (meestal iets kortere afstanden). Speciaal bedoeld om kennis te maken met wedstrijden. Als het goed gaat kun je doorstromen naar minioren-afstanden iom je trainer.



**Fryselcup-wedstrijden** (leeftijd zwemmers is aan de club zelf: Workum heeft gekozen voor jongste zwemmers tot ca. leeftijd 12-13 jaar, we kunnen maximaal 12/13 zwemmers mee laten doen aan deze wedstrijd)

Meisjes:

Mare Offringa  
Zoë Schurer  
Marije Zijlstra  
Jildau Folmer  
Fardau Schippers  
Elbrich Hoekema

Jongens:

Noah Pachciarek  
Ingmar Bouwhuis  
Jens Hooghiemstra  
Skylar de Leeuw  
Timo Hermus  
Jente Wouda  
Jesse Venema  
Noah van Wely



ZWEMVERENIGING  
WORKUM