

APRIL 2022

NIEUWSBRIEF ZV DE SPRENG



Van het bestuur

Voor u ligt de eerste nieuwsbrief van 2022. Alle corona restricties zijn opgeheven, we kunnen gelukkig weer volop zwemmen. Een goed moment om u te informeren over diverse onderwerpen die er binnen de vereniging spelen.

Weer (meer) trainen

Iedereen, jong, oud, klein en groot kan weer actief zwemmen! In principe kun je als lid van ZV de Spreng bij alle afdelingen trainen, maar lang niet iedereen weet wanneer er gezwommen kan worden. Hieronder een overzicht van de trainingen. Als je een keer iets wil proberen kun je het beste contact opnemen met de bij de training genoemde coördinatoren.

Maandag:

18:00-19:00 Waterpolo mini's: De jeugd tot +/- 8 jaar.

Zij werken in het ondiepe bad aan de basisvaardigheden van het waterpolo.

Bal vangen en gooien, over spelen en afmaken op het doel. Omdat de combinatie gooien en watertrappen nog lastig is staat de bodem op 1 meter 20 diepte zodat iedereen kan staan. Het doel van deze training is veel plezier te maken, veel te leren en om dan deel te nemen aan de mini-polo toernooien in de regio.

Coördinator: Annette Stemerding
polocommissie@zvdespreng.nl



Inhoud

Van het bestuur

Weer (meer) trainen

Afzwemmen
reddingsbrigade

Buitentraining
waterpolo

Vrijwilligers gezocht

Huurcontract met
verplichtingen

Tot slot

18:00-19:00 Waterpolo E/ D: De jeugd vanaf +/- 8 tot +/- 12 jaar.
Hier wordt de basis die bij de mini's is gelegd verder ontwikkeld. Naast aandacht voor de bal en zwemtechniek wordt er ook aan het verbeteren van de conditie gewerkt. Maar het belangrijkste is samen in teamverband sporten. Bij voldoende belangstelling spelen we mee in de competitie of proberen we oefenwedstrijden te spelen. Als je (nog) geen zin hebt om wedstrijden te spelen kun je ook gewoon meetraineren.

Coördinator: Annette Stemerding
polocommissie@zvdespreng.nl

18:45-19:30 Waterpolo C: De jeugd vanaf +/- 12 jaar.
De trainingen zijn grotendeels hetzelfde als voor de E en D jeugd alleen is iedereen groter en sterker waardoor er harder en meer wordt gezwommen. Daarnaast is er meer aandacht voor strategie.
Coördinator: Annette Stemerding
polocommissie@zvdespreng.nl

Dinsdag:

18:00-18:45 Zwemafdeling jeugd: Tot +/- 14 jaar.
Doel is hier om op een recreatieve manier de zwemslag te verbeteren. De opzet is om te werken aan een goede conditie en het verbeteren van de zwemslagen. Er wordt getraind voor onze eigen diplomalijn, waarbij deze punten naar voren komen. Daarnaast wordt er aandacht besteed aan het aanleren van duiken, keerpunten en het spelelement wordt ook niet vergeten.
Coördinator: Ria Karman
zwembrigade@zvdespreng.nl

18:45-19:30 Zwemafdeling jeugd: tot +/- 18 jaar.
Het doel is hetzelfde als bij de les hiervoor, alleen dan voor de wat oudere jeugd.
Coördinator: Ria Karman
zwembrigade@zvdespreng.nl

19:30-20:15 Trimgroep en masters: 18+
Voor de categorie 18 jaar en ouder is de Master- en Trimgroep. De mastergroep zwemt fanatiek haar baantjes. Bij de Trimgroep ligt het tempo wat lager, maar ook hier wordt rustig door gezwommen en aan de techniek gewerkt.
Coördinator: Ria Karman
zwembrigade@zvdespreng.nl



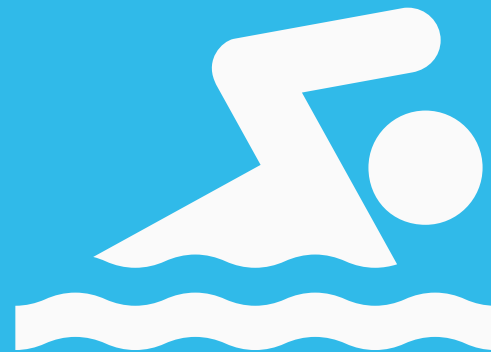
Woensdag:

18:45-20:00 Waterpolo teamtraining, C-jeugd aangevuld met D jeugd:12 tot +/- 16 jaar.
Deze training is bedoeld om ons C team gezamenlijk te laten trainen. In deze training is extra veel tijd voor tactische en technische training.
Coördinator: Annette Stemerding
polocommissie@zvdespreng.nl



Afzwemmen reddingsbrigade

Op 1 juli gaan we weer afzwemmen voor de diploma's reddend zwemmen. Dit is kort dag, maar we willen iedereen die voldoende niveau heeft de gelegenheid bieden om af te zwemmen. Als je komende tijd niet te veel trainingen mist dan moet dit mogelijk zijn. Dit houdt in dat we vanaf april weer met kleren aan gaan zwemmen. Elke periode komt er een kledingstuk bij om zo goed geoefend op het afzwemmen te komen.



Buiten training waterpolo

Vanaf 1 mei gaan de senioren waterpoloërs weer naar buiten. De training zal traditioneel weer op woensdagavond vanaf 19:30 in Eerbeek plaatsvinden. Heren recreanten die buiten zwemmen te koud vinden, maar nog wel een paar baantjes willen trekken kunnen zich in overleg op dinsdag of donderdag bij de masters aansluiten. Mail hiervoor naar Zwembrigade@zvdespreng.nl

19:15-20:00 Waterpolo dames recreanten: 30+.

Dit is een training voor waterpolo dames die in een ontspannen sfeer nog een aantal banen willen zwemmen en een balletje willen gooien.

Coördinator: Geo Smith
polocommissie@zvdespreng.nl

20:00-21:15 Waterpolo senioren: 16+. (Niet van mei tot eind augustus)

Deze training begint met een fanatiek zwemblok dat iedereen op zijn eigen niveau kan uitvoeren. Daardoor is het zowel leuk voor de snelle zwemmers als voor de veteranen. Hierna volgen een aantal baloefeningen en tenslotte wordt er nog op het doel geschoten. De meeste deelnemers spelen in heren 1 maar dames en recreanten zijn van harte welkom.

Coördinator: Geo Smith
polocommissie@zvdespreng.nl

Donderdag:

18:30-19:30 Zwemselectie en recreanten diverse leeftijden.

De zwemselectie traint op meerdere momenten in de week. Op donderdag en zaterdag staat de vaste trainer aan het bad. Voor verdere info, lees bij de zaterdag. Deze avond zwemmen tevens enkele recreanten hun eigen baantjes.

Coördinator: Ria Karman
zwembrigade@zvdespreng.nl

Vrijdag:

18:30-19:15 Reddend zwemmen: Van +/- 5 tot +/- 14 jaar.

Doel van deze trainingen is het behalen van de KNBRD reddend zwemmen diploma's. Deze diploma lijn begint met het verbeteren van de zelfredzaamheid en wordt afgesloten met het reddend zwemmen diploma. Met dit diploma beschik je over een goede basis om jezelf en anderen van jouw leeftijd te kunnen redden en veilig aan de kant kan brengen. Daarnaast proberen we zo goed mogelijk ook de techniek van de kinderen qua slag te verbeteren en te versterken. Dit ook voor een goede conditie.

We zwemmen dit seizoen af op 1 juli.

Coördinator: Myluska Schröder
zwembrigade@zvdespreng.nl

19:15-20:00 Reddend zwemmen: Vanaf +/- 14 jaar.

In deze groep zwemmen de oudere leden. Ze trainen ook voor het behalen van de KNBRD diploma. Maar gaan dan wat meer door op de techniek. Zij gaan ook met de hogere diploma's theorie volgen en er wordt een EHBO cursus aangeboden. Deze groep zwemt ook af op 1 juli

Coördinator: Myluska Schröder
zwembrigade@zvdespreng.nl

20:00-21:15 Waterpolo senioren en oudere jeugd. (Niet van mei tot eind augustus)

Deze training begint met een fanatiek zwemblok dat iedereen op zijn eigen niveau kan uitvoeren. Daardoor is het zowel leuk is voor de snelle zwemmers als voor de veteranen. Hierna volgen een aantal bal oefeningen en tenslotte wordt er nog op het doel geschoten. Natuurlijk is het ook mogelijk om alleen een stuk te zwemmen.

Coördinator: Geo Smith
polocommissie@zvdespreng.nl

20:30-21:15, Heren recreanten:30+. (Niet van mei tot eind augustus)

Dit is de training voor heren die in een ontspannen sfeer nog een aantal banen willen zwemmen, een balletje willen gooien en drankje en hapje na de training zeer op prijs stellen.

Coördinator: Geo Smith
polocommissie@zvdespreng.nl

Zaterdag:

08:00-09:00 Zwemselectie: Diverse leeftijden.

Vind je het leuk om je zwemtijden te verbeteren? En wil je graag meedoen aan wedstrijden? Dan kun je komen zwemmen bij de selectie. Tijdens de trainingen letten we meer op techniek, uithoudingsvermogen en snelheid. ZV de Spreng komt uit in 2 competities en deze wedstrijden worden veelal gezwommen op de zondag. Lijkt het je leuk om je aan te sluiten bij de selectie? Kom dan een keer met ons mee trainen op de zaterdag. Samen met de trainers bekijken we welk trainingsprogramma je nodig hebt en wanneer je klaar bent voor de wedstrijden.

Coördinator: Ria Karman

zwembrigade@zvdespreng.nl

Vrijwilligers gezocht

Allereerst willen wij alle vrijwilligers bedanken die ons geholpen hebben de vereniging gedurende de Coronaperiode draaiende te houden. Om de vereniging ook in de toekomst te goed te kunnen laten doorgaan zoeken we vrijwilligers voor de volgende functies:

Ledenadministrateur

De vereniging is dringend op zoek naar een ledenadministrateur. Binnen deze functie ben je gezamenlijk met de penningmeester verantwoordelijk voor:

- Het bijhouden van het gehele ledenbestand;
- Zorgen voor een juiste contributie-inning;
- Bijhouden van de benodigde formulieren die voor deze functie van toepassing zijn;
- Mede ontwikkeling voor een juist beleid die voor deze functie van toepassing is.

Het ledenprogramma Sportlink maakt deze administratie erg gemakkelijk waardoor het bijhouden van alles niet veel tijd kost. Vergaderingen hoef je niet bij te wonen, je kan vanuit huis alles doen en toch sta je centraal binnen de vereniging. Wat wil je nog meer?

Interesse? Meld je dan aan bij bestuur@zvdespreng.nl.

Leden Pr commissie

De vereniging heeft nieuwe krachten nodig voor de PR-commissie. De taak van deze commissie is o.a. het uitvoeren van opdrachten die de vereniging naar buiten vertegenwoordigen in de meest ruime zin van het woord op PR en sponsorgebied. De voorzitter van de commissie neemt ook plaats in het bestuur als vice-voorzitter. Heb je enige ervaring met de media en vind je het leuk om de vereniging te helpen, meld je dan aan bij bestuur@zvdespreng.nl.

Scheidsrechters waterpolo

We prijzen ons gelukkig met goed gevulde jeugdteams, maar kinderen worden ook ouder. Dus als deze straks in competities willen meedraaien heeft de vereniging scheidsrechters nodig. Wil meer weten over hoe het is om scheidsrechter te zijn mail dan aan polocommissie@zvdespreng.nl en we brengen je in contact met een scheidsrechter.

Organisatoren jeugd toernooi waterpolo

Het waterpolokader werkt hard om alle trainingen voor de de jeugd te verzorgen. Voor het organiseren van jeugd waterpolotoernooien heeft het kader extra hulp nodig. Deze jeugd waterpolotoernooien worden ongeveer zes keer per jaar gehouden, waarvan er twee in Brummen worden georganiseerd. De organisatie houdt in: teams indelen, wedstrijdschema maken, toernooipersoneel regelen etc. Met een middagje werk is het hele toernooi geregeld met als beloning een bad vol lachende kinderen. Leuk? Meld je even aan bij de polocommissie@zvdespreng.nl.



(Jeugd)kader leden waterpolo en zwemafdeling

Als we willen zwemmen dan hebben we ook kader nodig om iedereen training te kunnen geven. De vereniging is op zoek naar mensen die langs de badrand willen staan om training te geven. Je wordt niet meteen in het diepe gegooid maar krijgt begeleiding van andere kaderleden om training te kunnen geven. Als kaderlid sta je één à twee avonden 1 of 2 uur aan de badrand, afhankelijk van de groep en afdeling waar je training geeft. Lijkt het je leuk? Meld je aan bij bestuur@zvdespreng.nl.

Secretaris polocommissie

Voor de polocommissie zoeken we versterking in de eerste plaats in de vorm van een secretaris. De belangrijkste taak in deze functie is het opstellen van het wedstrijdschema. De kern van deze taak is de zomer als het concept schema dat door de bond is opgesteld in overleg met de andere verenigingen moet worden geoptimaliseerd zodat onze teams zoveel mogelijk op dezelfde dag thuis spelen. Dus wil je de polocommissie komen versterken mail dan met Geo Smith polocommissie@zvdespreng.nl

W-official (vanaf 16 jaar)

Om een waterpolowedstrijd te kunnen spelen zijn er naast de scheidsrechter nog een of twee mensen achter de tafel nodig. Deze zorgen ervoor dat de belangrijkste gebeurtenissen in de wedstrijd zoals doelpunten worden vastgelegd en dat de tijd wordt bijgehouden. Van de spelende senioren wordt in principe verwacht dat ze ook W-official zijn. Voor ouders van jeugdleden is het natuurlijk een uitgelezen kans om de regels van het spel goed te leren kennen. De opleiding voor W-official bestaat uit een E-learning module (bij voldoende belangstelling kunnen we ook een klassikale cursus organiseren) en wordt afgesloten met een examen. Daarna word je 2 of 3 dagen per jaar gevraagd om een of twee wedstrijden achter de tafel plaats te nemen. Natuurlijk zorgen we er in het begin voor dat je samen met ervaren krachten achter de tafel zit. Neem als je geïnteresseerd net contact op met Geo Smith polocommissie@zvdespreng.nl.

Assistent-coach E of C-jeugd

De jeugdafdeling van de polo groeit weer daarom gaan we hopelijk met een tweede jeugdteam competitie spelen. Hiervoor zoeken we nog een (assistent) coach. Lijkt het je leuk om een van onze jeugdteams de fijne kneepjes van het polo vak bij te brengen laat het dan weten. Afhankelijk van je eigen voorkeur kun je dan bij de E (<12 jaar) of de C (<15 jaar) terecht. Voor meer informatie Geo Smith polocommissie@zvdespreng.nl

Coach/teammanager heren 1

Afgelopen seizoen heeft onze keeper het verdedigen van het doel succesvol gecombineerd met de functie van coach en teammanager. Voor het komende seizoen willen we deze functies weer splitsen zodat onze keeper zich weer volledig op de nul kan concentreren daarom zoeken we een nieuwe talentvolle coach/teammanager. Laat via een mailtje aan Geo Smith polocommissie@zvdespreng.nl even weten dat je interesse hebt.

Huurcontract met verplichten

Dit seizoen zijn twee wijzigingen in het huurcontract doorgevoerd, namelijk een verplicht EHBO diploma en de aanwezigheid van een toezichthouder.

EHBO

Het is voor ons verplicht om minimaal één persoon met EHBO diploma in het bad aanwezig te laten zijn tijdens onze trainings- en wedstrijden. Een EHBO-er is niet verplicht om op de kant te blijven zitten, maar mag ook meezwemmen. Graag zouden we willen weten wie een EHBO diploma heeft en zich wil laten registreren bij het zwembad zodat we voldoende dekking kunnen hebben. Ook willen we graag een EHBO-cursus opzetten voor leden om meer EHBO-ers binnen de club te hebben. Voor de registratie en het aanmelden voor de cursus graag je wenden tot Maaïke Thomassen: secretariaat@zvdespreng.nl.

Toezichthouder

Ook zijn we verplicht een toezichthouder aan te wijzen tijdens de uren dat we het bad huren. Een toezichthouder is in het bad langs de badrand aanwezig en mag niet in het water liggen. Deze persoon kijkt toe of alles in het bad goed verloopt. Iedereen mag toezichthouder zijn zolang je maar ouder dan 16 jaar bent. Ouders, leden, kaderleden, trainers ... het maakt niet uit, je mag alleen niet meezwemmen. Per training dient een groep dit zelf te regelen. Wijs bijvoorbeeld iemand aan die per toerbeurt even op de kant blijft zitten. Dit is al genoeg.



Tot slot

We willen iedereen een fijne zwemperiode toewensen. Laten we er met zijn allen een paar mooie maanden van maken tot aan de zomerstop. Zet vast maar in de agenda, op 7 juni is er weer een ALV bij de Vrolijke Frans in Brummen. Wij willen dan ook onze jubilarissen in het zonnetje zetten.