

## Van de voorzitter

Hallo Masters,

Hierbij weer de maandelijkse info.

Harold



## Mededelingen

### Koffiecorner

- Op zondag 2 november is er weer de 1<sup>e</sup> zondag van de maand met na de training koffie en in clubhuis Spetterz.
- Wegens een zwemevenement is het de keer daarop niet op 7 december, maar op zondag 30 november.

### Training zaterdag

Sinds kort kan op zaterdag vanaf 7:30 tot 9:00 worden gezwommen in 3 banen van het trainingsbad. Er kan worden gestart om 7:30 of 8:00. Probeer je hier aan te houden i.v.m. de baanindeling en het verstoren van de training. Las je later instapt, zwem je gelijk met het programma mee.

### Gewijzigde trainingstijden oktober

- In november zijn er vooralsnog geen wijzigingen.
- In december zijn de volgende wijzigingen reeds bekend:
  - Donderdag 4 oktober: training van 19:00-20:00 in trainingsbad
  - Vrijdag 5 t/m zondag 7 december: geen training i.v.m. Swimcup Eindhoven
  - Woensdag 24 t/m vrijdag 26 december: geen training i.v.m. Kerst
  - Woensdag 31 december: geen training i.v.m. Oudjaar
  - De overgebleven ochtendtrainingen in de kerstvakantie worden nog bekeken.

### Sanex Uurchallenge

- Op zondag 21 december organiseert PSV Masters i.s.m. de KNZB een uurchallenge. De uurchallenge vindt plaats van 17:00-18:00 in het wedstrijdbad. Het doel is om in een uur zoveel mogelijk banen te zwemmen!
- Wil je meedoen? Dat kan.
  - Geef je op via [mijnzwemcoach@knzb.nl](mailto:mijnzwemcoach@knzb.nl) of [info@psvmasters.nl](mailto:info@psvmasters.nl)
  - Meer informatie: [www.knzb.nl](http://www.knzb.nl)
  - Bereid je voor op [www.mijnzwemcoach.nl](http://www.mijnzwemcoach.nl)
- We zoeken ook nog mensen die die dag willen meehelpen.
- Meer informatie of om voor opgeven om mee te helpen bij Harold via [info@psvmasters.nl](mailto:info@psvmasters.nl)



---

## Masterscongres 25 jaar Masterszwemmen Nederland

- Op zondag 30 november vindt in Nieuwegein een Masterscongres plaats ter gelegenheid van 25 jaar Masterszwemmen in Nederland.
- Meer info in de [M@sterSprint jaargang 20 no.6](#), die je kan downloaden via deze link.

## Wedstrijden

### ZC-6 Eindhoven

- Op zaterdag 13 december vindt in Eindhoven de 6<sup>e</sup> ronde van de Zuidelijke Cirkel 2008 plaats.
- Meer informatie verderop. Opgeven bij Harold via [info@psvmasters.nl](mailto:info@psvmasters.nl) uiterlijk zondag 1/12.

### Open Brabantse Masters Kampioenschappen te Boxtel

- Op zondag 4 januari vindt in Boxtel de 2<sup>e</sup> Open Brabantse Masters Kampioenschappen plaats. Zie de info verderop. Opgeven via [info@psvmasters.nl](mailto:info@psvmasters.nl).

### NMK korte baan te Vlissingen/Middelburg

- Van vrijdag 23 t/m zondag 25 januari vinden in Vlissingen/Middelburg de Open Nederlandse Masters Kampioenschappen plaats. Zie de info verderop. Opgeven via [info@psvmasters.nl](mailto:info@psvmasters.nl).

## Ledeninfo

### Nieuwe leden

Afgelopen maand(en) mochten we weer een aantal nieuwe gezichten verwelkomen:

- Babette Dessing zwom vroeger bij Donk en pakt het trainen weer op.
- Kees van de Broek zwom tot voor kort bij Nayade

**Welkom!**

### Afgemelde leden

Helaas zijn er ook een aantal leden die de afgelopen maand afscheid hebben genomen.

Dit om uiteenlopende redenen (blessure, lastig combineren met werk/kinderen, etc.).

- Jenny Levitt
- Simon van Beurden
- Suzanne Wartenbergh

**Wellicht tot ziens !**

### Verjaardagen PSV-Masters in september/oktober

Annie Smits	3-nov-46	62	Roos van Esch	1-dec-82	26
Henk Abels	5-nov-41	67	Debby Bijker	10-dec-81	27
Ardy van den Berg	10-nov-83	25	Anthony Gardner	13-dec-63	45
Willeke Deelen	17-nov-79	29	Kjille Hoeben	15-dec-79	29
Roel Carboex	19-nov-64	44	Nicole van Gastel	20-dec-70	38
Jeroen Geurtsen	22-nov-82	26	Ronald Melenhorst	23-dec-76	32
Simon Tuip	22-nov-51	57			
Roy van Dijk	23-nov-66	42			
Willemijn Fetter	29-nov-62	46			
Annie Smits	3-nov-46	62			
Henk Abels	5-nov-41	67			
Ardy van den Berg	10-nov-83	25			

**Van harte proficiat !**





## AGENDA

Hieronder een overzicht van activiteiten en wedstrijden die voor PSV Masters interessant zijn.

### Agenda 2008

1e zondag van de maand: koffie met koeken in clubhuis Spetterz

#### November

Zaterdag 1/11 Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (5) te **Gorinchem**

Zondag 30/11 Congres: 25 jaar Masters in Nederland te **Nieuwegein**

#### December

Zaterdag 7/12 Wedstrijd: ROM te **Zwijndrecht**

Zaterdag 13/12 Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (6) te **Eindhoven**

### Agenda 2009

#### Januari

Zondag 4/1 Wedstrijd: Open Brabantse Masters te **Boxtel**

Zaterdag 10/1 Wedstrijd: Zuyderzee Circuit te **Zwolle**

Vr 23 – Zo 25 Wedstrijd: Open Nederlandse Masters (25m-baan) te **Vlissingen**

#### Februari

Zondag 15/2 Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (1) te **Hoogerheide**

#### Maart

#### April

Zondag 5/4 Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (2) te **Deurne**

#### Mei

Vr 8 – Zo 10 Wedstrijd: Open Nederlandse Masters (50m-baan) te **Eindhoven**

#### Juni

Zondag 7/6 Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (3) te **Vlissingen**

Vr 12 - Zo 14 Wedstrijd: Open Dutch Masters Kristalbad (50m buitenbaan) te **Apeldoorn**

#### Juli+Augustus

Diverse Open Water wedstrijden

30/8 of 6/9 EMK testwedstrijd te **Eindhoven**

#### September

Do 10 - Za 12 Wedstrijd: Senioren Games (voor 50+ ers) te **Terneuzen**

Di 15 – Zo 20 Wedstrijd: EK Masters (50m baad) te **Cadiz (ESP)**

Zondag 27/9 Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (4) te **Best**

#### Oktober

Zaterdag 31/10 Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (5) te **Eindhoven**

#### November

#### December

Zondag 13/12 Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (6) te **Vlijmen**



## Wedstrijden

Zie de agenda en de planning voor een overzicht van de wedstrijden.  
Hieronder worden de meest actuele wedstrijden toegelicht.

De kosten van een dagstartvergunning dienen zelf te worden betaald. De kosten hiervan bedragen €5,40.  
Voor degenen die meerdere wedstrijden willen zwemmen, wordt aangeraden om een reguliere startvergunning te nemen. Een startvergunning kan worden aangevraagd via Lottie of Harold.

## Zuidelijke 2008

- De data voor de Zuidelijke Cirkel 2008 zijn inmiddels bekend.

Zondag 2/3	Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (1) te <b>Vlissingen</b>
Zondag 13/4	Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (2) te <b>Deurne</b>
Zondag 8/6	Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (3) te <b>Hoogerheide</b>
Zondag 21/9	Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (4) te <b>Terneuzen</b>
Zaterdag 1/11	Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (5) te <b>Gorinchem</b>
Zaterdag 13/12	Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (6) te <b>Eindhoven</b>
- Noteer deze data dus vast in je agenda!
- Zie verderop de details van de eerste wedstrijd in Vlissingen.

## Klassementen Zuidelijke Cirkel

- Voor degenen die **klassementen** willen vol zwemmen:
  - Vrije slag klassementen.**
    - I. 25m, 50m, 100m, 200m.
    - II. 2 x 25m, 2 x 50m.
    - Er kan slechts aan één vrije slag klassement worden deelgenomen.
    - Indien een deelnemer klassement I heeft vol gezwommen, telt hij/zij niet meer mee voor klassement II.
  - Wisselslag klassementen.**
    - I. 100m vlinderslag, 100m rugslag, 100m schoolslag, 100m vrije slag, 100m wisselslag.
    - II. 25m vlinderslag, 25m rugslag, 25m schoolslag, 25m vrije slag.
    - Er kan slechts aan één wisselslag klassement worden deelgenomen.
    - Indien een deelnemer klassement I heeft vol gezwommen, telt hij/zij niet meer mee voor klassement II.

## Inschrijfgeld:

Per 25m start 1,25 euro  
Per 50m start 1,50 euro  
Per 100m start 1,75 euro  
Per 200m start 2,00 euro  
Per 400m start 2,50 euro  
Per 800m start 4,00 euro  
Per 1500m start 5,00 euro  
Estafettes gratis



---

## **Wedstrijden inschrijvingen**

### **13e masterstour door Brabant, 6-de wedstrijd.**

Datum: zaterdag 13 december 2008  
Organisatie: PSV Masters  
Zwembad: Zwemstadion De Tongelreep  
Antoon Coolenlaan 1  
5644 RX Eindhoven  
040 – 2381112  
www.detongelreep.nl  
tongelreep@eindhoven.nl

Inzwemmen: 13:00 uur

Wedstrijd: 13:30 uur

#### Programma:

1. 4x50m wisselslag estafette d/h/mix
2. 50m schoolslag d/h
3. 100m vrije slag d/h
4. 25m rugslag d/h
5. 50m vlinderslag d/h
6. 200m schoolslag d/h
7. 50m vrije slag d/h
8. 25m vlinderslag d/h
9. 100m rugslag d/h
10. 25m vrije slag d/h
11. 4x25m vlinderslag estafette d/h/mix
12. 400m wisselslag d/h

Na afloop uitreiking klassementen en mastersbuffet

Inschrijving sluit: zondag 30 november 2008

Afmelden uiterlijk: woensdag 10 december 2008 20:00 uur



---

## Open Brabantse Masters Kampioenschappen 2009

Datum : Zondag 4 januari 2009  
Organisatie: Z&PC Zegenwerp  
Zwembad: Dommelbad  
Schijndelseweg 1A  
5283 AB Boxtel  
0411 - 688 799

Inzwemmen: 13.30 uur  
Wedstrijd: 14.00 uur

### Programma:

1. 50m vlinderslag d/h
  2. 100m rugslag d/h
  3. 50m schoolslag d/h
  4. 100m vrije slag d/h
- PAUZE (5min)
5. 4x50 wisselslag d/h/mix
- PAUZE (20min)
6. 100m vlinderslag d/h
  7. 50m rugslag d/h
  8. 100m schoolslag d/h
  9. 50m vrije slag d/h
  10. 100m wisselslag d/h
- PAUZE (5min)
11. 4x50 vrije slag d/h/mix

Inschrijving sluit: zondag 21 december 2008 20:00 uur  
Afmelden uiterlijk: maandag 29 december 2008 20:00 uur

### Klassementen

- Er mag op maximaal 4 afstanden worden ingeschreven.
- Het inschrijfgeld is €7,- per deelnemer.
- Per leeftijdscategorie zijn 3 prijzen te winnen voor degenen met de meeste punten over 3 afstanden.
  - De klassementsvolgorden wordt bepaald door de gezwommen tijden om te rekenen naar punten t.o.v. de Wereld Masters Records met de formule: *(WMR / ZwemTijd) x100*.
  - De 3 beste afstanden tellen mee in de rangschikking.
  - Er moet aan minimaal 3 afstanden zijn deelgenomen om in aanmerking te komen voor een prijs.
  - Diskwalificaties tellen niet mee voor de rangschikking.
- Voor de beste dame en beste heer over alle leeftijdscategorieën (All-in) zijn 2 aparte prijzen beschikbaar.
- De klassementen worden na afloop van de wedstrijd uitgereikt.



## NMK korte baan 2009 te Vlissingen/Middelburg

Datum: vrijdag 23 t/m zondag 25 januari 2009

Zwembad: Zwembad Vrijburgbad  
Sportweg 2, 4387 PM Vlissingen  
www.vrijburgbad.nl

### Programma

<b>dag 1 vrijdag ochtend sessie 1</b>		
09:00 uur inzwemmen		
10:00 uur aanvang wedstrijd		
1	800 m. vrije slag	Dames
2	800 m. vrije slag	Heren
<b>dag 1 vrijdag middag sessie 2</b>		
30 min. inzwemmen		
3	50 m. schoolslag	Dames
4	50 m. schoolslag	Heren
5	100 m. wisselslag	Dames
6	100 m. wisselslag	Heren
7	200 m. vlinderslag	Dames
8	200 m. vlinderslag	Heren
pauze		
9	200 m. rugslag	Dames
10	200 m. rugslag	Heren

<b>dag 2 zaterdag ochtend sessie 3</b>		
08:00 uur inzwemmen		
09:00 uur aanvang wedstrijd		
12	400 m. wisselslag pers.	Heren
13	400 m. wisselslag pers.	Dames
14	100 m. rugslag	Heren
15	100 m. rugslag	Dames
pauze		
16	200 m. vrije slag	Heren
17	200 m. vrije slag	Dames
18	4x50 m. wisselslag	gemengd
<b>dag 2 zaterdag middag sessie 4</b>		
30 min. inzwemmen		
20	100 m. vlinderslag	Heren
21	100 m. vlinderslag	Dames
22	50 m. vrije slag.	Heren
23	50 m. vrije slag	Dames
24	100 m. schoolslag	Heren
25	100 m. schoolslag	Dames
pauze		
26	200 m. wisselslag pers.	Heren
27	200 m. wisselslag pers.	Dames
28	4x50 m. wisselslag	Heren
29	4x50 m. wisselslag	Dames
<b>dag 2 zaterdag avond sessie 5</b>		
30 min. inzwemmen		
30	400 m. vrije slag	Heren
31	400 m. vrije slag	Dames
<b>Mastersbuffet</b> aanvang tijdens de 400 meter.		

<b>dag 3 zondag ochtend sessie 6</b>		
08:00 uur inzwemmen		
09:00 uur aanvang wedstrijd		
33	1500 m. vrije slag	Dames
34	1500 m. vrije slag	Heren
<b>dag 3 zondag middag sessie 7</b>		
30 min. inzwemmen		
35	50 m. vlinderslag	Dames
36	50 m. vlinderslag	Heren
37	200 m. schoolslag	Dames
38	200 m. schoolslag	Heren
39	4x50 m. vrije slag	Dames
40	4x50 m. vrije slag	Heren
pauze		
41	50 m. rugslag	Dames
42	50 m. rugslag	Heren
43	100 m. vrije slag	Dames
44	100 m. vrije slag	Heren
46	4x50 m. vrije slag	gemengd



## Europese Masters Kampioenschappen 2009 te Cadiz



Volgend jaar vinden van 15-20 september de Europese Masters Kampioenschappen plaats in Cadiz (Spanje).

Zie [www.cadizmaster2009.es](http://www.cadizmaster2009.es) en <http://cwt.eventszone.net/cadiz09/index.php> voor meer informatie.

Op dit moment hebben 25 personen aangegeven interesse te hebben om mee te doen.

- Agnes van Doesburg
- Annie Smits
- Arthur Jansen
- Berry van Elderen
- Bianca Cox
- Dianne de Haan
- Donja van Extel
- Erik van Dartel
- Erwin Bijl
- Frank van Vliet
- Gudule van der Meer
- Gwenda Swijghuizen
- Harold Matla
- Ineke Weekers
- Jeroen Hengst
- Joris Haest
- Jos van Alphen
- Lia van den Acker
- Liselotte Joling
- Lottie Geurts
- Marja Cools
- Marleen Willems
- Pieter-Jan Jongeling
- Rob van Gestel
- Roeland vd Heijden
- Saskia Phaff

Daarnaast zullen enkele partners en kinderen meegaan.

Heb je interesse om hier aan mee te doen, meldt het dan bij Harold.

Dan kunnen we na de vakantie kijken of we gezamenlijk accommodaties kunnen boeken en welke acties we onderling kunnen verdelen.



## Algemene info

Zwemmen	Harold Matla	info@psvmasters.nl	06-24531775
Diving	Mikel Hanique	diving@psvmasters.nl	
Synchro	Sandy van Sambeek	synchro@psvmasters.nl	
Waterpolo		info@psvmasters.nl	

## De Masterscommissie

Voorzitter	Harold Matla	info@psvmasters.nl	06-24531775
Secretaris	Lottie Geurts	a.j.geurts@tue.nl	040-2831692
Penningmeester	Anneke Delsing	an2an@dse.nl	040-2463079
HoofdTrainster	Agnes van Doesburg	bavandoesburg@hetnet.nl	040-2216759

## Technische Commissie

HoofdTrainster	Agnes van Doesburg	bavandoesburg@hetnet.nl	040-2216759
Trainer	Alexandra Nagel	xnagel@yahoo.com	
Trainer	Ton Brouwers	ton.brouwer@planet.nl	
Trainer	Harold Matla	info@psvmasters.nl	06-24531775
Trainer	Rob Ekkkel	rob.ekkel@gmail.com	

## Wedstrijdorganisatie (ODMC 2009)

[www.psvmasters.nl/odmc2009](http://www.psvmasters.nl/odmc2009)

Voorzitter	Harold Matla	odmc@psvmasters.nl	06-24531775
	Joop Ariaens	jogert@dutchweb.nl	
	Peter Soudant	soudant@swimfan.tweakdsl.nl	
	Lia van den Acker	v.d.acker@planet.nl	
Synchro	Sandy van Sambeek	synchro@psvmasters.nl	

## Activiteitencommissie

Vacature  
Vacature

## Masters op Internet

Zie de links op de PSV Masters site: [www.psvmasters.nl/links.shtml](http://www.psvmasters.nl/links.shtml)

## Nieuwsbrieven

PSV Master Nieuws opgeven door mailtje te sturen naar: [info@psvmasters.nl](mailto:info@psvmasters.nl)  
Mastersprint-@-zine opgeven door mailtje te sturen naar: [lidia@scarlet.nl](mailto:lidia@scarlet.nl)  
KNZB Masters Nieuws opgeven via [www.knzb.nl/php/workscreen.php?css=zwemmen&mailing=true](http://www.knzb.nl/php/workscreen.php?css=zwemmen&mailing=true)



## Reguliere Trainingstijden PSV Masters

### Vaste Masterstrainingen (met ingang van seizoen 2008-2009)

• Maandag	17:30-19:00	w-50m 2 banen	trainer+techniek	(Ton)
• Dinsdag	06:00-07:00	w-50m 5 banen		
	19:00-20:30	s-25m 4 banen	trainer+techniek	(Agnes)
• Woensdag	17:15-18:30	w-25m 5 banen		
• Donderdag	06:00-07:00	w-50m 5 banen		
	17:30-19:00	w-50m 2 banen		
	19:00-20:00	s-25m 4 banen	trainer+techniek	(Alexandra)
• Vrijdag	06:00-07:00	w-50m 4 banen		
	17:30-18:30	w-50m 3 banen		
• Zaterdag	07:30-09:00	t-50m 3 banen		
• Zondag	09:00-10:00	w-50m 10 banen	trainer+techniek	(Agnes)

### De baden

- w-50 = 50m-wedstrijdbad
- t-50 = 50m-trainingsbad
- w-25 = 25m-wedstrijdbad (met brug)
- s-25 = 25m-springbad

### De trainers

- Op maandag, dinsdag, donderdag, zaterdag en zondag staan er trainers.
- De trainer zorgt voor een trainingsprogramma en besteedt ook aandacht aan techniek.
- Op de overige dagen zijn trainingsschema's aanwezig.

## Aandachtspunt Trainingen

- Probeer **op tijd** op de training te zijn.  
Het is namelijk het fijnst als je samen met de zwemmers in je baan een programma kan afwerken. Daarbij kan direct op snelheid worden ingedeeld, zodat je minder hoeft te schuiven.
- Uiteraard komt het wel eens voor dat dit niet lukt (werk, file, kids, etc.). Dat is op zich geen probleem. Zwem dan even kort in (100m) en probeer dan **in te stromen** in het programma van degenen die al aan het zwemmen zijn.

#### Verder geldt nog steeds:

- Probeer binnen een baan samen een opdracht te zwemmen, zo nodig aanpassen
- Houdt rekening met elkaar bij inhalen, e.d: maak ruimte, of wacht even voor je inhaalt.

### **Contributie (per 1/10/2008)**

1x trainen per week	€ 13,25 (per maand)
2-3x trainen per week	€ 18,00 (per maand)
4 of meer x per week	€ 22,00 (per maand)
Buitenlandleden	€ 5,50 (per maand)
Gastraining	€ 3,50 (per keer)

**Proeftraining kosteloos**

#### Opmerking:

- bedragen onder voorbehoud, exacte bedragen bekend bij ledenadministratie.
- inschrijfformulier aanvragen bij Harold, Lottie of Agnes

## BIJLAGES

- Planning & Ledenlijst