



Van de voorzitter

Hallo Masters,

Hierbij weer de maandelijkse info.

Ik wens iedereen een gezond, voorspoedig en sportief 2009 !!

Harold



Mededelingen

Familiezwemmen & Brunch op zondag 11 januari

- Op zondag 11 januari is er weer familiezwemmen. Iedereen kan dan weer zijn of haar familie meenemen om lekker te komen (vrij) zwemmen. Agnes zal weer wat leuke activiteiten verzinnen, maar er kan ook gewoon worden gezwommen of zelfs getraind.
- Na de training zal er een brunch zijn in het paviljoen tegenover het zwembad. Bij mooi weer gaan we aansluitend aan de brunch een rondje midget golfen.
- Voor de Brunch geldt een eigen bijdrage:
 - voor leden bedragen de kosten € 5,00,
 - voor partners € 10,00,
 - voor kinderen (t/m 12 jaar) € 7,50.
- Als je mee wilt doen aan de Brunch, kun je je opgeven via info@psvmasters.nl. De inschrijving sluit een week van tevoren op zondag 4 januari.

Koffiecorner

- De eerste koffie van het jaar is op zondag 11 januari na het familiezwemmen tijdens de Brunch.

Gewijzigde trainingstijden januari

- In december zijn de volgende wijzigingen reeds bekend:
 - Donderdag 1 januari : geen training i.v.m. Nieuwjaar
 - Vrijdag 2 januari : geen ochtendtraining
 - Zaterdag 3 januari : wel training, maar van 8:00-9:00.



Wedstrijden

Open Brabantse Masters Kampioenschappen te Boxtel

- Op zondag 4 januari vindt in Boxtel de 2^e Open Brabantse Masters Kampioenschappen plaats. De inschrijving hiervoor is reeds verlopen. We doen hier met 16 Masters aan mee.

NMK korte baan te Vlissingen/Middelburg

- Van vrijdag 23 t/m zondag 25 januari vinden in Vlissingen/Middelburg de Open Nederlandse Masters Kampioenschappen plaats. De inschrijving hiervoor is reeds verlopen. We doen hier met 17 Masters aan mee.

ROM te Vlaardingen

- Op zondag 8 februari wordt in Vlaardingen een wedstrijd verzwommen. Verderop de details, opgeven bij Harold via info@psvmasters.nl

1^e Zuidelijke Cirkel van 2009 te Hoogerheide

- Van vrijdag 23 t/m zondag 25 januari vinden in Vlissingen/Middelburg de Open Nederlandse Masters Kampioenschappen plaats. Verderop de details, opgeven bij Harold via info@psvmasters.nl

Zie ook de kalender voor de wedstrijden in de rest van 2009.

Masters in het nieuws

Er zijn weer 2 mini-masters geboren: 2 dochters dit keer.



just more fun with a new one

Kijk eens, mijn zusje!

Renske

Jeanne Tine

Geboren op 6 december 2008
om 10:09
Zij weegt 4020 gram

De trotse ouders en zus:

Gudule van der Meer
Jeroen te Paske
& Evelien

Ze kon niet langer wachten...

Milou

Geboren

op 29 november 2008 om 19:39 uur
2445 gram en 42 cm

Angela & Paul Verhagen

Ledeninfo

Nieuwe leden

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

- Rob Hanou (per 1/1) is zeer bekend in de (inter)nationale Masterswereld en komt over van Neptunus
- Gonnje Bak (per 1/1) zwemt veel open water en de lange afstand en komt over van Swol 1894

Welkom!

Afgemelde leden

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

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

- Nicole Engelshoven
- Willemijn Fetter
- Deborah Lévèque
- Rudolf van Aalst

Wellicht tot ziens !

Verjaardagen PSV-Masters in januari/februari

Renee de Kok	5-jan-84	25	Ronald van Houtert	3-feb-64	45
Tom van Lint	7-jan-73	36	Nadine Laterveer	4-feb-72	37
Michiel Klaren	8-jan-62	47	Donja van Extel	7-feb-66	43
Frans Suijkerbuijk	9-jan-56	53	Gudule van de Meer	7-feb-72	37
Erwin van Eeten	12-jan-72	37	Roeland van der		
Mirjam Zijlstra	15-jan-78	31	Heijden	8-feb-67	42
Bianca Cox	18-jan-80	29	Willem Aalpoel	8-feb-57	52
Robert van den Boom	18-jan-66	43	Miranda Smits	10-feb-74	35
Eveline Ton	25-jan-69	40	Saskia Phaff	11-feb-66	43
Denise Schmitt	31-jan-74	35	Silla van der Linden	11-feb-74	35
			Danilo Cresti	20-feb-74	35
			Valérie Segers	23-feb-79	30
			Cor Sprengers	24-feb-35	74
			Brend Brevé	26-feb-52	57
			Inge Suntjens	27-feb-83	26
			Anne Eskes	28-feb-86	23
			Marleen Willems	28-feb-60	49

Van harte proficiat !



AGENDA

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

Agenda 2009

Januari

- Zondag 4/1 Wedstrijd: Open Brabantse Masters te **Boxtel**
Zaterdag 10/1 Wedstrijd: Zuyderzee Circuit te **Zwolle**
Zondag 11/11 Activiteit: Familiezwemmen + Brunch + Midgetgolf
Vr 23 – Zo 25 Wedstrijd: Open Nederlandse Masters (25m-baan) te **Vlissingen**

Februari

- Zondag 8/2 Wedstrijd: ROM te **Vlaardingen**
Zondag 15/2 Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (1) te **Hoogerheide**

Maart

- Za 21 – Zo 22 Wedstrijd: International Masters (50m-baan) te **Deauville (FRA)**
Zondag 22/3 Wedstrijd: Zuyderzee Circuit (50m-baan) te **Amersfoort**

April

- Zondag 5/4 Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (2) te **Deurne**
Zondag 18/4 Wedstrijd: Zuyderzee Circuit (50m-baan) te **Kampen**

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 Cirkel 2009

- De data voor de Zuidelijke Cirkel 2009 zijn inmiddels bekend.

Zondag 15/2	Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (1) te Hoogerheide
Zondag 5/4	Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (2) te Deurne
Zondag 7/6	Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (3) te Vlissingen
Zondag 27/9	Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (4) te Best
Zaterdag 31/10	Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (5) te Eindhoven
Zondag 13/12	Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (6) te Vlijmen
- 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

Zondag 8 februari: ROM te Vlaardingen

Dit jaar organiseert een aantal verenigingen binnen de ZRO wederom een 3-tal masterswedstrijden in de regio Rotterdam. Hierbij de uitnodiging voor de 2e wedstrijd in het seizoen 2008/2009

De wedstrijd zal plaatsvinden op zondag 8 februari 2009 in :
Zwembad De Kulk
Westlandseweg 200
Vlaardingen

De aanvangstijd is:
inzwemmen 12.00 uur
Aanvang 12.30 uur

Voor verdere gegevens kunt U ook terecht op: www.romzwemmen.nl

Het programma is als volgt:

1. 400m wisselslag
2. 25m rugslag
3. 100m schoolslag
4. 50m vlinderslag
5. 100m vrije slag
- PAUZE
6. 200m rugslag
7. 100m vlinderslag
8. 25m vrije slag
9. 200m schoolslag
10. 4x 50m vrije estafette

Bepalingen:

- Per deelnemer is er een startgeld verschuldigd van 6 euro, ongeacht het aantal keren dat gezwommen word.
- Men kan zich op vier individuele afstanden inschrijven, de organisatie kan bepalen de vierde keuze af te laten vallen als de lengte van de wedstrijd dit noodzakelijk maakt.
- Per zwemmer aangeven welke de 4e afstand is die af mag vallen indien het programma te lang is.
- Er wordt gestart via de één-startsregel.
- De inschrijvingen dienen uiterlijk 25 januari 2009 gedaan te zijn.
- De voorlopige plaatsingslijst zal uiterlijk op 1 februari 2009 bekend gemaakt worden, via de website www.romzwemmen.nl
- Wijzigingen kunnen doorgegeven worden tot dinsdag 3 februari 2009.



14e masterstour door Brabant, 1-ste wedstrijd.

Datum: zondag 15 februari 2009

Organisatie: De Zilvermeeuw

Zwembad: De Plantage
Sportlaan 4
4631 CR Hoogerheide
0164- 612590

Inzwemmen: 13:30 uur

Wedstrijd: 14:00 uur

Programma:

1. 4x50m vrije slag estafette d/h/mix
2. 25m vrije slag d/h
3. 100m rugslag d/h
4. 50m vrije slag d/h
5. 25m vlinderslag d/h
6. 200m vlinderslag d/h
7. 50m rugslag d/h
8. 25m schoolslag d/h
9. 100m vrije slag d/h
10. 50m schoolslag d/h
11. 4x25m wisselslag estafette d/h/mix
12. 300m wisselslag d/h

Inschrijving sluit: zondag 1 februari 2009

Wijzigingen uiterlijk: woensdag 11 februari 2009 20:00 uur

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 en <http://cwt.eventszone.net/cadiz09/index.php> voor meer informatie.

Op dit moment hebben meer dan 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
- Jolanda van Gendt
- Joris Haest
- Jos van Alphen
- Liselotte Joling
- Lottie Geurts
- Marja Cools
- Marleen Willems
- Pieter-Jan Jongeling
- Rob van Gestel
- Roeland vd Heijden
- Saskia Phaff
- Rob Hanou
- Gonnie Bak
- Synchro Masters
- Diving Masters

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

Voorzitter	Harold Matla	odmc@psvmasters.nl	06-24531775
	Joop Ariaens	jogert@dutchweb.nl	
	Peter Soudant	soudant@swimfan.tweakdsl.nl	
	Guido Robertz	guidorobertz@hotmail.com	
Synchro	Inge van Rijt	synchro@psvmasters.nl	

Activiteitencommissie

Vacature
Vacature

Masters op Internet

Zie de links op de PSV Masters site: www.psvmasters.nl/links.shtml

Nieuwsbrieven

PSV Master Nieuws opgeven door mailtje te sturen naar: info@psvmasters.nl
Mastersprint-@-zine opgeven door mailtje te sturen naar: lidia@scarlet.nl
KNZB Masters Nieuws opgeven via 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 w-25 = 25m-wedstrijdbad (met brug)
- t-50 = 50m-trainingsbad 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