



Mededelingen

Voor iedereen de beste wensen en een sportief 2010 !!

Koffiecorner

- Afgelopen zondag 3 januari was er weer koffie met koeken.
- De volgende keer zal worden gecombineerd met het familiezwemmen en de nieuwjaarsbrunch en zal op zondag 31 januari.

Borrelhoek

- In het nieuwe jaar willen we elke 2^e of 3^e vrijdag van de maand (rond de helft), na de avondtraining van 20:00-21:00 wat gaan drinken in het clubhuis.
- De eerste keer is vrijdag 15 januari. En het eerste drankje is op kosten van de commissie.

Familiezwemmen & nieuwjaarsbrunch

- Op zondag 31 januari is er weer **familiezwemmen** en aansluitend in het clubhuis een **nieuwjaarsbrunch**.
- Hierbij zijn je partner en kinderen ook welkom.
- Tijdens de training van 9:00-10:00 kan worden getraind in de breedte in een half bad, maar ook worden gespeeld in de andere helft o.a. met zelf mee gebrachte materialen.
- De aansluitende brunch is gratis, maar je dient je hiervoor wel op te geven via info@psvmasters.nl i.v.m. de boodschappen.

Gewijzigde trainingstijden januari

- Op vrijdag 1 januari was er geen training i.v.m. Nieuwjaar.
- Verder zijn er deze maand geen wijzigingen gepland.

Wedstrijden

Zuidelijke Cirkel in Hoogerheide

- De eerste wedstrijd in de zuidelijke cirkel van 2010 is op zondag 7 februari in Hoogerheide.
- Zie verderop de informatie, opgeven uiterlijk op 29/12 via info@psvmasters.nl.

Zie ook de kalender voor de wedstrijden in 2010.

Overlijden Rob van Gestel

Op zondag 13 december is één van onze Masters overleden.

Rob van Gestel werd 74 jaar.

We zullen Rob herinneren als een joviale man die altijd in voor een praatje was.

Afgelopen zomer zwom hij nog de 200 vlinder op de EMK in Cadiz, een hersentumor belette hem echter om zijn zwemprestaties voort te zetten.

Rob, rust in vrede



De mens blijft altijd dromen van geluk en leven.
In God wordt deze droom van een nieuwe hemel en een nieuwe aarde werkelijkheid.

"Ik zag een nieuwe Hemel
en een nieuwe Aarde"

openbaring 21:1



Ooit,
in alle oorspronkelijkheid,
ter wereld gekomen.

Geheim dat mens werd,
gestalte van aarde en licht,
jij, een naam, een gezicht.

Bovenmenselijk geheim.

Geheim dat zich ontfouwt,
zich telkens weer ontfouwt,
geheim dat een geheim blijft.

Totdat je tenslotte,
in alle oorspronkelijkheid,

totdat jij,
jij met je naam, Rob,
jij met je gezicht,

terugkeert naar het begin,
je voorgoed ontfouwt
in het eeuwige mysterie.

Hans Bouma

*Vlieg ik mee met het morgenrood tot aan het uiterste strand
van de zee, dan zal ook daar Uw hand mij verder helpen.
Psalm 139*

Bedroefd om het afscheid maar dankbaar voor al datgene wat hij voor ons heeft betekend, geven wij kennis dat van ons naar een ander leven is heengegaan - gesterkt met de Ziekenzalving - mijn goede en zorgzame man, onze lieve vader, schoonvader, opa, broer, zwager en oom

Robert Ludovicus Martinus Gerardus van Gestel

Rob

Eindhoven, 11 september 1935 - Wassenaar, 13 december 2009

Wij zullen ons zijn liefde voor groot en klein altijd herinneren.

Wassenaar : Loes van Gestel - Monchen
Amsterdam : Jeanine van Gestel
Voorschoten : Camille & Esther van Gestel - Walinga
Mikki & Noah

Familie van Gestel
Familie Monchen

Hillenaarlaan 10B
2241 HW Wassenaar

Wij gedenken hem tijdens de Avondwake in de Parochiekerk van St. Jozef, Parklaan 28 te Wassenaar op zondag 20 december om 19.00 uur. Aansluitend is er gelegenheid elkaar te ontmoeten in Sion (naast de kerk).

Op maandag 21 december 2009 om 14.00 uur vangen we aan met een geprojecteerde fotobeschouwing over het leven van Rob in bovengenoemde kerk. Aansluitend zal de H. Eucharistieviering bij de Uitvaart worden gehouden. Na de H. Eucharistieviering zal de begrafenis plaatsvinden op de R.K. begraafplaats "St. Willibrordus", Kerkstraat 77 te Wassenaar.

Na deze plechtigheid is er gelegenheid tot condoleren in de Wassenaar, Kerkstraat 75 te Wassenaar.

Ledeninfo

Nieuwe leden

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

- Gerrit Jan Winkel Wil lekker meetrainen
- Klaas van Mierlo Zwemvader die zelf ook nog van zwemmen houdt

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.).

- Anouchka Krol

Wellicht tot ziens !

Verjaardagen PSV-Masters in januari/februari

Frank Aanraad	3-jan-80	30	Ronald van Houtert	3-feb-64	46
Renee de Kok	5-jan-84	26	Nadine Laterveer	4-feb-72	38
Tom van Lint	7-jan-73	37	Donja van Extel	7-feb-66	44
Michiel Klaren	8-jan-62	48	Gudule van de Meer	7-feb-72	38
Frans Suijkerbuijk	9-jan-56	54	Roeland van der Heijden	8-feb-67	43
Erwin van Eeten	12-jan-72	38	Anne Eerden	11-feb-82	28
Bianca Cox	18-jan-80	30	Saskia Phaff	11-feb-66	44
Robert van den Boom	18-jan-66	44	Silla van der Linden	11-feb-74	36
Helen Turner	19-jan-70	40	Wim van Ham	15-feb-50	60
Tineke Roelofs	23-jan-85	25	Danilo Cresti	20-feb-74	36
Eveline Ton	25-jan-69	41	Cor Sprengers	24-feb-35	75
Elles van Leeuwen	26-jan-86	24	Brend Brevé	26-feb-52	58
Denise Schmitt	31-jan-74	36	Inge Suntjens	27-feb-83	27
Van harte proficiat !			Anne Eskes	28-feb-86	24
			Marleen Willems	28-feb-60	50



AGENDA

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

Agenda 2010

Januari

Zaterdag 9/1 Wedstrijd: Zuyderzeecircuit te **Zwolle**
Vr 22 – Zo 24 Wedstrijd: Open Nederlandse Masters (25m-baan) te **Vlaardingen**

Februari

Zondag 7/2 Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (1) te **Hoogerheide**
Zaterdag 20/1 Wedstrijd: Zuyderzeecircuit te **Heerenveen**

Maart

Zondag 7/3 Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (2) te **Vlissingen**
Zondag 27/3 Wedstrijd: Zuyderzeecircuit te **Amersfoort** (50m-baan)

April

Zondag 18/4 Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (3) te **Deurne**

Mei

Vr 7 – Zo 9 Wedstrijd: Open Nederlandse Masters (50m-baan) te **Eindhoven**
Zondag 16/5 Wedstrijd: Zuyderzeecircuit te **Grootebroek**

Juni

Vr 11 – Zo 13 Wedstrijd: Dutch Open Kristalbad (50m-baan) te **Apeldoorn**
Diverse Open Water Wedstrijden

Juli+ Augustus

Diverse Open Water Wedstrijden
Za 31/7 – Za 7/8 Wedstrijd: Wereld Masters Kampioenschappen te **Götenborg (SWE)**

September

Diverse Open Water Wedstrijden
Zondag 25/9 Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (4) te **Etten-Leur**

Oktober

Zondag 31/10 Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (5) te **Terneuzen**

November

December

Zaterdag 11/12 Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (6) te **Eindhoven**



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 2010

- De data voor de Zuidelijke Cirkel 2010 zijn inmiddels bekend.

Zondag 7/2	Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (1) te Hoogerheide
Zondag 7/3	Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (2) te Vlissingen
Zondag 18/4	Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (3) te Deurne
Zondag 25/9	Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (4) te Etten-Leur
Zaterdag 31/10	Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (5) te Terneuzen
Zondag 11/12	Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel (6) te Eindhoven

- 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 1,50 euro

Per 50m start 1,75 euro

Per 100m start 2,00 euro

Per 200m start 2,50 euro

Per 400m start 3,00 euro

Per 800m start 4,00 euro

Per 1500m start 5,00 euro

Estafettes gratis



15e masterstour door Brabant, 1-ste wedstrijd.

Datum: zondag 7 februari 2010
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 24 januari 2010
Wijzigingen uiterlijk: woensdag 3 februari 2010 20:00 uur

Algemene info

Zwemmen	Harold Matla	info@psvmasters.nl	06-24531775
Diving	Mikel Hanique	diving@psvmasters.nl	
Synchro	Inge van Rijt	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	
Trainer	Peter Soudant	soudant@swimfan.tweakdsl.nl	
Trainer	Nienke van Stipriaan	nienkevstip@hotmail.com	

Wedstrijdorganisatie (ODMC 2010)

www.psvmasters.nl/odmc2010

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

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/actueel/nieuwsbrief

Reguliere Trainingstijden PSV Masters

Vaste Masterstrainingen (seizoen 2009-2010)

• Maandag	18:00-19:00	w-50m 3 banen	trainer+techniek	(Nienke)
• Dinsdag	06:00-07:00	w-50m 5 banen		
	18:00-19:00	t-50m 4 banen	trainer+techniek	(Ton)
	19:30-20:30	s-25m 4 banen	trainer+techniek	(Agnes)
• Woensdag	17:30-18:30	t-50m 4 banen	trainer+techniek	(wisselend)
• Donderdag	06:00-07:00	w-50m 5 banen		
	19:00-20:15	s-25m 4 banen	trainer+techniek	(Alexandra)
• Vrijdag	06:00-07:00	w-50m 4 banen		
	17:30-18:30	w-50m 3 banen		
	20:00-21:00	s-25m 4 banen	trainer+techniek	(Peter)
• Zaterdag	08:00-10:00	w-50m 2 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

- De trainer zorgt voor een trainingsprogramma en besteedt ook aandacht aan techniek.
- Op de overige dagen zijn trainingsschema's aanwezig en houdt er iemand toezicht.

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 1/10/2009)

1x trainen per week	€ 13,40 (per maand)
2-3x trainen per week	€ 18,25 (per maand)
4 of meer x per week	€ 22,30 (per maand)
Buitenlandleden	€ 5,75 (per maand)
Gasttraining	€ 3,50 (per keer)
Proeftraining	kosteloos

Opmerking:

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

Overige Kosten (per 1/1/2009)

Startvergunning	€ 26,50 (per jaar)
Dagstartvergunning	€ 6,00 (per keer)
Overschrijving	€ 11,35 (per overschrijving)
Eenmalig inschrijfgeld	€ 10,00 (eenmalig)

BIJLAGES

- Planning & Ledenlijst