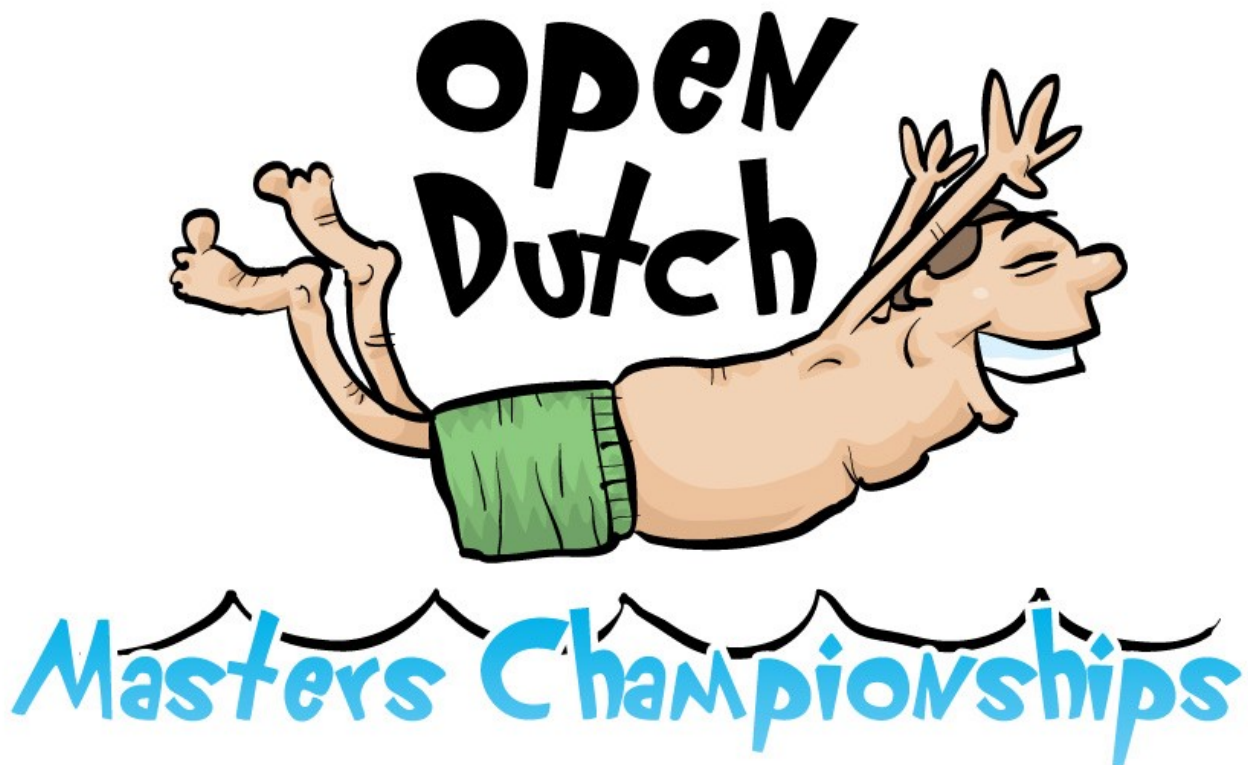


Open Nederlandse Masters  
Kampioenschappen Zwemmen  
(Lange Baan)

5/6/7/8 Mei 2022



Informatieboekje





## Contents

Voorwoord .....	4
Locatie en Plattegrond .....	5
Drinken, Lunch & Masters buffet .....	6
Overzicht deelnemende verenigingen .....	7
Oostenrijk .....	7
België .....	7
Frankrijk .....	7
Duitsland .....	7
Griekenland .....	7
Hongarije .....	7
Litouwen .....	7
Luxemburg .....	7
Noorwegen .....	7
Polen .....	7
Slowakije .....	7
Nederland .....	7
Programma ONMK 2022 .....	9
Side events .....	9
Rugslagstartsteun .....	11
ONMK Kampioenschaps Records (2000-2019, long course) .....	12
Statistieken ONMK lb 2000-2019 .....	14
Overzicht verdeling per leeftijdsgroep per jaar .....	15
Toernooi fotograaf .....	16
Mededelingen en informatie .....	17
Nieuwbouw Tongelreep .....	19



## Voorwoord

Dit is alweer de elfde maal dat de **Open Nederlandse Masters Kampioenschappen Zwemmen** in Eindhoven wordt georganiseerd. Nadat het toernooi in 2020 en 2021 door Corona is uitgesteld zijn we blij dat de ONMK in 2022 weer zonder beperkingen georganiseerd kan worden.

We zijn blij dat we weer veel deelnemers mogen verwelkomen.

Deze ONMK zijn er 919 deelnemers van 171 teams uit 12 landen met 3396 individuele en 386 estafette inschrijvingen. We zitten net aan vol met een beperkte limitering.

Een speciaal welkom voor de zwemmers die voor het eerst meedoen aan de ONMK in ons mooie **Pieter van den Hoogenband Zwemstadion** in Eindhoven. Sommige van hen hebben mogelijk al even moeten wachten op hun masters debuut. We hopen dat jullie je snel thuis voelen in de mastersfamilie.

Dit jaar zal de wedstrijd worden geleid door de scheidsrechters Arjan van Tilburg en Paul Chaudron. Starters zijn Henk van de Brink en Theo Doomen.

In totaal zijn er 60 officials actief gedurende het weekend, waarvan 21 hun debuut op een Eindhovens ONMK maken, en zelfs 2 officials die alle 11 de edities hebben meegemaakt.

Gedurende het toernooi is de zwemsportwinkel van RobSport.nl geopend. Deze is te vinden in de hal bij de entree van het zwemcentrum.

We willen graag alle mensen bedanken die hebben geholpen met de voorbereidingen en zij die tijdens het toernooi helpen om het opnieuw een groot succes te maken.

Vooraf veel dank ook voor degenen die de vele ingezonden e-mails met inschrijvingen, wijzigingen en vragen hebben verwerkt. Speciale dank dus voor Ariën en Iny die veel tijd hebben besteed aan het verwerken van de inzendingen. En verder Kees-Jan en Annet voor hun bijdrage in het voortraject.

Namens de organisatie willen we iedereen een sportief succesvol en gezellig toernooi wensen met goede prestaties in het water.

Organisatie ODMC 2022  
Harold, Jolanda, Ron

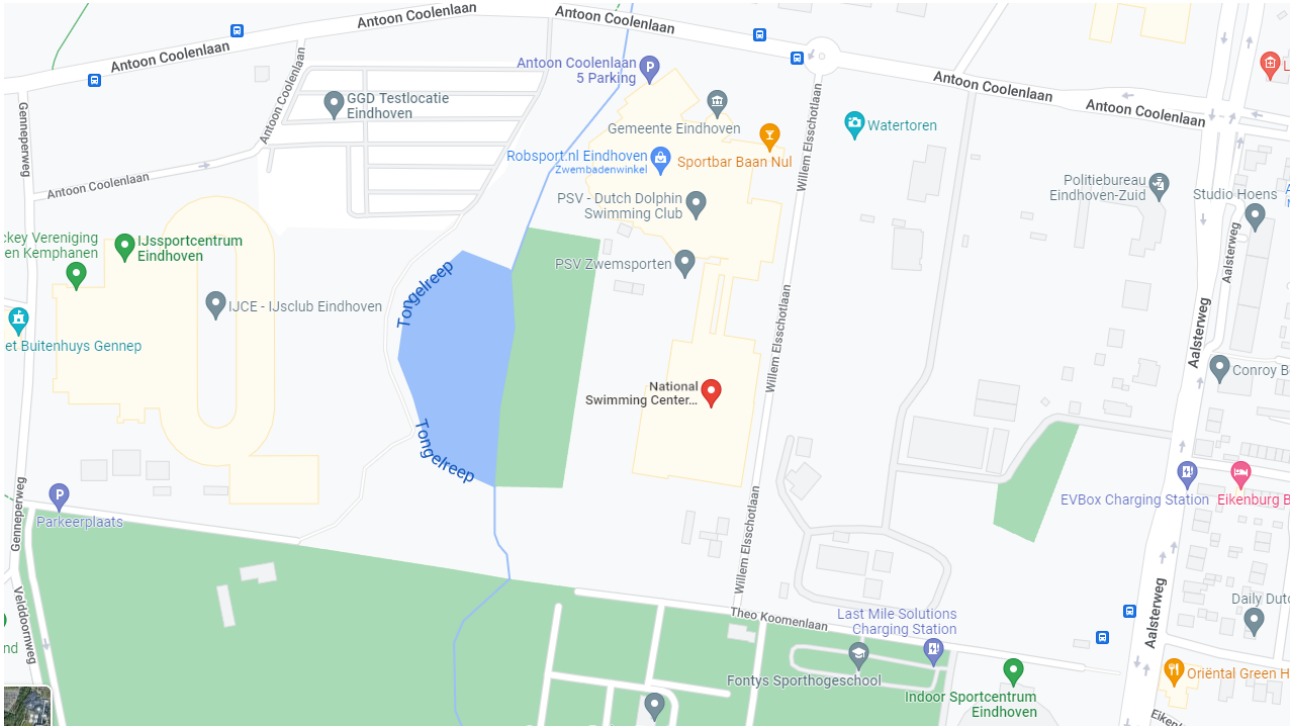
**De organisatie is tijdens de wedstrijd alleen bereikbaar via: +31 (040) 238 1140.**

## Locatie en Plattegrond

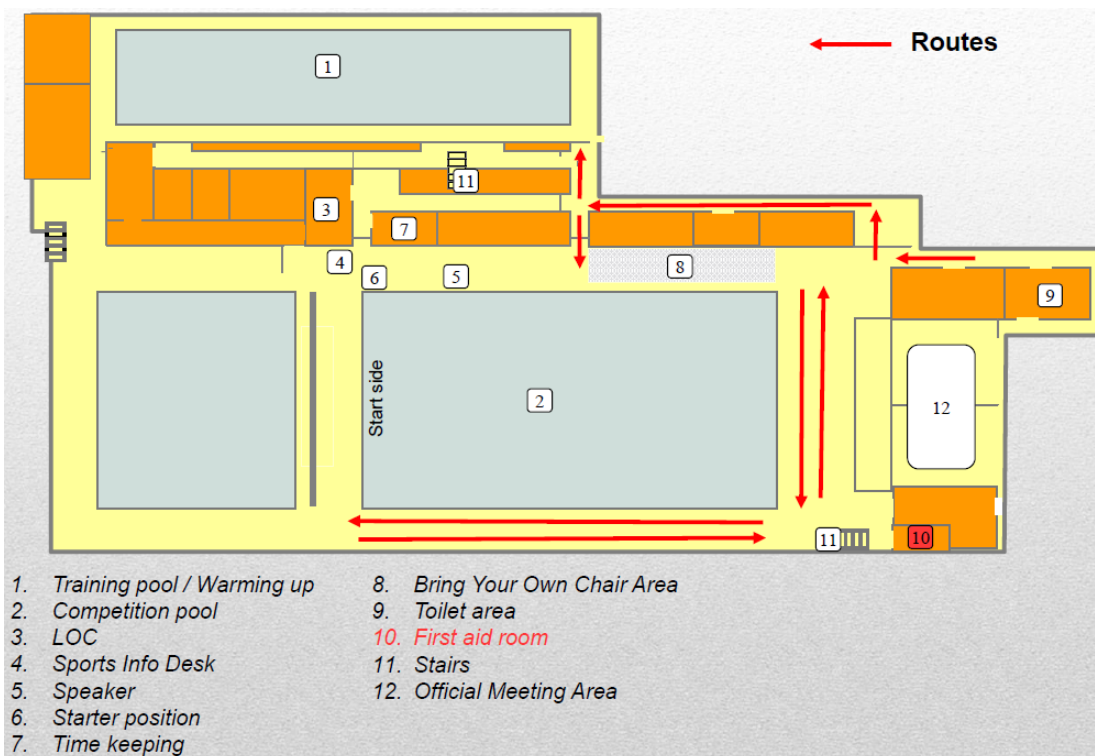
### Adres

Nationaal Zwemcentrum de Tongelreep  
Antoon Coolenlaan 1  
5644 RX Eindhoven  
040 238 1139

Parkeren kan op de grote parkeerplaats aan de Antoon Coolenlaan.  
Hier zijn ook 4 oplaadpunten.



### Plattegrond Pieter van den Hoogenband zwemstadion



## Drinken, Lunch & Masters buffet

Voor koffie, thee en andere zaken kunt u terecht in het Sport Café **Baan Nul** gesitueerd bij de ingang van het complex.

Tijdens lunch uren in Sport Café **Baan Nul** zijn er diverse lunch mogelijkheden.

MENU	EVENT	DRANK	EVENT
BROODJE KAAS OF HAM	€ 2,20	KOFFIE / THEE / ESPRESSO	€ 2,00
BROODJE KAAS EN HAM	€ 2,80	CAPPUCCINO	€ 2,40
BROODJE GEZOND	€ 3,50		
HAM, KAAS, SLA, KOMKOMMER, TOMAAT, EI		FRISTI / CHOCOMEL	€ 2,00
HARD BROODJE GEZOND	€ 4,50	PETFLES FRISDRANK/AA 0,5 LTR	€ 2,65
BROODJE KROKET OF FRIKANDEL	€ 3,00		
		TAPBIER BAVARIA	€ 2,30
WORSTENBROODJE	€ 2,50	TAPBIER BAVARIA GROOT	€ 4,75
TOSTI HAM/KAAS	€ 3,00		
PANINI KIP OF MOZZARELLA	€ 4,50	PALM	€ 3,00
		SPECIAAL BIER	€ 4,00
FRIETJE	€ 2,50	RADLER 0% OF 2%	€ 3,00
HAMBURGER	€ 4,75	WIJN ROOD OF WIT	€ 3,00
MAYO/KETCHUP/CURRY	€ 0,50		
		FRUIT	€ 1,00
PASTA BOLOGNESE "TO GO"	€ 7,00	KOEKEN	€ 1,25
		MUFFIN	€ 1,50
UITSMIJTER HAM OF KAAS	€ 6,50	CHIPS / CANDYBAR	€ 1,00
UITSMIJTER HAM EN KAAS	€ 7,50		
SALADE "TO GO" TONIJN OF KIP	€ 7,50		



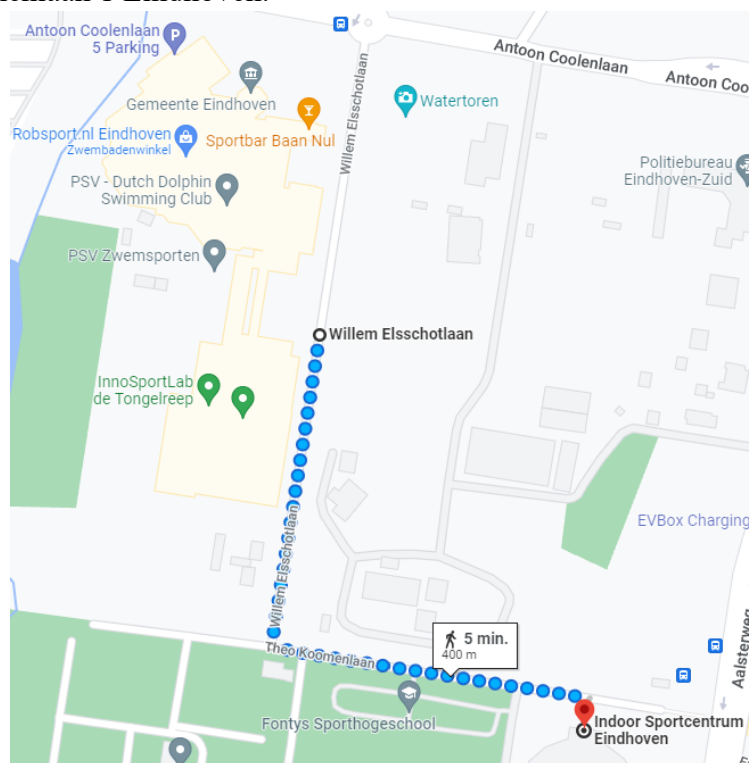
## Masters Buffet 2022

Het Masters Buffet vindt plaats op zaterdag 7 mei van 18:00-19:30 in het **Indoor Sportcentrum**, Theo Koomenlaan 1 Eindhoven.

Het menu van dit jaar is:

- pasta bolognese (incl. vega)
- pasta carbonara
- vis pasta
- lasagna (incl. vega)
- tomaten salade
- komkommer salade
- spitskool salade
- stokbrood
- kruiden boter

Dit is inclusief 1 drankje (bier, fris, wijn)



## Overzicht deelnemende verenigingen

### Oostenrijk

SC Diana Wien  
SU Mödling

### België

Antwerpse Zwemclub Scaldis  
Brussels Gay Sports  
Cercle De Natation Sportcity  
Woluwe  
Deerlijkse Zwemvereniging  
Flemish Ardennes Swimming  
Team  
Genker Zwemvereniging  
Neptunus  
Koninklijke Zwemclub  
Neptunus Aalst  
MEGA-zwemteam  
Nautic Club Herve  
Nijlense Zwemclub  
ROSC  
Shark  
Tesswim  
ZC "De Dolfijnen" Asse-  
Ternat  
Zwemclub Iloka Kapellen  
Zwemclub Tremelo

### Frankrijk

Club nautique du Val de  
Fensch  
Entente Sportive Nanterre  
Fecamp Aquatique Club  
Lille Universite Club  
SN Versailles  
Vichy Val D'Allier

### Duitsland

Aachener SV 06  
Duisburger ST  
Kaiserslauterer SK 1911  
Mainzer Schwimmverein 01  
Polizei SV Oldenburg  
SG Bayer  
SG Erkelenz - Hückelhoven  
SSF Bonn  
SSG Saar Max Ritter SV08  
SSV Ulm 1846  
VfR Uebach-Palenberg

### Griekenland

Palaimon Swim Academy  
Panathinaikos Swimming  
Team

### Hongarije

Megathlon SE  
Swim Life SE

### Litouwen

Dzukijos Vandenis  
Kauno Takas

### Luxemburg

Cercle de Natation Dudelange  
Luxembourg Sharks  
Swimming Club  
Schwammclub Déifferdang  
Swimming Club Le Dauphin  
Ettelbruck  
Swimming Luxembourg

### Noorwegen

Oslo Idrettslag Svømming

### Polen

Masters Krasnik

### Slowakije

Aquatics Nitra



## **Nederland**

### **Groningen**

Bubble  
De Inktvis  
H2Oldambt  
Nova  
Stadskanaal  
THOR  
TriVia

### **Friesland**

De Vikings  
DZ&PC  
HZ&PC Heerenveen  
ZCNF'34

### **Drente**

Aqua'68  
Aqualero

### **Overijsel**

De Dinkel  
De Grunte  
De IJssel  
De Veene  
Deltasteur  
Piranha  
Steenwijk 1934  
SWOL 1894  
WS Twente  
ZIGNEA  
ZPC De Hof

### **Gelderland**

Aqua-Novio'94  
Aquapoldro  
De Berkelduikers  
De IJsselmeeuwen  
De Meer  
De Rijn  
De Ward  
DWK  
ESCA Zwemmen  
Montferland  
NDD  
Octopus-ZVV (SG)  
RZC  
Triton Putten  
TZC-Vahalis  
WWV Winterswijk  
Zuiderzeezwemmers

### **Utrecht**

De Blauwe Schuur  
De Duinkickers  
GoSwim  
IJZPC  
Nat Utrecht  
VZC  
ZPC AMERSFOORT  
ZPC Woerden  
Zwemlust-den Hommel  
Zwemvereniging Hoogland

### **Amsterdam/Het Gooi**

AZ&PC De Futen  
De Amstel  
De Dolfijn  
De Otters Het Gooi  
Gay Swim Amsterdam  
Het Y  
Oceanus  
Triton

### **Noord-Holland**

DAW  
DWT  
EZV  
HPC  
MSV-Zeemacht  
SwimGym  
Upstream Amsterdam  
WZ&PC Purmerend  
ZPCH

### **Gouwe Rijnstreek**

AZC  
BZ&PC  
Niemo Barracuda  
Noordwijkerhout  
Sassenheim  
WIDEX GZC DONK  
ZVL-1886 Center

### **Haaglanden**

De Vliet (SG)  
d'ELFT  
DES  
Feijenoord Zwemmen (SG)  
Racing Club  
WVZ

### **ZRO / ROM**

ACZ  
Blue Marlins (SG)  
De Duck  
De Geul  
De Lansingh  
De Schotegil  
Poseidon'56  
Ragnar  
SCOM/De Zeehond'73 (SG)  
ZOB'66  
ZPB H&L Productions  
ZVVS  
ZZ&PC De Devel

### **Zeeland**

De Bevelanders  
Scheldestroom  
ZPC De Zeeuwse Kust

### **Noord Brabant**

AquAmigos  
Arethusa  
De Biesboschzwemmers  
De Treffers  
De Zilvermeeuw  
DIO  
Hieronymus  
Nautilus  
Nayade  
Neptunus'58  
Nuenen  
Old Dutch  
PSV  
Tiamat  
TRB-RES  
VZV Njord  
Z&PC Zegenwerp

### **Limburg**

De Rog  
HZPC  
Mosa-Regio  
MZ&PC  
Noord-Limburg (SG)  
Patrick-De Roersoppers (SG)  
RZ  
Tiburón



## Programma ONMK 2022

### ONMK 2022 lange baan Eindhoven

#### Dag 1 donderdagmiddag sessie 1

2	1500m	vrije slag	Heren
3	1500m	vrije slag	Dames

#### Dag 2 vrijdagochtend sessie 2

4	400m	vrije slag	Heren
5	400m	vrije slag	Dames
6	100m	rugslag	Heren
7	100m	rugslag	Dames

#### Dag 2 vrijdagmiddag sessie 3

8	50m	vlinderslag	Heren
9	50m	vlinderslag	Dames
10	200m	schoolslag	Heren
11	200m	schoolslag	Dames
12	100m	vrije slag	Heren
13	100m	vrije slag	Dames
14	200m	wisselslag	Heren
15	200m	wisselslag	Dames
Pauze 5min			
16	4x200m	vrije slag	Dames/Heren/Gemengd

#### Dag 3 zaterdagochtend sessie 4

17	800m	vrije slag	Dames
18	400m	wisselslag	Heren
Pauze 5min			
19	4x100m	wisselslag	Dames/Heren/Gemengd

#### Dag 3 zaterdagmiddag sessie 5

21	50m	rugslag	Dames
22	50m	rugslag	Heren
23	200m	vlinderslag	Dames
24	200m	vlinderslag	Heren
25	100m	schoolslag	Dames
26	100m	schoolslag	Heren
27	200m	vrije slag	Dames
28	200m	vrije slag	Heren
Pauze 5min			
29	4x50m	vrije slag	Dames/Heren/Gemengd

#### Dag 4 zondagochtend sessie 6

30	800m	vrije slag	Heren
31	400m	wisselslag	Dames
Pauze 5min			
32	4x100m	vrije slag	Dames/Heren/Gemengd

#### Dag 4 zondagmiddag sessie 7

34	200m	rugslag	Heren
35	200m	rugslag	Dames
36	50m	vrije slag	Heren
37	50m	vrije slag	Dames
38	100m	vlinderslag	Heren
39	100m	vlinderslag	Dames
40	50m	schoolslag	Heren
41	50m	schoolslag	Dames
Pauze 5min			
42	4x50m	wisselslag	Dames/Heren/Gemengd

Noot: De pauzes kunnen nog wijzigen. Deze worden tijdens de serie indeling definitief bepaald.

## Side events

Zaterdag 18:00-19:30 **Mastersbuffet bij Indoor Sportcentrum Eindhoven**

Overzicht sessies				
Dag	Sessie	Inzwem	Wedstrijd	Einde
Donderdag	1	11:30	12:30	18:00
Vrijdag	2	08:00	09:00	12:00
Vrijdag	3	13:00	13:00	18:00
Zaterdag	4	08:00	09:00	12:00
Zaterdag	5	12:30	13:00	17:45
Zaterdag	Mastersbuffet		18:00	19:30
Zondag	6	08:00	09:00	12:00
Zondag	7	12:30	13:00	16:30

## Zweminformatie

### Zwembadregels, lockers en stoelen

Buitenschoeisel is verboden op de zwembad. Blauwe schoentjes zijn, indien nodig, beschikbaar.

### Een vriendelijk verzoek om alle afval in een prullenbak te deponeren !!

Er zijn lockers bij de kleedkamers waar met een waarborg van €0,50 de spullen veilig kunnen worden opgeborgen. Men is vrij om een eigen stoel mee te nemen.

### Warming up/training

Het wedstrijdbad uiterlijk 5 minuten voor aanvang van de wedstrijd verlaten. Er is geen inzwem-mogelijkheid in het wedstrijdbad gedurende de korte pauzes, wel in de lunchpauze.

Gedurende de wedstrijd is het trainingsbad beschikbaar voorin- en uitzwemmen.

	Wedstrijdbad	Trainingsbad	Wedstrijdbad	Trainingsbad
<b>Donderdag</b>			11:30-12:25	12:30-einde wedstrijd
<b>Vrijdag</b>	8:30-8:55	9:00-12:00	12:00-13:25	13:00-einde wedstrijd
<b>Zaterdag</b>	8:30-8:55	9:00-12:00	12:00-13:25	13:00-einde wedstrijd
<b>Zondag</b>	8:30-8:55	9:00-12:00	12:00-13:25	13:00-einde wedstrijd

### Startprocedure

Alle starts zijn vanaf de zijde van het springbad.

Het is een **één starts wedstrijd**. Er is geen voorstart, dus wees op tijd, er wordt niet gewacht.

Er is een **overhead start** met uitzondering van de 50 meter nummers en de 4x50m estafettes.

Na de aankomst dienen de zwemmers in de eigen baan te blijven, bij de lijn en met minstens een meter afstand van de aankomstplaat. Na de start van de volgende serie, of bij instructie van de officials, moeten de zwemmers zo snel als mogelijk via de zijkant het water verlaten.

### Afmeldingen

Afmeldingen moeten bij de organisatie zijn ingeleverd uiterlijk voor de start van de eerste juryvergadering van de dag (donderdag 12:30, andere dagen 8:00).

Bij voorkeur via e-mail [mastersinschrijvingen@knzb.nl](mailto:mastersinschrijvingen@knzb.nl) of schriftelijk bij de Sportinfo Desk.

Afmeldingen die later binnen komen worden beboet volgende de geldende regels.

De scheidsrechter kan besluiten om een deelnemer uit de wedstrijd te halen indien deze zijn inschrijftijd met een ruime marge dreigt te overschrijden.

### Estafette wijzigingen

Graag uw wijziging doorgeven voor het inzwemmen van de sessie waarin de estafette wordt gezwommen. Veranderingen in geslacht of leeftijdscategorie zijn niet toegestaan.

Men kan een eigen formulier gebruiken of een formulier bij de Sportinfo desk

### Resultaten

Resultaten zullen worden gepubliceerd in het zwembad, op <https://mastersprint.nl/live/>, via de SplashMe-app en op de website van PSV Masters.

### Medailles, ceremonieën, prijzen

Voor elk programma geldt voor elke leeftijdsgroep dat er medailles zijn voor de eerste drie Nederlanders en voor de buitenlanders die in de top 3 eindigen. Dit geldt ook voor estafettes.

Medailles kunnen worden opgehaald bij de Sportinfo Desk. Medailles voor de estafettes dienen voor het gehele team in één keer te worden opgehaald. Zwemmers die een Wereld, Europees of Nationaal Masters record komen in aanmerking voor een extra prijs. Dit geldt ook voor estafettes!

Medailles en prijzen worden niet nagestuurd.

### Kinderen

Jonge kinderen zonder zwemdiploma zijn verplicht zwembandjes te dragen op de zwembad.

Kinderen mogen niet spelen in het trainingsbad.

### Zwempakken, Tape en Horloges

De ONMK en KNZB volgen de FINA regels voor zwempakken. Het gebruik van tape is uitsluitend toegestaan indien vooraf aangemeld en voorzien van een toestemming van de Bondsarts.

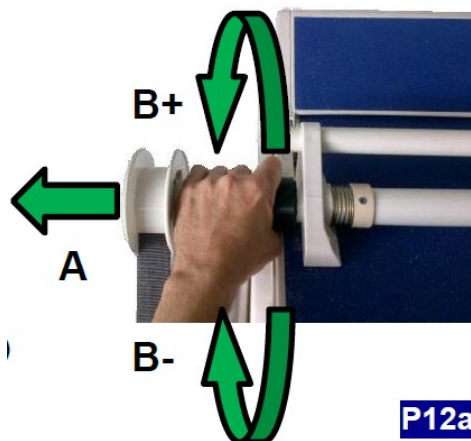
Horloges zijn niet toegestaan en worden gezien als hulpmiddel.

**De organisatie is tijdens de wedstrijd alleen bereikbaar via: +31 (040) 238 1140.**

## Rugslagstartsteun

Tijdens de ONMK zal gebruikt worden gemaakt van de rugslagstartsteun.  
Met deze steun kun je makkelijker starten met minder kans op wegglijden.  
De official zal aan de zwemmer vragen of hij/zij deze wil gebruiken.  
Als de zwemmer hiervan gebruik wil maken, zal de official de steun klaar hangen op stand 0.

### Verstellen steun



P12a

De zwemmer kan zelf de stand naar boven (+2 of +4 cm) of naar beneden (-2 of -4 cm) bijstellen. Hiertoe trek men de knop naar buiten, draait men de knop in de gewenste positie en duwt men de knop weer terug.

**Let op:** bij het gebruik is het verplicht om met de tenen de aantik plaat aan te raken. De official bij de baan zal hierop toezien.



**TIP:** als je de steun gebruikt, kun je het beste de hoge greep vastpakken.



## ONMK Kampioenschaps Records (2000-2019, long course)

De Kampioenschaps Records zijn de snelste tijden die in een bepaalde leeftijdscategorie zijn gezwommen over alle kampioenschappen sinds 2000. Sinds 2009 zijn er ook 20+ records. In voorgaand jaren kwam deze groep uit in aparte programmanummers als pre-masters.

Dames	Slag	20+	25+	30+	35+	40+	45+	50+	55+
50	vlinder	0:28,48	0:28,09	0:28,31	0:29,75	0:30,83	0:31,04	0:31,19	0:33,67
100	vlinder	1:04,31	1:04,53	1:04,23	1:08,64	1:09,97	1:11,72	1:11,16	1:14,27
200	vlinder	2:23,71	2:27,03	2:25,10	2:35,26	2:35,98	2:47,75	2:42,35	2:55,58
50	rug	0:29,64	0:30,01	0:31,90	0:33,00	0:33,70	0:34,12	0:34,96	0:35,81
100	rug	1:07,54	1:06,08	1:08,46	1:13,34	1:13,23	1:13,64	1:15,70	1:18,80
200	rug	2:24,18	2:23,12	2:34,74	2:39,73	2:37,28	2:39,08	2:43,83	2:46,64
50	school	0:34,20	0:33,48	0:33,15	0:35,47	0:36,40	0:34,84	0:37,57	0:39,55
100	school	1:14,95	1:13,77	1:13,68	1:19,34	1:21,88	1:15,23	1:23,15	1:26,91
200	school	2:44,82	2:44,28	2:41,81	2:53,15	2:55,06	2:48,04	3:04,80	3:08,06
50	vrij	0:27,06	0:26,83	0:27,31	0:28,31	0:28,70	0:28,00	0:29,31	0:30,77
100	vrij	0:58,89	0:59,04	0:59,16	1:01,55	1:01,54	1:02,67	1:05,33	1:07,62
200	vrij	2:08,88	2:08,60	2:16,06	2:15,67	2:09,78	2:11,84	2:20,41	2:31,60
400	vrij	4:33,11	4:33,97	4:39,83	4:49,20	4:29,65	4:35,00	4:58,98	5:26,65
800	vrij	9:16,61	9:23,03	9:43,85	9:50,01	9:10,90	9:31,81	10:06,28	11:17,49
1500	vrij	17:30,58	18:18,61	18:48,96	18:37,27	17:31,51	18:07,84	20:38,75	21:20,68
200	wissel	2:26,46	2:31,08	2:31,56	2:33,98	2:38,94	2:34,74	2:43,54	2:45,65
400	wissel	5:11,52	5:19,43	5:16,92	5:31,25	5:29,40	5:43,75	5:39,44	5:54,99

Dames	Slag	60+	65+	70+	75+	80+	85+	90+	95+
50	vlinder	0:35,09	0:36,68	0:40,78	0:42,85	1:07,79			
100	vlinder	1:21,32	1:35,97	2:17,03		2:31,45			
200	vlinder	2:54,50	4:03,22	4:56,21					
50	rug	0:38,38	0:42,72	0:40,34	0:51,19	0:54,51	1:24,70	1:31,61	
100	rug	1:20,34	1:36,64	1:25,20	1:44,66	2:02,78	3:04,17	3:19,12	
200	rug	2:52,90	3:28,82	3:27,58	4:12,57	4:28,02		6:55,37	
50	school	0:41,31	0:44,14	0:46,44	0:47,68	0:49,66	0:51,83	1:44,41	
100	school	1:29,14	1:41,21	1:46,37	1:46,04	1:50,94	1:54,96	3:46,60	
200	school	3:13,45	3:28,62	3:49,06	3:57,34	4:05,52	4:18,23	8:13,89	
50	vrij	0:30,95	0:32,07	0:35,11	0:37,88	0:40,60	0:57,73	1:16,67	
100	vrij	1:08,25	1:12,28	1:22,15	1:29,75	1:35,94	2:04,48	3:14,41	
200	vrij	2:31,61	2:42,50	3:02,46	3:07,41	3:41,56	4:26,60	7:15,64	
400	vrij	5:29,23	5:46,88	6:08,98	6:26,75	7:56,27	9:21,23		
800	vrij	11:21,69	11:47,84	14:00,74	13:46,97	16:15,33	19:11,92		
1500	vrij	21:38,87	23:00,95	26:37,42	33:41,37	34:52,80	36:42,82		
200	wissel	3:01,07	3:18,51	3:16,45	4:33,65				
400	wissel	6:01,90	7:24,36	9:07,16					

Heren	Slag	20+	25+	30+	35+	40+	45+	50+	55+
50	vlinder	0:25,06	0:24,72	0:25,78	0:26,96	0:26,46	0:26,08	0:27,10	0:27,73
100	vlinder	0:56,17	0:57,02	0:58,44	1:01,38	0:59,92	0:59,01	0:59,67	1:01,62
200	vlinder	2:05,66	2:12,82	2:12,77	2:26,75	2:22,44	2:17,94	2:15,06	2:19,18
50	rug	0:26,70	0:26,75	0:27,89	0:28,83	0:28,95	0:30,44	0:30,81	0:31,57
100	rug	0:57,17	0:57,51	1:03,43	1:02,28	1:03,21	1:04,26	1:06,23	1:09,36
200	rug	2:10,58	2:14,20	2:18,20	2:16,84	2:20,89	2:22,73	2:28,60	2:31,86
50	school	0:29,53	0:29,16	0:30,08	0:29,31	0:31,50	0:32,47	0:32,96	0:33,85

Heren	Slag	20+	25+	30+	35+	40+	45+	50+	55+
100	school	1:05,14	1:04,61	1:07,12	1:05,65	1:10,23	1:13,52	1:14,63	1:16,11
200	school	2:25,31	2:25,25	2:27,30	2:27,11	2:35,72	2:44,87	2:42,47	2:45,61
50	vrij	0:23,78	0:23,40	0:23,85	0:24,86	0:24,76	0:25,09	0:25,64	0:26,43
100	vrij	0:51,83	0:51,37	0:52,77	0:53,89	0:54,42	0:55,05	0:57,53	0:59,55
200	vrij	2:01,45	1:54,22	1:59,19	2:00,38	2:02,66	2:02,69	2:08,84	2:10,32
400	vrij	4:23,97	4:12,70	4:15,90	4:29,41	4:23,92	4:29,75	4:37,49	4:39,58
800	vrij	9:01,43	8:41,99	8:59,02	9:11,35	9:24,08	9:49,04	9:43,49	9:39,03
1500	vrij	17:22,77	16:44,41	17:17,26	17:39,55	18:18,25	18:32,16	18:34,41	18:41,25
200	wissel	2:10,80	2:12,58	2:17,93	2:18,56	2:19,29	2:20,91	2:25,83	2:29,17
400	wissel	4:58,02	4:42,78	4:53,36	5:02,59	5:00,31	5:07,68	5:06,60	5:22,27

Heren	Slag	60+	65+	70+	75+	80+	85+	90+	95+
50	vlinder	0:27,65	0:31,21	0:37,40	0:40,82	0:41,36			
100	vlinder	1:02,00	1:14,12	1:28,46	1:41,93	2:21,78			
200	vlinder	2:23,52	3:23,90	3:30,61	3:57,15				
50	rug	0:33,85	0:35,23	0:36,94	0:38,57	0:43,34	0:52,38	1:17,10	
100	rug	1:14,85	1:16,69	1:22,79	1:27,74	1:52,86	2:01,04	3:14,41	
200	rug	2:37,55	2:51,40	3:04,41	3:10,67	3:56,25	4:28,19		
50	school	0:34,76	0:38,77	0:40,64	0:42,76	0:45,82	1:15,65	1:52,51	
100	school	1:18,24	1:29,06	1:32,29	1:38,64	1:57,18	2:57,62	4:10,43	
200	school	2:56,02	3:05,18	3:25,99	3:41,63	4:02,87			
50	vrij	0:27,45	0:29,91	0:32,08	0:33,79	0:34,23	0:48,62	1:13,39	
100	vrij	1:00,46	1:06,20	1:14,18	1:18,88	1:21,86	1:47,21	3:05,39	
200	vrij	2:13,47	2:23,44	2:46,34	3:02,89	3:07,23	4:06,45		
400	vrij	4:50,00	5:25,34	5:49,34	6:36,22	6:38,12	8:39,11		
800	vrij	10:03,69	11:09,18	12:26,90	13:37,10	13:41,17	18:28,24		
1500	vrij	19:08,78	21:18,53	23:52,88	25:40,19	26:13,81	35:00,05		
200	wissel	2:33,99	2:48,21	3:16,87	3:30,61	4:20,79			
400	wissel	5:34,79	6:15,57	7:16,23	7:35,11	9:15,28			

Estafette	Slag		80+	100+	120+	160+	200+	240+	280+	320+
4x50	vrij	Dames	1:51,98	1:54,05	1:55,47	1:59,01	2:04,27	2:13,23	2:30,19	4:21,78
4x50	wissel	Dames	2:06,85	2:06,61	2:10,36	2:12,25	2:17,15	2:36,22	3:21,31	4:17,01
4x50	vrij	Heren	1:37,66	1:38,74	1:40,56	1:43,25	1:48,99	1:54,53	2:30,39	
4x50	wissel	Heren	1:50,26	1:50,00	1:52,59	1:56,93	2:04,11	2:11,97	2:48,28	
4x50	vrij	Gemengd	1:44,27	1:46,56	1:47,87	1:51,21	1:51,50	2:05,53	2:23,07	3:32,73
4x50	wissel	Gemengd	1:57,14	1:57,41	1:57,54	2:00,30	2:07,81	2:17,82	2:42,97	4:34,35
4x100	vrij	Dames	4:06,67	4:06,21	4:20,68	4:23,88	4:36,16	5:00,73	5:39,58	8:50,07
4x100	wissel	Dames	4:48,96	4:39,75	4:58,81	4:52,88	4:58,55	6:04,52	6:43,79	10:22,93
4x100	vrij	Heren	3:45,69	3:37,83	3:48,82	3:51,14	4:03,54	4:17,68	6:29,03	
4x100	wissel	Heren	4:11,22	4:02,05	4:04,86	4:22,03	4:48,44	4:56,99	6:17,00	
4x100	vrij	Gemengd	3:59,01	3:56,93	4:01,90	4:06,63	4:15,97	4:32,37	6:11,01	7:16,29
4x100	wissel	Gemengd	4:30,69	4:22,53	4:23,51	4:40,84	4:46,35	5:19,08	8:06,42	9:21,81
4x200	vrij	Dames	9:41,13	9:25,00	9:32,87	9:53,86	10:09,87	11:18,86	12:25,08	18:39,49
4x200	vrij	Heren	8:39,26	8:33,26	8:35,20	8:47,18	9:26,96	11:11,07	12:44,37	
4x200	vrij	Gemengd	9:01,54	8:44,61	8:53,72	9:19,93	9:46,40	10:58,94	13:57,75	16:59,28

## Statistieken ONMK Ib 2000-2019

Plaats	Nijmegen	Nijmegen	Dordrecht	Drachten	Eindhoven	Eindhoven	Eindhoven	Eindhoven	Eindhoven	Eindhoven	Eindhoven	Den Haag	Eindhoven	Eindhoven	Eindhoven	Den Haag	Amersfoort	
Jaar	2000	2001	2002	2004	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	TOT
# starts	687	871	1162	750	2395	3015	2503	2232	2815	2966	3094	2778	3225	3509	3503	3274	3524	42303
# starts individueel	687	871	1115	750	2316	2884	2416	2120	2589	2713	2831	2511	2946	3244	3212	2955	3175	39335
# starts estafettes	0	0	47	0	79	131	87	112	226	253	263	267	279	265	291	319	349	2968
# ereplaatsen	533	585	739	586	990	1056	1054	1020	1156	1216	1228	1173	1244	1306	1319	1304	1314	17823
1	289	290	331	299	411	413	421	416	454	481	481	464	486	503	508	508	494	7249
2	159	175	241	183	319	343	355	336	390	400	405	392	410	427	441	433	434	5843
3	85	120	167	104	260	300	278	268	312	335	342	317	348	376	370	363	386	4731
# ereplaatsen individueel	533	585	704	586	929	980	993	928	1002	1039	1057	1004	1058	1122	1112	1096	1105	15833
# ereplaatsen estafettes	0	0	35	0	61	76	61	92	154	177	171	169	186	184	207	208	209	1990
Medaillegraad	77,6%	67,2%	63,6%	78,1%	41,3%	35,0%	42,1%	45,7%	41,1%	41,0%	39,7%	42,2%	38,6%	37,2%	37,7%	39,8%	37,3%	0,0%
# records	36	29	13	21	114	91	87	89	134	135	117	70	123	157	138	142	79	1575
NMR	23	23	11	19	73	53	56	54	75	72	68	61	80	90	64	92	60	974
NMR ev	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
EMR	6	4	1	2	3	3	7	6	5	4	5	1	9	17	11	5	4	93
WMR	0	0	1	0	0	2	1	8	3	4	2	1	2	4	1	6	4	39
NMR (buitenland)	7	1	0	0	38	33	23	21	51	55	42	7	32	46	62	39	11	468
CR	370	172	198	107	327	227	189	117	167	140	143	92	114	145	134	153	80	2875
# verenigingen	56	68	93	54	133	173	160	145	178	179	188	150	171	196	190	165	159	680
# zwemmers	167	193	281	176	608	709	601	553	706	790	816	709	807	889	858	756	805	3866
# starts p.p.	4,11	4,51	3,97	4,26	3,81	4,07	4,02	3,83	3,67	3,43	3,47	3,54	3,65	3,65	3,74	3,91	3,94	10,17
# zwemmers buitenland	21	15	26	3	66	161	101	84	144	173	138	44	113	156	138	86	65	814
# landen	4	5	7	2	8	13	9	9	10	13	14	9	9	10	14	16	11	28
% zwemmers buitenland	12,6%	7,8%	9,3%	1,7%	10,9%	22,7%	16,8%	15,2%	20,4%	21,9%	16,9%	6,2%	14,0%	17,5%	16,1%	11,4%	8,1%	21,1%

Sinds 2000 zijn er 17 ONMK's met volledig programma op de lange baan geweest.

5 zwemmers deden mee aan alle 17 voorgaande ONMK Ib, en doen ook voor de 18<sup>e</sup> keer mee:

Annette de Visser, Frans van Enst, Lidia van Bon-Rosenbrand, Loekie van Huissteden, Rob Hanou, Ronald Grove

30 zwemmers deden mee aan alle 10 voorgaande ONMK Ib in Eindhoven, en 25 hiervan doen dit jaar ook mee aan de 11<sup>e</sup> editie.

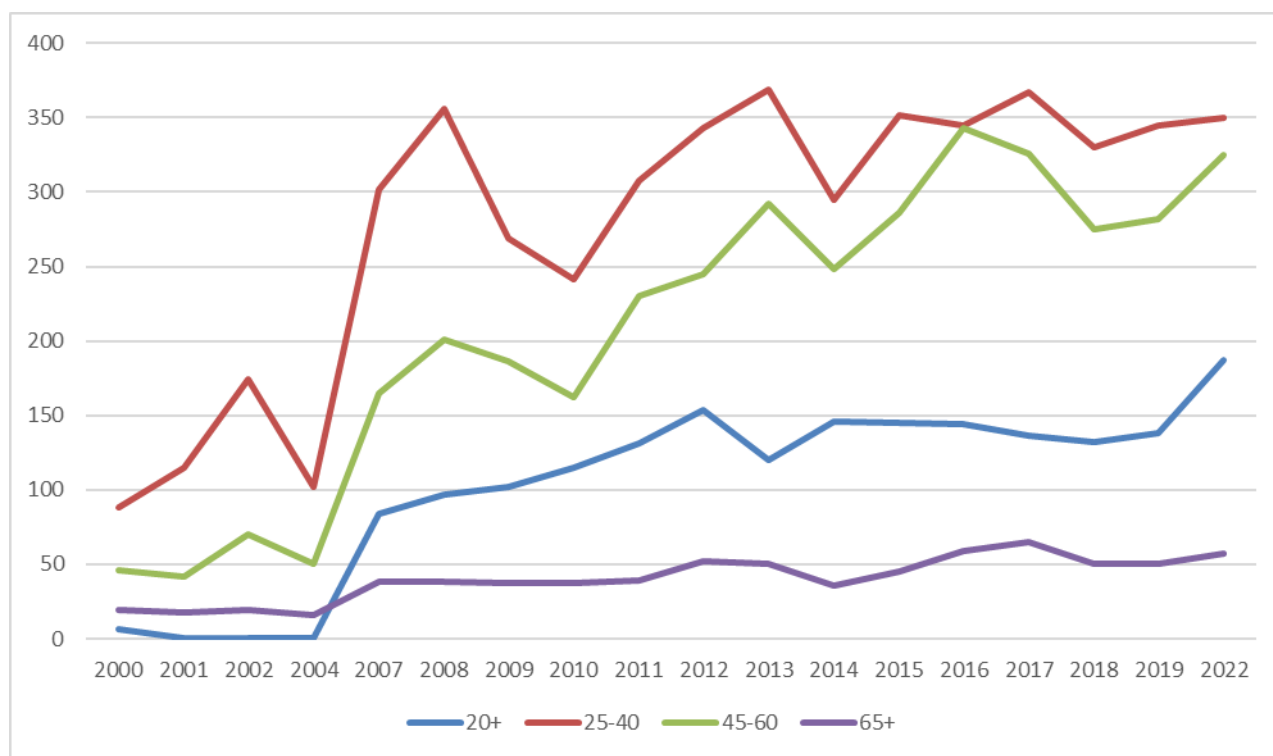
Annette de Visser, Christine Nieuwenhuis, Clementine van Bruxvoort, Delia Badoux, Eliane Pellis, Etienne Languillier, Frans van Enst, Harold Matla, Hugo Bregman, Ivo Roozeboom, Jack Barends, Jim Geestman, Jolanda van Gendt, Linda Hoogendam, Liselotte Joling, Loekie van Huissteden, Lottie Geurts, Marcel Reefhuis, Marianne Maandonks, Patty Verhagen, Paul Bunnik, Rob Hanou, Ronald Grove, Sandra Schellekens, Tineke van Diggelen

2 officials waren bij de 10 voorgaande edities in Eindhoven en zijn er ook dit jaar weer bij:

Dhr. J.M.C. Bosman (Jos)  
Mw. D.A.J.M. Post-Boot (Iny)

## Overzicht verdeling per leeftijdsgroep per jaar

Hieronder een overzicht van de verdeling van het aantal zwemmers binnen een cluster van leeftijdsgroepen.



Als we naar de onderliggende cijfers kijken per groep zien we wat verschillen.

- In de categorie 20+ zien we een grote toename en dat terwijl het aantal jeugdleden van de KNZB al jaren minder wordt. Dit is waarschijnlijk een corona effect. Veel wedstrijden zijn de afgelopen 2½ jaar weggevallen en deze groep snakt naar leuke en kwalitatieve wedstrijden.
- De groep 25+ t/m 40+ is redelijk stabiel. Dit is de groep waar werk en gezin vaak op de voorgrond staan en het zwemmen dan minder prioriteit heeft.
- De groep 45+ t/m 60+ is na een dip weer aan het terugkomen.
- Bij de groep 65+ zien we dat het aantal iets meer is dan de voorgaande 2 edities, maar dat het de 2 edities daarvoor meer waren. Deze groep heeft het meest last gehad van de corona met name ook door het niet kunnen zwemmen tijdens de lockdowns.

CAT	2000	2001	2002	2004	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2022
20+	6	0	0	0	84	97	102	115	131	154	120	146	145	144	136	132	138	187
25-40	88	115	174	102	302	356	269	241	308	343	369	295	352	345	367	330	345	350
45-60	46	42	70	50	165	201	186	162	230	245	292	248	286	343	326	275	282	325
65+	19	18	19	16	38	38	37	37	39	52	50	36	45	59	65	50	50	57
TOT	159	175	263	168	589	692	594	555	708	794	831	725	828	891	894	787	815	919

## Toernooi fotograaf



### Uw (actie)foto van het ONMK 2022

Gedurende het hele kampioenschap loopt onze fotograaf Kees-Jan rond. Vraag hem rustig vooraf als je graag een bepaald soort foto wilt hebben. Zie je hem niet? Vraag het aan de infodesk. Een zijaanzicht, vooraanzicht, laag of hoog, start of zwemmend. Je vraagt het hem maar.

#### Geef natuurlijk ook op:

Naam opdrachtgever : \_\_\_\_\_  
 Naam te fotograferen Master (indien anders) : \_\_\_\_\_  
 Vereniging : \_\_\_\_\_  
 E-mailadres : \_\_\_\_\_  
 Mobiel nummer : \_\_\_\_\_  
 Programma en serie nr. : \_\_\_\_\_

Het beste is op de dag zelf Kees-Jan aan te spreken met je wensen, dan kan hij deze direct op de startlijst aantekenen.

Kijk op <https://bit.ly/ONMK2022IbEindhovenFoto> voor de foto's van dit kampioenschap.

Prijzen (incl. btw) 1 foto voor € 6,66, 2 voor € 10,89, 3 voor € 14,52 en voor 4 t/m 12 stuks € 4,54 per stuk. Vraag een offerte aan voor meer dan 12 stuks.

Zie ook bestelinformatie website [www.zwemsportfoto.nl](http://www.zwemsportfoto.nl)

of in pdf [https://bit.ly/Bestellen\\_Zwemfoto](https://bit.ly/Bestellen_Zwemfoto)



## Mededelingen en informatie

### Zuidelijke Cirkel 2022

De 'Zuidelijke Cirkel' is een populaire serie van masterswedstrijden in het zuiden van Nederland. Meer informatie is te vinden op: [www.psvmasters.nl/ZuidelijkeCirkel.shtml](http://www.psvmasters.nl/ZuidelijkeCirkel.shtml)

Zondag	19 juni	Veldhoven	(25m bad, 6 banen)	Njord
Zaterdag	24 september	Maastricht	(25m bad, 8 banen, ETW)	MZ&PC
Zondag	6 november	Etten-Leur	AFGELAST (ONMK kb)	
Zondag	4 december	Eindhoven	(25m bad, 10 banen, ETW)	PSV Masters

### ONMK long course: website en livetiming

<https://mastersprint.nl/live/>

### De site van masters voor masters:

<http://www.mastersprint.nl/>



### De webkalender met alle Nederlandse masterswedstrijden

[www.mastersprint.nl/kalender](http://www.mastersprint.nl/kalender)

### Nederlandse Masters op Facebook

Breid je sociale (masters) network uit en wordt lid van de Holland Masters Swimming groep op Facebook:

<https://www.facebook.com/groups/HollandMastersSwimming>



holland  
masters

**Deze kampioenschappen werden mede mogelijk gemaakt door**

PSV Masters Zwemmen  
Taakgroep Masters Zwemmen  
Ariën & Iny  
Alle Officials  
Alle Vrijwilligers

Nationaal Zwemcentrum De Tongelreep  
Genneper Parken  
Sport Café Baan Nul  
robsport.nl

**DANK VOOR JULLIE BIJDRAGE**



## Nieuwbouw Tongelreep

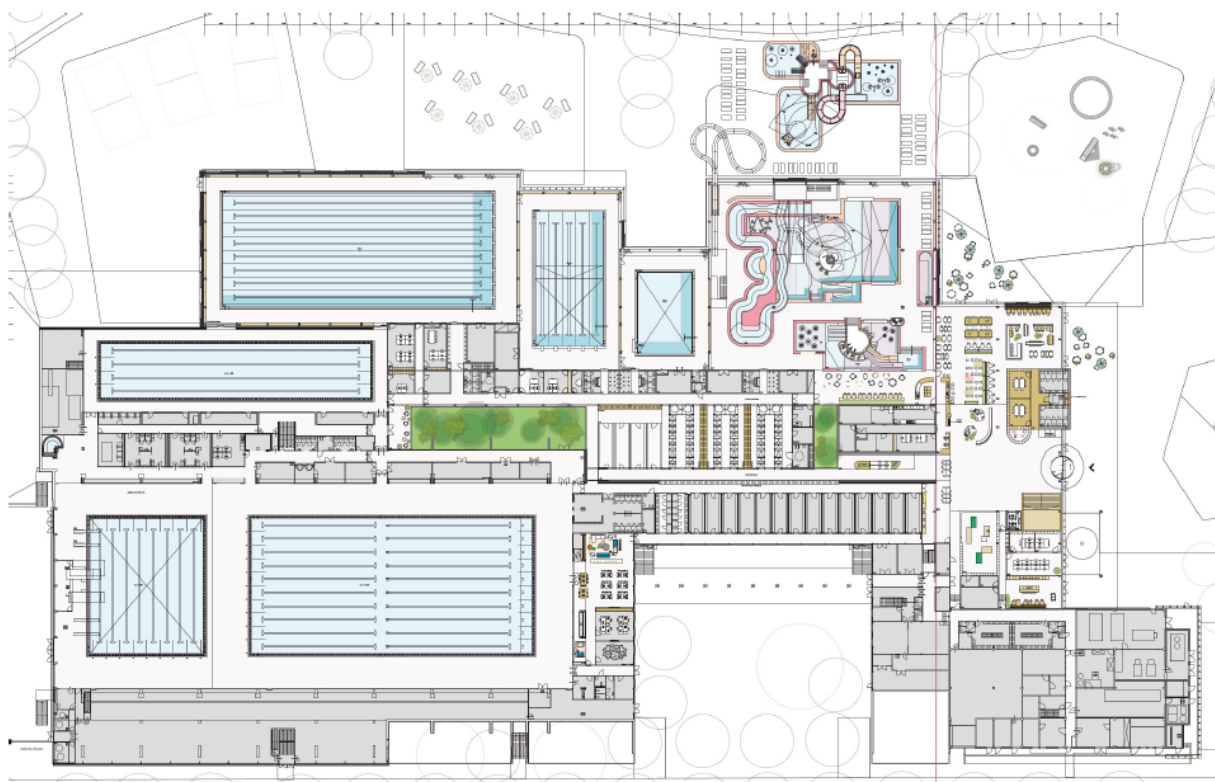
Naar verwachting zal begin 2023 worden gestart met het vervangen van de verouderde recreatie- en leszwembaden. Daarnaast zal er een nieuw 8x50m sportbad bij komen.

Wellicht dat ook hier vanaf eind 2024 ook masters kunnen zwemmen

Hieronder een impressie die door de gemeente Eindhoven begin dit jaar is vrijgegeven.

Dit is nog niet het definitieve ontwerp, maar geeft alvast een indruk.

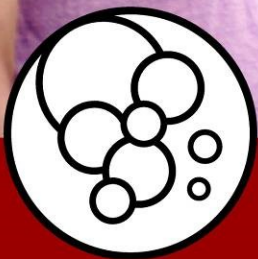
## impressie (voorontwerp\* Slangen+Koenis architecten)



\* de volgende fase van het ontwerp is het Definitief Ontwerp, waarin nog wijzigingen zullen worden aangebracht

GENNEPER PARKEN

# Elke dag een nieuw avontuur?



**Genneper  
Parken**

# LEEF je UIT in Genneper Parken!

*een initiatief van  
gemeente Eindhoven*

Antoon Coolenlaan 1 | Eindhoven | (040) 238 11 11 | [www.genneperparken.nl](http://www.genneperparken.nl)