



Zommerrooster 2017

Beste leden,

In de week van **26 juni tot en met 1 juli zal er nog normaal getraind worden**. En dan....zit het seizoen er op! Tijd voor vakantie!!

Banenzwemmen in de Wasbeek

In de zomervakantie is iedereen, jeugd en senioren, trimmers, masters, zwemmers én waterpoloërs, van harte welkom voor het **banenzwemmen**. We starten hiermee op maandag 3 juli.

Op 3, 10, 17, 24 en 31 juli wordt de volgende indeling aangehouden:

- 19.00 uur – 19.45 uur: zwemgroepen 2 en 3 en waterpolo;
- 19.45 uur – 20.30 uur: zwemgroep 1, trimzwemmers en masters.

Als er waterpoloërs zijn die niet van 19.00 uur – 19.45 uur kunnen, zijn zij ook welkom op de training van 19.45 uur – 20.30 uur.

In augustus wordt er ook in Hillegom getraind. Het banenzwemmen in de Wasbeek wordt daarom op de maandagen 7, 14 en 21 augustus georganiseerd van 19.00 uur – 20.00 uur.

Trainen in de Vosse, Hillegom

Vanaf **vrijdag 4 augustus** starten de voorbereidingen alweer voor het nieuwe seizoen. Alle waterpoloërs vanaf 14 jaar, zwemmers van groep 1 en masterzwemmers zijn vanaf 1 augustus welkom tijdens de zwemtrainingen in het 50 meter buitenzwembad "de Vosse" in Hillegom.

Deze trainingen worden op maandag en vrijdag van **19.00 uur – 20.00 uur** in de maand augustus georganiseerd. Er wordt iedere training een half uur voor aanvang met auto's vertrokken vanaf de Wasbeek. De laatste training in de Vosse is op vrijdag 25 augustus.

Op de **woensdagen 16 en 23 augustus** zijn er voor Dames 1 en Heren 1 de eerste baltrainingen in de Wasbeek.

Openingsweekend 2017

Op vrijdag 25 augustus starten we met een training in de Vosse.

Op **zaterdag 26 augustus** wordt een gezellig recreatief **openingstoernooi** gespeeld van 17:00 – 19:00 uur in de Wasbeek. Zit je in de CJ, BM, BJ of bij de heren en dames? Schrijf hem alvast in je agenda!

Om alle tactieken en briljante acties na te bespreken is er na het toernooi bij Jeroen Meijer in de tuin een openingsborrel met BBQ.

Voor zondag 27 augustus zijn we, in samenwerking met de duikvereniging, bezig ideeën uit te werken en de benodigde toestemming en vergunningen te regelen voor een nieuwe editie van de SassemCitySwim. Schrijf hem alvast in je agenda!

Daarna kan het openingsweekend afgesloten worden op de biermarkt.



Op de trainingen in juli en augustus, zowel in de Wasbeek als de Vosse, zijn introducés welkom; zij dienen wel 2,50 euro te betalen.

Een prettige zomerperiode en tot ziens op de maandagavonden.
Zwemtechnische- & Waterpolocommissie

ma	3-jul	19.00	19:45	Banenzwemmen groep 2, 3 en waterpolo	De Wasbeek
		19:45	20:30	Banenzwemmen groep 1, trimmers en masters	
ma	10-jul	19:00	20:00	Banenzwemmen groep 2, 3 en waterpolo	De Wasbeek
		19:45	20:30	Banenzwemmen groep 1, trimmers en masters	
ma	17-jul	19.00	19:45	Banenzwemmen groep 2, 3 en waterpolo	De Wasbeek
		19:45	20:30	Banenzwemmen groep 1, trimmers en masters	
ma	24-jul	19.00	19:45	Banenzwemmen groep 2, 3 en waterpolo	De Wasbeek
		19:45	20:30	Banenzwemmen groep 1, trimmers en masters	
ma	31-juli	19:00	19:45	Banenzwemmen groep 2, 3 en waterpolo	De Wasbeek
		19:45	20:30	Banenzwemmen groep 1, trimmers en masters	
vr	4-aug	19:00	20:00	Zwemtraining waterpoloërs, groep 1 + masters	De Vosse, Hillegom
ma	7-aug	19:00	20:00	Banenzwemmen	De Wasbeek
		19:00	20:00	Zwemtraining waterpoloërs, groep 1 + masters	De Vosse, Hillegom
vr	11-aug	19:00	20:00	Zwemtraining waterpoloërs, groep 1 + masters	De Vosse, Hillegom
ma	14-aug	19:00	20:00	Banenzwemmen	De Wasbeek
		19:00	20:00	Zwemtraining waterpoloërs, groep 1 + masters	De Vosse, Hillegom
wo	16-aug	20:00	21:00	Waterpolotraining D1 en H1	De Wasbeek
vr	18-aug	19:00	20:00	Zwemtraining waterpoloërs, groep 1 + masters	De Vosse, Hillegom
ma	21-aug	19:00	20:00	Banenzwemmen	De Wasbeek
		19:00	20:00	Zwemtraining waterpoloërs, groep 1 + masters	De Vosse, Hillegom
wo	23-aug	18:30	19:30	Waterpolotraining D1 en H1	De Wasbeek
Openingsweekend					
vr	25-aug	19:00	20:00	Zwemtraining waterpoloërs, groep 1 + masters	De Vosse, Hillegom
za	26-aug	09:00	11:15	Start waterpolotraining jeugd, rooster volgt	De Wasbeek
		17:00	19:00	Onderling openingstoernooi	De Wasbeek
				Openingsborrel	Sassenheim
zo	27-aug			SassemCitySwim?	
ma	28-aug			Aanvang regulieren trainingen, rooster volgt	De Wasbeek