



Zomerrooster 2018

Beste leden,

De trainingen zullen langzaam weer afgebouwd worden tot aan de zomer. In de week van 9 juli zijn alle reguliere trainingen gestopt en start het zomerrooster.

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 9 juli**.

Op 9, 16, 23 en 30 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 6, 13, 20 en 27 augustus georganiseerd van 19.00 uur – 20.00 uur.

Trainen in de Vosse, Hillegom

Vanaf **vrijdag 3 augustus** starten de voorbereidingen alweer voor het nieuwe seizoen. Alle waterpoloërs vanaf 14 jaar, zwemmers van groep 1 en masterzwemmers zijn vanaf 3 augustus welkom tijdens de zwemtrainingen in het 50 meter buitenzwembad "de Vosse" in Hillegom.

Deze trainingen worden op **woensdag** 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 31 augustus.

Start waterpolotrainingen

Op de **maandagen 20 en 27 augustus** van **20.00 uur – 21.00 uur** zijn er voor Dames 1 en Heren 1 (en op uitnodiging) de eerste baltrainingen in de Wasbeek.

Op **zaterdag 25 augustus** van **9.00- 11.15** starten de zaterdag waterpolotrainingen voor de jeugd.

Op **maandag 27 augustus** van **18.10 uur – 19.00 uur** start de eerste maandag waterpolotraining voor de jeugd.

Openingsweekend 2018

Op 31 augustus starten we met een training in de Vosse. Op 1 september wordt een gezellig recreatief waterpolo **openingstoernooi** gespeeld van 17:00 – 19:00 uur in de Wasbeek. Zit je in de CJ, CM, 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.

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

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

Overzicht trainingen

ma	9-jul	19.00	19:45 19:45	Banenzwemmen groep 2, 3 en waterpolo Banenzwemmen groep 1, trimmers en masters	De Wasbeek
ma	16-jul	19:00	20:00 19:45	Banenzwemmen groep 2, 3 en waterpolo Banenzwemmen groep 1, trimmers en masters	De Wasbeek
ma	23-jul	19.00	19:45 19:45	Banenzwemmen groep 2, 3 en waterpolo Banenzwemmen groep 1, trimmers en masters	De Wasbeek
ma	30-jul	19.00	19:45 19:45	Banenzwemmen groep 2, 3 en waterpolo Banenzwemmen groep 1, trimmers en masters	De Wasbeek
vr	3-aug	19:00	20:00	Zwemtraining waterpoloërs, groep 1 + masters	De Vosse, Hillegom
ma	6-aug	19:00	20:00	Banenzwemmen	De Wasbeek
wo	8-aug	19:00	20:00	Zwemtraining waterpoloërs, groep 1 + masters	De Vosse, Hillegom
vr	10-aug	19:00	20:00	Zwemtraining waterpoloërs, groep 1 + masters	De Vosse, Hillegom
ma	13-aug	19:00	20:00	Banenzwemmen	De Wasbeek
wo	15-aug	19:00	20:00	Zwemtraining waterpoloërs, groep 1 + masters	De Vosse, Hillegom
vr	17-aug	19:00	20:00	Zwemtraining waterpoloërs, groep 1 + masters	De Vosse, Hillegom
ma	20-aug	19:00	20:00	Banenzwemmen	De Wasbeek
ma	20-aug	20:00	21:00	Waterpolotraining D1 en H1 (en op uitnodiging)	De Wasbeek
wo	22-aug	19:00	20:00	Zwemtraining waterpoloërs, groep 1 + masters	De Vosse, Hillegom
vr	24-aug	19:00	20:00	Zwemtraining waterpoloërs, groep 1 + masters	De Vosse, Hillegom
za	25 aug	9.00	11.15	Start waterpolotraining jeugd, rooster volgt	De Wasbeek
zo	26-aug			Sassem City Swim	
ma	27-aug	18:10	19:00	Waterpolotraining jeugd, rooster volgt	De Wasbeek
ma	27-aug	19:00	20:00	Banenzwemmen	De Wasbeek
ma	27-aug	20:00	21:00	Waterpolotraining D1 en H1 (en op uitnodiging)	De Wasbeek
wo	29-aug	19:00	20:00	Zwemtraining waterpoloërs, groep 1 + masters	De Vosse, Hillegom
Openingsweekend					
vr	31-aug	19.00	20.00	Zwemtraining waterpoloërs, groep 1 + masters	De Vosse, Hillegom
za	1-sept	09:00	11:15	Waterpolotraining jeugd	De Wasbeek
		17:00	19:00	Onderling openingstoernooi Openingsborrel	De Wasbeek Sassenheim
ma	3-sept	18.10	22.30	Aanvang reguliere trainingen, rooster volgt	De Wasbeek