



Redactie: Dick Bouman 06-50589322 dickjolien@hotmail.com

Wedstrijdsecretariaat: Ruud Snijders en Remco Brand
e-mailadres: zwemsecretariaat.mnc@gmail.com

Seizoen 2018/2019

10 april 2019

Nr. 2019-15

Beste zwemmers en ouders van zwemmers,

Dit weekend stond geheel in het teken van de Swimcup Den Haag. Voor MNC stonden bij de heren Stijn en Jorian aan de start en bij de dames Phaedra, Elise en Milou. Tijdens de Swim Cup werd ook de NJJK 800-1500 meter gezwommen. Voor MNC kwam Nathan uit op de 1500 meter. Ook werd er door onze meisjes minioren 5 meegedaan aan de Ranomi Cup.

**SWIM CUP
THE HAGUE**
4-7 april 2019

Side-events
NK 800-1500m
Ranomi Cup
Nationale
Arena Club
Meet

www.swimcup.nl

knzb *Passie voor water*
Zwembad het Hofbad
Ypenburgse Boslaan 30
2496 ZA Den Haag

Ik begin mijn verslag met de NK lange baan 800-1500 meter. Nathan had zich gekwalificeerd met een tijd van 18.17.79 sec voor de 1500 meter.. Na 30 banen wist deze kanjer een tijd te zwemmen van 17.55.81 sec wat een pr betekende van 21,98 sec.

Geweldig gedaan kerel



Stijn was naar Den Haag gereisd voor de 100 schoolslag. In de serie zwom hij net 0.03 sec boven zijn snelste tijd. Hij wist als 21 te eindigen.

Jorian was voor 4 afstanden actief op deze wedstrijd. Op de 200 vrij zwom hij in de serie met een pr van 0.89 sec naar de 31e plek. Ook op de 400 vrij wist hij een pr te zwemmen (0.58 sec). Zijn gezwommen tijd was goed voor de 13e plek. Op de 100 vrij sprintte hij naar en tijd van 55.29 sec (0.23 sec boven zijn snelste tijd). Hij werd uiteindelijk 56e. Op de 200 rugslag bereikte hij de C finale met en pr van 0.77 sec). In de B finale zwom hij 1.05 sec langzamer en werd uiteindelijk 14e.

Phaedra maakte zich klaar voor de 50 schoolslag. Ze zwom met een tijd van 36.24 sec naar de 36e plek.

Ons MNC lid Elise Tanis (trainend in Eindhoven) deed het ook prima. Elise behaalde de C finale op de 100 vrij waarop ze als 3e wist aan te tikken. Uiteindelijk werd ze 19e. Op de 100 rugslag werd ze in de serie 8e en op de 100 vlinder eindigde ze als 13e.

Tenslotte Milou.. Zij zwom de 50 vlinder, de 50 en 100 rugslag en de 50 en 100 vrij. Met een tijd van 29.46 sec vlinderde ze als 27e naar de C finale . In de C finale wist ze een pr te zwemmen van 0.08 sec. Haar tijd van 29.30 sec betekende de 24e plek. Op de 100 rugslag bereikte ze wederom de C finale. In de C finale zwom ze 0.57 sec sneller dan in de serie. Ze tikte als 5e aan wat uiteindelijk betekende dat ze 21e werd. In de serie op de 50 rugslag tikte ze als 14e aan. Ze liet de finale aan zich voorbij gaan. Met een tijd van 58.46 sec (slechts 0.02 sec langzamer dan haar snelste tijd) wist ze in de serie op de 100 vrij als 28e te eindigen. Op het sprintnummer de 50 vrij wist ze een tijd te zwemmen van 26.40 sec. Deze tijd betekent een EYOF limiet.



Baku
2019 

De EYOF (European Youth Olympic Festival) of ook wel EJOF (Europees Jeugd Olympisch Festival) genoemd is een sportevenement voor jonge Europese sporters in de leeftijd tot en met 18 jaar, dat om de 2 jaar wordt gehouden. Het is een stimulans voor jonge talenten om door te gaan op de nog lange, vaak moeizame weg naar de volwassen top. Met als absolute hoogtepunt deelname aan de echte Olympische Spelen. En Milou mag daar aan deelnemen. Geweldig gedaan meid. Grote klasse.

Met haar gezwommen tijd bereikte ze de B finale. In deze B finale zwom ze naar een tijd van 26.49 sec en uiteindelijk werd ze 13e. Maar dat maakte haar niet zoveel uit. Zij mag van 20 juli t/m 27 juli mee naar Baku (Azerbeidzjan).

RANOMI CUP THE HAGUE

in actie voor unicef 

Zoals vermeld waren onze minioren ook actief in Den Haag. Zij deden mee aan de Ranomi Cup. Voor MNC namen Eliska, Anniek en Shirley aan deze mooie wedstrijd mee.

Eliska eindigde op de 100 rugslag als 28e en wist verder een geweldige 100 vlinder te zwemmen. Met een pr van maar liefst 7.20 sec vlinderde ze naar een top 10 tijd (1.44.94 sec). Ze werd 10e. Goed gedaan hoor.

Anniek zwom met een pr van 0.15 sec naar de 29e plek op de 100 rugslag en op de 100 vrij deed ook zij het geweldig. Ze wist een tijd te zwemmen van 1.24.22 sec wat een pr betekende van 5.41 sec. Haar tijd was goed voor de 20e plek. Klasse meid. Tenslotte Shirley. Zowel op de 50 als op de 100 vlinder wist ze in de top 10 te eindigen. Op de 50 meter vlinderde ze naar de 7e plek en op de 100 vlinder deed ze het nog beter en eindigde ze als 5e. Goed gedaan meid.

Vermoeid maar voldaan keerde alle deelnemers huiswaarts.

bedankt

Kim Busch zwemmend bij NTC in Eindhoven is nu, net als haar zus Sanne, definitief overgestapt naar PSV. Kim heeft heel veel betekend voor MNC en namens MNC willen wij haar bedanken voor de mooie tijd die we met haar hebben mogen meemaken. Ook bedanken we Connie voor al het werk wat ze voor MNC heeft gedaan.



De knipoog gaat deze week naar Milou, vanwege het bereiken van de EYOF