

Watervriendennieuws

Website: www.watervriendenschagen.nl

Facebook: www.facebook.com/watervriendenschagen

Nieuwe groep

Er zijn al een paar keer ouders geweest met de vraag kan er op het eerste uur ook geen zwemvaardigheid 1 groep starten. Heel lang hebben wij dit niet kunnen doen vanwege gebrek aan kader op dit uur. Wij kunnen u nu mededelen dat wij tot de zomervakantie een proef gaan draaien. Met ingang van vrijdag 3 mei zullen wij om 18.00 uur een zwemvaardigheid 1 groep starten. Deze groep zwemt in een baan.

De zwemvaardigheid 2 en 3 groepen blijven om 19.30 uur. De zwemvaardigheid 1 groep van 19.30 uur blijft bestaan.

Afzwemmen op 8 maart

Op vrijdag 8 maart is er afgezwommen door de groepen A, B, C, ZV3, Survival 1, 2 en 3. Snorkelen 1, 2, en 3. Alle kinderen zijn geslaagd deze avond. Van harte gefeliciteerd allemaal. De volgende keer dat wij gaan afzwemmen zal zijn op vrijdag 5 juli.

Kleding zwemmen

Zoals u waarschijnlijk wel weet zwemmen wij elke eerste vrijdag van de maand met kleding aan. Het valt ons echter steeds meer op dat kinderen zonder kleding naar bad komen. Ouders gaan ervan ze een shirt van ons kunnen lenen. Dat wij deze tas meenemen is een extra service. Wij willen u toch vriendelijke verzoeken om voor uw kind zelf kleding mee te nemen. Op deze manier zwemt het ook met de juiste kleding. De kledingseisen en de data waarop wij met kleding aan zwemmen staan op onze website en ook elke maand op onze facebookpagina.

Tevens krijgen wij vragen over wat voor schoenen moeten de kinderen aan tijdens het afzwemmen. Hieronder volgt hierover een uitleg.

- Schoenen (plastic, leren en sportschoenen zijn toegestaan; schoenen zonder echte zool zijn niet toegestaan) Schoen zonder echte zool zijn surfschoentjes, balletschoentjes, ballerina's.

Er blijft ook altijd een vraag over de broeken. Het moet een broek zijn met een knoop. Een legging, tregging pyjamabroek mogen niet.

Opgelet

In mei hebben heel veel scholen twee weken vakantie. Wij hanteren echter een week vakantie. Vrijdag 19 april (goede vrijdag) en 26 april hebben wij vrijzwemmen. Vrijdag 3 mei hebben wij leszwemmen en onze jaarlijkse kijkavond.

Facebook

Heeft u onze Facebookpagina al geliked? Hierop delen wij onder andere leuke nieuwtjes en houden we u op de hoogte van wat er in het zwembad gebeurt en wanneer het bijvoorbeeld kledingzwemmen is!

Veiligheid

Helaas zien wij het nog steeds gebeuren dat ouders hun kinderen het zwembad in brengen. Wij willen u met klem verzoeken om dit niet te doen. Het is voor de kinderen onoverzichtelijk en kan de veiligheid in gevaar brengen. U mag uw kinderen brengen tot achter de douchedeuren, waar u ze na afloop ook weer op kunt halen. Het kader staat aan de andere kant klaar om uw kinderen op te vangen.

Club

Heb je weer zin om te knutselen?

Dat kan dit schooljaar voor de laatste keer op 17 april. Let op het is dus niet de tweede woensdag. Dit in verband met de paasvee.

Alle kinderen vanaf zes jaar zijn, zonder ouders, van harte welkom. Geef uw kind een briefje mee met het telefoonnummer van één van de ouders, zodat er gebeld kan worden als er iets aan de hand zou zijn. Iedereen krijgt in de pauze limonade en kan een snoepje kopen. Het meenemen van eigen eten of drinken mag niet.

De knutselclub wordt gehouden in het wijkgebouw “De Groene Schakel”, adres:

A. Mauvestraat 161 te Schagen. Tijd van 14.30 uur tot 16.00 uur. Onkosten € 1,-- per persoon voor leden. Niet leden betalen € 2,-- per persoon.

Eisen Zwemvaardigheid 2 diploma

Gekleed zwemmen

- Van de bassinrand of een startblok te water gaan met een sprong voorwaarts (helemaal onder water gaan), watertrappend van een (meegenomen of toegeworpen) plastic zak een drijfmiddel maken en hiermee 1 minuut blijven drijven, proef afronden met zelfstandig uit het water op de kant klimmen.
- Van de bassinrand of een startblok te water gaan met een kopsprong en onder water zwemmen door een gat in een verticaal in het water hangend zeil dat zich op 9 meter van de (start-)kant bevindt, vervolgens (zonder boven water te komen) een pilon op 12 meter (van de startkant) aantikken, hierna schoolslag doorzwemmen tot 25 meter, gevolgd door 50 meter enkelvoudige rugslag, 1 keer onderbroken door een koprol voorover en een koprol achterover, aansluitend 50 meter schoolslag, waarbij 1 keer het volgende onderdeel wordt uitgevoerd met tweetallen: deelnemer A en B zwemmen naar elkaar toe, deelnemer A legt de handen op de schouders van deelnemer B en duwt deze even onder water terwijl hij/zij er overheen zwemt. Deelnemer B zwemt onder deelnemer A door, proef afronden met zelfstandig uit het water op de kant klimmen.

- In tweetallen. Vanaf de kant met een hurksprong te water gaan met een flexibeam of lesplankje in de hand, vervolgens de kant vastpakken, flexibeam of lesplankje laten vastpakken door de deelnemer die in het water ligt en deze naar de kant trekken.

In badkleding

- Van de bassinrand of een startblok te water gaan met een sprong naar keuze en 175 meter schoolslag zwemmen, waarbij minimaal 2 keer een keerpunt uit de wedstrijd sport wordt gemaakt.
- Starten in het water (handen aan de stang, bassinrand of startblok) en 50 meter samengestelde rugslag zwemmen.
- Van de bassinrand of een startblok te water gaan met een startsprong en 50 meter borstcrawl zwemmen.
- Starten in het water (handen aan stang, bassinrand of startblok) met wedstrijdstart en 50 meter rugcrawl zwemmen.
- Van de bassinrand of een startblok te water gaan met een startsprong en 10 meter vlinderslag zwemmen.
- Van de bassinrand of een startblok te water gaan met een sprong naar keuze, vervolgens een aantal slagen schoolslag zwemmen, vervolgens een hoekduik maken en aansluitend onder water door 2 staande hoepels zwemmen, die op een onderlinge afstand van 2 meter minimaal 1,5 meter onder het wateroppervlak zijn opgesteld.
- In het water in rugligging 5 meter wrikken (stuwen) in de richting van de voeten, aansluitend een gehurkte draai (360°) rechtsom, uitstrekken en een gehurkte draai (360°) linksom maken.
- Starten in het water en 10 meter polocrawl zwemmen met de bal.
- 30 seconden ongelijkzijdig watertrappen en op signaal 3 keer omhoog komen.

De Watervrienden

De laatste periode hebben wij weer heel veel nieuwe kinderen mogen verwelkomen. Hier zijn uiteraard heel blij mee. Vandaar dat wij even iets willen vertellen over de Watervrienden. Wij zijn een vereniging die als belangrijkste doel hebben dat alle kinderen met plezier naar hun zwemles komen. De veiligheid en het plezier in zwemmen staat bij ons voorop. Uiteraard is het bij ons ook de bedoeling dat de kinderen hun diploma halen. Dit is echter niet ons hoofddoel. Daarnaast zijn wij een vereniging die volledig draait op vrijwilligers. De kinderen krijgen les van kaderleden die dit vrijwillig doen. Wel zijn al onze kaderleden opgeleid of bezig met een opleiding tot zwemleider.

Gezocht

Zoals u natuurlijk weet hebben wij tijdens de vakanties vrijzwemmen. Hierbij letten de kaderleden altijd op. Wij kunnen u hulp hier echter ook goed bij gebruiken. Mocht u een uurtje over tijdens het vakantie zwemmen, dan willen wij u vragen of u zou willen helpen tijdens het toezicht houden. Hier staat tegenover dat u van ons een vrijkaartje krijgt voor een keer vrijzwemmen. Mocht u ons een keer willen helpen kunt u dit doorgeven aan onze ledenservice, aan de uurleider, of een mail sturen naar ons email adres watervriendenschagen@hotmail.com

Planning

April 2019	
5-apr	Kledingzwemmen
12-apr	Leszwemmen
19-apr	Goede vrijdag, Vrijzwemmen
26-apr	Vrijzwemmen

Mei 2019	
3-mei	Kledingzwemmen, Kijkavond
10-mei	Leszwemmen
17-mei	Leszwemmen
24-mei	Leszwemmen Helplons
31-mei	Leszwemmen

Juni 2019	
7-jun	Kledingzwemmen
14-jun	Leszwemmen
21-jun	Leszwemmen
28-jun	Leszwemmen

Juli 2019	
5-jul	Afzwemavond, bad gesloten voor niet afzwemmers
12-jul	Vrijzwemmen
19-jul	Zomerstop

Augustus 2019	
23-aug	Vrijzwemmen
30-aug	Leszwemmen