



## Nieuwsbrief Masterszwemmen nummer 80 – september 2023

### Nieuws

Na 32 jaar ga ik De Futen voor de tweede keer verlaten. Ik ga het masterssecretariaat daarom overdragen aan Bas Spoelstra en Taco Eikelenboom.

Dit is dus ook de laatste nieuwsbrief die ik heb gemaakt. De eerste is uitgekomen in oktober 2006. Aanleiding was het opheffen van de papieren Futenpost. Het is aan Bas en Taco om hiermee door te gaan of voor een modernere manier van communiceren te kiezen.

Sinds enige tijd is er een whatsapp-groep waarin informatie over wedstrijden wordt gedeeld. Wil je opgenomen worden in deze groep, geef dan je telefoonnummer door aan Bas.

### ONMK

Tijdens de ONMK lange baan in Amersfoort heeft Javier Van Engelen goud gewonnen op de 50 meter vrijeslag en op de 50 meter vlinderslag. Arnold de Rover won zilver op de 50 en 200 meter vrijeslag en op de 200 meter wisselslag. Verder hebben Erwin Zuidervelt (1500 vrij) en Taco Eikelenboom (50 meter rugslag) een bronzen medaille gewonnen.

In 2024 is de ONMK korte baan gepland in november. Dat betekent dat er in het seizoen 2023/2024 geen ONMK korte baan zal plaatsvinden. De ONMK lange baan is van 2 tot en met 5 mei 2024.

### Trainingen

De trainingstijden voor masters die niet aan de nationale zwemcompetitie (NZC) deelnemen: dinsdag, woensdag of vrijdag van 06.00 tot 07.00.

### Verbeterde Futen Masters Records korte baan (FMR)

20-05	25 school heren 55+	Arnold de Rover	17.07	(17.09)
20-05	200 vlinder heren 45+	Bas Spoelstra	2.59.14	(3.15.25)
04-06	100 rug heren 55+	Arnold de Rover	1.14.45	(1.15.89)
04-06	25 vrij heren 45+	Bas Spoelstra	12.41	(12.61)
04-06	25 vlinder heren 45+	Bas Spoelstra	14.02	(15.14)
04-06	4x50 vrij heren 200+	Arnold de Rover	1.55.93	(-)
		Taco Eikelenboom		
		Bas Spoelstra		
		Erwin Zuidervelt		

## Verbeterde Futen Masters Records lange baan (FMR)

02-04	200 school heren 55+	Arnold de Rover	3.10.96	(-)
02-04	50 school heren 45+	Bas Spoelstra	35.45	(36.84)
02-04	200 vrij heren 55+	Arnold de Rover	2.34.31	(-)
02-04	400 vrij heren 55+	Arnold de Rover	5.17.35	(-)
05-05	50 vrij heren 55+	Arnold de Rover	28.37	(28.39)
05-05	50 vrij heren 55+	Javier Van Engelen	27.81	(28.37)
06-05	50 vlinder heren 55+	Javier Van Engelen	31.75	(33.28)
06-05	200 vrij heren 55+	Arnold de Rover	2.21.53	(2.34.31)
06-05	4x50 wissel heren 200+	Erwin Zuijdervelt	2.12.87	(-)
		Bas Spoelstra		
		Javier Van Engelen		
		Arnold de Rover		

## Verbeterde Futen Senioren Records (FSR)

02-04	50 school heren 45+	Bas Spoelstra	35.45	(35.45)
02-04	50 vlinder dames 55+	Zilla Fokke	44.07	(45.33)
02-04	50 rug dames 55+	Zilla Fokke	50.73	(57.19)
02-04	50 school dames 55+	Zilla Fokke	50.84	(53.31)
06-05	4x50 wissel heren 200+	Erwin Zuijdervelt	2.12.87	(-)
		Bas Spoelstra		
		Javier Van Engelen		
		Arnold de Rover		
20-05	25 school heren 55+	Arnold de Rover	17.07	(17.09)
20-05	200 vlinder heren 45+	Bas Spoelstra	2.59.14	(3.15.25)
04-06	25 vrij heren 45+	Bas Spoelstra	12.41	(12.61)

## Verbeterde Futen Senioren Records Open Water (FSR)

15-07	4000 vrij heren 45+	Erwin Zuijdervelt	1.05.48.41	(-)
15-07	4000 vrij heren 20+	Alex Rousanovski	1.17.24.84	(-)

tussen haakjes staat het oude record vermeld

Een FMR korte baan kan alleen worden gezwommen tijdens een officiële masterswedstrijd in een 25-meterbad. Een FMR lange baan kan alleen worden gezwommen tijdens een officiële masterswedstrijd in een 50-meterbad. Een FR en een FSR kan in iedere wedstrijd worden gezwommen. Kijk op [www.defuten.nl](http://www.defuten.nl) voor een volledig overzicht van de FR's, FMR's en FSR's.

## Kalender

### zondag 24 september 2023

Zuidelijke Cirkel (4) in Roermond

Uitnodiging: <https://www.psvmasters.nl/ZuidelijkeCirkel/ZC-2023%20-%20Programma.pdf>

Inschrijving sluit: 10 september.

Aanmelden bij Bas kan niet meer.

Al aangemeld: -.

**zaterdag 30 september 2023 \***

Zuyderzee MastersCircuit (6) in Kampen (25m).

Uitnodiging: <https://www.aalscholver.com/zmc/wedstrijden/kampen.php>

Inschrijving sluit: 16 september.

Aanmelden bij Bas kan niet meer.

Al aangemeld: -.

**zondag 1 oktober 2023**

Nationale Zwemcompetitie (1) in Amstelveen. Uitnodiging via wedstrijdsecretariaat.

**zondag 8 oktober 2023**

Regio West Open Masters (1) in Papendrecht (25m)

Uitnodiging: <https://www.knzbwest.nl/wedstrijdzwemmen/masters>

Inschrijving sluit: 27 september.

Aanmelden bij Bas uiterlijk 20 september.

Al aangemeld: -.

**zaterdag 28 oktober 2023 \***

Zuyderzee MastersCircuit (7) in Emmeloord (25m).

Uitnodiging: <https://www.aalscholver.com/zmc/wedstrijden/emmeloord.php>

Inschrijving sluit: 20 oktober.

Aanmelden bij Bas uiterlijk 13 oktober.

Al aangemeld: -.

**zondag 5 november 2023**

Zuidelijke Cirkel (5) in Etten-Leur

Uitnodiging: <https://www.psvmasters.nl/ZuidelijkeCirkel/ZC-2023%20-%20Programma.pdf>

Inschrijving sluit: 22 oktober.

Aanmelden bij Bas uiterlijk 15 oktober.

Al aangemeld: -.

**zondag 26 november 2023**

Zuidelijke Cirkel (6) in Eindhoven

Uitnodiging: <https://www.psvmasters.nl/ZuidelijkeCirkel/ZC-2023%20-%20Programma.pdf>

Inschrijving sluit: 12 november.

Aanmelden bij Bas uiterlijk 5 november.

Al aangemeld: -.

**zaterdag 16 december 2023 \***

Zuyderzee MastersCircuit (8) in Amersfoort (50m).

Uitnodiging: <https://www.aalscholver.com/zmc/wedstrijden/amersfoort.php>

Inschrijving sluit: ?.

Aanmelden bij Bas uiterlijk ?.

Al aangemeld: -.

**zaterdag 16 december 2023**

Regio West Open Masters (2) in Zwijndrecht (25m)

Uitnodiging: <https://www.knzbwest.nl/wedstrijdzwemmen/masters>

Inschrijving sluit: 5 december.

Aanmelden bij Bas uiterlijk 28 november.

Al aangemeld: -.

### **zondag 21 januari 2024**

Regio West Open Masters (3) in Leiden (25m)

Uitnodiging: <https://www.knzbwest.nl/wedstrijdzwemmen/masters>

Inschrijving sluit: 10 januari.

Aanmelden bij Bas uiterlijk 3 januari.

Al aangemeld: -.

### **donderdag 2 mei tot en met zondag 5 mei 2024**

Open NMK lange baan in ? (50m).

Uitnodiging:

Inschrijving sluit: ?.

Aanmelden bij Bas uiterlijk ?.

Al aangemeld: -.

\* Als er meer dan vier deelnemers zijn, moet er een tijdwaarnemer aangemeld worden. Zijn er een maand voor de uiterste aanmelddatum vier of minder aanmeldingen dan doe ik geen moeite meer om een tijdwaarnemer te vinden.

Kijk ook op [www.defuten.nl](http://www.defuten.nl) voor de volledige wedstrijdkalender van de zwemploeg van De Futen.

Alle genoemde wedstrijden zijn voor zwemmers vanaf 20 jaar (geboortjaar 2003 en eerder, tenzij anders vermeld).

Als je aan één van de masterswedstrijden wil meedoen stuur dan een e-mail naar [futenmasters@gmail.com](mailto:futenmasters@gmail.com). Per wedstrijd graag een aparte e-mail met daarin de afstanden die je wil zwemmen mét een inschrijftijd. Als je mee wil doen aan bijvoorbeeld een buffet na afloop van een wedstrijd laat dat dan weten bij je aanmelding. Vermeld je niets dan wordt je hiervoor niet opgegeven. Estafettes zijn voor rekening van de zwemmers, als je estafettes wil zwemmen, vermeld dat dan bij je aanmelding. Uit degenen die zich aanmelden voor de estafettes zal, indien mogelijk, een estafetteploeg worden samengesteld. Aanmeldingen op volgorde van ontvangst m.u.v. de ONMK. Lees voordat je je opgeeft de bepalingen die voor de betreffende wedstrijd gelden.

Voor een uitgebreide nationale en internationale wedstrijdkalender kun je terecht op: [http://www.knzb.nl/vereniging\\_wedstrijdsport/wedstrijdsport/zwemmen/masters/wedstrijdkalender/](http://www.knzb.nl/vereniging_wedstrijdsport/wedstrijdsport/zwemmen/masters/wedstrijdkalender/)

Wil je deze nieuwsbrief niet meer ontvangen stuur dan een e-mail naar [futenmasters@gmail.com](mailto:futenmasters@gmail.com). Ik haal je dan van de verzendlijst af. Vragen en suggesties kun je ook hiernaartoe mailen.

*De vorige Nieuwsbrief (nummer 79) is verschenen in maart 2023.*