

Z&PC Rotterdam in de spotlight:

**Spelen, coachen of
fluiten: Dennis geniet**

Duiken, lachen en lekker zwemmen:

**Jolie (8) vertelt over
schoolzwemmen**

**Paasplezier
en toffe
evenementen!**

Duik de lente in!

Pasen staat voor de deur, het mooie weer komt eraan én de meivakantie is in zicht. Gelukkig staat er weer een hoop leuk op jullie te wachten in en rond het water!

In deze editie staat vertelt Dennis over zijn club Z&PC Rotterdam, krijgen we een inkijkje in hoe Jolie (8 jaar) het schoolzwemmen ervaart en duiken we in toffe evenementen en clinics in de meivakantie. En niet te vergeten: de buitenbaden openen weer hun deuren. Volop zwemplezier dus!

Heb je ideeën of opmerkingen over de nieuwsbrief? Denk gerust met ons mee!

Vragen over schoolzwemmen, zwemsporten of verenigingen? Sportambassadeur Debby Willemsz staat klaar voor al jullie vragen. Je kunt haar bereiken via e-mail: d.willemsz@sportbedrijfrotterdam.nl. Deel deze nieuwsbrief vooral met iedereen die meer wil weten over het belang van schoolzwemmen.

Met sportieve groet, *namens de werkgroep schoolzwemmen Rotterdam*
Debby Willemsz (sportambassadeur Zwemmen & Waterpolo)
Justin van Hengel (Optisport)
Rachel Boer (Sportfondsen)

Z&PC Rotterdam in de spotlight: Dennis vertelt

Ik ben Dennis van Wiggen, 24 jaar, speler bij de herenselectie en aanvoerder van Heren 2. Daarnaast ben ik samen met Adyshia Yspol en Shari de Maat-Kiljan actief in het jeugdbestuur.

Ik ben bij Z&PC Rotterdam terechtgekomen doordat mijn moeder vroeger al waterpolo speelde. Mijn broer en ik gingen als kind altijd mee naar het zwembad en begonnen zelf met waterpolo toen we 6 jaar waren. Sindsdien speel ik hier met veel plezier.

Z&PC Rotterdam is een echte gezelligheidsclub, waar plezier en verbondenheid centraal staan. Dat zie je ook terug bij de jeugd. Iedereen moet de kans krijgen om de sport met plezier te beoefenen. Met activiteiten zoals clubkampioenschappen en een talent award stimuleren we kinderen om zich te blijven ontwikkelen en betrokken te blijven bij de vereniging.

Het leukste aan waterpolo vind ik de wedstrijden. Geen wedstrijd is hetzelfde en ongeacht de uitslag geeft het altijd een voldaan gevoel. Of ik nu speel, coach of scheidsrechter ben: ik geniet er altijd van.

We zien dat clinics goed werken om nieuwe jeugdleden te werven. Per clinic doen er gemiddeld 8 tot 12 kinderen mee, waarvan ongeveer de helft doorstroomt naar een proeftraining en zich vaak daarna inschrijft.

Sinds de inzet van sportpromotors zien we een duidelijke groei in interesse en ledenaantallen. Door meer structuur en zichtbaarheid, bijvoorbeeld via schoolzwemmen, weten steeds meer kinderen ons te vinden.

Twijfel je nog? Kom het gewoon proberen! Het is leuk, sportief en je maakt snel nieuwe vrienden.



Duiken, lachen en lekker zwemmen: Jolie (8) vertelt over schoolzwemmen

Om te kijken hoe basisschoolleerlingen het schoolzwemmen ervaren, spraken we met Jolie, een enthousiaste 8-jarige uit groep 5 van openbare jeunaplanschool De Blijberg. Jolie heeft één grote en één kleine broer. Op dit moment doet ze aan hockey bij HCR, maar ze kijkt ernaar uit om binnenkort te gaan voetballen. Het liefst op het middenveld of in de spits, want doelpunten maken is echt haar ding.

WEET JE NOG HOE JE EERSTE KEER SCHOOLZWEMMEN WAS? HOE VOELDE DAT?

“Ja, het was leuk! We deden leuke oefeningen en de juf was aardig. Ik weet alleen haar naam niet meer. Misschien dat ik in het begin wel een klein beetje zenuwachtig was, maar dat was al snel weer voorbij. Daarna vond ik het vooral leuk.”

KUN JE BESCHRIJVEN HOE EEN SCHOOLZWEMOCHTEND ERUITZIET?

“Wakker worden en dan iets eerder ontbijten dan normaal, want anders kom ik te laat. Meestal fiets ik alleen naar het zwembad en soms met mama. Ik wacht buiten tot de klas en de juf er zijn, en dan gaan we samen naar binnen. Mijn badpak heb ik al aan onder mijn kleren, dus ik ben snel klaar met omkleden. Na het douchen verzamelen we altijd bij het kleine badje en dan mogen we het water in. Laatst had de meester een leuk grapje over Frida. Zij was wat later en de meester zei: ‘Zonder Frida kunnen we echt niet beginnen!’”

WAT VIND JE HET ALLERLEUKSTE AAN ZWEMMEN?

“Duiken vind ik superleuk! En vrijzwemmen, rugcrawl en als het mooi weer is naar het buitenbad.”

HOE ERVAAR JE DE SPORTBLOKKEN?

“Die vind ik heel leuk, vooral survivalzwemmen en waterpolo. Wedstrijdzwemmen vind ik minder leuk, want dan moet je hard borstcrawl zwemmen. En ik vind het niet zo belangrijk om nummer 1 of 2 of 3 te worden. Meedoen is leuker dan winnen.”

MOET JE NOG EEN ZWEMDIPLOMA HALEN?

“Ik ben nu voor mijn tweede jaar bezig met het schoolzwemmen en ik heb mijn A-, B- en C-diploma gehaald. Ik heb mijn diploma's in de Wilgenring gehaald. Soms droomde ik ervan, omdat ik het wel een beetje spannend vond.”

WELKE OEFENING IN HET ZWEMBAD DOE JE HET LIEFST?

“Vrijzwemmen of 10 meter door het gat onder water gaan. En lekker duiken van het startblok! Ook vind ik het leuk om met mijn vriendin Mia in het kleine warme bad te spelen.”

WAT HEB JE GELEERD BIJ SCHOOLZWEMMEN?

“De borstcrawl. Eigenlijk kon ik alles al een beetje, maar ik ben wel sterker geworden en heb meer conditie gekregen.”

ALS JE EEN ANDER KIND ZOU MOETEN VERTELLEN WAAROM SCHOOLZWEMMEN LEUK OF BELANGRIJK IS, WAT ZOU JE DAN ZEGGEN?

“Het is belangrijk om te kunnen zwemmen voor de veiligheid. Voor als je in de sloot valt en je jezelf kan redden, of dat je in de zee gaat zwemmen met die hoge golven. En het is gewoon leuk, want op vakantie kun je zwemmen en van glijbanen af!”

Met haar nuchtere blik en enthousiasme laat Jolie zien dat schoolzwemmen niet alleen leerzaam is, maar ook vooral heel leuk en belangrijk voor de zwemveiligheid.





ZWEM- EN WATERPOLO EVENTS

In april en mei staan er weer een hoop toffe zwem- en waterpolo evenementen centraal in Zwemcentrum Rotterdam. Bezoek toffe side-events en bekijk de races tijdens RQM of kom de Team NL waterpolodames aanmoedigen tijdens de wedstrijden!

RQM

Van 16 t/m 19 april neemt de nationale én internationale zwemtop het tegen elkaar op tijdens de Rotterdam Qualification Meet (RQM). Naast een weekend vol spannende races zijn er iedere dag toffe side-events voor jong én oud, zoals de Time Attack, Kids Experience & clinic para-zwemmen.

Meer weten of een kaartje kopen? Check www.knzb.nl/agenda/rotterdam-qualification-meet



Waterpolo World Cup

Van **1 t/m 6 mei** staat Rotterdam volledig in het teken van topwaterpolo tijdens de Waterpolo World Cup. De Team NL waterpolodames strijden tegen de acht beste landen ter wereld om een felbegeerde plek in de Super Final in Sydney. Dat wil je toch niet missen? Check www.waterpolo.nl

MEIVAKANTIE CLINICS: DUIK IN DE ACTIE

In de meivakantie plonzen we weer in toffe clinics. Kies jij voor avontuur en uitdaging bij survivalzwemmen of voor snelheid en techniek bij wedstrijdzwemmen? Geen saaie vakantie, maar spetterende actie in het zwembad!

Waar en wanneer?

- 29 april - wedstrijdzwemmen - Zwembad Hoogvliet (10:00-11:00 uur)
- 1 mei - survivalzwemmen - Sportcentrum De Wilgenring (13:15-14:15)
- 2 mei - wedstrijdzwemmen - Sportcentrum West - (13:30-14:30 uur)

Ben je erbij? [Scan de QR-code en meld je aan!](#)



FEESTELIJKE OPENING BUITENBADEN

Joepie! Met het zonnige weer in aantocht openen feestelijk weer de deuren van onze buitenbaden. We organiseren tijdens het buitenzwemseizoen toffe activiteiten voor jong én oud. Kom jij een duik nemen?

- Zwembad Hoek van Holland: zaterdag 18 april [@zwembadhoekvanholland](https://twitter.com/zwembadhoekvanholland)
- Zwembad Pernis: zaterdag 18 april [@zwembadpernis](https://twitter.com/zwembadpernis)
- Van Maanenbad: Houd [@vanmaanenbad](https://twitter.com/vanmaanenbad) in de gaten voor de openingsdatum!

Houd de socials van de baden in de gaten. Zo mis je niks!

MEER INFORMATIE

Deze nieuwsbrief is een uitgave van RotterdamZwemt en is een samenwerking tussen Sportbedrijf Rotterdam, Optisport, Sportfondsen Rotterdam en de Gemeente Rotterdam. Heb je vragen? Neem contact op met Debby Willemsz, Sportambassadeur Zwemmen en Waterpolo: d.willemsz@sportbedrijfrotterdam.nl of 06-511 642 65.

