

Jaarverslag synchroonzwemen HERA '11 2013

Huidige situatie

2013 heeft zich gekenmerkt door het samengaan van plezier in het zwemmen en het gelijktijdig presteren op niveau.

Zwem-uren (natte uren) zijn Dinsdag van 17:10 tot 18:00 het betreft hier conditietraining
Woensdag van 18:00 tot 20:00 Figuren/uitvoering
Zaterdag 11:00 tot 13:00 Figuren/uitvoering

Wij zijn dit jaar begonnen met 33 dames.

Droogtrainen vindt plaats op diverse plaatsen in het zwembad voor de aangegeven trainingen op woensdag en zaterdag.

Wedstrijden/prestaties

Ook afgelopen jaar zijn weer de nodige wedstrijden gezwommen met prestaties over het gehele deelnemersveld.

Dit jaar hebben 3 dames deelgenomen aan SynchroBeat.

Daarnaast hebben we 2 dames die heeft deelgenomen aan de Nederlandse

Jeugdkampioenschappen. Zij hebben hierbij een 10^e plaats behaald in de finale duetten.

In september zijn er 2 dames gaan zwemmen bij het opleidingscentrum van de KNZB. Daarnaast hadden we 3 dames welke mochten zwemmen in het district.

Dit zwemjaar hebben we 4 dames in de districtselectie. Deze dames hebben extra training in Westervoort.

Uiteraard is het jaar weer afgesloten met een spetterende einde-jaars show waarbij het zwembad met hulp van vele vrijwilligers werd omgetoverd tot waar showpaleis.

Kamp

Het kamp dat dit jaar werd georganiseerd op camping duBuf.

Het was een kennismakingskamp met de daarbij behorende activiteiten.

Trainsters

Het jaar werd gekenmerkt door een voldoende aanbod van trainsters. De harmonie onderling is prima. Iedere categorie heeft voldoende trainsters aan het bad. Het totaal aantal trainsters dit jaar bedraagt 12.

Door een aantal trainer zijn er clinics gevolgd over de nieuwe figuren en voor mentale training.

Toekomst

We hebben voor het komende jaar weer een aantal leuke evenementen op de rit staan. Er zijn alweer limieten gezwommen voor deelname bij NK wedstrijden in 2014.

Tevens hopen wij op een aantal nieuwe dames als gevolg van een wervingstaject in samenwerking met de gemeente.