



Nieuwssplash!

In deze Nieuwssplash!

- Nieuws vanuit het bestuur
- Wie is wie? AquaWaard stelt zich voor:
- Welkom nieuwe leden
- Nieuw vanuit Wedstrijdzwemmen
- Nieuws vanuit Waterpolo
- Nieuws vanuit het Zwemplan
- Nieuws vanuit het Trimzwemmen
- Nieuws vanuit het Waterbasketbal
- Zwemkamp 2025!
- Clubsparen!
- Wist je datjes!

Nieuws vanuit het bestuur:

Het zit er weer op! Alle wedstrijden zijn gespeeld, de trainingen zijn afgewerkt en met het zwemkamp afgelopen weekend is het seizoen 2024-2025 officieel afgesloten. Het was een mooi seizoen, waarin 2 teams kampioen werden! Het was erg leuk om te zien dat de Startgemeenschap waterpolo steeds meer vorm aan neemt. We trainen steeds vaker samen en ook buiten de wedstrijden weten we elkaar te vinden. Voor het komende seizoen staat de Startgemeenschap wedstrijdzwemmen op de agenda. Ook een mooie ontwikkeling voor ons als club. Ook voor het waterpolo staan er mooie ontwikkelingen te wachten, Jet, Mara en Elise mogen komend seizoen meetrainen en meespelen als gastspeler bij ZV de Ham. Een mooie ervaring voor de meiden die hierdoor op eredivisie niveau gaan spelen. Voor alle meiden van onder 14 en onder 12 staat er ook iets moois te gebeuren, Girls only waterpolo! Hierover meer in deze Nieuwssplash! Er is dus veel gebeurd, ook binnen het bestuur, we namen afscheid van Niels en Jochem en verwelkomden Jeanine en Wies. Fijn om weer compleet te zijn. Ook van Bob, Stephan, Lisanne en Mara nemen we afscheid als trainers, dank voor al jullie tijd aan de badrand en misschien tot in de toekomst!

Zoals we in een eerdere Nieuwssplash aangaven, zijn Jeanine en Margreet samen naar een Masterclass Vrijwilligersmanagement geweest. Tijdens deze bijeenkomst leerden we hoe we vrijwilligers kunnen werven én behouden. Want, samen maken we de vereniging. Één van de dingen die we leerden was, dat het 'betalen voor het niet doen van vrijwilligerstaken', in ons geval is dat 35 euro per seizoen, niet lonend is. Het geld wat het oplevert is namelijk niet genoeg om andere mensen aan te nemen of te betalen voor de klussen die geklaard moeten worden. Wij hebben daarom besloten om deze 35 euro niet meer te innen bij onze leden. Dankzij de masterclass hebben

we handvatten gekregen waarmee we wel blijven doorwerken om meer vrijwilligers te werven.

Voor nu is het vakantie, ook voor ons als bestuur. Mails aan ons, maar ook aan de ledenadministratie en de proefles administratie worden aan het eind van de zomer weer opgepakt.

Fijne zomer iedereen en we zien elkaar graag weer op dinsdag 26 augustus!

Andere trainingsmomenten:

Om het samen trainen meer vorm te kunnen geven, hebben we, in overleg met de Reuring, een aantal trainingsmomenten gewijzigd. Dit zal betekenen dat sommige trainingsmomenten nu in de Duikerdel zijn ipv in de Waardergolf. Ook willen we voor alle waterpolo en zwemtrainingen gaan werken met Spond, zodat we weten hoe de trainingen bezocht gaan worden. Zodra het overzicht met trainingsmomenten klaar is, zal deze gedeeld worden via de mail en via de website. Uitleg over Spond wordt gegeven in de eerste trainingsweek na de vakantie.

Wie is wie?! Aquawaard stelt zich voor:

Net zoals elke vereniging heeft Aquawaard heel veel vrijwilligers nodig. Gelukkig zijn er al een heleboel mensen die helpen waar nodig, maar wie zijn dat nou eigenlijk? In onze nieuwsbrief willen we deze mensen voorstellen! Denk je nou, ik wil ook graag komen helpen, schroom dan niet en geef



het even aan bij 1 van de trainers of via bestuur@aquawaard.nl In deze NieuwsSplash stelt Wies, onze nieuwe secretaris, aan jullie voor: Met plezier stel ik mijzelf voor als nieuwe secretaris in het bestuur van Aquawaard. Mijn naam is Wies Thesingh en samen met mijn man Olaf en onze twee kinderen, Melle en Mara, woon ik in Heerhugowaard. Mara speelt al heel wat jaren waterpolo bij Aquawaard. Ze speelt met veel plezier in het team GO16, terwijl Melle en Olaf actief hockeyen. Zelf doe ik aan fitness. We hebben ook een eigenwijze teckel Pippi, zij is wat minder sportief dan de rest van het gezin ;) Ik wilde iets doen voor de vereniging en heb daarom afgelopen mei het stokje overgenomen van Jochem. Het leek mij leuk om in deze rol als secretaris meer te ontdekken over Aquawaard en alle vrijwilligers die zich inzetten voor de zwemsport. Fijne zomer en we ontmoeten elkaar vast een keer langs de badrand!

We hebben er weer nieuwe leden bij!

Nat, Fem en Amke:

Hartelijk welkom en heel veel zwemplezier
gewenst!

Welkom!



Nieuws vanuit wedstrijdzwemmen:

Het wedstrijdzwemseizoen zit er weer op, naast onze vaste kern van 5 wedstrijdzwemmers, is er bij de Boeier wedstrijden in Heerhugowaard en Noord-Scharwoude een grote groep aspirant wedstrijdzwemmers aangesloten. En wat deden ze het allemaal goed!! Sommige willen door en gaan komend seizoen verder zwemmen in de minioren competitie en de Boeier wedstrijden, anderen vinden het nog een beetje spannend en blijven liever eerst nog wat langer trainen. En dat mag, want het is niet niets om ineens in zo'n vol bad op het startblok te staan. Wij zijn in ieder geval trots op al onze zwemmers die dit jaar mee gedaan hebben en die zichzelf elke wedstrijd weer verbeterd hebben. Voor de 'zwemmer van de wedstrijd', dat is de zwemmer die zijn of haar PR het best verbeterd heeft, wordt er altijd een mooi tegeltje gemaakt, als aandenken aan de wedstrijd.



We nemen afscheid van Bob, die op vrijdagavond altijd de training verzorgde, hij kan het trainen geven niet meer combineren met privé en werk. Dank voor al je inzet Bob, we gaan je missen aan de badrand!

Nieuws vanuit Waterpolo:

Op zondag 25 mei was de Waterpolo seizoenstart. Tijdens de training kwamen bijna alle ouders en jeugdleden naar het zwembad om daar samen vooruit te kijken naar het nieuwe seizoen. De nieuwe teams zijn bekend, dus de leden konden in de nieuwe samenstelling een aantal waterpolo activiteiten doen. De ouders en trainers/coaches konden kennis met elkaar maken, het seizoen en de wedstrijden doornemen en iedereen vulde een formulier met vrijwilligerstaken in. We zijn blij met alle aangeboden hulp, zijn nu bezig met alles op een rijtje zetten en we komen er in het begin van het seizoen bij jullie op terug. Er was een loterij, een aantal leden ging blij naar huis met een gewonnen badpak of zwembroek. Ook werden er shirts gepast, samen met de Reuring hebben we een gezamenlijk shirt laten maken zodat een team ook écht als team binnenkomt. Deze shirts worden gesponsord door Dutch Cargo, de bedoeling was om dit begin september klaar te hebben. Helaas krijgt het bedrijf net een nieuw logo dat pas eind september klaar is. Als het logo klaar is worden de shirts zo snel mogelijk besteld en uitgeleverd, even geduld dus nog.

De seizoensstart was een groot succes, dank aan de organisatie en de extra handjes en we gaan dit volgend jaar zeker herhalen!

Girls Only

Namens ZV de Zaan waterpolo informeren we je graag over een innovatief project dat is opgezet om meer meisjes enthousiast te maken voor waterpolo. Veel clubs ervaren dat het lastig is om voldoende leden te werven en het werven van meisjes is daarbij een nog grotere uitdaging, waardoor teams op latere leeftijd vaak incompleet zijn. Dit is niet alleen een tendens in onze regio, maar in heel Nederland. De KNZB heeft de eredivisieclubs gevraagd om een leidende rol te nemen om deze uitdagingen aan te pakken. Binnen ZV de Zaan willen wij gehoor geven aan deze oproep en een samenwerking opzetten, speciaal voor meisjes. Hiervoor maken wij gebruik van het Girls Only

concept van ZVL-1886 (zwemvereniging Leiden), waar ze al 2 jaar zeer succesvol met dit initiatief aan het werk zijn. Met het 'Girls Only' project willen we meisjes gelijke kansen bieden in waterpolo en hen een sportieve basis geven waar ze hun hele leven plezier van hebben. ZVL-1886 heeft een programma ontwikkeld met gezamenlijke trainingen voor de gehele regio, waarbij meiden elkaar leren kennen, nieuwe skills worden ontwikkeld en vriendschappen worden gesloten. Deze ervaringen zijn van onschatbare waarde voor de ontwikkeling van de sporters. Wij zijn heel blij dat wij gebruik kunnen maken van hun expertise! Hierbij willen wij ook bewust ruimte maken voor vrouwelijke rolmodellen, zodat meiden zich kunnen herkennen in hun voorbeeldfiguren. Dames 1 speelster Christina Hicks is hierbij de hoofdtrainster, met ondersteuning van andere trainers(sters) uit de regio.

In het kort komt het hier op neer: de meisjes van AquaWaarD en de Reuring, O14 en O12, mogen 1x per maand meedoen met de Girls Only training in zwembad de Slag in Zaandam. Hier zijn geen kosten aan verbonden. Ook hoeft je geen groot talent te zijn, iedereen is welkom. Tijdens de anderhalf uur durende training wordt er natuurlijk gewaterpoloëd, maar daarnaast leer je ook de andere meiden uit de regio kennen. Dit zorgt ervoor dat je na een wedstrijd het in de kleedkamer ook gezellig kan hebben met de meiden waar je net tegen gespeeld hebt. Het trainingsschema zal, als het bekend is, gedeeld worden in de appgroepen van de betreffende teams, en het zou leuk zijn als er meiden aan sluiten.

Nieuws vanuit het zwemplan:

De afgelopen weken hebben de trainers gekeken wie aan de diploma eisen voldeed. Er werd flink geoefend, vele banen gezwommen, keerpunten gedaan en onder water werden ringen opgedoken. Allemaal voor het volgende diploma. Afgelopen week werden in de laatste trainingen daarom een grote stapel diploma's uitgedeeld. Ook deden we wedstrijdjes, de tijden werden genoteerd en iedereen kreeg een certificaat mee naar huis. Leuk voor in het plakboek, kijk maar eens terug op een vorig certificaat en zie daar wat voor groei je zoon of dochter gemaakt heeft. Super leuk om te zien. Nu staat de zomer voor de deur, gaan we nog gezellig op zwemkamp en daarna even niets. Probeer wel te blijven zwemmen om de conditie op peil te houden.

We nemen afscheid van Lianne als trainer in het zwembad, haar opleiding aan de universiteit is niet meer te combineren met de tijden van het zwemplan. Dank voor alle uren aan de badrand Lianne! We zien je nog in het bad tijdens het conditieswemmen!

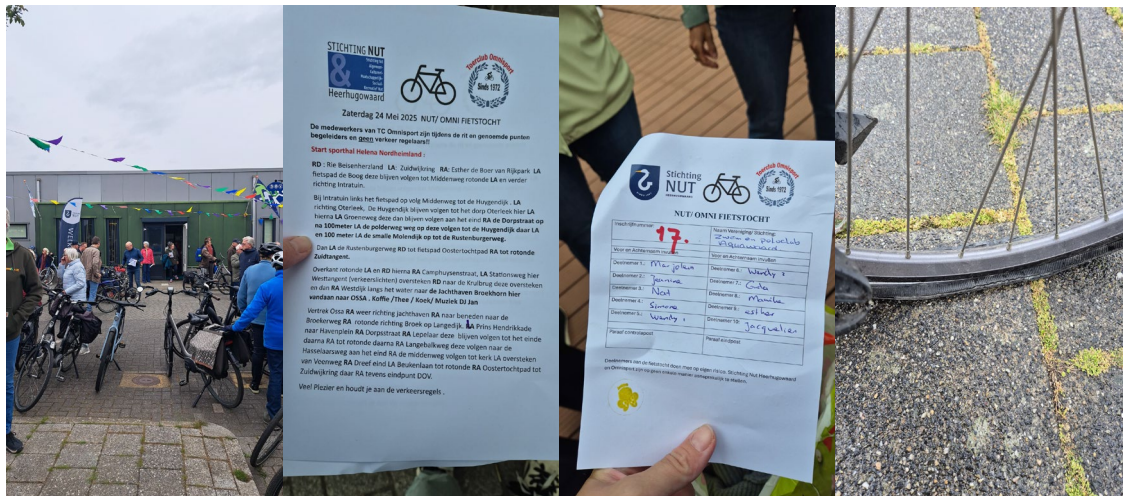
Nieuws vanuit het trimzwemmen

Op verzoek van de trimzwemmers en dankzij de inzet van de trainers, duurt bij deze groep het seizoen nog een weekje langer. Ook tijdens de vakanties worden de trainingen goed bezocht dus we zijn blij met deze trouwe groep. We verwachten hier natuurlijk ook een grote opkomst in het buitenzwembad tijdens de zomermaanden ;-).

Nieuws vanuit het waterbasketbal

Met ondersteuning/aanvulling vanuit de trimzwemmers stonden er zaterdag 24 mei tien dames klaar met hun fiets om het parcours van 30km door en rondom Heerhugowaard te fietsen voor Stichting Nut. Het was erg gezellig en zelfs het weer zat nog wel mee (nét voor het echt slechte weer waren we thuis). In een lange stroom fietsten we door Heerhugowaard. Vlak voor de finish was daar het noodlot, want er was een lekke band maar gelukkig ook vlakbij huis dus de oplossing was snel geregeld. Zo hebben we weer 500 euro bij elkaar gefietst waar de waterbasketballers nieuwe, echte, waterbaskets van gaan aanschaffen. Na wat problemen met de leverancier zijn die al een aantal keer

vertraagd, maar komen ze er nu écht aan zodat we er volgend seizoen hopelijk meteen mee kunnen trainen.



Zwemkamp 2025!

Afgelopen weekend was het weer zo ver! Het seizoen werd afgesloten met het jaarlijkse zwemkamp! Vrijdagmiddag begon het grote opbouwen, de kampeiding en een aantal ouders haalden de zware tenten uit de opslag en begonnen te bouwen bij de Hoornse Vaart. Alles was mooi op tijd klaar voor de kinderen aankwamen. De tenten werden verdeeld, de ouders namen afscheid en de zwemkleding ging aan. Heerlijk zwemmen! Een mooier begin van het weekend kan je niet hebben toch? Er werd veel gezwommen, gewaterpolood, gevoetbald en gevolleybald, het outdoorpark werd bedwongen, patat gegeten, pannenkoeken als ontbijt. Ook werd er natuurlijk weerwolven gespeeld, een dierenbingo in het donker en een gezellige bonte avond! Traditiegetrouw was het weer niet super, hier en daar een buitje, maar dit mocht de pret niet drukken! Dank aan de ouders die hielpen bij het opbouwen en afbreken, bij de dierengeluidenbingo en natuurlijk dank aan de kampeiding die het hele weekend zorgde voor stralende gezichten! Speciale dank voor Martijn en Esmee Braam die dit kamp toch elk jaar weer super organiseren! En voor Patrick van Dutch Cargo, wederom trotse

sponsor van de kampshirts! Volgend jaar is het kamp op 26/27/28 juni, zet dit alvast in de agenda!



Clubsparen!

Na het 'Klant is koning' sparen bij Vomar en het Clubsparen bij Avia, doen we nu ook mee met Dappre! Dappre is een landelijk spaarsysteem waarbij je automatisch spaart voor je club. Het principe is makkelijk, je downloadt de Dappre app op je telefoon, koppelt deze aan je bankrekening en vervolgens spaar je automatisch voor je club na een transactie bij de aangesloten ondernemers. In Heerhugowaard is dat nu Jumbo Monique, Vinoci, Bruna en Val Beauty & Health. Uitbreiding van deze ondernemers volgt nog. Maar je spaart niet alleen in Heerhugowaard, mocht je bij een deelnemer betalen met de pin, die aangesloten is op het Dappre netwerk, dan spaar je automatisch mee. Je kan sparen voor meerdere clubs en verenigingen tegelijkertijd maar ook voor jezelf via contributie sparen. Download de app dus snel en begin vandaag met sparen! Mocht je nog vragen hebben, mail dan even naar bestuur@aquawaard.nl zodat we je op weg kunnen helpen.

Wist je datjes!

Wist je dat: De heren 1 op zaterdag 10 mei de regiofinale speelden tegen de Vaart? Na een mooie wedstrijd, waar flink veel publiek aanwezig was om de heren toe te juichen, wonnen de mannen met 5-7 (1-2, 1-3, 2-2, 1-0) . Gefeliciteerd mannen met deze mooie overwinning!



Wist je dat : Ook jongens O18 kampioen geworden zijn in hun klasse?! Een mooi seizoen afsluiten als kampioen, goed gedaan! De Heren en de Jongens hebben dit gezamenlijk gevierd met een BBQ.



Wist je dat: Jeanine en Margreet naar een informatieavond geweest zijn van Dappre clubs. Iedereen kan nu ook via Dappre voor onze club sparen! In Mei en Juni hebben we al €26,- gespaard hebben via Dappre clubs, terwijl we deze actie nog niet eens uitgerold hebben?!

Wist je dat: Ook de eerste betaling van Vomar is binnen, daar is €30,79 gespaard!

Wist je dat: Onze webmaster Afra de website aan het updaten is, er wordt veel informatie toegevoegd en ook de indeling is wat aangepast. Neem er gerust een kijkje!

Wist je dat: de trainingen weer starten op dinsdag 26 augustus?! Tot die tijd kan er nog getraind worden bij de Bever voor Waterpolo 18+ en wedstrijd cq conditieswemmen. Zie voor actuele trainingstijden de mails die hierover verspreid zijn! Hele fijne vakantie iedereen en we zien jullie graag weer na de zomer!