

Redactioneel

Medewerkers

Patrick Hoorelbeke
Dimitri Declerck
Herman Van Colen
Siegrun Baumgarten
Roza Dejonckheere

Bestuursleden

Patrick Hoorelbeke
Roza Dejonckheere
Dirk D'Hoore
Herman Van Colen
Saskia Dewitte
Johan Scheyving
Pascal Vanzieleghem
Dimitri Declerck
Melissa Demeyer
Agnes Helderweirdt
Mieke Engelbeen
Stefanie Gernaey



Een zomer hebben we precies niet gehad. Een nazomer al evenmin. Gelukkig miste ook jij de start van het zwemseizoen niet en maak je samen met 280 anderen deel uit van een dynamische club die dankzij jouw enthousiasme en de inzet van trainers en bestuur er opnieuw volop tegenaan vliegt of liever ...tegenaan zwemt.

Het wordt een speciaal seizoen want op 11 mei 2008 bestaan we 30 jaar. Nog onvoldoende om een Koninklijke vereniging te worden, maar voldoende om dat vorstelijk te vieren. We startten dit feestjaar reeds met een geleid bezoek aan de haven van Zeebrugge.

Maar, we gaan door en nemen de feestgedachte mee tijdens de Vlaamse Zwemweek met als topactiviteiten: de jaarlijkse marathon in Olympia op 23 november, de spelletjesnamiddag op 24 november en de marathon voor scholen en verenigingen op 25 november. Wie dat weekend geen natte zwembroek of badbak heeft, is zijn naam zvo'er niet waardig. Op ons jaarlijks clubkampioenschap op 6 januari, hebben we voor iedereen een surprise in petto. Het feest wordt verder gezet en kent een van zijn hoogtepunten op 16 februari 2008 met een ledenfeest waar we de buikjes vullen en de beentjes strekken.

We feesten niet alleen in de club, maar we proberen vooral je zwemstijl op een aangename manier te verbeteren en je conditie aan te scherpen. Dit eerste boekje van het seizoen wijst je de weg in onze club. Je kan er de sfeer opsnuiven van voorbije activiteiten, maar je vindt er een kalender en een heleboel weetjes.

Naast dit boekje, die 4 maal per jaar verschijnt, kan je op onze website terecht voor info over de club, foto's, laatste nieuwtjes of je kan op het forum alles kwijt wat je maar wil.

Welgekomen, we wensen je een feestelijk seizoen.

De ZVO – kalender



Activiteitenkalender 2006 - 2007

Ma	10/09/2007	Oostkamp	Start zwemseizoen 2007- 2008
	17-25/11/07		Vlaamse zwemweek
Vrij	23/11/2007	Olympia	Zwemmarathon recreatieve zwemclubs
Za	24/11/2007	Oostkamp	Vlaamse Zwemweek: spelletjesnamiddag
Zo	25/11/2007	Oostkamp	Vlaamse Zwemweek: Scholenmarathon
Zo	06/01/2008	Oostkamp	Clubkampioenschap 2008
za	16/02/2008	Oostkamp	Ledenfeest 30 jaar ZVO
Za	01/03/2008	De Haan	Bezoek Sun Parcs door jeugd – 30 jaar ZVO
Zo	30/04/2008	Oostkamp	26 ^{ste} zwemfestijn van 1001 meter

**Magic
Sport**

Magic Sport
Kapellestraat 24
8020 Oostkamp
Tel & Fax 050/82 20 15
Gsm: 0474/318 868
Email: johan.rotsaert@skynet.be
Kbc 738-0095784-67

Wie of wat is ZVO

Ons even voorstellen:

Zvo is een zwemclub voor kinderen, jongeren en volwassenen. Onze 280 leden leren of verbeteren er de 4 zwemstijlen: schoolslag, wisselslag, rugslag en vlinderslag. Ze krijgen tips van gediplomeerde en ervaren trainers tijdens hun wekelijkse training.

De nadruk ligt op het recreatieve. We doen niet mee aan officiële competities maar houden per jaar zelf enkele wedstrijden:

- Met de jongeren en volwassenen nemen we tijdens de Vlaamse zwemweek, op 23 november, deel aan een marathon in het olympiabad.
- Op 6 januari 2008 richten we ons clubkampioenschap in. Een wedstrijd voor elke leeftijd.
- Op 13 april 2008 wordt elk lid uitgedaagd om 1000 m. te zwemmen.

In ons clubblad 't boekje krijgen onze leden 4 maal per jaar alles te weten over het reilen en zeilen van onze club.

Een zwemabonnement is verplicht. Geef het abonneenummer door op bijgevoegd blaadje. Het zwemabonnement moet voor de training afgegeven worden aan de kassa. Controleer tijdig de datum om het te vernieuwen.

Verdere info op www.zvo.be

Opmerkingen of vragen

Neem contact op met
Patrick Hoorelbeke
Patersonsstraat 26
8020 Oostkamp
phoorelbeke@skynet.be
050/827975
0498/145715

Trainingsuren

Het zwemjaar loop van 10 september tot eind juni.

Tijdens herfst-, kerst-,krokus-, en paasvakantie is er enkel training voor de volwassenen op woensdag avond en voor de jong-volwassenen op zaterdagmiddag. De eerste zaterdag van een vakantie trainen de jongeren de zaterdagmorgen. De andere lessen vervallen omdat het zwembad publiek open is:

Jeugd (lagere schoolkinderen):

Maandag of dinsdag of donderdag van 17 tot 18 u.

Maandag en dinsdag van 17.45 – 18.30 nieuwe zwemmertjes

De jongeren (middelbare schoolkinderen)

Woensdag 19-20 u. (geb.1995)

Woensdag van 20 tot 21 u.

Of

Zaterdag van 8 tot 9 u.

De jongvolwassenen

Zaterdag van 12 tot 13 u.

De volwassenen

Woensdag van 21 tot 22 u.

Trainers

We beschikken over een team gediplomeerde en ervaren trainers die elke week hun vaste groep begeleiden en opvolgen.

Op maandag zijn de trainers:

Dimitri Declerck
Patricia Coosemans
Stijn Supply
Jelle Scheyving
Stijn traint ook de kleinsten vanaf 17.45

Op dinsdag zijn dat

Dimitri Delerck
Patricia Coosemans
Brian De Graeve
Leen Arnould (Leen neemt ook de tweede groep voor haar rekening)

De donderdag

Chantal Louwage
Brian De Graeve
Leen Arnould
Wannes Blondelle
Ellen Van Tieghem ontfermt zich over de kleinsten

Op woensdag van 19 tot 20 u trainen de jongeren met Hannes Scheyving

Van 20 tot 21 u. met
Ann Ackaert
Charlotte Dewaele
Stefanie Gernay
Johan Scheyving

Op zaterdag zijn dit:

Jelle, Hannes en Johan Scheyving
In tandem: Pascal Vanzieleghem en Melissa De Meyere

De volwassenen trainen op woensdag samen met:

Ann Ackaert
Charlotte Dewaele
Stefanie Gernay
Johan Verplanken

De jong-volwassenen op zaterdag worden spartaans gevolgd door Dieter Willekens.

Afhankelijk van de groep en het niveau werken onze trainers hun lessen uit. Iedere trainer werkt zijn trainingsschema's uit en probeert op een leuke en speelse manier zijn doel te bereiken. Het is dan ook logisch dat er slecht vooruitgang kan geboekt worden als de leden zoveel mogelijk alle trainingen volgen. Tijdens het seizoen wordt er gewerkt aan techniek, conditie-opbouw, sprint en wedstrijd, afstand zwemmen. Er is aandacht voor eens speels element; het moet leuk blijven. Bij de jeugd wordt er elke laatste les voor een vakantie de helft van de tijd gespeeld. Autobanden en ander materiaal komen in het bad, een partijtje waterpolo... maken van die training iets prettigs. Een tweetal keer per trimester wordt er gezwommen in de breedte. Op die manier kan de start en het keerpunt worden aangeleerd en geoefend.

Het kan voorkomen dat je vaste trainer er niet kan zijn. Dan wordt er gezorgd voor vervanging. De vervangtrainer is op de hoogte van de mogelijkheden van je groep. De trainers zijn steeds bereid op jullie vragen te antwoorden na de training of via de telefoon. Het zoeken naar gemotiveerde lesgevers is niet altijd gemakkelijk. Als er mensen zijn die graag trainer worden dan mogen ze altijd contact opnemen met iemand van het bestuur. Je kan zelfs een cursus volgen om trainer te worden.

Verdeling

Het zwembad wordt per trainingsuur verdeeld in vier banen. Om een goeie, degelijke training te verzekeren worden er per baan slechts tien tot 11 zwemmers toegelaten.

De leden worden de eerste les opgedeeld in niveaugroepen. Die groepen gaan niet steeds mee met de leeftijd zoals op school. Het niveau van zwemmen hangt dus af van de ganse groep. Soms kan het gebeuren dat er iemand in een groep blijft zitten. Dit betekent niet dat zoon of dochterlief haar best niet deed, maar dat hij of zij het meeste aansluiting vind bij deze kinderen. Het zijn bijvoorbeeld zijn dat er veel goede zwemmers in de groep zitten waardoor de verdeling van de subgroepen anders is dan het jaar ervoor. Daardoor kan het dat je het ene jaar in baan 3 zwemt en het volgende jaar in baan 2 hoewel je een duidelijke vooruitgang boekte.

Het bestuur

Ons relatief grote groep kan enkel bestaan dank zij de inzet van trainers en bestuur. Deze laatste groep organiseert en leidt de club in goeie banen.

Voorzitter:

Patrick Hoorelbeke

Secretaris:

Herman Van Colen.

Bestuursleden:

Roza Dejonckheere

Dirk D'hoore

Saskia Dewitte

Johan Scheyving

Pascal Vanzieleghem

Dimitri Declerck

Stefanie Gernay

Agnes Helderweirdt

Melissa De Meyere

Mieke Engelbeen

Enkele afspraken en weetjes:

- Om je om te kleden zijn er voor de club groepscabines voorzien onder toezicht van een trainer zodat het aan- en uitkleden rustig en ordelijk verloopt. Je mag op eigen verantwoordelijkheid in een afzonderlijk hokje kruipen. Je zwemkledij berg je dan wel in een opbergkastje op. De zwemmers van het tweede uur bergen eveneens altijd hun kledij in een opbergkastje op, omdat het zwembad op dat moment publiek toegankelijk is.
- De trainers houden aanwezigheden bij. Het is goed om te weten wanneer en waarom iemand een bepaalde les niet kan komen. Een doktersbriefje is niet nodig.
- Zwemmers van het tweede uur worden om 17.45 – 17.50 u. in het zwembad verwacht. Ouders kunnen eventueel meegaan om hen uit- of aan te kleden. Dit kan ook in de gemeenschappelijke cabines. Daarna mogen ze doorgaan en wachten ze in het kleine bad tot hun trainer hen komt halen.
- De kleinsten van het eerste uur spelen dan 10 à 15 min. in het kleine bad.
- Je lidkaart krijg je rond eind oktober.
- Alle vragen, opmerkingen, formulieren kan je kwijt in de ZVO-brievenbus aan de ingang van het zwembad. Of via contact op www.zvo.be
- Van sommige ziekte verzekeringen krijg je een deel van het lidgeld terug. Vraag de formulieren aan en bezorg ze ons. Wij vullen die in en sturen ze op.

Zijn er nog vragen of opmerkingen over de club laat die dan horen. Dit kan via de site of telefonisch. We zijn steeds bereid om jullie een antwoord te geven. Wij hopen dat jullie het fijn vinden bij ons.



De Zvo – familie

Zwemster en bestuurslid Roza Dejonckhere heeft er weer een kleinkind bij. Dit keer is de kleine afkomstig van haar zoon Pieter Puype. We verwelkomen bij deze ons toekomstig lid van ZVO namelijk Flo Puype.



De Vlaamse Zwemweek.

Omdat we een zwemclub zijn is die Vlaamse Zwemweek een beetje onze week.
Even voorstellen:

Alle trainingen tijdens die week gaan gewoon door, maar worden ietsje anders ingevuld. Elke trainer zorgt voor een estafette. Elk groepje schuift eens door tot alle estafettes doorlopen zijn.

Een leuke en afwisselende training dus

Op **vrijdag 23 november** doen we met de jongeren en volwassenen mee aan de marathon in het olympiabad. Voor wie er al eerder bij is geweest, kan bevestigen dat dit een niet te missen avond is. 4 maal wordt er een kwartier gezwommen. Op het eind van de rit worden alle baantjes samengeteld en wie er het meeste heeft wint. Al jaren verdedigen we onze zelfde plaats maar we zijn ambitieus en dingen naar een plaatsje hoger. Je wordt wel aangesproken door je trainer.

Op **zaterdag 24 november** is er in samenwerking met de gemeente onze spelletjesnamiddag. Een leuke namiddag voor iedereen van de zwemclub, maar ook voor alle kinderen die 50 m kunnen zwemmen tot 14 jaar. Briefjes met uitleg worden meegegeven na een training of op school.

Op **zondag 25 november** is er een marathon voor scholen en verenigingen. Verleden jaar deden we voor de eerste maal mee met de zwemclub. Ook dit jaar willen we opnieuw meedoen met een groepje van de oudste kinderen bij de jeugd. Jullie worden aangesproken door jullie trainer in de loop van november.
Je merkt het, het wordt een echte zwemweek



30 – jaar Zvo :Deel 1(1978 -1988)

Zij die er toen bij waren bevestigen dat de allereerste ZVO-zwemles gegeven werd op 11 mei 1978, betekent dus dat de zwemclub zich in mei 1988 opmaakte voor de viering van zijn 10-jarig bestaan. Op de mooie zondagvoormiddag van 8 mei 1988 werden bestuur, trainers, leden en genodigden ontvangen in de raadszaal van het gemeentehuis voor een feestzitting. Toenmalig voorzitter Guy Louwage kreeg ruim het woord, en hij somde vrij chronologisch op wat er in die 10 jaar allemaal gebeurde. We vonden de integrale tekst van zijn toespraak nog terug, en kunnen die dus best gebruiken als historiek van de eerste 10 jaar. Er worden veel namen van bestuursleden en trainers in genoemd, en ook leden die toen 8, 9 of 10 jaar lid waren, werden vernoemd. Wat nu beloond wordt met een handdoek met je naam erop geborduurd, was toen dus goed voor niet minder dan een vermelding in de raadszaal van het gemeentehuis.

Waarschijnlijk zal het ongeveer zo gelopen zijn:

Burgemeester Ward Demuyt verwelkomde de ZVO-familie, waarna voorzitter Guy het woord kreeg en volgende woorden tot ons sprak,

Geachte heer burgemeester, enz... enz...

In september 1977 werd sportcomplex de Valkaart geopend. We hadden nu te Oostkamp een mooi nieuw zwembad, maar geen zwemclub. Magda Demey-Tonnaer vond dat daar nodig iets moest aan gedaan worden en besloot daarom in mei 1978 van start te gaan met een georganiseerde zwemclub. Als naam koos zij de naam van het sportcomplex, en zo ontstond dus zwemclub de Valkaart Oostkamp.

Magda startte met een kleine groep meisjes en jongens en voor de trainingen kreeg zij de hulp van Martine Keirsebilck en Michel Hollevoet. Van de leden van het eerste uur vinden we er vandaag nog 3 terug die ononderbroken lid gebleven zijn, Chantal en Isabelle Louwage en Kristian Demey.

Eigenaardig maar waar, maar toen moest men minstens 25 meter kunnen zwemmen om tot de zwemclub toe te treden. De gemeente vulde de leemte op en startte in september 1979 met een zwemschool. Bij de zwemclub zelf deden ook de volwassenen hun intrede. Bij zij die reeds dit 2^{de} seizoen aansloten vonden we de namen terug van Veerle Thorrez, Jean-Marie Beuckels en Kristien en Maarten Van Colen. De eerste volwassenen bij ZVO waren Siegrun Baumgarten en Wilfried Lammens.

Ook de zwemclub startte in september 1980 met een zwemschool. Marianne Rommel kreeg op woensdagmiddag 10 leerlingen in haar klas, waarbij Sven Paret, Inge Louagie, Griet Viaene en Bart Vandendriessche. We hadden daarnaast nog 32 jongeren en een 20-tal volwassenen.

We zochten naar nieuwe krachten en vonden Patrick Hillewaert als trainer. Patrick is de vader van ons Zwemfestijn van 1001 meter. Hij startte ermee in april 1981 en vóór 2 weken kregen we al de 8^{ste} uitgave van dit zwemfeest.

De leiding van de club begint voor Magda Demey wat zwaar te worden en zij draagt het bewind over aan Guy en Siegrun Louwage, die het voorzittersschap en de financiën op zich nemen. Wilfried Lammens stond in voor het secretariaat en Patrick Hillewaert nam de technische zaken voor zijn rekening. Ons ledenaantal bleef in die jaren voortdurend schommelen tussen de 65 à 70 leden. Halfweg de jaren 80 gaat dit plots echter steil de hoogte in om dan voor het eerst boven de 100 leden uit te komen.

Op heden, 10 jaar na de stichting, telt onze club om en bij de 200 leden, waarvan een 100-tal jongeren beneden de 12 jaar. Als opleidingsteam hebben we momenteel de ancien van onze trainersgroep, Dirk Dejonghe, en daarnaast ook Brigitte Grillet, Patrick Hillewaert, Patrick

George, Chantal Vanpoucke, Stefaan Maes en Sandrine Dobbelaere. Ze geven allen samen op 4 dagen in de week training of zwemles. Graag vermelden we afzonderlijk Chantal, die begon als piepjong zwemstertje bij de club, alle leeftijdscategorieën doorliep en nu als beginnend trainster de allerjongsten begeleidt bij hun eerste zwemslagen. Hopelijk vindt haar voorbeeld navolging.

We hebben enkele data en namen genoemd, maar we hebben in die 10 jaar meer gedaan dan leden geteld en trainers gewisseld. Een 6-tal jaar geleden vonden onze gevorderden dat er naast training ook eens wat meer zwemgelegenheid mocht bijkomen. Wij zochten naar een federatie waar wij konden aansluiten maar toch ons statuut van recreatieve club konden behouden. We vonden de Amateurwatersportbond die met zijn regionale zwemfeesten daar min of meer aan beantwoordde, en vanaf dan nemen wij regelmatig deel aan de wedstrijden van AWS West-Vlaanderen. Waar we kunnen pikken we ook steeds enkele recreatieve zwemfeesten mee, o.a. tijdens de Vlaamse Zwemweek, en 1 of 2 langebaanwedstrijden, ik denk hier aan Damme-Brugge en de doortocht in de Gense watersportbaan. Zo komen we jaarlijks aan een 10-tal verplaatsingen naast onze 4 eigen organisaties, waaronder ons steeds druk bevolkte clubkampioenschap en onze 1001 meter.

We doen nog meer dan zwemmen alleen. In mei 1985 ging ons bestuur naar zusterstad Bad Nauheim en kwam er in contact met Herr Weyrauch, voorzitter van Schwimmclub Bad Nauheim. Ze werden er zodanig gebeten door het verbroederingsbeestje, dat verbroederen ondertussen een van de hoofdactiviteiten geworden is. Wie herinnert zich niet ons zwemkamp 1986 in Bad Nauheim of onze zonnige verbroederingsweek vorig jaar hier te Oostkamp. Wij menen te mogen zeggen dat wij in de verbroeding Oostkamp-Bad Nauheim tot de actieve sportclubs mogen gerekend worden. Als er verbroederd wordt, dan is zwemclub de Valkaart er steeds bij. Deze verbroeding, samen met het feit dat enkele families 'en bloc' bij onze club aangesloten zijn heeft van onze zwemclub niet alleen een goede sportclub gemaakt, maar ook een vriendenkring die graag deelneemt aan het Oostkampse verenigingsleven. We deden dit al 10 jaar en zijn er van overtuigd dit in de toekomst te blijven verder doen.

Ik dank u voor uw aandacht.

Tot zover de woorden van onze voorzitter. Hoe het daarna verder verlopen is met die huldiging werd door niemand genoteerd, maar er heerst een sterk vermoeden dat het verdere verloop van het programma zo zal geweest zijn:

- Wanneer het applaus uitgestorven was na de toespraak van onze voorzitter kreeg de schepen van sport – toen Daniël Declerck – het woord, en die liet uiteraard niet na onze club uitgebreid te loven voor het geleverde werk tijdens die 10 jaar. Volgens het krantenknipsel van toen ging hij zelfs zó ver te beweren dat het hele bestuur en trainers hun dynamisme uitstralen over de club, en dat het team ook een opvoedende rol te vervullen heeft, dit in de voortzetting van thuis en op school.
- Burgemeester Ward Demuyt zal aan onze voorzitter een tinnen teljaar overhandigd hebben met daarop het wapenschild van de gemeente Oostkamp.
- De dames met witte bloes en zwarte rok rukten uit met elk een schaal met daarop voor iedere aanwezige óf een glas schuimwijn óf een glas fruitsap en één TUC-koekje.
- Er werd een foto genomen in de inkomhall van het gemeentehuis, met iedereen netjes gerangschikt op de trap naar de eerste verdieping.

Vermoedelijk gingen de dag erop, maandag 9 mei, de zwemlessen gewoon verder, en hebben de toen nietsvermoedende zwemmertjes zo het 2^{de} decennium van ZVO ingezet. Maar dat is voer voor een volgende Boeksje, tegen dan proberen wij wat markante feiten uit de periode 1988-1998 te verzamelen.

30 – jaar Zvo : foto's 1978 - 1988



ZVO in den beginne....



Toen al echte kampioenen

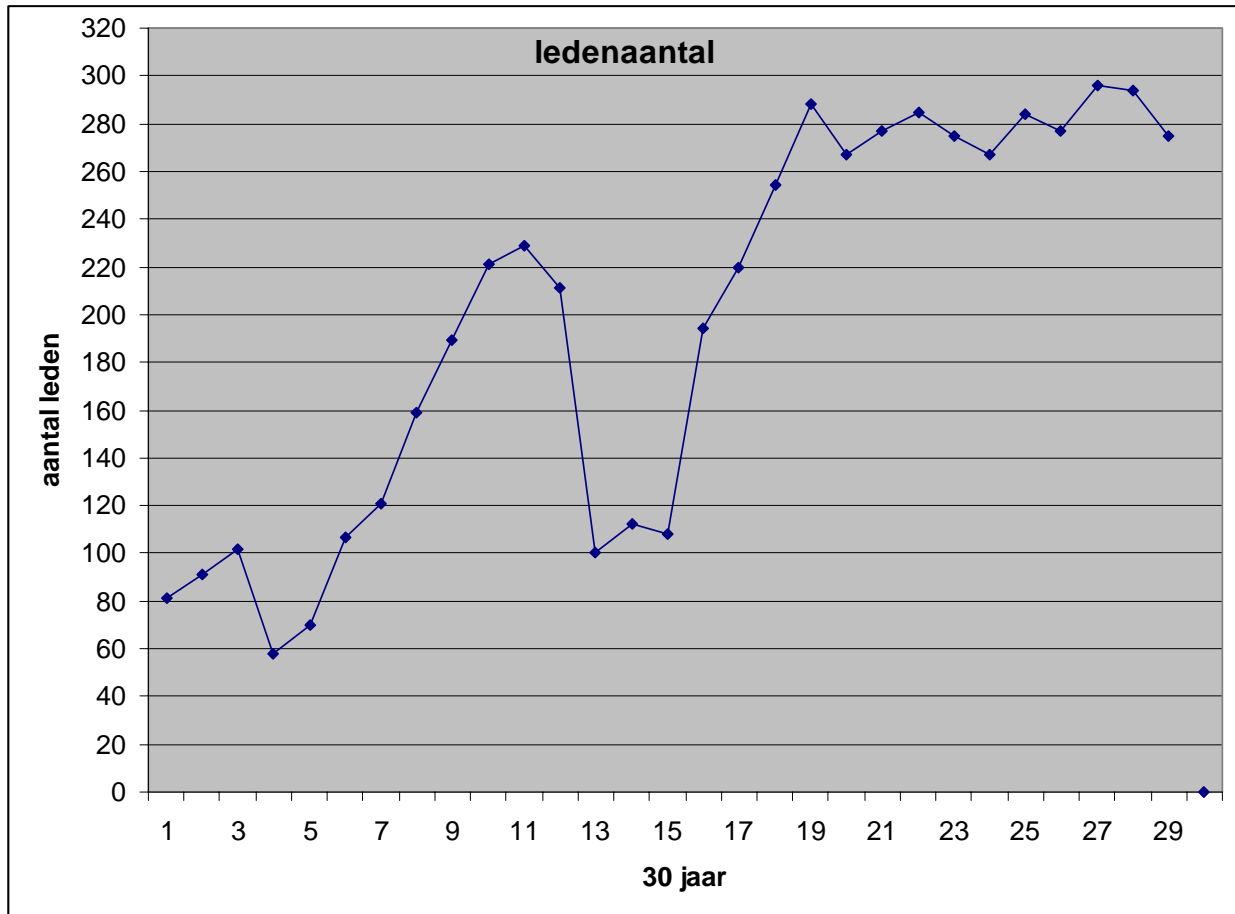


Danslustige ZVO-ERS !!!!!



Voetbalfestijn in juli 1987

30 – jaar Zvo : Ledenevolutie



In het begin was de zwemclub eigenlijk een zwemschool waarbij er ieder seizoen 3 reeksen zwemlessen werden georganiseerd. Na 3 jaar stopte de zwemschool en begonnen de zwemlessen over een gans schooljaar zoals we nu nog steeds kennen. Dit systeem begon dus in 1982 en dit met 58 zwemmende leden. Vanaf die dag ging het ledental aantal gestaag naar boven. Tot die trieste zondag. Die zondag daar in mei, 5 mei. Het jaar 1991 staat in ons geheugen gegrift als een absoluut dieptepunt. De Valkaart was niet meer. Een brand verwoeste niet alleen het zwemcomplex maar ook de hobby van velen. Gelukkig is ons zwemmersinstinct zo sterk dat we ook zo'n klappen overwonnen. In 1994 konden we de draad in Oostkamp terug oppikken en daar proberen we nu nog steeds een goed gevolg aan te breien. Met de laatste jaren steeds zo'n 300 tal leden barst de zwemclub bijna uit zijn voegen. Dankzij sterke fundamenten blijft ZVO overeind en kunnen we dit allemaal in goede banen leiden. Bedankt voor het vertrouwen.

Einde van het vorig zwemjaar

○ Spelletjes in het lager

Traditioneel mogen onze jongste groep zwemmers, nl. de lagere schoolkinderen altijd een volledige les vrij spelen als afsluiting van het zwemjaar. Dit jaar vonden we dat we wel eens iets speciaal mochten doen voor onze jongste leden. Daarom zochten we naar een activiteit waarbij de helft van de les iets leuks en speciaal werd gedaan en de andere helft ze nog konden vrij spelen. Daarom ben ik samen met Mieke op zoek gegaan naar activiteiten en materiaal die onze kinderen nog nooit hadden gedaan of gebruikt. Het resultaat mocht er zijn. Foto's te bezichtigen op de website : www.zvo.be



○ Waterpolo

Onze jongeren van de woensdagavond die sluiten het zwemjaar altijd af met een wedstrijd waterpolo. Ook dit jaar werd het weer een enorme clash, waarbij niets of niemand wordt ontzien. De gevolgen zijn natuurlijk talloze slachtoffers, maar de overwinningsdrang van deze jonge atleten doet alle pijn vergeten. Een waardige afsluiter.

○ Boterkoeken

Nog zo'n traditie die elk jaar wordt herhaald, is dit grote eetfestijn. Naar aanleiding van de laatste zwemles kregen de zaterdagochtendzwemmers na afloop van de training enkele lekkere boterkoeken voorgeschoteld. De frisse buitenlucht deed het nog meer smaken.



○ Volwassenen : drink

Zoals we voor de jeugd een traditie hebben opgebouwd om de laatste les iets leuks te doen, hebben ook de volwassenen hun kans gegrepen om de zwemtraining af te sluiten. Alleen hebben ze er wat misbruik van gemaakt. De volwassen zwemmers gaan altijd iets drinken na de training. Inderdaad, na de training en dus niet enkel na de laatste training van het seizoen. Ze vonden het zo'n leuke traditie dat ze na elke training begonnen te doen.

○ Trainers en bestuur

Met het bestuur en de trainers sloten we op een feestelijke manier het werkjaar af. We zijn een sportclub en willen sportief eindigen. We zoeken iets origineels en uitdagends. Dit jaar was dat boogschieten. De pijlen werden gescherpt en het doel was binnen handbereik. Na de deskundige uitleg van een ervaren schutter, die ons heel wat tips gaf om de roos te halen, mocht ieder proberen. Toen pas zagen we wat. Omwille van de veiligheid werden een paar bestuursleden onmiddellijk naar de toeg verbannen, ze hadden daar schijnbaar geen last van. Anderen schoten gaten in, ik denk, de houten schutting. Omdat het uitgesproken was in een vreemdsoortig dialect kan het ook iets anders geweest zijn. Het was in elk geval NIET de roos. Zoals steeds met boogschieten in de zwemclub, moesten we plots stoppen omwille van de regen. Op die afsluit was er dit jaar ook iets ernstigs gepland. Met het bestuur evalueren we steeds het voorbije werkjaar, maar dit deden we nu ook eens samen met de trainers. Er kwamen wat haalbare ideeën uit. De buikjes werden gevuld met lekkere kip met friet. Met een volle maag namen we het boogschieten opnieuw op tot het donker werd en we geen pijlen meer zagen. Hieronder enkele sfeerbeelden.



De jaarlijkse fietstocht :Zaterdag 07-07-07:

Zaterdag 07-07-07, een magisch getal! Zou het ook ons geluk brengen? Al weken zijn de weergoden ongunstig en met een bang hart hebben we dan ook naar deze dag toegeleefd.

Wordt het eventjes nat of wordt het eindelijk een droge dag?

De laatste weerberichten zijn goed, maar ons wisselvallig klimaat zou het onze niet zijn als daar op het laatste moment verandering in kwam. Maar nee! Na een uitgebreid ontbijt bij Ingrid vertrekken 16 fietsers hoopvol, weliswaar onder een nog wat bewolkte hemel, maar het is DROOG!

Via onbekende binnenpaadjes in Nieuwenhove gaat het richting Oedelem en zo verder naar Maria Aalter. In Oost-Vlaanderen worden de kelen een eerste maal gesmeerd.



De zon is ondertussen sterker geworden en we hebben reeds +/- 20km gereden. Het gaat nu richting Knesselare waar we een middagstop maken in "de LITANIE". Als we weer verzadigd zijn is er tijd voor een spelletje petanque of krulbollen.



Daar het zonnetje nu weldadig schijnt, kies ik voor het eerste. Twee ploegen van 3 personen: 'Roza-Ingrid-Agnes' tegen 'Charlotte-Hilde-Siegrun' strijden voor de overwinning. Na heel veel plezier behoor ik tot de eervolle verliezers; stand 10 - 13.

De batterijen terug opgeladen zoeken we ons stalen ros op en via nog meer nieuwe wegen gaat het over Beernem, Oedelem naar Moerbrugge om halt te houden bij onze voorzitter Patrick.

Daar wacht Leen ons op, en in een zonovergoten verzorgde tuin worden we alweer verwend met lekkere hapjes en een drankje.

Terug op krachten verlaten we enigszins met tegenzin huize Hoorelbeke(want het was er hemels vertoeven)!



Door alweer nieuwe wegeltjes gaat het over Erkegem, Kampveld terug door Nieuwenhove. De zon is nog steeds van de partij als we aan het apéritieven gaan! Na een geslaagde BBQ, lekker dessert en een zalig bakje koffie met digestief, rij ik terug naar de Azaleastraat (thuis dus), mijn dag kon niet meer stuk!

Met vriendelijke groeten,
Siegrun

Bekers - Trofeeën
Medailles - Wimpels
Idès Bonte
Pierssendreef 1
8200 Sint-Michiels Brugge
Tel. 050/38.39.32
Fax. 050/38.33.75



**Brood- en
banketbakkerij
"YES"**



Specialzaak
in alcoholvrije artikelen
alaska
het fijnste gebak

Kapelstraat 25,
4220 Oudkerke
maandag - zaterdag

W. 051 35 29 70
S.M.E. De Weert
051 35 32 74 75

Havenbezoek met ZVO

Met 35 waren we zondag 9 september. Omdat we 30 jaar bestaan gingen we op schoolreis naar de haven van Zeebrugge. De link met de zwemclub is vlug gelegd. Zee verwijst naar het water waarin we zwemmen. Dat de zwemclub een veilige haven is voor groot en klein hoeven we zeker niet uit te leggen. De eigenlijke reden was dat we bij wijze van promotie voor de haven van Zeebrugge een gratis geleid bezoek kregen met onze zwemclub. Doen dachten wij!

Geleid was het bezoek zeker. In de haven sprong er gezwind een gepensioneerde zeebruggenaar op onze bus. Een kwinkslag was niet ver te zoeken. Hij vertelde ons dat hij ons doorheen de haven zou loodsen. Gedurende het bezoek stopte hij maar niet met vertellen. Elke beweging in de haven had hij gezien en uitgelegd. Met opgestoken vinger berispte hij elke illegale fietsers zonder fluo-jasje. Het was duidelijk dat hij de groei en de ontwikkeling van de haven van nabij had gevolgd of goed bestudeerd had.

Op een onderwijzende manier toonde hij de indrukwekkende haven en leerde ons zelfs het onderscheid te maken tussen een autobus en autocar. De vissershaven, het militair kwartier, de haven voor voertuigen....



Op een vijftal plaatsen stapten we uit en konden aan de hand van filmpjes en wat uitleg het plaatselijk terrein verkennen. We wisten dat de haven groot was, maar dat daar ook zoveel nevenactiviteiten plaatsvonden was nieuw voor ons. Het enthousiasme van de gids sloeg over. Je kon bij momenten zelfs spreken over 'verwondering'.

Zoals elke schoolreis eindigde de terugrit met vuile moppen door de micro en schlagers zoals 'vrolijke vrienden'... Een leerrijke namiddag.



Amai, daar heb ik nu al altijd van gedroomd... zo'n groot zwembad

Wedstrijd 30 jarig bestaan!!!

Bericht aan alle deelnemers!!!

ZVO schenkt fantastische prijzen als je het juiste antwoord vindt op één van volgende raadsels. Let wel op dat je deelneemt in de juiste categorie. Men kan dus alleen winnen in je eigen categorie en als lid van zvo!!!!!!

Er zijn drie categorieën: nl. kinderen tot 12 jaar, jeugd tot 18 jaar en de volwassenen.

Alle oplossingen mag je deponeren in de bus in het zwembad of afgeven aan je trainer of trainster. Veel succes !!!!

• Volwassenen

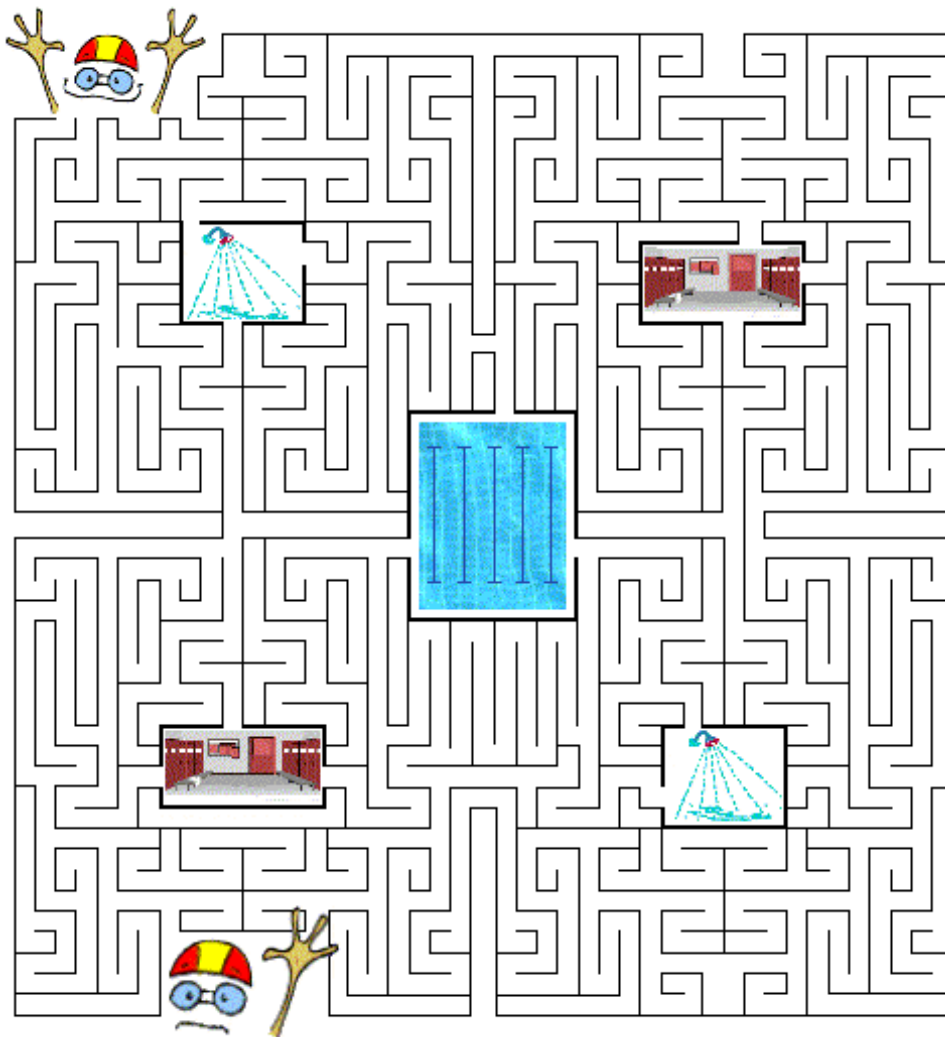
Los deze sudoku op !

5			9		7	4		3
	4					6		7
8					2		1	
		8	3				7	
				7				
	3				4	2		
	8		2					1
7		3					6	
6		1	7		3			5

Naam:

Kinderen tot 12 jaar

Onderaan heb je FLY, een hulpeloze zwemmer. Hij wil naar het zwembad, maar moet eerst de weg door het doolhof vinden. Er is nog een extra probleempje: voordat hij naar het zwembad gaat moet hij zich eerst omkleden en moet hij een douche nemen. Dan is het tijd om te zwemmen. Na het trainen moet hij weer naar de douche en zich weer omkleden. Pas daarna kan hij naar de uitgang, waar je hem kan zien juichen. Maar... hij mag elke douche of kleedkamer maar een keer gebruiken. Elk gangetje kan maar een keer gebruikt worden en als je een gang hebt gebruikt mag je hem niet meer oversteken!



Heb je de oplossing??? Vul dan vlug je naam in en geef hem af !!!

Naam:

• Jeugd tot 18 jaar

Een kruidenier heeft een weegschaal waarvan de beide balansarmen niet precies gelijk zijn. De kruidenier is hiervan niet op de hoogte en benadeelt daardoor nu eens zijn klanten, dan weer zichzelf.

Een klant vraagt 450 gram suiker. De kruidenier plaatst 450 gram aan gewichten op de linkse schaal en legt suiker op de rechtse schaal tot de balans in evenwicht is. De klant vraagt om de weging opnieuw te doen maar met de suiker in de linkse schaal. Nu moet op de rechtse schaal 512 gram tegengewicht geplaatst worden om een evenwicht te bekomen; dit alles tot grote verbazing van de winkelier.
Hoeveel gram suiker is er werkelijk gewogen?

Oplossing:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Naam:.....

Opleiding en cursussen

Cursussen Vlaamse Trainersschool - planning 2007 – ZWEMMEN

INITIATOR ZWEMMEN

De uurroosters die hier worden weergegeven zijn "voorlopige"! De definitieve uurroosters worden opgestuurd wanneer u zich [inschrijft!](#)

Module 1 (algemeen gedeelte):

Plaats	Startdatum	
Gent	20/01/2007	Uurrooster - voorlopig
Wervik	27/01/2007	Uurrooster - voorlopig
Hofstade	27/01/2007	Uurrooster - voorlopig
Genk	17/02/2007	Uurrooster - voorlopig
Nieuwpoort	15/09/2007	Uurrooster - voorlopig
Oordegem	29/09/2007	Uurrooster - voorlopig
Genk	10/11/2007	Uurrooster - voorlopig

Module 2 (watergewenning):

Plaats	Startdatum	
Genk	03/02/2007	Uurrooster - voorlopig
Maldegem	03/02/2007	Uurrooster - voorlopig
Kontich	27/01/2007	Uurrooster - voorlopig
Hofstade	06/10/2007	Uurrooster - voorlopig
Oostkamp	06/10/2007	Uurrooster - voorlopig
Herentals	07/10/2007	Uurrooster - voorlopig

Module 3 (elementaire basis zwemtechnieken):

Plaats	Startdatum	
Wervik	10/03/2007	Uurrooster - voorlopig
Aalst	20/04/2007	Uurrooster - voorlopig
Genk	05/10/2007	Uurrooster - voorlopig
Oostende	21/09/2007	Uurrooster - voorlopig
Diest-Scherpenheuvel	09/11/2007	Uurrooster - voorlopig

Contactpersonen voor info

Voor alle inlichtingen betreffende de cursussen, vrijstellingen, inschrijvingen en betalingen van trainersopleidingen zwemmen, waterpolo en synchroonzwemmen kan je terecht bij:

Ina STAESSEN
VTS "denkcel zwemmen"
Zandstraat 3
1000 Brussel
Tel.: 02/209 47 22
Fax.: 02/209 47 15
ina.staessen@bloso.be

Of surf eens naar <http://www.bloso.be/public/trainer/index.asp>

Varia

Wedstrijden waar leden van ZVO Deelnamen

12 augustus: Damme-Brugge Zwemjogging 4 km.

253^{ste} Siegrun Baumgarten 1:50:46

9^{de} Brugse zwemdoortocht op 1 september 2007

Vrije slag dames:

36 Siegrun Baumgarten 24:04

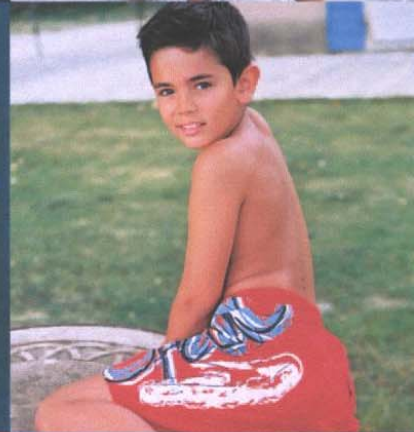
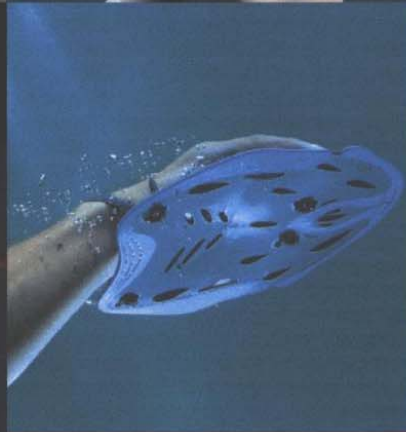
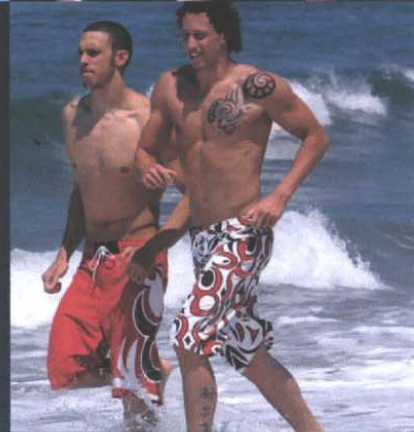
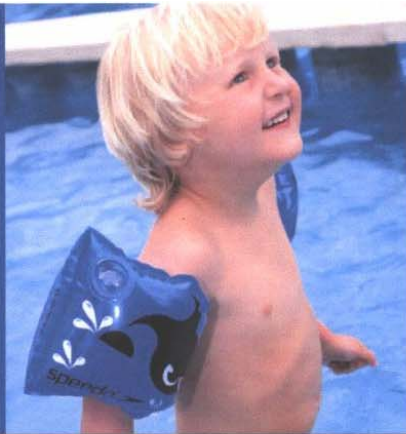
Schoolslag dames:

03 Mieke Engelbeen 20:17

08 Tessa Vanhove 22:22



speedo



BELGIUM / LUXEMBURG
ALL SPORT BENELUX
De Zeshonderd 2b
B-2370 Arendonk
T (32) 14 67 22 20
F (32) 14 67 91 73
speedo@allsport.be
www.speedoweb.be