

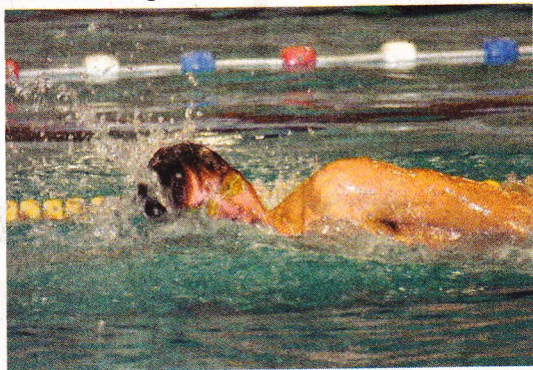
Harm Donkers zwemt goede tijden

Druk weekend voor Warande zwemmers. Met 10 zwemmers en zwemsters is zaterdag deelgenomen aan het Lange Afstand Zwemmen en zondag met 10 zwemmers deelgenomen aan de Open West Brabantse Kampioenschaps Wedstrijden

Zaterdag zwommen Max Bothermans, Marit van Uijen, Elisabeth Verschure en Dion Staal in Vlissingen de 800m vrije slag. Voor Max, Marit en Elisabeth was dit de eerste keer dat zij deze afstand zwommen. Elisabeth was erg zenuwachtig over hoe het zou gaan. Het ging wat schommelend wat tijden betreft maar ze weet nu wel een beetje hoe ze zo een race in moet delen. Marit heeft een hele vlakke race gezwommen evenals Max, heel netjes gedaan. Ook Dion heeft laten zien goed met lange afstanden overweg te kunnen, door een mooi pr te zwemmen van 9 seconden. Daarna kwam Nicko Kamphuis aan de start op de 1500m vrij en het ging super goed, heel vlak gezwommen. Maar dit deed ook Harm Donkers

die vrij rustig begon maar het tempo goed vast bleef houden en daardoor zich wist te plaatsen voor de BLAK door een pr te zwemmen van 13 seconden. Desiree Emmen liet ook een mooie vlakke race zien en was hierover ook wel tevreden. Pauline Magneé zwom ook de 1500 vrij en wist haar tijd aan te scherpen met 15 seconden, heel goed gedaan. Pieter Pijnenburg zwom de 1500m in de schoolslag en ook hier een vlakke race indeling. Als laatste kwam

Britt van Zundert aan de start maar die moest halverwege afhaken doordat ze zich niet lekker voelde. Zondag kwamen een aantal andere zwemmers aan de start in Etten-Leur. Nando Okoniak zwom de 50m vlinder en 50m rugslag, hij wist deze tijden beide dik te verbeteren. Sifra Heijne kwam aan de start op de 50m vinderslag, 100m vrij en 100m schoolslag. Een mooi pr op de vl van 3 seconden op de vrij 4 seconden.



Harm Donkers tijdens de 1500m vrije slag