

Goeie ervaring Warandezwimmers

Afgelopen weekend werd er een Internationale wedstrijd "the Hague Grand Prix" georganiseerd in het supermooie Hofbad in Den Haag door de vereniging "De Racingclub". Zwemtoppers zoals Ranomi Kromowidjojo, Femke Heemskerk, Sebastiaan Verschuren, Kyle Stolk en vele andere jonge toppers waren aanwezig om startbewijzen te behalen voor de eerstvolgende Europese Kampioenschappen.

De wedstrijd werd gezwommen in het 50m bad en was voor onze zwimmers weer de eerste wedstrijd waar weer de nodige ervaring opgedaan kon worden. Vrijdagavond kwam Fleur Koreman aan de start op de 50m vrije slag en dat ging super en dook ze met een dik pr onder de 30 seconden grens. Nicko Kamphuis startte op de 50m ss wat hem een finale plaats opleverde en zwom 2 keer een pr en ging met zilver naar huis. De 50m vrije slag werd eveneens een finaleplaats en daarop werd Nicko 3e met wederom 2 pr's. Zaterdag kwamen ook Sammy Koster, Rachel Strik en Amy de Veth erbij en werd er door alle dames de 200m vrije slag gezwommen en zwom Fleur

een pr van 7,5 sec. Rachel 6 sec. Sammy en Amy zaten op hun inschrijftijden. Daarna startten zij allen ook op de 200m rugslag en dat leverde voor Rachel en Sammy maar liefst 3 pr's op, voor Fleur weer 6 sec en Amy heeft een mooie race laten zien, maar zat wel iets boven de inschrijftijd. Nicko startte op de 100m schoolslag en ging als tweede naar de finale en werd hij in de finale wederom 2e met een mooi persoonlijk record. Zondag startten de dames allen op de 100m vrije slag en dat was voor iedereen feest. Fleur een pr van 5 sec, Sammy ruim 1 sec, Rachel 5 sec. en Amy ook een halve sec. Rachel en Fleur startten daarna ook op de 100m rugslag en weer een



Sammy, Amy, Rachel, en Fleur samen met Ranomi Kromowidjojo

dik pr voor Fleur van 7 sec. en Rachel een nieuw pr erbij. Nicko startte op de 200m wisselslag en ging met een pr van 2 seconden als 3e de finale in en wist hij in de finale met weer een pr als 2e te finishen. De 200m vlinderslag werd ook een 2e plaats met een pr van 6 sec. Pieter Pijnenburg kwam aan de start op de 200m

schoolslag en ook bij Pieter ging het super, hij zit weer heel dicht tegen zijn oude toptijd aan dus dat geeft goede moed. Na vele handtekeningen en samen op de foto met de toppers konden we voldaan naar huis. Maar we hadden nog meer kanjers en die waren in Roosendaal te vinden voor de lange afstanden om de klassementen vol te maken. Rick Embregts zwom 2000m vrije slag en heeft een mooie vlakke race gezwommen waar hij zowel op de 1500m tussentijd als op de eindtijd een pr wist te zwemmen. Loes van Geel zwom voor het eerst de 1500m vrije slag en heeft dat prima gedaan. De andere zwimmers zwommen allemaal de 400m wisselslag en alleen Desiree Emmen en Marit van Uijen hadden deze al eens eerder gezwommen. Max Botermans, Floris Verburgh, Max Embregts en Dion Staal zwommen dit voor het eerst en wist alleen Max Botermans meteen zijn limiet te zwemmen maar zaten de andere jongens wel heel dicht in de buurt van een limiet. Heel netjes gedaan door iedereen.