

# NIEUWSBRIEF ZWEMVERENIGING STRIJEN

Jaargang 1 nr 3 November 2026



## EVEN VOORSTELLEN.....

Hoi allemaal!

Voor wie mij nog niet kent: ik ben Elza [REDACTED]. Ik ben pas getrouwd en woon in het gezellige [REDACTED]. Sinds kort ben ik ook de voorzitter van onze zwemvereniging.

Waarom ik voorzitter ben geworden? Eigenlijk heel simpel: ik wil graag dat onze mooie vereniging blijft bestaan! Zelf haal ik ontzettend veel plezier uit het zwemmen en ik zie hoeveel het ook voor anderen betekent.

Op dit moment zit ik in het laatste jaar van mijn opleiding tot sociaal werker, met als specialisatie jeugd. Ik vind het belangrijk dat jongeren een plek hebben waar ze hun energie kwijt kunnen, zichzelf kunnen zijn en nieuwe vrienden kunnen maken. Maar natuurlijk geldt dat net zo goed voor onze oudere zwemmers. Zwemmen brengt mensen samen en dat maakt onze vereniging zo bijzonder.

Naast mijn opleiding werk ik voorlopig nog bij de [REDACTED], waar veel van jullie mij vast weleens hebben gezien! Na mijn afstuderen hoop ik als sociaal werker met jongeren aan de slag te gaan.

En verder? Ik ben lekker vrolijk, houd van gezelligheid en sta altijd open voor een praatje! Heb je vragen, ideeën of zit je ergens mee? Spreek me vooral aan.

Zelf zwem ik ook wedstrijden, dus je zult me daar regelmatig tegenkomen. Vind je een wedstrijd spannend? Kom gerust naar me toe! Ik loop graag even met je mee of help je om de zenuwen wat weg te nemen.

Ik hoop dat we samen nog heel veel gezellige en sportieve jaren tegemoet gaan, waarin iedereen zich welkom voelt en vooral plezier heeft in het zwemmen.

Tot snel in of rondom het zwembad!

## UITSLAG WEDSTRIJD

Op 10 oktober hebben een aantal van onze wedstrijdzwemmers meegedaan aan een zwemwedstrijd in Zoetermeer.

Zij hebben hier mooie tijden gezwommen en een aantal pr's behaald!

|          |                                  |
|----------|----------------------------------|
| Daytona: | 100 m vlinder van 1:24 naar 1:22 |
| Elza:    | 200 m school van 3:20 naar 3:18  |
| Maurits: | 200 m rug 2:55:36 naar 2:55:28   |

## LEDENMUTATIES



### Nieuwe leden:

### Vertrekkende leden:

Ravi [redacted]

Jasmijn [redacted]

## ZWEMCLINIC 6 NOVEMBER

Nog even en dan is het eindelijk zover! De zwem clinic van een voormalig topzwemmer!

Een mooie kans om nieuwe tips & tricks te leren, lekker te trainen en vooral veel plezier te hebben.

En extra leuk: Ook zwemmers die geen wedstrijd zwemmen kunnen deelnemen.

In de groepsapp is een poll aangemaakt.  
Heb je je nog niet opgegeven? Dit kan nog steeds!  
Vul snel de poll in!

 6 november

 18.00 uur

Vrijdag 6 november om 18.00

**ZWEM CLINIC**  
Van een oud topzwemmer!



## VERJAARDAGEN



29-10: Maartje [redacted]

06-11: Liesbeth [redacted]

19-11: Leanne [redacted]

## AGENDA



30-10: Zwemtraining door Perry [redacted]

07-11: KNZB Competitie deel 2

21-11: Regio West Competitie deel 2

## WIST-JE-DAT?

- ZV Strijen opgericht is in 1966.
- Iedereen in het bezit van minimaal zwemdiploma B welkom is bij ZV Strijen?
- Een half uur zwemmen gelijk staat aan een uur hardlopen of fietsen?
- Je tijdens het zwemmen vrijwel al je spieren in je lichaam gebruikt?

## TRAININGSTIJDEN

Maandag: 18.15 uur – 19.00 uur

Woensdag: 18.15 uur – 19.00 uur

Vrijdag: 18.15 uur – 19.00 uur



## WEBSITE

Zwemvereniging Strijen heeft haar eigen website. Neem eens een kijkje!  
Op de website vind je bijv een kalender met komende wedstrijden en activiteiten.

[www.zvstrijen.nl](http://www.zvstrijen.nl)

Deze nieuwsbrief is sinds kort ook te vinden op onze website!

Ivm privacy zijn alle persoonlijke gegevens die in de nieuwsbrief vermeld worden gecensureerd.

Volg ons ook op:



zwemvereniging.strijen



Zwemvereniging Strijen