

Nieuwsbrief afdeling Zwemles, maart 2023.

### **Diplomazwemmen op 25 maart 2023**

Binnenkort is er weer diplomazwemmen, nl. op zaterdag 25 maart 2023, tussen 12.00 uur en 14.30 uur in het Goudse Groenhovenbad. De kinderen gaan in de komende weken beoordeeld worden en zullen bij voldoende vaardigheden een afzwebriefje krijgen. Wij willen iedereen vragen dat na het invullen en ondertekenen gelijk weer bij ons in te leveren, omdat wij maar kort tijd hebben om een en ander in onze administratie te verwerken. Huisregel bij onze vereniging is overigens dat er niet afgezwommen kan worden als er een contributieachterstand is.

### **Masters Synchronzwemmen GZC DONK Nederlands Kampioen!**

Tijdens de pauze van het diplomazwemmen kunnen we weer genieten van een demonstratie van de dames van onze afdeling Synchronzwemmen. Wist je al dat de Masters van de afdeling Synchronzwemmen recent tijdens de Nationale Kampioenschappen de 1<sup>e</sup> prijs hebben gewonnen? Zij zijn dus landskampioen!! Als dat geen topsport is..... Kijk hier naar onze meiden in actie: <https://youtu.be/N-jyOICiP80>.

### **In het zonnetje gezet: Diploma Snorkelduiken**

Voor wie geïnteresseerd is in de wereld onder water geven wij op zaterdagochtend 08.30 uur en zaterdagavond 18.45 uur Snorkelduiken. Een mooi diploma dat ook weer bestaat uit niveau 1, 2 en 3. Snorkelen is een leuke en toegankelijke manier om de onderwaterwereld te verkennen. Bij het snorkelen drijf je met je gezicht naar beneden in het water. Hierbij ben je uitgerust met een duikbril en een snorkel. Voor de echte beginners: een snorkel is een J-vormig buisje met een mondstuk. Met de snorkel kan je je hoofd onder de wateroppervlakte houden tijdens het zwemmen. De duikbril zorgt er voor dat je ook alles onder water nog eens goed kunt zien. Tijdens deze zwemlessen leer je de ademhalingstechniek, die nodig is voor het zwemmen met een duikbril met snorkel en je leert zwemmen met zwemvliezen (flippers). Ga je deze zomer naar een vakantiebestemming met mooie onderwater-gebieden? Bijvoorbeeld naar ons eigen Zeeland met het Grevelingenmeer? Dan zijn onze snorkellessen zeker een aanrader. Omdat er best wat conditie en spierkracht wordt gevraagd van de kinderen is de minimumtoelatingseis het bezit van diploma Zwemvaardigheid 1.



### **Aanpassing in het jaarplan zwemles**

Tijdens het overleg met de beheerder van het Groenhovenbad is besloten, dat wij als vereniging na ons diplomazwemmen op 1 juli 2023 geen gebruik meer kunnen maken van het zwemwater. Het geplande vrijzwemmen in de week daarop vervalt dus. Een aangepast jaarplan vind je als bijlage.

### **Hoe gaat het met onze zwemles voor volwassenen?**

Zoals eerder aangekondigd zijn wij dit kwartaal daadwerkelijk gestart met zwemles aan volwassenen. Er blijkt behoorlijk wat belangstelling te zijn voor deze lessen. Op woensdagavond om 19.15 uur liggen er op dit moment 10 zwemmers tussen de 16 en 72 jaar in het water. Een leuke groep mannen en vrouwen, die aan hun zwemvaardigheden willen werken en als bijkomend voordeel ook nog hun conditie verbeteren. Soms zitten hun kinderen al bij ons op zwemles, soms hebben zij via van ons gehoord of reageren zij op onze flyer. Op onze oproep voor extra lesgevers in de vorige nieuwsbrief hebben een aantal mensen gereageerd. We zijn dan ook super trots te kunnen melden dat we deze lessen kunnen draaien dankzij de extra inzet van onze eigen kaderleden. Binnenkort gaan de eerste mensen op voor een A-diploma, en wij hopen natuurlijk dat zij allemaal verder gaan voor diploma B. Ook belangstelling? Inschrijven voor de volwassenenzwemles gaat via [Digitaal intekenformulier | GZC DONK](#). Of kom gewoon eens langs om te kijken!

### **Laat jouw kind ook nog wel eens wat liggen in het zwembad?**

Kinderen zitten met hun gedachten vaak overal en nergens. Daardoor vergeten zij nog wel eens wat. Petra, de vrouw van Thijs (uurleider ZO), heeft hier het volgende op gevonden:

Wil jij ook een persoonlijke handdoek voor je kind? Lever dan je eigen handdoek, € 11,- contant geld, en een briefje met je naam in bij Thijs van der Schaaf/ZO, bij Hetty Brand/WA of bij Gerry Zandwijken/ZA. Je kunt je handdoek ook afgeven in mijn winkel aan de Westhaven 13 in Gouda. Dan borduur ik het GZC DONK-logo en jouw voornaam op de handdoek (of iets anders indien gewenst!).



Daarnaast maak ik ook leuke persoonlijke cadeaus zoals slabbetjes, badcapes, etui's, gymtassen en keukenschorten. Voor info en vragen: [www.modestudiopetraz.nl](http://www.modestudiopetraz.nl).

Ook leuk om cadeau te geven als je kind geslaagd is voor zijn of haar zwemdiploma, met een verjaardag, sinterklaas of kerst. Voor een nieuwe, goede kwaliteit handdoek komt er € 8,50 bij.

### **Vacatures algemeen bestuur**

Om een vereniging goed te kunnen besturen is er een goed en volledig bestuur nodig. Op dit moment staan er een aantal vacatures open. Wat heeft onze vereniging nog nodig?

Een voorzitter, een 2e voorzitter, een penningmeester, een 2e penningmeester, een 2e secretaris, een PR-functionaris en een voorzitter voor de waterpoloafdeling. Ook zijn we op zoek naar een BHV-coördinator en webmasters voor de website van GZC DONK. De functies van penningmeester en 2e penningmeester zijn op dit moment gevuld, maar zij treden aan het einde van dit seizoen af. Heb je tijd over en wil je iets bijdragen aan onze vereniging? Mail dan naar [secretariaat@gzcdonk.nl](mailto:secretariaat@gzcdonk.nl)