



Nieuwsbrief 2022-01

Beste zwemmer,

Hierbij ontvang je een nieuwsbrief van NPSB / zwemmen, omdat je in de mailbox NPSB zwemmen staat. Wil je geen mail meer van NPSB / zwemmen ontvangen, laat dit dan even via de mail weten: zwemmen@politiesport.nl

Wil je een volledig overzicht over NPSB / zwemmen? Kijk dan ook eens op de website <https://www.politiesport.nl/category/sporten/zwemmen/> of volg <https://www.facebook.com/NederlandsePolitieZwemSport/>.



Vooruitzichten 2022

In een jaar waarin een aantal grote sportevenementen in Nederland georganiseerd worden:

- 16 t/m 22 april: Invictus Games te Den Haag
- 22 t/m 31 juli: World Police and Fire Games te Rotterdam

heb ik geprobeerd daar tussen een aantal NPSB-zwemmen-activiteiten in te plannen:

Borstcrawl-clinics te Amersfoort

Vermoedelijk wordt er in het voorjaar een Borstcrawl-clinic (verspreid over twee sessies van 1,5 uur) georganiseerd in samenwerking met Go Nord. Wil je borstcrawl leren zwemmen? Dan is dit je kans ! Meer informatie hierover volgt nog.

Zie voor verdere informatie: Nieuwsbrief NPSB Zwemmen – Borstcrawl-clinic (volgt later).

Open Water-clinics rondom Utrecht

Op woensdag 29 juni 2022 (voorafgaand aan de NK Open Water) organiseren we in samenwerking met ZwemAnalyse twee Open Water-clinics:

- Beginners: tussen 11:00 en 12:15 uur
- Gevorderden: tussen 12:45 en 14:00 uur

Tijdens de clinics worden bijvoorbeeld de volgende onderwerpen behandeld: starten in het water, navigeren, keren om een boei, drafting (hoe maak je gebruik van je tegenstander), zwemmen in drukte, slagfrequentie aanpassen aan omstandigheden en zwemtechniek.

Zie voor verdere informatie: Nieuwsbrief NPSB Zwemmen - Open Water clinics (volgt later).

NK Open Water te Amsterdam

Op zondag 17 juli 2022 wordt het NK Open Water georganiseerd. Iedereen (Kmar en politie) mag mee doen, mits je 1 kilometer kan zwemmen. De afstand voor alle deelnemers is namelijk 1 kilometer. Er zijn aparte medailleklasseringen voor mannen 40- en 40+ en vrouwen 40- en 40+. Meer informatie vind je op <http://www.het-y.nl/oww/>.

Zie voor verdere informatie: Nieuwsbrief NPSB Zwemmen - NK Open Water (volgt later).

Triple 1K rondom Utrecht

Net als in 2021 gaan we mee doen aan de Triple 1K van ZwemAnalyse. Zwem jij 3 keer 1 kilometer op één avond (steeds een beetje sneller). De datum hiervoor is nog niet bekend.

Zie voor verdere informatie: Nieuwsbrief NPSB Zwemmen – Triple 1K (volgt later)

Vooruitzichten 2022 (vervolg)

Zeezwem-clinics te (vermoedelijk) Wassenaar

Op woensdag 31 augustus 2022 organiseren we in samenwerking met ZwemAnalyse twee Zeezwem-clinics:

- Beginners: tussen 11:00 en 12:15 uur
- Gevorderden: tussen 12:45 en 14:00 uur

Tijdens de clinics worden bijvoorbeeld de volgende onderwerpen behandeld:

- Vooraf: zee, stroming bepalen, muien, golven, temperatuur, zwemrichting irt stroming
- Instructie over veiligheid: zwemboei, buddies, samen het water in, bij elkaar blijven, afmelden
- Zeezwemmen: de branding door, terugkomen aan land, stroomrichting bepalen, zwemmen, diverse opdrachten.

Zie voor verdere informatie: Nieuwsbrief NPSB Zwemmen – Zeezwem-clinics (volgt later).

Agenda

Noteer de eventuele data alvast en hou de kalender

(<https://www.politiesport.nl/sportkalender/>) in de gaten, neem vast vrij, want ik zie jullie graag tijdens bovengenoemde evenementen!

Met vriendelijke groet, Babette Rens.