

## In deze nieuwsbrief o.a.

Amsterdam Swim Cup 2010  
EK-ploeg E.ON-NZA gekleurd  
Individuele plaatsing  
EJK-kwalificatie

## Amsterdam Swim Cup 2010

De Amsterdam Swim Cup 2010 ligt alweer achter ons. We hebben genoten van vier dagen internationaal topzwemmen in het Sloterparkbad. De Nederlandse topzwemmers hebben uitstekend gepresteerd. De ruim 200 buitenlandse (top)zwemmers die aan de ASC 2010 deelnamen zorgden voor een ijzersterke competitie.

Voor E.ON-NZA is de Amsterdam Swim Cup zowel organisatorisch maar zeker sportief ontzettend goed verlopen. Nog nooit hebben zoveel zwemmers van E.ON-NZA zich voor een internationaal titeltoernooi geplaatst.

## EK-Ploeg E.ON-NZA gekleurd

Tijdens de Amsterdam Swim Cup van afgelopen weekend hebben vijf zwemmers van E.ON-NZA zich individueel geplaatst voor de EK in Budapest, en vijf zwemmers gaan mee voor de estafette teams. Met in totaal tien zwemmers is E.ON-NZA hofleverancier van de Nederlandse zwemploeg bij de komende EK in Budapest! Een geweldige prestatie van de zwemmers en technische staf, waar we bijzonder trots zijn. Femke Heemskerk, Nick Driebergen,

Sebastiaan Verschuren, Lennart Stekelenburg en Moniek Nijhuis hebben zich individueel geplaatst.

Bas van Velthoven, Joost Reijns en Stefan de Die vormen samen met Sebastiaan Verschuren de 4x200m vrije slag estafetteploeg op de EK.

Saskia de Jonge en Elise Bouwens zijn opgenomen in de estafetteploeg 4x100m vrije slag bij de dames.

## Individuele plaatsing

Ze was al genomineerd voor de EK maar ook in eigen bad liet **Femke Heemskerk** zien dat zij op de EK thuis hoort. De 200 meter vrije slag viel haar nog wat tegen, maar Femke herpakte zich prima met kwalificatie op de 100 meter vrije slag en 100 meter rugslag. Op de slotdag kwam ze tot een prima tijd op de 200 meter rugslag, helaas net boven de limiet. Femke zal op de EK ook uitkomen op de 4x100m vrije en wisselslag estafette.

## Nick Driebergen

De rugslagspecialist van E.ON-NZA liet tijdens de Amsterdam Swim Cup zien dat er met hem komende zomer rekening moet worden gehouden! Nick had sterke concurrentie van de Fransman Lacourt. Hij won op de Amsterdam Swim Cup de 100 en 200 meter rugslag in prima tijden. Voor deze afstanden was Nick al geplaatst voor Budapest. De 50m rugslag won hij niet, maar hij dwong wel kwalificatie af op dit nummer. In augustus wil Nick laten zien dat

hij tot de beste rugslagzwemmers van Europa behoort. Nick zal ook uitkomen op de 4x100m wisselslag estafette.



Foto. Nick Driebergen.

## Sebastiaan Verschuren

De snelste Nederlander van dit moment op de vrije slag is Sebastiaan Verschuren. In een sterk deelnemersveld met internationale toppers als Bernard, Gilot, Nystrand en Deibler won Sebastiaan afgelopen zondag de 100 meter vrije slag in een indrukwekkende tijd van 48.98. Alleen de Australier Sullivan zwom in 2010 harder op de 100m vrije slag. Deze geweldige tijd beloofd wat voor de EK. Sebastiaan was al geplaatst voor op de 200 meter vrije slag en zal uitkomen op de 4x200m vrije slag estafette en de 4x100m wisselslag estafette.

Voor de 100 meter vrije slag van Sebastiaan Verschuren klik [hier](#).

partners en sponsors:



### Lennart Stekelenburg

Nederlands beste schoolslagzwemmer lukte het afgelopen weekend net niet om zich te plaatsen voor de 100 meter schoolslag. Wel plaatste Lennart zich voor de 50 meter schoolslag die hij, net als de 100 meter, winnend afslot. Lennart zal, als snelste schoolslagzwemmer op de 100 meter, ook uitkomen op de 4x100 wisselslag estafette.



### Moniek Nijhuis

Ook bij de dames zwemd Nederlands beste schoolslagzwemmer bij E.ON-NZA. Moniek Nijhuis bevestigde haar beschermde status op de 50 meter schoolslag door de afstand te winnen en onder de EK limiet te zwemmen. Ook Moniek lukte het niet onder de limiet op de dubbele afstand te duiken. De limieten op de schoolslag lijken erg scherp gesteld. Moniek zal op de EK ook uitkomen in de 4x100 meter wisselslag estafetteploeg.

### Estafette teams

E.ON-NZA is zeer sterk vertegenwoordigt in alle estafetteploegen die naar de EK worden uitgezonden. Voor het eerste sinds 2007 heeft zich bij de mannen weer een 4x200

meter vrije slag estafette ploeg lange baan geplaatst voor een titeltoernooi. De basis van dit team bestaat uit vier E.ON-NZA mannen.

Ook de wisselslag estafetteploeg bij de mannen bestaat voor drie vierde uit E.ON-NZA zwemmers. Bij de vrouwen levert E.ON-NZA de helft van de vrije en wisselslag ploeg

### 4x200 meter vrije slag estafette mannen.

De ontleding was gisteravond erg groot toen de vrije slag kanonnen van E.ON-NZA te horen kregen dat ze met zijn vieren de 4x200 meter vrije slag voor Nederland mogen zwemmen komende zomer in Budapest.

### Stefan de Die, Joost Reijns en Bas van

**Velthoven** hebben prima tijden neergezet in het nieuwe zwemtijdperk waarin alle pakken verboden zijn. Samen met Sebastiaan Verschuren willen ze de finale halen op de EK en daarin bijzondere dingen laten zien. En deze krachtpaters zijn hiertoe in staat!!



v.l.n.r. Stefan de Die, Sebastiaan Verschuren, Joost Reijns en Bas van Velthoven.

### 4x100 vrije slag estafette dames

Naast Femke Heemskerk zullen er nog twee zwemsters deelnemen aan de 4x100 meter vrije slag estafette in Budapest. **Saskia de Jonge**, een vertrouwd gezicht in de estafette ploeg en **Elise Bouwens** (19) werden op basis van hun tijden van afgelopen weekeinde geselecteerd voor de ijzersterke Nederlandse ploeg.

Met name voor Elise Bouwens is dit een fantastische prestatie. Ze zwom bijna een seconde van haar persoonlijk record af op de 100 meter vrije slag. Afgelopen zomer maakte ze de overstap naar het RTC talententeam van E.ON-NZA en ze zwemt zich nu al in deze internationaal gelouterde estafetteploeg.

### EJK Kwalificatie.

Voor het eerst in de jonge geschiedenis van E.ON-NZA zullen twee zwemsters gaan uitkomen op de Europese Jeugd Kampioenschappen in Helsinki. Kira Toussaint (100 meter rugslag en 50 meter vlinderslag) en Tamara van Vliet (50 meter vrije slag) plaatsten zich afgelopen weekend voor de EJK. Een geweldige prestatie! De andere jeugdzwemmers, Jens Bakker, Philippe Rivard en Parand Zarekiani kunnen zich tijdens de NK komende zomer nog proberen te plaatsen voor de EJK. aantal van deze talenten ons verrassen en hieronder duiken.