



VZD

Vrije Zwemmers Drongen vzw

Jaargang 37 nr 2

Inhoudstafel

1

Kalender

2

Mededelingen

3

Clubactiviteiten

4

Wedstrijduitslagen

5

Ontspanning

6

De keuze van Simon

7

Onze Sponsors



Ontspanning ... Sport ... Vriendschap ...

DE VRIJE ZWEMMERS DRONGEN

Zwemmen in het stedelijk zwembad Rooigem, Peerstraat te Gent

- Elke maandagavond van 19u tot 20u
- Elke donderdagavond van 18u30 tot 19u30
en van 19u30 tot 20u30
- Elke zaterdagochtend van 8u tot 9u

Bij de Vrije Zwemmers Drongen

- Kan je leren zwemmen (zaterdag – maandag – donderdag)
- Kan je nieuwe zwemwijzen aanleren
- Kan je meedoen aan wedstrijdzwemmen
- Kan je zwemmen in familiaal verband
- Kan je zwemmen als ontspanning
- Kan je aan aquagym doen (op donderdagavond 2de uur)

1. KALENDER CLUBACTIVITEITEN

JUNI			
Maandag 5/6	Pinksteren Geen zwemlessen en trainingen	19u	Gent
Zaterdag 10/6	Algemeen Sporttechnische vergadering FROS Zwembad Rozebroeken	10u	Sint-Amandsberg
Maandag 26/6 en Donderdag 29/6	Speeltrainingen met glijbaan		Gent
Donderdag 29/6	Laatste les	18u30	Gent
JULI- AUGUSTUS			
Zaterdag 1/6	Zomervakantie Er zijn geen zwemtrainingen tijdens juli en augustus		
SEPTEMBER			
Zaterdag 2/9	Eerste les na de zomervakantie	8u	Gent
Zaterdag 9/9-23/9	Opendeurdagen VZD tijdens de lessen op zaterdag, maandag en donderdag		Gent
Zondag 10/9	Wijngaardcup Wedstrijd Blankenbergse Zwemvereniging		Blankenberge
Zondag 17/9	Kerctraining FROS swimmingteam		Nieuwpoort
Zondag 24/9	!!! Beker Vrije Zwemmers Drogen !!! Zwembad Strop	14u	Gent
Donderdag 28/9	Marathonzwemmen VZD gesponsord zwemmen	18u30	Gent

Deze agenda kan door allerlei omstandigheden nog gewijzigd worden.

2. MEDELINGEN EN UITNODIGINGEN

Speelweek - laatste week van Juni

Op maandag 26/6 en donderdag 29/6 eerste uur

De zwemtrainingen worden vervangen door speeltrainingen, ook de glijbaan zal van de partij zijn !

Zomervakantie in zicht !

Laatste les gaat door op donderdag 29/6



Vanaf zaterdag 3 juli is er geen zwemmen t.e.m. donderdag 31 augustus.

Vrije Zwemmers Drongen start na de zomerperiode opnieuw op Zaterdag 2/9. We wensen al onze leden een zonnige, ontspannen en sportieve zomervakantie met heel veel zwemgenot, zonnecrème en cocktails...

We verwelkomen jullie graag terug op zaterdag 2/9

Lidgeld - Op de algemene vergadering van 13 maart 2017 werd unaniem besloten om het lidgeld te behouden op **90 EUR** voor een vol jaar zwemmen. Voor degenen die hun lidmaatschap willen verlengen kunnen in september een nieuwe kaart bekomen. Voor de vlotte gang van zaken kan het bedrag best reeds in augustus worden overgeschreven op het banknummer **BE27 2900 2161 6873** met vermelding van de namen van de zwemmers.

We danken jullie voor het vertrouwen

Teamwork ! . . .

Oproep aan alle leden, ouders, familie en vrienden



TEAM = Together Everyone Achieves More

Tijdens de recente bestuursraad van 15 juni werd de werking van de club besproken. We geloven dat we een goed seizoen achter de rug hebben met heel wat activiteiten. In 2017 was er na de invoer van de nieuwe lidkaarten een clubkampioenschap, een jeugdhappening, een geslaagd clubfeest, brevetzwemmen en we hadden VZD-leden op de Gentse Sports Awards. Voor het eerst hebben we een redderstraining, aprilviszwemmen en infomoment georganiseerd. Dat laatste diende om de zwemvorderingen en werkpunten aan de leden en ouders toe te lichten. We hopen volgend jaar op diezelfde trend verder te gaan...

ECHTER, voor het huidige bestuur, Jean-Pierre, Michel, Delphine, Simon, Inge, Ruth en An is dat een heel karwei. We zijn allemaal onbetaalde vrijwilligers, doen dit omdat we het graag doen en willen dat graag verder opnemen mits er veel (heel veel;-)) meer helpende handjes kunnen gevonden worden. Volgend schooljaar zouden we daarom willen vragen aan elk van jullie om minstens 3 kleine taakjes doorheen het jaar op te nemen zodat we dit allemaal kunnen blijven volhouden en die VZD-familieclub kunnen laten voortbestaan. We vragen geen groot engagement maar een hulp hier en daar: bv. Tijd opnemen op wedstrijd, hot dogs verkopen op een wedstrijd, een tekstje voor het clubblad schrijven, een sponsor aanbrengen, helpen aan de inkom op de opendeurdagen, inkopen doen voor het sinterklaasfeest en zo meer.

Toetreden tot het bestuur mag zeker ook, maar met een helpende hand af en toe zijn we al een hele stap vooruit! Heel veel dank alvast en laat ons maar weten wat je kan en graag wil doen.

Wedstrijden in september :

WIJNGAARDCUP Wedstrijd

Zondag 10 september 2017, te Blankenberge

Geörganiseerd door de Blankenbergse Zwemvereniging

Meer info volgt per e-mail - graag nog inschrijven in juni.

BEKER VRIJE ZWEMMERS DRONGEN

Zondag 24 september 2017, te Gent – Zwembad Strop

Geörganiseerd door Vrije Zwemmers Drongen

NIET TE MISSEN – ‘niet te missen’ – NIET TE MISSEN – ‘niet te missen’

1ste koers : **100 M schoolslag dames:**

benjamins - miniemen - kadetten - pupillen - senioren

2de koers : **100 M vrije slag heren:**

benjamins - miniemen - kadetten - pupillen - senioren

3de koers : **50 M schoolslag meisjes:** eendjes - dolfijntjes

4de koers : **50 M vrije slag jongen:** eendjes - dolfijntjes

5de koers : **100 M schoolslag dames/heren:** veteranen 25 - 35 - 45

6de koers : **4 X 100 M wisselslag dames**

7de koers : **4 X 100 M wisselslag heren**

PAUZE

8ste koers : **100 M vrije slag dames :**

benjamins - miniemen - kadetten - pupillen - senioren

9de koers : **100 M schoolslag heren:**

benjamins - miniemen - kadetten - pupillen - senioren

10de koers : **50 M vrije slag meisjes:** eendjes - dolfijntjes

11de koers : **50 M schoolslag jongens:** eendjes - dolfijntjes

12de koers : **100 M vrije slag dames/heren:** veteranen 25 - 35 - 45 -

13de koers : **8 X 50 M schoolslag gemengd**

14de koers : **8 X 50 M vrije slag gemengd**

Toegang zwembad: **14u00**

Inzwemmen: 14u15-14u45

Aanvang der wedstrijden: 15u00

Inschrijvingen vóór: 11 september 2017

We rekenen op een grote opkomst van al onze zwemmers. Spanning en plezier gegarandeerd.!

AQUAGYM

In september nemen LINDSAY en RAOUL , opnieuw afwisseld, de aquagym op zich. We hopen dat ze net als dit jaar jullie kunnen inspireren met hun enthousiasme!



3. CLUBACTIVITEITEN

De V.Z.D. CLUBKAMPIOENSCHAPPEN

Zaterdag 11 Maart 2017, in zwembad Rooigem

Deze leuke wedstrijd is er voor al onze zwemmers! Dit jaar was onze jongste deelnemer de dappere Sander van 4 jaar die met z'n plankje en veel doorzettingsvermogen de overkant bereikte en onze oudste deelnemer was 61 jaar, die toptijden liet noteren. Er waren tal van zwemmers voor wie het hun eerste wedstrijd was en dat vinden we super. Proficiat **Emri, Ruveda, Yamina, Jorinde, Marc, Arjen, Sander, Veerle** en **Anna** met deze eerste Vrije Zwemmers Drongen wedstrijddeelname. De uitslagen staan verder in dit clubblad.



Iedereen kreeg ook een nieuwe club T-shirt met die mooie opdruk van onze hoofdsponsor Kelly's schoonheidssalon. Reserveren jullie alvast de datum voor volgend jaar? De Clubkampioenschappen gaan door op 10/03/2018 en de huldiging op het niet te missen V.Z.D. clubfeest gaat door op 24/03/2018.

GENTSE SPORTAWARDS 2017

Vrijdag 17 Maart 2017, in de ArtCube te Gent

Op de Gentse Sportawards worden elk jaar de laureaten gehuldigd van de **Trofeeën voor Sportverdienste**. Alle **Belgische en regionale kampioenen** van de Gentse clubs worden uitgenodigd om deze feestelijke uitreiking bij te wonen.



Ook de Oost-vlaamse provinciale kampioenen krijgen een medaille. Van Vrije Zwemmers Drongen waren **Arne** en **Siegfried** Stuyvelt en **Matthias** Loones aanwezig om hun prijs in ontvangst te nemen. Dikke Proficiat !

HET CLUBFEEST VRIJE ZWEMMERS DRONGEN

Zaterdag 25 Maart 2017, Domein De Campagne te Drongen

Opnieuw een geslaagd clubfeest ! Eerst was er een verwelkoming van alle leden en hun familie met een drankje en een hapje in het domein De Campagne in Drongen. Na een lekker romig pompoensoepje en een welkomstwoordje van de voorzitter kregen we de hele avond door huldigingen van onze zwemmers afgewisseld met een heerlijk 4-gangen menu. De jeugd ging tussen het eten en de bekeruitreikingen herhaaldelijk hun hart ophalen buiten en speelden verstoppertje op het domein van De Campagne.



De uitslagen van de clubkampioenschappen die doorgingen op 11 maart staan verder in dit clubblad. Er was een individuele puntentelling waarbij een som gemaakt werd van de punten behaald op de 4 slagen. Daar bovenop was er de Beker Romain Hofman en de Beker Rudy Coddens, (onze ere-voorzitter) voor wisselslag.

Al onze aanwezige aquagymmers en recreatieve zwemmers werden in de bloemetjes gezet. Naar goeie gewoonte werd daarna het geluk wat getard en konden de winnaars van de leuke tombola met heel wat hebbedingen naar huis keren.

Onze twaalf- tot zestien-jarigen bleven het langst hangen en waagden zich nog aan een heuse dans. Een aantal moeders kregen zelfs een snelcursus hippe dance-moves .





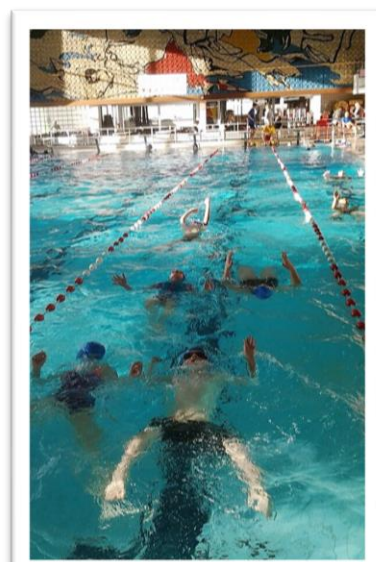
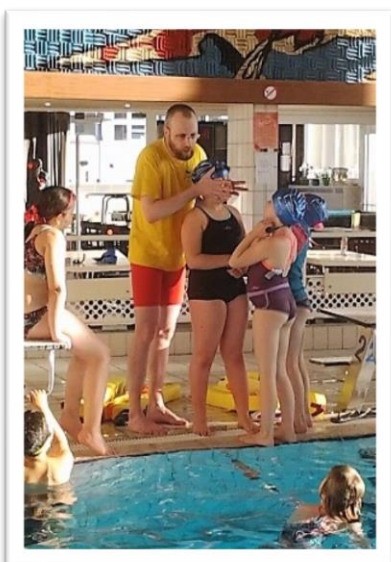
REDDER-TRAININGEN

27 en 30 Maart 2017 door Ralph, in ons Rooigem zwembad

Op vraag van enkele zwemmertjes organiseerden we lessen reddend zwemmen waarbij ook de redderspop aan bod kwam. Een aantal basistechnieken werden aangeleerd zoals te water gaan, bevrijdingstechnieken en vervoerstechnieken met de redderspop. FROS-trainer Ralf Pensis heeft met veel overgave voor deze boeiende lessen gezorgd.

Zwemmen of waterplezier samen met een V.Z.D.-zwemmertje is van nu af aan een heel stuk veiliger geworden !

Heel veel dank, Ralph !



APRILVIS-zwemmen

1 April 2017, in ons Rooigem zwembad



Even serieus ! Op onze "APRILVIS"-zwemochtend was iedereen welkom. Jullie konden familie, buren en vrienden meebrengen voor een gratis proefles of recreatief uurtje zwemmen. Je moest het zwembad wel delen met kleurrijke "APRILVISSEN" !!??!! , met sommige vissen kon je een verrassing krijgen maar het gros was enkel voor de grap....☺

Eerste INFO-AVOND voor zwemmers en ouders

27 April 2017, in het cafetaria van het Rooigem zwembad

Voor de allereerste keer werd een info-avond georganiseerd voor de ouders en zwemmers. Dit is een nieuw initiatief dat tot stand kwam naar aanleiding van onze workshop en strategie-oefening die we in oktober hebben gehouden met het hele bestuursteam en trainerscorps.

Alle zwemmers kregen een verslagje met hun zwemvorderingen, een persoonlijke uitleg van hun trainer over wat goed gaat, waarin jullie uitblinken, waar er nog werkpuntjes zijn en wanneer er verwacht wordt dat er kan doorgeschoven worden naar een volgende groep. Ook werden suggesties voor deelname aan wedstrijden besproken. Dit ging natuurlijk niet met een droge keel daarom kregen alle ouders en zwemmers van de club een glaasje naar keuze.



We vernamen vele positieve reacties over deze eerste editie. Hiervoor willen we natuurlijk alle trainers heel erg bedanken voor hun grondige voorbereidingen en stimulerende woordjes.



4. VZD CLUBACTIVITEITEN

WIJNGAARDCUP Wedstrijd

Zondag 10 september 2017, te Blankenberge

Geörganiseerd door de Blankenbergse Zwemvereniging

Meer info volgt.

BEKER VRIJE ZWEMMERS DRONGEN

Zondag 24 september 2017, te Gent – Zwembad Strop

Geörganiseerd door Vrije Zwemmers Drongen

NIET TE MISSEN – 'niet te missen' – NIET TE MISSEN – 'niet te missen'

1ste koers : **100 M schoolslag dames:**

benjamins - miniemen - kadetten - pupillen - senioren

2de koers : **100 M vrije slag heren:**

benjamins - miniemen - kadetten - pupillen - senioren

3de koers : **50 M schoolslag meisjes:** eendjes - dolfijntjes

4de koers : **50 M vrije slag jongen:** eendjes - dolfijntjes

5de koers : **100 M schoolslag dames/heren:** veteranen 25 - 35 - 45

6de koers : **4 X 100 M wisselslag dames**

7de koers : **4 X 100 M wisselslag heren**

8ste koers : **100 M vrije slag dames :**

benjamins - miniemen - kadetten - pupillen - senioren

9de koers : **100 M schoolslag heren:**

benjamins - miniemen - kadetten - pupillen - senioren

10de koers: **50 M vrije slag meisjes:** eendjes - dolfijntjes

11de koers: **50 M schoolslag jongens:** eendjes - dolfijntjes

12de koers: **100 M vrije slag dames/heren:** veteranen 25 - 35 - 45 -

13de koers: **8 X 50 M schoolslag gemengd**

14de koers: **8 X 50 M vrije slag gemengd**

Toegang zwembad: **14u00**

Inzwemmen: 14u15-14u45

Aanvang der wedstrijden: 15u00

Inschrijvingen vóór: 11 september 2017



5. WEDSTRIJDUITSLAGEN

CLUBKAMPIOENSCHAPPEN Vrije Zwemmers Drongen

Gent, 11 maart 2017

Deze niet te missen wedstrijd was opnieuw een feest! Deze wedstrijd in eigen bad is er door en voor onze clubleden. Iedereen werd in een nieuw kledje gegoten, ouders hielpen waar nodig, jongezwemmerijtjes maar ook vele van onze volwassen zwemmers deden vol spanning mee aan deze V.Z.D. clubkampioenschappen. Voor enkele zwemmers was dit hun eerste kennismaking met wedstrijdzwemmen. We zagen bedrukte, gespannen, happy en finaal vele fiere gezichten eens de welverdiende medailles waren uitgedeeld.



Bij het klassement voor de clubkampioenschappen wordt met punten gerekend en wordt een totaal gemaakt van de punten van de 4 gezwommen slagen. Wie meer zwemt kan dus een hoger totaal bekomen. De wisselslag is een apart klassement voor de Beker secretaris Romain Hofman en de Beker erevoorzitter Rudy Coddens. Je wordt ingedeeld volgens categorie (leeftijdsgroepen). Indien je nog te jong bent of een andere afstand hebt gezwommen afwijkend van je categorie dan wordt je ingedeeld bij de recreanten.

Vergeet niet: DEELNEMEN IS BELANGRIJKER DAN WINNEN!

Punten Recreanten

CAT.	AFST.	KLAS	NAAM	SCHOOL	VLINDER	VRIJE	RUG	TOTAAL
RECREANT	50 M	1.	ARSLAN Emri	01:04,00 660	01:22,05 480	01:04,01 660		03:30,06 1800
		2.	SPANOGHE Arjen	00:59,35 710			00:55,50 750	01:54,85 1460
	25 M	1.	SPANOGHE Ilya	00:34,73	00:47,20			01:21,93 0
		2.	STRUYVELT Sander	01:18,95	01:30,74			02:49,69 0



CAT.	AFST.	KLAS	NAAM	SCHOOL	VLINDER	VRIJE	RUG	TOTAAL
RECREANT	50 M	1.	BOULFASSA Yamina	01:06,73 640			01:21,40 490	02:28,13 1130

Punten Heren

CAT.	AFST.	KLAS	NAAM	SCHOOL	VLINDER	VRIJE	RUG	TOTAAL
DOLFIJNTJES	50 M	1.	STRUYVELT Arne	01:12,04 580	00:49,69 810	00:47,35 830		02:49,08 2220
		2.	DE HERTOOGH Floris			00:59,88 710	00:58,01 720	01:57,89 1430
		3.	ASSERER Adam			01:28,91 420		01:28,91 420
KADETTEN	100 M	1.	SUCAET Kevin		01:40,06 560	01:21,13 750	01:27,76 690	04:28,95 2000
		2.	CAUWELIER Jibbe	01:43,20 530	01:45,83 510	01:44,34 520	02:00,14 360	07:13,51 1920
		3.	ROBBEN Daan	01:38,10 580	01:41,35 550	01:24,00 720		04:43,45 1850
		4.	TIMMERMANS Ralf	01:36,73 600		01:33,18 630	02:14,58 220	05:24,49 1450
PUPILLEN	100 M	1.	DESIMPELAERE Arthur	01:39,59 570	01:32,60 640	01:35,25 610	02:13,60 230	07:01,04 2050
SENIOREN	100 M	1.	DE COCK Gertjan	01:38,82 580	01:34,16 620	01:17,86 790	01:35,61 610	06:06,45 2600
		2.	SMETS Simon	01:30,31 660		01:09,86 870	01:24,25 720	04:04,42 2250
		3.	PHILIPS Marc			01:21,23 750		01:21,23 750
VETERAN 1	50 M	1.	STRUYVELT Siefried	00:49,47 810		00:49,16 810		01:38,63 1620
VETERAN 2	50 M	1.	POTTIER Ludo	00:42,45 880	00:46,66 840	00:36,32 940	00:45,59 850	02:51,02 3510
VETERAN 3	50 M	1.	PHILIPS Marc			00:34,57 960		00:34,57 960



CAT.	AFST.	KLAS	NAAM	SCHOOL	VLINDER	VRIJE	RUG	TOTAAL
EENDJES	50 M	1.	ARSLAN Ruveda	01:12,22 580		01:11,01 590		02:23,23 1170
DOLFIJNTJES	50 M	1.	PHILIPS Amber	01:02,00 680	01:07,60 630	01:04,89 660	01:22,22 480	04:36,71 2450
		2.	POTTIER Nele	00:59,00 710	01:32,94 380	01:03,72 670	01:17,66 530	04:53,32 2290
		3.	AHMEDOV Drita	01:13,14 570		01:04,25 660	01:27,80 430	03:45,19 1660
		4.	DE LANOO Maya	00:51,56 790		00:48,74 820		01:40,30 1610
MINIEMEN	100 M	1.	ROBBEN Benthe	01:49,23 470	01:51,16 450	01:32,73 640	01:44,00 520	06:57,12 2080
		2.	ROBBEN Sarah	01:49,12 470	01:57,44 390	01:30,65 660	01:48,82 480	07:06,03 2.000
		3.	CAUWELIER Auke	01:50,24 460	01:56,64 400	01:37,39 590	01:51,06 450	07:15,33 1900
		4.	VRIJ Anna	01:48,42 480		01:33,22 630	01:52,24 440	05:13,88 1550
		5.	CLAUS Maïté	01:49,72 470		01:42,44 540	01:51,18 450	05:23,34 1460
VETERAN 1	50 M	1.	NUYTINCK Jorinde	00:52,72 780	00:55,02 750	00:46,15 840	00:57,29 730	03:31,18 3100
		2.	TJAMPENS Veerle	00:47,22 830		00:36,45 940	00:45,21 850	02:08,88 2620
VETERAN 2	50 M	1.	DUFRUMONT Ruth	00:53,29 770		00:43,00 870	01:02,72 680	02:39,01 2320
		2.	VAN DEN BULCKE An	00:53,66 770			01:10,89 600	02:04,55 1370



100 M WISSELSLAG HEREN

CATEGORIE	KLAS	NAAM	TIJD
Dolfijntjes Benjamins Miniemen	1.	STRUYVELT Arne	02.10.15

100 M WISSELSLAG DAMES

CATEGORIE	KLAS	NAAM	TIJD
Dolfijntjes Benjamins Miniemen	1.	ROBBEN Sarah	01.43.59
	2.	ROBBEN Benthe	01.46.34
	3.	CAUWELIER Auke	01.47.27

200 M WISSELSLAG HEREN

CATEGORIE	KLAS	NAAM	TIJD
Kadetten	1.	DE COCK Gertjan	03.11.29
Pupillen	2.	SUCAET Kevin	03.24.44
Senioren	3.	ROBBEN Daan	03.30.25
	4.	DESIMPELAERE Arthur	03.35.39
	5.	CAUWELIER Jibbe	03.56.18
	6.	TIMMERMANS Ralf	03.57.98

100 M WISSELSLAG HEREN

CATEGORIE	KLAS	NAAM	TIJD
Veteranen 1, 2, 3 & Recreanten	1.	POTTIER Ludo	01.33.98

AFKORTINGEN

NT	: voor de eerste maal afstand en zwemwijze gezwommen
VT	: persoonlijke besttijd met sec + honderdsten verbeterd
N.CR	: nieuw clubrekord
N.BR	: nieuwe bondsrekord
PINGUIN	: scherpe tijd gezwommen voor het bekomen van een kenteken.

JEUGDHAPPENING Freddy De Muynck Gent, 18 maart 2017

**1st Koers : Meisjes, 50 m Schoolslag**

<u>Dolfijntjes</u>	:	1 ^{ste}	:	DELANOO, Maya	48.91	VT
<u>Miniemen</u>	:	9 ^{de}	:	ROBBEN, Benthe	47.75	
		10 ^{de}	:	ROBBEN, Sarah	49.02	VT
		16 ^{de}	:	CAUWELIER, Auke	53.39	

2^{de} Koers : Jongens, 50 m Vrije slag

<u>Dolfijntjes</u>	:	1 ^{ste}	:	STRUYVELT, Arne	42.51	VT
		6 ^{de}	:	DE HERTOIGH, Floris	57.33	VT

5^{de} Koers : Meisjes, 50 m Vrije slag

<u>Dolfijntjes</u>	:	1 ^{ste}	:	DELANOO, Maya	49.45	
<u>Miniemen</u>	:	9 ^{de}	:	ROBBEN, Benthe	39.02	VT
		12 ^{de}	:	ROBBEN, Sarah	39.85	
		13 ^{de}	:	CAUWELIER, Auke	40.92	VT

6^{de} Koers : Jongens, 50 m Schoolslag

<u>Dolfijntjes</u>	:	3 ^{de}	:	DE HERTOIGH, Floris	1.02.20	VT
		5 ^{de}	:	STRUYVELT, Arne	1.15.14	

9^{de} Koers : Meisjes, 50 m Rugslag

<u>Miniemen</u>	:	9 ^{de}	:	ROBBEN, Benthe	45.69	VT
		10 ^{de}	:	ROBBEN, Sarah	48.73	VT
		12 ^{de}	:	CAUWELIER, Auke	49.52	VT

10^{de} Koers : Jongens, 50 m Vlinderslag

<u>Dolfijntjes</u>	:	1 ^{ste}	:	STRUYVELT, Arne	56.59	NT
		2 ^{de}	:	DE HERTOOGH, Floris	1.17.57	NT

13^{de} Koers : Meisjes, 50 m Vlinderslag

<u>Miniemen</u>	:	7 ^{de}	:	ROBBEN, Benthe	49.53	VT
		8 ^{ste}	:	ROBBEN, Sarah	49.98	VT
		10 ^{de}	:	CAUWELIER, Auke	56.19	

14^{de} Koers : Jongens, 50 m Rugslag

<u>Dolfijntjes</u>	:	3 ^{de}	:	DE HERTOOGH, Floris	1.01.39	NT
		4 ^{de}	:	STRUYVELT, Arne	1.01.51	NT

Klerenzwem met groep van Simon



6. DE KEUZE VAN SIMON



Ithaca

- Konstantínos Kaváfis

Wanneer je je reis naar Ithaca aanvangt,
bid dan dat de weg lang mag zijn,
vol avontuur, rijk aan stof tot kennis.
Wees niet bang voor de Lestrygonen
en de Cyclopen en de toornige Poseidon.
Je zult volk van dat soort nooit tegenkomen zolang
je gedachten verheven blijven en
fier gevoel je lichaam en geest vervult.
Je zult de Lestrygonen nooit ontmoeten,
noch de Cyclopen en de grimmige Poseidon,
als je ze niet in je ziel met je meedraagt,
als je ziel ze niet voor je oproept.

Daarom, bid dat de weg lang mag zijn,
dat het vele zomerochtenden moge geven,
dat je zo vol vreugde, zo vol genot
nooit eerder geziene havens aandoen mag!
Blijf rondhangen op Phoenicische markten
en koop er vele schone zaken:
parelmoer en koralen, amber en ebbenhout
en zoetgeurende parfums van allerlei soort.
Koop zoveel zoetgeurende parfums als je kunt.
Bezoek massa's Egyptische steden,
om er te leren, te leren van hen die kennis bezitten.

Houd je geestesoog steeds vast op Ithaca gericht,
daar te komen is je uiteindelijke doel.
Maar haast je vooral niet,
je reis kan beter jaren en jaren duren.
Werp er desnoods pas het anker uit wanneer je al oud bent,
rijk aan alles wat je onderweg hebt verworven,
maar zonder nog iets van Ithaca te verwachten.
Ithaca schonk je die heerlijke reis,
maar nu heeft ze je niets meer te geven.
En al tref je er niets aan, dan heeft ze je toch niet bedrogen:
met alle wijsheid die je vergaard hebt, met zoveel ervaring,
begrijp je dan stellig wat Ithaca's zeggen willen.

7. ONTSPANNING

VAKANTIE!

ZONNE BRÄDEN,
ZWEMEN,
KERRE-VEN,
KRÄMPEREN,
EN.....

EIS!



het is
 ☀️ **Zomer!**
 lak aan de regels,
 Neem **ALLE TIJD**
 ~~~~~  
 Negeer je hoofd ◀️  
 & **VOLG**  
**JE H♥RT.**



2014

www.miekuh.nl

**8. IDENTITEITSKAART**

Identiteitskaart van de Vrije Zwemmers Drongen vzw

Oprichtingsdatum : Februari 1979  
Ondernemingsnummer : 0446.978.968  
Rekeningnummer: **BE27 2900 2161 6873**

Maatschappelijke zetel : Botestraat 68  
9032 Wondelgem  
Aangesloten bij : FROS Amateursportfederatie vzw  
Boomgaardstraat 22 bus 35  
2600 Berchem  
Verzekeringsmaatschappij : Arena

**Trainingslokatie :**  
**Zwembad Rooigem**  
**Peerstraat, 9000 Gent**  
**Tel. 09 226 44 68**

Contactgegevens VZD: [secretariaat@vzd.be](mailto:secretariaat@vzd.be)

Voorzitter & sportsecretaris : An, VAN DEN BULCKE  
Ondervoorzitter : Michel, VAN WASSENHOVE  
Secretaris : Ruth, DUFROMONT  
Penningmeester : Jean-Pierre PENSIS

Leden Raad van Bestuur : Delphine, VAN RENTERGHEM  
Simon, SMETS  
Inge, CORSYN

Jeugdsportcoördinator : Delphine, VAN RENTERGHEM  
Vertrouwenspersoon : Ruth, DUFROMONT

Trainersstaf : Michel, VAN WASSENHOVE  
Delphine, VAN RENTERGHEM  
Inge, CORSYN  
Simon, SMETS  
Charlotte, BUYSSE  
Stephanie, VAN EENOO  
Raoul DE SMET  
Manu SCHEPENS  
Joke DE MEESTER

Redders : Jean-Pierre, DE WILDE  
Dennis, DUPRE





# Broodautomaten

## De Dapper

### DRONGEN

A.Catriestraat 13  
A.Catriestraat 80  
Varendriesstraat 5,  
Mariakerksesteenweg 80  
Gavergrachtstraat 114  
Deinsesteenweg 89  
Merendreesesteeweg 51

### LOVENDEGEM

Lostraat 81  
Grote Baan 72

### LANDEGEM

Musschaverstraat 1

### ZOMERGEM

Kruisstraat 34

### GENT

Zwijnaardsesteenweg 168  
A.Triestlaan 63  
Palinghuizen 150  
Achiel Hendrickslaan 3



# Kelly's Schoonheidssalon is verhuisd naar Landegem



KELLY'S  
schoonheidssalon

## KELLY'S SCHOONHEIDSSALON



### OPENINGSUREN

Maandag: gesloten  
Dinsdag-vrijdag: 8:30 - 18:30u  
Zaterdag: 09:00 - 16:00u  
Zon- en feestdagen: gesloten



### LOCATIE

Vosselarestaat 9,  
Landegem, 9850

Book online:

[www.Kellysschoonheidssalon.be](http://www.Kellysschoonheidssalon.be)

Vosselarestaat 9 - Landegem 9850  
0476/077734 – info@kellysschoonheidssalon.be