

CLUBBLAD van de  
Valkenswaardse Zwem en Poloclub  
TEMPO



Opgericht 15 mei 1961



---

**Ereleden**

Hr W. Kiela

**Leden van Verdienste**

Mevr. Anni Janssen

Hr. A. Aarts

Hr. D. Nieuwenhuizen

Hr. A. Versmoren

Hr. J. Dielis

Hr. B. van Doesburg

Hr. H. Belgers

Mevr. A. Belgers

**Redactie clubblad**

*eindredactie*

*Jac Dielis*

*[mailto: sopper@zwemverenigingtempo.nl](mailto:sopper@zwemverenigingtempo.nl)*

**Correspondentieadres:**

Postbus 158

5570 AD Bergeijk

**Tijdens zwem en trainingen**

Sportpark Den Dries

Pastoor Heerkensdreef 29

5552 BG Valkenswaard

*[website: www.zwemverenigingtempo.nl](http://www.zwemverenigingtempo.nl)*

**Bank: ING- Rekeningnummer: NL22 INGB 0001 508653 t.n.v. VZ&PC Tempo**

---

**Bestuur**

Voorzitter: Jack Spoorenberg

*[voorzitter@zwemverenigingtempo.nl](mailto:voorzitter@zwemverenigingtempo.nl)*

Secretaris: Vacature

*[secretaris@zwemverenigingtempo.nl](mailto:secretaris@zwemverenigingtempo.nl)*

Penningmeester: Vacature

*[penningmeester@zwemverenigingtempo.nl](mailto:penningmeester@zwemverenigingtempo.nl)*

Coördinator opleidingen:

Tina Spoorenberg

*[opleidingen@zwemverenigingtempo.nl](mailto:opleidingen@zwemverenigingtempo.nl)*

Elementairzwemmen:

Voorzitter: Vacature

*[elementairzwemmen@zwemverenigingtempo.nl](mailto:elementairzwemmen@zwemverenigingtempo.nl)*

Recreatiefzwemmen:

Voorzitter: Diana Wijn

*[voorzitterrecreatief@zwemverenigingtempo.nl](mailto:voorzitterrecreatief@zwemverenigingtempo.nl)*

Wedstrijdzwemmen:

Voorzitter: Lisa Verzeijden

*[wedstrijdzwemmen@zwemverenigingtempo.nl](mailto:wedstrijdzwemmen@zwemverenigingtempo.nl)*

Activiteitencommissie:

Voorzitter: Remko de Keijzer

*[activiteiten@zwemverenigingtempo.nl](mailto:activiteiten@zwemverenigingtempo.nl)*

Algemene Zaken: Tineke Herps

## Van de Penningmeester

Het verenigingsjaar loopt van 1 september tot en met 31 augustus.

De contributie is verschuldigd over 12 maanden per zwemseizoen (tot en met 31 augustus).

	Maand	Kwartaal	Jaar
Zwemles	€ 15,50	€ 46,50	€ 186,--
Recreatief	€ 15,50	€ 46,50	€ 186,--
Wedstrijdzwemmen	€ 18,00	€ 54,00	€ 216,--
Masterzwemmen 2xpw	€ 18,00	€ 54,00	€ 216,--
Masterzwemmen 1xpw	€ 12,15	€ 36,50	€ 146,--
Ouderzwemmen	€ 12,15	€ 36,50	€ 146,--
Aquajoggen			€ 36,00 voor 10 lessen
Zwemles voor volwassenen			€ 36,00 voor 10 lessen
Diploma bijdrage A, B en C			€ 12,50
3e/4e etc. lid van een gezin (goedkoopste lid)		2/3 gedeelte van de contributie	

De contributie van alle nieuwe leden wordt geïnd via automatische incasso.

Indien er een acceptgiro kaart toegestuurd wordt, (voor leden die al langer lid zijn) wordt de contributie verhoogd met € 1,50 administratiekosten. Het verenigingsjaar, dus ook het lidmaatschap, loopt van 1 september tot en met 31 augustus. Een eventuele opzegging dient tenminste 2 maanden voor het beëindigen van het verenigingsjaar (voor 1 juli) schriftelijk te gebeuren. Indien de opzegging te laat plaats vindt, is de volledige contributie over het volgend verenigingsjaar verschuldigd.

Uitzondering op deze regel is ná het behalen van het A-diploma, het B-diploma of het C-diploma. Opzegging dient onmiddellijk ná het behalen van een van deze diploma's schriftelijk te geschieden

Extra verplichtingen:

Het inschrijfgeld bedraagt eenmalig € 12,50

Recreatieve - en wedstrijdzwemmers betalen ongeveer € 20,-- per jaar voor een startvergunning en € 30,-- per jaar aan wedstrijdskosten.





# INHOUD

Wat vindt U in deze Sopper?

Pagina	4-----	Redactie
Pagina	5/7-----	Info.
Pagina	8-----	Bestuur
Pagina	9-----	Sponsoractie
Pagina	10-----	Een leven lang
Pagina	12/14-----	Wedstrijd
Pagina	15/17-----	Recreatief
Pagina	18-----	Elelementair
Pagina	19-----	Lezers Panel
Pagina	20/21-----	Zomaar
Pagina	22/23-----	Agenda
Pagina	24/26-----	Activiteiten
Pagina	27-----	Verjaardagen
Pagina	28-----	Oma weet raad
Pagina	29-----	Oude doos
Pagina	31-----	Puzzel
Pagina	32-----	Husselwoorden



Bestuur



Elementairzwemmen



Wegstrijd/polo

Vit de oude doos



AC

Activiteiten



## Tempo is op zoek naar adverteerdes

Omdat wij de laatste tijd nogal wat adverteerders zijn kwijtgeraakt voor ons clubblad "De Sopper" zijn wij op zoek naar nieuwe bedrijven die VZ&PC TEMPO willen steunen in de vorm van het plaatsen van een advertentie.



Voor informatie [Sopper@zwemverenigingtempo.nl](mailto:Sopper@zwemverenigingtempo.nl)



Advertentie





# Redactie

Jaargang 58 nummer 2

Mei 2023

De meimaand is bij veel mensen een geliefde maand: lekker veel feestdagen en dus veel vrije dagen! Een overzichtje en de oorsprong van de feestdagen in mei, zoals 1 mei, hemelvaartsdag en pinksteren. Tijdens de maand mei zijn er ook heel wat gebruiken, die soms heel ver teruggaan in de tijd. Denken we maar aan het schenken van bosjes meiklokken, het planten van de meiboom, de ijsheiligen, het vieren van communies, lentefeesten en moederdag.

In mei denken wij ook aan warmere dagen maar toch moet men in mei ook nog rekening houden met de ijsheiligen Zolang die niet voorbij zijn, kan het nog steeds vriezen en erg koud zijn.

In de maand mei denken wij ook aan de meiklokjes en de pinksterbloemen .

Wat er ook in de maand mei plaats vind dat is vooral in Duitsland nog zeer levendig is het zetten van een meibomen met daarop afbeeldingen van verschillende beroepen. Deze "Maibaum" vertegenwoordigt de eer van de stad of het dorp en er is dan ook veel concurrentie onderling om de mooiste boom op te zetten. Jammer genoeg is deze traditie in Nederland nauwelijks nog aanwezig, behoudens nog een paar plaatsen in Limburg waar men dit heden tendage nog steeds viert

Wat men nog wel vieren dat is dit jaar op 14 mei moederdag zoals al is vermeld een oude traditie om Moederkesdag te houden gaat terug naar de Griekse Oudheid.

De maand juni daarentegen is genoemd naar de licht- of maangodin Juno, in de Romeinse mythologie de vrouw van Jupiter. Zo staat de maand juni vooral in het teken van de oogst. Juni is meestal ook de maand waarin schapen van hun warme vacht worden bevrijd.

Zo heeft iedere maand zijn eigen kenmerken maar voor ons geldt dit voor leuke warme dagen en een vooruitzicht op de vrije dagen die wij krijgen en daar op volgende de schoolvakanties waar we weer lekker uit ons dak kunnen gaan zowel in eigenland dan wel in het Buitenland

Van de Redactie.....

Beste Sopper lezers,

Wij wensen onze lezers veel leesplezier!!

Sopper@zwemverenigingtempo.nl.

Kopij inleveren voor 20 juni



# Informatief



## Vertrouwenscontactpersoon VZ&PC Tempo Belangrijk !!

Met ingang van dit seizoen ben ik, Janny Gielen, de vertrouwenscontactpersoon binnen TEMPO. Een vertrouwenscontactpersoon is het eerste aanspreekpunt voor iedereen die te maken heeft met ongewenst gedrag, pesten en/of seksuele intimidatie en hier met iemand over wil praten. Sporten is leuk, gezellig en gezond. Maar soms gebeurt er iets, waardoor de lol eraf gaat. Je wordt lastiggevalen. Iemand maakt voortdurend vervelende opmerkingen. Maakt grappen over je lijf of raakt je aan, terwijl je dat niet wilt. Als je hier mee te maken krijgt, is het belangrijk te weten waar je terecht kunt voor hulp, ondersteuning en advies. Als vertrouwenscontactpersoon luister ik naar je verhaal. We bespreken samen de mogelijke vervolgstappen. Informatie wordt strikt vertrouwelijk behandeld en er gebeurt niets wat je niet wilt. (In het geval van strafbare feiten heeft de vertrouwenscontactpersoon wel een meldingsplicht).

### Signaleren en praten

Iedereen die sport, moet dit kunnen doen in een veilige, prettige en vertrouwde omgeving. Wanneer je te maken krijgt met pesten of (seksuele) intimidatie, is dat een teken dat die omgeving niet meer veilig en vertrouwd is. Het kan veel emoties en vragen oproepen, ook als je er niet zelf het slachtoffer van bent, maar het ziet gebeuren. Blijf er niet mee rondlopen! Het direct in de openbaarheid brengen kan herhaling of het verergeren van de situatie voorkomen. Juist om bovengenoemde redenen heeft TEMPO een vertrouwenscontactpersoon (VCP) aangesteld.

Als vertrouwenscontactpersoon ben ik per mail bereikbaar. Ik zal je daarna terugbellen of mailen.

Je kunt me bereiken via: [vertrouwenspersoon@zwemverenigingtempo.nl](mailto:vertrouwenspersoon@zwemverenigingtempo.nl).

Iedere sportvereniging heeft een vertrouwenscontactpersoon. Daarnaast is er ook een landelijk Vertrouwenspunt Sport van NOC\*NSF dat je kunt bellen:

Zie hiervoor de volgende pagina.



# Informatief



**Belangrijk!!**

## Vertrouwenspunt Sport

Voor alle sporters en hun omgeving heeft NOC\*NSF in samenspraak met de sportbonden het Vertrouwenspunt Sport opgezet. Want naast alle positieve kanten, heeft sport ook een keerzijde. Het gaat dan over afwijkingen van de regels, waarden en normen in de sport. Afwijkingen op het gebied van doping, match-fixing en seksuele intimidatie die de Olympische kernwaarden van respect, vriendschap en fair play aantasten.

Daarom heeft NOC\*NSF een Vertrouwenspunt in het leven geroepen. Hier kan je vragen stellen of meldingen doen over zaken die mogelijk in strijd zijn met de regels, waarden en normen in de sport. Dat kunnen persoonlijke dilemma's of vervelende ervaringen zijn, maar je kunt er ook terecht wanneer je grensoverschrijdend gedrag van anderen wilt melden. In een vertrouwelijk gesprek met een vertrouwenspersoon of adviseur bespreek je wat je dwars zit en welke stappen je zou kunnen zetten om het aan te pakken. Je houdt zelf altijd de regie op wat er met je verhaal gedaan wordt.

Zit je ergens mee?

Bel het Vertrouwenspunt Sport, 0900 – 202 55 90 (€ 0,10 per minuut )!



**ONDERHOUD** *sterk in elk merk* + **APK**

**AUTOBEDRIJF**

**PietBosmans.nl**

**Kerkakkerstraat 24 Tel.040 2040733**

**Dommelen**

**p.bosmans@hetnet.nl**



## Grensoverschrijdend gedrag



Sportclubs worden regelmatig geconfronteerd met ongewenst gedrag. Denk bijvoorbeeld aan de grove overtredingen in het zwembad, te fanatieke ouders langs de badrand, schelden, het bedreigen van scheidsrechters, discriminerende opmerkingen en seksuele intimidatie. Ook in jouw vereniging kan grensoverschrijdend gedrag plaatsvinden en dat heeft veel impact op de betrokkene(n), op je organisatie/vereniging én op het sportplezier van betrokkenen.

Onder het thema Code Blauw onderscheidt de KNZB de volgende gedragten als grensoverschrijdend gedrag:

- Pesten
- Discriminatie
- Bedreiging
- Belediging
- Mishandeling
- Seksuele intimidatie
- Matchfixing
- Doping

Grensoverschrijdend gedrag is volop in de media. Helaas blijkt dat iedereen er waarschijnlijk wel eens mee te maken gaat krijgen. Voor het maken van een melding is het voor het vervolg van belang de gegevens vanaf het eerste moment goed te noten. Deze mededeling geeft aan welke informatie van direct belang kan zijn voor het doen van een melding.

Als bestuurder van een vereniging ben je altijd verplicht een melding te doen van Grensoverschrijdend gedrag?

Als bestuurder van een vereniging ben je altijd verplicht een melding te doen van Grensoverschrijdend gedrag?



### Preventief beleid

De KNZB wil haar verenigingen ondersteunen bij de preventie van grensoverschrijdend gedrag. Het is belangrijk het over dit thema te hebben. Zet het op de agenda, zorg voor een goed preventief beleid om er voor te zorgen dat de kans op grensoverschrijdend gedrag zo klein mogelijk is.

Aan de hand van de stappen op de afbeelding kan een preventief beleid door de vereniging worden opgesteld en geïmplementeerd.

### Contact

Neem contact op met de vertrouwenscontactpersoon van de KNZB of vertrouwenscontactpersoon van onze vereniging.





# Bestuur

## Bestuur zwemvereniging Tempo

Vanaf vandaag zal de info mail van de vereniging beantwoord gaan worden door Cassandra. Ze zal zoveel mogelijk mailtjes doorzetten naar de juiste tak van onze vereniging. Het is de bedoeling dat iedere commissie de mail die doorgezet wordt beantwoord. Hieronder nog een overzicht van de huidige mail adressen die actief zijn binnen onze vereniging.

### Mailadres Tak Wie?

activiteiten@zwemverenigingtempo.nl

Activiteiten commissie

**Remko**

bestuur@zwemverenigingtempo.nl

Dagelijks bestuur

**Jack**

elementair@zwemverenigingtempo.nl

Elementaire Commissie

**Astrea**

info@zwemverenigingtempo.nl

Hoofd emailadres

**Cassandra**

leden@zwemverenigingtempo.nl

Ledenadministratie

**Jack**

officials@zwemverenigingtempo.nl

Officials wedstrijden

**Lisa**

opleidingen@zwemverenigingtempo.nl

Opleidingen/bijscholen

**Tina**

penningmeester@zwemverenigingtempo.nl

financieel

**Adrienne**

recreatief@zwemverenigingtempo.nl

Recreatieve commissie

**Diana**

secretaris@zwemverenigingtempo.nl

Secretaris

**Jack**

sopper@zwemverenigingtempo.nl

Clubblad

**Jac**

trainer@zwemverenigingtempo.nl

Trainer wedstrijd ploeg

**Jordi**

vertrouwensper

soon@zwemverenigingtempo.nl

Vertrouwenspersoon

**Janny**

voorzitter@zwemverenigingtempo.nl

Voorzitter

**Jack**

webmaster@zwemverenigingtempo.nl

IT

**Jack**

website@zwemverenigingtempo.nl

Beheerder website

**Nanno**

wedstrijd@zwemverenigingtempo.nl

Wedstrijdcommissie

**Lisa**

wedstrijdsecretariaat@zwemverenigingtempo.nl

**Daniel**

zwemmenvolwassenen@zwemverenigingtempo.nl

Ouderzwemmen

**Thea**

# Jubileum spaaractie zwemvereniging Tempo



Op 15 mei 2026 bestaat onze vereniging 65 jaar.

Met de opbrengst van deze actie willen wij een leuke jubileumactie organiseren voor alle zwemmers binnen onze vereniging.

Wilt u een sportvereniging steunen, steun ons en lever hier u statiegeld bonnetje in.

Inleveren kan in de gehele maand april bij de Jumbo aan de Leenderweg in Valkenwaard.

Daarnaast mag u ook lege flessen inleveren tijdens cluburen die wij dan gaan inwisselen bij de betreffende supermarkten.

We hopen op uw medewerking!

Alvast hartelijk dank.



ZWEM EN POLOCLUB





# Een leven lang zwemmen begint bij



VZ&PC Tempo wordt gerund door vele enthousiaste vrijwilligers.

Het is de enigste Zwemvereniging in de regio die een groot scala aan zwemmogelijkheden te bieden heeft.

Naast de bekende zwem A, B en C diploma's kun je ook terecht voor diverse zwemvaardigheids diploma's, snorkelen, reddendzwemmen, balvaardeigheid enz, enz.

Tevens voor zeer fanatieke zwemmers kun je wedstrijdzwemmer of masterzwerker worden.

Voor de ouderen onder ons bestaat de mogelijkheid van Aquajoggen of het ouderzwemmen.

Vandaar de slogan "een leven lang zwemmen" begint bij Tempo

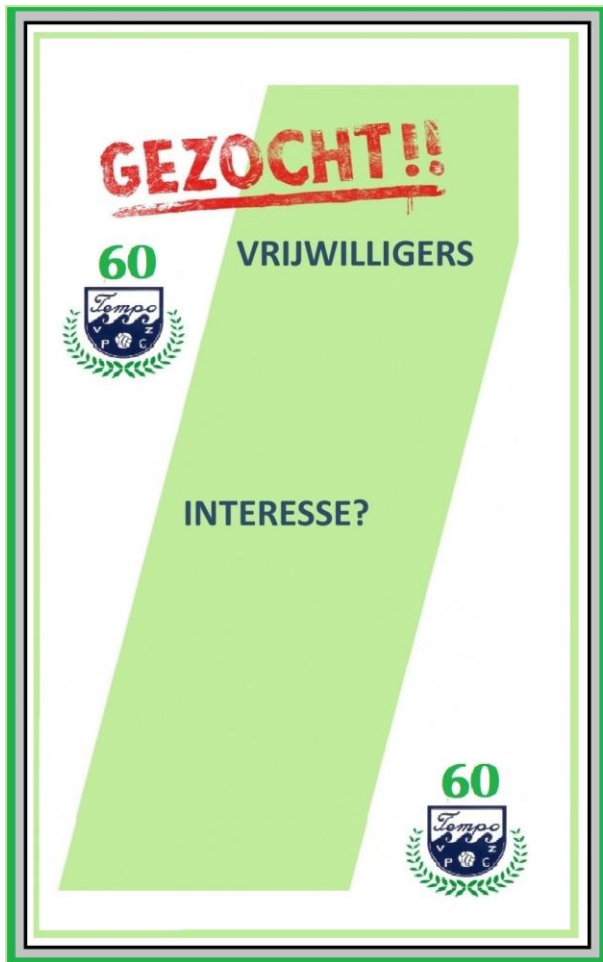


- Eelementairzwemmen
- Recreatiefzwemmen
- Wedstrijdzwemmen
- Masterzwemmen
- Aquajoggen
- Ouderzwemmen



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





Dit is ook belangrijk!!!

Een *Vrijwilliger*  
is onbetaalbaar

## Tempo is op zoek naar adverteerdes

Omdat wij de laatste tijd nogal wat adverteerders zijn kwijtgeraakt voor ons clubblad "De Sopper" zijn wij op zoek naar nieuwe bedrijven die VZ&PC TEMPO willen steunen in de vorm van het plaatsen van een advertentie.



**Advertentie**



Voor informatie [Sopper@zwemverenigingtempo.nl](mailto:Sopper@zwemverenigingtempo.nl)



OP 2 april jl. zijn er Klassements en limietwedstrijden gezwommen in ons eigen zwembad "De Wedert"

Voor uitslagen van deze wedstrijden kunt u inloggen op onze website [www.zwemverenigingtempo.nl](http://www.zwemverenigingtempo.nl).

Klik vervolgens wedstrijdzwemmen aan vervolgens uitslagen.

## A-klasse Regio Zuid

Competitie:

Nr.	Club	Ronde 1	Ronde 2	Ronde 3	Ronde 4	Totaal
1	Z&PC Zegenwerp	4311,50	3915,24	5034,96	4775,45	18037,15
2	RZ	4324,48	3976,19	5040,74	4824,08	18165,49
3	De Warande	4393,63	4030,75	5105,29	4766,10	18295,77
4	Zwemsport Parkstad	4266,44	3992,06	5124,75	5024,15	18407,40
5	WZV	4361,15	4040,99	5143,81	4879,85	18425,80
6	Patrick-De Roersoppers (SG)	4486,97	3976,37	5097,70	4874,93	18435,97
7	Arethusa	4446,80	4039,36	5098,40	4890,18	18474,74
8	De Rog	4320,63	3954,94	5122,37	5121,91	18519,85
9	VZV Njord	4410,31	4056,99	5185,82	4876,86	18529,98
10	ZVDO 74	4429,66	4026,22	5145,27	4938,63	18539,78
11	Hieronymus 2	4432,43	4075,00	5183,89	4982,03	18673,35
12	Mosa-Regio	4451,18	4085,94	5218,87	4931,94	18687,93
13	Zwemclub Eijsden	4456,77	4061,59	5312,30	4915,49	18746,15
14	De Schelde	4441,46	4032,41	5191,83	5091,28	18756,98
15	De Bevelanders	4466,41	4108,83	5281,90	4902,34	18759,48
16	TRB-RES	4500,56	4101,38	5240,29	5000,59	18842,82
17	RZL	4507,44	4137,96	5243,59	4981,50	18870,49
<b>18</b>	<b>Tempo</b>	<b>4474,07</b>	<b>4104,38</b>	<b>5197,13</b>	<b>5108,31</b>	<b>18883,89</b>
19	De Biesboschzwemmers	4437,28	4143,71	5272,77	5132,03	18985,79
20	ZC Aquadream	4605,44	4118,97	5299,20	5115,56	19139,17

Onze wedstrijd ploeg is in de totaal stand na 4 wedstrijden teruggezak naar de 18<sup>e</sup> plaats. Een degradatie van maar liefst 4 plaatsen. Dit is voor Jordi en zijn wedstrijdzwemmers een hard gelach omdat dit vermoedelijk inhoud op degradatie naar de B klasse.



## wedstrijdzwemmen

De basis van deze prestatie kan men niet verhalen op de ploeg in zijn totaliteit want iedereen doet zijn best om zo hoog mogelijk te scoren. Men moet dit dus niet zoeken in de prestaties van onze wedstrijdzwemmers die doen allen hun best. De oorzaak van dit resultaat is deze; De wedstrijd ploeg van Tempo is te klein en dat betekent dat bij competitiewedstrijden niet alle programma onderdelen bezet kunnen worden. De KNZB rekent dan met vervangende tijden en dit drukt dan de overige prestaties van wedstrijdzwemmers weer naar beneden. Dat is dus dweilen met de kraan open. Want in deze wedstrijd werden maar liefst 13 vervangende tijden voor Tempo genoteerd te weten; 2x vervangende tijd in de programma's 7, 9, 19 en 40.

1x vervangende tijd in de programma's 12, 21, 36, 42 en 45.

Dit is natuurlijk een trieste en treurige zaak maar het is niet anders.

Als men de promotie degradatieregeling van de KNZB inziert dan moet men constateren dat onze wedstrijd ploeg de komende zwemcompetitie start in de B klasse.

Zie onderstaande bepalingen.

## KNZB Zwemcompetitie

### Promotie- Degradatieregeling 2022/2023

Versie: 13-10-2022



Landelijk	
<b>Eredivisie</b>	nrs. 15 en lager degraderen naar de Eerste Divisie
<b>Eerste Divisie</b>	Nrs. 1 t/m 4 promoveren naar de Eredivisie
	Nrs. 15 en lager degraderen naar de Regio A-klasse
<b>A klasse</b>	Landelijk gezien promoveren de snelste 4 teams naar de Eerste Divisie
Regio Zuid	
<b>A klasse</b>	Nrs. 18 en lager degraderen naar de B-klasse
<b>B klasse</b>	Nrs. 1, 2 en 3 promoveren naar de A-klasse
	Nrs. 16 en lager degraderen naar de C-klasse
<b>C klasse</b>	Nrs. 1, 2 en 3 promoveren naar de B-klasse





## wedstrijdzwemmen

vervolg

Promotie- en degradatieregeling De promotie/degradatieregelingen zijn onder andere afhankelijk van het aantal deelnemende verenigingen per klasse. De definitieve promotie/degradatieregeling van alle klassen in de KNZB Zwemcompetitie wordt uiterlijk eind oktober van het lopende seizoen bekend gemaakt op de site van de KNZB. In de regel is het volgende van toepassing: Eredivisie De vier laagst geplaatste ploegen degraderen naar 1e divisie. Eerste divisie Nummers 1 t/m 4 promoveren naar Eredivisie De vier laagst geplaatste ploegen degraderen naar de A-klasse. Overige klassen De vier snelste ploegen, ongeacht welke regio, promoveren naar de Eerste divisie (was 5). Degradatie uit de A-klasse en overige promotie/degradatieregelingen zijn afhankelijk van het aantal deelnemende teams per klasse en wordt voorafgaand aan de start van de competitie gecommuniceerd. Van deze bepalingen kunnen afgeweken worden, indien er veel mutaties zijn in aan- en afmeldingen voor de competitie. Versiebeheer & slotbepaling KNZB

### **Als het zo is dan gaan we het volgend seizoen weer voor promotie**

Zie voor de persoonlijke resultaten van onze wedstrijdzwemmers van de 4<sup>e</sup> ronde Nationale zwemcompetitie onze website [WWW.zwemverenigingtempo.nl](http://WWW.zwemverenigingtempo.nl) (uitslagen wedstrijdzwemmen)





## Survival examen

Na weken van goed oefenen was het dan eindelijk zover.

Op zondag 16 april stonden 16 zwemmers te popelen om hun survival kennis te laten zien aan de examinatoren en hun meegekomen fans.

Gekleed in broeken, schoenen, shirts of regenjas opende de examenkandidaten hun examen.

De eerste eis met koprollen in het water was een “eitje”, al hadden sommige kandidaten hier toch wel een persoonlijk gevecht met hun capuchon. Aansluitend kwam de tweede eis, die voor vele toch wel lastig blijft. We hoorde vele zuchten om de strakke broeken uit te krijgen in het water. Ook het knopen leggen kostte sommige wat moeite. Maar uiteindelijk kreeg iedereen het voor elkaar om te blijven drijven op hun regenjas of broek.

Daarna volgende de eisen zich op. Ze lieten zien dat ze menige meters gekleed kunnen zwemmen en zelfs extra opdrachten konden uitvoeren, zoals aan een touw omhoog komen, bodem aantikken, onder obstakels doorzwemmen en lange afstand onder water door het gat.

Ook de oefeningen met de boot blijven altijd een gezellig onderdeel. Bij diploma 1 moeten ze laten zien dat ze goed in een boot kunnen klimmen en deze veilig achterwaarts kunnen verlaten. Bij diploma 2 laten ze zien dat ze weten wat ze moeten doen als de boot om slaat om er veilig onderuit te komen.

Ze hadden hierbij de opdracht gekregen om zelf de 15 seconden in de gaten te houden door hardop te tellen. Met tweeën tegelijk onder de boot werd een gezellige bezigheid, wat zich uitte in overdreven hardop tellen, veel lachen of schamen en nauwelijks hoorbaar zijn.

De laatste oefeningen was een drenkeling redden van de kant door middel van een broek (diploma 1) of redding zak (diploma 2).

Het laatste bracht sommige zwemmers nog al in verwarring, want ze moeten op zoveel dingen letten en dit gaf dan ook leuke “missers”. Staan met voeten goed, heb ik het touw goed vast, vergeten te zeggen dat ze touw moeten vastpakken waardoor ze 30 meter moesten binnenhalen enz.

Maar dat ze redding vaardig zijn was na dit uurtje wel te zien. Iedereen was uit het water gered en we konden dan ook met 16 personen het diploma survival met een positief resultaat afsluiten.





## Recreatiefzwemmen

Zo mochten Lina, Tim en Blanka met hun **survival 1 diploma** naar huis. Voor **survival 2** kregen Lieke, Joëlle, Fajah, Jantje, Kick, Nick, Chris, Jezz, Tess, Stijn, Sjors, Vera en Stef hun diploma uitgereikt.

Namens alle recreatieve instructeurs en commissieleden van harte gefeliciteerd met deze super mooie prestatie en het weer iets zwemvaardiger zijn in en om het water!



## SURVIVAL





## Hallo Allemaal,

Bij deze een aantal belangrijke datums noteer deze goed, let op dit is de planning tot het einde van het seizoen.

### Noteer de datums:

1 en 2 mei	Snorkelen-> snorkelspullen mee
5 mei	<b>Bevrijdingsdag zwemles gaat door!</b>
17 t/m 21 mei	Zwemvierdaagse. <b>Geen zwemmen</b>
29 mei	<b>2<sup>de</sup> pinksterdag, Geen zwemmen</b>
2, 5 en 6 juni	Snorkelen-> snorkelspullen mee
9 t/m 11 juni	Kamp, wel zwemmen voor de degene die niet mee gaan
12, 13 en 16 juni	Brevetzwemmen.
3, 4 en 7 juli	Snorkelen-> snorkelspullen mee
10, 11 en 14 juli	Laatste zwemweek leuke activiteiten.
17 juli t/m 27 augustus	Vakantie.



Groetjes de recreatieve commissie





# Elementairzwemmen

Op 19 maart werd er weer diploma gezwommen. Het was weer een groot feest. Vele kinderen hadden de afgelopen periode flink geoefend en het resultaat mocht er wezen.

- 17 kinderen hebben A gehaald
- 20 kinderen hebben B gehaald
- 12 kinderen hebben C gehaald

**Allen van harte gefeliciteerd!!!**

Er was een externe examiner aanwezig en die was vol lof over het circuit waarop we het diplomazwemmen afnamen en over de kwaliteit van de zwemslagen en oefeningen die de kinderen hadden geoefend.



***Van Harte gefeliciteerd***







## *Lezers Panel*

**Lezers Panel** is een rubriek waar onze Tempo leden leuke ingezonden brieven, dankbetuigingen e.d. kunnen plaatsen,  
Lezerspanels kan nuttig zijn om erachter te komen wat onze Tempo leden nu eigenlijk van onze vereniging en of van bijvoorbeeld ons clubblad vinden .  
Deze maand een briefje van de familie Baudoin.  
Wij zijn geïnteresseerd in jullie ervaringen!!

Lieve zwemjuffen  
van Tempo

Na heel wat jaren  
hebben onze 4 Daltons  
bij jullie leren zwemmen.

Dankjewel voor jullie

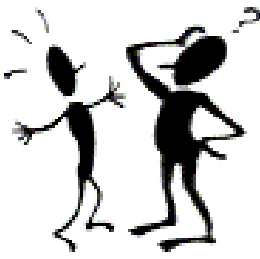
tomeloze inzet

Jullie zijn allemaal!

Toppers !!!

liefs familie Baudoin





# Zomaar....

## **Vanaf deze temperatuur is het lekker om buiten te zwemmen**

Tijdens een hete zomerdag zoeken veel mensen verkoeling in en rondom het water. Vaak is het water behoorlijk koud als je erin stapt. Ook als je uit het meertje of het zwembad komt kan het ineens heel koud aanvoelen

Wat zijn nu de ideale omstandigheden? We vertellen je het in dit verhaal.

Bij heet zomerweer is de gewone temperatuur niet de beste indicatie voor hoe heet het voelt. Luchtvochtigheid speelt ook een grote rol. Check voor meer informatie ons artikel over wat de gevoelstemperatuur bepaald.

Als je nat uit het water komt kan het extra koud aanvoelen. Dit komt doordat de waterdruppeltjes op je huid ervoor zorgen dat je huid snel afkoelt. Dit komt doordat ze warmte onttrekken aan je huid, waardoor ze verdampen. Dit kost energie (warmte). Als het waait gaat dit proces sneller en voelt het extra koud. In dat geval is het lekker om jezelf snel af te drogen. Maar als het heet en zonnig is kan je ook even van dit koude moment genieten. Anders heb je het over een paar minuten weer heet en moet je weer terug het water in.

### **Wanneer wil je verkoeling?**

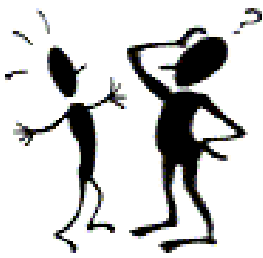
De behoefte aan verkoeling kan bij warm zomerweer snel ontstaan, maar hangt ook sterk af van wat je aan het doen bent. Zit je bij 26 graden in de schaduw van een boom een boek te lezen dan heb je het waarschijnlijk helemaal niet heet. Lig je echter te zonnen of speel je bijvoorbeeld een potje beachvolleybal dan is dat snel een heel ander verhaal.

Een eenduidig antwoord op de vraag vanaf welke temperatuur je buiten wilt zwemmen is daarom niet te geven. Wel is het zo dat vanaf grofweg een gevoelstemperatuur van 27 graden in combinatie met zonneshijn veel mensen behoefte aan verkoeling hebben.

### **Zwemwater vaak veel kouder dan de ideale watertemperatuur**

Glijdt rustig het water in, doe geen duik of sprong in het water.

Ga zo rustig mogelijk het water in ten aller tijde. Laat je lichaam op een rustige manier kennis maken met het koude water. Dit zorgt ervoor dat er geen shock effect kan ontstaan. Een handige tip voor het water betreden is door je handen nat te maken en de blote delen alvast kennis te laten maken met het water. Laat je vervolgens langzaam in het water zakken. Houdt je hoofd het langste nog boven het water, zodat je het gevoel van gewenning krijg kun je beginnen met zwemmen. Let tijdens de eerste meter altijd goed op de reactie van lichaam op het koude water. Je kunt het bijvoorbeeld merken aan je ademhaling. Wanneer je merkt dat je ademhaling niet onder controle is, ga dan vooral niet doorzwemmen.



# Zomaar....

De ideale watertemperatuur voor recreatief zwemmen is circa 28 graden. Voor kleine kinderen en ouderen is 29-30 graden zelfs nog iets beter en voor wedstrijd-zwemmen is 26-27 graden het beste.

Binnenzwembaden hebben daarom vaak watertemperaturen tussen 27 en 30 graden, maar het water in buitenzwembaden in Nederland is vaak beduidend kouder. Dit is vooral omdat het veel energie (en dus geld) kost om het water zo veel te verwarmen. Meestal wordt de temperatuur rond of iets boven 20 graden gehouden. Aan de kust en in recreatieplassen hangt de temperatuur van het water sterk af van het moment in het jaar. In augustus is het water doorgaans veel warmer dan in mei of juni. Zo is de Noordzee bij Zandvoort begin juni gemiddeld een graad of 15 en in augustus een graad of 20. Niet al te diepe recreatieplassen worden tijdens een goede zomer nog een aantal graden warmer, maar 27 graden halen ze niet.

Warm water in plassen betekent ook dat de zwemwaterkwaliteit achteruit holt.

"Dit effect heeft het weer op blauw alg en botulisme"

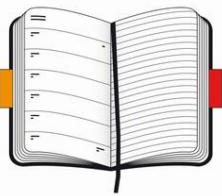
## **Trend: een duik nemen in heel koud water**

Zwemmen in koud water is tegenwoordig niet alleen meer een verschijnsel op nieuwjaarsdag. Een duik nemen in winters water (of een koude douche) is goed voor je doorbloeding en stofwisseling. Ook topsporters gebruiken na een wedstrijd soms een ijsbad om sneller te herstellen.

Voor mensen met een slechte gezondheid en vooral hartpatiënten is dit een minder goed idee. Ook voor gezonde mensen is het verstandig dit rustig op te bouwen en niet midden in de winter ineens in een koude plas te duiken. Doe dit sowieso nooit alleen.

Ook tijdens een hete zomerdag in de vroege zomer is het oppassen geblazen. Je lichaam is dan sterk verhit en krijgt ineens een schokeffect wanneer je in nog erg koud water springt.

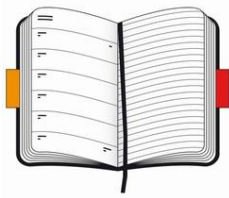




## Verenigings Activiteiten Mei 2023

Datum		Activiteit	Wie	Waar
Ma	1	Mei vakantie Snorkelen	Recreatief	Wedert
Di	2	Mei vakantie Snorkelen	Recreatief	Wedert
Wo	3	Mei vakantie		
Do	4			
Vr	5	Bevrijdingsdag Zwemles gaat door !!!		
Za	6			
Zo	7			
Ma	8			
Di	9			
Wo	10			
Do	11			
Vr	12			
Za	13	Brabantsekampioenschappen	wedstrijd	Eindhoven
Zo	14	Moederdag Brabantsekampioenschappen	wedstrijd	Eindhoven
Ma	15			
Di	16			
Wo	17	Zwemvierdaagse	Geenzwemmen	
Do	18	Hemelvaart Zwemvierdaagse	Geen zwemmen	
Vr	19	Zwemvierdaagse	Geenzwemmen	
Za	20	Zwemvierdaagse Brabantsekampioenschappen	Geenzwemmen wedstrijd	Eindhoven
Zo	21	Zwemvierdaagse Brabantsekampioenschappen	Geenzwemmen wedstrijd	Eindhoven
Ma	22			
Di	23			
Wo	24			
Do	25			
Vr	26			
Za	27	24 uren Marathon	wedstrijd	Wedert
Zo	28	1 <sup>e</sup> Pinksterdag 24 uren Marathon	wedstrijd	Wedert
Ma	29	2 <sup>e</sup> Pinksterdag	Geen zwemmen	
Di	30			
Wo	31			





## Verenigings Activiteiten Juni 2023

Datum	Activiteit	Wie	Waar
Do	1		
Vr	2	Snorkelen	Recreatief
Za	3		
Zo	4	Bart Bokaal	wedstrijd Wedert
Ma	5	Snorkelen	Recreatief
Di	6	Snorkelen	Recreatief
Wo	7		
Do	8		
Vr	9	Zomerkamp/wel zwemmen	Activiteiten Lierop
Za	10	Zomerkamp/wel zwemmen	Activiteiten Lierop
Zo	11	Zomerkamp/wel zwemmen	Activiteiten Lierop
Ma	12	Brevet zwemmen	Recreatief
Di	13	Brevet zwemmen	Recreatief
Wo	14		
Do	15		
Vr	16	Brevet zwemmen	Recreatief
Za	17		
Zo	18	Vaderdag	
Ma	19		
Di	20		
Wo	21	Begin van de zomer	
Do	22		
Vr	23		
Za	24		
Zo	25	Klassementwedstrijd	wedstrijd Veghel
Ma	26		
Di	27		
Wo	28		
Do	29		
Vr	30		

**Verdere activiteiten binnen Tempo zijn bij de redactie niet bekend**



## Activiteiten

**Pasen**, het feest waarbij we met familie en vrienden gezellig twee dagen lunchen en/of brunchen, het feestje van de paashaas maar bovenal het zoeken van paaseieren met zwemvereniging Tempo. Op maandag 10 april (tweede paasdag) stond het paaseieren zoeken bij het buitenbad van De Wedert weer op de planning voor alle kindjes van zwemvereniging Tempo.

Om 9 uur hebben de paashaas en de hulppaashazen alle eieren verstopt in de bosranden bij het buitenzwembad. De eitjes zijn verstopt onder de bladeren, boven in de boom, onder takken of in het gras. De ene makkelijker te vinden dan de ander. Om 10 uur stonden de eerste kindjes voor de deur om in te schrijven voor dit evenement. Enthousiast werden ze ontvangen door de vrijwilligers. Ieder kindje kreeg gelijk een nummer op zijn/haar hand om zo de gevonden eitjes per kindje te kunnen turven. We waren in totaal met 30 deelnemers. 12 kinderen boven de 7 jaar en 18 kinderen jonger dan 7 jaar. Op het veld bij het buitenzwembad waren twee vlakken gemaakt waarin gezocht mocht worden door de twee leeftijdsgroepen. Na een duidelijke uitleg van Ludwig kon er afgeteld worden! Enthousiast en vol energie werd er van start gegaan. Voor de teltafel was het een uitdaging om alles per kindje bij te houden, maar het is gelukt! Omdat pas aan het einde bekend werd gemaakt hoeveel een bepaald kleur (rood, blauw, geel en groen) paasei waard was, is het lang spannend gebleven wie uiteindelijk de winnaar was van het spel! Er werd hard gerend, vele deelnemers waren buiten adem, om maar zoveel mogelijk eitjes in te kunnen leveren bij de teltafels. We hebben uiteindelijk twee rondjes paaseieren gezocht. Tussendoor was het tijd voor ranja en paaskoekjes om even op adem te komen. In de laatste 10 minuten telde elke gevonden paasei dubbel. Nog één keertje een sprintje trekken om het laatste ei te kunnen vinden en toen was de tijd om. Tijd voor de teltafels om alles te berekenen. Na even gerekend te hebben kwamen we tot de volgende uitslag:

Groep t/m 7 jaar: 1<sup>e</sup> Jonas (152 punten), 2<sup>de</sup> Maura (147 punten) en 3<sup>de</sup> Guus (139 punten).

Groep > 7 jaar: 1<sup>e</sup> Brett (179 punten), 2<sup>de</sup> Noah (155 punten) en 3<sup>de</sup> Stijn (154 punten).

**Paashaas!**

Er liggen eitjes in het gras!

Ik denk dat het de paashaas was...

Een eitje hier, een eitje daar.

Dank je Paashaas. Tot volgend jaar!



Bedankt voor jullie enthousiaste deelname!



# Activiteiten



Navaneeth, Brett, Beau, Stijn, Dinand, Guhin, Tess, Noah, Feija, Fedde, Simon, Yusuf, Tanja, Nadine, Aiden, Loïs, Yuna, Jessie, Guus, Rowan, Maura, Jonas, Hanna, Jace, Bryce, Mahmut, Joep, Boy, Daksh e







## Activiteiten



# ZWEMKAMP

Back to Basic

**Ga jij dit jaar ook mee met ons op kamp?  
Gezellig terug in de tijd?**

**We gaan dit jaar bij "scouting Lierop" kamperen!**





# Verjaardagen

In het kader van de Europese privacy wetgeving heeft het bestuur besloten geen nieuwe leden en verjaardagen van onze Tempo leden niet meer met naam te publiceren in de Sopper .

Alle Tempo leden die verjaardag vieren in de maanden mei en juni een hartelijk proficiat toegewenst!



# Nieuwe Leden

Wij wensen alle nieuwelingen bij onze vereniging een hartelijk en prettig.



## Oma weet raad !!!



### **Natte leren schoenen laten drogen:**

Doe er een prop krantenpapier in en je zult zien dat ze mooi opdrogen.

### **Spinnen verdrijven:**

Een truc om spinnen de deur uit te jagen. Spinnen vinden de geur van bleekwater vreselijk. Dus vul een emmer met wat bleekwater en warmwater. Dompel daar een oude doek in en bevestig die aan een zwabber. Wrijf ermee over het plafond en je zult zien dat de spinnen daar wegblijven.

### **.Wc-borstel schoonmaken:**

Als je de wc hebt schoongemaakt, vergeet je vaak de wc-borstel zelf schoon te maken. Terwijl dit juist belangrijk is. Doe daarom na het schoonmaken van de hele wc nog wat schoonmaakmiddel in de wc. Zet de wc-borstel daar een kwartiertje in en zo is deze ook weer schoon.

### **Griep voorkomen:**

Voel je een griepje of verkoudheid opkomen? Eet 's morgens op een nuchtere maag een appel of neem een glas rode of zwarte bessensap.

### **Hik:**

Tip tegen de hik: Neem een theelepel suiker in je mond en slik het gelijk door. Dag Hik!

### **Hoest:**

Snij een rauwe ui in schijfjes en strooi daar hier vervolgens suiker over. Laat dit een paar uur staan en je zult zien dat er een siroop is ontstaan. Dit middel is erg goed tegen hoest. Maar misschien niet zo lekker ;)

### **Hoofdpijn:**

Misschien is het niet de lekkerste oplossing, maar drink koffie met een paar druppels citroensap tegen hoofdpijn.

### **Slapeloosheid:**

Drink voor het slapen gaan, het volgende slaapmiddel: Twee eetlepels honing, sap van een citroen en een sinaasappel en doe er heet water bij. Zzzzzzz

**Puisten:** Smeer er koffiedik op!

### **Spaghettisausvlekken:**

Als je deze vlek ziet, kan je onwijs in de stress schieten ("zo'n rode vlek krijg ik er nooit echt nooit meer uit!"). Maar de tip van oma: Smeer de vlek in met tandpasta, laat even goed intrekken en was daarna je kledingstuk. WEG!

### **Balpenvlekken:**

Schenk volle melk op de vlek en laat even intrekken. Wrijf er vervolgens met een schone doek overheen, was je kleding zoals je dat normaal doet en weg is de vlek.





Berichten uit de oude Doos. 1986

Joop Verhaar nam het secretariaat op zich en mej. Van der Wolde werd penningmeester over de bedragen uit die tijd. Dokter H. Woerdeman werd de eerste voorzitter, terwijl Leo Torremans in z'n eentje de hele technische commissie vormde. 'Een eenmansbedrijfje', zegt hij nu. Het slechte weer in 1962 gaf hem voldoende tijd om na te denken over een gepast embleem. Inspiratie hiervoor vond Leo uiteindelijk in het café van E. Maenen achter aan de Leenderweg, stamcafé van de Oasehangers uit die tijd. 'Door wat spelen met bierviltjes', het Dommelsch bierviltje werd gebroken en de verschillende stukjes werden tegen elkaar gelegd, de delen met de golfjes. Die golfjes, voorzien van de beginletter van elk onderdeel van de naam en een polobal; resultaat: een embleem dat de zwemvereniging nog steeds met ere draagt. Het probleem uit die dagen lag volgens de oprichter in de winter. Het ledental liep dan drastisch terug.

Hoewel iedereen die in 'de Oase' verscheen aangespoord werd om lid te worden, lieten de meesten het in de herfst, bij het vallen van de bladeren, weer af weten. In 1964 werden de eerste startvergunningen verleend (de club telt op dat moment 33 leden). Samen met Beppie Blokland kreeg d'n Tor de handen vol aan de trainingen.

Naast Beppie Blokland zijn ook de namen van Ad Versmoren, mevr. Van Kalleveen ('tante Puck') klinkende namen in de Tempo-geschiedenis.

Toen er 's zondags naar het Eindhovense overdekte 'Dommelbad' gegaan kon worden met bussen vanuit Valkenswaard, steeg het ledental weer van 80 naar 240. Bij d'n Tor thuis kwamen de jonge zweminstructeurs als kinderen aan huis.

In 1970 kreeg Valkenswaard een goed geoutilleerd zwembad en ook dat deed 'Tempo' in ledental weer groeien. D'n Tor was inmiddels geridderd tot 'Algeheel bemoeial' en werd bedrijfsleider bij de 'Wedert'. In die positie kon hij geen voorkeur meer hebben voor een bepaalde club.

De Oase werd omgebouwd tot visvijver. 'Tempo' haalde het zilveren jubileum in voor- en tegenspoed. Velen uit Valkenswaard werden via 'Tempo' de zwemkunst meester. In recreatief of wedstrijd zwemmen. Maar ook in het waterpolo dat een steeds belangrijke plaats in is gaan nemen.

Als je d'n Tor vraagt hoeveel kinderen er ooit les hadden, zijn het er duizenden geweest. Het Tempo-embleem is wijd en zijd bekend geworden. Oprichter Torremans kijkt er nog steeds met plezier naar. Ondertussen heeft hij zijn werk om gezondheidsredenen neer moeten leggen.

Leo werd afasie-patiënt, een ziekte die het onmogelijk maakt te zeggen wat je wilt zeggen. Leo werd lid van verdienste bij de zwem- en polo club. Bovendien bleef hij de titel 'Algeheel bemoeial' met trots dragen. Door zijn bemoeienissen kwam 'Tempo' immers tot stand en groeide uit. De algehele bemoeial zocht naar andere mogelijkheden, andere hobby's, waarvan het boetseren hem wel erg goed af gaat. Een homp klei verandert hij met kunstzinnige hand in een oogstrelend beeld. De feestelijkheden rond het zilveren 'Tempo' zal hij met plezier volgen en op de receptie is d'n Tor zeker van de partij.

21 Mei 86



## Wist jij dit al over zwemmen?

- **Met zwemmen heb je weinig kans op blessures.** Dit komt doordat je je gewrichten niet belast en niet kunt vallen.
- **Met zwemmen verbrand je veel calorieën.** Met een half uur zwemmen verbrand je net zoveel calorieën als met een uur fietsen of hardlopen. Dit komt doordat je met zwemmen alle spieren in je lichaam gebruikt.
- **Na het zwemmen slaap je beter door de inspanning.** Ben je een slechte slaper? Probeer het dan eens!
- **Zwemmen kan heel ontspannend werken.** Dit komt onder andere door de temperatuur van het water en omdat je het gevoel krijgt dat je gewichtloos bent.
- **Zwemmen is ongeveer 8000 jaar oud.** Circa 3000 jaar geleden zwommen Egyptenaren al in de Nijl, waar kinderen werden opgevoed met zwemles.
- **Tijdens een training in het water is je hartslag lager dan op het droge.** Dit komt door het duikeffect: doordat je lichaam in het water is ondergedompeld wordt je parasympatisch zenuwstelsel gestimuleerd. Deze functie regelt onderbewust je hartslag beter en zorgt voor de centralisatie van je bloedsomloop.
- **De waterdruk en horizontale positie tijdens het zwemmen zorgen voor een beter slagvolume van je hart.** Door een vereenvoudigde doorbloeding hoeft je hart minder hard te pompen en is je hartslag dus lager.
- **Je lichaam is continu aan het herstellen tijdens het zwemmen.** Onder water is je lichaam volledig gericht op het leveren van zuurstof aan je vitale organen.

Zoals je dus al wel door hebt, heeft zwemmen een hoop voordelen. Probeer

### Geschiedenis van wedstrijdzwemmen

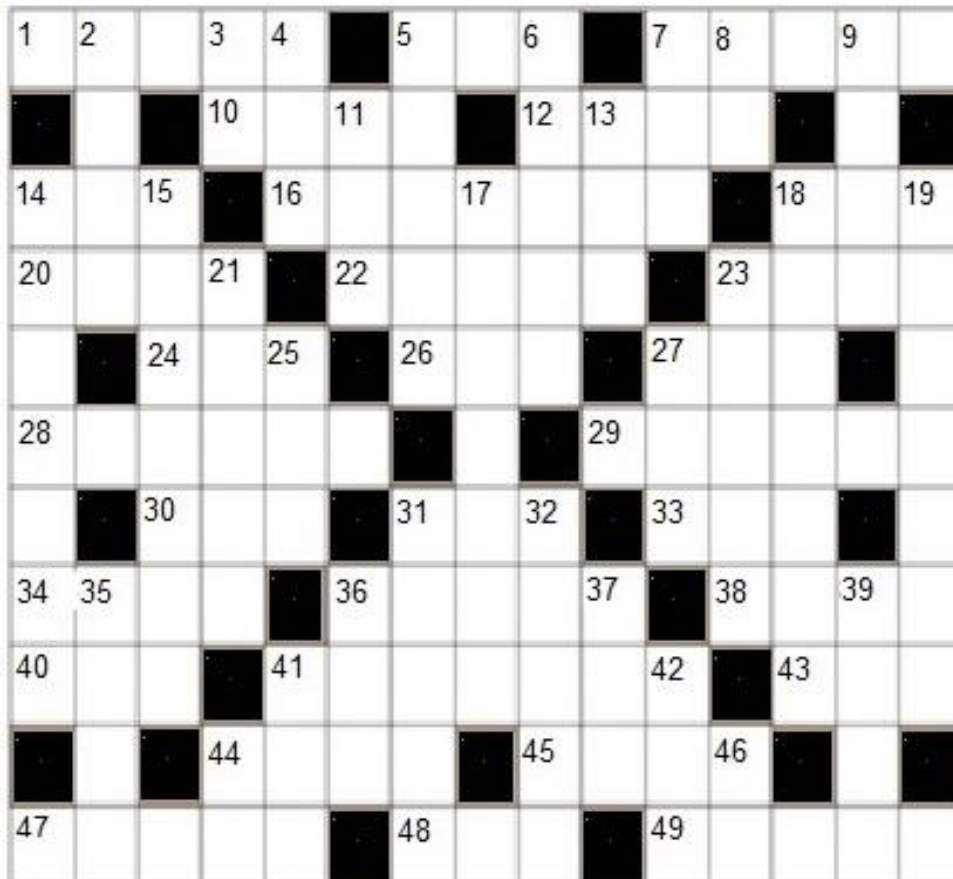
Wedstrijdzwemmen is ontwikkeld in de 19e eeuw. Engeland introduceerde deze sport als eerste. Al in 1837 streden zes Londense zwemclubs tegen elkaar tijdens zwemwedstrijden. Sindsdien is wedstrijdzwemmen alleen maar in populariteit gestegen. Vanaf 1896 is zwemmen een officiële olympische sport. Toen mochten alleen mannen meedoen en werden er slechts twee afstanden gezwommen. Sinds 1912 mogen ook vrouwen meedoen. Tegenwoordig is zwemmen één van de grootste sporten op de Olympische Spelen. Er zijn nu in totaal 32 wedstrijden: 16 voor mannen en 16 voor vrouwen!

### Dit is waarom Nederland een echt zwemland is

Nederland is een enorm zwemland. Je merkt het al aan hoe vroeg kinderen hun zwemdiploma halen en hoe vaak mensen in zwembaden, meren, grachten en kanalen zwemmen. Dat we graag zwemmen valt ook op bij de Olympische Spelen. Nederland staat bij veel zwemonderdelen op de Spelen vaak bovenaan de ranglijsten.



# Puzzel



## HORIZONTAAL

1 team 5 mannetjesvis 7 dialect 10 deel van een trap 12 kelner 14 deel van de borstkas 16 buitengewoon onnozel 18 doos 20 kortom 22 onderwerp 23 flank 24 opperwezen 26 zware bijl 27 traag van beweging 28 stomdronken 29 klaar 30 zeer gevorderd 31 Christen democratisch Appel(afk) 33 spoedig 34 stamvader 36 flueelachtig leer 38 in het jaar 40 kaartterm 41 sieraad 43 flessluiting 44 stekkersysteem 45 kleur 47 afscheidsgroet 48 kunstproduct 49 van bepaalde

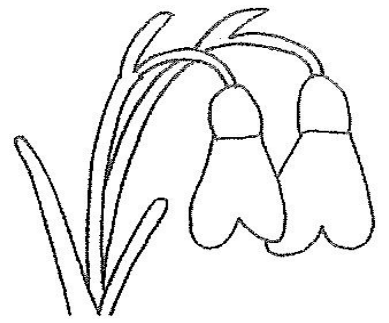
## VERTICAAL

2 voederbak 3 en(Frans) 4 voor 5 ophef 6 manier 7 persoonlijk voor-naamwoord 8 argon(symbol) 9 effen 11 priester 13 uitroep van protest 14 islamitische vastenmaand 15 misschien 17 vlooteenheid 18 ingesloten 19 nucleaire lading 21 braneschopper 23 meteen als 25 mannetjesbij 27 lichtbron 31 eenheid van radioactiviteit 32 Spaanse groet 35 tien(voorvoegsel) 36 rekenkundig vraagstuk 37 bouwland bij een dorp (gewestelijk) 39 negende toon vanaf de grondtoon 41 lofdicht 42 haarversteviger 44 uitroep 46 opnieuw(in samenstellingen)



# Husselwoorden

De letters staan door elkaar, weet jij de goede volgorde?



N B G E O O G R E

\_\_\_\_\_

U I G E S J L H E V O

\_\_\_\_\_

E N B O L L P T U

\_\_\_\_\_

U L E N E V E T J

\_\_\_\_\_

D E E M P A N B A R L O

\_\_\_\_\_

K K I L E R D R K I

\_\_\_\_\_

O R B I J E N K F

\_\_\_\_\_

C H N N N I J E S Z O

\_\_\_\_\_

N O B L O E P P E N M K

\_\_\_\_\_

I N E N S E C T

\_\_\_\_\_

V O T G E L N E S

\_\_\_\_\_

U W J E S N K L O K E E

\_\_\_\_\_



**INTERSPORT<sup>®</sup>**  
**VAN DEN BROEK**

Eindhovenseweg 57 Valkenswaard tel. (040) 207 52 89  
[www.intersportvandenbroek.nl](http://www.intersportvandenbroek.nl)

**SPORT TO THE PEOPLE**

**20 % Korting op alle Arena artikelen**



**10% Korting op alle overige artikelen op het gebied  
van zwemmen**

**Alles uiteraard op vertoon van de Tempokaart.**



**Postbus 615, 5550 AP Valkenswaard**

**Leenderweg 28, 5554 CL Valkenswaard**

**Nederland**

**+31 (0)40 8427221**

**info@adminno.nl**

**www.adminno.nl**

**betrokken en dichtbij  
inzicht en controle  
vast laag maandbedrag**



**administratie nieuwe stijl**