



Heerenveense reddingsbrigade

Jan Mankeslaan 56
8442 HR Heerenveen
Tel: 06-21877938
E-mail: info@rbheerenveen.nl



NIEUWSBRIEF DECEMBER 2015

VAKANTIE

Als regel binnen de brigade hanteren we vanaf de zomervakantie 2015 dat er iedere schoolvakantie **geen** les is. Dit omdat er weinig animo is tijdens deze lessen.

Dus voortaan komen **alle** lessen tijdens de schoolvakanties te **vervallen**.

De eerst volgende vakantie is de kerstvakantie 19 dec. t/m 3 jan. 2016

Er is dan dus **geen** les.

Kledinggeisen

Na de kerstvakantie gaan we weer met kleding aanzwemmen. Hieronder vind je de kledinggeisen.

Kledinggeisen Junior redder 1 t/m 4

- T-shirt, blouse of hemd met lange mouwen.
- Lange broek tot op de enkel, gemaakt van katoen. Lange broeken die naadloos aansluiten op de huid zijn niet toegestaan.
- Regen/windjack (bedoeld wordt een jack met lange mouwen, dat vaak is vervaardigd uit een soort nylon).
- Het is toegestaan dat kandidaten i.p.v. broek/blouse een jurk met lange mouwen of rok/blouse met lange mouwen dragen. De jurk/rok moet tot over de knie reiken.
- De kledingstukken behoren zodanig bevestigd te zijn, dat deze tijdens het verblijf in het water niet verloren kunnen worden. De kleding dient schoon en in goede staat te zijn.
- Schoenen (plastic, leren of sportschoenen zijn toegestaan; schoenen zonder stevige zool zijn niet toegestaan).

Kledinggeisen Zwemmend redder 1 t/m 4 en Life Saver 1 t/m 3

- T-shirt, blouse of hemd met lange mouwen.
- Lange broek tot op de enkel, gemaakt van spijkerstof of ribstof. Lange broeken die naadloos aansluiten op de huid zijn niet toegestaan). - Regen/windjack (bedoeld wordt een jack met lange mouwen, dat vaak is vervaardigd uit een soort nylon, niet wind doorlatend)
- Het is toegestaan dat kandidaten i.p.v. broek/blouse een jurk met lange mouwen of rok/blouse met lange mouwen dragen. De jurk/rok moet tot over de knie reiken.
- De kledingstukken behoren zodanig bevestigd te zijn, dat deze tijdens het verblijf in het water niet verloren kunnen worden. De kleding dient schoon en in goede staat te zijn.
- Schoenen (plastic, leren of sportschoenen zijn toegestaan; schoenen zonder stevige zool zijn niet toegestaan).

Het gebruik van chloorbrilletjes, duikbrillen etc. is op geen enkel examenonderdeel toegestaan. Mocht je nog vragen hebben over de kledinggeisen, of twijfelen over de kleding, vraag het dan even na bij één van de instructeurs .



Automatische incasso

In de eerste helft van Januari gaan we weer de contributie incasseren. Heeft u vragen omtrent de afschrijving neemt u dan contact op met de penningmeester.

penningmeester@rbheerenveen.nl

PLANNING activiteiten

15 dec. sinterkerst vanaf de zwemgroep juniorredder 4

Voor de jongste groepen is er dan Sint en Piet zwemmen

19 jan.2016 vriendje/vriendinnetjes les

9 febr. 2016 Ouder/kind zwemmen

3,4 en 5 Juni 2016 Kamp voor alle leden locatie Ameland (onder voorbehoud)

21 juni 2016 Examenzwemmen staat voorlopig gepland

28 juni 2016 Ledenvergadering

PASJE sportstad

Er zijn momenteel wat problemen met de toegangspasjes bij sportstad.

Mocht jou pasje het niet doen of vragen hebben, neem dan even contact op met Tamara Monsees tijdens de zwemles.

Bowlen 3 november

De najaar activiteit van dit seizoen was bowlen! Alle leden konden zich opgeven voor deze activiteit. Op 3 november 2015 was het eindelijk zover. Om 18.30 werd iedereen verwacht bij het bowlingcentrum in Heerenveen. Om 18.45 kon de pret dan ook echt beginnen. Door de vele aanmeldingen moesten er 3 banen afgehuurd worden. Zelfs de kleinsten mochten onder begeleiding van juf Tamara bowlen. De overige leden werden over de andere 2 banen verdeeld. Iedereen kreeg voor het bowlen 2 bonnetjes om drinken van te halen. Daarnaast werd er ook een bittergarnituur geserveerd. Natuurlijk waren er ook prijzen te verdienen en daarom barstte de strijd los! René won de strijd om de eerste plaats met 101 punten. Hij kreeg hiervoor een zak kruidnoten. Natuurlijk was er ook een zak kruidnoten voor de pechvogel van de avond, dit was Reinier. Hij behaalde de minste punten.

De foto's die gemaakt zijn tijdens het bowlen zijn te vinden op de facebookpagina of de site van reddingsbrigade Heerenveen. www.rbheerenveen.nl

Marathon 21 november

Op 21 november hebben 12 zwemmers namens Reddingsbrigade Heerenveen meegedaan aan de avondmarathon van Zwolle. Het team werd versterkt door 2 tellers. Om 16.15 uur werd er verzameld bij sportstad waarna er gezamenlijk vertrokken werd naar zwembad De Vrolijkheid in Zwolle. Reddingsbrigade Heerenveen viel erg op tussen alle aanwezige teams, vanwege hun groene avondmarathonshirts. Om 17.30 uur was er tijd om in te zwemmen en om 18.00 uur startte Heerenveen op baan 4B de avondmarathon. Er werd begonnen met 30 minuten 50 meter sprinten in estafettevorm. Hieraan deed het hele team mee. Daarna werd er in estafettevorm door iedere deelnemer 10 minuten gezwommen. Van 21.00 uur tot 21.20 uur vond het Zwols Kwartiertje plaats. De deelnemers zwommen 50 meter sprint in estafettevorm met flippers aan. Hierbij was het belangrijk dat de deelnemers geen keerpunten maakten. Hiervoor werd 500 meter per keerpunt afgetrokken. Helaas maakte Heerenveen hier 2 keer per ongeluk een keerpunt en kreeg hierdoor 1000 meter aftrek. Om 22.50 uur was er een speciaal onderdeel van 10 minuten ingepland genaamd 'Less is More'. Er werd hierbij een raadsel beschreven, maar er werd geen uitleg gegeven over het onderdeel. Het was dus aan het team om te bedenken wat het onderdeel inhield. Er is uiteindelijk voor gekozen om maar 1 persoon te water te laten gaan in deze 10 minuten en zo weinig mogelijk meters te laten zwemmen, want 'Less is More'. Om 23.30 uur startte het laatste halfuurtje. Hierin werd nogmaals 50 meter gesprint in estafettevorm. Om 00.00 uur klonk het eindsignaal. Rond de klok van 00.30 uur vond de prijsuitreiking plaats. Reddingsbrigade Heerenveen is uiteindelijk geëindigd op de 4^{de} plaats met 24.650 meter. Nipt onder de nummer 3 Deventer (24.900 meter), de nummer 2 Oss (25.650 meter) en de

winnaar Enschede (25.800 meter). Het was een zeer geslaagde avond/nacht, waar we met trots op terug kunnen kijken. Bedankt zwemmers voor deze topprestatie!

De foto's die gemaakt zijn tijdens de avondmarathon van Zwolle zijn te vinden op de facebookpagina of de site van reddingsbrigade Heerenveen. www.rbheerenveen.nl

Schoolvakanties **NIEUW**

Tijdens **alle** schoolvakanties zijn er **GEEN** zwemlessen!

Kerstvakantie	19 dec. 2015 t/m 3 jan. 2016	bo + vo
Voorjaarsvakantie	27 feb. 2016 t/m 6 mrt. 2016	bo+ vo
Meivakantie	30 april 2016 t/m 8 mei 2016	bo + vo
Zomervakantie	16 juli 2016 t/m 28 aug. 2016	bo + vo

bo = basisonderwijs vo= voortgezet onderwijs



NIEUWJAARSDUIK ZWEMBAD JUBBEGA

Nieuwjaarsduik

1 januari 2016
startschot
13:00 uur



Zwembad Jubbega

* Aanvang 12:30 uur

* Kijk op www.zwembadjubbega.nl en facebook voor meer informatie

* Gratis deelname

* Elke deelnemer krijgt een herinneringsmedaille



Oproepje voor een leuke activiteit

Weet jij een leuke activiteit? Die geschikt is voor alle leden, klim dan snel in de pen of achter je toetsenbord en leg je activiteit uit dan gaan we samen met jou proberen er wat leuks van te maken. Mail je idee dan zo snel mogelijk naar activiteiten@rbheerenveen.nl

Spreekbeurttas

Wil je eens een spreekbeurt geven op school dan hebben wij een "spreekbeurt tas" voor jou. Met allerlei informatie en materiaal om te laten zien. Je kunt hem aanvragen bij het secretariaat via info@rbheerenveen.nl. Of tijdens de les bij Tamara.

Het bestuur en de trainers wensen jullie hele fijne kerstdagen en een gelukkig en voorspoedig



Wij zien jullie graag weer op dinsdag 5 januari 2016