



**sportvereniging arnhem en omstreken**

**december 2018**



## Alle sporten op een rij

### Zwemmen

Zwembad De Grote Koppel  
Olympus 29  
6832 EL Arnhem

#### **maandagavond**

**18.00 uur tot 19.00 uur zwemles diploma A, B**

**19.00 uur tot 19.45 uur zwemles diploma C**

**19.00 uur tot 19.45 uur wedstrijd trainingen en medaille zwemmen**

**19.45 tot 20.30 uur recreatief zwemmen voor verstandelijk gehandicapten**

**20.30 uur tot 21.15 uur zwemmen voor alle leeftijden**

Contact: Maaike Kotterman

06-17335137

zwemmen.isva@gmail.com

---

Zwembad Groot Klimmendaal  
Heijenoordseweg 5  
6813 GG Arnhem

#### **Woensdagavond 18.00-19.00 alle leeftijden**

Contact: Ed van den Engel 06-51467289

isva.voorzitter@gmail.com

#### **Donderdagavond 20.30-21.30 alle leeftijden**

Contact: Frank van Klaveren 026- 443 3416

---

zwembad 's Koonings Jaght  
Koningsweg 8  
6816 TB Arnhem

#### **Dinsdagavond 19.00-20.30 alle leeftijden**

Bewegen en zwemmen

Contact: Chris Craanen 06-52359415

### Duiken

Zwembad De Grote Koppel  
Olympus 29  
6832 EL Arnhem

#### **Maandagavond 20.30-21.15 vanaf 16 jaar**

Contact: Didi Borkus 026-3334666

arknoach@hetnet.nl

### Tafeltennis

Sportzaal Briant College  
Bethanienstraat 250  
6826 TJ Arnhem

#### **Woensdagavond 20.00-22.00 alle leeftijden**

Contact: Janneke Pouw 026-3115848

jannekepouw073@gmail.com

### Boccia

Sporthal

Mr. J.M. Kempenaersingel 2a

6836 MH Arnhem

#### **woensdagavond 19.00-20.15 alle leeftijden**

Contact:

Peter van de Broek 06-52592141

peterheinz58@gmail.com

---

### Recreatiesport

Sportzaal Briant College

Bethanienstraat 250

6826 TJ Arnhem

#### **Woensdagavond 19.00-20.00 alle leeftijden**

Contact: Anja Velderman-Witte 026-3233230

Tonanja.velderman@gmail.com

### Agenda

**tafeltennis:** 20 december is ons laatste trainings avond. We beginnen 10 januari 2019 weer.

**duiken:** 17 december is de laatste training met daarna een drankje in het sportcafe. We beginnen 7 januari 2019 weer.

16 maart 2019 ISVA **tafeltennistoernooi**

De meeste foto's in dit blad zijn van Bert Smits



## Van de voorzitter

De ISVA is nog steeds een stabiele organisatie waarbij het aantal leden stabiel blijft. Veel sportverenigingen hebben een ernstig tekort aan vrijwilligers. Gelukkig heeft de ISVA nog steeds voldoende vrijwilligers. Natuurlijk is dat geen reden om achterover te leunen. We weten dat de komende jaren een aantal vrijwilligers zal stoppen en dus moeten we nieuwe kandidaten blijven zoeken. In de vergadering van sportcoördinatoren van 18 oktober hebben we afscheid genomen van Irene Groeneveld. Eerder had zij al afscheid genomen van de "haar" zwemgroep. Ze zit gelukkig vol plannen om in haar nieuwe omgeving (Drenthe) allerlei dingen te gaan doen. We wensen haar veel geluk en sterkte voor de komende tijd.

Inmiddels weten we dat de bouw van het nieuwe zwembad Valkenhuizen vertraging op gaat lopen. Het wordt dus zeker niet eind 2019; waarschijnlijk een jaar later.

Op 26 november zijn de eerste jongeren opgegaan voor het zwemdiploma. Dat was voor het eerst sinds we de licentie hebben van de NRZ. Dus was er een vertegenwoordiger die is komen kijken hoe we het deden. We zijn met vlag en wimpel geslaagd. Zie daarvoor het verslag in dit nummer.

Ook leuk is dat we mee mogen doen met de statiegeldactie van de COOP. In de locatie aan de Beethovenlaan op Alteveer kunnen mensen het statiegeld van de flessen die ze inleveren doneren aan de ISVA. De COOP verdubbelt dat bedrag. Dat kan dus een leuk bedrag worden voor de ISVA.

Rest mij nog te wijzen op het tafeltennis toernooi op 16 maart en op het leuke feestje aan het eind van het seizoen.

Ik wens iedereen goede feestdagen. Voorzichtig met vuurwerk en alvast vele goede wensen voor 2019.



- 3 van de voorzitter
- 4 van de redactie-10 vragen
- 5-9 zwemtournooi
- 10-11 tafeltennis-diploma's
- 12 een leuke dag
- 13-15 uit de media
- 16 kerstversiering
- 17 cijferpuzzle
- 18 bestuur

### REDACTIE:

Wilma Kusters, Jopie Furtjes , Peter van Ham

### REDACTIEADRES:

P. van Ham  
Veerweg 4  
6862 VW Oosterbeek

**Het eerstvolgende nummer komt half April uit.**

**Kopij daarvoor moet 1 April binnen zijn.**  
**redactie.isva@gmail.com**



## Van de redactie

Met de feestdagen voor de deur is hier een extra dik nummer.

Veel over het zwemtournooi waar heel veel leden aan hebben mee gedaan en veel medailles hebben gewonnen.

Maar ook stukje over tafeltennis, diploma-zwemmen en een aankondiging voor een leuke dag.

Verder wat informatie uit de media maar ook dingen om te doen: puzzelen en bakken.

Zo komt iedereen (zonder de trainingsavonden) toch vrolijk de kerstdagen door.

Goed uiteinde en tot volgend jaar.

De redactie

## 10 vragen

Hoe heet je? Elly van der Zee

Mag ik vragen hoe oud je bent? 72 jaar.

Waar woon je? In Arnhem, ik ben net verhuisd.

Welke sport doe je? Tegenwoordig zwem ik mee.

Heb je ook andere sporten gedaan? Ik heb vroeger wel aan fitness gedaan, dat vond ik heel leuk om te doen.

Waarom is sporten bij ISVA zo leuk? Ik voel me betrokken bij de groep mensen waarmee ik sport, of waar ik les aan geef. Wanneer je een keertje niet geweest bent en je komt weer dan is het meteen: "Waar was je?"

Welke sport doen of deden je ouders? Zwemmen.

Wat is je lievelingseten? Gekookte witlof met een kaassausje.

Welk werk doe je? Ik werk niet meer, ik ben nu huisvrouw. Vroeger was ik hoofdcaissière bij Albert Heijn, ik vond dat leuk om te doen. Heb je hobby's? Op kinderen passen vind ik ook erg leuk, vroeger paste ik zelfs op de kinderen van de baas van mijn man. Dat heb ik ruim zeven en een half jaar gedaan.

Heb je een facebook of twitter account? Nee.

Wie is je beste vriend of vriendin? Mijn man. Van wie moeten we volgens jou de volgende keer maar eens het naadje van de kous te weten komen? Marla Regtering.

Heb je zelf nog een opmerking? Ik wil het bestuur graag bedanken voor de schitterende bos bloemen die ik mocht ontvangen.

Elly had deze bos bloemen nog tegoed naar aanleiding van haar 50 jaar lidmaatschap. (Redactie)

## 10 vragen

Zwemmer en winnaar van 2 medailles op het 44e zwemtoernooi van ISVA: Thijn van de Boogerd.

Hoe heet je? Thijn van de Boogerd en hoe oud ben je? 15 jaar.

Waar woon je? Ik woon in Arnhem-Zuid.

Welke sport doe je? Naast zwemmen zit ik op zaterdag ook nog op een bowling vereniging.

Heb je ook andere sporten gedaan? Ik heb 3 jaar op schermen gezeten, dat vond ik ook heel leuk.

Waarom is sporten bij ISVA zo leuk? Omdat je dan meer mensen leer kennen van jouw leeftijd maar ook van andere leeftijden. De sfeer is hier ook super gezellig!

Welke sport doen of deden je ouders? Mijn vader, dat weet ik even niet, maar hij is nu wel vrijwilliger bij ISVA en mijn moeder heeft vroeger op ballet gezeten.

Wat is je lievelingseten? Pasta! Gezond, en lekker!

Welke school zit je? VSO Mariëndael

Weet je al waarvoor je gaat leren? Ik wil de kant van handel en administratie op.

Heb je hobby's? Zwemmen en bowlen. Documentaires over de Tweede Wereld Oorlog vind ik interessant om te kijken.

Heb je een facebook of twitter account? Ja, dat heb ik en die gebruik ik ook. Je kunt me volgen op Tijn van de Boogerd op facebook.

Wie is je beste vriend of vriendin? Ik heb een vriendinnetje, die heet Kytana, die naam komt niet heel vaak voor. Mijn BFF (soulmate) heet Lotte en die woont in Apeldoorn.

Van wie moeten we volgens jou de volgende keer maar eens het naadje van de kous te weten komen? Marije Korten.



## zwemtournooi

Op 17 december werd het jaarlijkse zwemtoernooi van ISVA verzwommen. Het was weer ontzettend gezellig, al was het jammer dat 1 vereniging niet mee kon doen. Hun trainer was ziek geworden en hij was ook de chauffeur. Hopelijk zijn ze er volgend jaar weer bij.

De zwemmers van ISVA hebben het heel goed gedaan, er zijn heel veel medailles behaald. Helaas wonnen we weer de wisselbeker niet, die ging dit jaar naar De Zwerfkei uit Meppel. Heel grappig was de zwemmer die verkleed als Zwarte Piet meedeed aan de wedstrijden. In de jurykamer wordt ook altijd heel hard gewerkt, we zitten daar oorkondes te schrijven, uitslagen te verwerken, startbriefjes te printen en medailles klaar te leggen.

Na het zwemmen ontvingen we Sinterklaas en 3 Pieten. Zij deelden de bekertjes uit en ontvingen een aantal deelnemers die iets bijzonders hadden gedaan of meegemaakt. Sint maakte er een gezellige boel van.

De voorbereidingen voor het volgende toernooi zijn alweer gestart. Op 16 maart organiseert ISVA het jaarlijkse tafeltennistoernooi.

Wilma Kusters



### Samantha

Samantha Obbes zwemt in het zwembad van Klimmendaal op de woensdagavond. Ze vindt het daar erg gezellig en het water is er ook lekker warm. Bovendien is het vlakbij haar huis, lekker gemakkelijk.

Een paar weken geleden kwam Wilma helpen op de woensdagavond en ze zag dat Samantha heel goed kon zwemmen. Toen ze in Zwolle woonde heeft ze daar vaak wedstrijden gezwommen. Toen vroeg Wilma of Samantha aan het zwemtoernooi mee wilde doen. Dat wilde ze wel. Ze is een paar keer op de maandagavond gaan oefenen, want het zwembad in De Koppel is heel anders.

En toen was daar op 17 november het zwemtoernooi. De wedstrijden en de rest van de dag waren erg leuk, maar ook vermoeiend. Samantha heeft 2 medailles gewonnen, een zilveren en een bronzen. Aan het einde van de dag kreeg ze ook een oorkonde waarop haar tijden stonden geschreven.

Volgend jaar wil ze graag weer mee doen.



## Zwemtoernooi ISVA zaterdag 17 november 2018

Dit staat groot in mijn agenda. Rond half 12 komt Ali mij ophalen. Ik rijd ons, van Duiven, in haar auto naar De Grote Koppel in Arnhem-Zuid.

Het is gemakkelijk om een parkeerplaats te vinden, gelukkig. Samen lopen we naar de kantine. Er zitten al veel sporters en begeleiders. Peter en Bas zijn druk met het programma op de computer en printen lijsten uit. Wilma heeft op de tafel alle diploma's al in een bepaalde volgorde klaar liggen, zodat ze ingevuld kunnen worden.

Ali gaat haar vandaag helpen. Ik ga me vast omkleden en loop daarna de zwemzaal in. Het ziet er nog kaal uit. Willemien zorgt dat we allemaal een taak hebben. Samen met anderen gaan we de zaal versieren met vlaggetjes. De wedstrijdbanen gaan erin. Chris heeft alle stopwatches meegenomen. Die hebben we zo nodig om de tijd op te nemen. Voor in de hal controleert Ine of alle sporters er ook zijn. Helaas kon 1 vereniging niet komen, omdat hun coach/begeleider ziek was. Jammer nu vallen er al 7 mensen uit. Oei, oei, dat heeft gevolgen voor de indeling van ons zwemtoernooi. Nu moeten Peter en Bas in het "zenuwcentrum" even heel hard aan de slag om dat in orde te maken.



Ik zie Ed van de Engel, onze voorzitter ook al lopen, hij gaat ons zo welkom heten. Maaike, is er ook, zij gaat zo de namen opnoemen van iedereen die moet gaan zwemmen. Peter, die vandaag starter is, roept de mensen die gaan "klokken" bij elkaar. Samen controleren we of de stopwatches goed zijn. Langzamerhand loopt de zwemzaal vol met sporters en begeleiders.

Heee, er loopt ook een zwarte Piet in een zwempak bij!

Ed heet ons van harte welkom en het zwem-

toernooi kan beginnen!

Lenie en Wolly komen langs met broodjes en drinken. In de loop van de middag krijgen we ook nog wat lekkers aangeboden.

Er wordt hard gezwommen, iedereen doet zijn best. Sommige zwemmers verbeteren hun eigen record, dat is knap! En die zwarte Piet kan ook hard zwemmen, hoor!

Na anderhalf uur hebben we even pauze. De medailles van de eerder gezwommen series worden uitgereikt, natuurlijk met behulp van zwarte Piet.



Rond 4 uur zijn we klaar met de laatste estafette nummers. De sporters gaan zich vast omkleden en de vrijwilligers ruimen alles weer op.

Rond half 5 komt Sinterklaas ons in de kantine een bezoekje brengen.

Dat vinden we met z'n allen erg leuk. De EHBO'ers 'worden bedankt voor hun medewerking en wanneer Sinterklaas weg is



worden de bekercs uitgereikt.

Nu gaan we naar huis. Van ISVA krijgen we nog een lekkere appel en een speculaas pop mee. Ali en ik gaan weer naar Duiven en dan rijdt Ali naar Zevenaar. Het was een leuk en gezellig zwemtoernooi. Hopelijk tot volgend jaar.

Ik ben vast een heleboel mensen vergeten te noemen, we waren met velen om het voor allen goed te laten verlopen.

Jopie Furtjes

## Zwemtoernooi 2018

Vorig jaar deed ik voor het eerst mee, ik haalde 1 medaille. Dit jaar deed ik weer mee. Ik zwem altijd op de donderdag in het zwembad van Klimmendaal. Speciaal voor het toernooi heb ik extra gezwommen op de maandag in De Koppel. Ik heb er hard voor geoefend, Rens (CIOS-student) heeft me ook nog geholpen. Op het toernooi dacht ik "ik ga voor een medaille", maar het werden er 3! Op 1 dag 3 plakken erbij, ik was heel blij! Ik stond 3 keer op de tweede plek. Van de schoolslag had ik niet verwacht dat ik het zo goed gedaan had. En de tijden waren ook beter dan vorig jaar, dat had ik ook niet verwacht.

Volgend jaar wil ik weer meedoen.

Ella Heins



## Sjon Siemerink

John Siemerink deed mee aan het ISVA-zwemtoernooi op 17 december. Hij vertelde mij het volgende:

Ik heb heel veel gezwommen en 3 medailles gewonnen. Ik won zilver op de schoolslag, brons op de rugslag en zilver op de vrije slag. Ik heb al 12 keer meegedaan.

Binnenkort ga ik Zwarte Piet spelen.

Ik doe de groeten aan mijn vrienden Wilco Cornelissen de Sander Bos.



***Uitslag per deelnemer*****I.S.V.A. zwemtoernooi****17-11-2018****I.S.V.A. groep 1*****min sec plaats***

|                       |   |                 |                       |   |      |   |
|-----------------------|---|-----------------|-----------------------|---|------|---|
| Maurice van de Kaa    | m | 25 m schoolslag | jonger dan 21 jr.     | 0 | 24,9 | 2 |
| Maurice van de Kaa    | m | 25 m rugslag    | jonger dan 21 jr.     | 0 | 24,6 | 2 |
| Maurice van de Kaa    | m | 25 m vrije slag | jonger dan 21 jr.     | 0 | 20,2 | 1 |
| Karin van Steenhoven  | v | 25 m schoolslag | 36 t/m 50 jr. dames   | 0 | 42,4 | 5 |
| Karin van Steenhoven  | v | 25 m rugslag    | 41 t/m 50 jr. gemengd | 0 | 54,8 | 9 |
| Karin van Steenhoven  | v | 25 m vrije slag | 41 t/m 50 jr. dames   | 0 | 41,5 | 4 |
| Vincent Bredenoord    | m | 25 m schoolslag | 36 t/m 50 jr. heren   | 1 | 1,56 | 8 |
| Vincent Bredenoord    | m | 25 m rugslag    | 31 t/m 40 jr. heren   | 0 | 56,6 | 4 |
| Vincent Bredenoord    | m | 25 m vrije slag | 31 t/m 40 jr. heren   | 1 | 2,72 | 5 |
| Baukje van de Broek   | v | 25 m schoolslag | 36 t/m 50 jr. dames   | 1 | 10,6 | 6 |
| Baukje van de Broek   | v | 25 m rugslag    | 31 t/m 40 jr. dames   | 1 | 23,3 | 4 |
| Baukje van de Broek   | v | 25 m vrije slag | 31 t/m 40 jr. dames   | 1 | 15,4 | 4 |
| Karlijn van Beek      | v | 50 m schoolslag | 18 t/m 30 jr. gemengd | 1 | 3,96 | 5 |
| Karlijn van Beek      | v | 50 m rugslag    | jonger dan 30 jr.     | 0 | 53,2 | 3 |
| Karlijn van Beek      | v | 25 m vrije slag | 21 t/m 30 jr. gemengd | 0 | 25,4 | 5 |
| Anne Freriks          | v | 25 m schoolslag | 25 t/m 35 jr. gemengd | 0 | 33,8 | 6 |
| Anne Freriks          | v | 25 m rugslag    | 21 t/m 30 jr. gemengd | 0 | 28,2 | 4 |
| Anne Freriks          | v | 25 m vrije slag | 21 t/m 30 jr. gemengd | 0 | 29,6 | 7 |
| Marije Korten         | v | 25 m schoolslag | 25 t/m 35 jr. gemengd | 0 | 35,3 | 7 |
| Marije Korten         | v | 25 m rugslag    | 31 t/m 40 jr. dames   | 0 | 38,3 | 1 |
| Marije Korten         | v | 25 m vrije slag | 31 t/m 40 jr. dames   | 0 | 36,0 | 3 |
| Thijn van den Boogert | m | 25 m schoolslag | jonger dan 21 jr.     | 0 | 24,9 | 1 |
| Thijn van den Boogert | m | 25 m rugslag    | jonger dan 21 jr.     | 0 | 21,9 | 1 |
| Thijn van den Boogert | m | 25 m vrije slag | jonger dan 21 jr.     | 0 | 22,5 | 4 |
| Tim Kools             | m | 50 m schoolslag | 18 t/m 30 jr. gemengd | 0 | 44,6 | 1 |
| Tim Kools             | m | 50 m rugslag    | jonger dan 30 jr.     | 0 | 46,2 | 2 |
| Tim Kools             | m | 50 m vrije slag | jonger dan 30 jr.     | 0 | 37,3 | 1 |
| Floor Frederiks       | v | 25 m schoolslag | 25 t/m 35 jr. gemengd | 0 | 29,3 | 3 |
| Floor Frederiks       | v | 50 m rugslag    | jonger dan 30 jr.     | 1 | 5,12 | 6 |
| Floor Frederiks       | v | 50 m vrije slag | jonger dan 30 jr.     | 1 | 1,28 | 5 |
| Joey Hartjes          | m | 25 m schoolslag | jonger dan 21 jr.     | 0 | 25,7 | 3 |
| Joey Hartjes          | m | 25 m rugslag    | jonger dan 21 jr.     | 0 | 26,4 | 4 |
| Joey Hartjes          | m | 25 m vrije slag | jonger dan 21 jr.     | 0 | 20,5 | 2 |
| Tyrone Marengo        | m | 50 m schoolslag | 18 t/m 30 jr. gemengd | 1 | 8,43 | 6 |
| Tyrone Marengo        | m | 50 m rugslag    | jonger dan 30 jr.     | 1 | 4,34 | 5 |
| Tyrone Marengo        | m | 50 m vrije slag | jonger dan 30 jr.     | 0 | 52,4 | 4 |
| Debbie Koldewey       | v | 25 m schoolslag | jonger dan 21 jr.     | 0 | 33,5 | 4 |
| Debbie Koldewey       | v | 25 m rugslag    | jonger dan 21 jr.     | 0 | 54,2 | 7 |
| Debbie Koldewey       | v | 25 m vrije slag | jonger dan 21 jr.     | 0 | 24,1 | 6 |

***Uitslag per deelnemer***  
**I.S.V.A. groep 2**

**I.S.V.A. zwemtoernooi**

**17-11-2018**  
*min sec plaats*

|                  |   |                 |                        |   |      |   |
|------------------|---|-----------------|------------------------|---|------|---|
| Arno Huibers     | m | 50 m schoolslag | 31 tot 40 jr. gemengd  | 1 | 7,06 | 5 |
| Arno Huibers     | m | 50 m rugslag    | jonger dan 40 jr.      | 0 | 59,3 | 3 |
| Arno Huibers     | m | 50 m vrije slag | jonger dan 40 jr.      | 0 | 46,5 | 3 |
| Janne Ebbers     | v | 25 m schoolslag | 36 t/m 50 jr. dames    | 0 | 32,2 | 1 |
| Janne Ebbers     | v | 25 m rugslag    | 41 t/m 50 jr. gemengd  | 0 | 36,7 | 6 |
| Janne Ebbers     | v | 25 m vrije slag | 41 t/m 50 jr. dames    | 0 | 32,6 | 3 |
| Mattijs Derks    | m | 50 m schoolslag | 31 tot 40 jr. gemengd  | 0 | 50,1 | 1 |
| Mattijs Derks    | m | 50 m rugslag    | jonger dan 40 jr.      | 0 | 50,2 | 1 |
| Mattijs Derks    | m | 50 m vrije slag | jonger dan 40 jr.      | 0 | 39,5 | 1 |
| Jack van Diepen  | m | 50 m schoolslag | 40 jr. en ouder        | 1 | 3,78 | 2 |
| Jack van Diepen  | m | 50 m rugslag    | 40 jr. en ouder        | 1 | 20,9 | 2 |
| Jack van Diepen  | m | 50 m vrije slag | 40 jr. en ouder        | 1 | 20,6 | 3 |
| Monique Meermans | v | 25 m schoolslag | ouder dan 50 jr. dames | 0 | 48,8 | 3 |
| Monique Meermans | v | 25 m rugslag    | ouder dan 50 jr. dames | 0 | 56,2 | 5 |
| Monique Meermans | v | 25 m vrije slag | ouder dan 50 jr. dames | 0 | 55,6 | 5 |
| Guido Burger     | m | 25 m schoolslag | ouder dan 50 jr. heren | 0 | 43,2 | 7 |
| Guido Burger     | m | 25 m rugslag    | ouder dan 50 jr. heren | 0 | 52,8 | 8 |
| Guido Burger     | m | 25 m vrije slag | ouder dan 50 jr. heren | 0 | 43,3 | 7 |
| John Siemerink   | m | 25 m schoolslag | 36 t/m 50 jr. heren    | 0 | 29,0 | 2 |
| John Siemerink   | m | 25 m rugslag    | 41 t/m 50 jr. gemengd  | 0 | 33,6 | 3 |
| John Siemerink   | m | 25 m vrije slag | 41 t/m 50 jr. heren    | 0 | 27,5 | 2 |
| Else Ohmstede    | v | 25 m schoolslag | 36 t/m 50 jr. dames    | 0 | 38,3 | 4 |
| Else Ohmstede    | v | 25 m rugslag    | 41 t/m 50 jr. gemengd  | 0 | 53,0 | 7 |
| Else Ohmstede    | v | 25 m vrije slag | 41 t/m 50 jr. dames    | 0 | 46,7 | 5 |
| Ella Heins       | v | 25 m schoolslag | 36 t/m 50 jr. dames    | 0 | 33,5 | 2 |
| Ella Heins       | v | 25 m rugslag    | 41 t/m 50 jr. gemengd  | 0 | 30,3 | 2 |
| Ella Heins       | v | 25 m vrije slag | 41 t/m 50 jr. dames    | 0 | 31,9 | 2 |
| Ronnie Bos       | m | 25 m schoolslag | 36 t/m 50 jr. heren    | 0 | 32,5 | 3 |
| Ronnie Bos       | m | 25 m rugslag    | 41 t/m 50 jr. gemengd  | 0 | 28,5 | 1 |
| Ronnie Bos       | m | 25 m vrije slag | 41 t/m 50 jr. heren    | 0 | 27,2 | 1 |
| Germain Laurens  | m | 50 m schoolslag | 18 t/m 30 jr. gemengd  | 1 | 3,19 | 4 |
| Germain Laurens  | m | 50 m rugslag    | jonger dan 30 jr.      | 1 | 10,6 | 7 |
| Germain Laurens  | m | 50 m vrije slag | jonger dan 30 jr.      | 1 | 3,59 | 6 |
| Benno Arendsen   | m | 25 m schoolslag | ouder dan 50 jr. heren | 0 | 35,8 | 5 |
| Benno Arendsen   | m | 25 m rugslag    | ouder dan 50 jr. heren | 0 | 41,6 | 6 |
| Benno Arendsen   | m | 25 m vrije slag | ouder dan 50 jr. heren | 0 | 35,8 | 5 |
| Samantha Obbes   | v | 25 m schoolslag | 25 t/m 35 jr. gemengd  | 0 | 35,7 | 8 |
| Samantha Obbes   | v | 25 m rugslag    | 31 t/m 40 jr. dames    | 0 | 42,3 | 3 |
| Samantha Obbes   | v | 25 m vrije slag | 31 t/m 40 jr. dames    | 0 | 35,0 | 2 |
| Annelies Karper  | v | 25 m schoolslag | ouder dan 50 jr. dames | 0 | 56,6 | 4 |
| Annelies Karper  | v | 25 m rugslag    | ouder dan 50 jr. dames | 0 | 38,6 | 4 |
| Annelies Karper  | v | 25 m vrije slag | ouder dan 50 jr. dames | 0 | 37,1 | 2 |



## over de zwembaden

Een keer per jaar komen de Arnhemse zwemverenigingen samen om met het Sportbedrijf te overleggen.

Er komen in het voorjaar twee kaderdagen, een in Valkenhuizen en een in de Grote Koppel. Het ontruimingsplan en alle zaken daaromheen zullen aan de orde komen naast de standaard vaardigheidstrainingen (EHBO, portofoon gebruik). Ruime gelegenheid dus om iedereen die in en om het water vrijwilliger is om naar een van de dagen te gaan. Planning rond januari – februari.

Het nieuwe bad Valkenhuizen loopt vertraging op. Het wordt zeker niet eind 2019.

De huidige geldende regels voor zwembad verhuur zullen in het vervolg meegestuurd worden bij aanvraag en toekenning van reserveringen.

De voorwaarden voor verhuur van zwemwater worden beter bekendgemaakt bij de toekenning.

Er is een ernstig incident geweest tijdens een avond van de duikvereniging. Dankzij goed en snel optreden van omstanders heeft de man het gered. Er was overigens vooraf geen enkele indicatie dat dit zou gebeuren. Ook achteraf is er geen lichamelijke oorzaak gevonden!!

Benadrukt weer de noodzaak van goede bewaking tijdens zwemavonden.

## Tafeltennis verslag

Het jaar 2018 is nu bijna weer om en we hebben best wel een goed jaar gehad. Er zijn nieuwe leden gekomen dit is wel gezelliger en drukker. Er zijn ook leden naar verschillende toernooien geweest maar ook gezellig uit wezen eten.

Nu kan het nieuwe jaar wel beginnen wat betreft het sportgebeuren zo komt er een nieuwe sporthal die geschikt is voor iedereen. Daar hopen we volgend jaar meer aandacht aan te geven. Maar we kijken eerst uit naar de kerstvakantie: 20 december is ons laatste trainings avond en we beginnen 10 januari 2019 weer.

Ik wens iedereen goede feestdagen en een sportief 2019.

Janneke Pouw

## diploma zwemmen

Goedendag Redactie,

We hebben gisteren diploma zwemmen gehad.

2 voor A (Pim en Jurvinio)

2 voor B (Niek en Jurre)

Ze zijn allemaal geslaagd!

We hadden bezoek van een rapporteur. Het verslag staat op de volgende bladzijde.

Groetjes,  
Maaïke

## Verslagformulier

### Opleidende instantie

ISVA  
Olympus 29  
6832 EL Arnhem  
06 17335137

### Afzwembad

Zwembad De Grote Koppel  
Olympus 29  
6832 EL ARNHEM



### Gedelegeerde

Marga Evers-Ubbink

Datum 26-11-2018 Tijdstip 18:00 - 19:30 Ex.Nr. 81338 Naam ISVA

### Beoordeeld

Zwem-ABC A ☐ aantal kandidaten \_\_\_\_

Zwem-ABC B ☐ aantal kandidaten \_\_\_\_

#### 1. Heeft u voor het examen een voorbespreking gehouden met de Examinator Nationale Zwemdiploma's?

☒ Ja, Geef aan wat er besproken is.

☐ Nee, waarom niet?

Dit is een Vereniging met bijzondere kinderen, men heeft een toelichting gegeven over de kinderen. Er is overlegd hoe het aan de ouders verteld zou worden dat ik er was. Zodat de kinderen hier door niet te veel afgeleid zouden worden.

#### 2. Hoe verliep de organisatie van het examen?

☒ Goed, geef een toelichting.

☐ Voldoende

☐ Onvoldoende, geef een toelichting.

Het was maar een klein groepje. De organisatie verliep daardoor rustig en vloeiend

#### 3. Heeft er voor de uitslagbepaling afstemming plaatsgevonden met de Examinator Nationale Zwemdiploma's?

☒ Ja

☐ Nee, waarom niet?

#### 4. Heeft u een toespraak gehouden na afloop van het examen?

☒ Ja

☐ Nee, waarom niet?

#### 5. Zijn er naar uw mening onterecht diploma's Zwem-ABC uitgereikt?

☐ Ja, geef een toelichting.

☒ Nee

#### 6. Heeft u een feedback-gesprek gevoerd met de Examinator Nationale Zwemdiploma's?

☒ Ja, ga door naar vraag 7.

☐ Nee, geef aan waarom niet en ga daarna door naar vraag 8.

#### 7. Wat is er in het feedback-gesprek besproken?

Complimenten voor de vrijwilligers die zoveel geduld hebben. En deze kinderen toch nog op zo'n niveau te laten afzwemmen. Een vraag van hun kant was welke mogelijkheden er zijn om andere gecertificeerde examinatoren te vragen. Mijn advies was om contact te maken met zwembaden of verenigingen in de regio. En kijken wat je voor elkaar kunt betekenen. Op de site van de NRZ kun je ook zien welk bad of ver. er aangesloten is bij de NRZ.

#### 8. Hoe vervulde de Examinator Nationale Zwemdiploma's zijn/haar taak?

☐ Goed, geef positieve feedback.

☐ Onvoldoende, geef een toelichting.

☐ Voldoende

#### 9. Is contact met uw regio medewerker van de Nationale Raad Zwemveiligheid door u gewenst?



# Leuke dag voor alle leden

Het bestuur heeft ons gevraagd na te denken over een leuke dag voor alle sporters en vrijwilligers van ISVA. Dit moet in 2019 gaan plaats vinden.

Nou dat willen we wel.

Wat we gaan doen? We hebben al een paar heel erg goede ideeën, maar ideeën van jullie zijn ook welkom. Mail maar aan [isva.voorzitter@gmail.com](mailto:isva.voorzitter@gmail.com) of vertel het aan je sportleider.

Waar? Ja, dat weten we nu wel, kijk maar hieronder.

Wanneer? Dat is nog even afwachten, maar dat horen jullie de volgende keer.

Houd het clubblad elke keer goed in de gaten, dan proberen we steeds iets bekend te maken.

Datum



Wat



Waar



Ine Israel, Riny van den Broek, Jopie Furtjes en Wilma Kusters



## rolstoeltennis

"Het is mijn droom om later aan de Paralympische Spelen mee te kunnen doen," zegt Roy Kusters die rolstoeltennist bij TV Beekhuizen. Elke vrijdag zijn er diverse (rolstoel)tennislessen op de club. TV Beekhuizen noemt zich de mooiste tennisvereniging van Nederland. Heel fijn is dat het daar goed mogelijk is om te tennissen in een rolstoel. Het park is zo aangepast dat de gravelbanen prima te bereiken zijn. Bij de tennishal is een lift aangebracht waardoor je eenvoudig met de rolstoel in de hal kunt komen. Kom ook eens een lesje rolstoeltennis proberen! Op vrijdagmiddag om 17.00 uur is er les en op vrijdagavond om 18.00 uur is er een groep die aan G-tennis doet.

Contactpersonen:

Rolstoeltennis: Marjan Begemann, 06 26 22 03 60

G-tennis: Marlies Eeuwes, 06 19 30 22 88

## WSV Giesbeek nu nog beter toegankelijk voor mensen met een handicap

Zaterdag 13 oktober werd in het clubgebouw een lift en loopbrug geopend. Onder andere Otwin van Dijk was hierbij aanwezig: "Feestelijke ingebruikname van de lift bij clubgebouw van watersportvereniging Giesbeek. Nu kan iedereen én zeilen én de kantine in. Mensen met een beperking en mensen zonder beperking. Goed voorbeeld van inclusief sporten!" Op de Facebook-pagina van de vereniging staat een mooi fotoverslag en Omroep Gelderland heeft er een filmpje van gemaakt.

Ben je benieuwd of zeilen wat voor jou is? Neem dan contact op met de vereniging.

## basketballen

Ben je op zoek naar een spectaculaire sport? Ben je 8 jaar of ouder en heb je een lichamelijke beperking waardoor basketballen in een reguliere groep niet kan? Kom het team dan versterken!

Vanaf vrijdag 5 oktober wordt er wekelijks van 17.00 - 18.00 uur getraind in sportcentrum Triominos (Eltensestraat 4, 6921 MD Duiven). Onder begeleiding van trainers die zelf in het senioren-team spelen van 'Pigeons on wheels' kan iedereen de sport gratis en vrijblijvend komen uitproberen in de maand oktober. Er worden sportrolstoelen beschikbaar gesteld.

Wil je meer informatie? Neem dan contact op met Isabelle Haring. Bekijk hieronder alvast een filmpje voor een indruk van de sport (senioren-team Pigeons) en de vereniging.

## Recept Brounies

Nodig:

- 5 eieren
- 200 gram pure chocolade
- 2 afgestreken eetlepels cacao
- bakpapier of boter

kleine vierkante glazen schaal of muffinvormpjes

Bereiding:

- De eieren splitsen in 2 kommen.
- 1 voor eiwit (geen drup eigeel erbij!).
- 1 voor eigeel.
- Chocolade in stukjes breken en au bain Marie smelten.
- Eiwit stijfkloppen.
- Cacao zeven boven het eigeel, dan door elkaar roeren.
- Gesmolten chocolade door het eigeel roeren.
- Een paar lepels eiwit er doorheen roeren.
- De inhoud van deze kom overdoen in de kom met geklopt eiwit.
- Alles goed door elkaar roeren totdat je geen eiwit meer ziet.

Oven voorverwarmen op 140°C (40 minuten)

- Bakpapier in de vierkante schaal leggen of muffinbakjes invetten.
- Mengsel erin gieten.

In de voorverwarmde oven zetten, net onder het midden, voor 40 minuten.





## Eerste verkiezing Sportiefste S(B)O-school van Nederland

Werk jij op de sportiefste S(B)O-school van Nederland? Schrijf je school dan nu in voor de verkiezing van de 'Sportiefste S(B)O-school van Nederland 2019'! De KVLO en Special Heroes Nederland hebben samen het initiatief genomen om ook het speciaal (basis)onderwijs te betrekken in deze verkiezing. We zijn dan ook heel erg blij dat dit jaar voor het eerst de verkiezing voor het speciaal (basis)onderwijs met medewerking van de gemeente Den Haag, de Haagse Hogeschool en nog enkele andere partners georganiseerd kan worden. Het VSO had afgelopen jaar de primeur met als winnaar de Aventurijn uit Almere.

## PGB en begeleiding bij het sporten

De Centrale Raad van Beroep (CRvB) heeft besloten dat begeleiding bij het sporten een maatwerkvoorziening kan zijn vanuit de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo).

Participatie' uit de Wmo

In deze zaak gaat het om een jonge vrouw die graag wil paardrijden maar dat gezien haar beperking niet zonder begeleiding kan. De gemeente trok eerder een persoonsgebonden budget (pgb) voor deze begeleiding in omdat zij dit een taak van de mantelzorger vond. De rechter oordeelt dat in dit geval het pgb door de gemeente ten onrechte is afgewezen.

Dit omdat sportbeoefening een maatschappelijke activiteit is en daarmee valt het onder het begrip 'participatie' uit de Wmo.

Sporten heeft positieve effecten

Omdat paardrijden de enige sport is die zij beoefent en dat al vele jaren doet én omdat de revalidatiearts aangeeft dat paardrijden voor haar positieve effecten kan hebben, is de rechter in deze casus tot dit oordeel gekomen. Het blijft dus altijd maatwerk wat in lijn is met de uitgangspunten van de Wmo.

Op dit moment wordt uitgezocht of de begeleiding aan deze vrouw ook gegeven kan worden door vrijwilligers van de manege.

Eerdere uitspraak

In deze zaak besliste de Centrale Raad van Beroep (CRvB) al eerder dat er geen sprake is van mantelzorg als de zorg niet onbetaald vrijwillig wordt gegeven. Mezzo is blij met deze uitspraak omdat het nogmaals bevestigd dat een naaste 'nee' kan zeggen tegen mantelzorg. Hiermee wordt duidelijk dat mantelzorg nooit een verplichting kan zijn.

Bron: Mezzo

## Nationale Sportweek

Op de 25 scholen voor (voortgezet) speciaal onderwijs van De Onderwijsspecialisten vinden ze sport en bewegen belangrijk. Dat is tijdens de Nationale Sportweek duidelijk te merken met activiteiten als het 'dagelijks kwartiertje'. Ook buiten deze sportweek krijgen de kinderen en jongeren volop mogelijkheden om continu in beweging te blijven.

De Onderwijsspecialisten bieden (voortgezet) speciaal onderwijs op 25 scholen in met name de provincie Gelderland. "Op al die scholen vinden we sport en bewegen ongelooflijk belangrijk", zegt Nico Teunissen, hoofd afdeling Sport en Cultuur. De gymdocenten op die scholen zoeken daarom de samenwerking op met Uniek Sporten, Special Heroes en sportverenigingen in de buurt. "In de regio van scholen zorgen we dat die verenigingen bekend zijn bij scholen en dat ze bekend raken met het speciaal onderwijs. Op die manier stimuleren we dat kinderen en jongeren structureel gaan en blijven sporten." Dat sport goed is voor deze kinderen, merken ze iedere dag op de scholen. "Veel van onze kinde-

ren kunnen gewoon niet de hele dag in een schoolbank zitten. Die moeten ook kunnen bewegen. Dat geldt voor alle niveaus. Sport en bewegen stimuleert het leren ook, maar het is ook belangrijk voor sociale contacten en het leren van winnen en verliezen", vertelt Nico.

Op de 25 scholen van De Onderwijsspecialisten is sport niet alleen twee keer per week een uurtje gym. "Het is ook na schooltijd, of bij een vereniging of tussen de les door zoals we in Arnhem doen met het 'dagelijks kwartiertje': als de kinderen om 11 uur onrustig worden dan gaan ze er even uit om te bewegen."

Dat soort activiteiten krijgen deze week tijdens de Nationale Sportweek extra aandacht. "We grijpen deze week aan om de sportactiviteiten, die het hele jaar door ook gebeuren, even extra in de etalage te zetten."

Als voorbeeld geeft Nico de Arnhemse school De Ommezwaai, een school voor kinderen die extra begeleiding nodig hebben. Het 'dagelijks kwartiertje' krijgt tijdens deze week extra aandacht van de leerkrachten. Een andere speciale activiteit was de deelname aan het hardloopevenement de 'Bridge to Bridge-loop. Nico zag daar hoe enthousiast de kinderen daarvan werden. "De juf die mee was vanuit de school snapte precies wat sport met kinderen kan doen. Er waren kinderen bij die nog nooit aan zoiets groots hadden meegedaan. En één van die kinderen zei na afloop: 'juf wat was dit fantastisch!'

Nico vindt dat een mooi voorbeeld. "Dat is precies wat we willen bereiken. Dat was op een zondag, buiten schooltijd om. Op school stimuleren we zo dat kinderen gaan sporten en dat verhaal komt op maandag terug op school bij andere kinderen, die daar ook weer door geïnspireerd raken."

Dat is volgens Nico ook het effect wat de Sportweek ook heeft. "De Sportweek is fantastisch en daarmee krijgt sport en bewegen extra aandacht, maar wij vinden het ook belangrijk dat het bewegen het hele jaar doorgaat."

## De 2e Duivense Sportverkiezing komt eraan!

07 november 2018

Op vrijdag 25 januari 2019 vindt voor de tweede maal de Duivense Sportverkiezing plaats, wederom in Hotel van der Valk Duiven.

Boegbeeld voor de Duivense Sportverkiezing is Mathieu Maanders. Mathieu heeft een progressieve spierziekte en zit in een elektrische rolstoel.

Maar hij is wel een aantal keer per week in de sportschool te vinden en heeft Personal Training bij Sportiefv in Doetinchem. Hij laat zien dat het hebben van een beperking geen drempel is, om te kunnen sporten.

Onder het motto: "Je hoeft geen spierballen te hebben om een droom te verwezenlijken" en met de wetenschap dat sporters uit Duiven, Groessen en Loo geen extra aandacht kregen bij het behalen van hele mooie prestaties, is hij op zoek gegaan naar medestanders die samen met hem het idee van een Duivense Sportverkiezing uit wilde werken. Die medestanders waren snel gevonden, maar ook kwamen er vele aanbiedingen van (lokale) ondernemers om deze droom werkelijkheid te laten worden. Deze niet-financiële steun maakt het mogelijk om een laagdrempelig, volledig vrij-toegankelijk evenement op een toplocatie neer te zetten.

Al deze giften en inspanningen hebben geresulteerd in de Duivense Sportverkiezing 2017. Ongeveer 250 aanwezigen, ruim 65 nominaties en 4 winnaars. Muziek, dans, bloemen en lovende woorden van de burgemeester van Duiven, Rik de Lange, het was er allemaal. Daarom gaan we door en vindt op 25 januari a.s. de Duivense Sportverkiezing 2018 plaats.

Met Mathieu als boegbeeld en zijn verhaal in onze rugzak, kan wat extra aandacht en een prijs voor de Sporter / Sportteam met een beperking natuurlijk niet ontbreken. Maar wij loven ook een Sportprijs uit voor de Sporter / Sportteam, de meest bijzondere Sportprestatie en last but not least wordt de Sportfoto van het jaar gekozen.

Nomineren

Via de website van de Duivense Sportverkiezing - kunnen Duivense, Groessense en Loose sporthelden genomineerd worden. Sportfoto's kunnen (met een beschrijving) worden ingestuurd via [foto@sportverkiezing](mailto:foto@sportverkiezing).

De Sport-jury bestaande uit Frank Versteeg (Sportiefv Personal Training), Hugo Boschker (Winnaar Sportprijs 2017 in de categorie Meest bijzondere sportprestatie), Taco Jansen (voorzitter basketbalvereniging de Pigeons), Henk Nijland en Johannes Goossen (wethouder Sport gemeente Duiven) selecteren uit alle inzendingen de winnaar. Deze winnaar wordt tijdens de avond van de Duivense Sportverkiezing 2018 bekend gemaakt. Voor de Foto-jury, bestaande uit Jacques Kok (Fotografie Jacques Kok), Anne-mieke Kok (Smeltwater) en Walter Verwaal (Fotoc), geldt hetzelfde als voor de Sport-jury.

De verkiezing is op vrijdagavond 25 januari 2019 vanaf 19:00 uur in Hotel van der Valk (Impuls 2, 6921 RK Duiven).

Knutsel versieringen voor Kerstmis:

Nodig:

1 papieren bordje (knip het midden eruit)

Papier

Schaar

Lijm

Lint



Hangers voor in de boom:

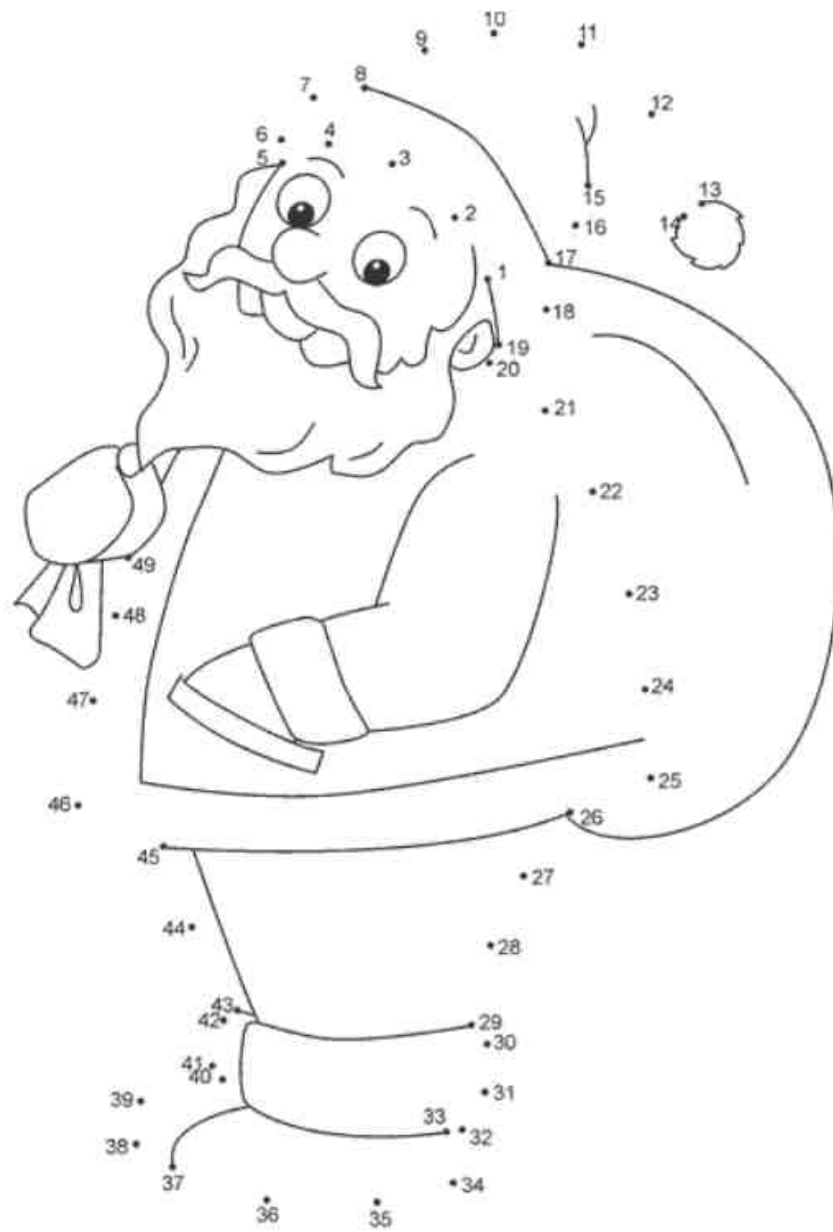
Plat houtje, bijvoorbeeld ijslollystokjes

Takjes

Touwtje

Lijm





## Bestuur

Voorzitter:

Ed van den Engel  
Sweelincklaan 13  
6815 BD Arnhem  
06-51467289  
isva.voorzitter@gmail.com



Secretaris:

Maike Kotterman  
06-17335137  
isva.secretaris@gmail.com



Penningmeester:

Narges Noori  
Marumplantsoen 4  
6835 AZ Arnhem  
isva.penningmeester@gmail.com



Ledenadministratie:

Riny van den Broek-Leenders  
Croydonplein 306  
6831 LJ Arnhem  
06-51735826  
rinyleenders@gmail.com



Bestuurslid:

Ine Israel  
06-23666171



## Contributietarieven per maand

(jaar 2018)

|                 |      |
|-----------------|------|
| Tot 18 jaar     | 13,= |
| Vanaf 18 jaar   | 13,= |
| Per extra sport | 2,50 |

Opzegtermijn is 1 maand.

Leden met een **GelreCard** kunnen in aanmerking komen voor reductie.

Giro voor contributie en donateurs:  
NL58INGB0001559803  
t.n.v. ISVA te Arnhem

De ISVA kent donateurs. Deze steunen de vereniging financieel. Mocht U een nieuwe donateur vinden, dan is hij of zij zeer welkom.



Scoutinggroep Luctor et Emergo  
(voor jongeren met een beperking)

**zoekt:**

**enthousiaste vrijwilligers**

geef jongeren een leuke tijd  
doe relevante ervaring op  
heb zelf veel plezier

tijdens:

- zomerkamp
- bijeenkomsten
- weekenden



### Interesse?

Clubhuis: Luctor's Honk  
Diependalseweg 7, 6813 GE Arnhem  
Info: [www.scoutingluctor.nl](http://www.scoutingluctor.nl)  
Email: [contact@scoutingluctor.nl](mailto:contact@scoutingluctor.nl)

Zie ook onze vraag om hulp op de website van "UNIEK SPORTEN"

**Je bent heel hartelijk WELKOM!**

## Ik houd de beweging erin!



Mede mogelijk door 

voor mensen met een handicap

### INSCHRIJVING DONATEUR

\*\*\*\*\*

Naam: .....

Adres: .....

PC+Plaats: .....

Tel.nummer: .....

E-mailadres: .....

Doneert/doneren hierbij onderstaand bedrag ten gunste van de ISVA.

Sponsorbedrag :

☐ € 5,-\*      ☐ € 10,-\*    ☐ € 15,-\*    ☐ € 20,-\*    ☐ € 25,-\*

☐ € 30,-\*      ☐ € 35,-\*    ☐ € 50,-\*    ☐ ander bedrag: € .....,...

per kwartaal/half jaar/jaar (\*keuze aankruisen svp)

Ik wil het clubblad wel /niet ontvangen.

Het bedrag mag automatisch worden afgeschreven van

Naam: .....

Ibannummer: .....

Handtekening:

Gelieve dit formulier ingevuld en ondertekend terug te sturen aan:

ISVA-penningmeester

Indien onbestelbaar retour: Croydonplein 306, 6831 LJ Arnhem



## Ingenieursbureau voor verenigingen en particulieren

Voor het ontwerpen van speciaal machines en apparaten

- Boccia verzamelaar
- Pasknijper om pinpas uit automaat te trekken
- Zeilstoel
- Camera robot
- Armondersteuning
- Drenpelaanpassingen
- Persoonlijke aanpassingen voor mindervalide



## Het Andere Mechaniek

P. van Ham  
Veerweg 4  
6862 VW Oosterbeek  
06-27266375

[www.aangepastehulpmiddelen.nl](http://www.aangepastehulpmiddelen.nl)  
[www.hooglaagzeilstoel.nl](http://www.hooglaagzeilstoel.nl)

