

LEDENADMINISTRATIE

Anja Tijink
De Kievit 73, 7591 LC Denekamp
Telefoon: 0541 - 352734
ledenadministratie@dedinkel.nl

Inschrijfformulieren zijn verkrijgbaar aan de receptie van het **Sportcomplex Dorper Esch** in Denekamp. Inschrijfgeld € 5,- eenmalig bij aanvang lidmaatschap via ledenadministratie te voldoen. Voor het deelnemen aan zwem- en/of waterpolowedstrijden int de club eenmaal per jaar (in januari) een bedrag voor een startvergunning van de KNZB.

Voor informatie over een van de groepen of voor een **gratis proefles**, neem dan contact op met de contactpersoon.

CLUBBLAD

Elk lid van **DE DINKEL DENEKAMP** ontvangt gratis het clubblad **DE INDUIKER**.

WEBSITE/FACEBOOK



Op www.dedinkel.nl kunt u nog veel meer informatie vinden. Volg ons op Facebook!

VOLOP GEZELLIGHEID EN PLEZIER VOOR IEDEREEN IN EN OM HET WATER!

AL 40 JAAR BIJ NEDERLANDS ABSOLUTE TOPPERS IN DE EREDIVISIE VAN HET WEDSTRIJDSWEMMEN

Januari 2017B. Alle trainingstijden en contributies onder voorbehoud.



WWW.WIMJOURNEE.NL

ZWEM MEE BIJ DE NATSTE VERENIGING VAN DENEKAMP-ZWEMDORP!

WWW.DEDINKEL.NL

Zwemmen op jonge leeftijd is de basis voor iedere sport. Door zwemmen ontwikkelen longen en hart zich op een gezonde manier, zodat je daar je hele leven veel profijt van hebt. Je kunt er nooit te vroeg maar zeker ook nooit **TE LAAT** mee beginnen.

Zwem- en polovereniging "De Dinkel Denekamp" is dan ook een dynamische (top)zwemvereniging voor jong en oud. Nieuwsgierig? Doe een paar gratis(!) proeflessen mee!

Net een zwemdiploma gehaald of al lang in het bezit? **JONG OF OUD**, met of zonder beperking, we hebben voor iedereen iets te bieden in ons 'thuis-zwembad' Dorper Esch in Denekamp.



Deze folder geeft u alle informatie **ZWEMMEN EEN GOUDEN SPORT!**

De Dinkel
Denekamp
voor jong en oud!



BASISZWEMMEN (jeugd)

In deze groep maak je **na het diplomazwemmen** kennis met alle takken van de zwemsport en wordt er veel geoefend op het verbeteren van het uithoudingsvermogen en de zwemslagen. Ook wordt er kennis gemaakt met allerlei materialen waarmee gezwommen kan worden zoals planken, poolboys, ballen enz. en worden er verschillende zwemspelletjes gedaan. Vanuit deze groep kun je kiezen of je verder wilt met wedstrijdzwemmen, waterpolo, recreatief of oefenen voor de zwemvaardigheidsdiploma's.

Gewoon langs komen en meedoen in het wedstrijdbad van Dorper Esch!

Zaterdag basisgroep 1 : 10.45 - 11.30 uur (minioren 1)

Zaterdag basisgroep 2 : 11.30 - 12.15 uur (minioren 2)

Contributie : € 17,00 per maand

Contact : basiszwemmen@dedinkel.nl

Contactpersoon : Maria Gram 0541-354269

AARDIG ZWEMVAARDIG (jeugd)

In deze groep kun je na je B- en/of C-diploma nog meer zwemdiploma's halen in allerlei verschillende onderdelen, zoals bijvoorbeeld: survival, snorkelen, reddend zwemmen, aquadans, waterpolo/balvaardigheid, wereldslagen, kunstzwemmen, survival enz. Dit zijn de zwemvaardigheidsdiploma's in drie niveaus: 1, 2 en 3. Doe mee in deze gevarieerde les.

Vrijdag : 19.00 - 19.45 uur

Contributie : €17,00 per maand

Contactpersoon : Maria Gram 0541-354269

DOLLE ZWEMPRET!

In het lekker warme bassin zwemmen kinderen die, vanwege kleine beperkingen, niet zo goed kunnen meekomen in andere groepen. Na het B-diploma is zwemmen *HUN* sport geworden!

Vrijdag : 19.00 - 20.00 uur

Contributie : € 17,00 per maand

Contactpersoon : Jordi Dijkhuis 06 51956421

DE DINKELRATTEN

Dit is onze zwemgroep via Aveleijn. Ook voor deelnemers met een beperking is er ruimte bij de Dinkel. Samen met anderen genieten ze op hun eigen manier van het warme water.

Woensdag : 20.00 - 20.45 uur

Contributie : € 17,00 per maand

Contactpersoon : Wim Timmerman 06 22557468

MASTERS

(Oud)zwemmers, -sters of gewoonweg zwemliefhebbers die graag op hun eigen niveau, temidden van leeftijdsgenoten willen zwemmen, zijn van harte welkom.

Dinsdag en donderdag: 20.30 - 21.15 uur

Contributie : € 23,00 per maand

Contactpersoon : Gudo Hemeltjen 0541-352731

WEDSTRIJDZWEMMEN

Als je de voorkeur geeft aan wedstrijdzwemmen, dan kun je vanuit de basiszwemgroep/ aardig zwemvaardig groep worden geplaatst in de jeugdselectie. Naar gelang de leeftijd en snelheid kun je vanzelf doorstromen naar de selecties.

Trainingstijden selecties

: variabel

Contributie

: A-selectie € 32,50 per maand (Tussengr. € 23,00)

Jeugdselectie € 23,00 per maand

Contactpersonen:

Instroomgroep

: Claudia Holterman 06 421 090 27

Jeugdselectie

: Brigitte Hesselink 0541-353723

Hoofdtrainer

: Linda Huisjes- van de Berg 06 25113210

WATERPOLO

Zwemmen is top, waterpolo is top! Wil je goed en snel leren zwemmen en wil je ook graag met de bal bezig zijn dan is waterpolo echt iets voor jou!

Waterpolo is een soort handbal in het water. Je speelt het met twee teams en die dragen blauwe of witte caps. Elk team bestaat uit 6 spelers en een keeper. Door waterpolo krijg je een goede zwem- en baltechniek, een uitstekende conditie en veel kracht!

Vooraf: met veel plezier samen waterpoloën.

Trainingstijden teams jeugd, dames en heren : variabel

Contributie : € 26,00 per maand Jeugd € 21,00

Contactpersonen:

Jeugd

: Chantal Bentert

06 41 383300

Dames/Heren

: Resy Mos

06 53214743

B-ACTIEF voor (ex)borstkankerpatiënten

Dit is onze nieuwste groep! In het warme bad bewegen onder leiding van een ervaringsdeskundige. Samen met lotgenoten op een ontspannen en gezellige manier bewegen in het warme water.

Voor opgave: b-actief@dedinkel.nl

Contributie : € 17,00 per maand

Contactpersoon : Marion Nijhuis 0541-551813

40+ ZWEMGROEPEN

Volwassenen, die in groepsverband willen zwemmen, zijn van harte welkom in een van de onderstaande groepen. Iedere week staat er wat anders op het programma. Zoals het aanleren/verbeteren van de zwemslagen, conditie, spel, snorkelen, reddend zwemmen enz. Jaarlijks wordt er een gezellige avond georganiseerd voor de groepen.

Maandag : 20.45 -21.30 uur

Dinsdag en donderdag : 21.15 - 22.00 uur

Contributie

: € 17,00 per maand

Contactpersonen:

Maandag : Maria Gram

0541-354269

Dinsdag : Dirk Oude Ophuis

06 53969065

Donderdag : Louis Damhuis

0541-353445