



BIJLAGE1: School Waterpolotoernooi.

Op woensdag 29 januari 2025 heeft zwemclub DAW het Alkmaarse school waterpolotoernooi georganiseerd .

Vanuit de Hoge Ven deden er 3 teams mee!!

Team de Hoge Ven; Boy, Sem, Mees, Milan, Julien, Willian. De jongens uit groep 8a en 8b.

Team de Hoge Ven Spetters; Pleun, Amy, Rosa, Sammy, Senna. meiden uit groep 8a

Team de Hoge Ven Gils; Iris, Wendy, Noa, Saar, Amy en Daantje. meiden uit groep 8b en 7b.

Zij mochten de vrijdagen ervoor al komen oefenen in het 50-meterbad van de Hoornse Vaart, daar waren veel vrijwilligers van de club aanwezig om hen de regels uit te leggen en met hen te oefenen.

Verslag van het team van de jongens:

Als eerst moesten we teams bepalen en wij kozen voor een sterk team met Sem, Boy, Milan, Juliën, Mees en William.

TRAINING

We hadden de teams gemaakt en toen moesten we 17 januari naar onze eerst en enigste training en als trainer hadden we Rob(de beste trainer ooit) Rob kwam ook uit Warmenhuizen.

Dus ik denk dat we daarom bij hem mochten trainen. We moesten tijdens de training allemaal oefeningen doen met de bal. We gingen eerst als warming-up naar het midden van het 50-meter bad zwemmen en terug. Daarna gingen we op doel schieten met de bal. Daarna werd uitgelegd hoe alles in het spel werkte zoals: met 1 hand gooien. Als je tegoed bent dan moest je met je slechte hand gooien (hadden we 1x in de wedstrijd). Na de regels gingen we estafette en daarna gingen we 3-3. Dat was zo'n beetje de training!

Toernooi waterpolo.

Eerst werden we opgehaald bij school op 29 januari. Toen gingen we naar de Hoornsevaart in Alkmaar. Daar was het echt heel druk, er waren zo'n 160 kinderen en een paar ouders! Er waren ongeveer 3 poules, er waren ook bankjes met cijfers en wij hadden bankje 10!

Toen we daar waren, moesten we eerst wachten voordat we de eerste oefening gingen doen. De eerste oefening was een 50 meter race dus dat houdt in dat je met z'n tweeën gaat racen maar het zijn wel je teamgenoten. Sem (uit ons team) was bij ons het snelste en stond vijfde met 160 kinderen. Toen mochten we even 5 minuten, daarna hadden we onze eerste wedstrijd.. Onze eerste wedstrijd moesten we tegen het meidenteam van de Hogeveen alleen zaten ze in onze klas. We hadden gewonnen met 5-1, daarvoor kregen we eerst een kapje op voor onze oren ter bescherming. Daarna gingen we wat limonade drinken en we mochten vrij zwemmen (we mochten maar 5 min).

Toen kwam de tweede wedstrijd en toen moesten we tegen onbekenden en die krabde Milan best hard op z'n borst. En wonnen weer 6-1 en we hadden de wedstrijd daarna 7-0 gewonnen en toen we aangekomen bij de laatste voor de wedstrijd moesten we eerst in een of andere gaten gooien voor scores en we hadden maar 11 punten...

Toen waren we aangekomen bij de laatste wedstrijd! En we hadden al alle wedstrijden gewonnen en als we deze wedstrijd winnen dan waren we 1ste van de pool. En 4-2 maar we waren te goed tegen 3 waterpoloërs en we moesten zelfs met onze linker hand gooien! maar we waren echt niet eerste want door die 11 punten waren we derde van alle poules en eerste van onze pool en een goede vriend van Juliën was er ook! We kregen ook nog een goody pack. Na de wedstrijden gingen we weer lekker naar huis en dat was waterpolo!

(gemaakt door Juliën en Milan)

