



Super Weekend

Synchroon heeft er een super weekend op zitten. Het is Super Saturday aankomende zaterdag, als Da1, H1 én H2 thuis spelen. En niet alleen dat, zondag strijden de dames ook nog om de Super Cup, tegen de Zaan. Zaterdag start ook 'de week van de scheidsrechter', een mooie gelegenheid om deze toppers in het zonnetje te zetten. Kortom, een Super Weekend!

wedstrijden

Zaterdag 30/09

18:30 Polar Bears Da1 – UZSC Da1

Polar Bears LIVE

20:00 Polar Bears H1 – ZPB H1

Polar Bears LIVE

Zondag 01/10 - AquaRijn

17:15 De Zaan Da1 – Polar Bears Da1

Kaarten à 7.50 aan de kassa bij AZC



KING GROUP
ROOTBARRIER



Synchroonkamp 2023

Het Synchroonkamp 2023 zit er weer op. Wat heeft synchoon niet gedaan dit weekend? Nou, eigenlijk vanalles wel: van trainen tot feesten, bowlen, glow golf, dansen, kampvuur, droogtrainen, spelletjes en ja er werd ook geslapen zzzz (eventjes dan). Het was weer een super geslaagd kamp! De foto's spreken voor zich:



wedstrijdweekend

Het **DG1** team heeft weer een mooie overwinning in de pocket. Het team van Loes Donderwinkel speelt nog maar kort met elkaar samen, maar vanaf het eerste fluitsignaal nam DG1 het initiatief tegen de ploeg van Zwolle.

Na 21 seconden werd het eerste doelpunt gemaakt door Boaz van Dongen. Kort daarna kegelde ook Nick Bos de volgende erin. De toon was gezet, tegen de Zwolse ploeg die voor de wedstrijd nog dacht te gaan winnen. Maar met de full press van Aliyah te Mebel tegen de topschutter van Zwolle had de ploeg maar weinig kans. Er volgden nog een paar mooie goals van Daan Timmerman, Filipe de Beer, Liva Nieuwenburg en Daniël Schutte. Boaz van Dongen creëerde als vanouds een heerlijke marge. Ook keeper Raylen Hogendoorn had een fantastische wedstrijd en wist een aantal schoten op het doel prachtig te blokken.

De wedstrijd eindigde met een 17-7 overwinning voor onze beren.



Zaterdag 23 september hebben wij met **CM1** onze tweede wedstrijd gespeeld. We hebben gewonnen BAM! Lekker begin van het seizoen. Door goed samen te werken werd het uiteindelijk 13-6 en gingen we met 3 punten extra naar huis.



Afgelopen zaterdag mochten de dame en heren van **DG2** strijden tegen DG2 van Arnhem. Een op voorhand verwachte pittige wedstrijd. En dat bleek ook. De eerste fase van de wedstrijd was het vooral aftasten van de tegenstander, maar ook zeker van onze eigen teamgenoten. Het team is nog maar kort bij elkaar en we moeten elkaar nog goed leren kennen.

De eerste helft ging aardig gelijk op. Maar daarna gebeurde er veel. Van voorliggen met 1 punt, tot achterliggen met 3 punten. Uiteindelijk zijn we nog wel wat terug gekomen maar verloren we de wedstrijd met 7-5.

Een leerzame wedstrijd, met euforie en frustratie. Één ding is zeker: we hebben mooie uitdagingen en aandachtspunten voor op de training. Go DG2!



Zaterdag werd ook de eerste competitiewedstrijd van **Heren 1** tegen het Ravijn gespeeld, in Nijverdal. Het werd een spannende pot, met twee ploegen die weinig voor elkaar onder deden. Bij het Ravijn lag Jelle van Rossum op de oude plek van onze keeper Job van As. Tot ruim in het vierde kwart was het stuivertje wisselen totdat de stand op 14-14 kwam, met nog een kleine twee minuten op de klok:

Ut Ravijn had een uutbraak, mar zuule scheutn te gehooft op de goal. Een vrieje lesbeer lag nog effm uut te rüssn op een iesschots, mar toen de lesbeern te anval trökkn, lag disse speuler kâts vriej, en oog in oog met de debuteernde doelman Jelle. Rossige Jelle kon griepm watte wöl, mar ut lukkn um niet um de balle te griepm. De boogbal vleug oaver de keeper hén, daaln rap, en belann op de latte!!! Enorme hafoj! As een haas gung de bal noar veurn, en deud ut Ravijn nog een poging um de drij puntn te griepm. Mar ok ut Ravijn was ut niet egund. Zo bleevm beide ploegn stéékn op 14-14, en werd de punt edeeld. Een mooie wedstried, en een terechte uutslog, aaj ut mie vraagd.

Harm uut 't Darp

De ploegen verdeelden de punten. Na de wedstrijd moesten Marnick en Jens zich nog even melden voor een steekproef dopingcontrole, ook dat hoort erbij.

Wedstrijdweekend (vervolg)

Het Ravijn was zondag een maatje te groot voor de **BJ1**. De 1ste periode ging redelijk gelijk op. Halverwege de 2e periode kreeg het Ravijn de overhand. De jongens hebben hun hoofden zeker niet laten hangen en hebben gestreden tot het eindsignaal. Eindstand 7-15.



De kop is eraf, onze 2^e wedstrijd en de eerste winnende pot van Polar Bears **BM1** is een feit. Op zondag stond de wedstrijd tegen het Ravijn BM1 op het programma, de kampioen van vorig seizoen. Thuis in ons eigen zwembad onder leiding van coach/ trainer Erik te Riele en assistent coach Iris Wolves en met veel publiek.

We hebben als team hard getraind met elkaar de afgelopen weken. Na een sterke start met een voorsprong van 4-2 in het 1ste part, liep de stand vrij snel gelijk op tot 10-10 halverwege het 3^e part. De meiden lieten het er niet bij zitten. Vanaf de tribune werd luid aangemoedigd "Kom op Beren, een tandje

erbij!!!" En dat gebeurde ook! Er werd samengespeeld en de tegenstander had moeite om door de verdediging te komen. Er werden een aantal mooie goals door de kruising gemaakt. Al snel kwamen wij op een voorsprong en deze hebben we niet meer uit handen gegeven. Met een mooi eindresultaat van 16-13 sloten wij de wedstrijd winnend af.

We kunnen vanaf nu alleen maar groeien en nog beter worden als team. Daar gaan we hard voor trainen. Dit belooft wat voor de rest van het seizoen! We kijken uit naar onze volgende wedstrijd op 8 oktober in Utrecht tegen UZSC.



In het nieuws



Ede Stad **Polar Bears start met gelijkspel**
Ede Stad 27.09

dG **Polar Bears ziet Het Ravijn nog langzij komen** De Gelderlander 25.09

Uitslagen week 38

Wedstrijd	Uitslag
Polar Bears/VZC BJ1 - Het Ravijn BJ1	7 - 15
Polar Bears BM1 - Het Ravijn BM1	16 - 13
Het Ravijn H1 - Polar Bears H1	14 - 14
Polar Bears Da3 - De Rijn Da1	13 - 9
SWOL 1894 DG1 - Polar Bears DG1	7 - 17
Polar Bears H4 - VZV Njord H2	5 - 9
PSV Da2 - Polar Bears Da2	10 - 12
Polar Bears EG1 - Aquapoldro EG1	13 - 12
De Ham/ZV de Zaan CM1 - Polar Bears CM1	6 - 13
Het Ravijn H2 - Polar Bears H2	8 - 12
ZPC AMERSFOORT CJ1 - VZC/Polar Bears CJ1	13 - 4
ENC Arnhem DG2 - Polar Bears DG2	7 - 5

Team uitbreiding



De familie Knake mocht afgelopen week hun tweede zoon verwelkomen. Op 24 september zijn Sander (H3) en zijn vrouw Samantha de trotse ouders geworden van zoon [Alexander Gerrit Hermanus Knake](#).

van harte gefeliciteerd



Wist je dat...

Gespot op de facebook pagina [waterpolovrienden](#) ...

DIGITAAL WEDSTRIJD
FORMULIER (DWF)



Wist je dat je nu op een andere manier op de wedstrijdtablet (dwf) moet aangeven als iemand niet gespeeld heeft?

De wijziging is dat alle spelers nu standaard op gespeeld staan. Door op de speler te klikken en even vast te houden verandert de status in "niet gespeeld" als dat van toepassing is.

discoparty

Het is eindelijk weer zover, het eerste **clubfeest van dit seizoen**. Op zaterdag 4 november zullen we de gehele dag in het teken zetten van een discoparty! We beginnen de dag om 15:00 met een pre-discoparty voor de jeugd. 2 uur lang lekker dansen, zingen en kletsen met elkaar, om vervolgens een hapje en een drankje te eten samen als voorbereiding op het aanmoedigen van onze eerste teams. Meer informatie volgt nog via de trainers.



Om 18:15 begint vervolgens het avondprogramma, waarbij dames 1 het gaat opnemen tegen de Zaan. Vervolgens duikt heren 1 het water in om 19:45 tegen UZSC.

Mocht je echt veel wedstrijden willen kijken, dan kan je natuurlijk eerder komen om dames 2 aan te moedigen, of nog een blijven hangen na heren 1 om de mannen van heren 2 te zien spelen.



Trek je mooiste outfit aan en dan zien we jullie graag op 4 november!!

Na de wedstrijd van heren 1 zullen we de disco voortzetten boven in de dolfin.

POLARBEARS
PRESENTS:

glitter,
glamour,
discoparty

VOOR DE JEUGD

NOVEMBER 4 15:00

DANS JE MET JE TEAMGENOOTJES WARM OP DE LEUKSTE DISCO LIEDJES, ZODAT JULLIE DAARNA DAMES 1 EN HEREN 1 KUNNEN AANMOEDIGEN!

NOVEMBER 4 21:00

WE ZIJN WEER TERUG MET HET EERSTE CLUBFEEST VAN HET JAAR. GOOI JE BESTE MOVES IN DE STRIJD EN DANS IN DE DOLFIJN OP JE FAVORIETE DISCONUMMERS!



SuperCup 2023

Het is weer zover - de Super Cup van dit jaar!
De landskampioenen nemen het op tegen de bekerwinnaars van zowel de heren als de dames.
Deze duels vinden plaats in zwembad Aquarijn in Alphen aan den Rijn.



1 OKT

SUPER CUP

Dames start: 17:00

Locatie: Zwembad Aquarijn
Cantharel 10, Alphen a/d Rijn

KAARTJES voor
2 wedstrijden €7,50

Heren start 18:30

Alleen te betalen met pin

De Thermen knzb aZC

Update kleding

Morgen: vrijdag komt er weer een levering van Seles met kleding die na de passessie is besteld.
Zodra we weten welke spullen en voor wie zullen we ons best doen vrijdag aan eind van de dag de leden hiervan op de hoogte te stellen.

Nog even voor de zekerheid het Wasvoorschrift

- Binnenste buiten wassen T-shirt/polo/vest
- 30 graden
- Geen wasverzachter
- Niet strijken logo's



rekenpuzzel

$53 + 30 = N$	$14 + 35 = E$	$28 + 47 = E$
$47 + 48 = B$	$23 + 50 = D$	$26 + 73 = E$
$23 + 67 = E$	$92 - 24 = S$	$88 - 80 = R$
$88 - 87 = E$	$25 + 27 = Z$	$59 - 6 = D$
$36 + 38 = B$	$34 : 2 = N$	$58 - 28 = I$
$32 + 18 = J$	$18 + 60 = E$	$77 - 46 = T$

73	75	95	99	8	49	17

52	30	50	83	53	1

74	90	68	31	78

Spelregels

Heb je de roadshow gemist waarin de nieuwe waterpolo spelregels werden uitgelegd en ben je toch wel benieuwd waarom je wel of niet werd afgefloten, bekijk dan de video van de [Technical meeting waterpolo scheidsrechters](#). Hierin passeren alle nieuwe regels nog eens de revue, met diverse voorbeelden.



Gefeliciteerd Mooi Parfumerie



Da + Mooi Biemond
Wageningen



MOOI Parfumerie is gekozen tot Beste Winkelketen van het jaar 2023-2024 in de categorie Parfumerie! We zijn enorm trots op al onze winkels en natuurlijk op jullie, onze klanten. Dankzij jullie steun en stem heeft MOOI deze award gewonnen. 🍀

#MOOI #mooiparfumerie
#retaileroftheyear #award



van harte gefeliciteerd

Juryrooster



Zaterdag 30.09:

Tijd	Team	Jury
18:30	Da1 - UZSC	Korrie – Cees – Nynke - Erna
20:00	H1 - ZPB	Korrie – Cees – Nynke - Erna
21:30	H2 - ZPB	Sander R – Marnick - Ruud

Week van de Scheidsrechter

Van 30 september t/m 8 oktober vieren we de Week van de Scheidsrechter om onze scheidsrechters, officials en juryleden te bedanken.

Laat met je team je van je beste kant zien en zet de officials die week eens extra in het zonnetje.



Speelschema week 39

Datum	Tijd	Wedstrijd	Locatie
30 sep	16:50	Het Ravijn H3 - Polar Bears H3	Het Ravijn
30 sep	17:30	DWK BG1 - Polar Bears/VZC BG1	Veluwehal
30 sep	18:30	Polar Bears Da1 - UZSC Da1	De Peppel
30 sep	20:00	Polar Bears H1 - ZPB H&L Productions H1	De Peppel
30 sep	20:30	ZIGNEA H1 - Polar Bears H5	Bosbad Emmeloord
30 sep	21:20	De Linge/PCG H2 - Polar Bears H4	Caribabad
30 sep	21:30	Polar Bears H2 - ZPB H&L Productions H2	De Peppel
1 okt	16:00	NDD EG2 - Polar Bears EG2	Rozengarde
1 okt	17:00	ZV de Zaan Da1 - Polar Bears Da1 (SuperCup)	Aquarijn

Pupil v/d week Dames

Pupil van de week
Loïs



Hoe heet je? **Loïs Plate**

Hoe oud ben je? **8 jaar**

Bij welk team speel je? **EG2**

Hoe lang speel je al? **Eén seizoen bij de mini's en sinds dit seizoen bij EG2**

Wie is je grote voorbeeld? **Lola, want zij is wereldkampioen en dat wil ik ook worden.**

Pupil v/d week Heren

Pupil van de week
Xavi



Hoe heet je? **Xavi Menzo**

Hoe oud ben je? **9 jaar**

Bij welk team speel je? **EG2**

Hoe lang speel je al?

1.5 jaar, vanaf maart 2022

Wie is je grote voorbeeld?

Sil (DG2) met wie ik in Sneek vorig jaar een toernooi heb gedaan... hij is echt super lief!