

Bikkelen in het water

DOOR HEIN BAKS

NIJMEGEN - Zes dagen per week trainen om het beste uit jezelf te halen. Dat is wat Bas Krafft (17) en Yorick van Tricht (22) elke week doen.

Iedere doordeweekse ochtend gaan deze twee zwemmers voor dag en dauw naar het zwembad. Daar bereiden zij zich voor op de Gelderse Zwemkampioenschappen die dit weekend en het laatste weekend van mei

gehouden worden. Op de vraag of het niet saai is om bijna elke dag te trainen antwoordt Yorick resoluut: "Nee hoor, elke training is weer een uitdaging. Je kan jezelf elke keer weer overtreffen." Het doel van Yorick en Bas is om in de top drie te eindigen bij de Gelderse Zwemkampioenschappen. Bas doet ook mee aan de Nederlandse Kampioenschappen in juni. "Daar doe ik mee op de afstand 100 meter vlinderslag", aldus Bas. Niet elke zwemmer mag zomaar meedoen aan de Gelderse

Zwemkampioenschappen. "Je moet een bepaalde tijd zwemmen, bijvoorbeeld 58 seconden op de 100 meter vrij." De twee sporters doen op vele afstanden mee dit weekend, ondermeer op de 100 en 200 meter vlinderslag en de 200 meter estafette. Vanwege hun leeftijd zitten ze niet in het zelfde team, maar ze hebben veel gemeen. Vooral hun enthousiasme voor de sport. Yorick: "Zwemmen is zo leuk omdat je zo het beste uit jezelf kan halen. Je kan echt kijken hoever je kan komen." Bas

voegt daar aan toe: "En jezelf blijven verbeteren. Telkens je tijd aanscherpen. Dat geeft een kick."

Bas en Yorick zwemmen bij Aqua Novio '94 in Nijmegen. Die vereniging is de organisator van de Gelderse Zwemkampioenschappen. Verdeeld over twee weekeinden staat het Sportfondsenbad Nijmegen West in het teken van dit evenement. Ruim 35 zwemverenigingen uit Gelderland nemen deel aan dit toernooi. Iedereen is welkom om te komen kijken.



Bas en Yorick zijn er klaar voor. Het hele jaar hebben zij getraind voor de Gelderse Kampioenschappen die dit weekend plaatsvinden in Sportfondsenbad Nijmegen West. De zwemmers rekenen op veel publiek.

FOTO PIET HEIJSEN

Bikkelen in het water

DOOR HEIN BAKS

NIJMEGEN - Zes dagen per week trainen om het beste uit jezelf te halen. Dat is wat Bas Krafft (17) en Yorick van Tricht (22) elke week doen.

Iedere doordeweekse ochtend gaan deze twee zwemmers voor dag en dauw naar het zwembad. Daar bereiden zij zich voor op de Gelderse Zwemkampioenschappen die dit weekend en het laatste weekend van mei

gehouden worden. Op de vraag of het niet saai is om bijna elke dag te trainen antwoordt Yorick resoluut: "Nee hoor, elke training is weer een uitdaging. Je kan jezelf elke keer weer overtreffen." Het doel van Yorick en Bas is om in de top drie te eindigen bij de Gelderse Zwemkampioenschappen. Bas doet ook mee aan de Nederlandse Kampioenschappen in juni. "Daar doe ik mee op de afstand 100 meter vlinderslag", aldus Bas. Niet elke zwemmer mag zomaar meedoen aan de Gelderse

Zwemkampioenschappen. "Je moet een bepaalde tijd zwemmen, bijvoorbeeld 58 seconden op de 100 meter vrij." De twee sporters doen op vele afstanden mee dit weekend, ondermeer op de 100 en 200 meter vlinderslag en de 200 meter estafette. Vanwege hun leeftijd zitten ze niet in het zelfde team, maar ze hebben veel gemeen. Vooral hun enthousiasme voor de sport. Yorick: "Zwemmen is zo leuk omdat je zo het beste uit jezelf kan halen. Je kan echt kijken hoever je kan komen." Bas

voegt daar aan toe: "En jezelf blijven verbeteren. Telkens je tijd aanscherpen. Dat geeft een kick."

Bas en Yorick zwemmen bij Aqua Novio '94 in Nijmegen. Die vereniging is de organisator van de Gelderse Zwemkampioenschappen. Verdeeld over twee weekeinden staat het Sportfondsenbad Nijmegen West in het teken van dit evenement. Ruim 35 zwemverenigingen uit Gelderland nemen deel aan dit toernooi. Iedereen is welkom om te komen kijken.



Bas en Yorick zijn er klaar voor. Het hele jaar hebben zij getraind voor de Gelderse Kampioenschappen die dit weekend plaatsvinden in Sportfondsenbad Nijmegen West. De zwemmers rekenen op veel publiek.

FOTO PIET HEIJSEN