



Informatie voor beginnende waterpoloërs

Je krijgt deze informatie omdat je interesse hebt om waterpolo te gaan spelen. Om waterpolo te kunnen spelen moet je allereerst kunnen zwemmen. Als je zwemdiploma A en bij voorkeur ook B hebt kun je beginnen. Onder de 9 jaar bij de F-pupillen. In deze groep maak je kennis met de basisvaardigheden en wordt veel met spelvormen gewerkt. Deze groep traint zowel in het diepe als het ondiepe bad.

Naast de standaard trainingen van de F-pupillen raden wij aan dat de kinderen op zaterdag ook meetrainingen met de zwemtraining van de waterpolo-afdeling. Hoe beter je kunt zwemmen, des te makkelijker wordt het om de waterpolovaardigheden onder de knie te krijgen. Voor actuele informatie over de contributies verwijzen we naar de website. www.zpch.nl / bestuur / contributie.

Je vindt de actuele tijden van de trainingen ook op de website onder het kopje “Waterpolo” en dan “trainingen”.

De kinderen van de F-pupillen spelen regelmatig een leuk toernooi in de regio. Tijdens die toernooien wordt er gespeeld op zowel ondiepe als diepe velden. Afhankelijk van je vorderingen zal je vaak in het begin in het ondiepe spelen, en later in het diepe.

De F-pupillengroep is voornamelijk bedoeld voor kinderen van 6 tot 8 jaar die nog geen competitie willen/kunnen spelen. Ben je ouder dan is het leuker om met eigen leeftijdsgenoten te trainen. De gemengde E- en D pupillen (respectievelijk onder 11 en onder 13 jaar) spelen een reguliere competitie, zo’n 15-20 keer op zaterdag of zondag. We zullen je dan vragen om een paar keer mee te komen trainen met een team van je leeftijd. Je merkt vanzelf of het leuk is en de trainers bekijken of je snel mee kunt draaien met echte wedstrijden.

Je mag bij ZPCH 2 weken vrijblijvend komen kennismaken met de sport tijdens de trainingen. Helaas kun je geen wedstrijden meespelen als je geen lid bent.

Heb je nog vragen, stuur dan een bericht naar wpjeugd@zpch.nl

Graag tot ziens in het zwembad

Met vriendelijke groet
ZPCH Jeugd coördinator
Michele Visser