



Lichtenvoordse zwem- en poloclub

"ZPC LIVO"

Zaterdag 14 februari, 20:00 in de clubruimte

# ZPC LIVO Kaderfeest

Thema en dresscode:  
**Yellow and Blue**

## NIEUWSBRIEF februari 2015

### Agenda

- 14 februari, 20:00: Kaderfeest
- 21 februari: miniwaterpolotoernooi in Doetinchem
- 28 februari, 19:00: Dames 1 – Waterpolo Den Haag 1
- 28 februari, 20:15: Heren 1 – OZ&PC 1
- 15 maart: miniwaterpolotoernooi in Aalten
- 2 april, 20:00: Algemene ledenvergadering

### Foutje!

Bij de eerste mailing met de aankondiging van het kaderfeest is iets fout gegaan. Het kan daarom zijn dat je er meerdere mailtjes over ontvangen hebt. Hiervoor onze excuses!

### Van de bestuurstafel

*Deze maand evalueert Chris de nieuwjaarsborrel.*

Een van de agenda punten was de evaluatie van de Nieuwjaarsreceptie. Die werd dit jaar gehouden op zaterdag 3 januari. In het zwembad werden spelletjes voor de kinderen

georganiseerd en in de clubruimte werd er plaats genomen aan de verschillende tafels. Onder genot van een hapje en een drankje werd er gezellig gekletst. Het concept bleek erg geslaagd want er waren meer dan 100 opgaves voor de nieuwjaarsreceptie. Veel waterpoloteams maar ook officials van de zwemtak en ouders van jeugdleden bleven hangen in de clubruimte. Dit zorgde voor een gezellige drukte. Hierop terugkijkend kunnen we stellen dat het een groot succes was!

### Trainingsuitval

De volgende trainingen komen te vervallen in verband met de voorjaarsvakantie.

maandag 16 februari:

- zwemtrainingen van 18:00 tot 19:30 uur

dinsdag 17 februari:

- polo training o.17 jr van 18:00 tot 18:45 uur

vrijdag 20 februari:

- zwemtrainingen van 16:30 tot 18:00 uur

zaterdag 21 februari:

- zwemtrainingen van 10:00 tot 11:45 uur
- polotraingen van 11:45 tot 13:00 uur



Lichtenvoordse zwem- en polo club

"ZPC LIVO"

## Waterpolo clinic Vivian Sevenich

Door Marinka Oonk

Op zaterdag 27 december is er een waterpolo clinic geweest.



De clinic werd gegeven door Vivian Sevenich, speelster in de Italiaanse competitie en het Nederlands waterpolo team. Toen iedereen aanwezig was begonnen we met wat inzwemmen en wat benenwerk, maar de rest van clinic lag het accent vooral op het verdedigen. We deden verschillende oefeningen voor de posities midvoor en midachter.

We werden goed begeleid door Vivian en Elsemiek, de zus van Vivian, en ze gaven veel tips wat we allemaal beter zouden kunnen doen. Eerst deden we de oefeningen in tweetallen en daarna hebben we de oefeningen nog op de juiste positie toegepast. Ook hebben we nog afgewerkt op de goal, waarbij er

verschillende tips werden gegeven hoe je het beste kon schieten. Het was heel gezellig en natuurlijk ook leerzaam!

## Warmteleiding BIR - Meekenesch

Met het oog op duurzame energie is een nieuwe stichting opgericht. Stichting EnergieK gaat onderzoeken of het mogelijk is een warmteleiding aan te leggen tussen BIR (Biologische Industriële Reststoffenverwerking) en het Meekenesch, om zo het stoken van gas en de daarbij komende kosten te verminderen. De gemeente Oost Gelre heeft €10.000 beschikbaar gesteld voor het onderzoek. Ga voor meer informatie naar [deze site](#).

## LIVO in de krant

De mooie resultaten van Heren 1 en vooral van Dames 1 (winnen van de koploper) hebben afgelopen week de Gelderlander gehaald!

# Waterpolosters Livo verslaan koploper PSV

**DOETINCHEM** - De waterpolosters van het Lichtenvoordse Livo zorgden in de eerste klasse voor een verrassing door koploper PSV met 10-9 te verslaan.

**VROUWEN**  
**Eerste klasse**  
**Livo - PSV 10-9**

„Bij PSV zit onze oud-speelster Sophie Kampshof”, vertelde trainer Han Otten van Livo. „In Eindhoven was zij een grote plaag voor ons. Daar hebben we revanche voor genomen. We hebben puur voor de winst gespeeld. Het team was zeer gedreven en dat maakte het verschil

**MANNEN**  
**Tweede klasse B**  
**Livo - Orca 10-10**

Het Lichtenvoordse team was blij met een punt. „Na de tweede periode stonden we ruim voor”, constateerde coach Eefje Bokkers van Livo. „Toen hadden we door moeten drukken, maar helaas hadden we in de derde periode een dipje. Daar hebben we ons knap van hersteld.” Livo dat lang laatste stond in 2B, is inmiddels na twee zeges en een remise weer op de goede weg. „We moeten constanter worden. Daar werken we in de training hard aan. Hopelijk kunnen we nog een paar plaatsen stijgen.”