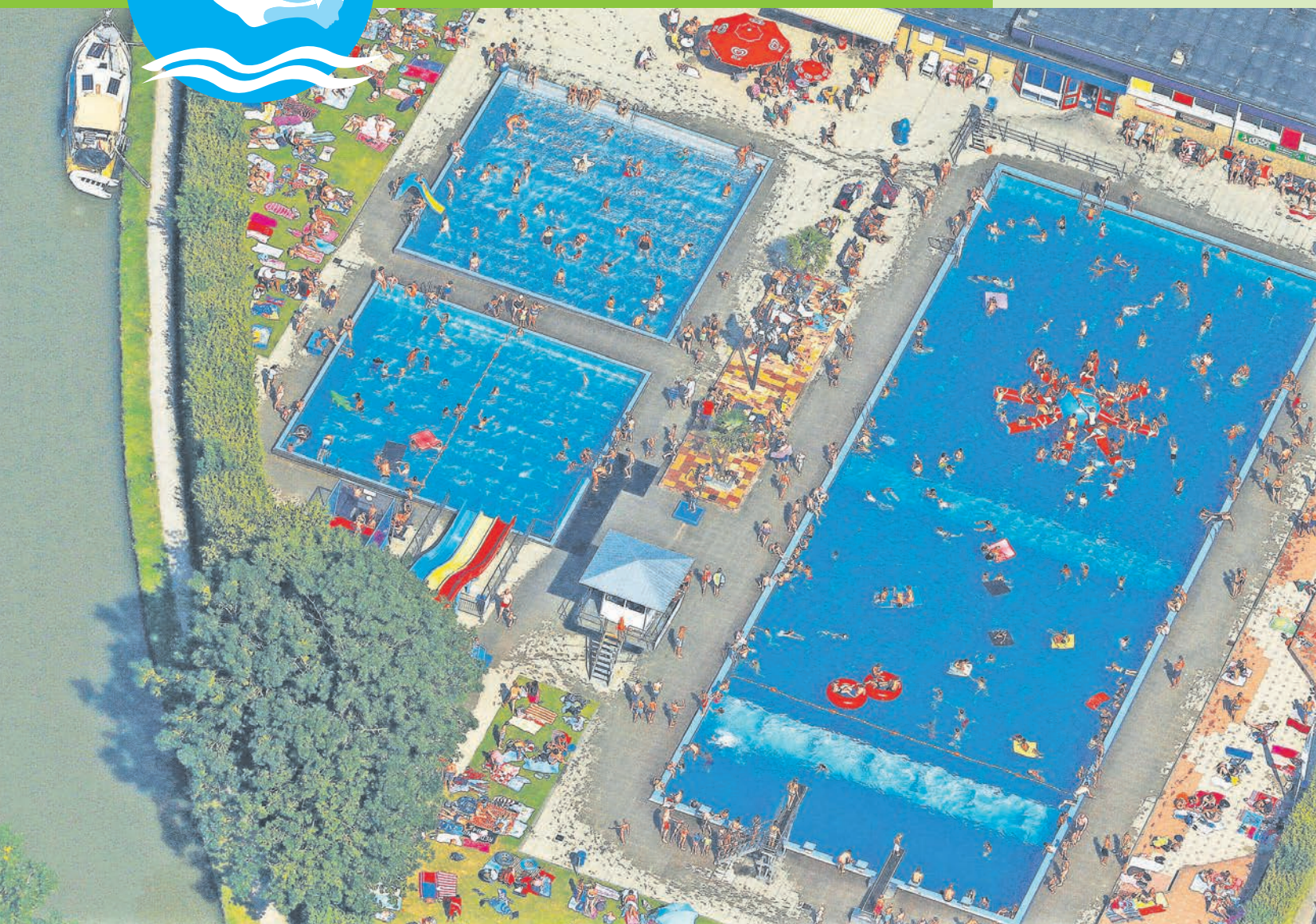




# Zwemseizoen 2022



**Opening: zaterdag 30 april - 13:00**  
**Sluiting: zaterdag 17 september - 17:00**

**Voorverkoop vóór 1 april 2022**

**Bestel uw abonnement **ONLINE****

**ONLINE** aanmelden voor zwemles  
vanaf woensdag 16 maart - 10:00

**Nieuw aangevraagde abonnementen  
worden thuisbezorgd**



**KNOPENBAD**  
STICHTING ZWEMBAD  
MONTFOORT

Godfried van Rhenenlaan 55  
3417 AM Montfoort  
**0348 471577**

info@knopenbad.nl  
www.knopenbad.nl

 [www.facebook.com/  
knopenbad](https://www.facebook.com/knopenbad)





## Wat een fantastisch team

Traditiegetrouw is aan mij gevraagd een voorwoord voor de Knopenbad krant te schrijven. Met veel plezier voldoe ik altijd aan dat verzoek. Tijdens het schrijven van dit voorwoord, dat ik al in januari schrijf, moest ik direct glimlachen toen ik dacht aan een drukbezocht Knopenbad op een mooie zomerdag. Blauwe hemel, een prachtig zwembad en veel geluid dat staat voor gezelligheid en plezier. Zo'n heerlijk sfeerbeeld!

De populariteit van ons bad lijkt alleen maar toe te nemen. Voor mij is duidelijk dat dit vooral ook te danken is aan het fantastische team dat zich ieder jaar weer met hart en ziel voor het Knopenbad inzet. Zo bestaat het team al vele jaren uit dezelfde personen. Wie kent ze niet? Al jaren geven zij zwemles, houden toezicht, heten ons welkom achter de kassa, verkopen lekkers vanuit de Slok en verzorgen het onderhoud van het bad. Het valt mij altijd weer op hoe keurig en strak de grasweide erbij ligt en dat er geen onkruid te vinden is tussen de tegels.

Hoeveel verschillende activiteiten worden er wel niet georganiseerd? Het vaste team van medewerkers, vrijwilligers en bestuursleden gesteund door alle bezoekers, abonneementhouders en donateurs, maakt het een bad van ons allen en voor ons allen. Ik durf dan ook met trots te zeggen dat wij het mooiste en beste zwembad van de provincie hebben!

Dus, sportzwemmer of recreatiezwemmer, jong of oud, pak uw zwemspullen en geniet van onze trots: 'het prachtige Knopenbad'. Op naar een mooie zomer!

*Petra van Hartkamp  
Burgemeester Montfoort*

## Wat is er anders in 2022

- >> Online opwaarderen van abonnement (pas) van vorig jaar;
- >> Nieuw aangevraagde abonnementen (pasjes) worden thuisbezorgd;
- >> Koop online het losse entreekaartje en/of de 10-badenkaart;
- >> Reserveer voor het banen zwemmen uw plek. Vrij zwemmen geen reservering;
- >> Op de vrijdagochtend is er weer trimzwemmen;
- >> In de avond is er naast het banen zwemmen ook vrij zwemmen in het tweede en derde bad;
- >> Andere zwemtijden;
- >> Schoolzwemmen is terug.

Uiteraard is het gehele zwemseizoen onder voorbehoud. Als de overheidsmaatregelen en/of -adviezen veranderen vanwege het bestrijden van het coronavirus, dan kan het zijn dat het zwembad aanpassingen moet doen bij de geplande activiteiten. Wij houden u op de hoogte via sociale media; website, facebook en de lokale weekbladen.



## Inhoud

- pag. 5: Van het bestuur
- pag. 7: Steun het Knopenbad
- pag. 7: Gezocht ... Gastheer en/of -vrouw
- pag. 11: Openingstijden & tarieven 2022
- pag. 13: Gezocht ... Kassamedewerker(s)
- pag. 15: Online Abonnementen bestellen
- pag. 17: Seizoenskalender 2022
- pag. 19: Interview De dames Van de Pol
- pag. 21: Trimzwemmen
- pag. 23: Knopenbad Fun Triatlon
- pag. 25: Zwem4daagse
- pag. 27: Zwemles seizoen 2022

## Colofon

Uitgave: Stichting Zwembad Montfoort  
Oplage: 15.000 ex.  
Realisatie: Drukkerij Heno  
Oudewater, tel. 0348 561478

Voor al uw  
**druk- en printwerk**



de drukkerij  
die staat voor kwaliteit

Noorder-Kerkstraat 4  
3421 AX Oudewater  
Tel. 0348 561478

Uitgever van De IJsselbode - Lees uw krant ook op [www.ijsselbode.nl](http://www.ijsselbode.nl)

# GOBO *Koeriers*

## *Uw zending, onze zorg!*

***Zoekt u een koerier in de omgeving van Montfoort?***

Wij zijn actief in heel Nederland, en zijn gevestigd in Montfoort.  
In deze omgeving kunnen wij daarom nog sneller reageren  
en uw zending verzorgen!

Spoedleveringen vanaf € 40,50.



De Bleek 31 | 3417 TR Montfoort

06 28163213 | [info@gobokoeriers.nl](mailto:info@gobokoeriers.nl) | [www.gobokoeriers.nl](http://www.gobokoeriers.nl)





**Is jouw tuin al klaar voor het voorjaar?**

Geniet van de tuin, juist nu!

De voorjaarszon heeft zich al flink laten zien. Het ideale moment om na te denken over jouw tuin! Hulp of inspiratie nodig? Bij TeBi ben jij aan het juiste adres: Jouw leverancier van sierbestrating, tuinhout, stapelblokken, vijvermaterialen, kunstgras, verlichting en ook meubilair en barbecues.

Alles voor een complete en sfeervolle tuin onder één dak!

Krekenburg 8 | 3417 MH | Montfoort

**TEBI**  
BESTRATINGSMATERIALEN B.V.



**BON**  
*Schilderwerken*

**Voor wie kiest  
voor kwaliteit  
en netheid!**

De Plaats 4, 3417 EC Montfoort  
06 20019156  
[www.bonschilderwerken.nl](http://www.bonschilderwerken.nl)



A C C O U N T A N T S K A N T O O R  
**SMEULDERS**

- (controle van) jaarrekeningen
- tussentijdse rapportages
- (loon-) administraties
- fiscale advisering en begeleiding

Mannenhuisstraat 15  
3417 ED MONTFOORT  
T. 0348 478000  
F. 0348 478001  
E. [mail@smeuldersaccountants.nl](mailto:mail@smeuldersaccountants.nl)  
I. [www.smeuldersaccountants.nl](http://www.smeuldersaccountants.nl)





## Van het bestuur

De tijd gaat snel, maar dat idee heeft u waarschijnlijk ook wel. Het lijkt nog maar kortgeleden dat we het jubileumseizoen 2021 hebben afgesloten en de voorbereidingen voor 2022 gaan al weer starten.

Het was wederom een enigszins vreemd seizoen met alle coronamaatregelen. Desondanks hebben we er met zijn allen, medewerkers, bezoekers, jubileum- en sponsorcommissie samen met het bestuur een mooi seizoen van gemaakt.

Een aantal activiteiten welke door de jubileumcommissie voorbereid waren, konden geen doorgang vinden, maar de meeste activiteiten hebben wel plaatsgevonden en waren een groot succes. Het Knopenbad stond weer goed in de belangstelling.

Aanvankelijk dachten we ook een financieel goed seizoen gehad te hebben, echter de sterk gestegen energiekosten gooiden roet in het eten.

We gaan er daarom weer hard tegenaan en als u deze krant voor u heeft, zijn de medewerkers alweer druk doende om het Knopenbad weer op tijd gereed te hebben.

Op de planning voor maart staat de vervanging van de twee pompen van de filterinstallatie. Deze zijn na 25 jaar echt op. Het goede nieuws is dat de nieuwe een stuk energiezuiniger zijn dan de oude.

Afgelopen twee seizoenen heeft ons op gebied van automatisering een stap verder gebracht, wat voor u betekent dat het bestellen en opwaarderen van abonnementen, welke u vorig jaar heeft ontvangen, via de website kan. Dit pasje kunt u elk jaar weer gebruiken.

Verderop in deze krant kunt u alles lezen over het nieuwe seizoen, waarin de 'programmering', die door u als prettig is ervaren, wordt gecontinueerd. Denk daarbij aan het banenzwemmen met lijnen gedurende de ochtenduren, het leswemmen zonder publiek, schoolzwemmen wat weer op de planning staat etc.

De Fun triatlon is een initiatief van Fré Doop en vrienden die we dit jaar weer gaan herhalen op 3 september 2022.

Waar ik de aandacht voor wil vragen is het volgende: we zijn op zoek naar gastvrouwen / gastheren die als ondersteuning tijdens warme drukke dagen langs de badrand voor een paar extra ogen willen zorgen. Dat zou ons enorm helpen. Voor meer info kunt u op de website kijken.

Tot slot merken we dat het zwembad echt van de Montfoortse en Linschotense gemeenschap is en dat we dankzij veel stemmers, een mooi bedrag hebben weten te verkrijgen van de Clubactie van de Rabobank.

Kortom we hebben er weer ontzettend veel zin in om u weer wat "vrijer" te kunnen ontvangen in het zwembad.



Namens het bestuur en medewerkers wens ik u een heel fijn zwemseizoen toe.  
Jos van Zijl, voorzitter  
Stichting Zwembad Montfoort

## Ben je benieuwd naar de activiteiten van de sponsorcommissie?

Houd de website en facebook goed in de gaten.

Namens de sponsorcommissie wensen wij jullie opnieuw een heel zonnig zwemseizoen toe.



Ontwerp, aanleg, onderhoud  
en boomverzorging!



Uw tuin, onze zorg!



Een nieuwe tuin of een onderhoudsbeurt?  
Bel snel voor een vrijblijvende offerte!

Schoutstraat 17 • 3417 SN Montfoort • 0645328880  
info@nagelhovenier.nl • www.nagelhovenier.nl



**Wij wensen u een zonnig zwemseizoen!**  
**Wilt u op de hoogte blijven van al onze activiteiten,**  
**kijk dan op [www.winkeleninmontfoort.nl](http://www.winkeleninmontfoort.nl)**

**HAAL MEER  
UIT MONTFOORT**

**WINKELIERSVERENIGING**

**SAMEN MET HET  
ONDERNEMERSFONDS  
MONTFOORT**

**MONTFOORT**



**REISBURO MONTFOORT**

**verboon oogadviseur**  
brilmode • contactlenzen



**WENSING & WENSING**

Bloemenboutique  
*Nicole*



**Rabobank**



**ZUS&ZO**  
LEKKER, VERS EN SPECIAAL VOOR U GEMAAKT



**DE HEEREN VAN MONTFOORT**

[flitsend fotografie]

**Jan van Dommelen**  
brood- en banketbakker



**JUMBO**  
Aarnoudse



**Vers &**  
speciaal in montfoort • salades • groenten • fruit

Zalencentrum  
Verenigingsgebouw **ST. JOSEPH**

**HEMA**

GRAND CAFE - MONTFOORT  
The old  
**BAKERY**



**KAPSALON MONTFOORT**

Slijterij-Wijnhandel  
**W. van Schaik**

**De Kristal Schaar**  
Kledingreparatie • Stomerij • Singkruisen • Schoonmaken  
Repareren en stomen van gordijnen en vitrages

more.than.hip

**PROFIL**  
DE FIETSSPECIALIST  
**Olaf Selderbeek**



**Voorhout**  
Bloemkunst & Decoratie



**van WIJNGAARDEN**  
WONING- EN PROJECTSTOFFERING

**Café 'De Plaats'**  
MONTFOORT

**BIJ ONS BINNEN**  
GLOBAL INSPIRED INTERIORS

*Figaro*  
Hairstyling



**G. Dolderman**  
• Speelgoed  
• Dierenbenodigdheden  
• Hengelsportartikelen  
• Tuingeredschap

**MADO**  
www.mado.nl

**Jacobi**  
makelaars

pizzeria **IL FALCO**

**VAN WIJNGAARDEN**  
Administratie & Belastingadvies

**ROELSE**  
Makelaardij



**REMCO**  
Fashion 4 Men

**Verschoor**  
makelaardij en assurantiën



## Steunt u het Knopenbad?

De afgelopen twee jaar was voor ons, evenals voor veel ondernemers in Montfoort en omgeving, een financieel drama. Ondanks dat waren veel bedrijven de afgelopen twee jaar toch bereid om hun steun via de reclameborden en een advertentie in de zwembadkrant voort te zetten.

Dit heeft ons in ieder geval een steuntje in de rug gegeven.

Net zoals in 2020 hebben wij in 2021 op een creatieve wijze getracht nog omzet te genereren, door het zwembad toch open te stellen, maar dat ging ook gepaard met extra investeringen voor o.a. een reserveringssysteem. Ook hebben wij een beroep gedaan op de overheidssubsidies om de tekorten enigszins aan te vullen.

Door alle restricties hebben we uiteraard de normale aantallen bezoekers niet gehaald, dus een heel groot verlies aan omzet en daar komen de enorm gestegen gasprijzen bij. Kortom het jaarresultaat van 2021 werd geschreven in rode cijfers.

Juist nu kunnen wij alle financiële steun zeer goed gebruiken. Bent u fan van het Knopenbad en draagkrachtig genoeg om een donatie te doen? Dan hopen wij dat u ons wilt steunen met een gift. Elk bedrag is welkom!

Met uw bijdrage kunnen wij het zwembad op een juiste en veilige wijze beheren en u in de gelegenheid stellen hiervan gebruik te maken.

En wij hopen, met u, dat we binnenkort de coronatijd achter ons kunnen laten en weer volop van het leven en het zwembad kunnen gaan genieten.

Alvast dank voor uw steun en wij wensen u sterkte met alles dat door corona op uw pad komt.

*Bestuur Stichting Zwembad Montfoort*

**Bankrekening**  
**NL47 RABO 0128 0510 43**  
**t.n.v. Stichting Zwembad Montfoort**



### Wil je extra inkomsten voor jouw clubkas?

Weten wat de mogelijkheden zijn of gewoon eens kennismaken? Kijk op onze website voor meer informatie!

**StroopwafelVerkoop.nl**

Een initiatief van Interbanket.nl



## Corona

Gelukkig zijn nu alle regels rondom corona vervallen. Laten we hopen dat dit zo blijft.

Dus houd onze website: [www.knopenbad.nl](http://www.knopenbad.nl), facebook en de regionale kranten in de gaten.

Daar houden wij u op de hoogte van onze activiteiten.

IMPORT - EXPORT



## Koster's Goederenhandel

[www.kostersgoederen.com](http://www.kostersgoederen.com)  
[info@kostersgoederenhandel.com](mailto:info@kostersgoederenhandel.com)

-33%

Achterstraat 6-8  
3417 EG MONTFOORT

Of bel ons op  
0348-471371



Kom nu langs!

✓
Spijkerbroeken van goede kwaliteit

Van 44,95  
 voor 30,-

✓
Nu in prijs verlaagd!





[www.hroriooltechniek.nl](http://www.hroriooltechniek.nl)



## OUDER WORDEN KOMT HELAAS VAAK MET 'GEBREKEN'...

UW ADFYS FYSIOTHERAPEUT HELPT U  
ZOLANG MOGELIJK ACTIEF TE BLIJVEN!

### U KUNT O.A. TERECHT VOOR:

• VALPREVENTIE • ONTSPANNINGS-  
OEFENINGEN • HERSTEL NA OPERATIE

### OOK BEHANDELING AAN HUIS

**HOFPLEIN 12  
3417 JN MONTFOORT**

**0348 476840  
ADFYS-MONTFOORT.NL**

**ANTONIUSHOF 1  
3417 JL MONTFOORT**

DEZE PRAKTIJK IS HELEMAAL INGERICHT VOOR MENSEN  
DIE SLECHT TER BEEN ZIJN OF IN EEN ROLSTOEL ZITTEN.



**· A · D · F · Y · S ·**

Wij helpen u graag!

**AELBERS**  
*Bakker Lakeland*

**030 30 31 33 6**

**WWW.BAKKERIJAELEBERS.NL**

**GRATIS  
GEVULDE  
KOEK**

TEGEN INLEVERING VAN DEZE BON  
BIJ AANKOOP VAN  
EEN ZAK WITTE, BRUINE  
OF KRENTENBOLLEN  
GELDIG TOT EN MET 13 APRIL 2022  
OP=OP

**HOOGSTRAAT 32, MONTFOORT**  
WOENSDAG: 8.00 - 17.00  
VRIJDAG: 8.00 - 17.00  
ZATERDAG: 8.00 - 16.00

*Eet je brood met vreugde!*

## Gezocht ...



Dit jaar wil het Knopenbad gaan werken met extra vrijwilligers die tijdens de drukke dagen de medewerkers en bezoekers ondersteunen.

**KNOPENBAD**  
STICHTING ZWEMBAD  
MONTFOORT

### • Gastheer(en) en/of gastvrouw(en)

Deze vrijwilligers worden niet lang van tevoren ingeroosterd, maar op korte termijn benaderd als er drukte wordt verwacht vanwege mooi weer.

Wij hopen hiermee te bereiken dat met deze extra mensen op het bad een extra goed gevoel van veiligheid ontstaat bij de bezoekers en medewerkers, omdat er door meer mensen een oogje in het zeil wordt gehouden.

Daarnaast vragen we om ook een handje mee te helpen met bijv. opruimen aan het eind van de dag, koffie/thee verzorgen, vragen van bezoekers beantwoorden etc. Kortom we zoeken vrijwilligers die gastheer of gastvrouw van het Knopenbad willen zijn.

Kan je goed met (kleine) kinderen, pubers en volwassenen overweg, beschik je over zwemdiploma's A en B, heb je deze zomer af en toe tijd en ben je fan van het Knopenbad? En heb je tijd om je als vrijwilliger voor het zwembad in te zetten? Dan is dit misschien iets voor jou!?

Voor meer informatie of het kenbaar maken van je interesse kan je bellen met Jos van Zijl, voorzitter bestuur Stichting Zwembad Montfoort, tel. 06 27046373, tussen 19:00 en 20:00 uur

## De tien gouden regels van het Knopenbad

1. Kinderen zonder zwemdiploma dragen verplicht zwembandjes op het hele zwembadterrein.
2. Het is verboden te duiken in ondiep water.
3. Gebruik de duikplank één voor één.
4. Gebruik de trampoline één voor één en zonder schoenen.
5. Gebruik de glijbaan volgens de veiligheidsregels.
6. Papier, blikjes en ander afval hoort in de afvalbakken.
7. Glas is verboden op het hele zwembadterrein.
8. Wees zuinig met water.
9. Volg altijd de aanwijzingen van de zwembadmedewerkers op.
10. Wie zich misdraagt, moet het Knopenbad direct verlaten.

## Vendrig-Bos

**Werkplaats en showroom:**  
**Ambachtstraat 1 - 3417 EX Montfoort**  
**0348-471389 b.g.g. 0348-471765**  
**info@vendrig-bos.nl**



**Stoffeerderij**  
**Autobeklederij**  
**Reparatie-inrichting**

Notariskantoor  Oudewater

**Bij ons bent u  
aan het juiste adres!**

*Uw notaris  
in de regio*

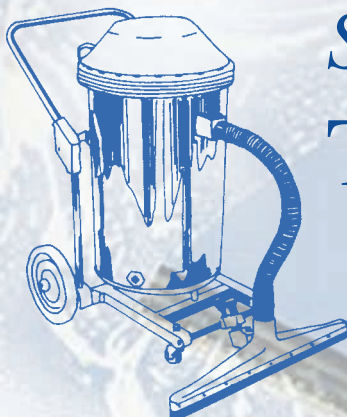


mr. A. J. W. Kuiper

Rodezand 42  
3421 BB Oudewater  
PB 31, 3420 DA Oudewater

**0348 561427 / 0348 473000**  
info@notarisoudewater.nl  
**www.notarisoudewater.nl**





## *Schoonmaakbedrijf* **Th. Vergeer B.V.**

Willeskop 13  
3417 MA Montfoort  
**T** 0348 47 17 42  
**E** info@vergeerbv.nl

**www.vergeerbv.nl**



## **W. van Schaik Dranken**

Heeswijk 145, 3417 GP Montfoort  
0348 471458

- Verhuur van tapinstallaties
- Partybenodigdheden



- Biercontainers voor grote evenementen

**www.schaik-dranken.nl**



Slijterij-Wijnhandel  
**W. van Schaik**

Aalsmeer - de Meern - Maarsen  
Montfoort - Nieuwegein - Vianen

**www.slijterijvanschaik.nl**

*brood- en banketbakker*

## **Jan van Dommelen**



*Wij houden van het Knopenbad en van Knopenkoek!*

Bestel ook online  
**www.janvandommelen.nl**  
Hoogstraat 38 - 3417 HD Montfoort  
0348 471283 info@janvandommelen.nl



# Openingstijden & tarieven 2022

## Openingstijden

|                              | Maandag     | Dinsdag     | Woensdag    | Donderdag   | Vrijdag     | Zaterdag    | Zondag      |
|------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| Banen zwemmen *              | 06:30-07:30 | 06:30-07:30 | 06:30-07:30 | 06:30-07:30 | 06:30-07:30 |             |             |
| Banen zwemmen *              | 07:30-08:30 | 07:30-08:30 | 07:30-08:30 | 07:30-08:30 | 07:30-08:30 |             |             |
| Banen zwemmen *              | 08:30-09:30 | 08:30-09:30 | 08:30-09:30 | 08:30-09:30 | 08:30-09:30 |             |             |
| Vrij zwemmen / schoolzwemmen | 09:45-11:45 | 09:45-11:45 | 09:45-11:45 | 09:45-11:45 | 09:45-11:45 |             |             |
| Banen zwemmen *              | 13:00-14:00 | 13:00-14:00 |             | 13:00-14:00 | 13:00-14:00 | 11:30-12:45 |             |
| Vrij zwemmen                 | 14:00-17:00 | 14:00-17:00 | 13:00-17:00 | 14:00-17:00 | 14:00-17:00 | 13:00-17:00 | 13:00-17:00 |
| Zwemles                      | 17:00-19:00 | 17:00-19:00 | 17:00-19:00 | 17:00-19:00 |             |             |             |
| Banen zwemmen *              | 19:15-20:30 | 19:15-20:30 | 19:15-20:30 | 19:15-20:30 | 17:00-18:15 |             |             |
| Vrij zwemmen 2e + 3e bad     | 19:15-20:15 | 19:15-20:15 | 19:15-20:15 | 19:15-20:15 | 17:00-18:00 |             |             |

\* Banen zwemmen: reserveren verplicht!

## Tarieven

| Toegang per persoon per keer                                                                          |             |           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------|
| Kinderen onder de 2 jaar                                                                              |             | Gratis    |
| 2 jaar en ouder                                                                                       |             | 5,50      |
| 10-badenkaart                                                                                         |             |           |
| 2 jaar en ouder                                                                                       |             | 47,50     |
| Abonnementen                                                                                          |             |           |
| Voorverkoop: <b>online bestellen vóór 1 april</b><br>Naverkoop: <b>online bestellen vanaf 1 april</b> | Voorverkoop | Naverkoop |
| 1e abonnement                                                                                         | 85,00       | 95,00     |
| 2e abonnement                                                                                         | 80,00       | 90,00     |
| 3e abonnement                                                                                         | 75,00       | 85,00     |
| 4e abonnement                                                                                         | 70,00       | 80,00     |
| 5e abonnement                                                                                         | 65,00       | 75,00     |
| 6e abonnement en verder                                                                               | 60,00       | 70,00     |
| Vervangabonnement                                                                                     | 5,00        | 5,00      |
| Zwemleskaart - incl. diplomakosten, excl. abonnement                                                  |             |           |
| Diploma A                                                                                             |             | 225,00    |
| Diploma B, C, ZV I, II, III                                                                           |             | 105,00    |

Voor het banen zwemmen is een reservering noodzakelijk.  
Voor het vrij zwemmen is geen reservering noodzakelijk.  
Indien geen abonnement, dan ook een los kaartje reserveren.  
De QR code is uw toegangsbewijs.





# SEON

## SERVICE & ONDERHOUD

Beheer & onderhoud van  
gebouwen en terreinen

Projectmanagement  
civieltechnische projecten

Directievoering  
civieltechnische projecten

SEON is onafhankelijk, transparant en weet de wens  
van de klant te vertalen naar efficiënte oplossingen

T 06 1090 8448 • [info@seonbv.nl](mailto:info@seonbv.nl)

[www.seonbv.nl](http://www.seonbv.nl)

### *Wil je ook soepel en fit blijven in 2022?*

Je lekker blijven voelen  
in je eigen lichaam?

Goed voor jezelf zorgen en baantjes  
(blijven) zwemmen in het mooie  
buitenbad van Montfoort?

Kies dan voor een massage,  
dat is goed voor lichaam en geest.  
Je houdt je spieren en gewrichten in  
goede conditie en blijft in balans!



Ada Sluijs  
(foto: Nancy Zwaal Fotografie)

Hét adres om vakkundig van je klachten aan  
je spieren en gewrichten af te komen.  
Of om een ontspannings-, sport- of een  
zwangerschaps-massage te ontvangen.  
Daar waar het vast zit in de spieren gebruik ik  
natuurlijk magnesium (met natuurlijke  
ontstekingsremmers) voor een sneller  
spierherstel. Na afloop van de massage krijg  
je een glas zuiver water, waarmee de  
afvalstoffen uit je lichaam worden afgevoerd.



*Attent* MASSAGE

Bel of mail voor een afspraak:  
Ada Sluijs, 06 36085525  
[info@attentmassage.nl](mailto:info@attentmassage.nl)  
Adres: Havenstraat 32 in Montfoort.

*[www.attentmassage.nl](http://www.attentmassage.nl)*

## ALLEEN BIJ ONS DUK JE DE BESTE VERPAKKINGSMATERIALEN OP.

Verpakkingsmaterialen voor iedereen die wat  
in te pakken, te beschermen of te verzenden heeft!

[WWW.PROFIPACK.NL](http://WWW.PROFIPACK.NL) | +31 (0) 348 712 514

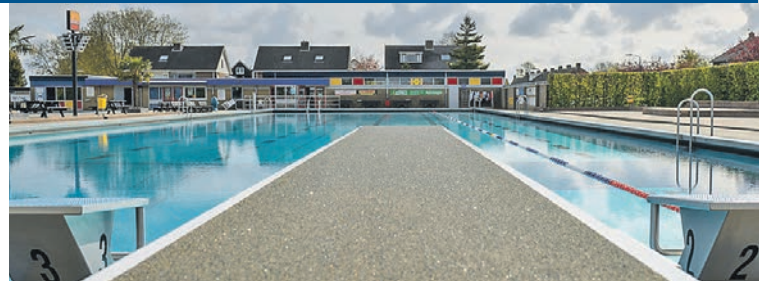
**PROFIPACK**.NL  
VERPAKKINGSMATERIALEN



# Zwembadregels

## Wat iedere Knopenbadbezoeker moet weten

- Abonnementen zijn strikt persoonlijk. Zij moeten bij ieder bezoek aan de kassa worden getoond.
- Misbruik heeft intrekking van het abonnement tot gevolg, zonder restitutie en rechten! Dit laatste geldt ook bij wangedrag.
- Kinderen zonder zwemdiploma en zonder verantwoordelijke begeleiding mogen niet in de buurt van de grote baden komen. Houd hen voortdurend in het oog. Ook zijn zij verplicht zwembandjes te dragen.
- Let op uw taalgebruik. Grof taalgebruik wordt in ons Knopenbad niet getolereerd.
- Trampolinegebruikers wachten op hun beurt (zie zandloper) op de daarvoor bestemde banken.
- Gebruik van alcohol en drugs is in ons Knopenbad niet toegestaan.



- Stal geen fiets, brommer, scooter, motor direct vóór de ingang van het zwembad i.v.m. eventuele calamiteiten.
- Tijdens het verblijf in het zwembad blijft u zelf verantwoordelijk voor uw bezittingen! Het bestuur van Stichting Zwembad Montfoort neemt geen enkele aansprakelijkheid op zich voor diefstal of het wegraken van kleding of kostbare voorwerpen.
- Laat zoveel mogelijk uw waardevolle spullen thuis of maak gebruik van de grote of kleine kluisjes.
- Kinderen tot 2 jaar hebben gratis toegang tot het zwembad.
- De accommodatie (zowel binnen als buiten) is rookvrij.
- In de accommodatie is het niet toegestaan met een bal te spelen.
- Loop voorzichtig in de accommodatie; daar waar de vloer nat is kan het soms glad zijn.

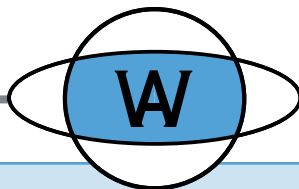
**HANS SNEL BV**  
internationale transporten

**VEEL ZWEMPLEZIER!**

INTERNET: [www.hanssnelbv.nl](http://www.hanssnelbv.nl) E-MAIL: [info@hanssnelbv.nl](mailto:info@hanssnelbv.nl)

Heeswijk 101 - 3417 GP Montfoort  
TELEFOON 0348 471462

**Autobedrijf van der Werf**  
BMW-MINI specialist



### Met meer dan 17 jaar dealer ervaring!

- Onderhoud
- Tuning
- Reparatie
- Aankoop keuringen
- Programmeren en coderen
- APK

Mosterdmolenweg 3H  
3417 XM Montfoort  
06 18850199

[www.vanderwerfbmw-minispecialist.nl](http://www.vanderwerfbmw-minispecialist.nl)

## Gezocht ...



Voor het aankomende seizoen  
(eind april-medio sept. 2022)  
zijn de medewerkers van  
'het Knopenbad' in Montfoort  
op zoek naar:

**KNOPENBAD**  
STICHTING ZWEMBAD  
MONTFOORT

### • Kassamedewerker(s)

Wij zoeken één (of meerdere) vlotte, enthousiaste, leuke en gezellige collega('s) voor het komende seizoen voor de onderstaande dagen/tijden.

Bij mooi weer kunnen er evt. extra uren worden gemaakt.

|           |                               |
|-----------|-------------------------------|
| woensdag  | 13.00 - 20.30 uur (elke week) |
| donderdag | 13.00 - 20.30 uur (elke week) |
| vrijdag   | 13.00 - 18.15 uur (elke week) |
| zaterdag  | 11.30 - 17.00 uur *           |
| zondag    | 13.00 - 17.00 uur *           |

\* één weekend twee dagen werken, het andere weekend vrij

Salaris in overeenstemming met de cao-recreatie en afhankelijk van leeftijd en ervaring.

**Ben je geïnteresseerd, wil je meer informatie of een keertje rondkijken, dan kan je contact opnemen met René Peters, beheerder, tel. 0348 471577 of [info@knopenbad.nl](mailto:info@knopenbad.nl)**





[www.verschoormakelaardij.nl](http://www.verschoormakelaardij.nl)



- Hypotheken • Makelaardij
- Verzekeringen

Hoogstraat 10-12 Montfoort

**0348 471823**



Uw partner bij de verbouwing  
van uw woning en bedrijfspand



nieuwbouw - verbouw - aanbouw - serre's  
kunststof kozijnen - dakkapellen - dakopbouw

Aardvletterweg 5 - Montfoort  
E-mail: [info@bouwbedrijfspruit.nl](mailto:info@bouwbedrijfspruit.nl)

Telefoon: 0348 470505  
[www.bouwbedrijfspruit.nl](http://www.bouwbedrijfspruit.nl)

**Heel veel  
zwemplezier**

**JUMBO**  
**Aarnoudse** ■

Julianalaan 2 | **Montfoort** | 0348 214000

**LOODGIETERS-, RIOOL-  
EN ONTSTOPPINGSBEDRIJF**

**BOS**



**HEESWIJK 151a  
3417 GP  
MONTFOORT  
0348 472263**

**Wij wensen jullie veel zwemplezier!**



# Online abonnement bestellen



**Ook dit seizoen kunt u uw abonnement alleen online bestellen + activeren via [www.knopenbad.nl](http://www.knopenbad.nl)**

## Uw abonnement van vorig jaar activeren.

Heeft u vorig jaar een abonnement (pasje) besteld dan hoeft u dit jaar alleen maar uw pas opnieuw te activeren. Ga naar de website [www.knopenbad.nl](http://www.knopenbad.nl).

Op de homepage kunt u de blauwe button 'Had u vorig jaar al een abonnement' aanklikken en uw abonnementsnummer en geboortedatum invullen. Uw gegevens verschijnen in beeld. Het is mogelijk om nieuwe gezinsleden toe te voegen. Zorg voor een recente pasfoto.

Als de betaling via iDEAL is afgerond, dan is uw abonnement (pas) klaar voor gebruik.

## Vorig jaar GEEN abonnement

Wilt u voor het nieuwe zwemseizoen een abonnement aanvragen ga dan naar de website [www.knopenbad.nl](http://www.knopenbad.nl).

Klik op de blauwe button 'Vorig jaar geen abonnement'.

Hier kunt u snel en makkelijk uw gegevens invullen, een foto uploaden vanaf uw computer, tablet of telefoon (of zelfs tijdens het bestelproces een foto maken via de computer), en veilig betalen via iDEAL. Deze foto moet wel een actuele en herkenbare foto zijn van alleen uw gezicht!

Ook de zwemles die u toevoegt aan uw abonnement komt op dezelfde pas.

Bewaar uw pas na afloop van het zwemseizoen goed, want deze kunt u volgend jaar weer eenvoudig online activeren!

## Prijs abonnement

Vóór 1 april geldt een **korting** van € 10,00 per abonnement.

## Gezinskorting

U kunt één of meer abonnementen, voor één gezin, bestellen met gezinskorting (zie tarievenlijst 2022).

**Deze gezinskorting wordt alleen toegepast bij gezinsleden die allen op hetzelfde adres wonen en alleen als de abonnementen tegelijk online besteld en afgerekend worden.**

Indien later in het seizoen een gezinslid alsnog een abonnement wil bestellen, dan betaalt hij/zij weer de prijs van het 1e abonnement.

Als de betaling is afgerond, krijgt u de pas(sen), waar het abonnement op staat, thuisbezorgd.

## 10-badenkaart

Ook 10-badenkaarten kunnen online besteld worden via [www.knopenbad.nl](http://www.knopenbad.nl).

Dit is geen kartonnen kaartje meer, maar een QR code die u kunt printen of opslaan op uw telefoon.

10-badenkaarten van vóór 2020 zijn niet meer geldig.

## De stempelregeling van het Knopenbad

Het Knopenbad heeft een **EXTRA SERVICE** voor niet-abonnementhouders TIJDENS DE ZOMERVAKANTIE van het basisonderwijs regio Midden Nederland.

- Eerste stempeldag: vrijdag 8 juli 2022
- Laatste stempeldag: zondag 21 augustus 2022

### De stempelregeling werkt als volgt:

Wanneer u het Knopenbad bezoekt in de bovengenoemde vakantieperiode en online een kaartje koopt of een 10-badenkaart gebruikt, kunt u na het verlaten van het Knopenbad, het bad later op dezelfde dag nogmaals 'gratis' bezoeken.

Dit is mogelijk wanneer u vóór u het bad verlaat een dagstempel vraagt aan de kassamedewerker.

Wanneer u later weer naar het bad terugkomt, laat u aan de kassamedewerker uw dagstempel zien en u kunt weer gewoon gaan zwemmen.

### Let op!

Vraag zelf om de dagstempel vóór u de deur uit gaat, want zonder stempel is gratis terugkeer niet meer mogelijk!

**Deze service is alleen geldig tijdens de GROTE VAKANTIE van de basisscholen Midden Nederland.**



**Lekker zwemmen ...  
na een goed ontbijt  
met brood van ...**



**Verweij**  
**De Echte Bakker**

Dorpstraat 25, 3461 CN Linschoten  
tel. 0348 413358

# UMIA

## UW MAAT IN AFVAL



**Verhoef Techniek BV**

Tasveld 9 - 3417 XS Montfoort

0348 474257

info@verhoeftechniek.nl

**Schakel- en besturingspanelen**

**Wij wensen iedereen  
veel zwemplezier!**

*Figaro*  
Hairstyling

Hoogstraat 26 • 3417 HC Montfoort • Telefoon 0348 469004

[www.figaro-montfoort.nl](http://www.figaro-montfoort.nl)



-  **NIEUWBOUW**
-  **ONDERHOUDSWERKZAAMHEDEN**
-  **VERBOUWINGEN**  
(o.a. badkamers/keukens)
-  **AANBOUWEN**
-  **DAKKAPellen**

Willeskop 58 - 3417 ME Montfoort  
0348 433829 / 06 55344973

info@bouwbedrijfdeneeten.nl  
[www.bouwbedrijfdeneeten.nl](http://www.bouwbedrijfdeneeten.nl)



# Seizoenskalender 2022

|                        |                        |                                                 |                                                                                                                                        |
|------------------------|------------------------|-------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Woensdag               | 16 maart               | vanaf 10:00                                     | <b>Online aanmelden</b> voor diploma A, B, C en zwemvaardigheid                                                                        |
| Donderdag              | 31 maart               | vóór 23:59                                      | Uiterste datum/tijd afronding abonnementen bestelling tegen voorverkooptarief                                                          |
| Vrijdag                | 22 april               | 13:00 - 16:30                                   | Badkledingverkoop op het zwembad                                                                                                       |
| Zaterdag               | 30 april               | 13:00                                           | <b>Start zwemseizoen 2022</b>                                                                                                          |
| Maandag                | 2 mei                  | 06:30<br>19:15 - 20:15                          | Start banen zwemmen<br>Eerste keer vrij zwemmen in 2e + 3e bad                                                                         |
| Woensdag               | 4 mei                  | 19:00                                           | Zwembad 's avonds gesloten i.v.m. <b>Dodenherdenking</b>                                                                               |
| Donderdag              | 5 mei                  | 17:00 - A1<br>17:30 - A2<br>18:00 - A3          | Eerste keer zwemles diploma A kennismaking en rondleiding                                                                              |
| Vrijdag                | 6 mei                  | 10:00 - 10:45<br>17:00 - 18:15                  | Eerste keer trimzwemmen<br>Eerste keer banen zwemmen op de vrijdagavond                                                                |
| Maandag                | 9 mei                  | 18:30 - 19:00                                   | Eerste zwemles diploma B1                                                                                                              |
| Dinsdag                | 10 mei                 | 18:30 - 19:00                                   | Eerste zwemles diploma C                                                                                                               |
| Woensdag               | 11 mei                 | 17:00 - 17:30<br>17:30 - 18:00<br>18:00 - 18:30 | Eerste zwemles diploma B2<br>Eerste zwemles diploma B3 + zwemvaardigheid 1<br>Eerste zwemles zwemvaardigheid 2 en 3                    |
| Donderdag              | 26 mei                 | 13:00 - 17:00                                   | <b>Hemelvaartsdag</b> - zwembad geopend - geen zwemles                                                                                 |
| Maandag                | 6 juni                 | 13:00 - 17:00                                   | <b>2e Pinksterdag</b> - zwembad geopend - geen zwemles                                                                                 |
| Maandag<br>t/m vrijdag | 13 juni<br>t/m 17 juni |                                                 | <b>Zwem4daagse</b> 06:30 - 09:30 tijdens banen zwemmen<br>13:00 - 14:00 tijdens banen zwemmen<br>19:00 - 20:00 kinderen en ouders ect. |
| Vrijdag                | 8 juli                 |                                                 | Begin grote vakantie - eerste dag stempelregeling                                                                                      |
| Zondag                 | 21 augustus            |                                                 | Einde grote vakantie - laatste dag stempelregeling                                                                                     |
| Zaterdag               | 3 september            | 08:00 - 17:00                                   | <b>2e Knopenbad Fun Triatlon</b> - afstand 1/8 of 1/4                                                                                  |
| Zaterdag               | 17 september           | 17:00                                           | <b>Sluiting zwemseizoen 2022</b>                                                                                                       |

Kijk op onze website [www.knopenbad.nl](http://www.knopenbad.nl) en/of volg ons op  [www.facebook.com/knopenbad](https://www.facebook.com/knopenbad) voor eventuele aanpassingen van deze seizoenskalender en meer nieuws.





Hoveniersbedrijf  
**Jasper de Jong**

advies - ontwerp - aanleg - onderhoud



0348 460 730 [jasperdejong.nl](http://jasperdejong.nl)

**G. Klein Metaal**  
RVS machinebouw

**G. Klein Metaal B.V.**  
Tasveld 3a, 3417 XS Montfoort  
0348 416245



**Duik in de wereld  
van roestvaststaal!**

Kijk voor een leuke functie als  
(leerling-)lasser op onze website.

van der

**POEL**



beschoeiingen  
bestratingen  
erfafscheidingen  
veranda's

Heeswijk 55, 3417 GP Montfoort

**T** 0348 471665

**M** 06 50217868

**E** [info@erikvanderpoel.nl](mailto:info@erikvanderpoel.nl)

[www.erikvanderpoel.nl](http://www.erikvanderpoel.nl)



# De dames Van de Pol Interview

**Op de vraag of ze het leuk zouden vinden om als familie Van de Pol - moeder en twee dochters - geïnterviewd te worden voor de zwembadkrant, werd enorm enthousiast gereageerd. Ze vonden het heel leuk om herinneringen op te halen over al die jaren die ze versleten hebben in het Knopenbad. Het zwembad speelt een grote rol in hun leven.**

Corrie van de Pol kwam 51 jaar geleden vanuit Woerden in Montfoort wonen bij haar grote liefde, Ries van de Pol. Een echte Montfoortse. Hij was geen zwemmer. De kennismaking met het Knopenbad kwam toen de kinderen Carola en Renate naar zwemles gingen.

Corrie is altijd al een waterrat geweest. Ze woonde langs de Singel in Woerden waar ze het zwemmen van haar broers en zussen heeft geleerd. Met name haar zus Bep kon goed zwemmen. Zij deed mee met zwemwedstrijden waarbij ze de Singel rondzwom. Hoewel Corrie nooit een zwemdiploma heeft gehaald, genoot ze wel altijd van het zwemmen in de Singel.

Haar enthousiasme voor het zwemmen heeft ze overgedragen aan haar kinderen. Al op jonge leeftijd werd het zwembad bezocht. Met veel plezier en enthousiasme gingen Carola en Renate dan ook op zwemles. Hun zwemdiploma A en B hadden ze snel binnen. Carola herinnert zich nog dat de eerste zwemles niet doorging, omdat het gesneeuwd had. Renate vond zwemmen zo leuk dat ze niet kon geloven dat er kinderen waren die dat helemaal niet zo leuk vonden. Trotse vader Ries van de Pol filmde alles; van het afzwemmen tot het heerlijk spelen in het water. Dit zijn zeer waardevolle filmpjes geworden.

Het zwembad was hun thuis. Dag en nacht waren ze in het zwembad te vinden. Corrie zat 's middags al in het zwembad met drinken en wat lekkers. Om half 4, als de scholen uitgingen, renden de zussen snel naar het zwembad waar hun moeder op hen wachtte op het grasveld. Kleren uit, badpak aan en gelijk het water in. Samen spelen met de vrienden van de Heeswijkschool. Veel onder water zwemmen op zoek naar geld en om dan van het gevonden geld schuimblokken te kopen in het snoepwinkeltje.

Zowel Carola als Renate hebben waterpolo gespeeld bij de IJsselduikers. Zo'n jaar of vijf. In de winter met de bus naar zwembad Fletiomare in De Meern. Daar hebben ze de borstcrawl geleerd en werd er getraind met de bal om het waterpolo onder de knie te krijgen. Ze speelden allebei competitie onder andere met hun coach Rob Katte. Kampioen geworden? Dat kunnen ze zich niet meer herinneren.

Tijdens een familiedag van de IJsselduikers deden de zussen samen met vriendinnen mee aan een wedstrijd om zo snel mogelijk een parcours in het zwembad af te leggen. Ze hadden de snelste tijd, maar werden helaas gediskwalificeerd. In het team moest namelijk een volwassene meedoen en dat waren ze 'vergeten', vertellen de zussen nu lachend. Toen was het een grote teleurstelling. De pijn werd verzacht toen Renate onverwachts mini IJsselduikster van het jaar 1983 werd.

Vanaf de middelbare school raakte het zwembad uit beeld. Renate ging op voetbal en Carola was druk met school en andere dingen. Het zwembad kwam weer in beeld toen de zussen werkten. Voor het werk uit twee keer per week eerst even zwemmen om de dag fris te beginnen. De wekker zetten is voor ze dan ook geen probleem.



Ze zwemmen niet alleen met mooi weer, maar ook met regen of als er nog rijp op de badrand zit. Het is wel eens voorgekomen dat ze met -4 graden het zwembad indoken om hun baantjes te zwemmen. Ze genieten van de mooie zonsopgang en de soms bijzondere lichten. Ook Corrie komt al jaren om 06.45 uur zwemmen in het Knopenbad, maar ze gaat ook graag met haar dochter Renate 's middags naar het zwembad. Genieten van de zon, uiteraard even kletsen met bekenden en als ze het warm krijgt een plons in het bad nemen.

Corrie is nog erg actief. 'Blijven bewegen' zegt ze altijd. Fietsen, wandelen, al 23 jaar dansen en vrijwilligerswerk doen in het Antoniusshof. Vorig jaar heeft ze, tijdens de feestmiddag ter gelegenheid van het 60-jarig bestaan van het Knopenbad, heerlijke wafels gebakken samen met Ria Rietveld.

## Corona en het Knopenbad

Het eerste jaar van de coronapandemie heeft de familie Van de Pol niet gezwommen. Vorig jaar hebben ze alle drie weer een abonnement gekocht. Het was weer genieten, maar helaas was het, in verband met de 1,5 meter regel, naast elkaar zwemmen om even bij te kletsen niet toegestaan. Het zwemmen heeft ook een sociaal aspect. Het is gezellig met de andere zwemmers. Toch vaak dezelfde mensen die je tegenkomt en gedag zeggen.

De dames kijken er weer naar uit om te zwemmen het komende seizoen. Ze willen het personeel van het Knopenbad een pluim geven: altijd vriendelijk en ze voelen zich welkom in het schone zwembad, met name badmeester René zorgt er altijd voor dat het zwembad er schoon uit ziet met zijn bezem. Wat wil je veranderen aan het zwembad was een vraag. Eigenlijk niets, maar wat meer schaduwplekken zou wel fijn zijn. Ze hopen nog heel lang van het mooie Knopenbad te mogen genieten.





**VAN DER WIJNGAARD**  
**ELECTRONICS**

witgoed • beeld & geluid • huishoudelijke apparatuur



Hoogstraat 1 | 3417 HA Montfoort  
0348 471470 | [info@wijngaardelectronics.nl](mailto:info@wijngaardelectronics.nl)  
[www.wijngaardelectronics.nl](http://www.wijngaardelectronics.nl)

Like ons op Facebook

Wij staan graag voor u klaar met SERVICE EN KWALITEIT

**Fysiotherapie**  **Praktijk**  
**Montfoort**

E. van Tuijl & E.A.Th. Wolf  
Specialisten in beweging!

Om 't Wedde 6a, 3417 HH Montfoort  
Tel.: 0348 474205  
[www.fysio-montfoort.nl](http://www.fysio-montfoort.nl)

**Bert van Dam**  
timmer- en onderhoudswerk

**VEEL  
ZWEMPLEZIER**

Krekenburg 40  
3417 MH Montfoort  
0348 474042  
[info@bvandamtimmerwerk.nl](mailto:info@bvandamtimmerwerk.nl)



**de Kuijper**  
klus & onderhoud

[www.dekuijperonderhoud.nl](http://www.dekuijperonderhoud.nl)



*Sinds 1977 bloemist in  
Montfoort Trouwstad*

**Voorhout**  
*Bloemkunst & Decoratie*

Peperstraat 12  
3417 JB Montfoort  
0348 473377  
[info@voorhoutbloemkunst.nl](mailto:info@voorhoutbloemkunst.nl)  
[www.voorhoutbloemkunst.nl](http://www.voorhoutbloemkunst.nl)





# Trimzwemmen 2022

**Wilt u een sportieve uitdaging en houdt u van zwemmen?**

**Dan is trimzwemmen misschien een goede keuze voor u.**



Het doel van trimzwemmen is om in een gezellige ontspannen sfeer aan lichaamsbeweging te doen. Zo werkt u op een verantwoorde wijze aan het verbeteren van uw conditie en fitheid onder begeleiding van een zweminstructeur.

In verschillende niveaus wordt er 'getraind'. Er wordt niet alleen gewerkt aan uw conditie maar ook komen alle zwemslagen aan bod. Door middel van gevarieerde oefeningen eventueel met hulp van verschillende materialen, wordt de zwemtechniek verbeterd en zal het zwemmen na verloop van tijd makkelijker en sneller gaan. Alles uiteraard naar eigen niveau en kunnen.

## Voor wie?

Voor mensen die kunnen zwemmen, maar je hoeft geen goede zwemmer te zijn.

## Wanneer?

Vrijdagmorgen 10:00 - 10:45 - De eerste les is op vrijdag 6 mei.

## Kosten?

Sezoenskaart trimzwemmen met abonnement: € 40,00

Sezoenskaart trimzwemmen zonder abonnement: € 60,00

Los kaartje: € 6,00

Bestel online uw sezoenskaart trimzwemmen of een los kaartje trimzwemmen.

## Slim&Duurzaam



[vandenpol.com](http://vandenpol.com)



**Hoogwerkerverhuurmontoort**  
Voor bedrijf en particulier

- Autohoogwerkers
- Aanhangoogwerkers
- Schaarhoogwerkers
- Spinhoogwerker



06 27265107

[info@hoogwerkerverhuurmontoort.nl](mailto:info@hoogwerkerverhuurmontoort.nl)

[www.hoogwerkerverhuurmontoort.nl](http://www.hoogwerkerverhuurmontoort.nl)

**Ook verhuur met bediening!**





**BOUWBEDRIJF DE HOOP BV**

**WWW.BOUWBEDRIJFDEHOOP.NL**

**T: 0348 474340**

**M: 06 18847140**

**INFO@BOUWBEDRIJFDEHOOP.NL**



**Leren op jouw manier  
bij vmbo Montfoort**

[Yuverta.nl/vmbomontfoort](http://Yuverta.nl/vmbomontfoort)

**Yuverta**



Financiële Dienstverlening & Controling

**Administratiekantoor FIDIQ voor  
(startende) ZZP'ers en MKB bedrijven**

Hét adres voor  
het verzorgen  
van volledige  
administraties,  
salarisadministraties,  
belastingaangiften  
jaarrekeningen  
en advies.

Neem vrijblijvend contact op voor de mogelijkheden.

Esperanza Verkleij  
Montfoort | 06 51 447 558 | [info@fidiq.nl](mailto:info@fidiq.nl)



# Knopenbad Fun Triatlon 2022



**Lekker ontspannen zwemmen, fietsen en wandelen in uw eigen tempo**

Na het daverende succes van vorig jaar staat dit jaar de tweede Knopenbad Fun Triatlon op het programma. Deze zal plaatsvinden op de eerste zaterdag van september, en wel op zaterdag 3 september van 08:00 tot 17:00 uur.

Deze triatlon is een sportieve uitdaging zonder wedstrijd-element. Lekker ontspannen in uw eigen tempo zwemmen, fietsen en wandelen en genieten van de mooie en landelijke omgeving van Montfoort en Linschoten. U dient wel zelf uw eigen fiets mee te nemen en dat mag ook een E-Bike zijn.

Wij zorgen voor de koffie en de thee met iets lekkers en een lunch.

De Knopenbad Fun Triatlon is voor deelnemers in de leeftijd van 40 jaar en ouder.

Elk onderdeel van de triatlon eindigt op het zwembad zodat u elkaar weer tegenkomt en u even lekker kan ontspannen tijdens een rustmomentje.

**U kunt kiezen tussen een achtste- en een kwart-triatlon.**

**- achtste triatlon**

500 m zwemmen (10 baantjes), 20 km fietsen en 5 km wandelen.

**- kwart triatlon**

1000 m zwemmen (20 baantjes), 40 km fietsen en 10 km wandelen.



**Wanneer:** Zaterdag 3 september 2022

**Tijd:** 08:00 - 17:00

**Aanmelden:** Bij de kassa van het Knopenbad vanaf vrijdag 1 juli

Maximaal 125 deelnemers.

**Kosten:** € 10,00 per deelnemer

**Leeftijd:** 40 jaar en ouder

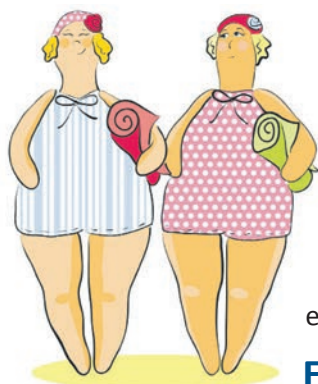
Deelname is voor eigen verantwoordelijkheid, geen controlepost(en) onderweg. Bij het zwemmen telt u zelf het aantal baantjes.

## Badkleding verkoop

Bent u toe aan een nieuw badpak, een mooie zwembroek of ontbreekt een bikini nog aan uw badkledinggarderobe?

**Kom dan naar het Knopenbad op vrijdag 22 april van 13.00 tot 16.30 uur**

Daar staat die middag Paul's 'marktkraam' waar u voor echte leuke prijzen de nieuwste badmode kunt aanschaffen.



Voor jong en oud, mannen en vrouwen; voor iedereen hangt er iets tussen.

Badpakken, bikini's, zwembroeken, boxershorts, tankini's.

Keuze genoeg uit een gevarieerde en uitgebreide collectie.

**Een goede start van het zwemseizoen!**

## Rabo Samen Online voor Hypotheken

Met € 200,- korting op je advieskosten\*

*Het gemak van online, én het persoonlijke van Rabo.*

Juist in deze tijd zijn een fijn huis en een passende hypotheek extra belangrijk. Daarom is er Rabo Samen Online voor Hypotheken. Daarmee regel je jouw hypotheek gemakkelijk online, maar wel samen met een Rabo adviseur. Zo kun je de hypotheek vinden die bij jou past, zonder dat je de deur uit hoeft.

\*Start op [rabobank.nl/hypotheken](https://rabobank.nl/hypotheken)

de coöperatieve **Rabobank**





**veenbrink | rvs**

## Uw ideale partner in de procesindustrie

Veenbrink RVS ontwerpt en produceert hoogwaardige procesapparatuur voor de farmaceutische en voedselverwerkende industrie. Al meer dan 30 jaar lang zijn kwaliteit, deskundigheid en betrokkenheid de dagelijkse kernwaarden.





# Zwem4daagse 2022



**Ben jij een waterrat die er nooit genoeg van krijgt om in het water te zijn?  
Dan is de zwem4daagse iets voor jou.  
Doe jij dit jaar ook weer mee met de zwem4daagse?  
Eindelijk weer zwemmen voor zo'n mooie medaille.**

## Want nu kan je vijf dagen tekeer gaan en veel plezier beleven in het water.

Vergeet niet om iemand mee te nemen dan wordt het zwemmen veel gezelliger. Dus samen met je vader, moeder, opa of oma, oom of tante. Natuurlijk zijn je broers en zussen ook van harte welkom! En vergeet je vrienden niet.

**Wanneer:** Maandag 13 t/m vrijdag 17 juni  
**Tijd:** 19:00 - 20:00 uur  
06:30 - 09:30 uur tijdens banen zwemmen  
13:00 - 14:00 uur tijdens banen zwemmen  
(niet op woensdag)

## Wat is de Nationale zwem4daagse in het kort:

- \* Je moet vier dagen zwemmen in vijf dagen (een vrije dag mag maar hoeft niet)
- \* Per dag 250 of 500 meter afleggen (5 of 10 banen)
- \* Een medaille verdienen na deze super prestatie
- \* Leuke activiteiten rond en in het zwembad.

De Nationale zwem4daagse is een jaarlijks terugkerend evenement voor jong en oud. Al meer dan 50 jaar organiseert de KNZB de Nationale Zwem4daagse om zoveel mogelijk mensen enthousiast te maken voor zwemmen.

**Dit jaar organiseert het Knopenbad dit evenement al voor de 46ste keer!**

## Kinder4daagse

Voor de allerkleinsten, zonder een zwemdiploma, is er weer een Kinder4daagse. Het ondiepe bad wordt omgetoverd in een waterspeeltuin.

## Glijbaanrace en discozwemmen

De Zwem4daagse wordt vrijdagavond afgesloten met de traditionele glijbaanrace voor de kinderen met een zwemdiploma van 5 t/m 12 jaar, die meegedaan hebben aan de Zwem4daagse. Het betreft een spectaculaire afvalrace voor verschillende leeftijdscategorieën, waarbij mooie bekertjes te winnen zijn.

Voor alle deelnemers van de Zwem4daagse is er, na afloop van de glijbaanrace, discozwemmen met een echte DJ.

## Inschrijven

Deelnemers kunnen zich inschrijven aan de kassa van het Knopenbad. Noteer alvast voor de hoeveelste keer je de Zwem4daagse zwemt. Dit voor de juiste medaille.

Inschrijfgeld voor de Zwem4daagse bedraagt € 6,00. Voor kinderen zonder diploma die meedoen aan de Kinder4daagse € 3,00.

## Heb je nog vragen?

**Bel het Knopenbad 0348 471577.**

**13 t/m 17 juni (week 24) zal de zwem4daagse plaatsvinden.  
Wij houden jullie op de hoogte via de huis-aan-huis kranten en de social media.**





Hoogstraat 34  
3417 HC Montfoort

Tel. 0348 471262 b.g.g. 0348 472283  
E-mail: info@degeestloodgieters.nl



Zalencentrum  
Verenigingsgebouw

Heiliglevenstraat 4  
3417 HL Montfoort  
Tel. 0348 471473

Marcel Peters  
06 13472102

Jessica de Rooij  
06 30991866

[www.sint-joseph.nl](http://www.sint-joseph.nl)

**ST. JOSEPH**

Multifunctioneel  
zalenverhuur  
voor 5 tot 950 personen

- Vergaderfaciliteiten
- Cursussen
- Uitvoeringen / Optredens
- Condoleances
- Voor al uw feesten

Geïnteresseerd in emissievrij, geluidloos werken?



**e-Hartog**  
BOUWMATERIEEL

Heeswijk 153A • 3417 GP Montfoort  
0348 467450  
[info@e-hartogbouwmatereel.nl](mailto:info@e-hartogbouwmatereel.nl)



Scan mij



**Artistique**

[www.artistique.nu](http://www.artistique.nu) 06-29333650 [info@artistique.nu](mailto:info@artistique.nu)

AANNEMERSBEDRIJF  
**K**

**R. KOOIJMAN**

**TEL. 0348 475495**  
**MONTFOORT**

Straat - Grond - De-montage  
Sloop - Riolering - Ontstoppen



# Zwemles seizoen 2022

**Ook dit jaar moet u de leskaarten  
diplomazwemmen online bestellen!  
Start online verkoop leskaart:  
woensdag 16 maart vanaf 10:00 uur**

Leren zwemmen is een belangrijk onderdeel in het opvoedingspakket en de lichamelijke ontwikkeling van een kind. Technisch goed kunnen zwemmen is bepalend voor de zelfredzaamheid wanneer uw kind door omstandigheden te water raakt, want

**zwemmen leer je  
voor het leven!**

Ons Montfoortse zwembad staat al jaren bekend om zijn goede en degelijke zwem-opleidingen. Zo hebben wij bijvoorbeeld voor het diploma A een duidelijk plan, waarbij de vorderingen tijdens het leren zwemmen steeds worden beloond met het behalen van knopen in verschillende kleuren, ons eigen welbekende knopensysteem.



## **SPEEL, LEER en BEWEEG mee bij ons op de Hobbitstee**

### **SPEEL mee**

Spel is overal in onze school. Niet alleen bij de kleuters, maar ook in de middenbouw en de bovenbouw. Spelen is bij ons de bouwsteen voor leren!



### **LEER mee**

Onze school is voor kinderen een fijne en veilige plek om zichzelf te zijn en om naar het beste van hun kunnen te leren. Daar zetten wij ons continu voor in. We geven ieder kind de aandacht die hij of zij op dat moment nodig heeft!

### **BEWEEG mee**

Door specifieke bewegingen worden er in de hersenen meer verbindingen gemaakt. Meer verbindingen zorgt voor beter leren en een goede concentratie en bewegen maakt leren leuk!

#### **Meer weten?**

[www.dehobbitstee.nl](http://www.dehobbitstee.nl)

Facebook:  
@OBSdeHobbitstee

#### **Contact**

[directie.hobbitstee@onderwijsprimair.nl](mailto:directie.hobbitstee@onderwijsprimair.nl)

0348 472620

#### **Kennismaken en aanmelden**

U bent van harte welkom om sfeer te komen proeven op de Hobbitstee.

Wij leiden u graag rond en beantwoorden uw vragen.



pc basisschool  
**GRAAF JAN**  
samen leven, samen leren

## **DE GRAAF JAN een goede plek voor uw kind**

**U bent van harte welkom  
om kennis te maken  
met de highlights van ons onderwijs:**

- Onderzoekend leren met IPC
- Vreedzame school
- Engels vanaf groep 1
- Werken met chromebooks
- 5-gelijke-dagen
- Open christelijke school
- Communicatie met schoolapp
- Heldere uitleg aan kinderen (EDI)

**G. van Damstraat 83c - 3417 WD Montfoort**  
**[www.graafjan.com](http://www.graafjan.com) - [graafjan@spco.nl](mailto:graafjan@spco.nl)**





ERKEND SLOTENSPECIALIST



*Wij wensen iedereen  
een spetterend  
zwemseizoen toe!*

**STERK IN  
ONDERHOUDSWERK**



*Bedrijfseconomisch advies  
Administratieve dienstverlening  
Belastingzaken  
Startersbegeleiding*

Steenovenweg 12  
3417 XR Montfoort  
E [th.de.jong@fintax.biz](mailto:th.de.jong@fintax.biz)

T 0348 473855  
M 06 53739066  
[www.fintax.biz](http://www.fintax.biz)

Op een **Kalisto**-school voel je  
je als een vis in het water!!!

**KBs**  
De Heeswijk

Jonker Fransstraat 1a  
3417 AV Montfoort  
Telefoon 0348 471769  
[www.heeswijkschool.nl](http://www.heeswijkschool.nl)

G.van Damstraat 83a  
3417 WD Montfoort  
Telefoon 0348 472963  
[www.howiblo.nl](http://www.howiblo.nl)

**KBs De Howiblo**  
Leren doen we samen

BOUWMATERIALEN  
**MONTFOORT**  
0348 471246

*Alles van het  
beste soort!*

[bouwmaterialenmontfoort.nl](http://bouwmaterialenmontfoort.nl)

SCHILDERSBEDRIJF

**M&R Jansmaat**

VOOR VAKKUNDIG ONDERHOUD

06 10092589

## Aanmelden diploma A

**Inschrijving zwemles:** online met ingang van woensdag 16 maart 10:00

**Waar:** website Knopenbad / button zwemles A

**Prijs zwemles:** € 225,00 exclusief abonnement

**Prijs abonnement:** vóór 1 april € 85,00  
vanaf 1 april € 95,00

**1e zwemles:** donderdag 5 mei

### Leeftijdsgrens

Als uw zoon/dochter op 31 december 2022 zes (6) jaar of ouder is dan kan hij/zij op zwemles.  
Wanneer uw zoon/dochter ná 31 december 2022 zes (6) jaar wordt lees dan verder bij: '5 jaar?'

### Drie groepen

Diploma A heeft dit jaar drie groepen. We starten vóór de grote vakantie met drie keer per week zwemles.  
In de grote vakantie verschuiven de lessen naar de ochtenden, en wordt er viermaal per week les gegeven.

**Groep A1** op maandag, dinsdag en donderdag van 17:00 - 17:30

**Groep A2** op maandag, dinsdag en donderdag van 17:30 - 18:00

**Groep A3** op maandag, dinsdag en donderdag van 18:00 - 18:30

Mocht uw kind **NIET** geplaatst kunnen worden en valt uw zoon/dochter binnen de gestelde leeftijdsgrens!  
Dan kunt u via een e-mail naar [info@knopenbad.nl](mailto:info@knopenbad.nl) aangeven dat u uw kind op de wachtlijst wilt laten plaatsen.

### 5 jaar

Is uw zoon of dochter op **31 december 2022** nog 5 jaar? Stuur dan een e-mail naar [info@knopenbad.nl](mailto:info@knopenbad.nl). Vermeldt hierin de naam, geboortedatum, adres van uw zoon/dochter en een telefoonnummer waarop u te bereiken bent.  
Begin april wordt er telefonisch contact opgenomen met iedere wachtlijstdeelnemer of uw kind geplaatst kan worden. Eventuele plaatsing voor les gaat op volgorde van geboortedatum.  
Let op! Wanneer uw zoon/dochter definitief niet geplaatst wordt voor zwemles in 2022, dan wil dat niet zeggen dat hij/zij automatisch al ingeschreven staat voor het seizoen 2023.  
U dient uw kind in 2023 opnieuw aan te melden voor diploma A.



## Lesschema

| Tijd          | Maandag | Dinsdag | Woensdag  | Donderdag |
|---------------|---------|---------|-----------|-----------|
| 17:00 - 17:30 | A1      | A1      | B2        | A1        |
| 17:30 - 18:00 | A2      | A2      | B3 + ZV 1 | A2        |
| 18:00 - 18:30 | A3      | A3      | ZV 2+3    | A3        |
| 18:30 - 19:00 | B1      | C       |           | C         |



Astrid v/d Brink  
Lange Kerkstraat 14a  
3417 HJ Montfoort  
06 40398732

Openingstijden:  
di 09.00 - 17.30  
18.30 - 21.00  
do 09.00 - 17.30  
vr 09.00 - 17.30

[www.haarenzomontfoort.nl](http://www.haarenzomontfoort.nl)

## Leskaart online reserveren vanaf woensdag 16 maart 10:00 uur

Ook dit jaar moet u de zwemleskaart van uw kinderen **online** aanvragen. Als u het abonnement van uw kind hebt besteld, kunt u gelijk de leskaart voor zwemles aanvragen, samen met de evt. overige abonnementen van het gezin.

**U kunt online de lesgroep kiezen.**

**Als uw eerste keuze vol is kiest u een andere groep.**

Het aanschaffen van een abonnement is verplicht wanneer uw kind op zwemles gaat. Als de betaling is afgerond van uw bestelling is uw kind geplaatst voor zwemles.  
U krijgt de pas, waar het abonnement en de leskaart op staat, thuis bezorgd, samen met de abonnementen voor de eventuele andere gezinsleden.

## Aanmelden diploma B, C, en Zwemvaardigheid 1, 2 en 3

**Inschrijving zwemles:** online vanaf woensdag 16 maart 10:00

**Waar:** website Knopenbad / button zwemles

**Prijs zwemles:** € 105,00 exclusief abonnement.

**Prijs abonnement:** vóór 1 april € 85,00  
vanaf 1 april € 95,00

**1e zwemles:** zie jaarkalender

### Diploma B

Tot aan de grote vakantie wordt er één keer per week een half uur les gegeven, zie lesschema.

Tijdens de zomervakantie wordt er twee keer per week een half uur les gegeven en verschuiven de zwemlessen naar de ochtend.\*

### Diploma C

Er wordt twee keer per week een half uur les gegeven, zie lesschema. In de grote vakantie verschuiven de zwemlessen naar de ochtend.\*

### Zwemvaardigheid 1, 2 en 3

Er wordt één keer per week een half uur les gegeven, zie lesschema. In de grote vakantie verschuiven de zwemlessen naar de ochtend.\*

\* U ontvangt hierover tijdig bericht.





# ZELFSTANDIG MONTEUR?

Kijk snel op

[werkenbijdepioniers.nl](http://werkenbijdepioniers.nl)

**BLR • BIMON**  
PIONIERS SINDS 1969

**Buitenspelen  
is heerlijk!**

Kinderdagverblijf  
"De IJsselhoeve"  
[www.de-ijsselhoeve.nl](http://www.de-ijsselhoeve.nl)

IJsselveld 21 • Montfoort  
0348 411177  
[www.de-ijsselhoeve.nl](http://www.de-ijsselhoeve.nl)

**Administratiekantoor  
Jan den Houdijker**

boekhouding, salarissen  
jaarrekening, belastingen

[j.g.m.den.houdijker@hetnet.nl](mailto:j.g.m.den.houdijker@hetnet.nl)

Doeldijk 9  
3417 XD Montfoort

0348 470983  
06 10935154

**Wenst iedereen  
een zonnig  
zwemseizoen**



# Knopeneisen diploma A

- 1  Om de **GELE KNOOP** te halen moet je 4 meter kunnen drijven.
- 2  Voor de **BLAUWE KNOOP** moet je driemaal van de duikplank af in het water springen.
- 3  Voor de **ROZE KNOOP** moet je van de duikplank af het water inspringen en 11 meter borstzwemmen met een gordel om.
- 4  Voor de **PAARSE KNOOP** moet je 50 meter borstzwemmen met gordel om en 25 meter borstzwemmen zonder gordel.

- 5  Voor de **RODE KNOOP** moet je rugzwemmen: 50 meter met gordel om en 25 meter zonder gordel.
- 6  Voor de **ZWARTE KNOOP** zwem je gekleed: 12½ meter borstzwemmen en 12½ meter rugzwemmen plus 1 minuut watertrappelen.
- 7  Voor de **WITTE KNOOP** moet je 50 meter borst- en rugzwemmen, één hindernis doorgaan onder water en 1 minuut watertrappelen.
- 8  Voor de laatste, de **GROENE KNOOP**, moet je alles wat je geleerd hebt zo goed mogelijk doen en als je die knoop dan hebt gekregen mag je gaan afzwemmen.

## Waarom kiezen voor zwemles in het Knopenbad?

Leren zwemmen is in ons waterrijk landje heel erg belangrijk. We zoeken in ons vrije tijd regelmatig het water op. Daarom is het van belang dat kinderen al op jonge leeftijd leren zwemmen.

De diploma-eisen A, B en C van het Knopenbad zijn afgestemd op de relatief korte tijd waarin (intensief) les gegeven kan worden.

Zwemles in het binnenbad is vaak één keer per week waardoor er langere tijd nodig om het zwemmen onder de knie te krijgen.

Zwemles in ons buitenbad is voor diploma A drie keer per week een half uurtje en duurt 4,5 maand. Tijdens het relatief korte maar intensieve zwemseizoen wordt door de kinderen conditie opgebouwd en wordt de zwemslag 'ingeslepen' door herhaling. 90% van de kinderen is aan het einde van het zwemseizoen in het bezit van een diploma.

De diploma-eisen van het Knopenbad wijken iets af van het zwemABC. Er wordt niet door het gat gezwommen en de borst- en rugcrawl worden geleerd bij diploma C.

Het belangrijkste is dat uw kind goed leert zwemmen en zich kan redden als het te water raakt. Zowel het zwem-ABC als het erkende ABC-diploma's van het Knopenbad bieden dit resultaat. Dus kies de lesmethode en het zwembad die het beste bij uw kind en situatie past.

### Kiest u voor het Knopenbad, dan heeft u de volgende voordelen:

- persoonlijke aandacht, omdat er meer zwemonderwijzers op één groep staan
- snel en gericht onderwijs
- in de grote vakantie wordt er viermaal per week gezwommen
- weinig reistijd
- 90% behaalt in 4,5 maand een diploma
- vriendelijke prijzen

## Zwemles duur?

Als u een laag inkomen heeft komt u misschien in aanmerking voor vergoeding van de zwemlessen.

Ferm Werk kan namelijk bijzondere bijstand verstrekken. De zwemlessen voor de kinderen tot en met diploma C worden volledig vergoed.

Er is dus geen maximum meer.

Voorwaarde is wel dat u het volledig ingevulde aanvraag-formulier inlevert bij Ferm werk.

Deze is te downloaden via [www.fermwerk.nl](http://www.fermwerk.nl)

Voor meer informatie bel dan Fem Wek in de ochtend tussen 09:00 en 12:00 uur.

Ferm Werk heeft ook andere regelingen voor mensen met een laag inkomen.

Kijk eens op de website [www.fermwerk.nl](http://www.fermwerk.nl)



**Heeft jouw kind  
emotionele problemen,  
weinig zelfvertrouwen,  
problemen bijv. door  
een echtscheiding?  
Ik help jullie graag!**

Als Creatief kindercoach help ik kinderen bij verdriet, echtscheidingsproblematiek, emotionele problemen, of bij een laag zelfbeeld.

Door middel van creatieve activiteiten begeleid ik hen zodat zij weer blij kunnen zijn, steviger in de schoenen staan en met meer zelfvertrouwen door het leven kunnen gaan.

Voor informatie of het maken van een vrijblijvende afspraak bel: 06 82163418  
of mail: [info@miekeschonewille.nl](mailto:info@miekeschonewille.nl)



# Ook voor uw hypotheek staan wij voor u klaar

Kom  
gerust  
langs!



Welkom!

Adviesburo  Driessen  
&  
Huntink  
Verzekeringen ♦ Hypotheken ♦ Pensioenen

## Adviesburo Driessen & Huntink

Keizerstraat 27

3417 EA Montfoort

T 0348 47 39 69

E [info@driessenhuntink.nl](mailto:info@driessenhuntink.nl)

I [www.driessenhuntink.nl](http://www.driessenhuntink.nl)

**RegioBank** De buurtzame bank.  
Zelfstandig Adviseur.