



€191.464,-
gedoneerd



1.099
inschrijvingen

Maarten van der Weijden zwemt Amsterdam-Leeuwarden

Ter voorbereiding op zijn 11stedenzwemtocht in augustus zwemt Maarten van 11-13 juni a.s. een laatste grote trainingstocht van Amsterdam naar Leeuwarden. Met een afstand van 143 kilometer kan hij bovendien uitgebreid materialen testen (o.a. zwembril met lichttherapie) en procedures testen.

Kijk voor meer informatie en de leuke weetjes van deze tocht op:

<http://11stedenzwemtocht.pr.co/166630-11stedenzwemtocht-maarten-van-der-weijden-zwemt-amsterdam-leeuwarden>

Deelnemers uitgelicht: Margreet Schuil



Dit badeendje heb ik als aanmoediging van mijn collega's gekregen.

Ik ben Margreet, 47 jaar en woon samen met Arjen in Sneek. We hebben twee katten, knuffel-

liefhebber Skip en klein (maar ook lief) monster Loeky. Ik zwem mee omdat ik op deze manier mijn steentje kan bijdragen en niet machteloos meer hoeft toe te kijken. Net als zovelen heb ik al mensen verloren aan kanker en momenteel zijn twee dierbare vrienden van mij getroffen. Ze werken zo hard aan herstel, ik kijk daar met veel bewondering en respect naar. Speciaal voor hun zwem ik mijn trainingsbaantjes.

Op zondagochtend ben ik meestal in het zwembad te vinden, hiermee ben ik in oktober 2017 begonnen. Inmiddels heb ik ook twee keer in buitenwater gezwommen. De "Boategoat", het kanaal van de Woudvaart naar de Geeuw en in het IJsselmeer. Dit is veel leuker dan de baantjes in het zwembad.

Ik kijk echt uit naar het evenement. Voor Maarten een diepe buiging. Ik heb me opgegeven voor Sneek, maar ik denk erover na om ook twee kilometer in Franeker en Dokkum mee te zwemmen.

Mijn hartelijke dank gaat naar alle vrijwilligers, deelnemers en natuurlijk "mijn" sponsors. Ik heb het streefbedrag van € 1000 inmiddels behaald. "Bedankt lieve mensen".

Voor alle deelnemers, succes met trainen en tot ziens in augustus.



Open water techniek Clinic in Sneek

Wil je nog wat extra training? Of gewoon nog wat goede tips? Eind deze maand vindt een open water techniek clinic in Sneek plaats. Deze clinic wordt door de KNZB gratis aangeboden voor 11stedenzwemtochtzwemmers. Wees er snel bij, er is plaats voor 15 deelnemers! Zie [hier](#) de inhoud van het event.

Wist je dat?!

- Je de komende week Hart van Nederland in de gaten moet houden?
- Maarten tijdens zijn lange trainingstocht van Amsterdam naar Leeuwarden gebruik maakt van een speciaal wetsuit, een innovatieve zwembril én een thermometerpil.
- Inmiddels al 51 deelnemers meezwemmen in alle 11 de steden!
- Maarten zwemtips heeft voor de meezwemmers, kijk [hier](#).
- Je via de website ook rechtstreeks kunt doneren? Ga naar [deze link](#).

De 11 stedenzwemtocht in het nieuws

Vrijdag 1 juni was Maarten te gast bij Pauw. Hij vertelde over zijn voorbereiding op de 11 stedenzwemtocht. Bekijk het hele fragment [hier](#).



Kijk voor overige berichten over de 11stedenzwemtocht in onze [newsroom](#).

Op de agenda

Trainingstocht van Amsterdam naar Leeuwarden:

- Maandag 11/6 17:00 uur - Start Amsterdam
- Dinsdag 12/6 - doorkomst Maarten in Stavoren (oefenen met dolfijnennet)
- Woensdag 13/6 - aankomst in Leeuwarden
- Zaterdag 16/6 – bijeenkomst organisatie 11stedenzwemtocht

Ken jij of ben jij een deelnemer, vrijwilliger of sponsor met een verhaal dat moet worden verteld? Stuur jouw verhaal dan op naar irene@mvdwfoundation.nl!

Op de hoogte blijven? Volg ons op alle kanalen: [Instagram](#), [Facebook](#), [Twitter](#) en de [website](#).

U heeft bij uw inschrijving aangegeven nieuwsberichten over de 11stedenzwemtocht te willen ontvangen. Daarom sturen wij u graag deze nieuwsbrief, zodat u op de hoogte blijft over (de aanloop naar) dit bijzondere evenement. Mocht u toch willen afzien van nieuwsberichten over de 11stedenzwemtocht, wilt u dan een mailtje sturen naar deelnemers@mvdwfoundation.nl?