

Mededeling

MELDT UW
E-MAILADRES AAN BIJ
DE LEDENADMNIS-
TRATIE EN ONTVANG
EEN BERICHT BIJ HET
VERSCIJNEN VAN
ELKE NIEUWE EDITIE
VAN HET CLUBBLAD



KAMPIOENEN
BASISSCHOOL ANNE
FRANK WINT SCHOOL-
ZWEMTOERNOOI



4^E IN B3-KLASSE
OEZA OOK NA LAATSTE
COMPETITIERONDE
OP VIERDE PLAATS



ACHT TIPS
VERKLEIN DE KANS OP
VERDRINKING



OEZA huldigt jubilaris Piet Diemeer

Tijdens de Algemene Ledenvergadering van zwemvereniging O.E.Z.A. op dinsdag 16 april is Piet Diemeer gehuldigd. Piet is 40 jaar lid van de Heemskerkse zwemvereniging O.E.Z.A. en werd volgens goed gebruik bij de vereniging zodoende gehuldigd als jubilaris. Uit handen van de voorzitter (Pascal Palmboom) heeft Piet een speciaal O.E.Z.A. schildje ontvangen alsmede een prachtige bos bloemen. ‘Piet is het bewijs dat iedereen van jong tot oud kan komen zwemmen bij O.E.Z.A.’, aldus de voorzitter. We wensen Piet nog vele jaren zwemplezier toe, in goede gezondheid.



VAN DE VOORZITTER

Nog enkele weken zwemmen en dan begint de welverdiende zomervakantie, althans voor diegenen die niet in het open water gaan zwemmen. Heeft u interesse om eens in het open water te gaan zwemmen? Kom dan op zondag 18 augustus 2019 naar de Bosbaan, waar OEZA een echte open water zwemklassieker organiseert. Naast de vele wedstrijdnummers biedt dit evenement ook de mogelijkheid om deel te nemen aan een vrijblijvende prestatietoets van 250, 500, 1000 of 2000 meter. Meer informatie kunt u vinden op <http://oeza.nl/bosbaan/programma/>.

In het vorige voorwoord kondigden we aan dat we als OEZA met een grote afvaardiging zouden willen deelnemen aan de Rabobank Fietsdag. Inmiddels is duidelijk dat er dit jaar helaas geen Rabobank Fietsdag zal plaatsvinden. Waarschijnlijk zal er door de Rabobank een vervangende actie georganiseerd worden om de clubkas te steunen. Uiteraard zullen we hieraan (indien mogelijk) deelnemen. We houden u op de hoogte via de OEZA website en de OEZA Facebook pagina.

We kijken als bestuur terug op een goede Algemene Ledenvergadering. Op dinsdagavond 16 april jl. kwamen het bestuur en zo'n 15 leden en vrijwilligers bijeen om o.a. de financiële cijfers over 2018 te bespreken. De aanwezigen waren tevreden met het gevoerde financiële beleid over 2018. Daarnaast werden de overige jaarverslagen goedgekeurd en werd stilgestaan bij de jubilaris van de zwemvereniging, Piet Diemeer. Piet is al 40 jaar lid van onze club en ontving daarvoor een OEZA schildje en een prachtige bos bloemen. Op zijn beurt bedankte Piet 'zijn' kaderleden met een bos tulpen.

Om onze zwemvereniging draaiende te houden, hebben we voldoende kaderleden en vrijwilligers nodig. Vanuit de kaderhoofden van het zwemvaardigheidswemmen hebben we vernomen dat de huidige bezetting minimaal is. We zijn zodoende op zoek naar enthousiaste ouders of zwemmers (vanaf 16 jaar) die op wekelijkse basis de huidige kaderleden van het zwemvaardigheidswemmen willen komen ondersteunen. Uiteraard zult u door de huidige kaderleden wegwijs worden gemaakt in het lesgeven aan de kinderen. Heeft u interesse om op maandag van 19.00 – 19.45 uur en/of op vrijdag van 18.00 – 18.45 uur langs de badrand te staan? Neem dan contact op met Froke Bos via kader@oeza.nl.

Vol trots kunnen wij u melden, dat we weer een lichte stijging zien van het aantal leden. De dip in de ledenaantallen die we afgelopen najaar zagen, hebben we achter ons gelaten. Uiteraard is het zaak deze stijgende trend voort te zetten. De beste reclame die er bestaat, is mond-tot-mondreclame, dus spreekt u een bekende die geïnteresseerd is in zwemmen, van jong tot oud, geef dan aan dat zwemvereniging OEZA al 50 jaar een begrip is in Heemskerk en omstreken.

OEZA ONLINE



SPONSOREN



WILT U OOK SPONSOR
WORDEN VAN
ZWEMVERENIGING
O.E.Z.A.? NEEM
CONTACT OP MET
PASCAL PALMBOOM

Ook al gaan de zwemlessen en -trainingen op feestdagen niet door, er zijn dan wel diverse OEZA-zwemmers actief. Zo namen tijdens de paasdagen 9 zwemmers en zwemsters van OEZA deel aan het internationale paastoernooi te Haarlem. Tijdens dit toernooi hebben de OEZA zwemmers en -zwemsters mooie prestaties neergezet. Tijdens de afsluitende estafette (de 4 x 50 meter vrije slag) behaalde OEZA zelfs een overtuigende eerste plek. Ook tijdens Hemelvaart is er een activiteit. Dan zal de jeugdraad met de wedstrijdploeg op keetkamp gaan. Opgeven voor het keetkamp kan nog via jeugdraad@oeza.nl. Tot slot is er met Pinksteren de mogelijkheid om deel te nemen aan het traditionele pinkstertoernooi te Purmerend. Tegen die tijd ontvangt iedereen van de wedstrijd ploeg per e-mail hiervoor een uitnodiging.

Van 17 april t/m 17 mei 2019 is de eerste Nationale Maand van de Zwemveiligheid. Jaarlijks verdrinken nog steeds kinderen en volwassenen. Met de Nationale Maand van de Zwemveiligheid wordt extra aandacht gevraagd voor het belang van de zwemveiligheid van iedereen in Nederland. Zwemvereniging OEZA onderschrijft dit initiatief van harte. Verderop in deze Kroezant leest u 8 tips om de kans op verdrinking zo klein mogelijk te maken. Deze tips zijn van groot belang als u met uw kinderen, tijdens de aankomende zomerdagen, naar het (open) water toe gaat. Zwemveiligheid begint met het behalen van de zwemdiploma's. Pas bij het behalen van het C-diploma behaal je de Nationale Norm Zwemveiligheid. Concreet betekent dit dat je met een B-diploma nog onvoldoende vaardigheden bezit om in open water te gaan zwemmen. Sterker nog, ook na het behalen van het C-diploma is het van belang regelmatig te blijven zwemmen. Oftewel, we roepen alle kinderen die bij OEZA zwemmen op om door te gaan tot en met het C-diploma. En nog beter, blijf na je C-diploma zwemmen bij OEZA en behaal je zwemvaardigheidsdiploma's of kom bij de wedstrijd ploeg. Nog één keer dit seizoen zal er worden afgezwommen voor de A-, B- en C-diploma's, vlak voor de zomervakantie. We wensen alle kaderleden alsmede de zwemmers en zwemsters veel succes toe bij de laatste voorbereidingen.

Via deze weg willen wij onze dank uitspreken voor Adry Hulst. Adry verzorgt vol enthousiasme sinds het begin van dit seizoen de ledenadministratie van OEZA, een zeer belangrijke vrijwilligers-taak binnen de zwemvereniging. Adry, we zijn blij met je inzet en betrokkenheid bij OEZA!

Tot slot, op dit moment kunnen wij u nog geen nieuwe mededelingen doen inzake het onderzoek naar één nieuw zwembad voor Beverwijk en Heemskerk. Naar verwachting zal de werkgroep voor de zomervakantie met een eerste besluit naar buiten komen. Uiteraard zal het bestuur, waar mogelijk, de belangen van onze zwemvereniging verdedigen. Zoals eerder aangegeven, kunnen we voorlopig nog lekker blijven zwemmen in ons thuisbad De Waterakkers.

We wensen u de komende weken veel zwemplezier toe.

Pascal Palmboom & Pauline Heus

LET OP! KOPIJ INLEVEREN VOOR 3 JULI 2019 BIJ DE REDACTIE.

REDACTIE: ARNO MEIJER

DE REDACTIE IS BEREIKBAAR VIA KROEZANT@OEZA.NL.

BELANGRIJKE CONTACTGEGEVENS VAN OEZA**BESTUUR**

<u>VOORZITTER</u>	P. PALMBOOM	06-41914271	
<u>SECRETARIS</u>	P. HEUS	0251-208266	J. LIGTHARTSTRAAT 667
<u>PENNINGMEESTER</u>	C. BAL	0251-241984	
<u>UITVOERENDE ZAKEN</u>	F. BOS	06-25297398	
<u>OPLEIDINGEN KADER</u>	B. OORTWIJN	0251-206580	

KADERHOOFDEN

TRAINER	S. HAACK	06-20446451	
MAANDAG	P. DE CALUWE	0251-241202	
WOENSDAGOGHTEND	N. EISENBERGER	06-52153290	
AQUAROBICS	J. LINDELAUF	0251-233877	
WOENSDAGAVOND	I. RENKEMA	06-49213052	
DONDERDAG	L. LIEFTING	0251-231146	
VRIJDAG 18.00 - 18.45	H. WINDMÜLLER	0251-239370	
VRIJDAG 18.45 - 19.30	J. VAN RUIJVEN	0251-246632	
VRIJDAG 20.45 - 21.30	J. PEKEL / T. BRUINS	06-10531183	

JEUGDRAAD

<u>VOORZITTER</u>	K. GAAL	
SECRETARIS	S. DE HAAN	
PENNINGMEESTER	M. DE WIT	

COMMISSIE VOOR DE COÖRDINATIE VAN DE UITVOERENDE ZAKEN (CCUZ)

<u>VOORZITTER</u>	F. BOS	06-25297398
<u>RECR. & ELEMENTAIR</u>	J. PEKEL (a.i.)	
<u>WEDSTRIJDZWEMMEN</u>	<i>vacature</i>	
<u>JEUGDRAAD</u>	K. GAAL	

WERKGROEP ACTIVITEITEN

<u>WERKGROEP</u>	I. GROEN	06-51876508
-------------------------	----------	-------------

LEDENADMINISTRATIE

Voor inschrijven van nieuwe leden vanaf 5 jaar (zwemmen start vanaf 6 jaar), wachtlijst informatie, adreswijzigingen, vragen over contributie-inning en opzeggen (per half jaar, voor 31 mei en voor 30 november, bij zwemABC en zwemvaardigheid ook na behalen diploma):

<u>LEDENADMINISTRATIE</u>	A. HULST	06-54955443	C. GROENLANDSTRAAT 4
----------------------------------	----------	-------------	----------------------

ADVIES- EN MELDPUNT KINDERMISHANDELING 0900-1231230

WAAR EN WANNEER ZWEMT OEZA?

OEZA maakt voor de zwemactiviteiten gebruik van zwembad De Waterkkers in Heemskerk. De tijden zijn:

MAANDAG	18.00 - 19.00 uur	Wedstrijdzwemmen
	19.00 - 19.45 uur	Zwemvaardigheid 1, 2 en 3 (<i>banen 1 t/m 4</i>)
	19.00 - 19.45 uur	Wedstrijdzwemmen gevorderden (<i>banen 5 en 6</i>)
	19.45 - 20.30 uur	Recreatief zwemmen onder begeleiding / Masters
WOENSDAG	09.00 - 09.45 uur	Volwassenen / Aquarobics
	17.15 - 18.00 uur	Wedstrijdzwemmen
	18.00 - 18.45 uur	Leszwemmen A
	18.30 - 19.15 uur	Leszwemmen A beginners
	18.45 - 19.30 uur	Leszwemmen A, B en C
DONDERDAG	18.00 - 18.45 uur	Leszwemmen A
	18.45 - 19.30 uur	Leszwemmen A, B en C
	19.30 - 20.45 uur	Wedstrijdzwemmen gevorderden
VRIJDAG	18.00 - 18.45 uur	Zwemvaardigheid 1,2 en 3 / Voorbereidend
	18.45 - 19.30 uur	Volwassenen
	20.45 - 21.30 uur	Volwassenen
ZATERDAG	08.30 - 09.30 uur	Wedstrijdzwemmen

De extra mogelijkheden voor masters (in het Sportfondsenbad in Beverwijk) zijn:

WOENSDAG	21.00 - 22.00 uur	i.s.m. Duursport DEM
ZATERDAG	07.00 - 08.00 uur	i.s.m. Duursport DEM

Vijf maal per seizoen zijn er kijkdagen voor de ouders van de diplomazwemmers.

WAT KOST ZWEMMEN BIJ OEZA?

Contributie per maand in 2019

Bij aanvang van het lidmaatschap en in de daarop volgende jaren in januari wordt naast de onderstaande contributie de KNZB-bijdrage ingehouden (€ 51,50 voor startvergunninghouders, € 23,75 voor overige leden). In juli en augustus vindt geen contributie-inning plaats.

ZWEM ABC	32,50 EURO
ZWEMVAARDIGHEID / VOORBEREIDEND WEDSTRIJDZWEMMEN	29,50 EURO
VOLWASSENZWEMMEN	25,75 EURO
WEDSTRIJDZWEMMEN	36,50 EURO
MASTERZWEMMEN	29,25 EURO

Ploegendienst

Voor mensen die in ploegendienst werken en ook willen zwemmen, heeft OEZA een speciaal tarief. Neem contact op met de ledenadministratie voor meer informatie.

OEZA overtuigend naar 4^e plek in landelijke B3-klasse competitie

B3-klasse

Competitie:

Nr.	Club	Depot	Ronde 1	Ronde 2	Ronde 3	Ronde 4	Totaal
1	Feijenoord Albion Zwemclub	10-069	4966,86	4619,58	5131,84	4079,84	18798,12
2	ZPV Barracuda	09-004	5180,49	4776,25	5272,84	4113,46	19343,04
3	TRB-RES	13-038	5182,51	4793,34	5321,57	4078,77	19376,19
4	OEZA	08-021	5276,75	4802,05	5320,27	4107,17	19506,24
5	Het Y	07-025	5314,73	4934,01	5379,72	4183,26	19811,72
6	WVZ 2	10-042	5376,73	4932,33	5475,26	4255,41	20039,73
7	Arethusa	13-004	5492,64	5120,24	5700,35	4409,70	20722,93
8	De Forel	02-005	5605,39	5250,67	5828,47	4556,36	21240,89

Zondag 24 maart 2019 was de laatste competitieronde van het seizoen 2018 / 2019. Een grote groep OEZA-zwemmers en -zwemsters reisde af naar Purmerend om, onder leiding van hoofdtrainer Stefan Haack, de vierde competitiewedstrijd te zwemmen. Met een puntentotaal van 4107,17 tijdens deze ronde zwom zwemvereniging OEZA overtuigend naar de vierde plek in de landelijke B3-klasse. Een geweldige prestatie van de OEZA zwemmers en zwemsters, de trainers en alle andere vrijwilligers. Bekeken vanuit de gehele competitie-uitslag in de landelijke B-klasse is OEZA geëindigd op een 14^e plek (van de in totaal 32 ploeggen).

Op basis van deze uitslag zal OEZA ook volgend seizoen weer deelnemen in de landelijke B-klasse competitie. Uiteraard rekenen we dan ook weer op de support en inzet van eenieder.

Link naar de competitie-uitslag:

https://www.knzb.nl/vereniging_wedstrijdsport/wedstrijdsport/zwemmen/competitiewedstrijd/nationale_zwemcompetitie/tussenstanden/competitieoverzicht/1000005031/b3_klasse/



GESLAAGD

Het onderstaande overzicht kwam iets meer dan een week na het verschijnen van de vorige editie van de Kroezant bij de redactie binnen. Vandaar dat het overzicht een flink aantal maanden terugkijkt. De geslaagden hebben hun eervolle vermelding echter verdiend, dus hier zijn ze:

Snorkelen 1 op 17 december 2018:

Eline van Assema, Julia Bruins, Fenna van der Krogt, Stef Terluin, Cas Opzeeland

Zwemvaardigheid 1 op 25 februari 2019:

Luca Dubbelaar, Max Kauffman, Thijs Koeman, Lola Bueno de Mesquita, Lisanne Roke, Mees Zwart

Waterpolo 1 op 1 maart 2019:

Rick Aardenburg, Thomas Dam, Sanne Ganzinga, Nienke Klingerer, Tom Janssen, Mandy Koldewijn, Sophie Kwak, Stef Terluin

A-diploma op 13 maart 2019:

Dex van der Engh, Fabian de Graaf, Casper Tempelmans Plat, Jorn Sinnige, Shannon Steenkamp, Rü Meysa Surer, Sophia van der Vliet

B-diploma op 13 maart 2019:

Sofie Bakker, Tamara Koeman, Luca Romero Niemeijer, Raúl Núñez, Nikki Snijder



C-diploma op 13 maart 2019:

Merve Kaymak, Bryan Ooms, Ajaah Pathmanathan, Sven Salido, Danilo Jorge Schenke Smit

A-diploma op 14 maart 2019:

Kevin Keddis, Mees Goeman, Puck Goeman, Raynier de Jong, Noekie van Lieshout, Stephanie Ligthart, Mike Mantel, Hadya Rashid, Andrew Sedhom, Britt Steenbeek

B-diploma op 14 maart 2019:

Noud Beentjes, Robin van Bezooijen, Yulia ten Have, Omer Seraslan, Akos Smit, Stan de Wolf

C-diploma op 14 maart 2019:

Fien Denneman, Mika Dirkson, Daan van Duijn, Elynn Freeth, Rikke Oortwijn

Allen van harte gefeliciteerd en op naar het volgende diploma!
En alle complimenten en dank voor het kader!

Monique Palmboom

SPONSOREN CLUBBLAD zwemvereniging O.E.Z.A.

TOON BEENTJES **TWEEWIELERS HEEMSKERK**



Schoolzwemkampioenschappen 2019

Op maandag 29 april 2019 werden in zwembad De Waterakkers de jaarlijkse schoolzwemkampioenschappen van Heemskerk gehouden. Het toernooi wat onderdeel is van de Schoolsportagenda, gecoördineerd door Team Sportservice Kennemerland, werd wederom goed georganiseerd door zwemvereniging OEZA. uit Heemskerk.

De 13 teams met in totaal 130 basisschoolleerlingen hebben op deze dag in de meivakantie een kampioenschapscircuit doorlopen van diverse sport- en spelonderdelen. Het kampioenschap is mede door de vele vrijwilligers weer een groot succes gebleken, waar OEZA als organisator met een goed gevoel op terug kijkt. Voorzitter Pascal Palmboom liet weten: “Ik ben enorm trots dat door dit toernooi weer vele kinderen in de vakantie konden deelnemen aan een leuk sportevenement”.

De uiteindelijke winnaar van het Heemskerkse schoolzwemkampioenschap 2019 is basisschool de Anne Frank geworden. Het zesde team van deze school won de eerste prijs. Van harte gefeliciteerd!

Uitslagen op een rij:

- 1: Anne Frank team 6
- 2: De Bareel 1
- 3: Otterkolken 1



Door het Heemskerkse zwemkampioenschap zijn weer vele leerlingen in aanraking gekomen met zwemmen.

Bron:

<https://jouw.teamssportservice.nl/kennemerland/nieuws/schoolzwemkampioenschappen-heemskerk-2019/>

Kom niet voor niks naar het zwembad

Op de onderstaande data is er geen zwemmen bij OEZA:

- donderdag 30 mei 2019 (Hemelvaart)
- vrijdag 31 mei 2019 (dag na Hemelvaart)
- maandag 10 juni 2019 (2e pinksterdag)
- zaterdag 6 juli 2019 (start van de zomervakantie)

VRIENDEN VAN ZWEMVERENIGING O.E.Z.A.

Jan Glorie	Pascal Palmboom	Anouk v.d. Gracht
Maia de Boer	familie Palmboom	familie Koper
Adrie en Ria v.d. Gracht	Marina van Staveren	familie Woudsma
familie IJntema	A. van Rijn - van Eetvelde	familie De Wildt
Stefan Tijms	Kees-Jan Brantjes (KZC)	Sanne van Huisstede
Eric en Annamarie Tijms	Jos Pekel	Marc Ivens
Helena Bokelaar	Lisa van Sikkelerus	familie Groen
familie Gerritse	Chester en Marloes Bal	Tamar de Haan
familie Langelaar	familie Liefing	Astrid Gaal
Hilbert Prins	Jeroen en Klarinda Zonneveld	Martin Offringa
Timo v.d. Gracht	Pauline Heus	Mariska Stins
Linda Crok	Danielle Hoek	Nicole Betjes
Dirk en Ria Crok	familie Wentink	familie Stins
Jaap en Marianne Hoek	Conny Verhagen	familie Blaauw
G. Wolf	Iris Niesten	familie Jongert
Sas Angenent	Aad Grapendaal	familie Oortwijn
Ge Vink	familie de Wit	Barry van Rookhuizen
familie van Rookhuizen	Joyce ten Cate	familie Kingma
Hans Schoenmakers (DAW)	Britt Scholten	familie Nijland
familie De Graaf	Nel Eisenberger - Mooi	Arno Meijer
Bas Beentjes	Martijn Butter	

LID WORDEN

Word ook lid van de 'Vrienden van OEZA'. Voor maar 15,00 euro per jaar steunt u de vereniging om wat extra's te doen.

Meer informatie: <http://oeza.nl/vrienden/>.



Acht tips om de kans op verdrinking zo klein mogelijk te maken

De zomer is in aantocht! We hopen weer van veel mooie warme dagen te mogen genieten. Lekker met de kinderen naar het water? Volg dan vooral onderstaande tips, dan maak je de kans op verdrinking zo klein mogelijk.

1. Zorg ervoor dat je weet waar je gaat zwemmen én laat thuisblijvers weten waar je gaat zwemmen. Is er sprake van een goedgekeurde recreatieplas? Informatie hierover kun je achterhalen bij je eigen provincie (www.zwemwater.nl).
2. Kies, zeker wanneer je gaat zwemmen met jonge kinderen, bij voorkeur voor een recreatieplas of andere zwemgelegenheid waar sprake is van toezicht. Toezicht zorgt voor extra preventie en een kleinere kans op verdrinking. Maar let op: dit biedt natuurlijk nooit garanties.
3. Is je kind nog jong, nog niet goed in staat om gevaren te begrijpen en kan het (nog) niet zwemmen? Hou je kind dan constant in de gaten, blijf in de buurt en laat hem of haar niet alleen zwemmen of spelen in het water (zwem zelf ook nooit alleen). Blijf in het water op armlengte afstand van je (kleine) kind.
4. Waarschuw je kind voor de mogelijke gevaren, geef duidelijke instructies en maak afspraken over wat wel en niet mag. Kan je kind niet zwemmen? Ga dan tot de knieën van je kind in het water en niet verder.
5. Wees je bewust van mogelijke gevaren in de omgeving. Hoe is het met de waterdiepte en temperatuur gesteld? Is er kans op onverwachte stroming in het water of zijn er golven? Zijn er preventieve maatregelen genomen, bijvoorbeeld in de vorm van lijnen die aangeven tot waar het water ondiep is?
6. Je kunt overwegen om je kind een zwemvest of zwembandjes om te doen. Maar dat is geen enkele garantie voor zwemveilig zijn. Ook dan geldt dat je je kind niet uit het oog moet verliezen. En pas op bij harde wind. Je kind wordt met drijfmiddelen gemakkelijker ‘meegenomen’ door de wind. Gebruik bij wind richting water geen drijvende voorwerpen, zwemvest of zwembandjes.
7. Besluit om je kind al op jonge leeftijd te leren zwemmen. Hierdoor worden de eerste vaardigheden geleerd die de kans vergroten dat je kind niet in paniek raakt en zichzelf kan redden.
8. Heeft je kind één of meer zwemdiploma's gehaald? Stimuleer je kind dan om de vaardigheden te onderhouden door bijvoorbeeld na het behalen van de Nationale Zwemdiploma's A, B en C verder te gaan met de Nationale Zwemvaardigheidsdiploma's, lid te worden van De Reddingsbrigade of zwemvereniging en door regelmatig samen te gaan zwemmen. Zwemdiploma C is de Nationale Norm Zwemveiligheid. Maar let op: ook na het behalen van het C-diploma is het van belang regelmatig te blijven zwemmen. Test of je zwemvaardigheden nog op peil zijn en doe jaarlijks de Nationale ZwemChallenge. Je voorkomt daardoor onzekerheid bij je kind. Onzekerheid vergroot de kans op een paniecreactie en ‘niet meer weten wat je moet doen’.



Kijk voor meer informatie op:
www.allesoverzwemles.nl,
www.reddingsbrigade.nl of
www.nlzwemveilig.nl.



SPONSOREN CLUBBLAD zwemvereniging O.E.Z.A.

De Groentemarkt Vers en Voordelig

Ruysdaelstraat 4

Heemskerk

Tel. 0251-247835

Badmode Lingerie Nachtmode



Livera Kerkweg 27 in Heemskerk

Livera winkelcentrum 't Loo 6 in Heiloo

Op vertoon van uw OEZA-kaart 20% korting op badkleding



Rozenbroek

Deutzstraat 22

1961 NT Heemskerk

Tel:0251-231719

www.drogisterij-rozenbroek.nl



HOVENIERSBEDRIJF GERARD DAM



PREVENTIEVE SPORT-/STRESSMASSAGE

C. Groenlandstraat 31 1962 TE Heemskerk

beh. vlg. tel. afspraak, na 18.00 uur

tel. 0251-245936 b.g.g. 06-53405967