



Contact

Email: waterpolo.pilaictus@wur.nl

Website Pila Ictus: waterpolopilaictus.wixsite.com/pilaictus

Instagram: [@waterpolo.pila.ictus](https://www.instagram.com/waterpolo.pila.ictus)

Website Thymos: www.swuthymos.nl



SWU Thymos, 'Move and your body will be recharged'

Waterpolo

Pila Ictus



W.S.W.V. Pila Ictus

Waterpolo

Pila Ictus



W.S.W.V. Pila Ictus

Pila Ictus

Over ons

Pila Ictus is een actieve studenten waterpolo vereniging voor ervaren én beginnende spelers. Wij trainen twee keer per week in zwembad De Bongerd in Wageningen en tevens nemen we deel aan allerlei toernooien. Daarnaast organiseren we vriendschappelijke en oefenwedstrijden tegen andere studententeams en reguliere competitie teams. We waterpoloën niet alleen, maar organiseren ook andere leuke activiteiten gedurende het collegejaar! Zo zijn er kampvuren, een barbecue, date diner, een Kerstdiner en natuurlijk genoeg feestjes.

Training

Op maandag en donderdag trainen al onze leden samen in De Bongerd. Onze trainer Joren geeft de training en zorgt dat de beginners iets kunnen leren, maar dat de training ook uitdagend genoeg is voor meer ervaren spelers.

Pila Ictus

About us

Pila Ictus is an active student water polo association for both beginning and experienced players. We practice two times a week in De Bongerd swimming pool and participate in various tournaments. Besides that, we organize and visit matches against other students and regular water polo teams. Next to playing water polo a lot, we organise numerous side activities during the college year! Examples are campfires, barbecues, date dinners, parties and traditional Christmas dinners.

Training

On Mondays and Thursdays all our members train together in the swimming pool De Bongerd in Wageningen. Our experienced trainer makes sure that the training is challenging enough for everyone, from

De training begint altijd met een zwem en conditie gedeelte. Daarna verschilt het per training of de focus op technische of tactische aspecten van het spel of een combinatie van beide ligt. Op maandagen trainen we van 22.00 tot 23.00 uur en op donderdagen van 22.00 tot 23.30 uur. Na de training zijn er altijd genoeg leden die samen een drankje doen in de sports pub op loop afstand!

Toernooien

Vier keer per jaar laten we onze talenten zien bij de toernooien van de officiële Nederlandse Student Waterpolo Kampioenschappen (NSWK). Deze worden georganiseerd in verschillende studentensteden en naast een dag vol wedstrijden vindt er ook altijd een mooi feest plaats, waar Pila altijd van de partij is. Naast deze NSWK's, nemen we ook deel aan veel bekende reguliere buiten toernooien door het hele land (Moby Dick, Borculo, Goffert), dus bereid je voor op koud water, veel wedstrijden, kamperen en feesten! We bezoeken alle toernooien met meerdere teams gemixt (M/V) en van verschillend niveau, dus er is plek voor beginners en ervaren spelers en zo kan iedereen op zijn eigen niveau meedoen.

beginner to advanced players.

The training generally starts with a swimming and body condition part. Hereafter, per training the focus lies on the technical or tactical aspects of the game. On Monday we train from 22.00 to 23.00 and on Thursday from 22.00 to 23.30. After the training, we have a drink together in the sports pub.

Tournaments

With Pila, we show our skills four times a year during the NSWK tournaments of the Dutch student water polo competition, organized in several student cities in the Netherlands. These tournaments all have one match day and are known for their exciting theme parties. Next to the NSWKs, we join a lot of outside tournaments throughout the whole country. These weekend tournaments take place during the spring and summer period, so prepare for many matches, parties and camping! These tournaments are not only for students, so they also include

Word lid!

Om lid te worden van Pila Ictus moet je een student aan de WUR zijn en sportrechten voor de Bongerd hebben, ook is het handig als je in ieder geval kan zwemmen. De contributie bedraagt ongeveer 80 euro. Hier zitten al een paar jaarlijkse activiteiten en het toernooigeld in.

Contact

Wil je graag een keer meetrainen om de waterpolo uit te proberen en ons te leren kennen? Contacteer ons dan via de mail: waterpolo.pilaictus@wur.nl. Volg ons ook op insta voor een inkijkje bij Pila Ictus! [@waterpolo.pila.ictus](https://www.instagram.com/waterpolo.pila.ictus)

regular associations from in- and outside the country. We visit all these tournaments with teams varying from beginner to advanced players, that way anyone can play water polo at their own level.

Become a member!

To become a member of Pila Ictus you have to be a student owning sports rights of the Bongerd and you have at least be able to swim. Our contribution is about 80 euros per year, in which the tournaments and many activities are included.

Contact

Would you like to join a training, become a member or do you have any questions? Do not hesitate and contact us by mail at waterpolo.pilaictus@wur.nl. Also, follow us on Instagram. Here we regularly post about tournaments, activities and other fun events! [@waterpolo.pila.ictus](https://www.instagram.com/waterpolo.pila.ictus)

