



Verklaring van de letters boven je naam op het etiket van de briefomslag.

Indien er meer letters staan, staan deze in de volgorde van de voornamen.

- B 1 - 1 Je traint in baan 1 tijdens het eerste uur
- B 1 - 2 Je traint in baan 1 tijdens het tweede uur
- B 2 - 1 Je traint in baan 2 tijdens het eerste uur
- B 2 - 2 Je traint in baan 2 tijdens het tweede uur
- B 5 - 1 Je traint in baan 5 tijdens het eerste uur
- B 3 Je traint in baan 3 gedurende 2 uren
- B 4 Je traint in baan 4 gedurende 2 uren

Voor de uren: zie punt 2.1

1 WOORDJE VAN DE VOORZITTER

Het zwemseizoen komt er weer snel aan. Na twee maanden vakantie, genieten, uitrusten ... duiken we op woensdag 10 september 2008 weer het water in.

Samen met vrienden en vriendinnen trainen, plezier maken, een babbeltje slaan ... kortom een toffe en sportieve vriendengroep vormen.

De trainers en trainsters staan klaar om de zwemmers en zwemsters zwemvaardigheden bij te brengen en/of te verbeteren.

Alle zwemmers kunnen hun zwemtechnieken en hun conditie bijschaven en onderhouden.

De bestuursleden zorgen ervoor dat de club het hoofd boven water blijft houden.

Ouders, we zijn blij dat we het vertrouwen van jullie krijgen en we proberen er een fijn sportief jaar van te maken.

In deze briefomslag vinden jullie ook een uitnodiging om te helpen bij de 4 x 4 FOC Trophy. Als zwemclub gaan we helpen bij deze activiteit om het lidgeld zo laag mogelijk te houden voor iedereen.

Ook steekt er een brief in met vraag naar sponsoring. Zij die zich geroepen voelen om onze club te sponsoren, op welke manier dan ook, mogen zich altijd melden bij iemand van onze bestuursleden of de voorzitter zelf.

Tot op de eerste training.

Rik Molemans
voorzitter

2 LEDEN BIJ DE ZWEMCLUB

Van ieder lid van de zwemclub wordt verwacht dat ze regelmatig de trainingen op woensdag en zaterdag komen volgen.

De trainers of bestuur bespreken met ieder nieuw lid op welk uur ze mogen trainen op de woensdag en zaterdag.

Dit jaar zal vzw Z.C.N. (ZwemClub Neerpelt) starten met de trainingen op te bouwen via de technieken van SwimKick.



2.1 De trainingen JEUGD zijn op de volgende dagen.

- Woensdag en zaterdag (beginnende zwemmers)
17.00 tot 18.00 uur (woensdag)
12.00 tot 13.00 uur (zaterdag)
- Woensdag en zaterdag (beginnende zwemmers)
18.00 tot 19.00 uur (woensdag)
13.00 tot 14.00 uur (zaterdag)
- Woensdag en zaterdag (gevorderde zwemmers)
17.00 tot 19.00 uur (woensdag)
12.00 tot 14.00 uur (zaterdag)

Men kan enkel per blok (baan 1 en 2) naar de training komen. Men kan geen trainingsuren combineren. Wanneer men éénmaal zijn trainingsuren heeft toegewezen gekregen, moet men deze ook aanhouden.

Nota baan 3 en 4: indien men per uitzondering maar 1 uur kan komen trainen, vragen de trainer bij voorkeur het eerste uur te komen. Men meldt dit vroeger stoppen wel steeds aan zijn trainer **vóór** de training begint.

Wekelijks wordt er op woensdag en zaterdag getraind, behalve tijdens de vakanties.

Tijdens de vakanties wordt er WEL getraind op de eerste zaterdag, de andere woensdagen en zaterdagen tijdens de vakantie wordt er niet getraind.

Zie ook onze jaarkalender.

Indien bijkomend op de jaarkalender een training vervalt, wordt men hiervan tijdig op de hoogte gesteld.

2.2 Vereisten om naar een volgende baan te gaan om te trainen

- Baan 1 : Duiken, 50 meter schoolslag en 50 meter vrije slag, beginselen rugslag en techniek
Baan 2 : Keerpunten, 50 meter rugslag, beginselen van vlinderslag, duiken en techniek
Baan 3 : Keerpunten wissel en afwerking, techniek en intervaltraining alle slagen en duiken
Baan 4 : Trainen en motiveren, techniek en intervaltraining en keerpunten

De trainers beslissen wanneer een zwemmer mag overgaan naar de volgende baan, wanneer de zwemmer de capaciteiten heeft. Hierop staat geen vast tijdstip en geen leeftijd.

2.3 De training van de 18-PLUSSERS is op zaterdagavond

De trainingsuren zijn van 18.00 tot 19.30 uur.

Je moet wel kunnen zwemmen en notie hebben van de verschillende zwemslagen.

Men mag aansluiten bij deze groep in het jaar dat met 18 jaar wordt.

Tijdens de vakanties (behalve juli en augustus) gaan de trainingen gewoon door.

Zie ook onze jaarkalender.

Indien bijkomend op de jaarkalender een training vervalt, wordt men hiervan tijdig op de hoogte gesteld.



3 BESTUUR

Ledenlijst van het bestuur voor zwemclub Neerpelt

VOORZITTER
MOLEMANS Rik

ONDERVOORZITTER
VERHAEREN Marleen

PENNINGMEESTER EN JEUGDCOÖRDINATOR
GROENEN Wendy

SECRETARIS
SMEETS Nelly

MATERIAALMEESTER
BOLLEN Nicole

ANDERE LEDEN
BASTINGS Kees
BECKERS Arletta

4 ALGEMEEN

4.1 Pool-bouy en handpeddels

Iedere zwemmer die in baan 3 of baan 4 zwemt, ontvangt gratis van Z.C.N. een pool-bouy ter waarde van 13,50 euro en 1 paar handpeddels ter waarde van waarde 16,00 euro. De zwemmer tekent een papier voor ontvangst. Ze worden verplicht om deze pool-bouy en peddels bij elke training bij zich te hebben.

Wanneer men stopt met zwemmen, om welke reden dan ook, wordt verwacht deze pool-bouy en handpeddels terug te bezorgen aan Z.C.N.

4.2 T-shirt met logo van de zwemclub

Iedere zwemmer ontvangt een T-shirt met het logo van Z.C.N. erop gedrukt. De bedoeling hiervan is om dit steeds aan te doen bij elke wedstrijd die er gehouden wordt, zowel thuis, als buitenshuis. Wanneer men stopt met zwemmen, om welke reden dan ook, wordt verwacht dit T-shirt terug te bezorgen aan Z.C.N.

4.3 Mededelingen aan ouders

- De zwemmers mogen enkel en alleen zwemmen in het 25 meter bad tijdens de trainingen. Voor en na de trainingen mag men in het recreatiebad zwemmen op vertoon van een kasticket aan de trainers, kan men dit niet tonen, dan moet de zwemmer zich gaan omkleden in de gezamenlijke kleedhokjes.
- Alle briefwisseling zal steeds gebeuren tijdens de trainingen. Om financiële redenen zal de post nooit verstuurd worden. Voor of na de training wordt de post meegegeven met de zwemmers. Ouders die dus niet regelmatig post ontvangen, bv. maandelijks inschrijvingsformulier voor wedstrijden ..., kunnen best hun kind stimuleren om dit te vragen aan het bestuur of regelmatig de zwemtas na te kijken.
- Zwemmers die zich niet houden aan het huishoudelijk reglement en afspraken binnen de club, kunnen gesanctioneerd worden van schorsing tot uitsluiting binnen de club.

5 WEBSITE

Onze website - <http://zcn.atspace.com> richt zich tot u en alle andere geïnteresseerden. Wij beschouwen onze website als een communicatiekanaal om al onze leden te informeren over onze werking. Wij zetten dan ook alles in het werk om de informatie op het web zo up-to-date mogelijk te houden.



6 FOTO'S OP DE WEBSITE EN IN CLUBBLAD

Er worden foto's gemaakt van alle activiteiten van onze zwemclub. Deze zullen verschijnen op de website en in ons clubblad. Indien er iemand bezwaar tegen heeft dat zijn of haar foto's verschijnen, moet de voorzitter hiervan schriftelijk op de hoogte brengen.

7 CLUBFEEST

Gewoontegetrouw wordt er jaarlijks een clubfeest gehouden. Alle clubkampioenen van het voorbije jaar worden op dit feestje gehuldigd. Tevens bieden wij u die avond een heerlijk etentje aan tegen een vriendenprijs. Het drinken wordt ter plaatse zelf betaald. Meer info over de clubkampioenen, zie 'wedstrijden: clubkampioenschappen'.

8 KIENAVOND

Jaarlijks, in oktober, richten we een kienavond in. Het doel van deze kienavond is extra geld in het laatje te brengen om zwemmateriaal, redderscursussen en andere activiteiten te bekostigen. Dus alles is ten voordele voor onze zwemclub. Vriendelijk wordt er dan ook gevraagd aan alle zwemmers om enkele kaarten te verkopen. Iedere zwemmer krijgt dan ook 4 kaarten (1 reeks en 3 enkele kaarten). Wil men meer kaarten verkopen, dat mag. Men kan ze steeds verkrijgen bij het bestuur. Ieder lid, dat komt kienen, krijgt dan een gratis kienkaart tijdens de avond zelf. Indien er bereidwillige ouders zijn om die avond mee te helpen, want vele handen maken licht werk, kan men zijn naam doorgeven aan het bestuur.

9 WEDSTRIJDEN: CLUBKAMPIOENSCHAPPEN

Jaarlijks organiseren we twee clubkampioenschappen, één in maart en één in oktober of november. Voor deze twee wedstrijden worden er steeds op voorhand wedstrijdformulieren uitgedeeld aan de zwemmers.

Het clubkampioenschap heeft steeds plaats op een zaterdag, tijdens de trainingsuren (12.00 tot 14.00 uur). De zwemmers van baan 1, 2 en 5 moeten ook aanwezig zijn vanaf 12.00 tot 14.00 uur. De uitslag van deze wedstrijd kan men verwachten op één van de daarop volgende trainingen.

De wedstrijd is als volgt ingedeeld:

- Beginners: 25 meter schoolslag, 25 meter crawl
 - Eendjes: 50 meter rugslag, 50 meter schoolslag, 50 meter crawl
 - Alle andere categorieën
100 meter vlinderslag, 100 meter rugslag, 100 meter schoolslag, 100 meter crawl.
- Men **MAG** één van deze slagen laten vallen. In de plaats hiervan moet men dan 100 meter wissel­slag zwemmen.
- Bij eventueel ex aequo van gewonnen wedstrijden, is de beste tijd van de wissel­slag doorslag­ge­vend.

Alle clubkampioenen worden zullen steeds gehuldigd worden op het clubfeest (februari) van het daaropvolgende jaar. De hoofdtrainer bekijkt hiervoor de uitslagen van beide wedstrijden van het clubkampioenschap.



10 WEDSTRIJDEN: ALGEMEEN

Indien men zich inschrijft voor een zwemwedstrijd en men neemt deel, is er de volgende regeling.

- Wanneer er drie wedstrijden worden gezwommen, moet de zwemmer minstens kiezen voor twee wedstrijden van 100 meter en één wedstrijd van 50 meter. (regeling voor baan 3 en baan 4 voor alle categorieën, behalve voor de eendjes en beginners)
- Wanneer er twee wedstrijden mogen gezwommen worden, worden er twee zwemstijlen van 100 meter gezwommen. (regeling voor baan 3 en baan 4 voor alle categorieën, behalve voor de eendjes en beginners)
- Bij forfait (niet deelnemen aan de wedstrijd, om welke reden dan ook) dient het lid 1,00 euro forfaitvergoeding per ingeschreven wedstrijd te betalen aan de club. Enkel een doktersattest op de wedstrijddag kan een forfaitvergoeding rechtvaardigen, zodat de zwemclub geen boete dient te betalen.
- De trainers moeten toestemming geven voor uitzonderingen.

11 WEDSTRIJDEN: ANDEREN

Om maandelijks onze zwemmers een wedstrijd aan te bieden, zijn we aangesloten bij de Antwerpse Bond voor niet-vergunninghouders. Er worden daar maandelijks wedstrijden georganiseerd voor niet-vergunninghouders. Dus voor zwemmers van onze zwemclub. Het jaarprogramma van deze wedstrijden wordt steeds opgesteld in november. Onze zwemclub probeert om steeds mee te doen aan één wedstrijd per maand. Hiervoor krijgt men tijdig een inschrijvingsformulier. Bij al deze wedstrijden krijgt iedere deelnemer een aandenken en een wedstrijduitslag. Bij forfait (niet deelnemen aan de wedstrijd, om welke reden dan ook) dient het lid 1,00 euro forfaitvergoeding per ingeschreven wedstrijd te betalen aan de club. Enkel een doktersattest op de wedstrijddag kan een forfaitvergoeding rechtvaardigen, zodat de zwemclub geen boete dient te betalen.

12 VERZEKERING

Onze club heeft haar verzekering via Sporcrea bij Ethias te Hasselt. Alle aangesloten leden, die aldus in het bezit zijn van een lidkaart, zijn verzekerd tegen gebeurlijke ongevallen (zowel lichamelijke als burgerlijke aansprakelijkheid).

12.1 Procedure bij een ongeval.

Op de dag van het ongeval moet het 'aangifteformulier' van Ethias (te bekomen bij het bestuur) zo volledig mogelijk ingevuld worden door ouders en/of slachtoffer en door de arts en binnen de 24 uren opgestuurd worden door het bestuur naar Sporcrea, zodat zij het ongeval kunnen registreren.

De Sporcrea-administratie controleert het formulier, geeft er een eigen dossiernummer aan en stuurt dit vervolgens door naar de verzekeringsmaatschappij Ethias. Gelijktijdig wordt vanuit Sporcrea aan de clubverantwoordelijk een bericht toegestuurd dat het formulier werd doorgestuurd naar Ethias.

De diensten van Ethias verwerken vervolgens het dossier en sturen naar het slachtoffer een persoonlijk Ethias-dossiernummer toe. Dit moet dan door gegeven worden aan het bestuur van Z.C.N.

De ouders en/of het slachtoffer verzamelen alle onkosten, doktersbriefjes ... en geven dit door aan het bestuur van Z.C.N.

Het bestuur van Z.C.N. zal dan onmiddellijk alle papieren doorsturen naar Ethias. Ethias zal dan vervolgens het bedrag van de tussenkomst op de rekening van de ouders of van het slachtoffer storten.



vzw Z.C.N. ZwemClub Neerpelt

ZWEMSEIZOEN 2008—2009

Juli 2008

VAKANTIE - GEEN TRAINING

Augustus 2008

VAKANTIE - GEEN TRAINING

Maandag 1 september tot en met 7 september 2008

gesloten voor ONDERHOUD

Woensdag 10 september 2008

START VAN DE TRAININGEN

Zaterdag 20 september 2008

GEEN TRAINING (wedstrijd van O.Z.V.)

Zaterdag, zondag en maandag 27, 28 en 29 september 2008

4 X 4 FOC TROPHY in Lommel

Z.C.N. gaat hier helpen om het lidgeld zo laag mogelijk te houden.

Wij zoeken hiervoor hulp bij onze ouders en zwemmers

Wie wil meehelpen mag zijn naam doorgeven aan het bestuur.

Zondag 28 september 2008

Wedstrijd bij AZV in Arendonk

Zaterdag 25 oktober 2008

WEL TRAINING

Herfstvakantie van zat. 25.10.2008 – zon. 2.11.2008

De andere zaterdagen en woensdagen tijdens de vakantie: GEEN TRAININGEN VOOR DE JEUGD
WEL VOOR DE 18-PLUSERS

Vrijdag 10 oktober 2008

Kienavond OC PAX Grote Heide Neerpelt

Zondag 12 oktober 2008

Wedstrijd bij HZA in Heist-op-den-Berg

Zaterdag 18 oktober 2008

Clubkampioenschap

Vrijdag 24 oktober 2008

vergadering trainers en bestuur

Zaterdag 1 november 2008

Allerheiligen (GEEN TRAINING)

Zondag 23 november 2008

Organisatie interclub wedstrijd,
regio Turnhout in Dommelslag Overpelt

Zondag 14 december 2008

Wedstrijd in Geel

Zaterdag 20 december 2008

WEL TRAINING

Kerstvakantie van zat. 20.12.2008 – zon. 04.01.2009

De andere zaterdagen en woensdagen tijdens de vakantie: GEEN TRAININGEN VOOR DE JEUGD
GEEN VOOR DE 18-PLUSERS