



vzw Z.C.N. (ZwemClub Neerpelt)
Ondernemingsnummer: 088652779
Clubnummer Sporta: 1025004
p.a. MOLEMANS Rik
Hogeheidesstraat 21, 3910 Neerpelt
www.zcn-neerpelt.be
secretariaat@zcn-neerpelt.be

ZWEMINFO vzw Z.C.N. (ZwemClub Neerpelt)

Jaargang 6 nr. 1



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 ... duikt de jeugd op woensdag 8 september 2010 weer het water in. De 18-plussers beginnen weer te trainen op 11 september 2010.

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.

Ook is er een 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.

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.

vzw Z.C.N. (ZwemClub Neerpelt) geeft trainingen volgens het principe van het SwimKick-programma.



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 naar de training komen. Men kan geen trainingsuren combineren. Wanneer men éénmaal zijn trainingsuren heeft toegewezen gekregen, moet men deze ook aanhouden.

Nota "Gevorderde zwemmers": indien men per uitzondering maar 1 uur kan komen trainen, vragen de trainers 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 en 5 : 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
SMEETS Roy
STINCKENS Daisy

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 via e-mail. Uitzonderlijk wordt er post meegegeven, voor of na de training, met de zwemmers. Om financiële redenen zal de post nooit verstuurd worden. Ouders die dus niet regelmatig post ontvangen, bv. maandelijks inschrijvingsformulier voor wedstrijden ..., kunnen best melden aan het secretariaat van de zwemclub (secretariaat@zcn-neerpelt.be).
- 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 - www.zcn-neerpelt.be 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 hij 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 verdeeld, via e-mail, 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, baan 2 en baan 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 :

- Beginner
25 meter schoolslag, 25 meter crawl
 - Eindje
50 meter rugslag, 50 meter schoolslag, 50 meter crawl
 - (1) Benjamin, miniem, kadet, junior, dames en heren
100 m vlinderslag, 100 m rugslag, 100 m schoolslag, 100 m crawl
 - (1) Prominenten en +18 jarigen
50 m vlinderslag, 50 m rugslag, 50 m schoolslag, 50 m crawl
- (1) Men **MAG** één van deze slagen laten vallen.
In de plaats hiervan moet men dan 100 meter wisselslag zwemmen (keuze maken op inschrijvingsformulier). Bij eventueel ex aequo van gewonnen wedstrijden, is de beste tijd van de wisselslag doorslaggevend.

Alle clubkampioenen worden zullen steeds gehuldigd worden tijdens het clubfeest (februari of maart) 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 via e-mail. 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 Sporta 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 Sporta, zodat zij het ongeval kunnen registreren.

De Sporta-administratie controleert het formulier, geeft er een eigen dossiernummer aan en stuurt dit vervolgens door naar de verzekeringsmaatschappij Ethias. Gelijktijdig wordt vanuit Sporta 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 2010—2011

Juli 2010

VAKANTIE - GEEN TRAINING

Augustus 2010

VAKANTIE - GEEN TRAINING

Maandag 30 augustus 2010

GESLOTEN voor onderhoud

t.e.m. zondag 5 september 2010

Woensdag 8 september 2010

START TRAININGEN JEUGD

Zaterdag 11 september 2010

START TRAININGEN 18-PLUSERS

Zaterdag 18 september 2010

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

Vrijdag 8 oktober 2010

KIENAVOND (O.C. PAX, Grote Heide Neerpelt)

Vrijdag 15 oktober 2010

VERGADERING trainers en bestuur

Zondag 17 oktober 2010

INTERCLUBWEDSTRIJD Z.C.N.,

regio Turnhout in Dommelslag Overpelt

Zaterdag 30 oktober 2010

WEL training

HERFSTVAKANTIE van zat. 30.10.2010 – zon. 07.11.2010

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

Maandag 1 november 2010

Allerheiligen

Donderdag 11 november 2010

Wapenstilstand

Zondag 14 november 2010

Wedstrijd in MOZKA te Mol

Zondag 14 november 2010

Kids-Swim in Zwevegem

Zaterdag 27 november 2010

Clubkampioenschap

Zondag 5 december 2010

Wedstrijd in ZGeel te Geel

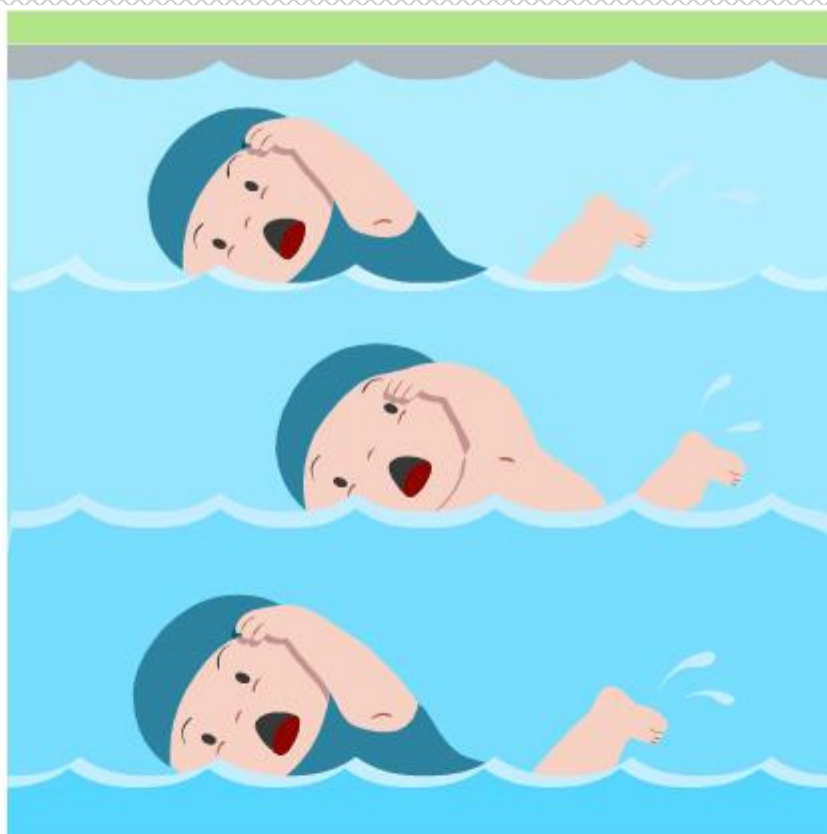
KERSTVAKANTIE van zat. 25.12.2010 – zon. 09.01.2011

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

Zaterdag 25 december 2010: Kerstmis - GEEN training



vzw Z.C.N. (ZwamClub Neerpelt)
Ondernemingsnummer: 0886552779
Clubnummer Sporta: 1025004
p.a. MOLEMANS Rik
Hageheidsstraat 21, 3910 Neerpelt
www.zcn-neerpelt.be
secretariaat@zcn-neerpelt.be



JEUGD: START OP WOENSDAG 8 SEPTEMBER 2010
18-PLUSERS: START OP ZATERDAG 11 SEPTEMBER 2010

Sponsors T-shirts

N.V. PROTEC Coated aluminium extrusions -Paul Lauwers Overpelt

ZWEMBAD DOMMELSLAG Overpelt

GARAGE CARROSSERIE OYEN MICHEL Maulille

INSTITUUT WILMA, Neerpelt

Uit sympathie

Op vertoon van de lidkaart krijg je korting op sportmateriaal (behalve skate-bord, inline skates, ijschaatsen) bij **Geboers Sport**, Koning Leopoldlaan 13 te 3920 Lommel

Verantwoordelijke uitgever
vzw Z.C.N. p.a. Molemans Rik
Hageheidsstraat 21 3910 Neerpelt



vzw Z.C.N. (ZwemClub Neerpelt)
Ondernemingsnummer: 088652779
Clubnummer Sporta: 1025004
p.a. MOLEMANS Rik
Hageheidesstraat 21, 3910 Neerpelt
www.zcn-neerpelt.be
secretariaat@zcn-neerpelt.be