



Zwemvereniging De Meeuwen Diemen

NIEUWSFLITS januari 2017

afdeling wedstrijdzwemmen

Vakantietrainingen

Het is tijd om de oliebollen er weer af te trainen: we beginnen 2017 bij de afdeling wedstrijdzwemmen met twee vakantietrainingen:

- Dinsdag 3 januari van 18.00 t/m 19.15 uur (alle groepen)
- Vrijdag 6 januari van 18.00 t/m 19.15 uur (alle groepen)

Vanaf zondag 8 januari wordt er weer volgens de reguliere tijden getraind.

Nieuwjaarsreceptie

Op vrijdag 6 januari vindt vanaf 20.00 uur de nieuwjaarsreceptie van De Meeuwen plaats in het Wapen van Diemen. Zwemmers, ouders en vrijwilligers zijn welkom om met elkaar het glas te heffen op een sportief, succesvol en spetterend 2017! Een mooie manier om elkaar buiten het zwembad verder te leren kennen, we zien u graag.

Ploegindeling & Trainingstijden

Als bijlage is een nieuwe versie van de ploeg- en trainingsindeling toegevoegd. Rémon is als trainingscoördinator hier verantwoordelijk voor. Wij hopen iedereen op deze manier een zo passend mogelijk trainingsaanbod te geven. Mochten er vragen en/of opmerkingen zijn, stuur een e-mail naar: trainerwedstrijdzwemmen@demeeuwen.nl.

Klokkers gevraagd!

Als wedstrijdzwemmer train je om goed te presteren op wedstrijden. Om als vereniging echter aan wedstrijden mee te kunnen doen, moeten wij ook bijdragen aan de jury voor zo'n wedstrijd in de vorm van het leveren van klokkers. Momenteel hebben wij echter een tekort aan klokkers, waardoor we te vaak een beroep moeten doen op dezelfde mensen. Zoals het nu lijkt, wordt het tekort volgend jaar nog groter. Hierdoor dreigen wij niet meer aan een aantal wedstrijden mee te kunnen gaan doen in het komende seizoen. Het is daarom belangrijk dat zoveel mogelijk ouders een klokkerscursus volgen. Het gaat om wedstrijden voor kinderen uit de volgende categorieën:

- **Minioren** (geboren 2011 – 2006): *ernstig tekort met zeer waarschijnlijke consequenties voor seizoen 17-18*
- **Junioren** (geboren 2006 – 2002): enigszins tekort, maar voorlopig zonder consequenties voor 17-18
- **Jeugd/Senioren** (geboren 2003 – 1997): *enigszins tekort met mogelijke consequenties voor 17-18*

Meer informatie over het klokkers bij wedstrijden via Kitty (jurywedstrijdzwemmen@demeeuwen.nl)

Trainingsorganisatie

Natuurlijk kennen we allemaal de trainingsafspraken die rondgestuurd zijn, uitgedeeld zijn en op de website staan, maar desondanks kan er tijdens de training toch iets gebeuren: je hebt of krijgt last van een blessure, het lukt qua gedrag even niet, of wellicht nog iets anders. In deze gevallen willen wij graag dat zwemmer en trainer beiden weten wat er dan moet gebeuren en dat de ouders van hier volgende de trainingsafspraken met de zwemmers op de hoogte zijn:

- Als je tijdens de training last krijgt van een blessure: je meldt de blessure bij je trainer en komt op de blauwe bank zitten. Lukt het binnen 5 minuten om de training voort te zetten, doe dat dan. Zo niet, overleg dan wederom met de trainer dat je je gaat douchen en aankleden en zoek binnen 10 minuten een plekje op de tribune uit om de rest van de training te bekijken.
- Als het je tijdens de training qua gedrag niet lukt: na een eerste waarschuwing kan het bij een tweede waarschuwing voorkomen dat een trainer besluit om je weg te sturen van de training..

Soms kan er aanleiding zijn om contact met thuis op te nemen n.a.v. bovenstaande zaken. Dat zal dan naderhand gebeuren door een trainer of commissielid.

Ledenadministratie

Wijzig je adres, telefoonnummer of e-mail? Stuur dan z.s.m. een bericht naar ledenservice@demeeuwen.nl én naar wedstrijd@demeeuwen.nl.

Wedstrijden: kalender, deelname, procedures

Uiteraard als bijlage, maar ook op de website is de wedstrijdkalender te vinden. Natuurlijk staan daar zo veel mogelijk van de reeds bekende wedstrijddata op vermeld, maar in dit document zijn ook de afspraken rondom het inschrijven voor wedstrijden te vinden. N.a.v. de wedstrijden in de eerste seizoenshelft willen we als commissie enkele onderdelen hiervan extra onder de aandacht brengen:

- **Aan- en afmelden:** houd de aan- of afmelddeadline die genoemd staat goed in de gaten. Hierop kunnen geen uitzonderingen worden gemaakt.
- **Kosten:** geen enkele wedstrijd is gratis, maar veel wedstrijden worden voor je door de afdeling betaald, zodat je er zelf geen kosten aan hebt. De afdeling betaalt echter alleen de kosten als je ook daadwerkelijk zwemt.
 - Ingeschreven, maar toch afgemeld? Je betaalt de deelnamekosten alsnog zelf.
 - Ingeschreven en niet gekomen zonder afmelden? Je betaalt de deelnamekosten en de KNZB-boete.
 - Alle bedragen, afspraken en procedures vind je op de tweede pagina van de wedstrijdkalender. Vragen hierover kun je ook aan Belinda (wedstrijdsecretariaat) of Remon stellen.
- **Deelnemen aan extra wedstrijden?** Als commissie wedstrijdzwemmen bieden wij een zo goed mogelijke wedstrijdkalender aan passend bij het clubniveau van De Meeuwen. Mocht je als zwemmer toch een extra wedstrijd willen doen, dan kan dat echter ook. Houd wel de volgende richtlijnen in de gaten:
 - Deelname mag niet ten koste gaan van een wedstrijd die al op de originele wedstrijdkalender staat.
 - We zwemmen samen in een vereniging, dus het moet voor je medezwemmers ook mogelijk zijn om voor de extra wedstrijd in te schrijven. Daarom geldt dat de wedstrijd informatie over de extra wedstrijd uiterlijk 3 weken vóór de inschrijfdeadline bij het wedstrijdsecretariaat (Belinda: wedstrijd@demeeuwen.nl) bekend moet zijn.
 - Vaak is het nodig om een jurylid/klokker te leveren bij deelname van 1 of meerdere zwemmers van de vereniging.

VerenigingsZwemCompetitie (VZC)

Na 2 van de 4 VZC wedstrijden staan wij op een achtste plek in de competitie. Dat is een plek die leidt tot handhaving in de huidige hoogste regionale klasse. Om dit daadwerkelijk te bereiken is het van groot belang dat alle zwemmers er de volgende twee wedstrijden wel bij zijn, want de afgelopen ronde waren er maar liefst 12 last-minute afmeldingen. Houd de volgende data vrij:

- Zondag 12 februari VZC3 in Bussum (14.45 uur aanwezig in zwembad De Zandzee)
- Zondag 12 maart VZC4 in Almere (14.45 uur aanwezig in zwembad Almere Poort)

Swim Rankings

Via de website van Swim Rankings kun je als zwemmer al je gezwommen tijden terugvinden. Zo heb je een overzicht van je persoonlijke records en vergelijk je jouw tijden met die van je leeftijdsgenoten:

www.knzb.nl/vereniging_wedstrijdsport/wedstrijdsport/zwemmen/ranglijsten/swim_rankings/

Diskwalificatie

Ben je gediskwalificeerd tijdens een wedstrijd? Bij de uitslag vind je een diskwalificatiecode, schrijf die op en dan kun je hem hier opzoeken (kijk onderaan bij diskwalificatie informatiekaarten):

https://www.knzb.nl/vereniging_wedstrijdsport/wedstrijdsport/zwemmen/formulieren/

Sportstarz Swimcamp

Wil jij jezelf als zwemmer extra uitdagen en ontwikkelen, dan is het wellicht leuk om mee te gaan op een Sportstarz Swimcamp. Je vindt alle informatie op de website: swimcamp.sportstarz.nl.

“SportstarZ Swim Camp is een samenwerking tussen een aantal Nederlandse topzwemmers, de beste zwemtrainers en coaches, de meest geavanceerde zwemcentra van Europa en de KNZB.”

Vrijwilliger worden?

Wil je ook graag je steentje bijdragen aan de afdeling wedstrijdzwemmen? Laat het weten! Neem contact op met Marjan (secretariswz@demeeuwen.nl) of één van de andere leden van de commissie wedstrijdzwemmen.