

Infobrochure **ZIOS** Liedekerke

Zwemmen Is Onze Sport



Sportcomité **ZIOS**

Inleiding

Beste zwemliefhebber,

Met deze infobrochure wil zwemclub vzw **ZIOS** u informeren over de structuur van de club. We willen u wegwijs maken in ons ruime aanbod. Natuurlijk staan wij u ook steeds te woord. De aanleiding voor deze infobrochure is een evaluatie van de jarenlange werking van onze club.

Deze evaluatie richt zich vooral naar de tijd en de aandacht die uw kind verdient. Daarom vindt zwemclub **ZIOS** het nodig om een duidelijke infobrochure op te stellen over de structuur van het recreatief zwemmen, het familiezwemmen en het competitiezwemmen. Hierbij gaat het om toelatingsvoorwaarden en doelstellingen per groep. Dit zal leiden tot een nog betere kwaliteit van het lesgeven.

Natuurlijk ligt het lot niet volledig in handen van de lesgevers. Regelmaat van uw zoon/dochter zal daarom een belangrijke parameter worden in onze vernieuwde **ZIOS** structuur. Het mag duidelijk zijn dat je als lesgever pas kan opbouwen als de zwemmer regelmatig komt. Tegelijkertijd willen wij aan die mensen die niet regelmatig willen/kunnen komen een kans geven om hun zwemvaardigheden te verbeteren via de groep familiezwemmen waar de nadruk op het recreatieve ligt.

Deze uitdaging moet dus langs beide kanten aangegaan worden: de zwemmer en de lesgever!

Sportieve zwemgroeten,

Het **ZIOS** -sportcomité

Geert, Sabrina, Nico, Eefke, Evy, Pieter, Myriam, Yves, Bettina, Niels

Inhoud

Inleiding	2
Inhoud	3
De verschillende zwemgroepen	4
Toelatingsvoorwaarden en doelstellingen van de verschillende zwemgroepen	5
Recreatief zwemmen.....	5
Watergewenning	5
Zwemschool.....	5
Vervolmaking	6
Roze 1	6
Roze 2	7
.....	8
Blauwe	9
Rode.....	10
Gele.....	11
Familiezwemmen.....	12
Techniekwemmen	12
Conditiezwemmen	12
Zwemschool volwassenen	13
Vrij zwemmen.....	13
Competitiezwemmen	14
Précompetitiezwemmen.....	14
Competitiezwemmen	15
Masterzwemmen	15
Doortochten of open water.....	16
Zwemjogging	16
Starten met competitiezwemmen.....	17
Verspreiding van informatie	18
Het bestuur	18
De huisregels van zwemclub ZIOS Liedekerke.....	19
Stiptheid	19
Materiaal	19
Badmuts	19
Gedrag.....	19
Kleedkamers	19
Lidkaart.....	19
Jaarlijks lidgeld	19
Betalingen	20
Aanwezigheid competitiezwemmers	20
Deelname aan wedstrijden	20
Deelname aan wedstrijden met limiettijden.....	20
Doortochten.....	21
Forfait op wedstrijden	21
Uitrusting	21
Medicatie / doping	21
De ZIOS-geest	22
Uurregeling zwemtrainingen & Duurtijd reeksen.....	23
De trainers.....	24
ZIOS vernieuwt en wil uitbreiden.....	25

De verschillende zwemgroepen

Om tot een geoefend zwemmer te komen, moeten verschillende groepen doorlopen worden die elk hun eigen toelatingsvoorwaarden en doelstellingen hebben. Deze zijn aangepast aan het niveau van iedere groep.

De trainers zullen vanaf de hervorming eind 2010 ook aangeraden worden door het bestuur om een Bloso-diploma te halen. De trainers die hier niet over beschikken hebben veel ervaring, bovendien staan de meeste trainers in het onderwijs. Maar nu al heeft meer dan de helft het diploma.

Het sportcomité beslist of iemand over mag gaan naar een hogere groep. Parameters die meespelen zijn regelmaat (=aanwezigheid), inzet, motivatie en natuurlijk de toelatingscriteria van de hogere groep. Deze beslissing is enkel en alleen de verantwoordelijkheid van het sportcomité!

Verskillende soorten groepen:

- Recreatief zwemmen
 - Watergewenning
 - Zwemschool
 - Vervolmaking
 - Roze 1
 - Roze 2
 - Witte
 - Blauwe
 - Rode
 - Gele
- Familiezwemmen
 - Techniekwemmen
 - Conditiezwemmen
 - Zwemschool volwassenen
 - Vrij zwemmen
- Competitiewemmen
 - Précompetitiewemmen
 - Competitiewemmen
 - Doortochten zwemmen
 - Zwemjogging (dit is geen competitie, zie verder)

Toelatingsvoorwaarden en doelstellingen van de verschillende zwemgroepen

Recreatief zwemmen

Watergewenning

Toelatingsvoorwaarden:

- De kinderen zijn minimum 1 jaar jong en maximum 6 jaar jong
- De kinderen zijn verplicht een badmuts te dragen tijdens de zwemlessen.
- De kinderen worden sterk aangeraden een zwembril te dragen, dit maakt het voor het kind en de lesgever makkelijker.

Doelstellingen:

- Leeftijd 1-3 jaar
 - Puur waterplezier met de mama en/of de papa!!!
- Leeftijd 3-5 jaar
 - Groep 1: De kinderen kunnen hun vingers tellen en bellen blazen onder water
 - Groep 2: De kinderen kunnen drijven met materiaal, zowel op de buik als op de rug, daarnaast kunnen ze in het klein bad springen.
 - Groep 3: De kinderen kunnen drijven op de buik en op de rug zonder materiaal, daarnaast kunnen ze in het ondiep gedeelte van het groot bad springen.

Zwemschool

Toelatingsvoorwaarden:

- De kinderen die bij **ZIOS** de watergewenning gevolgd hebben krijgen voorrang op nieuwkomers en kunnen eventueel al vanaf 5 jaar naar de zwemschool in samenspraak met de lesgever
- De kinderen die geen watergewenning bij **ZIOS** gevolgd hebben zijn minimum 6 jaar jong
- De kinderen zijn verplicht een badmuts te dragen tijdens de zwemlessen.
- De kinderen worden sterk aangeraden een zwembril te dragen, dit maakt het voor het kind en de lesgever makkelijker.
- De kinderen zijn in staat vingers te tellen onder water
- De kinderen hebben het blazen van bellen onder water onder de knie
- De kinderen kunnen drijven op de buik zonder materiaal

Doelstellingen:

- De kinderen begrijpen de coördinatie tussen armen en benen in schoolslag
- De kinderen kunnen zonder stoppen een volledige lengte zwemmen (25m)
- Het behalen van het brevet 25m schoolslag na test bij de trainer

Vervolmaking

Toelatingsvoorwaarden

- De kinderen hebben een brevet van 25m schoolslag
- De kinderen zwemmen zonder stoppen een volledige lengte schoolslag op een technisch juiste manier
- Nieuwkomers doen een test bij de trainer van de club en worden aan een groep toegewezen indien er plaats is bij die groep, anders kunnen ze alvast beginnen bij “techniekwemmen”. Nieuwkomers die niet voldoen, moeten eerst zwemschool volgen.
- Het laatste kalenderjaar waarin je vervolmaking mag doen is het jaar waarin de zwemmer 16 jaar wordt

Doelstellingen

- Vervolmaken in de aangeleerde zwemslag en aanleren van nieuwe zwemslagen en vaardigheden

Opmerkingen

- Kinderen kunnen overgaan op het einde van een reeks (samenlopend met de reeksen van de zwemschool)
- De overgang naar een volgende groep gebeurt steeds in samenspraak met de lesgever van de volgende groep en is een beslissing van het sportcomité!
- Het lidgeld loopt niet per reeks maar per jaar!

Roze 1

Toelatingsvoorwaarden:

- De kinderen die bij **ZIOS** de zwemschool gevolgd hebben krijgen voorrang op nieuwkomers
- De kinderen zijn met maximaal 20 deelnemers. Is de groep volzet, dan komt de zwemmer op een wachtlijst te staan.
- De kinderen kennen en begrijpen de coördinatie tussen armen en benen in schoolslag
- De kinderen zwemmen zonder stoppen een volledige lengte (25m) op een technisch juiste manier
- De kinderen hebben het brevet 25m schoolslag

Doelstellingen:

- Kleine fouten wegwerken
- Vlak 50m schoolslag kunnen zwemmen
- De kinderen zwemmen een volledige lengte (25m) met plankje benen schoolslag.
- Inspringen van de startblok

Evaluatie

- Op het einde van elke reeks worden de zwemmers getest. De zwemmers die voldoen aan de doelstellingen mogen overgaan naar de **Roze 2**.
- Op het einde van elke reeks worden de zwemmers getest. De zwemmers die na 1, 2 of 3 reeksen er niet in slagen om over te gaan, moeten deze groep opnieuw volgen. Ze krijgen normaal voorrang op iedereen.
- Op het einde van elke reeks worden de zwemmers getest. De zwemmers die na 4 reeksen er niet in slagen om over te gaan, worden op een wachtlijst gezet want deze zwemmers krijgen op niemand voorrang. Je kunt ook doorverwezen worden naar het techniekwemmen.

Roze 2

Toelatingsvoorwaarden:

- De kinderen die bij **ZIOS** de **Roze 1** gevolgd hebben krijgen voorrang op nieuwkomers
- De kinderen zijn met maximaal 20 deelnemers. Is de groep volzet, dan komt de zwemmer op een wachtlijst te staan.
- De kinderen met de hoogste regelmaat (=aanwezigheid) bij de **Roze 1** krijgen voorrang op zij die minder regelmatig komen. Op deze wijze willen wij inzet van onze zwemmetjes belonen.

Doelstellingen:

- **SCHOOLSLAG**
 - inspringen en 100m zwemmen in CORRECTE stijl
 - 25m benen met plankje
 - pijl + 1 beenbeweging
- **CRAWL**
 - beenbeweging crawl met plank over een breedte in het klein bad
- **RUGSLAG**
 - pijl in groot bad
 - pijl op rug met 1 beenbeweging schoolslag in klein bad
- **INZET**
 - tonen van inzet en doorzettingsvermogen tijdens alle lessen
- **ALGEMENE VAARDIGHEDEN**
 - inspringen vanop de startblok
 - voorwerp opduiken achteraan klein bad
 - door een hoepel zwemmen in het kleine bad
 - 1 minuut watertrappen of 30 seconden watertrappen polsen boven water.

Evaluatie

- Op het einde van elke reeks worden de zwemmers getest. De zwemmers die voldoen aan de doelstellingen mogen overgaan naar de volgende groep. Zij krijgen een brevetje.
- Op het einde van elke reeks worden de zwemmers getest. De zwemmers die na 1, 2 of 3 reeksen er niet in slagen om over te gaan, moeten deze groep opnieuw volgen. Ze krijgen normaal voorrang op iedereen.
- Op het einde van elke reeks worden de zwemmers getest. De zwemmers die na 4 reeksen er niet in slagen om over te gaan, worden op een wachtlijst gezet want deze zwemmers krijgen op niemand voorrang. Je kunt ook doorverwezen worden naar het techniekzwemmen.

Toelatingsvoorwaarden:

- De kinderen die bij **ZIOS** de **Roze 2** gevolgd hebben krijgen voorrang op nieuwkomers
- De kinderen zijn met maximaal 20 deelnemers. Is de groep volzet, dan komt de zwemmer op een wachtlijst te staan.
- De kinderen met de hoogste regelmaat (=aanwezigheid) krijgen voorrang op zij die minder regelmatig komen. Op deze wijze willen wij inzet van onze zwemmertjes belonen.

Doelstellingen:

- **SCHOOLSLAG**
 - De kinderen kunnen 200m schoolslag zwemmen in correcte stijl zonder te stoppen
 - De kinderen kunnen 50m schoolslag benen met plankje zwemmen zonder te stoppen
- **CRAWL**
 - De kinderen kunnen in pijl benen crawl zwemmen
 - De kinderen kunnen 25m crawl benen zwemmen met plankje zonder te stoppen
 - De kinderen kunnen 25m crawl met 1 arm zwemmen en in de andere hand een plank
- **RUGSLAG**
 - De kinderen kunnen pijlen op de rug
 - De kinderen kunnen een halve lengte beenbeweging rugslag uitvoeren
 - De kinderen kunnen vanaf een pijl op de rug draaien naar een pijl op de buik
- **INZET**
 - Tonen van inzet en doorzettingsvermogen tijdens alle lessen
 - De kinderen proberen om zeker 1 keer per week te komen
- **ALGEMENE VAARDIGHEDEN**
 - De kinderen kunnen voorwaarts tuimelen in het water
 - De kinderen kunnen vanuit kniestand duiken in het diepe deel vanaf de kade

Evaluatie

- Op het einde van elke reeks worden de zwemmers getest. De zwemmers die voldoen aan de doelstellingen mogen overgaan naar de volgende groep. Zij krijgen een brevetje.
- Op het einde van elke reeks worden de zwemmers getest. De zwemmers die na 1, 2 of 3 reeksen er niet in slagen om over te gaan, moeten deze groep opnieuw volgen. Ze krijgen normaal voorrang op iedereen.
- Op het einde van elke reeks worden de zwemmers getest. De zwemmers die na 4 reeksen er niet in slagen om over te gaan, worden op een wachtlijst gezet want deze zwemmers krijgen op niemand voorrang. Je kunt ook doorverwezen worden naar het techniekzwemmen.

Blauwe

Toelatingsvoorwaarden:

- De kinderen die bij **ZIOS** de gevolgd hebben krijgen voorrang op nieuwkomers
- De kinderen zijn met maximaal 18 deelnemers. Is de groep volzet, dan komt de zwemmer op een wachtlijst te staan.
- De kinderen met de hoogste regelmaat (=aanwezigheid) krijgen voorrang op zij die minder regelmatig komen. Op deze wijze willen wij inzet van onze zwemmertjes belonen.
- De kinderen moeten vanaf deze groep minimum 1 keer per week komen om een zekere opbouw van kwaliteit te garanderen.

Doelstellingen:

- **SCHOOLSLAG**
 - 10 min schoolslag in correcte stijl (minstens 250m)
 - 100m beenbeweging schoolslag met plankje
- **CRAWL**
 - 50m beenbeweging crawl met plankje
 - 25m beenbeweging crawl zonder plankje
 - 25m beenbeweging + armen crawl met plankje
 - 25m crawl afslag met hoge elleboog
- **RUGSLAG**
 - 25m beenbeweging rugslag (armen gestrekt; hoofd op armen)
- **INZET**
 - Tonen van inzet en doorzettingsvermogen tijdens alle lessen
 - De kinderen proberen om zeker 1 keer per week te komen
- **ALGEMENE VAARDIGHEDEN**
 - Duiken vanuit kniestand vanop de startblok
 - Tuimelen vanuit pijlligging in groot bad

Evaluatie

- Op het einde van elke reeks worden de zwemmers getest. De zwemmers die voldoen aan de doelstellingen mogen overgaan naar de volgende groep. Zij krijgen een brevetje.
- Op het einde van elke reeks worden de zwemmers getest. De zwemmers die na 1, 2 of 3 reeksen er niet in slagen om over te gaan, moeten deze groep opnieuw volgen. Ze krijgen normaal voorrang op iedereen.
- Op het einde van elke reeks worden de zwemmers getest. De zwemmers die na 4 reeksen er niet in slagen om over te gaan, worden op een wachtlijst gezet want deze zwemmers krijgen op niemand voorrang. Je kunt ook doorverwezen worden naar het techniekzwemmen.
- Voor hen die weinig/zeer onregelmatig komen, kan het techniekzwemmen een oplossing zijn. Dit gaat 1 keer per week door en is dus iets minder intensief.

Rode

Toelatingsvoorwaarden:

- De kinderen die bij **ZIOS** de **Blauwe** gevolgd hebben krijgen voorrang op nieuwkomers
- De kinderen zijn met maximaal 15 deelnemers. Is de groep volzet, dan komt de zwemmer op een wachtlijst te staan.
- De kinderen met de hoogste regelmaat (=aanwezigheid) krijgen voorrang op zij die minder regelmatig komen. Op deze wijze willen wij inzet van onze zwemmertjes belonen.
- De kinderen moeten in deze groep minimum 1 keer per week komen om een zekere opbouw van kwaliteit te garanderen.

Doelstellingen:

- **SCHOOLSLAG**
 - 15min correct schoolslag kunnen zwemmen
- **CRAWL**
 - 50m crawl in goede stijl (hoge elleboog)
- **RUGSLAG**
 - 50m beenbeweging rugcrawl in pijl
 - 25m rugcrawl met afslag armen
- **INZET**
 - Tonen van inzet en doorzettingsvermogen tijdens alle lessen
 - De kinderen komen 1 keer per week en proberen 2 keer per week
- **ALGEMENE VAARDIGHEDEN**
 - Snoeken (dolfijnsprong)
 - Duiken vanuit stand van op de startblok
 - Pijl + tuimelen, eindigen met voeten aan de muur

Evaluatie:

- Op het einde van elke reeks worden de zwemmers getest. De zwemmers die voldoen aan de doelstellingen mogen overgaan naar de volgende groep. Zij krijgen een brevetje.
- Op het einde van elke reeks worden de zwemmers getest. De zwemmers die na 1, 2 of 3 reeksen er niet in slagen om over te gaan, moeten deze groep opnieuw volgen. Ze krijgen normaal voorrang op iedereen.
- Op het einde van elke reeks worden de zwemmers getest. De zwemmers die na 4 reeksen er niet in slagen om over te gaan, worden op een wachtlijst gezet want deze zwemmers krijgen op niemand voorrang. Je kunt ook doorverwezen worden naar het techniekzwemmen.
- Voor hen die weinig/zeer onregelmatig komen, kan het techniekzwemmen een oplossing zijn. Dit gaat 1 keer per week door en is dus iets minder intensief.

Gele

Toelatingsvoorwaarden:

- De kinderen die bij **ZIOS** de **Rode** gevolgd hebben krijgen voorrang op nieuwkomers
- De kinderen zijn met maximaal 15 deelnemers. Is de groep volzet, dan komt de zwemmer op een wachtlijst te staan.
- De kinderen met de hoogste regelmaat (=aanwezigheid) krijgen voorrang op zij die minder regelmatig komen. Op deze wijze willen wij inzet van onze zwemmertjes belonen.
- De kinderen moeten in deze groep minimum 1 keer per week komen om een zekere opbouw van kwaliteit te garanderen.

Doelstellingen:

- **SCHOOLSLAG**
 - De kinderen kunnen 250 meter schoolslag zwemmen in correcte stijl
 - De kinderen kunnen het keerpunt schoolslag met sleutelgatbeweging op een technisch correcte manier uitvoeren
- **CRAWL**
 - De kinderen kunnen 200 meter crawl zwemmen in de goede stijl
 - De kinderen kunnen een tuimelkeerpunt met correcte afstoot (pijl) uitvoeren
- **RUGSLAG**
 - De kinderen kunnen een startduik rugslag uitvoeren
 - De kinderen kunnen 100 meter afslag rugslag zwemmen met een goede onderwater beweging
 - De kinderen kunnen 100 meter rugslag zwemmen (met vrije schouders)
- **VLINDERSLAG**
 - De kinderen kunnen 50 meter benen vlinderslag zwemmen
 - De kinderen kunnen 50 meter armen afslag crawl met benen vlinderslag zwemmen ter voorbereiding op een nieuwe zwemstijl : vlinderslag
- **INZET**
 - Tonen van inzet en doorzettingsvermogen tijdens alle lessen
 - De kinderen komen 1 keer per week en proberen 2 keer per week
- **ALGEMENE VAARDIGHEDEN**
 - De kinderen kunnen een grijpstart crawl met pijl onder water uitvoeren
 - De kinderen kunnen een grijpstart schoolslag met sleutelgatbeweging uitvoeren

Evaluatie:

- Op het einde van elke reeks worden de zwemmers getest. De zwemmers die voldoen aan de doelstellingen mogen overgaan naar de volgende groep. Zij krijgen een brevetje.
- Op het einde van elke reeks worden de zwemmers getest. De zwemmers die na 1, 2 of 3 reeksen er niet in slagen om over te gaan, moeten deze groep opnieuw volgen. Ze krijgen normaal voorrang op iedereen.
- Op het einde van elke reeks worden de zwemmers getest. De zwemmers die na 4 reeksen er niet in slagen om over te gaan, worden op een wachtlijst gezet want deze zwemmers krijgen op niemand voorrang. Je kunt ook doorverwezen worden naar het techniekzwemmen.
- Voor zij die weinig/zeer onregelmatig komen, kan het techniekzwemmen een oplossing zijn. Dit gaat 1 keer per week door en is dus iets minder intensief.
- Na deze groep krijgen de kinderen een brief mee waarin duidelijk gemeld wordt dat enkel de zwemmers (en natuurlijk ook de ouders die hen voeren) die sterk gemotiveerd zijn om minstens 2 keer per week te willen trainen, mogen overgaan naar het pre-competitiezwemmen. De andere zwemmers verwijzen we door naar familiezwemmen, dat 1 keer per week doorgaat.

Familiezwemmen

Onze club is een familieclub. Daarom is deze groep een belangrijke groep voor **ZIOS**. Wij bieden iedereen de mogelijkheid om zijn kunnen hier te demonstreren. De nadruk ligt hier op het correct zwemmen van drie stijlen (crawl, school- en rugslag) op recreatieve wijze maar wel met training.

Techniekwemmen

De meeste zwemmers die hieraan beginnen komen uit de groep vervolmaking of zijn nieuwe **ZIOS**-zwemmers.

Toelatingsvoorwaarden

- De kinderen hebben een brevet van 25m schoolslag
- De kinderen zwemmen zonder stoppen een volledige lengte schoolslag op een technisch juiste manier
- Nieuwkomers doen een test bij de trainer van de club. Als zij voldoen, mogen ze deelnemen aan het techniekwemmen, anders dienen zij eerst zwemschool of zwemschool volwassenen te volgen.

Doestellingen

- De zwemmers leren de drie stijlen correct aan
- De zwemmers leren op speelse wijze keerpunten nemen en duiken.

Evaluatie

- Een overgang naar vervolmaking is mogelijk na overleg met de trainer
- Een overgang naar conditieswemmen is mogelijk na overleg met de trainer van het conditieswemmen.

Conditiezwemmen

Toelatingsvoorwaarden:

- 4 lengtes schoolslag kunnen zwemmen zonder stoppen
- 4 lengtes crawl kunnen zwemmen zonder stoppen
- Benen rug kunnen zwemmen
- Nieuwkomers doen een test bij de trainer van de club. Als zij voldoen mogen ze deelnemen, anders dienen zij eerst vervolmaking, zwemschool volwassenen of techniekwemmen te volgen.

Doelstellingen:

- De zwemmers leren op recreatieve wijze 3 stijlen technisch correct aan (schoolslag, crawl en rugslag)
- De zwemmers leren aan hoe ze keerpunten moeten nemen
- De zwemmers oefenen op duiken
- De zwemmers oefenen om een goede basisconditie op te bouwen.

Opmerkingen

- Het conditieswemmen is er voor iedereen die zijn conditie wil onderhouden
- Het conditieswemmen is er voor iedereen die al zijn lichaamsspieren lenig wil houden
- Het conditieswemmen is er voor iedereen die in de plaats van in de inkomhal te wachten, zelf ook een paar baantjes wil trekken.
- Het conditieswemmen is er voor ex-competitieswemmers of voor kinderen uit de groep pre-competitieswemmen.

Zwemschool volwassenen

Er zijn zwemlessen voor zowel beginners als voor gevorderde zwemmers.

Toelatingsvoorwaarden

- Hier zijn geen voorwaarden aan verbonden.

Doelstellingen:

- Het aanleren van schoolslag en/of crawl en/of rugslag in de correcte techniek
- Het kunnen zwemmen van een volledige lengte schoolslag

Vrij zwemmen

Toelatingsvoorwaarden

- Iedereen die minstens 25m kan zwemmen

Doelstellingen

- Zoals de titel zegt, bepaalt de zwemmer zelf zijn doelstellingen

Competitiezwemmen

Précompetitiezwemmen

Toelatingsvoorwaarden:

- De kinderen die bij **ZIOS** de **Gele** gevolgd hebben krijgen voorrang op nieuwkomers
- De kinderen zijn met maximaal 15 deelnemers.
- De kinderen met de hoogste regelmaat (=aanwezigheid) krijgen voorrang op zij die minder regelmatig komen. Op deze wijze willen wij inzet van onze zwemmertjes belonen.
- De kinderen moeten in deze groep minimum 1 keer per week komen om een zekere opbouw van kwaliteit te garanderen. Vanaf deze groep wordt sterk aangeraden om 2 keer per week te komen, zeker voor die zwemmers die eraan denken om competitie te gaan doen. Dan zal de overgang naar de competitie minder moeilijk zijn.

Doelstellingen:

- Voorbereiden op het competitiezwemmen. Kinderen die geen interesse tonen voor of geen ambitie hebben om later competitie te zwemmen, worden hier aangeraden de overstap naar het familiezwemmen (techniekzwemmen of conditieszwemmen) te maken.
- De kinderen kunnen op voorbehouden wedstrijden aan alle wedstrijden van stijl meedoen zonder uitgesloten te zijn.
- De kinderen kunnen aan alle wedstrijden van stijl en afstand meedoen
- De kinderen zijn in staat alle keerpunten uit te voeren.
- De kinderen kunnen naast de drie basisstijlen ook vlinderslag en wisselslag zwemmen.
- De kinderen volgen de trainingen op zeer regelmatige basis om zo tot verbeterde prestaties te komen
- De kinderen zijn in staat technisch moeilijke techniekdrills uit te voeren
- De zwemmers die competitie willen doen, moeten een competitievergunning hebben voor ze overgaan.
- De zwemmers die competitie willen doen, moeten tijdens het précompetitiezwemmen deelnemen aan minstens 1 officiële wedstrijd.

Evaluatie:

- De zwemmers die voldoen aan de doelstellingen mogen overgaan. Afhankelijk van hun persoonlijke wensen en een evaluatie door de hoofdtrainer kan er beslist worden dat de zwemmer over mag naar de competitiegroep. Daar moet er wel vaker getraind worden (minimaal 2 keer per week). Er kan ook beslist worden om over te stappen naar het familiezwemmen.
- De zwemmers die na 1 seizoen (=1 jaar) niet voldoen aan de doelstellingen moeten het précompetitiezwemmen opnieuw volgen. Zij krijgen voorrang op nieuwkomers maar niet op doorstromers van de **Gele**.
- De zwemmers die na 2 seizoenen niet voldoen aan de doelstellingen mogen het précompetitiezwemmen opnieuw volgen maar krijgen geen voorrang op nieuwkomers of op doorstromers van de **Gele**. In principe worden zij doorverwezen naar het familiezwemmen.
- De zwemmers die minder dan de helft van de lessen gevolgd hebben of zij die niet elke week kunnen/willen komen worden aangeraden om na deze reeks over te gaan naar het conditieszwemmen.
- De zwemmers die geen competitie willen doen, gaan over naar het conditieszwemmen

Competitiezwemmen

Toelatingsvoorwaarden:

- alle stijlen technisch juist kunnen zwemmen met keerpunten en starts en van iedere stijl enkele techniekdrills kunnen uitvoeren
- de kinderen moeten voldoen aan alle doelstellingen van het précompetitiezwemmen
- de kinderen moeten minstens 2 maal per week trainen
- de kinderen moeten alvorens over te komen naar competitiezwemmen, deelgenomen hebben aan minstens 1 wedstrijd bij het précompetitiezwemmen
- deelnemen aan 5 wedstrijden per jaar
- op wedstrijden en andere clubactiviteiten dragen de competitiezwemmers altijd de **ZIOS** clubkleding (T- shirt, training, sweater etc...)
- op wedstrijden wordt er enkel gezwommen met een badmuts met clublogo
- inzet en motivatie tonen
- jaarlijks wordt iedereen die aan wedstrijden (zowel voor zwembad als voor open water/doortochten) wil deelnemen onderworpen aan een verplichte fysieke test bij de sportdokter van de club. Bij weigering of afkeuring word je NIET ingeschreven voor wedstrijden.
- Enkel competitiezwemmers komen in aanmerking voor deelname aan een eventuele zwemstage (regels onderhevig aan specifiek contract 'zwemstage')

Doelstellingen:

- de zwemmers zijn in staat opgelegde afspraken op gebied van aanwezigheden, deelname aan wedstrijden, inzet enz... na te komen
- de zwemmers volgen de trainingen op regelmatige basis om zo tot verbeterde prestaties te komen
- de zwemmers zijn in staat op wedstrijden hun afstand en discipline volledig en reglementair uit te zwemmen
- de zwemmers trainen met als doel steeds beter te worden en zo op wedstrijden proberen de persoonlijke tijden te verbeteren

Wie dit alles te zwaar of niet leuk vindt, kan overgaan naar het conditiezwemmen, waar de nadruk op het recreatieve ligt!!

Masterzwemmen

De Masters kunnen trainen bij het conditiezwemmen of bij het competitiezwemmen. In dat laatste geval moeten zij wel de voorwaarden volgend van het competitiezwemmen.

Toelatingsvoorwaarden:

- de zwemmer moet minstens 25 jaar zijn
- alle stijlen technisch juist kunnen zwemmen met keerpunten en starts
- het gaat om competitiezwemmen, een jaarlijks bezoek bij de sportdokter is dus vereist

Doelstellingen:

- de masters kunnen deelnemen aan master-wedstrijden (zie onze website www.zios.be)

Doortochten of open water

Wie in de zomer graag buiten zwemt, zal hier zijn passie vinden. Er wordt gezwommen in vijvers, meren, zeeën of rivieren. Je kunt hier deelnemen aan doortochten (competitief) en zwemjoggings (recreatief, zie verder). Zowat elk zomerweekend kan je ergens in België terecht voor dit soort evenement.

Bij doortochten of open water gaat het vooral om langere afstanden (1000m en meer) in schoolslag of crawlslag.

Toelatingsvoorwaarden

- Een competitievergunning is noodzakelijk
- Jaarlijks wordt u verplicht onderworpen aan een onderzoek bij onze sportdokter.

Doelstellingen

- Het zwemmen van verscheidene afstanden
- Het zwemmen van verscheidene zwemstijlen
- Het deelnemen aan meerdere doortochten

Zwemjogging

Zwemjogging is een discipline waaraan je kunt deelnemen op de locatie en datum van doortochten. Hiervoor is geen competitievergunning vereist. Hiervoor worden geen trainingen georganiseerd. Iedereen kan zich hiervoor inschrijven op de dag zelf. Het gaat dus om een recreatief evenement over een relatief korte afstand (500m).

Het gaat dus niet om competitiezwemmen, je hoeft bijgevolg geen jaarlijkse test bij onze sportdokter te doen. Je hoeft zelfs geen lid te zijn van onze club.

Starten met competitiezwemmen

Vanaf de groep précompetitiezwemmen kan men met competitiezwemmen starten, dit nadat de hoofdtrainer en de lesgever van het précompetitiezwemmen de zwemmer 'klaar voor competitie' verklaren.

→ **Enkel de hoofdtrainer en de lesgever van het précompetitiezwemmen kunnen dit beslissen!**

Wie begint met competitie, moet beseffen dat dit ook een zekere inspanning van de ouders vergt: vervoer naar wedstrijden, meer trainingen, grotere inzet, deelname aan zwemkampen enz...

Hoe begin je met competitiezwemmen?

- Het officieel document voor de aanvraag van een competitienummer (te verkrijgen bij de hoofdtrainer en de lesgever van het précompetitiezwemmen) invullen en aan de hoofdtrainer bezorgen.
- Het vakje bestemd voor de huisarts wordt door hem/haar ingevuld en afgestempeld.
- Dit formulier wordt door de club verstuurd naar de zwemfederatie die voor een competitienummer zorgt.
- Eens je een competitienummer hebt en je deelgenomen hebt aan je eerste wedstrijd, krijg je van de hoofdtrainer een badmuts van zwemclub **ZIOS**, een zwemzak en een T-shirt van de club.

Hoe schrijf ik me in voor wedstrijden?

- De hoofdtrainer bezorgt jou het wedstrijdformulier.
- Bevestig schriftelijk en tijdig via het invulstrookje (indien minderjarig, door de ouders ondertekend) aan de hoofdtrainer of je komt of niet. Je kan het ook deponeren in de **ZIOS**-brievenbus.
- De hoofdtrainer bepaalt de door jou te zwemmen disciplines en afstanden.
- Onze sportsecretaris vermeldt de ingeschreven personen voor elke wedstrijd op de **ZIOS**-website. Controleer of je ingeschreven bent!! Alle **ZIOS**-deelnemers staan vermeld.
- Te laat volgens de inschrijfdatum = NIET ingeschreven !!
- Wie zich inschrijft en toch niet zwemt, maar geen doktersattest voorlegt, betaalt het inschrijvingsgeld + wedstrijdboete x aantal ingeschreven reeksen + opgelegde clubboete!
Wie ziek is, waarschuwt de hoofdtrainer en zorgt voor een doktersattest. Dit doktersattest dient ten laatste **3 kalenderdagen** na de wedstrijd in het bezit te zijn van de **ZIOS**-sportsecretaris!

Vergeet niet:

Deelnemen is belangrijker dan winnen!!

Verspreiding van informatie

Alle informatie over het zwemmen wordt zo verspreid :

- Via het **ZIOS**-prikbord in de inkomhal van het zwembad Heuvelkouter
- Via de **ZIOS**-website: www.zios.be
- Via e-mail door de hoofdtrainer

Bij vragen, aarzel niet om volgende mensen tijdens de lessen te contacteren of via:

Hoofdtrainer (verantwoordelijke competitiezwemmen)

- Geert Tuts
- 0478/80.44.64 (na kantooruren)
- Geertuts@hotmail.com

Verantwoordelijke familiezwemmen

- Sabrina Thirry
- 0476 64 26 22 (na kantooruren)
- Sthirry@yahoo.com

Verantwoordelijke recreatief zwemmen

- Myriam Heymans
- 053/68 12 13, 0496/04 09 69 (na kantooruren)
- heymansmyriam@hotmail.com

Voorzitter:

- Chris De Mossenau
- 053/68.12.13 (na kantooruren)
- chris.demossenau@telenet.be

Secretaris

- Eddy De Luyck
- 053/67.07.45 (na kantooruren)
- eddy.deluyck@scarlet.be

Penningmeester

- Marc De Brabanter
- 053/68.15.20 (na kantooruren)
- fiscolie@telenet.be

Het bestuur

Voorzitter	Chris De Mossenau
Secretaris	Eddy De Luyck
Penningmeester	Marc De Brabanter
Andere leden	Freddy Goossens Geert Tuts Lieven Van Den Hoeven Carl Vandepitte Nadine De Boitselier Levi Kiekens

De huisregels van zwemclub ZIOS Liedekerke

Stiptheid

De zwemmers(sters) worden stipt op tijd verwacht aan de startblok van hun groep. Dit betekent dat zij ten laatste 5 minuten voor de start van hun training in de kleedkamer moeten zijn om op tijd aan de startblok te zijn. Dit zorgt ervoor dat de trainer zijn/haar lesprogramma volledig kan afwerken en dat hij/zij de oefening niet meermaals moet herhalen. De lesgever kan zich zo concentreren op een betere kwaliteit, het doel van de vernieuwing van **ZIOS**. Iedereen moet de volledige training meedoen, enkel om medisch gestaafe redenen kan hiervan afgeweken worden.

Materiaal

Er wordt tevens verwacht dat met het materiaal zorgzaam wordt omgesprongen, zowel met het eigen materiaal als met het materiaal van zwemclub **ZIOS**. Er mag niet met plankjes, vlotter... gegooid worden. Zij worden mooi op een stapel gelegd, op een plaats aangeduid door de lesgever.

Badmuts

Bij de vervolmaking (vanaf **Roze 1** tot en met **Gele**) is het verplicht om de badmuts te dragen van de groep waartoe ze behoren. Dit maakt het voor de lesgever gemakkelijker om op elk tijdstip al zijn/haar zwemmers in het oog te houden.

Gedrag

Niet tolereerbaar gedrag tegenover andere leden, trainers, zwembadpersoneel enz... en gedragingen die de goede werking van zwemclub **ZIOS** in het algemeen en de trainingen / stage / wedstrijden in het bijzonder in het gedrang brengen, kunnen niet geaccepteerd worden. Na 1 schriftelijke verwittiging naar de ouders, kan de zwemmer tot 14 dagen geschorst worden. Indien de ouders hier niet mee akkoord zijn, kunnen zij contact opnemen met het hoofdbestuur. Herhaling wordt gesanctioneerd met een definitieve uitsluiting. Zware inbreuken (diefstal, geweldplegingen, ...) leiden tot een onmiddellijk en definitief ontslag. Hierbij kan de politie gecontacteerd worden.

Kleedkamers

Het gebruik van de kleedkamers dient voorzichtig te gebeuren. Wie deuren dichtgooit, over/onder de hokjes kijkt, met schoenen loopt waar het niet mag... kan een waarschuwing krijgen voor slecht gedrag (zie 'gedrag'). Dit kan en zal niet getolereerd worden. Wij vragen hierbij een bijdrage van de ouders dat ook zij de regels respecteren (geen schoenen dragen voorbij de witte lijn of in de schoenvrije zone).

Verder is het verboden je kleren te laten hangen in de individuele omkleedruimtes, enkel in de gemeenschappelijke kleedruimtes mag dit. Wie zijn kleren toch laat hangen in de individuele kleedruimtes, moet er zich van bewust zijn dat hij/zij aanzet tot diefstal. Zwemclub **ZIOS** kan hiervoor niet verantwoordelijk gesteld worden, ook niet voor eventuele schade aan privé-bezitten.

Lidkaart

Een lidkaart kan verkregen worden op aanvraag. Deze is voorzien van het ZIOS-embleem, jouw naam en het jaartal. Dit maakt van de kaart een persoonlijke kaart die 1 jaar lang geldig zal zijn. Iedereen kan ze aanvragen behalve zwemmers van de watergewenning, de zwemschool en de zwemschool volwassenen.

Jaarlijks lidgeld

Het lidgeld wordt betaald op het moment van inschrijving en is bedoeld voor 1 jaar (met uitzondering van zwemschool volwassenen, de zwemschool en de watergewenning, daar is het per reeks). Het lidgeld start steeds op de eerste dag van de maand.

Het jaar nadien ontvangt u een overschrijving om het volgende jaar te betalen. Deze betaling dient binnen de maand te gebeuren. Anders kan ZIOS u de toegang tot het zwembad weigeren.

Wie niet betaalt, is niet verzekerd → Dat risico neemt **ZIOS niet!**

Betalingen

Boetes, lidgelden, ... dienen binnen de maand na de eerste melding betaald te worden. Wie hieraan niet voldoet, wordt niet meer toegelaten tot de trainingen. Bovendien wordt hij/zij niet meer ingeschreven voor wedstrijden. Hiertegen kan niet geprotesteerd worden.

Badges

Sinds begin 2011 wordt er met badges gewerkt. De reden is dat men zo kan zien hoeveel bezoekers het zwembad Heuvelkouter jaarlijks krijgt. Voor de gemeente is dit belangrijk omdat aan de hand van het bezoekersaantal subsidies kunnen verkregen worden. Er zijn voor zwemclub ZIOS vzw 2 soorten badges in omloop:

- de zwemmersbadge: hiermee kunnen de zwemmers vanaf 30 minuten voor tot en met 30 minuten na de training in het zwembad vertoeven. Opgelet, daarna kan je niet meer buiten! De waarborg die de gemeente hiervoor vraagt is 5€ Deze badge kan tevens gebruikt worden om de kleren veilig op te bergen in de gele kastjes.

- de omkleedbadge: hiermee kunnen de ouders mee naar de kleedkamer om de kinderen te helpen bij het omkleden. Deze badge is 2 keer 20 minuten geldig. Dat wil zeggen 20 minuten aan het begin van de training en 20 minuten aan het eind van de training. Hiervoor geldt eveneens een waarborg van 5€.

Het verkrijgen van de badge kan bij de voorzitter.

Aanwezigheid competitiezwemmers

Om behoorlijke resultaten te boeken is minstens 3 maal per week trainen noodzakelijk. Competitiezwemmers dienen minstens 2 maal per week te trainen om hun conditie te onderhouden. Wie minder dan 2 keer per week komt, kan niet verwachten om zijn tijden te verbeteren. Vind je dit te zwaar? Dan is er conditieswemmen, waar de nadruk op het recreatieve ligt en hier hoeft je slechts 1 maal per week te komen. Wie op een volledig seizoen geen gemiddelde haalt van 2 zwemdagen per week, kan doorverwezen worden naar het conditieswemmen. Hiertegen kan je niet protesteren.

Zwemdagen zijn dagen waarop je traint, waarop je een wedstrijd hebt en de zwemstage. Alles uitgaande van **ZIOS**, aldus worden deze ook in het regelmatigheids criterium van **ZIOS** opgenomen.

Deelname aan wedstrijden

Van iedere competitiezwemmer wordt verwacht dat hij/zij deelneemt aan minstens 5 wedstrijden per jaar. Als je dit niet haalt, kan het **ZIOS**-sportcomité beslissen om je door te verwijzen naar het conditieswemmen. Hiertegen kan je niet protesteren.

Deelname aan wedstrijden met limiettijden

Deelname aan de nationale kampioenschappen is alleen mogelijk mits de limiettijd gezwommen te hebben op een officiële wedstrijd en na goedkeuring van de hoofdtrainer.

Doortochten

Zwemmers die deelnemen aan het Zomercriterium, moeten de toelating van de hoofdtrainer krijgen om te mogen deelnemen aan doortochten. Alle info rond doortochten wordt gecommuniceerd via e-mail en hangt uit aan het **ZIOS**-prikbord.

Forfait op wedstrijden

Bij afwezigheid op zwemwedstrijden zonder doktersattest, dienen alle kosten betaald te worden door de zwemmer(ster). Deze kosten voor een gewone wedstrijd bedragen het inschrijvingsgeld + de wedstrijdboete x aantal ingeschreven reeksen + opgelegde clubboete.

Uitrusting

Competitiezwemmers dienen op **alle** wedstrijden de **verplichte ZIOS**-uitrusting te dragen. Deze bestaat uit een badmuts, T-shirt en trainingspak/sweater (alles verkrijgbaar in de club).

Medicatie / doping

Wie op doktersvoorschrift medicatie moet nemen, waarschuwt de dokter dat hij/zij aan competitiezwemmen doet. De dokter kan dan via de dopinglijst nazien of de voorgeschreven medicatie al dan niet op de lijst staat. Indien dit wel het geval is, dienen speciale documenten ingevuld te worden die op elke wedstrijd moeten kunnen voorgelegd worden aan de organisatoren van de wedstrijd. Dit is enkel en alleen de verantwoordelijkheid van de zwemmer en in geen enkel geval van de **ZIOS**!! Het is bovendien verplicht om dit te melden aan de hoofdtrainer! **ZIOS** is dan ook niet verantwoordelijk voor eventuele boetes of andere gevolgen!

(zie : www.dopinglijn.be)

Bij ernstig vermoeden of effectief gebruik van doping en/of drugs, of het bezit ervan, wordt in elk geval de politie gewaarschuwd. Bij bevestiging door de politie wordt je uit de club gezet.

De ZIOS-geest

- Opvoeding staat centraal in onze jeugd-/sportopleiding
- De naam en faam van onze club, waar jullie deel van uitmaken, gaan we steeds trachten hoog te houden
- Beleefdheid, verzorgd taalgebruik en aandacht voor hygiëne in en rond het zwembad staan voorop
- We betreden de natte zone van het zwembad ZONDER schoenen.
- Blikjes, kauwgommen en papier horen in de vuilbak
- Indien men geen gebruik maakt van de grote kleedkamers, dient men z'n kledij in de opbergkastjes te stoppen. Men mag GEEN kledij achterlaten in de individuele kleedhokjes.
- De club kan NIET verantwoordelijk gesteld worden bij het verdwijnen van kledij of andere waardevolle spullen.
- De club is NIET verantwoordelijk voor leden en niet-leden die voorwerpen beschadigen die eigendom zijn van **ZIOS** of van het zwembad "Heuvelkouter"
- Onsportief gedrag of wangedrag kan bij herhaling leiden tot definitieve uitsluiting.
- De kleedhokjes dienen altijd proper achtergelaten te worden, mandjes terug op zijn plaats gezet.
- Schrijf je naam op eigen zwemattributen. Het gebeurt dikwijls dat de trainers - les(geefster)gever achtergelaten brilletjes of badmutsen vinden. Wanneer er een naam op staat, kan men deze gemakkelijker terugbezorgen.
- Het dragen van badmuts in het zwembad is verplicht.
- Bij aanvang van de les dient men steeds te wachten op de les(geefster)gever.
- Men mag geenszins in het kinderbad of 25m bad gaan zonder toelating of toezicht van de les(geefster)gever.
- De instructies van de les(geefsters)gevers en trainers dienen steeds opgevolgd te worden.
- Het tonen van inzet en doorzettingsvermogen tijdens de les/training is vereist.
- Het is niet toegelaten het zwembad te betreden via de dienstingangen.
- Na de les/training mag men niet meer in het kinderbad.
- Lopen in het zwembad is VERBODEN = GEVAARLIJK.
- Betaal TIJDIG het lidgeld. Uw kind is niet verzekerd voor de periode waarvoor nog niet werd betaald. De club kan dus niet verantwoordelijk gesteld worden wanneer uw kind zich kwetst tijdens de periode waarvoor nog niet betaald werd.
- Een kind kan indien nodig een aantal herhalingslessen volgen bij de vorige groep.
- De ouders zijn verplicht tijdens de zwemlessen enkel en alleen plaats te nemen in de inkomhal van het zwembad
- Wie op wapenbezit betrapt wordt, wordt met onmiddellijke ingang uit de club gezet. Bovendien zal hij/zij onder politiebegeleiding naar buiten geleid worden.

Uurregeling zwemtrainingen & Duurtijd reeksen

Activiteit		Maandag	Dinsdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag
Watergewenning	Baby's 1 tot 3j	18:00 - 18:30**				
	Peuters 3 tot 5j	18:35 - 19:05**				
	Peuters 3 tot 5j	19:10 - 19:40**				
Zwemschool	Groep 1		18:20 - 18:55**	18:20 - 18:55**		
Zwemschool	Groep 2		19:00 - 19:35**	19:00 - 19:35**		
Zwemschool	Groep 3		19:40 - 20:15**	19:40 - 20:15**		
Vervolmaking			17:30 - 18:30*	17:30 - 18:30*		
Zwemschool volwassenen		20:00 - 21:00**				
Vrij zwemmen		21:00 - 22:00***				
Familiezwemmen		19:00 - 20:00**				
Competitie	Precompetitie		18:30 - 20:00	18:30 - 20:00		
Competitie	Competitie	20:00 - 21:00	18:30 - 20:15	18:30 - 20:15	19:00 - 20:30	10:30 - 12:00

*Voor vervolmaking zwemt de roze groep slechts tot 18u20

**Zwemschool volwassenen, watergewenning en zwemschool en familiezwemmen, gaan niet door in juli en augustus

***Vrij zwemmen gaat in juli en augustus door van 20:00 tot 21:00

Let op! Tijdens de schoolvakanties zijn er andere trainingsuren voor alle groepen. Hierover vind je meer informatie op onze **ZIOS**-website: www.zios.be

Voor welke periode geldt het lidgeld?

Watergewenning	8 lessen
Zwemschool	17 lessen
Vervolmaking	1 kalenderjaar
Techniekwemmen	1 kalenderjaar
Conditiezwemmen	1 kalenderjaar
Zwemschool volwassenen	10 lessen
Vrij zwemmen	1 kalenderjaar
Précompetitiezwemmen	1 kalenderjaar
Competitiezwemmen	1 kalenderjaar
Doortochten zwemmen	1 kalenderjaar

De trainers

	Taak	MAIL / TELEFOON	Ervaring / Diploma
Geert Tuts	Hoofdtrainer (competitie)	0478/80 44 64 Geertuts@hotmail.com	Sinds 2000
Sabrina Thirry	Gele, Précompetitiezwenmen, Zwemschool volwassenen, Vrij zwemmen	0476 64 26 22 Sthirry@yahoo.com	Sinds 2000 / Licentiaat LO (specialisatie zwemmen)
Nico Hertveldt	Rode, Zwemschool volwassenen, Techniekwemmen	Nicohertveldt@hotmail.com	Sinds 2005 / <i>Initiator</i>
Eefke Ulenaers	Blauwe, Zwemschool, Watergewenning	Eefke_u@hotmail.com	Sinds 2002 / <i>Initiator</i>
Evy D'Hoe	Witte, Doortochten, Zwemschool	0472 51 02 80 evy_dhoe@telenet.be	Sinds 2002 / <i>Initiator</i>
Pieter Verleysen	Roze 2	pieterverleysen@hotmail.com	Sinds 2006
Myriam Heymans	Roze 1	053/68 12 13, 0496/04 09 69 heymansmyriam@hotmail.com	Sinds 1988 / <i>Regentaat LO</i>
Ineke Ulenaers	Zwemschool	ine_u@hotmail.com	Sinds 2009 / <i>Initiator</i>
Bettina De Neys	Zwemschool, Watergewenning	bettina_deneys@yahoo.com	Sinds 2004 / specialisatie watergewenning
Yves Goossens	Zwemschool, Watergewenning	0486/46.71.51 yvesgoossens4@hotmail.com	Sinds 2006 / <i>initiator (in opleiding)</i>
Joke Van de Sijpe	Watergewenning, Zwemschool	joke.vandesijpe@gmail.com	Sinds 2002 / specialisatie watergewenning
Niels De Luyck	Conditiezwemmen, Techniekwemmen	nielsdeluyck@hotmail.com	Sinds 2007

Naast deze vaste trainers, zijn er uiteraard ook vervangers op wie gerekend kan worden in geval een vaste trainer afwezig zou zijn.

ZIOS vernieuwt en wil uitbreiden

ZIOS is een vereniging zonder winstoogmerk (VZW). De bovengenoemde veranderingen zullen veel communicatie vergen. Gezien onze club werkt op basis van vrijwilligers, zijn we steeds op zoek naar mensen die gemotiveerd zijn om een steentje bij te dragen. Meer mensen betekent meer ideeën en vooral meer handen. De laatste jaren maakt **ZIOS** namelijk een positieve groei mee.

De vernieuwing van de **ZIOS**-structuur houdt ook in dat wij waarschijnlijk extra lesgevers zullen nodig hebben voor bijkomende uren. Ben jij zelf zwemlesgever met BLOSO-certificaat of ken jij zo iemand? Of ben jij bereid een BLOSO-certificaat te halen? Laat het dan weten via de voorzitter chris.demossenau@telenet.be

Ook voor het **ZIOS**-feestcomité zijn we steeds op zoek naar wat extra handen. Dus als jij goed kan organiseren en je hebt af en toe een uurtje tijd, geef dan gerust een seintje via lieven.vdh@gmail.com