



Informatie

Swimkick Techniekschool

2021-2022

WZ & PC De Rijn



Voor wie is de Swimkick Techniekschool?

Swimkick is voor kinderen van zes tot en met tien jaar. In overleg kunnen soms ook iets oudere kinderen nog instromen in de Swimkick Techniekschool.

Swimkick is voor kinderen die de zwemslagen goed willen leren en de basisbeginselen van waterpolo willen leren. Het meedoen aan zwemwedstrijden voor jonge zwemmers en polotoernooitjes hoort er ook bij, want De Rijn is een vereniging voor wedstrijdzwemmen en waterpolo.

1. Trainingen

Wanneer zijn de trainingen?

De twee trainingen van de Swimkick zijn op dinsdag van 18:45 tot 19:25 uur en op vrijdag van 18.45 tot 19.30 uur.

Tijdens de zwemtrainingen leren de kinderen de zwemslagen, iedere vijfde training krijgen de kinderen een waterpolotraining. Op deze manier maken de kinderen kennis met wedstrijdzwemmen en waterpolo.

Wat leren de kinderen?

In twee jaar tijd, verdeeld over vier blokken, leert uw kind de basistechnieken van de rugslag, de borstcrawl, de schoolslag en de vlinderslag. Het kind zwemt in één baan met andere kinderen, die dezelfde slag ook moeten leren.



Als de trainer vindt dat een kind een slag beheerst, kijkt een andere trainer mee om te beoordelen of de slag inderdaad goed genoeg gezwommen wordt. Als dat het geval is, dan gaat de zwemmer door naar de volgende slag/baan. Als de Swimkick Techniekschool is afgerond krijgen de kinderen een certificaat.

Tijdens de waterpolotrainingen wordt er aandacht besteed aan zwem- en baltechniek, uithoudingsvermogen en samen spelen.

Wat neemt uw kind mee naar een training?

In de zwemtas zitten een badpak, een handdoek, badslippers, een zwembril en liefst ook een badmuts. Als het kind lange haren heeft en geen badmuts, dan moeten de haren in een staart gedaan worden.

Tijdens de trainingen zijn eten en drinken niet nodig.

Kan uw kind niet meedoen met een training?

Als uw kind een keer niet mee kan doen met een training, bijvoorbeeld omdat hij of zij ziek is, dan geeft u dat op tijd door via de app of u stuurt een mailtje naar riannebroeder@hotmail.com én nwakker@gmail.com. Zo kunnen we daar tijdens de trainingen rekening mee houden en staan er geen trainers onnodig langs de badrand.

2. Wedstrijden

Meedoen met wedstrijden

De swimkickers doen ook mee aan zwemwedstrijden. De Rijn organiseert vijf keer per jaar een **Jeugdwedstrijd**, waar zwemmers in de basisschoolleeftijd meedoen aan twee of drie onderdelen, die aansluiten bij hun leeftijd en bij hun zwemervaring.



Voor beginnende swimkickers zijn er vier keer per jaar **Swimkickwedstrijden** in Renkum, kortdurende wedstrijden met korte en laagdrempelige onderdelen. Voor gevorderde swimkickers is er vier keer per jaar op uitnodiging een **Minioren Circuit** wedstrijd, met langere zwemnummers. Zwemmers, die aan deze wedstrijden meedoen, kunnen op basis van hun zwemtijden uitgekozen worden om mee te doen met de **Minioren Finales**, die de KNZB Regio Oost aan het eind van het zwemseizoen organiseert.

Aan het eind van het seizoen zijn er nog het **Slotkampioenschap en het Clubkampioenschap** van de Rijn.

Deelname aan de Jeugdwedstrijden is een vast onderdeel van de Swimkick. De andere wedstrijden zijn niet verplicht en na een uitnodiging om mee te doen, mogen de zwemmers zelf beslissen of ze aan de wedstrijd mee willen doen. Zie ook verderop in dit boekje (uitnodigingen voor wedstrijden)



De swimkickers krijgen naast deze zwemwedstrijden ook te maken met **mini waterpolo-toernooitjes**. Deze toernooitjes worden door verschillende verenigingen in de omgeving van Wageningen georganiseerd. Tijdens een mini waterpolotoernooi spelen de kinderen circa 3 wedstrijdjes. De wedstrijden worden ingedeeld in leeftijdsgroepen, te weten: 6-7; 8-9 en 10-11 jaar. Wij letten als vereniging er daarbij wel op dat een zwemmer qua kunnen in de juiste 'klasse' wordt ingedeeld, want naast het oefenen en leren van de waterpolosport is het plezier in de sport erg belangrijk.

Gedurende het jaar zijn er ongeveer 6 mini waterpolo-toernooitjes, we willen dat swimkickers in ieder geval aan minimaal 3 van deze toernooitjes deelnemen.

Waar en wanneer zijn de wedstrijden?

- Jeugdwedstrijden zijn dit seizoen op zaterdag 30 oktober, zaterdag 13 november, zondag 19 december, zaterdag 5 maart en zaterdag 28 mei. Ze worden gehouden in zwembad de Bongerd en het inzwemmen op de zaterdagen begint om 16.30 uur. Op zondag begint het inzwemmen om 15.30 uur. Daarna begint de wedstrijd om 17.00 uur (op zondag om 16.00 uur) en duurt 2 à 2 ½ uur. De zwemmers kunnen per programma, leeftijd en geslacht medailles winnen.
- Swimkickwedstrijden zijn dit seizoen op zondag 12 december, 9 januari, 20 februari en 27 maart. Ze worden gehouden in zwembad De Doelum in Renkum en het inzwemmen begint om 14.15 uur. Iedere wedstrijd begint om 15.00 uur en duurt ongeveer 1 ½ uur.
- Minioren Circuit wedstrijden zijn dit seizoen op zaterdag 22 januari, 12 februari, 19 maart en 9 april.

- Het Slotkampioenschap wordt gehouden op zaterdagmorgen 18 juni en zaterdag 2 juli. Het is een wedstrijd voor alle wedstrijdzwemmers van De Rijn.
- Op zaterdag 18 juni wordt 's middags ook het Clubkampioenschap gehouden. Dat is een afsluitende wedstrijd voor waterpoloërs en wedstrijdzwemmers.
- Mini waterpolotoernooitjes: 19 februari in Ede en 14 mei in Wageningen. De data van de overige toernooitjes zijn nog niet bekend.

Zie ook de koelkastkalender die aan het begin van het jaar wordt uitgedeeld en kijk voor de meest actuele wedstrijdkalender op de website van De Rijn onder het kopje Wedstrijdzwemmen – Wedstrijden – Wedstrijdkalender:

<https://www.de-rijn.nl/wedstrijdzwemmen/wedstrijden/wedstrijdkalender/>

Wat neemt uw kind mee naar een wedstrijd?

- een zwemtas
- 1 of 2 badpakken/zwembroeken
- 1 of 2 handdoeken
- badslippers, zwembril en badmuts
- clubkleding (zwarte korte broek, rood T-shirt)*
- iets te eten en te drinken, géén snoepgoed
- een boekje of spelletje als bezigheid tijdens het wachten op het volgende zwemprogramma



*Het bestuur van De Rijn wil graag dat de leden van De Rijn naar buiten toe eenheid uitstralen en gaat er daarom vanuit dat alle leden van De Rijn minimaal in het bezit zijn van een T-shirt en een korte broek van de Rijn. De wedstrijdzwemmers en de jonge poloërs dragen een rode polo en een zwarte korte broek. U kunt de officiële clubkleding twee keer per jaar bestellen. De data worden ruim op tijd aangekondigd via de mail en op de website: <https://www.de-rijn.nl/organisatie/clubkleding/>. Net beginnende zwemmers kunnen er ook voor kiezen om in een eigen zwarte korte broek en rood t-shirt naar de wedstrijd te komen.

Uitnodigingen voor wedstrijden, aan- en afmelden

Twee à drie weken vóór de wedstrijd krijgen de zwemmers via de mail een uitnodiging om mee te doen aan een wedstrijd. Op de uitnodiging staan de onderdelen die de zwemmer gaat zwemmen. Bij wedstrijden, waar de zwemmer zelf de keus heeft om mee te doen, wordt van de ouders verwacht dat zij altijd via de mail een antwoord sturen naar de wedstrijdsecretaris, zodat we weten of we de zwemmer moeten inschrijven voor de wedstrijd.

Deelname aan de Jeugdwedstrijden is verplicht en na de uitnodiging gaan we ervan uit dat uw kind dan ook meedoet. Als uw kind een keer echt niet mee kan doen met een jeugdwedstrijd, dan geeft u dat op tijd via de mail door aan de trainers en de wedstrijdsecretaris.

Ook als uw kind vlak voor een wedstrijd ziek wordt moet dat zo snel mogelijk worden doorgegeven (dit kan via de groepsapp of bij Nathalie/Rianne). Bij iedere wedstrijd is De Rijn verplicht om per zwemmer en per zwemprogramma startgeld te betalen. Als een zwemmer zonder afmelden niet verschijnt bij een wedstrijd volgt een boete van de KNZB van ruim € 10,- per programmanummer, die door de Rijn aan de zwemmer kan worden doorberekend.

Vervoer naar wedstrijden

Op de uitnodiging staat ook waar en hoe laat de wedstrijd wordt gehouden. Bij uitwedstrijden wordt ook vermeld hoe laat iedereen voor vertrek wordt verwacht op de parkeerplaats bij zwembad De Bongerd. Het is heel erg belangrijk dat de trainers weten wie er wel en niet meedoen met de wedstrijd, zodat er niet onnodig wordt gewacht op een zwemmer die niet meedoet. Ouders zorgen zelf voor het vervoer naar uitwedstrijden. Dat kan in onderling overleg en in overleg met de trainers. Als u zelf rijdt en geen andere kinderen kunt meenemen, hoeft u niet eerst naar De Bongerd te komen. Het is wel belangrijk om dit bij de trainers te melden.

3. Tot slot

Vrijwilligers

Zoals bij elke vrijwilligersorganisatie kan ook De Rijn niet zonder uw hulp!

De Rijn bestaat volledig uit vrijwilligers en voor allerlei zaken zijn er vrijwilligers nodig.

Wat voor vrijwilligers zijn er bij De Rijn:

- Trainers
- Badopbouwers bij thuiswedstrijden: vóór iedere wedstrijd moeten er zwemlijnen in het zwembad worden gelegd, stoelen, tafels en banken worden klaargezet, rugslagvlaggetjes worden opgehangen, etc. Tijdens de wedstrijd halen de badopbouwers de startkaartjes, waarop de zwemtijden zijn genoteerd, op en brengen ze naar de jury, die ze voor de uitslag in het wedstrijdprogramma invoert. Na afloop ruimen ze alles weer netjes op.
- Officials: zowel bij thuis- als uitwedstrijden zijn er officials nodig. Officials kloppen bij iedere wedstrijd de tijden van een zwemmer of controleren bij het keerpunt of de zwemmer op de goede manier zwemt. Daarnaast zijn er een scheidsrechter, een starter, kamprechters en juryleden. Per wedstrijd zijn er ongeveer 20 officials nodig. Alle officials zijn ouders. Om official te worden is het nodig om een cursus te volgen, die wordt verzorgd door de KNZB en betaald door de Rijn. De cursus bestaat uit 5 lesavonden. We hebben op dit moment hard nieuwe officials nodig, dus meld u aan als u interesse hebt.
- Speaker en voorstarter: de speaker roept om welke zwemmers er aan de start moeten verschijnen en de voorstarter controleert of alle zwemmers op tijd aanwezig zijn voor het zwemprogramma waar ze aan mee moeten doen.



Hulpouders zijn zeer welkom en als vrijwilliger maakt u de wedstrijd ook van dichtbij mee, omdat u tijdens de hele wedstrijd beneden bij het zwembad bent. Hoe meer mensen er beschikbaar zijn, hoe beter de taken verdeeld kunnen worden.

Wilt u meer weten of ook vrijwilliger worden: stel uw vraag aan Nathalie Wakker –

nwakker@gmail.com - of aan Rina Schimmel - rina.schimmel@planet.nl - via een mailtje.

Adressen:

Rianne Broeder	trainer en technisch coördinator Swimkick	rianebroeder@hotmail.com
Nathalie Wakker	wedstrijdsecretaris Jeugdwedstrijden en logistiek coördinator Swimkick	nwakker@gmail.com
Rina Schimmel	wedstrijdsecretaris overige wedstrijden	rina.schimmel@planet.nl
Hilda Havinga	contactpersoon polotoernooitjes	h.havinga2@live.nl