

Juli 2020

## **INFO VOOR ZWEMMERS DIE DOORSCHUIVEN NAAR DE GROEP COMP B**

### ***Wie zwemt in de Comp B groep?***

Zwemmers die alle groepen van de zwemschool doorlopen hebben, en die ambitie hebben om competitie te zwemmen, kunnen doorschuiven naar de Comp B groep. De trainers van de zwemschool en van de competitiezwemmers bekijken wie hiervoor in aanmerking kan komen. De leeftijd varieert van ca. 9j. tot ca. 11j.

### ***Doel van de Comp B groep***

De bedoeling is om de zwemmers voor te bereiden op het competitiezwemmen. Zwemmen is een heel technische sport en om een wedstrijd reglementair correct te zwemmen moeten heel wat vaardigheden ontwikkeld worden. In de zwemschool wordt hiervoor de basis gelegd, bij de Comp B groep wordt dit nog verfijnd. Dit omvat alle zwemstijlen (vlinder, rug, schoolslag en crawl) en de daarbij horende starten en keerpunten. Van september tot december wordt hier hard aan gewerkt zodat de zwemmers klaar zijn om vanaf januari hun eerste wedstrijden te zwemmen. De zwemmer/ouder kan op dat moment nog steeds beslissen om toch geen competitie te zwemmen. Zie verder voor wat de mogelijkheden dan zijn.

### ***Trainingen***

Voor de Comp B groep zijn er 4 momenten van training voorzien:

Maandag en donderdag : 17.00u-18.00u (45' zwemmen en 15' droogtraining)

Woensdag : 16.30u-17.30u

Zondag : 8.00u-9.00u

We verwachten van de zwemmers dat ze minstens naar 3 trainingen/week komen. Dat is belangrijk om voldoende vooruitgang te boeken i.f.v. de competitie.



**Koninklijke Waregemse Zwemclub - KWZC**

**info@kwzc.be**

**Secretariaat : Sparrentuin 42 - 8793 Sint-Eloois-Vijve**

**BE71-9796-3139-8869 - 0407.834.025 - KBZB 61**



**www.kwzc.be**

## **Wedstrijden**

In het begin van het seizoen maken de trainers een wedstrijdplanning op, met alle wedstrijden waaraan we als club zullen deelnemen. Dit is terug te vinden op de website van de club. Er hoeft niet aan alle wedstrijden deelgenomen te worden. Wel raden we aan om ongeveer 1 wedstrijd/maand te doen, al is het maar om hier een beetje aan te wennen en ervaring op te doen. Dat kan op zaterdag of zondag zijn, en de trainers bekijken dan wat de zwemmers kunnen zwemmen (voor de 9 en 10-jarigen zijn het aantal wedstrijden meestal beperkt). Waar de wedstrijden zijn varieert; we proberen meestal een mix te maken van wedstrijden dichtbij (vb. Zwevegem, Tielt, Kortrijk, ed), maar soms gaan we ook wat verder. Het is vooral de bedoeling om eens te proeven van het wedstrijdgebeuren en alle disciplines eens te zwemmen (de trainers kijken steeds wat haalbaar is.)

Eens de zwemmers bij Competitie A zwemmen (vanaf 12j) verwachten we dan wel een zekere mate van deelname aan wedstrijden.

Er is steeds de mogelijkheid voor ouders om de wedstrijden te bekijken ofwel in het zwembad of op een tribune. Er is naast de trainer ook steeds een afgevaardigde mee in het zwembad om voor de zwemmers te zorgen. Vooraleer ze hun eerste wedstrijd zwemmen, krijgen de zwemmers een bundeltje met wat meer info en wat ze allemaal moeten meebrengen.

## **Wat na de Comp B groep?**

Een zwemmer die het seizoen start in de Comp B groep blijft normaal gezien het volledige seizoen bij die groep zwemmen.

Indien je op het einde van het seizoen toch beslist om geen competitie (meer) te zwemmen dan kan je het seizoen erna aansluiten bij de recreatieve groep 'de Zeeleeuwen'.

Indien je wel verder competitie wil zwemmen kan je (afhankelijk van de leeftijd) doorschuiven naar de Comp A groep. De jongste zwemmers van de Comp A groep zijn ongeveer 12 jaar (6° leerjaar). Uitzonderlijk schuiven jongere zwemmers door naar de Comp A groep, maar dit is enkel na overleg met de trainers. Jongere zwemmers kunnen gewoon bij Comp B blijven zwemmen tot ze de leeftijd bereikt hebben om naar de Comp A te gaan.

Voor de zwemmers van Comp A gelden strengere regels betreffende de deelname aan de trainingen en wedstrijden. Het kan interessant zijn dit al eens te bekijken en is te vinden op de site van KWZC ->competitie->gedragscode competitiezwemmers.

## **Contactgegevens trainers**

Via het mailadres [trainingenschemaKWZC@gmail.com](mailto:trainingenschemaKWZC@gmail.com) kunnen jullie de trainers contacteren.

\*\*\*\*\*



**Koninklijke Waregemse Zwemclub - KWZC**

**info@kwzc.be**

**Secretariaat : Sparrentuin 42 - 8793 Sint-Eloois-Vijve**

**BE71-9796-3139-8869 - 0407.834.025 - KBZB 61**



**www.kwzc.be**