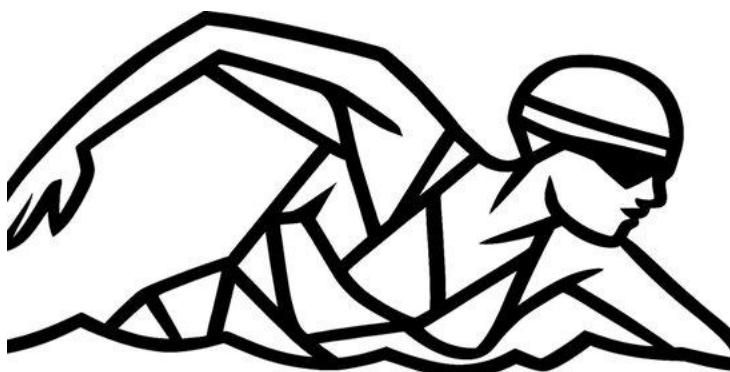




INTERN REGLEMENT

INHOUD

1.	ALGEMENE INFO	3
1.1	Historiek.....	3
1.2	Uitrusting van de club	3
1.3	Clubstructuur	3
1.3.1	BESTUUR	3
1.3.2	TRAINERS	3
1.3.3	JEUGDSPOORTCOÖRDINATOREN.....	3
1.3.4	SPORTSECRETARIAAT.....	4
1.3.5	AFGEVAARDIGDEN EN OFFICIALS	4
1.3.6	REDDERS	4
1.4	Betalingen	4
1.5	Verzekering.....	4
1.6	Organisaties van de club.....	5
1.7	Portretrecht	5
1.8	Grensoverschrijdend gedrag.....	5
2.	DE WACHTLIJST	5
3.	ZWEMSCHOOL	6
4.	COMPETITIEZWEMMERS.....	7
4.1	Trainingen competitiegroepen	7
4.2	Zwemstage.....	8
4.3	Wedstrijden	9
4.3.1	SELECTIE VOOR WEDSTRIJDEN	9
4.3.2	SOORTEN WEDSTRIJDEN	9
4.3.3	UITNODIGING	9
4.3.4	WEDSTRIJDUITRUSTING	10
4.3.5	ANDERE PRAKTISCHE INFO	10
5.	GEDRAGSCODE	11
6.	INFO EN CONTACTGEGEVENS.....	11



1. ALGEMENE INFO

Als club proberen wij iedereen de kans te geven om te zwemmen. Van leren zwemmen in de zwemschool tot sportief zwemmen in de competitie en masters. Dit verloopt op een manier waarbij rekening gehouden wordt met de wilskracht, capaciteiten en leeftijden van iedere zwemmer.

Dit reglement wordt aan elke zwemmer gegeven en is een leidraad voor het verdere verloop van de zwemactiviteit. Door het lidgeld te betalen, geeft u aan dat zowel beide ouders/voogd als de zwemmer kennis hebben van dit intern reglement en geven jullie aan akkoord te gaan met dit intern reglement. Lees dit dus zeker helemaal door. Het bevat de belangrijkste informatie en afspraken tussen de vereniging, de trainers, de ouders en de zwemmer.

1.1 Historiek

LZV is een zwemvereniging die in 1969 werd opgericht.

De vereniging is aangesloten bij de Vlaamse Zwemfederatie, een onderdeel van de Koninklijke Belgische Zwembond. De club heeft als thuisbasis de Durmehal, Sportlaan 3, 9160 in Lokeren, waar ook de meeste trainingen doorgaan.

De accommodatie bestaat uit een instructiebad en een 25-m bad met 6 banen en is eigendom van de stadsdienst.

LZV is opgesplitst in zwemschool, competitie, masters, open water zwemmen en sportzwemmen.

1.2 Uitrusting van de club

De clubuitrusting bij LZV bestaat uit een T-shirt, een short en een badmuts. Deze kledij wordt door de club voorzien aan de leden van de pré-competitie, competitie, masters en open water zwemmers. De kledij is verplicht te dragen op wedstrijden zodat we als club eenduidig overkomen en dat we onze sponsors respecteren en naar voor brengen.

1.3 Clubstructuur

Een sportclub als LZV draait enkel op de krachten van vrijwilligers. Zij zorgen voor het enthousiasme, de sfeer, de uitstraling en alles dat er bij een club bijkomt.

1.3.1 BESTUUR

Het bestuur bestaat, zoals het een VZW betaamt, uit een voorzitter, secretaris, penningmeester en een aantal bestuursleden. Het bestuur samen met enkele vrijwilligers (wachtlIJst, werking zwemschool, ondersteuning evenementen,...) staan in voor de dagdagelijkse werking van de club alsook voor geplande activiteiten.

1.3.2 TRAINERS

De hoofdtrainer is verantwoordelijk voor de werking van de pré-competitie en competitie en wordt daarin bijgestaan door de trainers. De hoofdtrainer beslist of er iemand mag doorschuiven naar pré-competitie of competitie. Ook beslist de hoofdtrainer wie wat zwemt op wedstrijden.

1.3.3 JEUGDSPOORTCOÖRDINATOREN

De jeugdsportcoördinatoren zijn verantwoordelijk voor de werking van de zwemschool. Zij sturen en begeleiden de lesgevers en beslissen over eventuele veranderingen en verschuivingen in de zwemschool.

1.3.4 SPORTSECRETARIAAT

Het sportsecretariaat zorgt ervoor dat deelnemers ingeschreven geraken bij wedstrijden. Dit geldt zowel voor Paco-, competitie- als voor masterwedstrijden. Het sportsecretariaat houdt ook van alle zwemmers de limiettijden en clubrecords bij. Op onze eigen wedstrijden zorgt het sportsecretariaat voor de uitnodiging van de clubs, het maken van het programma, het ingeven van de uitslagen,...

1.3.5 AFGEVAARDIGDEN EN OFFICIALS

De afgevaardigden en officials zijn noodzakelijk om te kunnen deelnemen aan officiële wedstrijden. De afgevaardigden ondersteunen de zwemmers en de club op wedstrijden, zij zijn daar namelijk het eerste aanspreekpunt. De officials zijn de scheidsrechters van het zwemmen. Zij zien erop toe dat iedereen volgens de regels deelneemt. Om te kunnen deelnemen aan een wedstrijd zijn er een aantal officials nodig afhankelijk van het aantal deelnemers.

1.3.6 REDDERS

Als club hebben wij ook redders nodig die aan het bad staan. Om bij LZV redder te zijn, is het verplicht een diploma hoger redder te hebben. Redders zijn noodzakelijk tijdens alle trainingsmomenten, alsook bij de organisatie van onze eigen wedstrijden.

1.4 Betalingen

Het lidgeld omvat deelname aan zwemlessen/trainingen, verzekeringspremie en bijdrage aan de Vlaamse Zwemfederatie.

Om aan competitie te mogen deelnemen is een medisch attest vereist. Dit wordt doorgegeven aan de Vlaamse Zwemfederatie. Na toewijzing van een licentienummer kan men starten met wedstrijdzwemmen.

Het lidgeld wordt 2 keer per jaar betaald binnen een periode van 14 dagen na uitnodiging ter betaling. Ouders/zwemmers die niet tijdig betalen, krijgen kort na de uiterste datum van betaling een brief of mail ter herinnering. Indien hier niet onmiddellijk gevolg aan wordt gegeven, zal de zwemmer van de ledenlijst worden geschrapt.

Leden die stoppen in de loop van het seizoen, alsook geschorste of uitgesloten leden, hebben geen recht op terugvordering van het betaalde lidgeld.

Het lidgeld is gekoppeld aan een aanbod van trainingsuren voor zowel zwemschool, competitie als masters. Het lidgeld wordt niet aangepast naar aanleiding van het minder aanwezig kunnen zijn dan het aanbod, om gelijk welke reden. Indien er sprake is van langdurige afwezigheid (meer dan 2 weken) vanwege ziekte, blessure of ..., kan er gesproken worden met het bestuur betreffende het lidgeld.

1.5 Verzekering

Iedere zwemmer is bij inschrijving automatisch verzekerd via de polis van de Vlaamse Zwemfederatie. Bij een ongeval moet men een ongevalsaangifte indienen (aangifteformulier te verkrijgen bij de secretaris van de club). Deze aangifte wordt binnen de 5 werkdagen na het ongeval terug bezorgd aan de secretaris. De verzekeringsmaatschappij zal later een ontvangstmelding aan het slachtoffer bezorgen. Ook bij de organisatie van evenementen wordt er voor de vrijwilligers een verzekering afgesloten.

1.6 Organisaties van de club

Als vereniging organiseren wij jaarlijks:

- wedstrijden voor zwemschool, competitie en masters, waarbij er telkens heel wat helpende handen nodig zijn.
- enkele evenementen om de clubkas te spijzen.
- Een zwemstage voor een selecte groep van zwemmers, met als doel een boost te geven aan hun prestaties
- Enkele infomomenten, algemene vergadering en een eetfestijn.

1.7 Portretrecht

Tijdens activiteiten van LZV of activiteiten waar de club aan deelneemt of meewerkt, kunnen vrijwilligers van LZV foto's en/of videobeelden maken. Deelname aan deze activiteiten betekent dat u toestemming verleent aan LZV om deze beelden in het kader van haar werking te publiceren. Deze beelden mogen op geen enkele manier door derden verspreid worden.

Het is tevens niet toegestaan dat er tijdens trainingen beeldmateriaal wordt genomen van zowel zwemmers, trainers als redders. Zowel niet van buiten als uit de cafetaria als in de kleedkamers. Melding hiervan kunnen resulteren tot uitsluiting uit de club.

1.8 Grensoverschrijdend gedrag

Elk kind moet met veel plezier komen trainen. Indien er enige vorm is van pestgedrag of ander grensoverschrijdend gedrag moet dit onmiddellijk gemeld worden aan de trainer en/of voorzitter en/of API (= aanspreekpunt voor integriteit). Deze persoon zal dan de kinderen en hun ouders samenroepen om het probleem in alle rust te bespreken. De nodige contactgegevens staan op onze website.

2. DE WACHTLIJST

Om lid van LZV te kunnen worden moet iedereen (zwemschool, competitie, masters, trainers, lesgevers, redders, officials, afgevaardigden, vrijwilligers,...) zich inschrijven via de website. Op die manier komen de persoonsgegevens terecht in de wachtlijst van de ledenadministratie. Deze lijst wordt regelmatig nagekeken. Inschrijven op de wachtlijst laten wij voor de zwemschool maar toe van 4,5 tot 9 jaar. Vanuit de wachtlijst worden de mensen uitgenodigd voor testmomenten en zo wordt er gekeken wat het niveau is van de leden. Van zodra er plaats is in de passende niveaugroep, worden de leden dan opgeroepen en uitgenodigd om het lidgeld te betalen.

3. ZWEMSCHOOL

De zwemschool heeft als doel de kinderen uit Lokeren en omstreken te leren zwemmen. Toch kunnen ook wij niet iedereen toelaten in onze zwemschool. Zoals zonet uitgelegd in de titel Wachtlijst, kunnen kinderen van 4,5 tot 9 jaar instromen in de zwemschool.

Leeftijd: 4.5 tot 11 jaar

Is ingedeeld in 3 groepen:

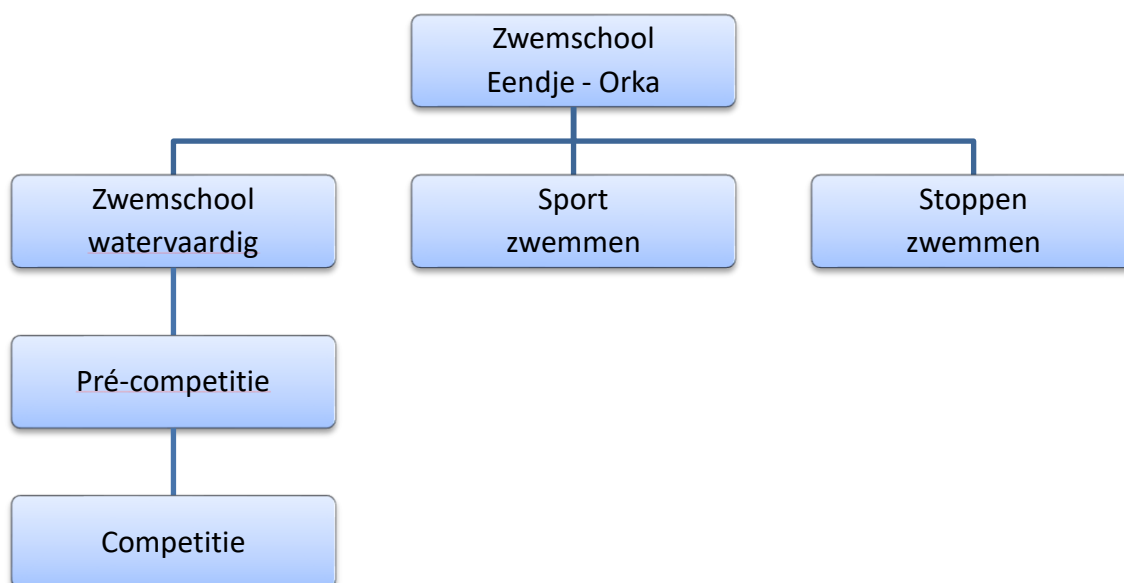
Groep	Kleuren van badmutsen
Watergewenning	ROOD, ORANJE, DONKER GEEL, FLUO GEEL
Groep 1	LICHT BLAUW, DONKER BLAUW
Groep 2	DONKER GROEN, LICHT GROEN

Groep 2 badmuts licht groen is ook het eindpunt van de zwemschool.

Als er op dat moment toch ambitie is om verder te gaan met zwemmen als sport, dan wordt er aan de hand van enkele criteria met de jeugdsportcoördinatoren en de hoofdtrainer gekeken op welk niveau.

Hieronder de 3 verschillende mogelijkheden:

Groep	Kleuren van badmutsen
Watervaardig	BRONS, ZILVER
Sportzwemmen	GOUD
Pré-competitie	ZWART



Watervaardig is enkel voor wie van zwemmen echt hun sport wil maken en dus wil deelnemen aan competitiewedstrijden. Er zijn nog een aantal criteria waaraan iemand, die in pré-competitie terecht wil komen, moet voldoen. Uiteindelijk is het de hoofdtrainer die beslist.

4. COMPETITIE

Alvorens naar de competitie te kunnen gaan, moeten de zwemmers technisch vaardig genoeg zijn in de verschillende erkende slagen (RS, VS, SS en VL), starten, keerpunten en aankomsten. Om dit na te streven, is er de pré-competitie. Zij trainen 3 keer per week en zijn opgesplitst in 2 groepen:

Précompetitie zonder licentie: diegenen die geen competitievergunning hebben en dus enkel kunnen deelnemen aan Paco wedstrijden

Pré-competitie met licentie: diegenen die een competitievergunning hebben en dus kunnen deelnemen aan competitiewedstrijden

Als de zwemmers al een behoorlijke technische en conditionele bagage hebben, kunnen zij doorstromen naar de competitiegroepen:

Competitiegroep C1: trainen 4 keer per week

Competitiegroep C2: trainen 4 (+1 voor een beperkte selectie) keer per week

Bij de competitiezwemmers in alle groepen (pré- en competitie) wordt er verwacht dat:

- 80% aanwezigheid op training.
- De zwemmers deelnemen aan alle eigen wedstrijden (georganiseerd door LZV).
- De zwemmers deelnemen aan minstens 5 competitiewedstrijden.
- De zwemmers en de ouders respect tonen naar iedereen in de club: trainers, redders, bestuursleden, personeel van de stadsdienst, alle vrijwilligers...
- 1 van de ouders van iedere zwemmer een actieve taak uitoefent om de club te ondersteunen. Taken zoals: bestuur, afgevaardigde tijdens wedstrijden, official, trainer, redder, organisatie... (vele handen maken licht werk).

Zwemmers die om het even welke reden niet voldoen aan de eisen van hun trainingsgroep (informeer naar de criteria van elke groep bij de hoofdtrainer), zullen na verwittiging naar sportzwemmen kunnen overgaan.

Alle LZV-zwemmers met een wedstrijdlicentie kunnen in aanmerking komen om over te gaan naar een hogere trainingsgroep. Het zijn de trainers van de huidige groep die hun zwemmer voordragen om na de beoordeling van de hoofdtrainer eventueel over te gaan naar een volgende en hogere groep.

De indeling in de zwembanen kan variëren per training. De indeling is afhankelijk van een aantal factoren zoals type training, tempo, afstand... en ook afhankelijk van de aanwezige zwemmers.

4.1 Trainingen competitiegroepen

Gemotiveerd naar de trainingen komen en graag en met ambitie deelnemen aan wedstrijden zijn de belangrijkste aspecten van het competitiezwemmen. We werken verder aan de vaardigheden van de zwemmer in de verschillende zwemstijlen, starten, keerpunten en onderwater. Dit vraagt de nodige technische capaciteiten en een goede fysieke en mentale belastbaarheid om de duur, de intensiteit en het volume van de trainingen aan te kunnen en de beoogde tijden op training en wedstrijd te kunnen behalen. Een vaste lijn, discipline en een grote inzet zijn noodzakelijk voor progressie. Daarom is het nodig zoveel mogelijk aanwezig te zijn op training en deze ook uit te zwemmen om ten volle het programma te kunnen benutten. 80% aanwezigheid is een vereiste in alle competitiegroepen.

Praktisch info:

- De zwemmers hebben elke training het nodige bij: badmuts, zwemvliezen, zwembril, peddels, vlotter en drinkbus met water of sportdrink. Ze dragen aangepaste zwemkledij zoals voorgeschreven in de wedstrijdreglementen.
- Voor en na de training begroet elke zwemmer de trainer(s).
- Voor aanvang van de zwemtraining begint de opwarming.
- Na de opwarming is het verplicht voor elke zwemmer om zich te douchen alvorens in het zwembad te gaan.
- De ouders zorgen ervoor dat hun zwemmer tijdig aanwezig is.
- Bij ziekte of kwetsuur wordt de hoofdtrainer verwittigd (bijv. via: trainers.lzv@gmail.com of een ander afgesproken communicatiemedium).
- Vervallen er trainingen (wegens wedstrijden e.d.) dan worden de zwemmers tijdig via mail verwittigd. De zwembaddirectie is ook op de hoogte van het feit dat de trainingen geschrapt zijn en laat tijdens die uren geen competitiezwemmers toe (geen personeel voorzien).
- LZV-zwemmers die op gelijk welke manier schade aanbrengen aan kledij, materiaal of gebouwen, zullen instaan voor de financiële gevolgen hiervan en kunnen naar gelang de ernst van de feiten, geschorst worden en eventueel uit het team worden gezet.
- Officiële mededelingen voor zwemmers en ouders worden via mail gecommuniceerd. Het is de verantwoordelijkheid van elke ouder en zwemmer om de informatiebronnen te raadplegen.

In het zwembad vallen de zwemmers onder de verantwoordelijkheid van lesgevers en trainers. De zwemmers verlaten nooit het zwembad tijdens de trainingsuren zonder toelating van de verantwoordelijke. Omgekeerd keren de zwemmers ook na de trainingen nooit terug naar het zwembad zonder toezicht van de trainer.

Tijdens het volgen van de trainingen is het belangrijk dat de ouders de zwemmers niet beïnvloeden of afleiden en zodoende de training niet verstoren. Is er nood als ouder aan een gesprek met een trainer, kan dit na een training georganiseerd worden.

4.2 Zwemstage

De hoofdtrainer bepaalt wie deel uitmaakt van de selectie. Om in aanmerking te komen moet de zwemmer minstens 80% van de aangeboden trainingen gemotiveerd aanwezig zijn en deelgenomen hebben aan minstens 80% van de wedstrijden waarvoor hij/zij tijdens het seizoen was uitgenodigd.

Een zwemmer die door een kwetsuur en/of ziekte of om het even welke andere reden niet in optimale conditie is en dus niet in staat is de trainingsarbeid op stage volledig af te werken, zal niet in de selectie opgenomen worden.

Geselecteerde zwemmers die voor aanvang van de stage ziek worden of een kwetsuur oplopen of om het even welke andere reden niet in staat zijn voluit te trainen, kunnen niet deelnemen aan de stage.

Zwemmers die zich schuldig maken aan wangedrag en zo de goede werking van de stage verstoren en hun gedrag niet aanpassen na waarschuwing, zullen volgend jaar niet meer mee kunnen op stage.

Op stage is geen bezoek toegelaten. Zwemmers die (ongewild) bezoek krijgen, dienen dit onmiddellijk aan de trainer te melden. De trainer zal de bezoeker vragen onmiddellijk te vertrekken en hem erop wijzen dat bezoek de stage verstoort en kan leiden tot uitsluiting

van de zwemmer uit de stage en uit de wedstrijden waarvoor de stage als voorbereiding dient. Indien de bezoeker hieraan geen gehoor geeft, wordt de zwemmer daadwerkelijk uitgesloten.

Bij uitsluiting en onderbreking van de stage zonder ernstige reden kunnen geen deelnamekosten teruggevorderd worden.

4.3 Wedstrijden

4.3.1 SELECTIE VOOR WEDSTRIJDEN

Er zijn wedstrijden geschikt voor elk niveau van zwemmers. De trainer beslist welke zwemmers uitgenodigd worden voor bepaalde wedstrijden. Het doel is een zo groot mogelijke variëteit aan stijlen en afstanden te zwemmen per seizoen voor jongere zwemmers. Oudere en meer ervaren zwemmers zwemmen in hun wedstrijden meer hun betere stijlen en afstanden. Voor sommige wedstrijden moet men de limiettijden hebben voor inschrijving.

Als de zwemmer ingaat op de uitnodiging om deel te nemen, zal hij/zij ingeschreven worden voor die wedstrijd. De club betaalt voor elke zwemmer het inschrijfgeld voor elke start.

Als de zwemmer zonder ernstige reden afwezig is op die wedstrijd, zal het inschrijfgeld voor elke gemiste start door de ouders volledig aan de club moeten terugbetaald worden.

De definitieve deelname aan de wedstrijd is afhankelijk van de aanvaarding van de inschrijvingen door de organiserende club of federatie en het voldoende aanwezig zijn van LZV officials, afgevaardigde en trainer.

4.3.2 SOORTEN WEDSTRIJDEN

Er zijn verschillende soorten wedstrijden:

- gewone wedstrijden voor iedereen: elke zwemmer kan hier in principe aan meedoen indien hij/zij hiervoor een uitnodiging ontvangt;
- specifieke wedstrijden: er zijn criteria om te mogen deelnemen aan de wedstrijd. De criteria zijn afhankelijk van het wedstrijdreglement. Enkele voorbeelden
 - Regionaal Criterium: zwemmers die een bepaalde tijd gehaald hebben, mogen hier niet meer aan deelnemen
 - Provinciale Kampioenschappen: er zijn minimum criteria en/of een maximum aantal deelnemers vastgelegd
 - Vlaamse Kampioenschappen: er zijn minimum criteria en/of limiettijden en/of een maximum aantal deelnemers vastgelegd
 - Belgische Kampioenschappen: er zijn limiettijden en/of een maximum aantal deelnemers vastgelegd
- wedstrijd in functie van bv. een nog te behalen doelstelling in samenspraak met de hoofdtrainer

4.3.3 UITNODIGING

Er bestaan 2 soorten uitnodigingen:

- De hoofdtrainer probeert maandelijks een mail te versturen met een link naar een google form om in te schrijven op de wedstrijden van de volgende maand. De meeste standaard gegevens van de wedstrijden staan dan vermeld op de google form en andere info kan je terugvinden op de website van de VZF. De google form moet je tijdig invullen of je wel of niet wenst deel te nemen. Is het antwoord te laat, dan kan je niet meer deelnemen;

- Mail waarop je wordt verwittigd dat je bent geselecteerd voor deelname aan een verplichte wedstrijd met datum en plaats. Dit gaat meestal over een Provinciaal, Vlaams of Belgisch kampioenschap of een internationale wedstrijd.

Wanneer je ingeschreven bent, kan alleen een doktersattest je afwezigheid staven. Dit moet dan ook worden afgegeven aan de trainer.

4.3.4 WEDSTRIJDUITRUSTING

Bij elke wedstrijd dragen de zwemmers bij vertrek hun volledige clubuitrusting.

Wat hebben we nog nodig tijdens de wedstrijd?

- Clubbadmuts (2), zwembriljetje + reserve, badslippers, meerdere zwembroeken of badpakken (naargelang het aantal wedstrijden dat moet worden gezwommen en het inzwemmen), handdoeken;
- sportvoeding, water en/of sportdrank;
- uiteraard zijn chips, snoep e.d. uit den boze;
- eventueel spelletjes, boek, muziek om de rust tussen de wedstrijden op te vullen;
- op sommige wedstrijden kan een stoeltje of veldbedje interessant zijn.

4.3.5 ANDERE PRAKTISCHE INFO

De zwemmers blijven gedurende de ganse wedstrijd bij de groep. Na hun wedstrijden kunnen ze, mits ze de trainer en de afgevaardigde verwittigen, de ouders vervoegen.

Soms worden er ook estafettes gezwommen, de selectie wordt meestal pas tijdens de wedstrijd meegedeeld. Bij thuiswedstrijden helpen de zwemmers mee bij het opruimen van het zwembad.

De ouders zoeken, liefst ook in groep, een plaats bij de toeschouwers, **niet** bij de zwemmers.

Alle zwemmers van de club worden aangemoedigd.

Een ouder van een competitiezwemmer wordt verwacht om te helpen en de club bij te staan. Indien hij/zij niet helpen, kunnen we bij een wedstrijd een selectie maken, die alleen de hoofdtrainer kan beslissen.

Wij bedanken de ouders die official willen zijn heel hard. Zij zorgen ervoor dat onze kinderen wedstrijden kunnen zwemmen. Zonder official geen wedstrijd.

Alle afgevaardigden blijven tot de allerlaatste zwemmer gezwommen heeft en tot wanneer de medailles uitgedeeld zijn. Ze laten de kinderen niet alleen bij de trainer. Zij stimuleren de zwemmers voor ze naar de start gaan.

Indien er problemen zijn met het aantal nodige LZV-officials op een wedstrijd, is het de hoofdtrainer die beslist welke zwemmer er niet kan deelnemen. Hij beslist de manier waarop hij de keuze maakt.

Soms worden de **medailles** uitgereikt tijdens de wedstrijd, maar meestal gebeurt dit op het eind van de wedstrijd. Er worden bijna altijd uitslagen uitgehangen, zodat iedereen kan volgen of er al dan niet een medaille behaald is. Zwemmers gaan, volledig in clubuitrusting, zelf hun medaille afhalen.

5. GEDRAGSCODE

Onze gedragscode vind je op onze website
<https://www.lokersezwemvereniging.be/wiezijnwij>.

6. INFO EN CONTACTGEGEVENS

Alle nodige informatie en nieuws is te vinden via LZV
www.lokersezwemvereniging.be.
Contactgegevens: lokersezwemvereniging@gmail.com



“LZV – Waar sport talent vormt en karakter laat groeien.”



“LZV – Sterk in het water, sterker als mens.”