

## Wat heeft LZV te bieden?

LZV is een Zwemclub waar je vanaf 5 jaar kan leren zwemmen of de zwemsport competitief kan beoefenen.

Vanaf 9 jaar kan je deelnemen aan wedstrijden. Hiervoor bieden we afhankelijk van de leeftijd tot 5x per week trainingen aan.

We streven daarbij goede prestaties na, maar school en huiswerk komen daarbij nog steeds op de eerste plaats.

LZV doet ook aan open water zwemmen. Vanaf de leeftijd van 11 jaar kan je als competitiezwemmer tijdens de zomermaanden deelnemen aan open water wedstrijden in België. Dit zijn wedstrijden in een meer, kanaal, vaart, ... over een afstand van minstens 1 km.

Om de technieken aan te leren laten we onze zwemmers begeleiden door gekwalificeerde trainers. We streven ernaar om de trainingen en wedstrijden gedisciplineerd en veilig te laten verlopen. Zwemmen is gezond en elke zwemmer moet gelijkwaardig behandeld worden.

Om dit alles te bereiken staan we achter een open communicatie tussen :

Bestuur en Trainers

Bestuur en Ouders

Bestuur en Zwemmers

Trainers en Zwemmers

Trainers en Ouders

## Wat kost je lidmaatschap?

Men kan lid worden van de LZV vanaf de leeftijd van 5 jaar.

Tarieven	Prijs / jaar	Inschrijving vanaf 1/4	Inschrijving van 1/9
Zwemschool (W1) W2 Z1 Z2	€ 180	€ 140	€ 100
Zwemschool van 2° kind aangesloten bij LZV	€ 170	€ 130	€ 90
Zwemschool Z3 Z4 Z5	€ 240	€ 190	€ 140
Zwemschool van 2° kind aangesloten bij LZV	€ 230	€ 180	€ 130
Pre-competitie + competitie	€ 350		
Pre-competitie + Competitie van 2° kind bij LZV	€ 340		
Masters + Recreatie	€ 180	€ 140	€ 100

Het lidgeld omvat :

- het lidmaatschap LZV
- het lidmaatschap Vlaamse Zwemfederatie vzw
- de verzekering
- toegang tot het zwembad tijdens de trainingen
- toegang tot het zwembad tijdens wedstrijden

Het rekeningnummer van de LZV vzw is **BE35 2930 0988 2537**.

**Wanneer iemand tijdens het jaar overstapt van de zwemschool naar de pré-competitie / competitie dan wordt er 9 euro per resterende maand lidmaatschap aangerekend.**

De competitiezwemmers zijn verplicht een competitievergunning te hebben van de Vlaamse Zwemfederatie/KBZB. Deze wordt door de Lokerse Zwemvereniging vzw aangevraagd en betaald.

De LZV vzw behoudt zich het recht om zowel de lidgelden als de inkomgelden aan te passen indien dit nodig is.

Al onze inschrijvingen gebeuren via onze website. U kind komt dan automatisch op onze wachtlijst. Zo hebben wij als club een duidelijk overzicht over het aantal aanvragen . Via mail worden de nieuwe leden op de hoogte gebracht wanneer zij kunnen starten .

## Organisatie en Werking van de Zwemschool

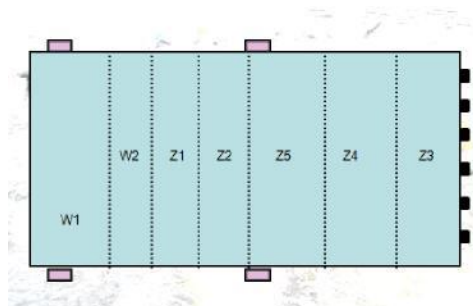
Verschillende groepen met hun hoofddoelen:

- W1 - Kreeftje:** algemene watergewenning en ontwikkelen van een goed watergevoel met een aantal basisbewegingen en controle over de aquatische ademhaling
- W2 - Visje:** benen rug met plank, pijlfases, overgang naar benen rug zonder een hulpmiddel.
- Z1 - Zeepaardje:** vervolmaken benen rug en beginnen met de armen rug, aquatische ademhaling op de buik
- Z2 - Otter:** vervolmaking rugslag, benen crawl, beginnen met armen crawl
- Z3 - Zeeleeuw:** aanleren volledige crawl
- Z4 - Kikker:** aanleren schoolslag
- Z5 - Orka:** vervolmaking alle slagen + vlinderslag initiatie



### Schema zwembad

#### Maandag en Woensdag



## Vervolmaking

Na het beëindigen van de zwemschool (geslaagd als Orka – Z5), kan men naar vervolmaking overstappen indien men geen competitie wenst te zwemmen.

## Training competitiezwemmers

De competitiezwemmers trainen tot vijf maal per week.

Om aan de competities te mogen deelnemen is een zwemlicentie verplicht. Deze wordt door de Lokerse Zwemvereniging vzw aangevraagd bij de Vlaamse Zwemfederatie. Voor de jeugd wordt deze pas aangevraagd na schriftelijk akkoord van de ouder(s) of voogd. Wanneer een kind regelmatig en goed traint en interesse vertoont in competitiezwemmen zullen wij uiteraard een dergelijke licentie aanbevelen.

Jaarlijks nemen onze competitiezwemmers, zowel de jongeren als de masters, deel aan tal van wedstrijden. We verwachten van onze competitiezwemmers het engagement om **jaarlijks** ook effectief aan **minstens 5** wedstrijden deel te nemen.

Vanaf **27/2/2022** trainen we in andere zwembaden, wegens de sluiting van het Durmebad. Hieronder vind je het overzicht. We hebben getracht voor alle leden van de club zwemwater te vinden, en hopen jullie te mogen blijven verwelkomen!

<i>Groep</i>	<i>Zwembad</i>	<i>Dag</i>	<i>start</i>	<i>stop</i>
G1 G2	Temse	Woensdag	19u00	20u30
	Wachtebeke	Vrijdag	20u00	21u30
	Wachtebeke	Zaterdag	16u30	18u00
G3	Wachtebeke	Maandag	20u00	21u00
	Temse	Woensdag	20u30	21u45
	Wachtebeke	Vrijdag	20u00	21u30
	Wachtebeke	Zaterdag	7u30	9u00
	Wachtebeke	Zaterdag	16u30	18u00
G4	Wachtebeke	Maandag	20u00	22u00
	Temse	Woensdag	20u30	21u45
	Wachtebeke	Vrijdag	20u00	21u30
	Wachtebeke	Zaterdag	7u30	9u00
	Wachtebeke	Zaterdag	16u30	18u00
Masters/Recreanten	Wachtebeke	Zaterdag	7u30	9u00
Zwemschool (W1) W2 Z1 Z2	Wachtebeke	Maandag	19u00	19u30
Zwemschool Z3 Z4 Z5	Wachtebeke	Maandag	19u30	20u00
	Wachtebeke	Zaterdag	16u30	17u00

## Wedstrijden in binnenbad

De Lokerse Zwemvereniging vzw neemt deel aan de belangrijkste zwemmers zodat de evolutie van de zwemmers duidelijk wordt en natuurlijk ook in functie van het behalen van selectietijden. Uiteindelijk proberen we met zoveel mogelijk zwemmers deel te nemen aan de Belgische (Jeugd) Kampioenschap.

Af en toe neemt ook LZV deel aan PACO-wedstrijden voor leden van de zwemschool en precompetitie tussen 6 en 12 jaar. Tijdens deze competities krijgen onze jonge beloftes de kans om hun kunnen te testen.

## Open Water

De Lokerse Zwemvereniging vzw is ook buiten actief.

Van eind juni tot begin september organiseren verschillende steden / clubs open water wedstrijden . Het gaat hier om een 11-tal wedstrijden, met afstanden van 1000 tot 5000 meter, waar we bijna elk weekend met meerdere zwemmers van LZV aan deelnemen. Wie wil deelnemen moet minimum 11 jaar zijn én een competitievergunning hebben.

## Wie is wie bij LZV?

Samenstelling raad van bestuur van de Lokerse Zwemvereniging vzw

<b>Voorzitter</b>	<b>Tim van der Heyden</b>
<b>Algemeen secretariaat</b>	<b>Tom Van Cauteren</b>
<b>Penningmeester</b>	<b>Brian Saeys</b>
<b>Organisatie festiviteiten</b>	<b>Joke van der Burgt / Kristel Hemelaer</b>
<b>Kledij</b>	<b>Kristel Hemelaer</b>
<b>Website</b>	<b>Tim van der Heyden</b>
<b>Planning</b>	<b>Brian Saeys</b>
<b>Nieuwsbrief / facebook</b>	<b>Joke van der Burgt / Brian Saeys</b>
<b>Hoofdtrainer</b>	<b>Jürgen Felies / Tim Lammens</b>
<b>API</b>	<b>Joke van der Burgt</b>
Functies buiten het bestuur:	
<b>Beheerder wachtlijst</b>	<b>Dany Saeys</b>
<b>Sportsecretariaat competitie</b>	<b>Vanessa Vercauteren</b>
<b>Sportsecretariaat open water</b>	<b>Katty Hautman</b>
<b>Officials</b>	<b>Vanessa Vercauteren / Nancy De Gucht</b>

Het bestuur van LZV is te bereiken op volgend email adres : [lokersezwemvereniging@gmail.com](mailto:lokersezwemvereniging@gmail.com)

**Website: [www.lokersezwemvereniging.be](http://www.lokersezwemvereniging.be)**