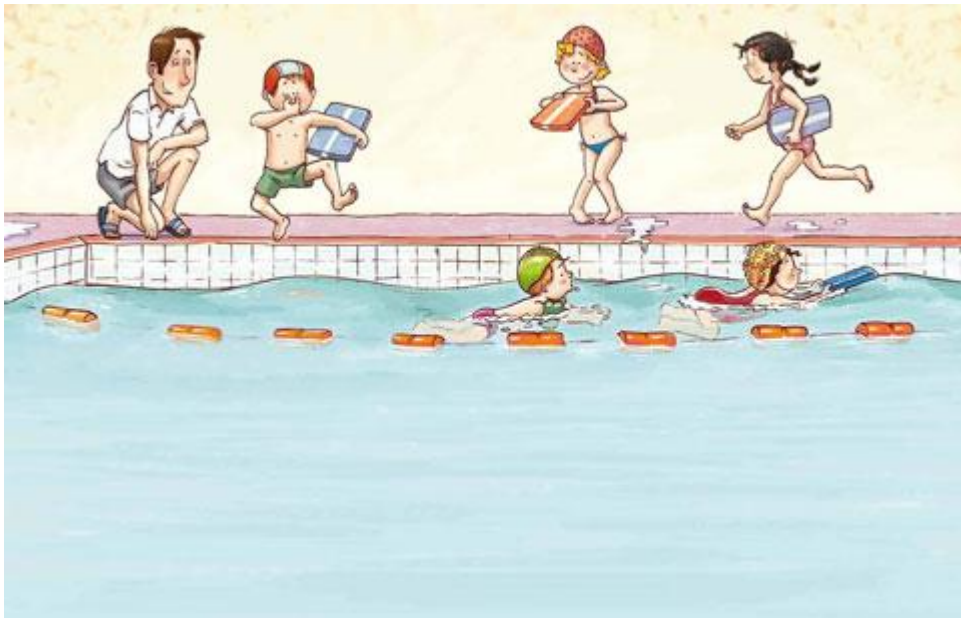


Welkom in de zwemschool van  
Swimming Club Zaventem vzw !



INFORMATIEBROCHURE



## Inhoud

1. Welkom!	2
2. Hoe inschrijven?	2
3. De zwemuren	3
4. Hoe verloopt de eerste les?	3
5. Het zwemseizoen	4
6. Indeling van de niveaus	4
6.1. Niveaus	4
6.2. Fast Track	4
6.3. Wat leren de kinderen in de verschillende niveaus?	5
7. Enkele leefregels binnen onze zwemschool	5
8. Verzekering	5
9. De zwemschool: ook voor tieners en volwassenen	6
9.1. Sportief zwemmen	6
9.1.1. Trainingsuren	6
9.2. Volwassenen	6
9.2.1. Trainingsuren	6
10. Wie is wie in de zwemclub?	7
11. Extra weetjes	7

## **1. Welkom!**

U wilt uw kind inschrijven of uw kind start in de zwemschool van Swimming Club Zaventem vzw. Kinderen kunnen starten vanaf de leeftijd van 4 jaar en kunnen in de zwemschool blijven tot de leeftijd van maximum 12 jaar.

Het doel van onze zwemschool is kinderen vertrouwd te maken met het water en het aanleren van de basiszwemslagen. Hiervoor is de zwemschool onderverdeeld in verschillende niveaus met stijgende moeilijkheid.

Concreet komt het erop neer dat, wanneer een kind de volledige zwemschool doorlopen heeft, hij/zij normaal 200 meter kan zwemmen zowel in rugslag, schoolslag als crawl en dit alles met de bijhorende keerpunten. Vlinderslag wordt pas na de zwemschool in de groepen competitie en sportief zwemmen aangeleerd.

Indien uw kind na de zwemschool nog verder wilt blijven zwemmen, biedt SCZ zowel een competitiegroep als een recreatiegroep (sportief zwemmen) aan.

## **2. Hoe inschrijven?**

U dient zich in te schrijven via onze web site "www.scz.be". Om uw kind in te schrijven bestaan er leeftijdsvoorwaarden. Voor u uw kind inschrijft is het best deze eens te consulteren op onze website: [scz>zwemschool>leeftijdsvoorwaarden](#).

Als u uw kind heeft ingeschreven op de website dan komt u op een wachtlijst te staan.

Zodra we zicht hebben op de beschikbare plaatsen sturen we een mail naar de ganse wachtlijst om te weten of u nog steeds geïnteresseerd bent om in de zwemschool in te schrijven. Je krijgt dan enkele dagen de tijd om te reageren. Uit de positieve reacties worden dan enkele kandidaten geselecteerd. We geven de eerste prioriteit aan broers en zussen van bestaande leden, dan komen inwoners van groot Zaventem aan de beurt.

Een proefles kun je niet volgen door het feit dat er een wachtlijst is.

Twee keer per jaar - september en februari - kunnen de kinderen, mits een geslaagde evaluatie, doorschuiven naar een hoger niveau. Bij die gelegenheid komen er plaatsen vrij en aanvaarden we nieuwe kinderen.

Het bedrag van het lidgeld kunt u vinden op onze website en is pas te betalen als u een uitnodiging voor betaling heeft ontvangen.



### 3. De zwemuren.

Wij werken in de zwemschool met een A en een B groep. Wanneer je je inschrijft kun je best al noteren in het kader "meer informatie" in welke groep je je kind wilt inschrijven.

Als je wilt dat je kind 2 maal in de week komt zwemmen, zal dit altijd in de zelfde groep zijn, er kan bijvoorbeeld NIET op dinsdag in groep A en op zaterdag in groep B worden ingeschreven.

Dag	Groep	Uren	Locatie
Dinsdag	Groep A	18.30 - 19.15	Zaventem
Zaterdag	Groep A	17.00 - 18.00	Zaventem
Dinsdag	Groep B	19.15 - 20.00	Zaventem
Zaterdag	Groep B	18.00 - 19.00	Zaventem

Tijdens de schoolvakanties is er geen les. De lessen hernemen gewoonlijk de laatste zaterdag van de vakantie. Raadpleeg bij twijfel de kalender op de website: [www.scz.be](http://www.scz.be).

### 4.Hoe verloopt de eerste les?

Wanneer uw kind mag beginnen bij de zwemschool zijn er bepaalde regels in acht te nemen.



De kinderen mogen pas de kleedkamers binnen 5 minuten voor de zwemles. Er zijn 3 klascabines en 4 familiecabines beschikbaar.

De klascabine 1 en in de 4 familiecabines mogen worden gebruikt door de kinderen die nog hulp nodig hebben van hun ouders met omkleden. Jongens en meisjes zitten hier dan ook gemengd.

Klascabine 2 wordt gebruikt door alleen de meisjes en klascabine 3 door alleen de jongens

Het is verboden om de individuele kleedcabines te gebruiken en om met uw schoenen aan in de gang aan de andere kant van de kleedcabines te komen.

Eens omgekleed gaan de kinderen naar het zwembad en blijven aan de muur na de douches staan tot er iemand hen komt halen. U mag NIET mee het zwembad binnen gaan.

Bij de eerste les wordt uw kind geëvalueerd om te zien of het niveau waarin hij/zij is ingeschreven de juiste is voor uw kind.

Bij de eerste les ontvangt uw kind een badmuts om aan te geven bij welk niveau uw kind hoort.

**Het dragen van deze badmuts is verplicht** en wij vragen u om uw kind te helpen deze op te zetten voor de les begint.

Aan het einde van de les gaan de kinderen zelf, na het douchen, naar de kleedcabines of de kleedkamers. U kunt ze hier opwachten indien u uw kind moet helpen met aankleden.

## 5. Het zwemseizoen.

Het zwemseizoen start half september en eindigt eind juni. Ongeveer in de helft van het seizoen (februari) is er een eerste evaluatie. De kinderen leggen een test af. Indien uw kind voldoet aan de doelstellingen van dat niveau ontvangt hij/zij een brevet en gaat hij/zij over naar een hoger niveau. Op het einde van het seizoen (juni) volgt de tweede evaluatie met opnieuw de mogelijkheid om over te gaan naar een hoger niveau.

Verder zijn er twee tussentijdse evaluaties (november en april). De kinderen ontvangen dan ook een evaluatierapport maar blijven echter wel in het zelfde niveau.

## 6. Indeling van de niveaus.

### 6.1. Niveaus.

Er zijn 7 niveaus in onze zwemschool:

- De oranje "Nemo" badmutsen instap jonger dan 5 jaar
- De witte "haaien" badmutsen instap jonger dan 6 jaar
- De lichtblauwe "Nemo" badmutsen instap jonger dan 7 jaar
- De rode badmutsen instap jonger dan 8 jaar
- De groene badmutsen instap jonger dan 9 jaar
- De gele badmutsen
- De donkerblauwe badmutsen



Tijdens de zwemschool trainen ook "de eendjes"(licht paarse badmutsen). Dit is de voorbereidende competitiegroep. Is uw kind een goede zwemmer dan kan het zijn dat uw kind wordt uitgenodigd om bij deze groep te komen zwemmen maar dit enkel vanaf 8 jaar en vanaf niveau groene badmutsen. Deze uitnodigingen worden aan het begin van het zwemseizoen verstuurd.

Bij overgang naar een hoger niveau ontvangen de zwemmers een nieuwe badmuts.

### 6.2. Fast Track.(oranje SCZ-badmutsen)

Er is sinds dit seizoen een nieuwe groep bij gekomen speciaal gericht op kinderen die wel schoolslag kunnen zwemmen maar geen crawl of rugslag. Dit is de groep Fast Track.

Bij Swimming Club Zaventem wordt na de watergewenning de rugslag als eerste stijl aangeleerd. Kinderen die privé les volgden kunnen meestal wel een lengte zwemmen maar enkel in schoolslag. Volgens hun vaardigheden zouden ze dus in de eerste groep moeten starten. Maar die is gericht op kinderen van 5-6 jaar.

De Fast Track groep is gericht op iets oudere kinderen (6-8 jaar) die reeds een lengte kunnen zwemmen. In een kleine groep krijgen ze een aangepaste training met de bedoeling hen zo snel mogelijk in het reguliere zwemschool circuit in te delen. De groep wordt beperkt tot 10 kinderen.

De Fast Track lessen gaan door elke zaterdag van 19:00 tot 20:00 in het kleine bad van het zwembad.

### **6.3. Wat leren de kinderen in de verschillende niveaus?**

Vier keer per jaar worden de kinderen geëvalueerd. Twee keer hebben ze mogelijkheid over te gaan naar een hoger niveau. Op de website kunt u lezen welke doelstellingen er per niveau bereikt moeten worden.

Regelmatig herbekijken we de vaardigheden per niveau. Het is de bedoeling dat 90 % van de kinderen op het moment van de evaluatie overgaan naar een hoger niveau. Na 3-4 jaar hebben ze dan de volledige zwemschool doorlopen. Dit vereist natuurlijk ook dat het kind voldoende regelmatig aanwezig is (liefst twee keer per week).

De beslissing om over te gaan naar een hoger niveau of op het huidige niveau te blijven ligt bij de trainers. U kunt hen uiteraard altijd aanspreken voor meer informatie.

### **7. Enkele leefregels binnen onze zwemschool.**

- De zwemmers staan onder toezicht van de lesgevers en redders. Zolang deze laatsten niet aanwezig zijn is het verboden het zwembad te betreden. De kinderen dienen aan de douches te wachten tot wanneer de redders en lesgevers er zijn.
- Het zwembad "De Motte" is waarschijnlijk het best onderhouden en properste zwembad van Vlaams-Brabant. De directie stelt hoge eisen aan het personeel maar ook aan de bezoekers. Het bestuur zal dan ook zonder aarzelen het lidmaatschap verbreken van elke persoon die een niet aangepast gedrag vertoont.
- Ouders mogen de kleine kinderen helpen bij het uit- en aankleden, doch enkel in de daartoe voorziene cabine. Het is echter niet toegelaten de gangen langs de zijden van de cabines en het zwembad met schoenen te betreden.
- Enkel de aan SCZ toegewezen kleedcabines mogen gebruikt worden.
- Het zwembad, de douches en kleedcabines moeten op tijd verlaten worden. In het geval van een avondtraining moet het zwembadpersoneel op tijd kunnen afsluiten. In het geval van een training overdag moet er plaats gemaakt worden voor het reguliere publiek.
- Kinderen in de zwemschool ontvangen een SCZ badmuts in de kleur van hun niveau. Het dragen van deze badmuts is verplicht. Bij verlies of beschadiging dient het kind bij de trainer een nieuw exemplaar te kopen.
- De voertaal in de zwemclub is Nederlands. Alle leden dienen de voertaal voldoende te beheersen ten einde de instructies van de lesgevers te kunnen opvolgen zonder dat er een bijkomende vertaling nodig is.

### **8. Verzekering.**

Wanneer het lidgeld betaald is, is de zwemmer verzekerd via de Vlaamse Zwemfederatie. Meer informatie hierover vindt u op hun website [www.zwemfed.be](http://www.zwemfed.be).

## 9. De zwemschool: ook voor tieners en volwassenen.

### 9.1. Sportief zwemmen.

In de groep " sportief zwemmen " is het vooral de bedoeling om eens te komen zwemmen als ontspanning. De tieners die in deze groep zwemmen hebben geen belangstelling om wedstrijden te zwemmen. De trainingen zijn bijgevolg ook veel minder wedstrijd-gericht.

Er wordt 2 maal per week gezwommen. We verwachten wel van de tieners dat er gezwommen en niet gespeeld wordt. De voorwaarde is dat de tieners 50 meter kunnen zwemmen en minstens 2 van de volgende stijlen beheersen: crawl, rugslag of schoolslag. Je kunt in de groep sportief zwemmen terecht wanneer je de zwemschool volledig doorlopen hebt en dit tot en met de leeftijd van 16 jaar.



#### 9.1.1 Trainingsuren :

Dag	Groep	Uren	Locatie	Opmerking
Maandag	Groep A	20.00 - 21.00	Zaventem	1 baan
Zaterdag	Groep A	16.00 - 17.00	Zaventem	1 baan
Dinsdag	Groep B	20.00 - 21.00	Zaventem	1 baan
Zaterdag	Groep B	19.00 - 20.00	Zaventem	1 baan

### 9.2. Volwassenen.

In deze groep proberen we de volwassenen de 3 zwemstijlen aan te leren, namelijk schoolslag, crawl en rugslag. Vlinder wordt ook aangeleerd maar in mindere mate.

We verwachten echter wel dat, wanneer u zich inschrijft, u reeds 1 van de 3 zwemstijlen onder de knie heeft. Wij proberen dan die stijl nog wat te verbeteren en de andere stijlen aan te leren. Een echte beginnersgroep is er niet meer wegens een gebrek aan interesse.

#### 9.2.1 Trainingsuren:

De volwassen groep richt zich in eerste plaats tot de ouders van de kinderen van de zwemschool. Op zaterdag namiddag beschikken we over 2 banen in het zwembad en dit 1 uur voor de zwemschool.

Volwassenen die twee keer per week wensen te zwemmen kunnen zich bijkomend inschrijven voor de groep op dinsdag. Aangezien er slechts 1 baan beschikbaar is wordt deze groep beperkt tot 10 inschrijvingen.

Verder voorzien we nog de mogelijkheid tot vrij zwemmen. Op zaterdagavond is er één baan vrij voor maximaal 10 inschrijvingen. Er is voor dit uur geen trainer voorzien.

### Trainingsuren groep 1

Dag	Uren	Locatie	Opmerking
Zaterdag	16.00 - 17.00	Zaventem	2 banen

### Trainingsuren groep 2

Dag	Uren	Locatie	Opmerking
Dinsdag	20.00 - 21.00	Zaventem	1 baan

### Trainingsuren groep 3 (vrij zwemmen)

Dag	Uren	Locatie	Opmerking
Zaterdag	19.00 - 20.00	Zaventem	Vrij zwemmen - 1 baan

## 10. Wie is wie in de zwemclub?

Wie de lesgevers zijn en wie er in het bestuur zitten kun je allemaal bekijken op onze website. SCZ wordt geleid door een groep vrijwilligers. Daarom geven wij ook geen telefoonnummers vrij. U kunt het bestuur bereiken via de E-mail adressen die u op de website vindt. Voor elke groep is er een gediplomeerde lesgever voorzien samen met lesgevers in opleiding.

## 12. Extra weetjes:

\* Jaarlijks houdt SCZ een zwemmarathon. De bedoeling is om geld in te zamelen voor de werking van de club. Het secretariaat houdt u hiervan op de hoogte.

\* Er wordt 1 keer per zwemjaar de mogelijkheid gegeven aan de zwemmers om een brevet te halen. Ook hierover krijgt u tijdig bericht.

\* SCZ neemt ook deel aan "Paco-wedstrijden". Dit zijn vriendschappelijke wedstrijden om kinderen op een ludieke manier kennis te laten maken met het competitiezwemmen. Ook SCZ organiseert ieder jaar een Paco-wedstrijd. Je kunt hieraan deelnemen vanaf de rode badmutsen. Meer informatie vindt u op de website [www.paco.be](http://www.paco.be).

\* SCZ organiseert op het einde van het zwemjaar ook een clubkampioenschap waar zwemmers van onze club door middel van handicaps het tegen elkaar kunnen opnemen. Er wordt een aparte rangschikking opgemaakt voor competitiezwemmers en niet-competitiezwemmers.

\* SCZ organiseert jaarlijks ook een eetfestijn.