



Clubkampioenschappen ~ 23 juni 2019

Beste zwem- en waterpololeden,

Op **zondag 23 juni a.s.** om **16.00 uur** zijn de jaarlijkse CLUBKAMPIOENSCHAPPEN in zwembad "de Schaeck" te Twello. Dit is een onderlinge zwemwedstrijd tussen Proteus-leden.

Per leeftijdscategorie (en voor jongens en meisjes apart!) wordt een clubkampioen bepaald aan de hand van een optelsom van alle gezwommen tijden. Winnaar wordt hij of zij met de laagste totale tijd. Als beloning staat hier natuurlijk een echte medaille tegenover en je krijgt een certificaat met al je gezwommen tijden!

De te zwemmen afstanden zijn voor de rugslag, schoolslag en vrije slag als volgt:

Kinderen <8 jaar (geboortjaar 2011 of later):	25 meter
Kinderen <12 jaar (geboortjaar 2007-2010):	50 meter
Overige deelnemers (geboortjaar 2006 of eerder):	100 meter

De vlinderslag telt voor de deelnemers tot 12 jaar niet mee voor de bepaling van clubkampioen, maar als je je opgeeft, mag je deze slag wel zwemmen. Voor iedereen vanaf 12 jaar telt de vlinderslag wel mee.

Jeugd <16 jaar (geboortjaar 2003 of later):	25 meter
Overige deelnemers (geboortjaar 2002 en eerder):	50 meter

Als 2^e onderdeel hebben we een wedstrijdelement om te bepalen wie de snelste dame en heer is op de **50 meter vrij!** Je mag je ook alleen voor dit onderdeel opgeven en hoeft dus niet het gedeelte van de Clubkampioenschappen te zwemmen (al mag dat natuurlijk wel!). Zowel de snelste dame als de snelste heer krijgt een beker voor haar/zijn prestatie.

Als 3^e onderdeel kun je je opgeven voor de **200 meter wissel**slag. Dit is wederom een aparte afstand, die niet meetelt voor de bepaling van de clubkampioen. De wisselbeker is voor diegene, die het snelst de 200m wisselslag zwemt in vergelijking tot haar/zijn richttijd (records per leeftijd volgens de KNZB). Iedereen die hier aan mee wil doen, moet zich daarvoor apart opgeven.

Iedereen die mee wil doen, moet zich alleen nog even **opgeven vóór zaterdag 15 juni** door onderstaand strookje te mailen (contactgegevens staan op het opgavenstrookje). Graag voor alle onderdelen aangeven of je wel of niet mee doet!

Tot slot: zorg dat je om **15.30 uur aanwezig** bent, zodat we kunnen controleren of iedereen er is en zodat we met z'n allen gelijk het bad kunnen opbouwen. Aansluitend hebben we 15 minuten om in te zwemmen en daarna starten we met de wedstrijd.

Wij hopen alle zwemmers en hun familieleden/vrienden op deze dag in het zwembad te mogen begroeten (toegang is natuurlijk gratis!). Tot ziens op 23 juni!

Met vriendelijke groet,
Zwemcommissie

Opgavestrook clubkampioenschappen 23-06-2019

Naam:

Geb. datum:

- ik doe **wel / niet** mee aan de Clubkampioenschappen
- ik doe **wel / niet** mee aan de vlinderslag
- ik doe **wel / niet** mee aan de 50m. vrije slag
- ik doe **wel / niet** mee aan de 200m. wissel

Dit strookje inleveren vóór vrijdag 15 juni per mail: zwemmen@proteus.nu

Vul a.u.b. alle gevraagde gegevens hierboven in, dat maakt het samenstellen van het programma een stuk makkelijker!