

# KAZSC ZWEMFEEST



## PROGRAMMA

Zondag 7 juni 2015  
Zwembad Groenenhoek Berchem



### Deelnemende clubs :

Arvicola Zwemclub Kalmthout (AZK)

Heistse Zwemclub Arduas (HZA)

Koninklijke Antwerpse Zwemclub Scaldis (KAZSC)

Zwemvereniging Lier (ZVL)

KAZSC  
lid van

**BRABO**  
ANTWERPEN

Ondersteund door het Topsportfonds  
van de Stad Antwerpen

**speedo** 





Opgericht in 1895

## Koninklijke Antwerpse Zwemclub Scaldis <sup>VZW</sup>

Maatschappelijke zetel: Amandus Geenenlaan 36, 2100 Deurne  
Aangesloten bij de Vlaamse Zwemfederatie – Stamnummer 002  
www.kazsc.be Bankrekening: BE61 7380 2536 5017

### Splash spel: Water overbrengen

#### Timing:

- 1ste Splash-spel voor -8 jarigen: tussen wedstrijd 3 en 4.
- 2de Splash-spel voor 9-12 jarigen : tussen wedstrijd 11 en 12.

#### Vorbereiding:

- Eén ploeg per baan
- Eén ploeg bestaat uit ongeveer 15 zwemmers.
- Voor elke ploeg zijn plankjes en bekertjes voorzien.
- De ploeg zet zich klaar aan de startblokken.

Tijdopnemer staat aan de andere kant en zet emmer klaar.

#### Uitvoering:

- Op het startsignaal start de eerste zwemmer met gevulde beker op plank;
- Na ca 10" klinkt een nieuw startsignaal en mag de volgende zwemmer starten
- Aan de overkant beker in emmer leegmaken en uit het water komen.
- De zwemmers **stappen** terug (met plankje en beker) langs de badrand naar hun ploeg. Plank en beker worden doorgegeven aan de volgende zwemmer zonder plank en beker.

Het spel stopt zodra de 1<sup>ste</sup> emmer overloopt. De tijdopnemer controleert de emmer. Bij het overlopen van de emmer geeft hij/zij signaal om het spel te stoppen.

#### Klassement:

volgens hoeveelheid water in emmer.

### Splash aflossing: Blindenrace

#### Vorbereiding:

- Per ploeg 4 zwemmers.
- Voor elke ploeg is een geblindeerd zwembriljetje voorzien.
- 2 Zwemmers zetten zich klaar aan de startblok.
- De andere 2 zwemmers zetten zich klaar aan de overkant.

#### Uitvoering:

- We starten met 25m blind zwemmen, aan de overkant het briljetje doorgeven en terug 25m blind. Daarna 25m zwemmen met kleren aan, aan de overkant de kledij doorgeven en terug 25m zwemmen. Hierna mag er op de bodem van het diepe een 'drinkebus' opgeduikt worden met daarin de medailles.
- Welke groep kan deze proef het snelst uitvoeren?

KAZSC  
lid van

BRABO  
ANTWERPEN

Ondersteund door het Topsportfonds  
van de Stad Antwerpen



speedo®





KAZSC Paco Zwemfeest  
Berchem, 7/6/2015



Programmanr. 1  
7/06/2015 - 14:00

25m schoolslag

6 - 8 jaar  
Startlijst

	M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		
<u>Serie 1 van 4</u>					<u>Serie 2 van 4</u>						
1	PATEL, Ziya	D	07	KAZSC	NT	1	GASTMANS, Loni	D	07	ZVL	NT
2	TESSEUR, Matea	D	08	KAZSC	NT	2	MIRECKI, Helena	D	08	KAZSC	NT
3	VAN RAEMDONCK, Kaat	D	08	AZK	NT	3	TYERS, Zoie	D	07	AZK	NT
4	PEETERS, Hanne	D	08	AZK	NT	4	VERHOEVEN, Jasper	H	07	KAZSC	NT
5	SEGHERS, Finne	D	08	AZK	NT	5	ACOURAGHE, Aylan	H	07	KAZSC	NT
6						6	CAENEN, Marie	D	07	AZK	NT
<u>Serie 3 van 4</u>					<u>Serie 4 van 4</u>						
1	RCHIDI, Walid	H	07	KAZSC	NT	1	CEULEMANS, Hanne	D	08	AZK	42.52
2	TALLA, Mohamed	H	07	KAZSC	NT	2	AERNOOTS, Roos	D	08	AZK	33.10
3	VAN LAARHOVEN, Alessia	D	08	KAZSC	49.18	3	FATIH, Aya	D	07	KAZSC	29.35
4	TALLA, Amina	D	07	KAZSC	NT	4	HUBERLAND, Lien	D	07	ZVL	31.40
5	HENNEKAM, Lara	D	07	AZK	NT	5	FRANCKEN, Kyan	H	07	AZK	36.70
6	OP DE BEECK, Elly	D	07	KAZSC	NT	6	UYTDEWILLIGEN, Katrien	D	08	AZK	45.34

Programmanr. 2  
7/06/2015 - 14:05

50m schoolslag

6 - 8 jaar  
Startlijst

	M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd
<u>Serie 1 van 1</u>									
1									
2									
3	GEENS, Wenke	D	07	AZK	1:00.03				
4	DOSHI, Heet	H	07	KAZSC	NT				
5									
6									

Programmanr. 3  
7/06/2015 - 14:10

25m vrije slag

6 - 8 jaar  
Startlijst

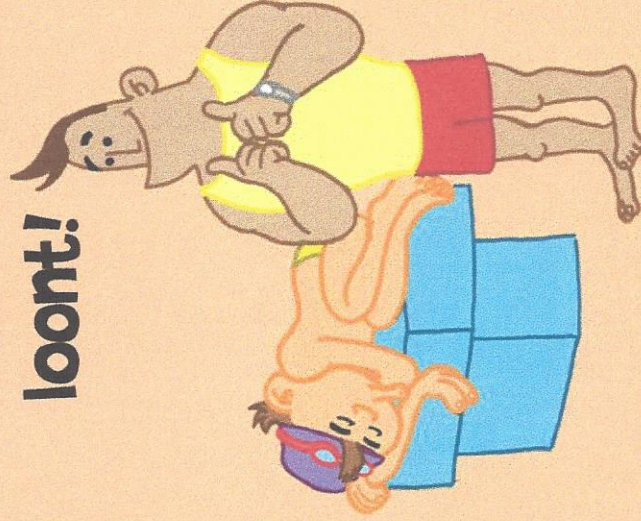
	M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		
<u>Serie 1 van 2</u>					<u>Serie 2 van 2</u>						
1	PATEL, Sara	D	08	KAZSC	NT	1	TALLA, Roumaissa	D	07	KAZSC	NT
2	TESSEUR, Matea	D	08	KAZSC	NT	2	MIRECKI, Helena	D	08	KAZSC	35.32
3	TALLA, Mohamed	H	07	KAZSC	NT	3	FATIH, Aya	D	07	KAZSC	28.90
4	CAENEN, Marie	D	07	AZK	NT	4	VAN GINNEKEN, Warre	H	07	AZK	31.30
5	OP DE BEECK, Elly	D	07	KAZSC	NT	5	VAN LAARHOVEN, Alessia	D	08	KAZSC	35.55
6						6	RCHIDI, Walid	H	07	KAZSC	NT

14:10 Spel 6-8 jarigen

# GEDRAGSREGELS

VOOR HIPPE ZWEMMERS EN COOLE TRAINERS

**Evenwicht  
inspanning/ontspanning  
loont!**



**gedragsregel trainer**

Hou de boog  
niet steeds gespannen!

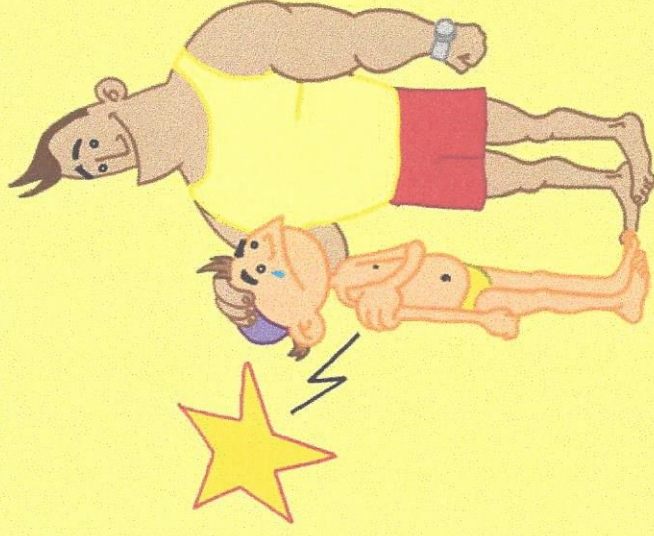
**gedragsregel zwemmer**

Geef je lichaam de tijd om  
te recupereren.

# GEDRAGSREGELS

VOOR HIPPE ZWEMMERS EN COOLE TRAINERS

**VerBijt geen (harpe) Pijn,  
hou je niet stoer!**



**gedragsregel trainer**

Wees alert bij elk pijntje...  
het is niet altijd een geintje!

**gedragsregel zwemmer**

Bij blessure, respecteer de  
adviezen van dokter, kiné en trainer.

## JANUARI



Een initiatief van de Vlaamse Zwemfederatie vzw. Meer info? Tel. 09 220 53 87 of e-mail: info@zwemfed.be.  
V.U. Fernand Van Huyneghem



Een initiatief van de Vlaamse Zwemfederatie vzw. Meer info? Tel. 09 220 53 87 of e-mail: info@zwemfed.be.  
V.U. Fernand Van Huyneghem

## FEBRUARI



KAZSC Paco Zwemfeest  
Berchem, 7/6/2015



Programmanr. 4  
7/06/2015 - 14:20

50m vrije slag

6 - 8 jaar  
Startlijst

	M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd
<u>Serie 1 van 1</u>									
1	DOSHI, Heet	H	07	KAZSC	NT				
2	AERNOOTS, Roos	D	08	AZK	NT				
3	TYERS, Zoie	D	07	AZK	NT				
4	FRANCKEN, Kyan	H	07	AZK	NT				
5	UYTDEWILLIGEN, Katrien	D	08	AZK	NT				
6	CEULEMANS, Hanne	D	08	AZK	NT				

Programmanr. 5  
7/06/2015 - 14:25

25m rugslag

6 - 8 jaar  
Startlijst

	M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		
<u>Serie 1 van 3</u>					<u>Serie 2 van 3</u>						
1	VAN GINNEKEN, Warre	H	07	AZK	NT	1	PATEL, Ziya	D	07	KAZSC	NT
2	GASTMANS, Loni	D	07	ZVL	NT	2	AOURAGHE, Aylan	H	07	KAZSC	NT
3	TALLA, Amina	D	07	KAZSC	NT	3	HENNEKAM, Lara	D	07	AZK	45.02
4	VERHOEVEN, Jasper	H	07	KAZSC	NT	4	TALLA, Roumaissa	D	07	KAZSC	NT
5	GEENS, Warre	H	09	AZK	NT	5	CAENEN, Mart	D	08	AZK	NT
6						6	TYERS, Kyanna	D	09	AZK	NT
<u>Serie 3 van 3</u>											
1	SEGHERS, Finne	D	08	AZK	37.16						
2	VAN RAEMDONCK, Kaat	D	08	AZK	33.15						
3	GEENS, Wenke	D	07	AZK	27.54						
4	HUBERLAND, Lien	D	07	ZVL	29.76						
5	PEETERS, Hanne	D	08	AZK	36.59						
6	PATEL, Sara	D	08	KAZSC	38.19						

Programmanr. 6  
7/06/2015 - 14:30

50m rugslag

6 - 8 jaar  
Startlijst

	M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd
--	-----	--------	------	---------------	--	-----	--------	------	---------------

14:30 5' pauze

# GEDRAGSREGELS

**VOOR HIPPE ZWEMMERS EN COOLE TRAINERS**

**Pesten:  
te Bewonderen  
of te veroordelen...**



**gedragsregel trainer**

Observeer het gedrag van de groep en reageer!

**gedragsregel zwemmer**

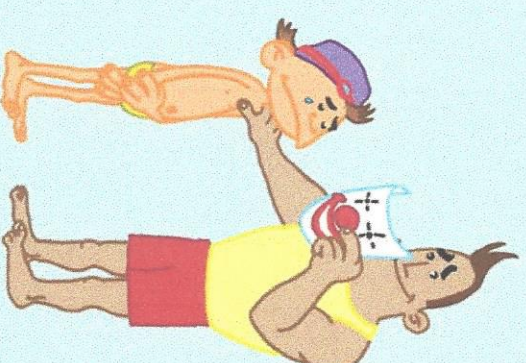
Duld niet dat je gepest wordt (of iemand anders). Vertel het aan een vertrouwenspersoon.

**MAART**

# GEDRAGSREGELS

**VOOR HIPPE ZWEMMERS EN COOLE TRAINERS**

**Een woord, een lach  
of een traan,  
alles is toegestaan.**



**gedragsregel trainer**

Wees je er steeds van bewust: je wordt constant beoordeeld op je verbaal en non-verbaal gedrag.

**gedragsregel zwemmer**

Iedereen voelt zich al eens niet goed in zijn vel. Dat is toegestaan.

**APRIL**



KAZSC Paco Zwemfeest  
Berchem, 7/6/2015



Programmanr. 7  
7/06/2015 - 14:35

Gemengd, 4 x 25m vrije slag

6 - 8 jaar  
Startlijst

	M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd
<u>Serie 1 van 1</u>									
1	AZK 1	G		AZK	NT				
2	AZK 2	G		AZK	NT				
3	Kazsc 2	G		KAZSC	NT				
4	AZK 3	G		AZK	NT				
5	Kazsc 1	G		KAZSC	NT				
6	Kazsc 3	G		KAZSC	NT				

15:00 Inzwemmen zwemmers 9-12 jaar

Programmanr. 8  
7/06/2015 - 15:30

25m schoolslag

9 - 12 jaar  
Startlijst

	M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		
<u>Serie 1 van 2</u>					<u>Serie 2 van 2</u>						
1	AKCA, Ilayda	D	05	KAZSC	NT	1	DIELIS, Fien	D	06	KAZSC	NT
2	HAILE, Helina	D	06	KAZSC	NT	2	VOLCKAERTS, Romy	D	06	HZA	35.44
3	OEYEN, Jackie	D	05	KAZSC	NT	3	VANDERMAESEN, Jente	H	05	KAZSC	32.50
4	BASIAGA, Olivier	H	05	KAZSC	NT	4	DECKERS, Jean-Pierre	H	05	KAZSC	32.64
5	EL HADDOUCHI, Billal	H	05	KAZSC	NT	5	VERMEIREN, Jonathan	H	05	KAZSC	NT
6	BARRAK, Naufal	H	06	KAZSC	NT	6	PLUYM, Lize	D	06	ZVL	NT

Programmanr. 9  
7/06/2015 - 15:30

50m schoolslag

9 - 12 jaar  
Startlijst

	M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		
<u>Serie 1 van 6</u>					<u>Serie 2 van 6</u>						
1	MOREELS, Nina	D	06	KAZSC	NT	1	VAN CAMP, Mats	H	04	ZVL	NT
2	EJDAA, Yousra	D	05	KAZSC	NT	2	PEETERS, Wout	H	06	AZK	NT
3	WUYTEN, Yannick	H	05	HZA	NT	3	LORIOT, Nicolas	H	05	KAZSC	NT
4	VAN DE WATERING, Jan	H	06	AZK	NT	4	WYNANTS, Jente	D	06	HZA	NT
5	RYMENANTS, Sterre	D	06	KAZSC	NT	5	JACOBS, Pieter - Jan	H	05	HZA	NT
6						6	VERWERFT, Myrthe	D	06	AZK	NT
<u>Serie 3 van 6</u>					<u>Serie 4 van 6</u>						
1	DARJI, Vidhi	D	06	KAZSC	1:22.75	1	VAN LOON, Tess	D	06	AZK	1:08.65
2	VAN RAEMDONCK, Marijn	H	06	AZK	1:17.10	2	MSADEK, Mehdi	H	04	KAZSC	1:06.83
3	PATEL, Vansavi	D	05	KAZSC	1:11.16	3	DOCKX, Thomas	H	05	KAZSC	1:05.22
4	AGRAWAL, Kavya	D	05	KAZSC	1:12.10	4	UYTDEWILLIGEN, Hendrik	H	06	AZK	1:06.04
5	DEBREYNE, Michael	H	05	KAZSC	1:20.47	5	ADDOU, Imran	H	06	KAZSC	1:07.28
6	LAURIJSSSEN, Nel	D	05	KAZSC	NT	6	LEIRS, Lode	H	05	HZA	1:09.06
<u>Serie 5 van 6</u>					<u>Serie 6 van 6</u>						
1	VAN REETH, Robbe	H	05	KAZSC	1:03.73	1	VAN TILBURG, Esteé	D	06	AZK	57.11
2	VAN LOOVEREN, Femke	D	05	AZK	1:02.53	2	VAN ESBROECK, Charlotte	D	04	AZK	56.74
3	VAN LANGENHOVE, Amoud	H	06	AZK	59.75	3	ROMBOUTS, Femke	D	04	AZK	55.21
4	KLAVER, Olivier	H	06	AZK	1:01.90	4	VAN LOOY, Anke	D	06	HZA	56.31
5	VAN LANGENHOVE, Ioan	H	04	AZK	1:02.89	5	VAN LOOVEREN, Yente	D	04	AZK	56.97
6	MOUS, Arne	H	05	AZK	1:04.37	6	ZEKRI, Nisrine	D	05	KAZSC	57.97

# GEDRAGSREGELS

VOOR HIPPE ZWEMMERS EN COOLE TRAINERS

**Wij zijn allemaal  
van vlees en bloed.**



**gedragsregel trainer**

Elk kind verdient evenveel aandacht en respect.

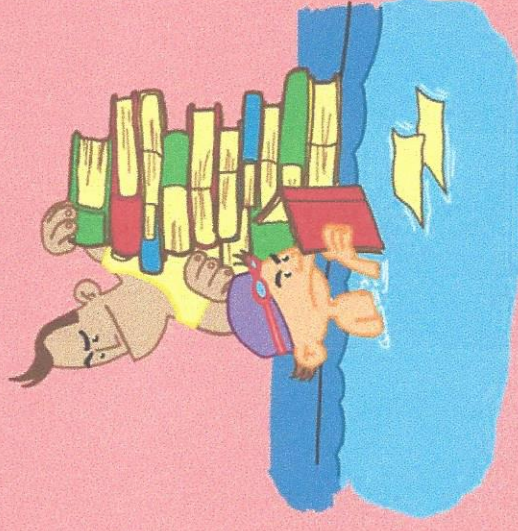
**gedragsregel zwemmer**

Ieder draagt zijn steentje bij voor maximaal zwemplezier.

# GEDRAGSREGELS

VOOR HIPPE ZWEMMERS EN COOLE TRAINERS

**Studie en training:  
hou de weegschaal  
in balans.**



**gedragsregel trainer**

Hou rekening met de mentale belasting van de kinderen.

**gedragsregel zwemmer**

Gebruik je training als ontspanningsuurtje!





KAZSC Paco Zwemfeest  
Berchem, 7/6/2015



Programmanr. 10  
7/06/2015 - 15:45

100m schoolslag

9 - 12 jaar  
Startlijst

	M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		
<u>Serie 1 van 4</u>					<u>Serie 2 van 4</u>						
1	VAN TILBURG, Bo	D	05	AZK	NT	1	GOETSCHALCKX, Vic	H	04	ZVL	NT
2	WOUTERS, Briana	D	06	HZA	NT	2	BEECKMAN, Freya	D	04	ZVL	2:07.48
3	HANSEN, Annelies	D	05	AZK	NT	3	OLBRECHTS, Fennah	D	04	HZA	2:03.36
4	VAN DEN BORRE, Elin	D	06	KAZSC	NT	4	VAN DE WATERING, Tine	D	03	AZK	2:05.51
5	MELIS, Kjersti	D	06	KAZSC	NT	5	DE SMET, Beau	D	05	AZK	2:13.32
6	MONDON, Carole	D	04	ZVL	NT	6	VANUYTVEN, Tinco	H	04	ZVL	NT
<u>Serie 3 van 4</u>					<u>Serie 4 van 4</u>						
1	DE VRIEND, Seth	H	05	HZA	2:01.94	1	SMETS, Jonas	H	03	ZVL	1:55.54
2	VERBEKE, Laura	D	03	ZVL	2:00.50	2	CEULEMANS, Robinne	D	03	ZVL	1:51.32
3	HANSEN, Lieselotte	D	04	AZK	1:58.92	3	VAN LOOCK, Laure	D	03	ZVL	1:45.26
4	JACOB, Mei-Jun	D	05	ZVL	1:59.20	4	VAN DYCK, Line	D	05	HZA	1:49.80
5	VAN DE WATERING, Pieter	H	04	AZK	2:01.38	5	UYTDEWILLIGEN, Jan	H	04	AZK	1:54.74
6	DE LOBEL, Zoe	D	05	ZVL	2:03.13	6	VERDONCK, Alexander	H	03	ZVL	1:58.40

Programmanr. 11  
7/06/2015 - 15:55

25m vrije slag

9 - 12 jaar  
Startlijst

	M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		
<u>Serie 1 van 2</u>					<u>Serie 2 van 2</u>						
1	VERMEIREN, Jonathan	H	05	KAZSC	NT	1	MAADOURI, Mohamed	H	06	KAZSC	NT
2	DE FEYTER, Arno	H	05	ZVL	NT	2	DECKERS, Jean-Pierre	H	05	KAZSC	23.75
3	PLUYM, Lize	D	06	ZVL	NT	3	VAN TILBURG, Estée	D	06	AZK	20.24
4	BASIAGA, Olivier	H	05	KAZSC	NT	4	LOOS, Hannes	H	06	AZK	23.70
5	EL HADDOUCHI, Billal	H	05	KAZSC	NT	5	FRANCKEN, Tiebe	H	06	AZK	25.53
6	EL KOSTIT, Nora	D	06	KAZSC	NT	6	BARRAK, Naufal	H	06	KAZSC	NT

16:00 Spel 9-12 jarigen

Programmanr. 12  
7/06/2015 - 16:10

50m vrije slag

9 - 12 jaar  
Startlijst

	M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		
<u>Serie 1 van 5</u>					<u>Serie 2 van 5</u>						
1					1						
2	JACOBS, Pieter - Jan	H	05	HZA	NT	2	WYNANTS, Jente	D	06	HZA	NT
3	MOREELS, Nina	D	06	KAZSC	NT	3	EJDAA, Yousra	D	05	KAZSC	NT
4	TALLA, Amin	H	05	KAZSC	NT	4	LAURIJSEN, Nel	D	05	KAZSC	NT
5					5	RYMENANTS, Sterre	D	06	KAZSC	NT	
6					6						
<u>Serie 3 van 5</u>					<u>Serie 4 van 5</u>						
1	VAN RAEMDONCK, Marijn	H	06	AZK	NT	1	VAN LOOVEREN, Femke	D	05	AZK	1:00.21
2	DEBREYNE, Michael	H	05	KAZSC	1:02.29	2	UYTDEWILLIGEN, Hendrik	H	06	AZK	57.63
3	BATCHVAROV, Emma	D	06	KAZSC	1:02.07	3	ZEKRI, Nisrine	D	05	KAZSC	53.94
4	DOCKX, Thomas	H	05	KAZSC	1:02.21	4	GEERAERTS, Jens	H	06	ZVL	55.03
5	VAN LANGENHOVE, Amoud	H	06	AZK	1:03.11	5	ADDOU, Imran	H	06	KAZSC	58.24
6	WUYTEN, Yannick	H	05	HZA	NT	6	VAN LOON, Tess	D	06	AZK	1:01.65

# GEDRAGSREGELS

VOOR HIPPE ZWEMMERS EN COOLE TRAINERS

Zet al de gedragsregels  
om in de Praktijk!



**gedragsregel trainer**

Hou de moed er in!

**gedragsregel zwemmer**

Werk hard, heb plezier.  
Maar hou je doel voor ogen.

# GEDRAGSREGELS

VOOR HIPPE ZWEMMERS EN COOLE TRAINERS

Wees lekker lui!



**gedragsregel trainer**

Herbron jezelf!

**gedragsregel zwemmer**

Gun je lichaam en geest (zwem)rust.  
Ravot en speel naar hartelust!



KAZSC Paco Zwemfeest  
Berchem, 7/6/2015



Programmanr. 12, 50m vrije slag

Serie 5 van 5

1	DE WIT, Maxim	H	06	ZVL	51.60
2	EL KASMI, Mohamed	H	06	KAZSC	47.63
3	DELISSEN, Mats	H	04	AZK	43.57
4	KLAVER, Alexander	H	04	AZK	46.70
5	MOUS, Arne	H	05	AZK	51.24
6	VAN DEN BORRE, Elin	D	06	KAZSC	51.79

Programmanr. 13  
7/06/2015 - 16:20

100m vrije slag

9 - 12 jaar  
Startlijst

	M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		
<u>Serie 1 van 5</u>					<u>Serie 2 van 5</u>						
1					1	AERNOOTS, Maartje	D	05	AZK	NT	
2	MONDON, Carole	D	04	ZVL	NT	2	KLAVER, Olivier	H	06	AZK	NT
3	MSADEK, Mehdi	H	04	KAZSC	NT	3	LEIRS, Bavo	H	06	HZA	2:11.04
4	VANUYTVEN, Tinco	H	04	ZVL	NT	4	DE SMET, Sam	D	06	AZK	NT
5					5	GOETSCHALCKX, Vic	H	04	ZVL	NT	
6					6	TODOROVA, Mira	D	03	HZA	NT	
<u>Serie 3 van 5</u>					<u>Serie 4 van 5</u>						
1	OLBRECHTS, Fennah	D	04	HZA	1:51.16	1	JACOB, Mei-Jun	D	05	ZVL	1:40.80
2	DE VRIEND, Seth	H	05	HZA	1:46.19	2	OP DE BEECK, Jef	H	05	ZVL	1:37.15
3	DE LOBEL, Zoe	D	05	ZVL	1:45.62	3	CEULEMANS, Robinne	D	03	ZVL	1:34.93
4	VERBEKE, Laura	D	03	ZVL	1:45.98	4	VAN LOOVEREN, Yente	D	04	AZK	1:37.01
5	VAN LOOY, Anke	D	06	HZA	1:49.46	5	VERDONCK, Alexander	H	03	ZVL	1:37.18
6	LEIRS, Edward	H	06	HZA	2:05.84	6	BEECKMAN, Freya	D	04	ZVL	1:44.59
<u>Serie 5 van 5</u>											
1	SMETS, Jonas	H	03	ZVL	1:33.76						
2	ROMBOUTS, Femke	D	04	AZK	1:30.53						
3	MOESKOPS, Kristof	H	03	HZA	1:27.73						
4	VAN LOOCK, Laure	D	03	ZVL	1:30.39						
5	WOUTERS, Briana	D	06	HZA	1:33.16						
6	VAN ESBROECK, Charlotte	D	04	AZK	1:33.87						

Programmanr. 14  
7/06/2015 - 16:35

25m rugslag

9 - 12 jaar  
Startlijst

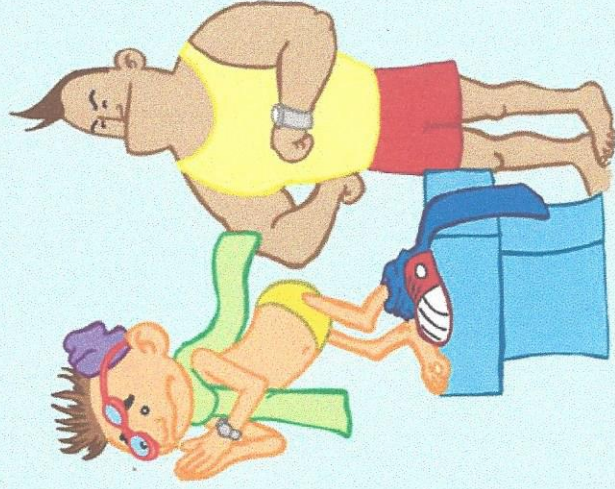
	M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		
<u>Serie 1 van 2</u>					<u>Serie 2 van 2</u>						
1	DIELIS, Fien	D	06	KAZSC	NT	1	HAILE, Helina	D	06	KAZSC	51.04
2	OEYEN, Jackie	D	05	KAZSC	NT	2	DE FEYTER, Arno	H	05	ZVL	34.94
3	VAN DE WATERING, Jan	H	06	AZK	NT	3	VANDERMAESEN, Jente	H	05	KAZSC	27.74
4	AKCA, Ilayda	D	05	KAZSC	NT	4	VERWERFT, Myrthe	D	06	AZK	30.77
5	MAADOURI, Mohamed	H	06	KAZSC	NT	5	PEETERS, Wout	H	06	AZK	45.05
6						6	EL KOSTIT, Nora	D	06	KAZSC	NT

# GEDRAGSREGELS

VOOR HIPPE ZWEMMERS EN COOLE TRAINERS

## OP DE startBlok!

### Klaar! start!



**gedragsregel trainer**

Kom goed voorbereid  
en op tijd naar de training.

**gedragsregel zwemmer**

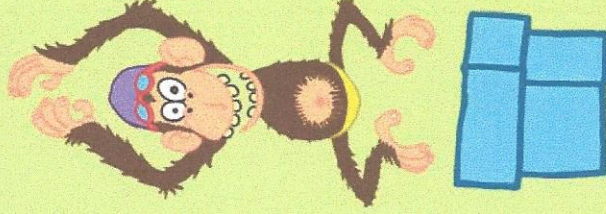
Kom je al eens te laat...  
zeg aan je trainer waarom.  
Daarmee toon je respect.

# GEDRAGSREGELS

VOOR HIPPE ZWEMMERS EN COOLE TRAINERS

## Hang De aap niet uit!

### Gepraag je!



**gedragsregel trainer**

Zorg voor een goede sfeer.  
Dan verloopt de zwemles  
op een prettige manier.

**gedragsregel zwemmer**

Toon elke training dat je  
gemotiveerd bent om bij te leren.  
Heb je even geen zin in om te trainen...  
wees geen stoorzender voor de groep!

# SEPTEMBER



Een initiatief van de Vlaamse Zwemfederatie vzw. Meer info? Tel. 09 220 53 87 of e-mail: info@zwemfed.be.  
V.U. Fernand Van Huyneghem



Een initiatief van de Vlaamse Zwemfederatie vzw. Meer info? Tel. 09 220 53 87 of e-mail: info@zwemfed.be.  
V.U. Fernand Van Huyneghem

# OKTOBER



KAZSC Paco Zwemfeest  
Berchem, 7/6/2015



Programmanr. 15  
7/06/2015 - 16:40

50m rugslag

9 - 12 jaar  
Startlijst

	M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		
<u>Serie 1 van 6</u>					<u>Serie 2 van 6</u>						
1	TODOROVA, Mira	D	03	HZA	NT	1	VAN DE WATERING, Tine	D	03	AZK	NT
2	LORIOT, Nicolas	H	05	KAZSC	NT	2	MELIS, Kjersti	D	06	KAZSC	1:10.99
3	VAN CAMP, Mats	H	04	ZVL	NT	3	LOOS, Hannes	H	06	AZK	1:09.44
4	DE WIT, Maxim	H	06	ZVL	NT	4	PATEL, Vansavi	D	05	KAZSC	1:10.84
5	LEIRS, Lode	H	05	HZA	NT	5	AGRAWAL, Kavya	D	05	KAZSC	1:21.47
6						6	TALLA, Amin	H	05	KAZSC	NT
<u>Serie 3 van 6</u>					<u>Serie 4 van 6</u>						
1	BATCHVAROV, Emma	D	06	KAZSC	1:06.49	1	LEIRS, Bavo	H	06	HZA	1:02.00
2	FRANCKEN, Tiebe	H	06	AZK	1:03.47	2	DE SMET, Sam	D	06	AZK	1:00.89
3	EL KASMI, Mohamed	H	06	KAZSC	1:02.39	3	AERNOOTS, Maartje	D	05	AZK	59.00
4	VAN LOOY, Anke	D	06	HZA	1:02.73	4	LEIRS, Edward	H	06	HZA	1:00.57
5	DARJI, Vidhi	D	06	KAZSC	1:05.31	5	GEERAERTS, Jens	H	06	ZVL	1:01.30
6	VAN REETH, Robbe	H	05	KAZSC	1:09.11	6	HANSEN, Annelies	D	05	AZK	1:02.28
<u>Serie 5 van 6</u>					<u>Serie 6 van 6</u>						
1	DE SMET, Beau	D	05	AZK	57.51	1	HANSEN, Lieselotte	D	04	AZK	49.99
2	VAN LANGENHOVE, Ioan	H	04	AZK	54.32	2	WOUTERS, Briana	D	06	HZA	48.77
3	KLAVER, Alexander	H	04	AZK	50.75	3	MOESKOPS, Kristof	H	03	HZA	45.02
4	VAN DYCK, Line	D	05	HZA	51.17	4	VAN TILBURG, Bo	D	05	AZK	47.13
5	OP DE BEECK, Jef	H	05	ZVL	55.75	5	DELISSSEN, Mats	H	04	AZK	49.14
6	UYTDEWILLIGEN, Jan	H	04	AZK	58.15	6	VAN DE WATERING, Pieter	H	04	AZK	50.02

16:50 5' pauze

Programmanr. 16  
7/06/2015 - 16:55

Gemengd, 4 x 25m vrije slag

9 - 10 jaar  
Startlijst

	M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		
<u>Serie 1 van 2</u>					<u>Serie 2 van 2</u>						
1	Kazsc 2	G		KAZSC	NT	1	AZK 2	G		AZK	NT
2	HZA 1	G		HZA	NT	2	Kazsc 1	G		KAZSC	NT
3	Kazsc 5	G		KAZSC	NT	3	AZK 1	G		AZK	NT
4	Kazsc 4	G		KAZSC	NT	4	AZK 4	G		AZK	NT
5	AZK 3	G		AZK	NT	5	HZA 2	G		HZA	NT
6	Kazsc 6	G		KAZSC	NT	6	Kazsc 3	G		KAZSC	NT

Programmanr. 17  
7/06/2015 - 17:00

Gemengd, 4 x 25m vrije slag

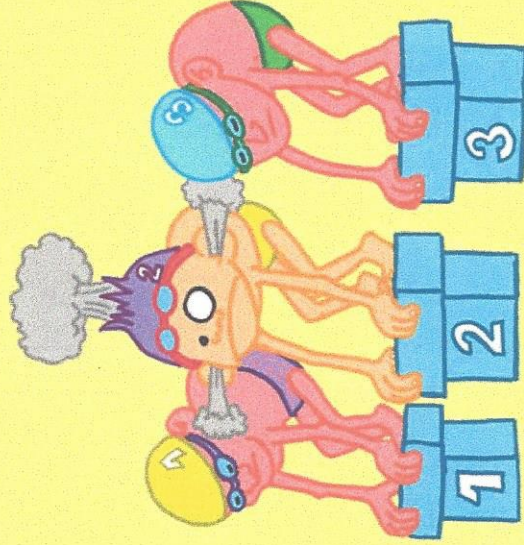
11 - 12 jaar  
Startlijst

	M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd		M/V	Geb.Jr	Club	Inschrijftijd
<u>Serie 1 van 1</u>									
1									
2	ZVL 2	G		ZVL	NT				
3	AZK 1	G		AZK	NT				
4	ZVL 1	G		ZVL	NT				
5	AZK 2	G		AZK	NT				
6									

# GEDRAGSREGELS

VOOR HIPPE ZWEMMERS EN COOLE TRAINERS

**Focus op je taak...**  
**Niet op het resultaat!**



**gebragsregel trainer**

Straal rust uit!

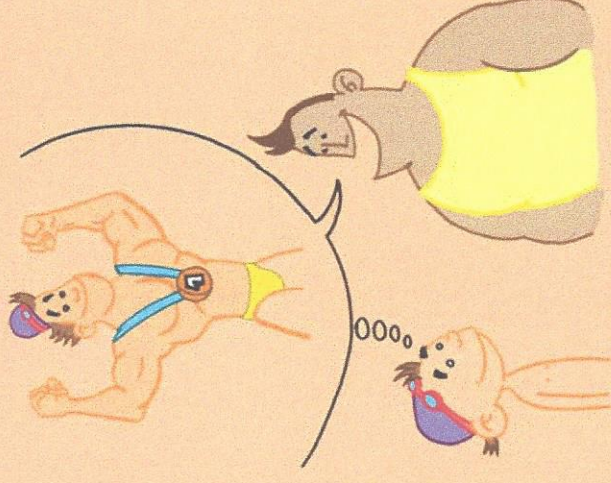
**gebragsregel zwemmer**

MaaK je niet druk.  
Hou jezelf  
onder controle.

# GEDRAGSREGELS

VOOR HIPPE ZWEMMERS EN COOLE TRAINERS

**Positief Denken =**  
**jezelf overwinnen!**



**gebragsregel trainer**

Geef aandacht aan elk kind  
en wees gul met complimentjes.

Tracht het goede  
te benadrukken.

**gebragsregel zwemmer**

Sluit elke training en wedstrijd af  
met op te sommen  
wat je goed hebt gedaan.