

Lommelse zwemvereniging
Lommelse Waterbengels vzw



INFOBROCHURE

EDITIE SEPTEMBER 2012





Welkom bij de Lommelse WaterBengels !

In 1971 werd onze zwemvereniging (toen nog de “Lommelse Kloeke Water Bengels”) opgericht.

Tijdens de afgelopen 41 jaren leerden reeds duizenden kinderen bij ons zwemmen. Velen onder hen bleven en blijven ook nadien hun favoriete en gezonde sport binnen onze club beoefenen als recreant(e) of zelfs competitiezwem(m)(st)er.

Met de enthousiaste hulp en inzet van vele vrijwilligers, de medewerking van de Stad Lommel en de stedelijke sportdienst en de ondersteuning vanwege onze sponsors kunnen wij de Lommelse jeugd een kwaliteitsvolle zwemopleiding aanbieden, zorgen wij voor een degelijke en deskundige begeleiding van onze vele honderden recreanten en krijgen onze ambitieuste en talentrijkste zwemmers en zwemsters de kans zich bij ons in optimale omstandigheden voor te bereiden op en deel te nemen aan competitiezwemmen.

Bijkomende financiële ondersteuning vanwege de Vlaamse Gemeenschap (Vlaabus) stelt ons vanaf september 2012 in de mogelijkheid nog meer kinderen onze zwemopleidingen te laten volgen.

Hoewel zwemmen per definitie een individuele sport is hechten wij veel belang aan een goede sfeer met veel kameraadschap.

Met deze brochure stellen wij U graag onze zwemvereniging en i.h.b. de werking van onze Zwemschool voor.

Uiteraard staan onze verantwoordelijken en wijzelf als bestuur steeds ter Uwer beschikking voor bijkomende informatie en toelichting !

Wij danken U voor Uw vertrouwen en wensen Uw kind véél succes !

**Met sportieve groeten,
Het LWB-bestuur**

1. ZWEMSCHOOL

1.1. Algemeen

Reeds ruim 40 jaren organiseren wij binnen onze vereniging zwemlessen voor kinderen vanaf de leeftijd van 5 jaar.

Uit deze lange ervaring hebben wij geleerd dat beperkte lessenreeksen van bijvoorbeeld 10 of zelfs 20 uren, zoals georganiseerd door andere privé-initiatieven of de (twee-)wekelijkse zwembeurten in de school meestal niet voldoende zijn om de zwemtechniek voldoende te leren beheersen.

In dergelijke gevallen lukt men er vaak wel in om een kind zich in het water te laten "voortbewegen", doch garanties dat het betrokken kind na die lessenreeks in staat is zich veilig in het water te begeven, laat staan een langere afstand in een behoorlijke zwemstijl af te leggen, kunnen en worden niet gegeven.

Bovendien verkiezen de meeste ouders om, al is het maar om veiligheidsredenen, hun kind reeds op vroegere leeftijd te leren zwemmen.

Leren zwemmen is een werk van lange adem en vereist behoorlijk wat inzet van het betrokken kind en een degelijke, deskundige en individuele begeleiding door de lesgever.

Het duurt daarom ook gemiddeld een 3-tal schooljaren alvorens iemand onze zwemschool volledig doorzwoomen heeft. Wij helpen Uw kind zijn of haar eventuele watervrees te overwinnen, initiëren hem of haar vervolgens in de zwemsport en geven hem of haar nadien de mogelijkheid kennis te maken met de diverse zwemstijlen en zich daarin te vervolmaken.

Onze enthousiaste en goed gevormde lesgeefsters en lesgevers staan borg voor een kwalitatief hoogstaande zwemopleiding. Getuigen daarvan zijn de vele duizenden kinderen die in het verleden bij ons met succes zwemlessen volgden.

De lessenpakketten zijn met de grootste zorg en deskundigheid opgesteld.

Hoewel we individuele begeleiding zoveel mogelijk nastreven, moet er gewerkt worden met een bepaalde structuur. Dit betekent o.a. dat de moeilijkheidsgraad stap voor stap (en per groep) opgevoerd zal worden.



1.2. Watergewenning & zweminitiatie

1.2.1. Watertest

Principieel en voor zover er beschikbare plaatsen zijn kan Uw kind bij ons met zijn/haar zwemlessen starten in het jaar dat het de leeftijd van 5 jaar bereikt.

Vóór Uw kind kan deelnemen aan onze zwemlessen zal het uitgenodigd worden eerst een “watertest” af te leggen.

Daarbij willen wij d.m.v. enkele eenvoudige proeven nagaan of Uw kind zijn/haar grootste watervrees overwonnen heeft en dus voldoende “rijp” is om met de zwemlessen te starten.

Wij willen immers zoveel mogelijk vermijden dat de lesgroepen onvoldoende vorderen doordat er teveel aandacht dient besteed te worden aan één (of enkele) zwem(m)(st)er(s) met een panische angst voor water.

1.2.2. Watergewenning

Na het succesvol afleggen van een “watertest” start de zwemopleiding van Uw kind in het ondiepe instructiebad met een lessenreeks “watergewenning”.

Op een speelse wijze zullen wij Uw kind zijn/haar watervrees volledig doen overwinnen om vervolgens met de echte zwemlessen (d.i. de zogenaamde “initiatie”) te kunnen beginnen.

Wij streven ernaar Uw kind zoveel mogelijk binnen dezelfde groep zijn of haar zwemopleiding te laten doorlopen.

1.2.3. Zweminitiatie

Aansluitend op de lessen “watergewenning” zal Uw kind binnen dezelfde groep, op hetzelfde lesuur en in principe met dezelfde lesgever/lesgeefster starten met de lessenreeks “initiatie” welke – in eerste instantie- eveneens in het ondiepe instructiebad wordt gegeven.

Uiteindelijk is het onze doelstelling dat Uw kind, na het volgen van deze initiatielessen, zonder enige watervrees een afstand van 25 meter kan overzwemmen in behoorlijke “schoolslag”.

Deze initiatielessen zullen in eerste instantie gegeven worden in het ondiepe instructiebad doch nadien verder gezet worden in het grote zwembad.

Wij willen echt zekerheid dat Uw kind, na afloop van deze reeks, deze doelstelling kan bereiken. Indien nodig (en mogelijk) zullen wij Uw kind uitnodigen daartoe extra bijlessen te volgen.

Ongeveer 8 lesmaanden na de start in de lessenreeks “watergewenning” zullen wij

Uw kind onder begeleiding laten proberen de volledige lengte van het grote zwembad (25 meter) in een behoorlijke schoolslag te laten “overzwemmen”.

Indien Uw kind slaagt in deze proef (hetgeen beoordeeld zal worden door een verantwoordelijke van onze zwemschool), ontvangt het een brevet en zal het uitgenodigd worden voor het volgen van de “vervolmakinglessen”.

1.3.Vervolmaking

Daar waar Uw kind in de lessen “*watergewenning*” en “*initiatie*” nog zijn of haar watervrees zal overwinnen en een afstand van 25 meter leert zwemmen in een behoorlijke stijl, is een navolgende intense begeleiding met het oog op de verbetering van deze zwemstijl, het aanleren van andere zwemstijlen en het oefenen in het zwemmen van langere afstanden absoluut noodzakelijk.

Het is immers niet omdat Uw kind de lessenreeks “*watergewenning & initiatie*” met succes volgde dat U er 100 % op kan vertrouwen dat het reeds een “goede” zwemmer of zwemster is en veilig en uit zichzelf langere afstanden kan (leren) zwemmen.

Bovendien zal Uw kind het eerder behaalde zwemniveau “initiatie” relatief snel verleren indien dit niet regelmatig onderhouden wordt.

In de lessenreeks “vervolmaking” zal Uw kind gedurende 2 schooljaren (met één vast lesuur per week) de reeds aangeleerde zwemstijl (schoolslag) aanzienlijk verbeteren. Daarnaast worden er ook andere zwemstijlen, m.n. “vrije slag” (d.i. “crawl”) en rugslag, inclusief het “duiken” en de “keerpunten” aangeleerd.

Bovendien wordt Uw kind getraind om ook langere afstanden (tot 400 meter en méér) te zwemmen.

Op het einde van deze lessenreeks zal Uw kind getest worden en zijn of haar “*Brevet LWB-Zwemschool*” kunnen behalen.

Principieel krijgt Uw kind zijn/haar volledige reeks van vervolmakinglessen op hetzelfde tijdstip en van dezelfde lesgever of lesgeefster.



1.4. Deelname aan wedstrijden

De bedoeling is dat de kinderen in onze zwemschool leren zwemmen en dit zonder enige vorm van competitie.

Traditioneel worden de kinderen uit de groepen “*vervolmaking*” echter ieder jaar (meestal op een zondagnamiddag in de maand november) uitgenodigd om deel te nemen aan de LWB-Clubkampioenschappen. Tijdens dit clubfeest krijgen deze kinderen vooral de kans om hun ouders, familie en vrienden hun “zwemkunnen” te demonstreren en kennis te maken met de andere leden van onze vereniging.

Eén maal per jaar organiseren wij het zogenaamd “brevetzwemmen” waarbij elkeen de mogelijkheid krijgt officieel erkende en gehomologeerde zwembrevetten te behalen. U wordt daarvan tijdig verwittigd.

1.5. Intern reglement zwemschool

1.

Deelname aan de lessen is slechts toegelaten na betaling van het lidgeld.

2.

Elk kind dient steeds stipt aanwezig te zijn tijdens de lessen. Een kind dat drie maal achtereenvolgens afwezig is zonder ernstige reden en zonder verwittiging kan van de lijst geschrapt worden.

3.

Niet vroeger dan 15 minuten vóór de aanvang van de les mag U Uw kind brengen naar de inkomhal van het zwembad. Pas 10 minuten voor de aanvang van de les heeft het kind toegang tot de kleedkamers.

4.

Uiterlijk tot 15 minuten na de afloop van de les is er bewaking en toezicht. U dient bijgevolg uiterlijk dan Uw kind in de inkomhal van het zwembad af te halen. Het is de kinderen niet toegelaten om na afloop van de les buiten op hun ouders te wachten.

5.

Indien Uw kind hulp nodig heeft bij het omkleden kan U het daarbij helpen.

*** Gelieve de volgende afspraken m.b.t. het gebruik van de gemeenschappelijke kleedkamers te respecteren:**

Kleedkamer 3: is **ENKEL** voor **VADERS MET KINDEREN**
(jongens of meisjes)

Kleedkamer 4: is **ENKEL** voor **MEISJES ZONDER OUDERS**

Kleedkamer 5: is **ENKEL** voor **MOEDERS MET KINDEREN**
(jongens of meisjes)

Kleedkamer 6: is **ENKEL** voor **JONGENS ZONDER OUDERS**

*** Op de naleving van voornoemde afspraken zal door de betrokkenen**

verantwoordelijken strikt worden toegezien : bij herhaalde overtreding van deze afspraken is schorsing en zelfs uitsluiting van het kind mogelijk !!

- * Het is niet toegelaten individuele kleedkamers te “reserveren” door aldaar kleding achter te laten. Desgevallend zullen de verantwoordelijken deze achtergelaten kleding verwijderen.
- * Laat niets onbewaakt achter in de kleedkamer en berg uw spullen steeds goed op in een afgesloten kledingkastje (**vergeet het stuk van 1,00 € niet**).

6.

Kinderen die les krijgen in het (kleine) initiatiebad wachten voor de aanvang van de les op de zitbanken langs dit bad

Kinderen die de vervolmakinglessen volgen wachten **ACHTER** het voetbad tot het teken wordt gegeven dat men zich naar zijn baan mag begeven.

7.

Behalve na voorafgaande toestemming is het voor de ouders strikt verboden hun kind tot in het zwembad te begeleiden en/of de zwemlessen in de zwemhal bij te wonen. Overeenkomstig de reglementen van het zwembad mag de natte zone tussen de kleedkamers en de zwemhal enkel met blote voeten betreden worden.

8.

Het douchen vóór en na de les is verplicht.

9.

Het is tevens aan te raden uw kind de watergewenning te laten volgen **ZONDER** zwembril (behalve op grond van medisch attest). De bedoeling van de sessies is uw kind volledig “watervrij” te maken. Een kind dat geen water in de ogen kan verdragen is niet watervrij.

10.

Voor kinderen met lange haren is het aan te raden een badmuts te dragen. Dit zorgt voor een vlotter verloop van de sessies wat de kwaliteit ten goede komt. Toch is de keuze van het al dan niet dragen van een badmuts vrij.

2. WAT NA DE ZWEMSCHOOL ?

2.1. “Niet-vergunninghouders”

Nadat Uw zoon/dochter onze zwemschool volledig heeft doorzwommen, heeft hij/zij de mogelijkheid zich aan te sluiten bij onze “niet-vergunning-houders” en dit tot de

leeftijd van 18 jaar.

Deze zwemmers en zwemsters hebben (nog) geen toelating (=“vergunning”) bekomen van de Zwemliga om deel te nemen aan officiële competitiewedstrijden en zijn ook niet (noodzakelijk) van plan een dergelijke vergunning aan te vragen.

De kinderen worden volgens hun zwemniveau ingedeeld in groepen en kunnen wekelijks één of twee uren komen trainen.

Tijdens deze trainingen worden hun reeds verworven zwemvaardigheden onderhouden en –zo mogelijk- nog verbeterd onder toezicht en deskundige begeleiding van een team van ervaren train(st)ers.

Ook binnen deze groep wordt Uw zoon of dochter permanent opgevolgd en geëvalueerd en zal o.m. (samen met de hoofdtrainer van de “vergunninghouders” en in overleg met U als ouder) nagegaan worden of hij/zij eventueel in aanmerking komt en interesse heeft voor het behalen van een wedstrijdvergunning. Desgevallend zal hij/zij als voorbereiding op het behalen van die vergunning een aangepast trainingsschema krijgen, waarbij van hem/haar verwacht wordt dat hij/zij 2 trainingen per week aanwezig is.

2.2. Vergunninghouders (competitie)

Een 40-tal kinderen en jongeren met een leeftijd vanaf 8 jaar doen binnen onze zwemclub aan competitiesport.

Tijdens minstens 3 trainingen per week wordt er zowel aan de zwemtechniek als de conditie van de wedstrijdzwemmer gewerkt onder leiding van een professionele hoofdtrainer.

Zodra Uw kind binnen een bepaalde minimumtijd (d.i. “limiet”) een bepaalde afstand kan zwemmen in een correcte zwemstijl kan hij of zij een toelating (d.i. “vergunning”) bekomen om aan officiële wedstrijden, georganiseerd binnen onze club en daarbuiten (op provinciaal (d.i. “district”), Vlaams en nationaal niveau) deel te nemen.

Ook wordt er regelmatig deelgenomen aan vriendschappelijke wedstrijden.

Traditioneel worden onze kandidaat-wedstrijdzwemmers geworven uit de groep “niet-vergunninghouders”, doch ook rechtstreekse aansluiting is onder bepaalde voorwaarden en mits akkoord van de hoofdtrainer mogelijk.

Een podiumplaats behalen is belangrijk. Véél belangrijker vinden wij echter dat Uw kind op een gezonde wijze aan sport kan doen binnen een toffe en hechte vriendengroep. Wij organiseren dan ook af en toe andere activiteiten ter bevordering van de teamgeest.

3. OOK U BENT WELKOM !

Bent U minimum 18 jaar en in staat een afstand van minstens 25 meter te zwemmen, dan bent U welkom in onze trimmers-groep.

U kan komen “baantjes-trekken” op maandag van 20.00u tot 21.00u en/of van 21.00u tot 22.00u en/of op zondagochtend van 08.30u tot 09.30u.

Het grote zwembad wordt dan door ons ingedeeld in banen. Voor elke baan afzonderlijk hebben wij een op de mogelijkheden van de zwemmers aangepast trainingsschema opgesteld.

Bovendien zijn er steeds 2 à 3 deskundige begeleiders aanwezig die U adviseren en bijstaan in het eventueel verbeteren van Uw zwemstijl.

Ons opzet is U de mogelijkheid te bieden om op een ontspannen wijze en in een zeer vriendschappelijke sfeer Uw favoriete en gezonde sport te beoefenen.

Voor de eerste twee trainingen waaraan U deelneemt hoeft U geen bijdrage of lidgeld te betalen. U dient zich dan wel aan te bieden bij onze verantwoordelijke ter plaatse.

4. VERZEKERINGEN

Via onze Zwemliga zijn al onze leden verzekerd voor gebeurlijke ongevallen tijdens lessen, trainingen, wedstrijden en de verplaatsingen naar en van deze activiteiten.

Opgelet : Uw bent is slechts verzekerd indien het correct aangesloten werd als lid, m.n. nadat een volledig ingevuld en ondertekend inschrijvingsformulier werd ingediend bij het bestuur en het lidgeld werd betaald.

De betreffende verzekeringspolis dekt enkel lichamelijke schade (en dus niet verlies/schade van of aan materiaal e.d.).

Wanneer er een ongeval zou gebeuren, zullen de lesgever/trainer en eventuele getuigen het aangifteformulier invullen. Dit aangifteformulier moet binnen de 8 dagen (volledig ingevuld) aan de verzekeringsmaatschappij bezorgd worden (via de club, via admin. secretaris Tom HOUTHUYS).

5. NUTTIGE ADRESSEN

Voor bijkomende informatie over onze zwemvereniging verwijzen wij graag naar onze website www.lwblommel.be

Via deze website houden wij onze leden ook op de hoogte van eventuele sluitingsdagen en/of afgelastingen van lessen of trainingen. Die (en andere belangrijke) informatie verspreiden wij ook per email middels onze “elektronische nieuwsbrief”.

U heeft er bijgevolg alle belang bij Uw juiste email-adres op te geven aan het bestuur, minstens om U via onze website in te schrijven voor het ontvangen van deze nieuwsbrieven !

Vanaf het seizoen 2012-2013 starten wij ook met een proefproject waarbij wij onze leden per SMS op de hoogte brengen indien omwille van uitzonderlijke omstandigheden een zwemles of training op het laatste moment dient afgelast te worden. Om deze berichten te kunnen ontvangen dient U er op toe te zien dat wij over Uw GSM-nummer beschikken !

Vragen of opmerkingen m.b.t. de werking van onze club kan U formuleren middels het contactformulier welk U kan terugvinden op onze website.

Voor wat betreft de ZWEMSCHOOL kan U ook contact opnemen met :

Voor wat betreft de lessen “watergewenning/initiatie” (ondiepe instructiebad) :
Tom Houthuys, tel. 011.63.56.37, tom.houthuys@lwblommel.be

Voor wat betreft de lessen “vervolmaking” (grote bad) :
Katrien Bastiaens, tel. 0478/46.33.72, katrien.bastiaens@lwblommel.be

en voor algemene zaken, met onze voorzitter :
Toon Verbeek, tel. 0495/38.54.49, toon.verbeek@lwblommel.be



Danny Janssen

Verzekeringmakelaar
Agentschap Fintro

DE ROO-NEVEN *e* VERBEEK
ADVOCATENASSOCIATIE

