



# Zwemvereniging Ursus Zwemklub Zwevegem vzw

Aangesloten bij de Vlaamse Zwemliga/K.B.Z.B. - Stamnummer 153

Bankrelatie : 979-1462148-72

Hoofdsponsors



**SERVAEGE**

*Waar mens en vakmanschap  
elkaar ontmoeten !*



**Bouwonderneming**

**Laevens Dirk**

Nieuwbouw - Verbouwingen

Beste ouders en zwemmers,

Op 28 maart 2010 gaat er een Splash-feest door in Izegem (Zwembad De Krekel, Heilig Hartstraat 15, 8870 Izegem). We nodigen hierbij alle zwemmers van de zwemschool (geboren tussen 2004 en 1998) uit om hieraan deel te nemen.

Dit wordt weer een leuk feest met voor iedere deelnemer een leuk aandenken.

Let wel op: er mogen slechts **30 zwemmers** van onze club deelnemen, dus snel zijn is de boodschap!

Inzwemmen kan vanaf **13u30**, de wedstrijd zelf begint om **14u**.

Wat hebben we nodig die dag?

- 2 zwembroeken/ badpakken (1 voor de opwarming en 1 voor de wedstrijd zelf),
- een badmuts (voor jongens/meisjes met lang haar)
- een duikbril
- een UZKZ T-shirt
- slippers
- gezonde koek of een stuk fruit
- water of sportdrink (géén cola of dergelijke)

Uit onderstaand programma kan een keuze gemaakt worden voor 2 individuele wedstrijden en een aflossing.

## ZWEMNUMMERS

N°	Afstand en stijl			Geslacht	Geboortjaar
1	25	m	Schoolslag	V	98-99-00-01-02-03-04
2	25	m	Schoolslag	M	98-99-00-01-02-03-04
3	25	m	Rug	V	98-99-00-01-02-03-04
4	25	m	Rug	M	98-99-00-01-02-03-04
5	100	m	Vrije slag	V	98-99-00-01-02-03-04
6	100	m	Vrije slag	M	98-99-00-01-02-03-04
7	50	m	Schoolslag	V	98-99-00-01-02-03-04
8	50	m	Schoolslag	M	98-99-00-01-02-03-04
9	50	m	Vrije slag	V	98-99-00-01-02-03-04
10	50	m	Vrije slag	M	98-99-00-01-02-03-04
11	4X25	m	Aflossing vrije slag	V/M	02-03-04
12	4X25	m	Aflossing vrije slag	V/M	98-99-00-01
13	25	m	Vrije slag	V	98-99-00-01-02-03-04
14	25	m	Vrije slag	M	98-99-00-01-02-03-04
15	100	m	Schoolslag	V	98-99-00-01-02-03-04
16	100	m	Schoolslag	M	98-99-00-01-02-03-04

Voorzitter : Steven Verbeke, Bossuitstraat 30, 8552 Moen ☎ 0496 / 59 44 51 ✉ steven.verbeke@uzkz.be

Secretaris : Ringo Windels, Hulstraat 17A, 8581 Waarmaarde ☎ 056 / 64 91 98 ✉ ringo.windels@uzkz.be

Penningmeester : Rik Boerhave Sint-Jansstraat 19, 8791 Beveren-Leie ☎ 056 / 70 54 26 ✉ rik.boerhave@uzkz.be

Sportsecretariaat competitie : Thérésine Laevens, Meiweg 62, 8550 Zwevegem ☎ 056 / 77 66 33 ✉ theresine.laevens@uzkz.be

Sportsecretariaat zwemscholen : Sarah De Jaegere, Roterijstraat 29, 8570 Anzegem ☎ 0476 / 66 80 31 ✉ sarah.dejaegere@uzkz.be



# Zwemvereniging **Ursus Zwemklub Zwevegem vzw**

Aangesloten bij de Vlaamse Zwemliga/K.B.Z.B. - Stamnummer 153

Bankrelatie : 979-1462148-72

Hoofdsponsors



**SERVAEGE**

*Waar mens en vakmanschap  
elkaar ontmoeten !*



**Bouwonderneming**

**Laevens Dirk**

Nieuwbouw - Verbouwingen

17	50	m	Rug	V	98-99-00-01-02-03-04
18	50	m	Rug	M	98-99-00-01-02-03-04
19	2X (2X25)	m	Treintje zwemmen Beschrijving zie vrije tekst!!!!!!!	V/M	02-03-04
20	4X25	m	Treintje zwemmen Beschrijving zie vrije tekst!!!!!!!	V/M	98-99-00-01

PAUZE NA NUMMER: 12

### Beschrijving van de aflossing;

#### 2x(2x25m) treintje zwemmen

Zwemmer 1 start van blok en gaat zwemmer 2(reeds in het water) halen, na aantikken neemt zwemmer 1 zwemmer 2 met beide handen vast aan de heupen en zo zwemmen ze terug, na aantikken gaat zwemmer 3 te water en gaat op dezelfde manier zwemmer 4 halen. Tijd wordt genomen na aankomst 2é treintje.

Er wordt aangeraden om schoolslag te zwemmen.

#### 4x25m treintje zwemmen

Zwemmer 1 start van blok en gaat zwemmer 2(reeds in het water) halen, na aantikken neemt zwemmer 1 zwemmer 2 met beide handen vast aan de heupen en zo zwemmen ze terug, na aantikken neemt zwemmer 2 zwemmer 3(reeds in het water) bij de heupen en zo zwemmen ze alle drie om zwemmer 4(reeds in het water) te halen, zwemmer 3 neemt deze bij de heupen en zo zwemmen ze alle vier terug naar de aankomst. Indien er een loskoppeling gebeurt moet het treintje terug gevormd worden. De 2 handen moeten altijd aan de heupen van de voorganger zijn en mogen niet gebruikt worden om te zwemmen.

Er wordt aangeraden om schoolslag te zwemmen.

Voorzitter : Steven Verbeke, Bossuistraat 30, 8552 Moen ☎ 0496 / 59 44 51 ✉ steven.verbeke@uzkz.be

Secretaris : Ringo Windels, Hulstraat 17A, 8581 Waarmaarde ☎ 056 / 64 91 98 ✉ ringo.windels@uzkz.be

Penningmeester : Rik Boerhave Sint-Jansstraat 19, 8791 Beveren-Leie ☎ 056 / 70 54 26 ✉ rik.boerhave@uzkz.be

Sportsecretariaat competitie : Thérésine Laevens, Meiweg 62, 8550 Zwevegem ☎ 056 / 77 66 33 ✉ theresine.laevens@uzkz.be

Sportsecretariaat zwemscholen : Sarah De Jaegere, Roterijstraat 29, 8570 Anzegem ☎ 0476 / 66 80 31 ✉ sarah.dejaegere@uzkz.be



## Zwemvereniging **Ursus Zwemklub Zwevegem vzw**

Aangesloten bij de Vlaamse Zwemliga/K.B.Z.B. - Stamnummer 153

Bankrelatie : 979-1462148-72

Hoofdsponsors



**SERVAEGE**  
*Waar mens en vakmanschap  
elkaar ontmoeten !*



**Bouwonderneming  
Laevens Dirk**  
Nieuwbouw - Verbouwingen

**Gelieve onderstaand inschrijvingsstrookje ten laatste op 14 maart 2010 te mailen naar [sarah.dejaegere@uzkz.be](mailto:sarah.dejaegere@uzkz.be).**

Als club moeten we **tijdsopnemers** ter beschikking stellen. Gelieve dit ook te noteren op onderstaand strookje als één van de ouders deze taak op zich wil nemen.

..... (geboortjaar : ..... )

schrijft zich in voor het splash-feest en neemt deel aan volgende wedstrijden

(max. 2 individuele + 1 aflossing) : ...../...../.....

Tijdsopnemer : ja / neen Zo ja, naam : .....

Om alles nog even op een rijtje te zetten, geven wij nog een lijstje mee met alle initiatieven. We herinneren er u ook graag aan dat bij een deelname aan minimum 5 splash-initiatieven een beloning volgt!

23/05/2010 Splash-feest Diksmuide (brief volgt)

29/05/2010 SPEEDO Splash familiedag (meer uitleg volgt)

Vriendelijke groeten,  
het UZKZ-bestuur.