

ZC VALKENBURG

ZwemClub Valkenburg is er voor iedereen, of je jong bent of oud, of je regelmatig wilt trainen en presteren of niet, of je goed of minder goed kan zwemmen of als je rustig wat baantjes wilt trekken om in conditie te blijven. ZC Valkenburg biedt elke zwemmer de gelegenheid. Tot 16 jaar zullen alle leden opgeleid worden tot wedstrijdzwemmer en wordt er ook van hen verwacht aan wedstrijden mee te doen. Hierna kan men doorgroeien of naar de trimgroep gaan.

Zwemmen is een gezonde sport waarbij weinig kans is op blessures; sterker nog, zwemmen brengt herstel voor veel blessures.

(WEDSTRIJD)ZWEMMERS

SWIMKICK TECHNIEKSCHOOL; de beginnende (wedstrijd)zwemmers. Deze kinderen krijgen op een speelse wijze de verschillende zwemtechnieken van de wedstrijdswim aangeleerd. Er wordt veel aan de conditie gewerkt. Ook wordt er al deelgenomen aan enkele wedstrijden. De trainingen voor deze groep zijn op maandag van 18.00 tot 19.00, woensdag van 18.00 tot 19.00 en op zaterdag van 08.30 tot 09.30 uur.

SWIMKICK ACADEMIE; de beginnende wedstrijdzwemmers. Deze kinderen zwemmen al meer wedstrijden en gaan verder in de zwemtechnieken. Natuurlijk wordt er ook hard gewerkt aan hun conditie. Zij trainen in het zwembad op maandag van 18.00 tot 19.30, woensdag van 19.00 tot 20.00 en op zaterdag van 08.30 tot 09.30 uur.

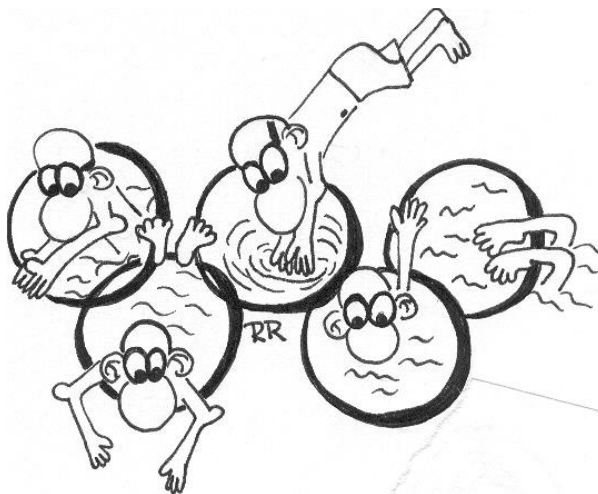
TEAM ZCV; In deze groep zwemmen de gevorderde zwemmers. De zwemmers zijn zeer gemêleerd. De trainers proberen bij alle zwemmers het beste naar boven te halen. Zij trainen op maandag en vrijdag van 18.00 tot 19.30, woensdag van 18.00 tot 20.00, zaterdag van 08.30 tot 09.30 met aansluitend landtraining tot 10.30 uur. Indien een zwemmer meer wil en kan trainen krijgt deze meer mogelijkheden. Dit wordt in overleg met de trainer afgesproken.

TRIMMERS; Voor deze groep zwemmers (van 16 tot ?? jaar) is op woensdag van 20.00 tot 21.00 het hele bad (6 banen) beschikbaar. Degenen die vaker dan één keer per week willen zwemmen, kunnen ook nog terecht op zaterdagmorgen van 07.30 tot 08.30 (2 banen). Deze zwemmers kunnen rustig baantjes trekken maar voor de fanatiekelingen ligt een (pittig) programma klaar.

EISEN

Jeugdzwemmers dienen minimaal het zwemdiploma-A te hebben. Trimmers en recreanten moeten de zwemkunst voldoende machtig zijn.

Lijkt het je leuk om bij ons lid te worden? Kom dan gerust eens kijken, maar vergeet niet je zwemtenue mee te nemen want je mag enkele keren gratis mee zwemmen voordat je definitief lid wordt.



CONTRIBUTIE 2018

Inschrijfgeld € 20,00

Basiscontributie

- 12 jaar en ouder € 49,85
- Onder 12 jaar € 17,00
- Trimmers betalen geen basiscontributie

Groepsgebonden contributie

SWIMKICK TECHNIEKSCHOOL
€ 292,00 per jaar

SWIMKICK ACADEMIE

€ 326,00/333,00 per jaar

TEAM ZCV

€ 333,00/373,00 per jaar

TRIMMERS (v.a. 16 jaar)

€ 158,60 per jaar

Het **contributiejaar** loopt van 1 januari tot en met 31 december.

Inschrijfgeld

Elk lid van ZC Valkenburg wordt ingeschreven bij de Koninklijke Nederlandse Zwembond (KNZB). Hiervoor betaalt iedereen eenmalig **inschrijfgeld** van € 20,00. Tevens krijgt men door betaling van dit inschrijfgeld een pasje waarmee men toegang heeft tot het zwembad van de Polfermolen.

Basiscontributie

Alle wedstrijdzwemmers betalen een basis contributie. Hierin zit de contributie voor de KNZB en Kring Limburg. Wedstrijdzwemmers vanaf 12 jaar betalen in de basiscontributie ook de **startvergunning** Het bedrag hiervoor wordt elk jaar door de KNZB vastgesteld. Zwemmers jonger dan 12 jaar krijgen de startvergunning gratis van de KNZB.

De te betalen contributie per jaar is een optelsom van de basiscontributie en de groepsgebonden contributie. Duurt het lidmaatschap geen volledig jaar dan is de basiscontributie volledig en de groepsgebonden contributie naar rato verschuldigd.

ACCOMMODATIE

De **trainingen** vinden plaats in het wedstrijdbad van sport- en recreatiecentrum Polfermolen, Plenkertstraat 50, 6301 GM Valkenburg.

Naast de wekelijkse trainingen staan plezier en gezelligheid hoog bij ons in het vaandel. Jaarlijks zijn er enkele vaste activiteiten: een speur- of wandeltocht, de ZCV-dag en het kamp. Voor de recreanten/trimmers en vrijwilligers wordt er ook ieder jaar een aparte activiteit georganiseerd.

TRAINERSTEAM

Onze trainers zijn: Sebastiaan Gergely, Tessa Kierkels, Marc Kamps, Peter Thijssen, Deborah Thijssen, Gwendoline Vrijhoeven, Ivo Winands

BESTUURSAMENSTELLING

Voorzitter: Harrie Wessels
Secretaris: Pascal Reijnders
Penningmeester: Frans Hoppers
Technisch coördinatie: Ineke Wessels
Bestuurslid:
Activiteiten Commissie Nancy Reijnders

VERTROUWENSPERSOON:

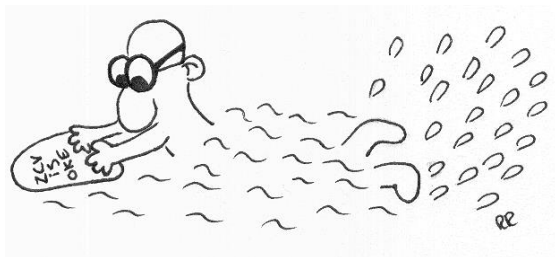
Nina Bien – vertrouwenspersoon@zcvalkenburg.nl

Voor **meer informatie** kun je altijd bellen naar Ineke Wessels (043) 601 32 97 of mailen wedstrijdsecretariaat@zcvalkenburg.nl en je kunt op internet kijken:

www.zcvalkenburg.nl



Informatiefolder



2018

GRAAG TOT ZIENS
BIJ
ZWEMCLUB VALKENBURG!