

# Informatiegids



**Zwemvereniging Dedemsvaart AC**

Website: [www.dedemsvaartac.nl](http://www.dedemsvaartac.nl)

april 2011

## **Inhoudsopgave**

---

Voorwoord.....	3
Algemene gegevens.....	4
Training .....	5
Wedstrijden .....	8
Zwemmers Fun Team (ZFT).....	12
Internet .....	15
Vrijwilligersbeleid .....	16
Lid worden .....	19
Nawoord .....	20
Notities .....	21

## **Voorwoord**

---

Welkom bij Dedemsvaart AC!

Dit is de informatiegids van zwemvereniging Dedemsvaart AC. Deze gids is bedoeld voor leden, ouders en aspirant zwemmers.

De zwemvereniging, waarvan de naam vaak afgekort wordt als DAC, bestaat al sinds 1967. De vereniging is aangesloten bij de Koninklijke Nederlandse Zwembond en neemt deel aan Overijsselse en landelijke kampioenschappen. In de landelijke zwemcompetitie komt Dedemsvaart AC uit in de A-competitie. De zwemvereniging traint en zwemt haar thuiswedstrijden in het gemeentelijke zwembad de Kieffer te Dedemsvaart.

In deze gids vindt u algemene informatie en uitleg over de vereniging, trainingen en zwemwedstrijden.

Naast de inspanning is er ook aandacht voor ontspanning. Het Zwemmers Fun Team zorgt binnen Dedemsvaart AC voor de ontspannende activiteiten welke verderop in deze gids worden toegelicht.

De zwemvereniging kan niet zonder vrijwilligers. In deze gids is beschreven welke taken er door vrijwilligers moeten worden uitgevoerd. Het is van belang dat er voldoende mensen zijn die de verschillende taken invullen. Ik ben er van overtuigd dat de vereniging ook uw talenten kan gebruiken. Schroom niet om aan te geven waar uw talenten liggen.

Gerdinand Rougoor, voorzitter

## **Algemene gegevens**

---

Zwemvereniging Dedemsvaart AC traint op verschillende dagen in Zwembad de Kiefer Nieuwewijk 14  
7701 PZ Dedemsvaart  
0523-610123



Onderstaande leden hebben zitting in het bestuur van DAC.  
Voor vragen kunt u altijd contact opnemen met de desbetreffende persoon.

Gerdinand Rougoor  
De Telgte 3  
7783 EV Gramsbergen  
0524-562980/06-46721144  
gerdinand@hetnet.nl  
Functie : Voorzitter

Han Mennink  
Watersnip 6  
7731 LL Ommen  
0529-462992  
hanmennink@live.nl  
Functie: Penningmeester

Monique Bergsma  
Weegbree 38  
7711 ND Nieuwleusen  
0529-483434  
moniquezwemt@home.nl  
Functie: Secretariaat

Klaas Boessenkool  
De Prunus 95  
7701 WJ Dedemsvaart  
0523-616334  
kboessenkool@hetnet.nl  
Functie: Bestuurslid

Sander Zoer  
Erve Nijsinck 25  
7773 DH Hardenberg  
0523-264606/06-15147340  
zoersander@gmail.com  
Functie: Bestuurslid ZC

Ton van Veen  
Gedempte Hoofddiep 33  
7926 TP Kerkenveld  
0528-361025/06-53588925  
vanveent@cs.com  
Functie: Bestuurslid

Eric IJzebrink  
Roeterskamp 45  
7772 MC Hardenberg  
0523-263796  
e-ijzebrink@home.nl  
Functie: Bestuurslid

## **Training**

---

Bij Dedemsvaart AC worden trainingen aangeboden voor verschillende groepen. Dit betekent dat naast de trainingen in ons thuisbad de Kiefer, tevens conditietraining in een sporthal gegeven wordt. Deze training is een aanvulling op de zwemtraining. Voor de selectie wordt er op dinsdagavond door John Romkes conditietraining gegeven in de Citadel. Op zaterdagmorgen wordt in de sportzaal aan de Buizerdweg conditietraining gegeven door Kelvin Bergsma en Bram Romkes voor kinderen tot ca. 12 jaar.

### **Trainingsgroepen**

Hieronder een overzicht van de trainingsgroepen:

- *Beginners*: De jongste zwemmers, de nadruk ligt op technieken aanleren.
- *Minioren*: De gevorderde jonge zwemmers. De nadruk ligt nog steeds op techniek, maar ook op de diversiteit in zwemslagen.
- *Speedo's*: Zwemmers tot ca. 12 jaar die actief deelnemen aan wedstrijden. Tevens nemen sommige zwemmers deel aan de competitie.
- *Selectie*: Zwemmers vanaf ca. 12 jaar die Dedemsvaart AC vertegenwoordigen in de Competitie.
- *Recreatief*: De zwemmers die recreatief willen zwemmen en af en toe deelnemen aan een wedstrijd.
- *Masters*: De oudere zwemmers die vooral recreatief willen blijven zwemmen.

De trainers bepalen wanneer een zwemmer doorgaat naar een volgende groep.

## **Trainingstijden**

Hieronder wordt een overzicht wanneer er getraind wordt, door de verschillende groepen.

### *Maandag*

18:00 - 19:00	Speedo's en minioren
19:00 - 20:00	Recreatief
19:00 - 20:30	Selectie
20:30 - 21:30	Masters

### *Dinsdag*

19:45 - 20:45	Conditietraining Selectie
---------------	---------------------------

### *Woensdag*

18:00 - 19:00	Speedo's
18:00 - 19:30	Selectie

### *Donderdag*

18:00 - 19:00	Recreatief
18:00 - 19:30	Selectie

### *Vrijdag*

18:00 - 19:00	Speedo's en minioren
19:00 - 20:15	Selectie

### *Zaterdag*

09:00 - 10:00	Beginners
11:00 - 12:00	Conditietraining minioren en Speedo's

### *Zondag*

08:45 - 10:00	Selectie
---------------	----------



## **Trainers**

Bij de op de vorige pagina genoemde groepen behoren, in principe, onderstaande trainers. De trainer die als laatst vermeld staat, kan gebeld worden voor eventuele vragen/opmerkingen.

### *Beginners*

Veerle v. Kesteren  
Jesper Kloek  
Ingmar Kloek  
Gieda Drog  
06-15103917

### *Speedo*

Saskia Knol  
Bram Romkes  
Betsy Romkes  
0523-614899

### *Selectie*

Monique Bergsma  
Arend v. Faassen  
John Romkes  
0523-614899  
06-45245769



### *Recreatief*

Henk Pouls  
Wim Bergsma  
0529-483434

### *Minioren*

Bram Romkes  
Kelvin Bergsma  
Inge Menzo  
06-46103310

### *Masters*

Henk Pit  
0523-614350

## **Trainingskamp**

Elk jaar wordt er een trainingskamp georganiseerd door Dedemsvaart AC. Dit trainingskamp is bedoeld voor de Speedo's en de selectie. Het doel van het trainingskamp is om extra trainingsarbeid te verrichten. Tijdens het trainingskamp wordt er twee keer per dag getraind in het zwembad en één keer per dag vindt er training plaats op het droge. Het trainingskamp wordt georganiseerd tijdens de herfstvakantie.

## **Wedstrijden**

---

Er zijn verschillende wedstrijden voor de verschillende zwemgroepen. Zo heeft elke groep wedstrijden op haar eigen niveau:

Speedo:	Speedo wedstrijden
Minioren en recreatieven:	Drie- en vijfkamp wedstrijden
Selectie:	Limiet wedstrijden en Competitie
Masters:	Masterwedstrijden

De actuele wedstrijdplanning is te vinden op [www.dedemsvaartac.nl](http://www.dedemsvaartac.nl)

### **Overijsselse en Nederlandse Kampioenschappen**

Overijsselse en Nederlandse kampioenschappen zijn er voor diegene van de Speedo-groep en de selectie die hiervoor een limiet zwemt. Voor de actuele limieten kan gekeken worden op [www.dedemsvaartac.nl](http://www.dedemsvaartac.nl).

### **Competitie**

Als zwemvereniging zijnde doen we mee aan de landelijke A-competitie. De hoofdklasse is het hoogst haalbare niveau, wij zitten op dit moment 1 niveau lager. Het doel van de vereniging is om zich in deze competitie te handhaven. Om dit te bereiken wordt in principe verwacht dat er niet afgezegd wordt voor deze wedstrijden. De competitie bestaat uit 4 wedstrijden.

### **Uitnodiging voor een wedstrijd**

Uitnodigingen voor de verschillende wedstrijden krijgt uw kind mee in de vorm van een kaartje waar gegevens op staan vermeld, zoals zwemafstanden, aanvangstijd, reiskosten, plaats van de wedstrijd en bij wie afgezegd kan worden indien noodzakelijk.

### **Afzeggen van een wedstrijd**

Heb je al een uitnodiging gekregen, maar kun je niet zwemmen, meld het dan uiterlijk 7 dagen van te voren af bij de persoon die op de uitnodiging vermeld staat. Indien er niet afgezegd wordt voor een wedstrijd en je zwemt de wedstrijd niet, dan kan de zwemvereniging een vergoeding van jou eisen. De zwemvereniging moet in zo'n situatie namelijk een boete aan de KNZB betalen.

Voor de selectie is dit Sina Drog, e-mail: [s.drog@dedemsvaartac.nl](mailto:s.drog@dedemsvaartac.nl) en telefoon 0523-615776.

Voor de overige wedstrijden is dit Anita van Veen, e-mail [avanveen@dedemsvaartac.nl](mailto:avanveen@dedemsvaartac.nl) en telefoon 0528-361025.

### **Vervoer naar de wedstrijden**

Voor het vervoer naar de wedstrijden hebben we medewerking van de ouders nodig. Dit betekent dat wanneer uw kind aan wedstrijden meedoet, er op gerekend wordt dat u af en toe rijdt.

Dit wordt van tevoren geregeld door:

#### *Selectie*

Gerda Kloek  
0523-613301  
[w.a.kloek@planet.nl](mailto:w.a.kloek@planet.nl)

#### *Overig*

Janet Jonker  
0523-615037  
[hans-62@hotmail.com](mailto:hans-62@hotmail.com)

### **Regelen van officials**

Het regelen van de officials (klokkers, jury, speakster) voor wedstrijden wordt gedaan door Ina Bies:

Ina Bies  
0523-267468  
[rikbies@hetnet.nl](mailto:rikbies@hetnet.nl)

## Kleding

Omdat we willen dat iedereen in onze sponsorkleding loopt is er een kledingcommissie. Deze kleding is bedoeld voor alle leden die wedstrijden zwemmen. Bij wedstrijden is het verplicht deze kleding te dragen, dit is namelijk met de sponsoren afgesproken. Het kledingpakket bestaat uit de volgende kledingstukken:

- Polo (verplicht)
- Korte broek (verplicht)
- Sweater
- Tas

Nieuwe leden die wedstrijden gaan zwemmen kunnen een kledingformulier op [dedemsvaartac.nl](http://dedemsvaartac.nl) downloaden. Met dit formulier kan de kleding opgehaald worden bij:

Sport 2000 Dedemsvaart  
Julianastraat 1  
7701 GL Dedemsvaart

De tas en sweater mogen door alle leden (ook niet westrijdzwemmers/-sters) met dezelfde korting worden aangeschaft.

Tevens heeft de zwemvereniging eigen badmutsen en handdoeken te koop, deze kosten respectievelijk €6.50 en €12.50. Hiervoor kunt u contact opnemen met Sander Zoer (zie hoofdstuk algemene gegevens).



## **Regelgeving met betrekking tot de wedstrijden**

De volgende regels gelden tijdens bij wedstrijd:

- Het vertrek is **altijd** vanaf zwembad de Kiefer.
- Kom op tijd, zodat er niet gewacht hoeft te worden.
- De reiskosten (tot 35km €2,50 / 35 tot 80km €3,50 / meer dan 80km €4,50) die op het kaartje staan zijn bedoeld voor de chauffeur en dient op de heenweg gegeven te worden.
- We rijden samen naar de wedstrijd en gaan pas weg als de wedstrijd ook daadwerkelijk is afgelopen (dus niet halverwege).
- Je wordt na afloop van de wedstrijd thuis gebracht (dit is van toepassing voor leden woonachtig in Dedemsvaart).
- Tijdens de wedstrijd zit je bij je ploeg en niet elders in het zwembad. Op deze manier hoeft de trainer je niet te zoeken als je moet zwemmen en er mag best interesse getoond worden in je clubgenoten.
- Tijdens de wedstrijd is snoep of drinken met prik verboden. Een boterham, liga o.i.d. en sportdrank mag wel.
- Een wedstrijd duurt ±2.5 uur, exclusief reistijd. Neem dus voldoende eten en drinken mee.
- Neem altijd een extra handdoek en zwemkleding mee.
- Bij wedstrijden in de Kiefer staat bij "vertrektijd", de tijd waarop je aanwezig moet zijn in de Kiefer.
- Tijdens de wedstrijd moet de kleding van de sponsor gedragen worden.
- Draag badslippers tijdens de wedstrijd.
- Bij wedstrijden in eigen bad moet het bad opgebouwd en opgeruimd worden. Indien je moet helpen, krijg je van tevoren bericht.
- Bij medicijngebruik moet dit aangegeven worden bij de trainer.
- Bij het niet afmelden van een wedstrijd kan de zwemvereniging een vergoeding eisen.

## Zwemmers Fun Team (ZFT)

---

Naast het zwemmen worden er tal van andere activiteiten georganiseerd voor zowel de zwemmers, de trainers en vrijwilligers van zwemvereniging Dedemsvaart AC.

Deze activiteiten worden georganiseerd door het Zwemmers Fun Team (ZFT). De volgende leden hebben zitting in het ZFT:

Mariska Pouls  
06-10614293

Moniek Kok  
06-52371375

Diana Martena  
06-12647646

Jesper Kloek  
06-10055684

Veerle van Kesteren  
06-21460470

Susan Voortman  
06-39586777



### Activiteiten

Hieronder vindt u een overzicht van de activiteiten en voor wie deze georganiseerd worden. De activiteiten zijn echter onder voorbehoud en er kunnen gedurende het seizoen nog andere activiteiten georganiseerd gaan worden door het ZFT.

#### *Lolkamp*

Aan het begin van het nieuwe seizoen gaan we met alle leden een weekend op Lolkamp. Tijdens dit kamp worden er allerlei leuke spelletjes en activiteiten gedaan. Elk jaar maken we er weer een gezellig en leuk weekend van met elkaar.

Jij gaat toch ook (weer) mee op lolkamp!?

### *Jongerenactiviteit*

Voor de jongste leden van de zwemvereniging wordt 1 keer per jaar een leuke activiteit georganiseerd. Wat de activiteit



is verklappen we nog niet, maar het beloofd een gezellige ochtend/middag te worden!

### *Ouderenactiviteit*

Niet alleen voor de jongste leden van de zwemvereniging worden er activiteiten georganiseerd, maar ook voor de oudere leden. Wat we dit jaar gaan organiseren blijft nog een verrassing!

### *Sinterklaasviering*

Sinterklaas komt elk jaar langs bij de jongste leden, maar er moeten eerst spelletjes gespeeld worden in de gymzaal samen met zijn Pieten!



### *Nieuwjaarsborrel*

Het nieuwe jaar wordt begonnen met een speciale training waarbij allerlei spelletjes in water gespeeld worden. Na afloop van deze training is er een Nieuwjaarsborrel voor alle zwemmers, trainers, officials en vrijwilligers. Op deze manier wordt het nieuwe jaar gezellig gevierd met elkaar!

### *Paaseieren zoeken*

Elk jaar komt de paashaas langs bij het zwembad en verstopt rondom de Kiefer zijn paaseieren en een speciaal gouden ei. Aan de jongste leden de taak om deze te vinden. Wie zal dit jaar het gouden ei vinden?

### *Bonte Avond*

Dit is de jaarlijkse feestavond van de zwemvereniging. Tijdens deze avond zijn alle leden, trainers, officials, vrijwilligers en familieleden uitgenodigd. De leden van DAC kunnen tijdens deze avond toneelstukjes, liedjes, een quiz of iets anders leuks opvoeren voor alle aanwezigen. Tevens is er tijdens deze avond een verloting waar vele mooie prijzen te winnen zijn. Kortom: een echte feestavond!



Heeft u vragen over activiteiten of andere vragen/opmerkingen kunt u altijd contact opnemen met één van de ZFT leden of mailen: [zft@dedemsvaartac.nl](mailto:zft@dedemsvaartac.nl)



## **Internet**

---

Dedemsvaart AC heeft een website. Deze is opgezet om als digitale ontmoetingsplaats voor de leden te functioneren en als informatieplatform voor de vereniging. Er is een internet team, dit team is onderverdeeld in 2 groepen, de redactie en het technisch team.

De redactie zorgt voor interviews, polls, nieuws en nog veel meer. De leden die zitting hebben in de redactie zijn:

Lynde Hans	-	lynde@dedemsvaartac.nl
Ingmar Kloek	-	ingmar@dedemsvaartac.nl
Raoul Bergsma	-	raoul@dedemsvaartac.nl

Het technisch team onderhoudt de site, zorgt voor de goede werking, plaatst de foto's en video's en geeft waar nodig ondersteuning aan de redactie. Dit team bestaat uit:

Bram Romkes – romkes@dedemsvaartac.nl  
Wim Bergsma – wim@dedemsvaartac.nl



**[www.dedemsvaartac.nl](http://www.dedemsvaartac.nl)**

## **Vrijwilligers**

---

Om alles binnen de vereniging goed te laten verlopen en de continuïteit binnen de zwemvereniging te garanderen, is het noodzakelijk voldoende vrijwilligers te hebben. Dit geldt voor zowel de wedstrijden, activiteiten als het dagelijkse bestuur.

### **Vrijwilligerstaken**

Tijdens de wedstrijden zijn de volgende vrijwilligers nodig:

- Coaches/Trainers
- Starter
- Scheidsrechter
- Kamprechters
- Klokkers
- Juryleden
- Speaker
- Kaartjes ophalers
- Catering officials

Voor de coördinatie buiten de wedstrijden om:

- Bestuursleden
- Recreatiecommissie (ZFT)
- Kledingcommissie
- Sponsorcommissie
- Ledenwerfcommissie
- Wedstrijdinschrijving
- Coördinatoren van het vervoer
- Coördinator van de officials
- Kampleiding
- Kookouders

## **Vrijwilligerstaken**

Zoals u gelezen hebt zijn er veel taken die uitgevoerd moeten worden om de zwemvereniging draaiende te houden. Wij gaan er vanuit dat u zich geroepen voelt om ook een vrijwilligerstaak op u te nemen!

## **Vacatures**

Op dit moment hebben we de volgende vacatures open staan:

- Sponsorcommissie
- ZFT lid
- Ledenwerfcommissie
- Kledingcommissie
- Vrijwilligerscoördinator
- Trainers
- Officials
- Kampleiding (Nordhorn, Iolkamp)

Natuurlijk kunt u zich ook aanmelden voor andere taken binnen de vereniging, er zal dan overleg met u plaatsvinden welke taak het beste bij u past.

## **Sponsorcommissie**

Op dit moment is het bestuur bezig om een sponsorcommissie op te starten. Deze commissie moet ervoor zorgen dat de sponsoring binnen de vereniging meer body krijgt. Naast de kledingsponsoring mogen er tijdens wedstrijden borden in het zwembad gehangen worden. Samen met de internet site willen wij meer sponsoren vinden. Dit moet nog verder uitgewerkt worden. Hiervoor worden nog vrijwilligers gezocht. Om u hiervoor aan te melden of voor vragen, neem contact op met Eric IJzebrink: 0523-263796, e-ijzebrink@home.nl

### **Ledenwerfcommissie**

Voor de zwemvereniging is het van belang dat er nieuwe leden komen zwemmen. Hiervoor is een ledenwerfcommissie ingesteld. Deze heeft tot doel actief leden te werven. Zo wordt er tijdens het diplomazwemmen persoonlijk een briefje uitgedeeld en is het de bedoeling om een schoolzwemkampioenschap te organiseren. Voor de organisatie hiervan en voor het uitwerken van nieuwe ideeën worden nog vrijwilligers gezocht. Mocht u interesse hebben en/of vragen, neem dan contact op met:  
Sander Zoer, 0523-264606/06-15147340,  
zoersander@gmail.com

## **Lid worden**

---

Lijkt het jou leuk om lid te worden van de zwemvereniging of ken jij iemand die graag wil zwemmen?  
Kom dan een keertje meetrainen!

Op deze manier kun je kennismaken met de zwemvereniging. Je mag 3 keer gratis meetrainen. Voor informatie hierover moet je contact opnemen met het secretariaat (Monique Bergsma) of een van de trainers.

Wil je lid worden van de zwemvereniging vul dan het aanmeldingsformulier in. Het aanmeldingsformulier is te downloaden via de site of te verkrijgen bij het secretariaat.

### **Contributie**

1x per week trainen	€24,00 per kwartaal
2x per week trainen	€36,75 per kwartaal
3x per week trainen	€48,00 per kwartaal
4x of meer per week trainen	€52,50 per kwartaal

Bij de contributie is inbegrepen: badhuur, conditietraining en de meeste starts voor de wedstrijden. Opzeggen kan uitsluitend schriftelijk bij het secretariaat per kwartaal.

Voor 1 maart (*per 1 april*)

Voor 1 juni (*per 1 juli*)

Voor 1 september (*1 oktober*)

Voor 1 december (*per 1 januari*)

Indien het opzeggen plaats vindt na één van deze data is men de volledige contributie over het volgende kwartaal verschuldigd.

## Nawoord

---

We hopen dat u door middel van dit informatieboekje voldoende geïnformeerd bent over zwemvereniging Dedemsvaart AC.

Gedurende het jaar zullen er echter dingen wijzigen. De beschreven informatie is dus onder voorbehoud. Op de website [www.dedemsvaartac.nl](http://www.dedemsvaartac.nl) staat al deze informatie ook beschreven. Deze informatie wordt regelmatig bijgewerkt.

Mocht u nog op- en of aanmerkingen hebben over de inhoud van het informatieboekje, neem dan contact op met het bestuur.





