



Infoavond

*DMi*

Dolfijnen Middelkerke  
7 december 2018

# *Bestuur DMI*

Voorzitter: Evelien Bulcke

Penningmeester: Christine Demeyere

Secretaris: Griet Vanhove

Bestuurslid: Hannelore Vermeersch

# 3 LUIKEN:

- 1) Zwemschool
- 2) Competitie
- 3) Recreanten

# ZWEMSCHOOL:

## VOOR WIE?

- kinderen vanaf 3 jaar
- leren zwemmen

# ZWEMSCHOOL:

## WAT?

- Watergewenning
- Aanleren zwemmen (schoolslag)
- Zwemschool 1
- Zwemschool 2
- Zwemschool 3
- Zwemschool 4

NIET leeftijdsgebonden

WEL gebonden aan vaardigheden

# ZWEMSCHOOL:

Doelen behaald

=

Doorschuiven

Doel einde zwemschool 4 =  
4 slagen en keerpunten gekend

# ZWEMSCHOOL:

## DOOR WIE?

- Griet Vanhove = coördinator  
watergewenning, aanleren zwemmen,  
zwemschool 1
- Pierre Debecker = coördinator  
zwemschool 2, zwemschool 3,  
zwemschool 4

Inschrijven: [inschrijvingendmi@hotmail.com](mailto:inschrijvingendmi@hotmail.com)

# ZWEMSCHOOL:

## INSCHRIJVEN:

- Vriendjesdag 22/06/19: nieuwe leden
- Huidige leden + broers en zussen vanaf 17/06/19

[inschrijvingendmi@hotmail.com](mailto:inschrijvingendmi@hotmail.com)



# ZWEMSCHOOL:

## START:

- September → juni
- Schoolvakanties geen les
- Eind mei: testjes vaardigheden →  
volgend jaar

[inschrijvingendmi@hotmail.com](mailto:inschrijvingendmi@hotmail.com)

# COMPETITIE

Progressieve opbouw naar een zo hoog mogelijk niveau.

Vanaf: geslaagde zwemmers uit Z4

3 groepen:

pré competitie

Leeftijd tot en met 14j

Leeftijd vanaf 15j

# COMPETITIE

Pré competitie (min. 2x trainen ; kan tot 4x)

Sowieso : van sept (het jaar van afsluiten Z4) tot dec.

Probeer periode

Gewenning aan trainingen

→ een idee vormen of je “wil” competitief zwemmen.

Na dec : doet trainer een voorstel

of : vanaf jan. starten competitie (min. 3x trainen)

of : nog (half) jaar in pré competitie blijven

Of overstap naar recreanten

# COMPETITIE

Leeftijd tot en met 14 jaar (min. 3x trainen ; kan tot 4x)

Progressieve belasting van volume en intensiteit

Niet slag specifiek

Verfijnen technieken naar competitieniveau

Versterken conditioneel niveau, beenkracht,  
armkracht

Deelname een West-Vlaamse wedstrijden, eventueel enkele buiten de provincie en/of deelname selectie wedstrijden (VJK / BJK)

# COMPETITIE

Leeftijd > 15 jaar (min. 4x trainen ; kan tot 6x)

Progressieve belasting van volume en intensiteit  
Meer slag specifiek  
Individueel, op eigen niveau, zo optimaal  
mogelijk presteren.

Mogelijkheid tot krachtraining

Deelname een West-Vlaamse wedstrijden, eventueel enkele buiten de provincie en/of deelname selectie wedstrijden (VK / BK)

# COMPETITIE

maandag	18u30-20u	<b>pré competitie</b>		
	18u30-20u30	<b>Leeftijd &lt; 14 j</b>	Leeftijd > 15j	
dinsdag	19u-20u30	<b>Leeftijd &lt; 14 j</b>	Leeftijd > 15j	
woensdag	6u30-8u	Leeftijd > 15j		
	12u45-14u15	<b>pré competitie</b>	<b>Leeftijd &lt; 14 j</b>	
	17u30-19u30	Leeftijd > 15j		
donderdag	19u-21u15	Leeftijd > 15j		
vrijdag	16u-17u30	<b>pré competitie</b>		
	17u30-19u	Leeftijd > 15j		
zaterdag	12u30-14u15	<b>pré competitie</b>	<b>Leeftijd &lt; 14 j</b>	Leeftijd > 15j

## ➤ 80 % Regel

Binnen de club verwachten we een aanwezigheid van 80% op de voorziene trainingen.

Concreet wil dit zeggen dat een kind dat niet voldoet aan deze regel, niet kan ingeschreven worden voor de voorziene wedstrijden op onze wedstrijdkalender

Gesprek trainer

# Lidgelden

Precompetitie: € 25 (Overgang Sep – Jan)

Competitie: Lidgeld in functie van het aantal trainingen

2 trainingen:	€ 165
3 trainingen:	€ 220
4 trainingen:	€ 275
5 trainingen:	€ 330
6 trainingen of meer:	€ 385

(Krachtraining mogelijk)



## Familietarief:

Tweede kind: 20 %

Derde kind: 20 %

...

# WERKGROEP COMPETITIE

- Veronique
- Sandro
- Jef
- Cindy
- Pierre & Veerle
- Sofie & Benny
- ...

**WELKOM!**

# COMPETITIE

- Nieuwe kledij
- Nieuwe badmutsen
- Prijs: € 40 voor de zwemmers  
de club betaalt de rest
- Vergeet het inschrijvingsdocument/  
medisch attest niet!

# RECREANTEN

## VOOR WIE?

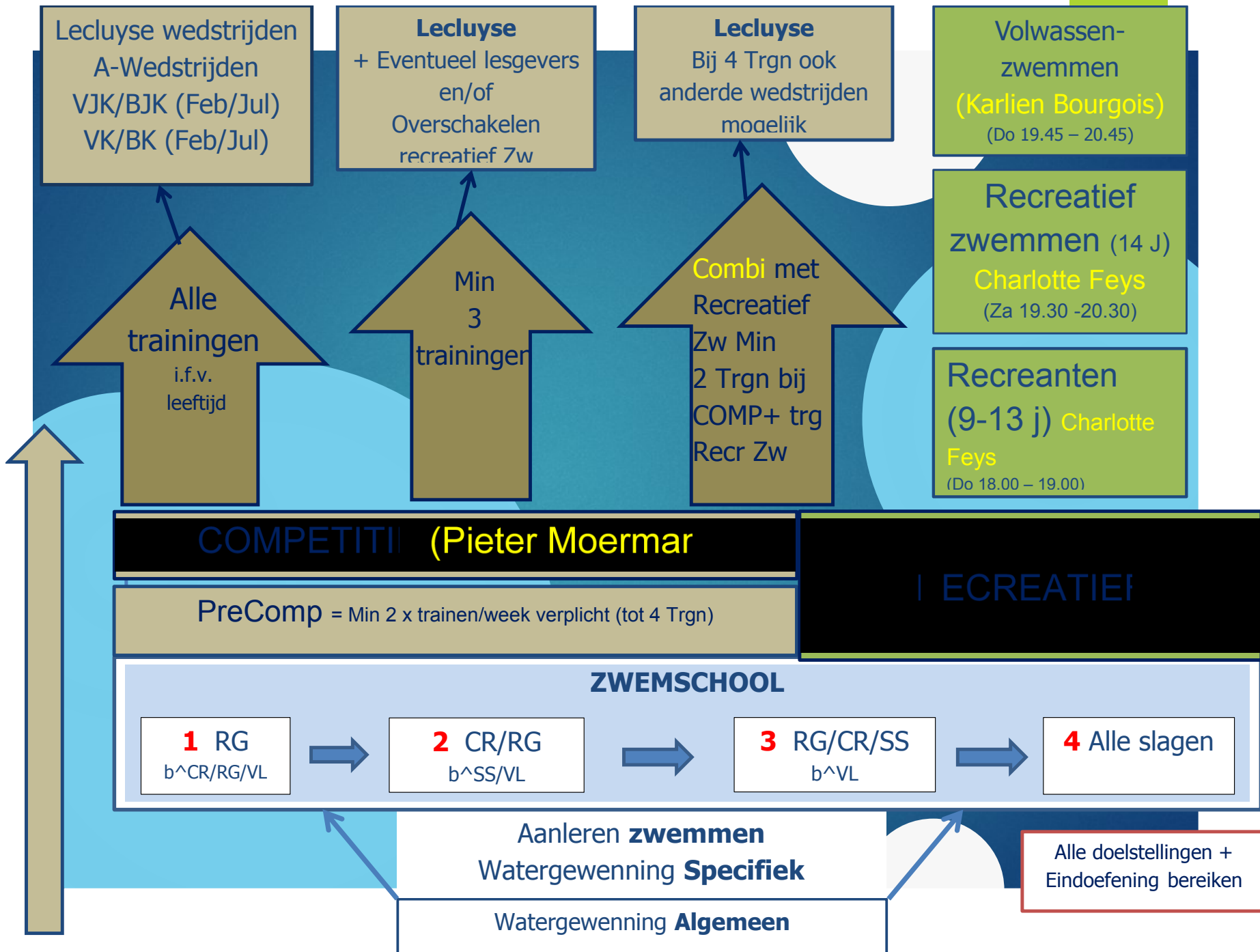
- Kinderen 9 – 13 jaar
- Jongeren +14 jaar
- Volwassenen

# RECREANTEN

## Recreatief:

- Minder druk op de schouders
- Geen wedstrijden
- Nadruk ligt op plezier

[Inschrijvingendmi@hotmail.com](mailto:Inschrijvingendmi@hotmail.com)



# SPONSORING...

- interesse?
- Contact met bestuursleden of werkgroep

# CONTACT

[inschrijvingendmi@hotmail.com](mailto:inschrijvingendmi@hotmail.com):  
voor inschrijvingen zwemschool en  
recreanten

[dmi@sportsecretariaat@gmail.com](mailto:dmi@sportsecretariaat@gmail.com):  
voor documenten competitie

[moermanpieter@hotmail.com](mailto:moermanpieter@hotmail.com):  
voor vragen over trainingen, wedstrijden  
competitie