

INFORMATIEBOEKJE

Z&PC Steenwijk 1934

Uitgave Oktober 2018

Dit informatieboekje wordt elk jaar bij de start van het seizoen uitgegeven en geactualiseerd. Het informatieboekje wordt digitaal beschikbaar gesteld aan nieuwe leden en is te downloaden via de website.

Eindredactie: Casper Dollekamp
E-mailadres:
voorlichting@steenwijk34.nl

Kijk op onze site voor het allerlaatste nieuws:
www.steenwijk34.nl

Beste leden,



Voor je ligt het informatieboekje van Zwem- en Poloclub Steenwijk '34. Hiermee willen wij jullie informeren over het reilen en zeilen binnen onze vereniging. Eén van de manieren om de leden van informatie te voorzien is deze informatiegids.

Met dit informatieboekje hopen wij je de nodige informatie te geven over de vereniging. Naast dit informatieboekje kun je ook veel informatie vinden op de website van Steenwijk'34 (www.steenwijk34.nl) en je kunt ons ook volgen op Facebook. Voor vragen en informatie kun je natuurlijk ook altijd terecht bij een trainer of stuur een e-mail naar info@steenwijk34.nl

Hopelijk krijg je door middel van dit boekje antwoord op de meest voorkomende vragen.

Met vriendelijke groeten,

Het bestuur



**Zwem- & Poloclub
STEENWIJK '34**

INHOUD:

De vereniging	1
Lidmaatschap	1
Regels en omgangsvormen	2
Clubkleding	3
Waterpolo	4
Zwemmen:	
Sterrenplan	5
Voorselectie	6
Selectie	7
Masters	8
Hoe en wat tijdens zwemwedstrijden	9
Vrijwilligers	11



Klaverblad Verzekeringen

Sinds 1850 gewoon goede verzekeringen





De vereniging Steenwijk '34

Wij zijn er voor jou als zwemmen of waterpolo je hobby, passie, leefstijl (vul zelf maar in) is. Ook als je graag eens kennis zou willen maken met de zwem- of polo-sport staan wij graag tot je dienst. Als je vooraf even een afspraak maakt kun je altijd vrijblijvend een aantal keren mee trainen om de sfeer te proeven.



STEENWIJK '34

Conditiezwemmen voor jong en oud

Wedstrijdzwemmen en waterpolo

Steenwijk'34 is vooral een gezellige club waar iedereen op zijn eigen niveau in een prettige omgeving kan sporten. Er is voor elk wat wils. Naast het zwemmen en poloën worden er het hele jaar door tal van activiteiten georganiseerd zoals: een kampeerweekend, meerdaagse toernooien, familiedag enzovoorts.

De club kent gelukkig een flink aantal vrijwilligers (meestal de ouders van de leden of de oudere leden zelf) die meehelpen de club te maken en houden tot wat die is. Zonder al die handen, voeten en vooral hoofden, heeft Steenwijk '34 geen bestaansrecht. Uiteraard geldt ook hier: "Alle extra hulp is erg welkom" en "Veel handen maken licht werk".

Het Lidmaatschap

Lid worden?

Wilt u (of uw kind) eerst even proefdraaien? Dat kan! U kunt een afspraak maken om een aantal keren vrijblijvend mee te doen. Onze clubconsulent / trainers kunnen u adviseren over de juiste groep afhankelijk van niveau en ambitie.

Enthousiast geworden? Vul het aanmeldformulier in op onze website.

[Klik hier voor het aanmeldformulier](#)



Contributie

De meest actuele contributie tarieven zijn te raadplegen op de website. De contributie wordt maandelijks per incasso verrekend. Zijn er onduidelijkheden met betrekking tot de contributie?

Vraag het de ledenadministratie:

ledenadmin@steenwijk34.nl.

[Klik hier voor contributie tarieven](#)



Opzeggen

Opzeggen van het lidmaatschap kan alleen per 1 januari en per 1 juli. De opzegging moet schriftelijk gebeuren bij de ledenadministratie en minimaal 1 maand voor bovenstaande data. Opzeggen kan alleen via de volgende gegevens:

- e-mail: ledenadmin@steenwijk34.nl
- postadres: dhr D. Baars, Vledderholt 5, 8381CA Vledder (vergeet uw e-mailadres niet door te geven!)

[Klik hier : mailadres ledenadministratie](#)

Uw opzegging wordt uitsluitend per e-mail bevestigd.

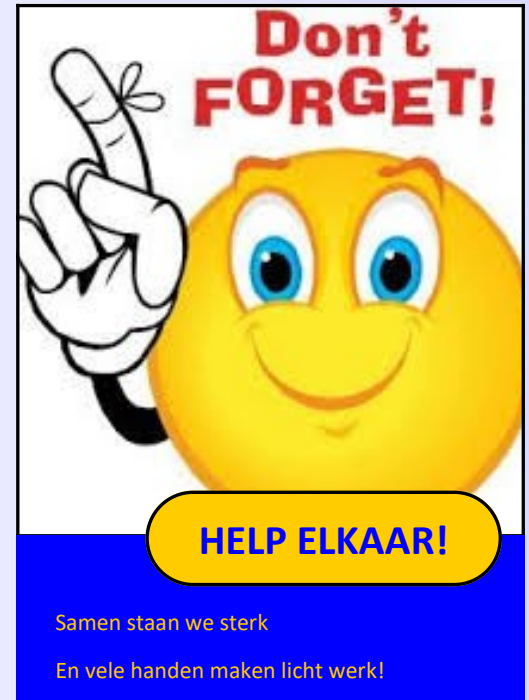
Voor meer informatie over de vereniging en over het lidmaatschap kijk op onze website.



Regels en omgangsvormen

Binnen de club gelden een aantal huisregels. De regels zijn bedoeld om de veiligheid en het plezier van ons allemaal te waarborgen. Daarom hebben we een aantal afspraken met elkaar gemaakt:

- We behandelen elkaar volgens de algemeen bekende fatsoensnormen. Hierbij houd je rekening met je teamgenoten.
- Fietsen, bromfietsen en auto's parkeer je natuurlijk op de daarvoor bestemde plaatsen.
- Aanwijzingen van trainers en/of toezichthouders dienen te worden opgevolgd.
- Trainers en/ of toezichthouders zijn verantwoordelijk voor de veiligheid van de zwemmers bij binnenkomst in de zwemzaal. Dit betekent dat ouder(s)/ verzorger(s) verantwoordelijk zijn in de kleedhokjes/ groepskleedruimtes en in de hal. Moeders mogen niet in de herenkleedkamers en vaders niet in de dameskleedkamers.
- Kleding mag niet in de kleedhokjes blijven liggen, maar worden in een kluisje, aan de rekken in de ('natte') gang of in de groepskleedruimtes opgehangen.
- De zwemzaal mag vanaf 5 minuten voor aanvang van de training betreden worden op aanwijzing van trainer/ toezichthouder.
- In verband met de hygiëne is het verplicht om voor het zwemmen te douchen.
- Je mag pas het water in als de trainer hiervoor toestemming heeft gegeven en je verlaat het bad als dit gezegd wordt.
- Materialen (lijnen, planken, ballen enzovoort) moet je met zorg behandelen en na gebruik op de daarvoor bestemde plaats opruimen.
- Indien je tijdens het zwemmen het bad wil verlaten, waarschuw je altijd de trainer/ toezichthouder, zodat deze weet waar je bent.
- In verband met de hygiëne loop je op slippers of blote voeten in het natte gedeelte van het zwembad. Er wordt niet op straatschoenen gelopen in de natte ruimtes en zwemzaal.
- Gebruik de toiletten, douches en kleedruimten waar ze voor zijn.
- Kinderen en zwemmers mogen niet in het recreatiegedeelte komen tijdens de trainingen en wedstrijden, tenzij anders afgesproken. Ouder(s) / verzorger(s) hebben de verantwoordelijkheid dat de trainers/ toezichthouders op de hoogte zijn van eventuele omstandigheden zoals ziekte, die het zwemmen kunnen beïnvloeden. Op deze manier kunnen de trainers/toezichthouders daar rekening mee houden.
- Als je niet kunt komen trainen, meld je dan af bij de trainers, dan kunnen zij daar met de invulling van de trainingen rekening mee houden. Afmelden kun je via de mail: afmelden@steenwijk34.nl
- Bij thuiswedstrijden is het de bedoeling om samen vooraf het wedstrijdbad op te bouwen en na de wedstrijd samen alles weer op te ruimen. Vele handen maken licht werk!



[Klik hier : mailadres afmelden trainen](mailto:afmelden@steenwijk34.nl)

De Clubkleding.



Steenwijk '34 heeft zijn eigen clubkleding. Leden van steenwijk '34 dragen tijdens wedstrijden en prijsuitreikingen de officiële clubkleding, om zodoende onze uiting te kunnen geven aan de sponsoring van **Klaverblad**. We verwachten dat een ieder de kleding zorgvuldig behandelt.

Wedstrijd zwemmende en wedstrijd poloënde leden krijgen een pakket dat bestaat uit: Polo, short en tas. Zoals eerder genoemd, gaan we er van uit dat je de kleding aan hebt tijdens wedstrijden, toernooien en prijsuitreikingen (voor de waterpolo en de wedstrijdzwemmers, ploegleiders en trainers), tijdens het jureren (jury waterpolo), training geven (alle trainers) en wanneer je aan het bad of bij speciale evenementen als vrijwilliger actief bent. Ook gaan we er van uit dat jullie de tassen zullen gebruiken.

De verantwoordelijkheid voor verlies of verwijtbare beschadiging van de clubkleding ligt bij het lid. Mocht er nieuwe clubkleding nodig zijn, omdat de kleding is kwijt of beschadigd is, dan dien je zelf nieuwe clubkleding aan te schaffen, via de webshop. Is de kleding te groot of te klein geworden, informeer dan bij de kledingconsulent voor een betere maat.

De clubkleding blijft eigendom van de vereniging. De tas wordt jullie eigendom.



Borg

Binnen onze vereniging werken we met een borgsysteem. De reden hiervoor is dat wij er van uitgaan, dat hierdoor onze leden zorgvuldiger met de hen toevertrouwde kleding zullen omgaan, maar bovendien zorgt het voor een kleine buffer om op termijn middelen achter de hand te hebben om de clubkleding te kunnen vervangen ingeval we dan geen sponsor meer hebben die dit voor ons kan verzorgen.

Een nieuw lid is éénmalig borg verschuldigd, bij vervanging van de clubkleding zal dit niet nogmaals worden geïncasseerd. Over deze borg worden jullie na aanmelding separaat geïnformeerd.



Kosten bedrukking tas

Onze leden kunnen kiezen uit een drietal soorten tassen, in diverse maten. Bovendien is het mogelijk om de gekozen tas te laten bedrukken met hun naam. De kosten daarvan zijn voor eigen rekening. Op het moment dat je aangeeft je naam op de tas te willen, krijg je informatie hoe je deze meerkosten kunt betalen aan de vereniging.

Webshop

Steenwijk '34 heeft een eigen webshop waar kleding kan worden besteld. In onze webshop is het mogelijk om artikelen te bestellen die voorzien zijn van ons clublogo en het logo van onze hoofdsponsor **Klaverblad**. Naast het verplichte clubtenue is het nu ook mogelijk om bijvoorbeeld een vest, een trainingsbroek of een handdoek van Steenwijk'34 te bestellen. Kijk voor het gehele assortiment in onze webshop. Onze kledingpartner Textielstra zorgt voor de gehele afhandeling, inclusief de levering bij jou thuis.

[Klik hier voor de webshop](#)



Klaverblad Verzekeringen

Sinds 1850 gewoon goede verzekeringen



Waterpolo



Trainingstijden

Donderdag

19.45 – 21.15 uur

Tijdens (korte) vakanties zullen de trainingen doorgaan. In de zomervakantie en op feestdagen wordt er niet getraind. Voor de actuele trainingsagenda kijk je op www.steenwijk34.nl.

[Klik hier : voor de actuele trainingsagenda](#)

Trainers

<u>Donderdag</u>	Alle banen	Marcel Smit
		Toeziethouder: Arjen Groen

De waterpolo afdeling van Steenwijk '34 heeft twee herenteams. Zij trainen op donderdagavond tijdens deze trainingen wordt er gewerkt aan techniek, conditie en spel.

Wedstrijden

Beide herenteams spelen competitiewedstrijden. Er wordt altijd geprobeerd om beide thuiswedstrijden steeds op één avond te plannen. De thuiswedstrijden zijn op zaterdag in de Waterwyck. De actuele wedstrijdkalender kun je vinden op de site van Steenwijk '34.

[Klik hier : voor de actuele wedstrijdagenda](#)



Het Sterrenplan

Trainingstijden

Dinsdag	17.50 uur tot 18.20 uur
Donderdag	17.50 uur tot 18.20 uur

Tijdens (korte) vakanties zullen de trainingen doorgaan. In de zomervakantie en op feestdagen wordt er niet getraind. Voor de actuele trainingsagenda kijk je op www.steenwijk34.nl.

Trainers

[Klik hier : voor de actuele trainingsagenda](#)

<u>Dinsdag</u>	Baan 1 Baan 2 Baan 3 Baan 4	Korstiaan de Boer Inge Halman Fayola van den Berg Marinke Hummelen
	Toeziethouder	Korstiaan de Boer
<u>Donderdag</u>	Baan 1 Baan 2 Baan 3 Baan 4	Jelle Heijman Inge Halman Fayola van den Berg Korstiaan de Boer
	Toeziethouder	Wilna Heijman



Afmelden training

Ben je verhinderd tijdens de training? Laat het je trainer even weten via: afmelden@steenwijk34.nl

[Klik hier : mailadres afmelden trainen](#)

Trainingen

Wees op tijd aanwezig voor de trainingen en help waar nodig het bad klaar te maken, zodat de training op tijd kan beginnen. Zorg er samen voor dat de trainingslijnen, keerpuntvlaggetjes en trainingsmaterialen klaar liggen.

Wedstrijden

Als je een aantal maanden aan het zwemmen bent, zal je gevraagd worden om mee te doen aan wedstrijden. Op onze website, www.steenwijk34.nl, staat het actuele wedstrijdprogramma. Deze wedstrijden zijn op beginnersniveau en in de regio. Verderop in dit boekje staat wat je moet doen bij wedstrijden en wat je mee moet nemen.

[Klik hier : voor de actuele wedstrijdagenda](#)

Rol van ouders bij wedstrijd en trainingen

Van ouders wordt verwacht dat zij meehelpen bij het bad opbouwen bij trainingen (dus lijnen inhangen en keerpuntvlaggetjes ophangen). Van ouders die in het zwembad aanwezig zijn tijdens de trainingen wordt verwacht dat ze hun kind niet afleiden van de training, de trainers zijn er om training te geven. Mochten er vragen zijn over de trainingen dan kunt u dit doen na de training. Ook bij wedstrijden en/of andere activiteiten wordt hulp verwacht van ouders. Hierbij kun je denken aan het vervoer voor een wedstrijd, jureren tijdens wedstrijden en het klaarmaken van het zwembad voor een wedstrijd.

Voorselectie



Trainingstijden

Dinsdag Baan 5	18.20 – 19.20 uur
Dinsdag Baan 6	18.20 – 19.05 uur
Donderdag Baan 5	18.20 – 19.45 uur
Donderdag Baan 6	18.20 – 19.05 uur

Tijdens (korte) vakanties zullen de trainingen doorgaan. In de zomervakantie en op feestdagen wordt er niet getraind. Voor de actuele trainingsagenda kijk je op www.steenwijk34.nl.

[Klik hier : voor de actuele trainingsagenda](#)

Trainers

<u>Dinsdag</u>	Baan 5 Baan 6	Timo de Vries Timo de Vries
<u>Donderdag</u>	Baan 5 Baan 6	Alies Wagter Wilna Heijman

Afmelden training

Ben je verhinderd tijdens de training? laat het je trainer even weten via: afmelden@steenwijk34.nl

[Klik hier : mailadres afmelden trainen](#)

Doel trainingen

Het vergroten van het uithoudingsvermogen, perfectioneren van de techniek en het leren trainen.

Trainingen

Wees op tijd aanwezig voor de trainingen en help waar nodig het bad klaar te maken, zodat de training op tijd kan beginnen. Zorg er samen voor dat de trainingslijnen, keerpuntvlaggetjes en trainingsmaterialen klaar liggen. Na afloop van de training worden deze spullen ook gezamenlijk weer opgeruimd op de daarvoor bestemde plekken.

Wedstrijden

Op onze website, www.steenwijk34.nl, staat het actuele wedstrijdrooster. Ook ontvang je van de zwemcommissie een uitnodiging voor de wedstrijden. Mocht je verhinderd zijn tijdens een wedstrijd, laat dit dan tijdig weten. Op de uitnodiging staat waar en voor wanneer je je af moet melden. Bij te laat afmelden worden de kosten die de club moet maken aan jou doorberekend.

[Klik hier : voor de actuele wedstrijdagenda](#)

Bij thuiswedstrijden wordt van de zwemmers verwacht dat ze meehelpen met het opbouwen en na de wedstrijd weer opruimen van het zwembad.



Selectie

Trainingstijden

Maandag	landtrainingen in fitnesscentrum Tuk. 19.30 – 21.30 uur
Dinsdag	18.20 – 19.20 uur
Donderdag	18.20 – 19.45 uur
Vrijdag	18.35 – 20.35 uur

Tijdens (korte) vakanties zullen de trainingen doorgaan. In de zomervakantie en op feestdagen wordt er niet getraind. Voor de actuele trainingsagenda kijk je op www.steenwijk34.nl.

*In de periode mei – september is er een wijziging van de trainingstijden. De training start op maandag dan om 18.20 uur – 19.20 uur. De zwemmers worden hierover geïnformeerd via onze website: www.steenwijk34.nl



[Klik hier : voor de actuele trainingsagenda](#)

Trainers

<u>Maandag</u>	Baan 6	Vacant
<u>Dinsdag</u>	Baan 1, 2, 3, 4	Vacant en Korstiaan de Boer
<u>Donderdag</u>	Baan 1, 2, 3, 4	Vacant en Korstiaan de Boer
<u>Vrijdag</u>	Baan 5 en 6	Vacant

Afmelden training

Ben je verhinderd tijdens de training?

Laat het je trainer even weten via: afmelden@steenwijk34.nl

[Klik hier : mailadres afmelden trainen](#)

Doel van de trainingen

Het verbeteren van de conditie, coördinatie en techniek om een zo goed mogelijke persoonlijke prestatie neer te zetten. De landtrainingen op maandag zijn niet verplicht. Je krijgt een abonnement waarmee je onbeperkt kunt trainen op de tijdstippen die je zelf het beste uitkomen. Je kunt dus ook vaker dan één keer gaan. Voor selectieleden onder de 21 jaar geldt dat je 50% van de kosten zelf moet betalen, omdat je vaker gebruik kunt maken van het abonnement en omdat de kosten voor de vereniging anders te hoog zijn. De kosten van het abonnement zijn voor jezelf €12,50. Als je geen gebruik wilt of kunt maken van de landtrainingen, kun je op maandagavond meetrainen met de Masters wedstrijdselectie 1.

Trainingen

Wees op tijd aanwezig voor de trainingen en help waar nodig het bad klaar te maken, zodat de training op tijd kan beginnen. Zorg er samen voor dat de trainingslijnen, keerpuntvlaggetjes en trainingsmaterialen klaar liggen.

Na afloop van de training worden deze spullen ook gezamenlijk weer opgeruimd op de daarvoor bestemde plekken.

[Klik hier : voor de actuele wedstrijdagenda](#)

Wedstrijden

Op onze website, www.steenwijk34.nl, staat het actuele wedstrijdrooster. Ook ontvang je van de zwemcommissie een uitnodiging voor de wedstrijden. Mocht je verhinderd zijn tijdens een wedstrijd, laat dit dan tijdig weten. Op de uitnodiging staat waar en voor wanneer je je af moet melden.

Bij te laat afmelden worden de kosten die de club moet maken aan jou doorberekend. Bij thuiswedstrijden wordt van de zwemmers verwacht dat ze meehelpen met het opbouwen en na de wedstrijd weer opruimen van het zwembad.



Masters zwemmers Recreatief 1 en 2

Trainingstijden

Maandag 18.35 – 19.20 uur*

Vrijdag 18.35 – 19.20 uur*

Tijdens (korte) vakanties zullen de trainingen doorgaan. In de zomervakantie en op feestdagen wordt er niet getraind. Voor de actuele trainingsagenda kijk je op www.steenwijk34.nl.

[Klik hier : voor de actuele trainingsagenda](#)

*In de periode mei – september is er een wijziging van de trainingstijden. De training start dan om 18.20 uur – 19.20 uur. De zwemmers worden hierover geïnformeerd via onze website: www.steenwijk34.nl

Trainers

<u>Maandag</u>	Baan 1 en 2	Mike Koelewijn, Wilna Heijman, Dick Huisman of Inge Lolkema- Soeters
<u>Vrijdag</u>	Baan 1 en 2	Getrude Corporaal, Wilna Heijman, Dick Huisman, Huyb Stegeman of Casper Dollekamp

Doel van de trainingen

Deze trainingen zijn bedoeld voor volwassenen die hun conditie willen verbeteren. Er wordt op verschillende niveaus gezwommen in baan 1 en in baan 2. Ieder kan hierdoor op zijn eigen tempo zwemmen.



Wedstrijd Masters 1 en 2

Trainingstijden

Maandag	18.35 – 19.20 uur*	Masters 1	Baan 4, 5, 6
maandag	18.35 – 19.20 uur*	Masters 2	Baan 3
Vrijdag	18.35 – 20.35 uur*	Masters 1	Baan 3, 4 en 5
Vrijdag	19.35 – 20.35 uur	Masters 2	Baan 1 en 2

Tijdens (korte) vakanties zullen de trainingen doorgaan. In de zomervakantie en op feestdagen wordt er niet getraind. Voor de actuele trainingsagenda kijk je op www.steenwijk34.nl.

*In de periode mei – september is er een wijziging van de trainingstijden. De training start dan om 18.20 uur – 19.20 uur. De zwemmers worden hierover geïnformeerd via onze website: www.steenwijk34.nl

[Klik hier : voor de actuele trainingsagenda](#)

Trainers

<u>Maandag</u>	Baan 3,4,5 en 6	Mike Koelewijn, Wilna Heijman, Dick Huisman of Inge Lolkema- Soeters
<u>Vrijdag</u>	3,4 en 5	Getrude Corporaal, Wilna Heijman, Dick Huisman, Huyb Stegeman of Casper Dollekamp

Doel van de trainingen

Deze groep zwemmers traint voor wedstrijden in het mastercircuit en de Open Nederlandse masterkampioenschappen. De trainingen zijn gericht op uithoudingsvermogen en techniek.



Hoe en wat tijdens zwemwedstrijden



Uitnodiging

Via de mail ontvangt de zwemmer een uitnodiging, waarin staat waar en wanneer de wedstrijd plaats zal vinden. Ook is op de uitnodiging te vinden welke afstanden je moet zwemmen.

Het is natuurlijk mogelijk dat je verhinderd bent tijdens deze dag. Zorg er dan voor dat je, je zo snel mogelijk afmeld door een reply op de email naar degene van wie je de mail hebt ontvangen. Je moet de afmelding doen voor de datum die in de email staat. De gegevens hiervoor zijn ook op de uitnodiging te vinden. Bij niet op tijd afmelden wordt de boete doorberekend aan de zwemmer.

De wedstrijddag – het inpakken van de sporttas.

Wat neem je mee?

Het belangrijkste is natuurlijk de zwemkleding (badpak/ zwembroek, badmuts en zwembril) in je clubsporttas. Het is handig om meerdere zwembroeken/ badpakken mee te nemen. Dan kun je je tijdens de wedstrijd omkleden en koelen de spieren zo min mogelijk af. Daarnaast neem je jouw clubshirt en clubbroek mee, evt. een lange trainingsbroek, badslippers en 2 of 3 handdoeken.

Neem voor een wedstrijd een aantal boterhammen mee. Ook is het misschien lekker om een stuk fruit mee te nemen (denk hierbij aan een banaan of een appel). Ook is het belangrijk om voldoende te drinken tijdens een wedstrijd neem bijvoorbeeld een sportdrank mee, water of wat limonade. Zorg dat je tijdens de wedstrijd niet te veel eet en drinkt, geen snoep of prikdranken, zoals cola.



Op naar het zwembad

Bij een uitwedstrijd verzamelen de zwemmers op de parkeerplaats bij het zwembad. Bij een thuiswedstrijd ga je naar binnen. In beide gevallen meld je je tijdig bij de ploegleider. Mocht je de verzameltijd niet redden, mail dit tijdig naar degene van wie je de uitnodiging hebt gehad, zodat deze dit kan terugkoppelen aan de ploegleider.

Bij het niet op tijd afmelden en/of aanwezig zijn krijgt de club een boete. De club zal deze boete doorberekenen aan het zwemmende lid. Dus zorg altijd dat je op de afgesproken tijd aanwezig bent. Dit scheelt ook een hoop gedoe voor de ploegleider.

Daarnaast wordt er bij een thuiswedstrijd verwacht dat je helpt het zwembad op te bouwen samen met je ouder(s) en andere zwemmers. Dit houdt onder andere in: banken klaarzetten, lijnen in het zwembad hangen, de keerpuntvlaggetjes klaar hangen, stoelen en tafels voor de officials klaarzetten, medaillebord klaarzetten en verder wat er nog meer moet gebeuren.

Mocht je rechtstreeks naar een uitwedstrijd willen gaan, mail dit dan tijdig (liefst een week van tevoren) naar degene van wie je de mail krijgt. Zo kan de inschrijver daar rekening mee houden met het vervoer en dit ook doorgeven aan de ploegleider.

De wedstrijd

Tijdens de wedstrijd blijven de zwemmers altijd in de buurt van de ploegleider. Voor, tijdens en na de wedstrijd ga je niet in het water, tenzij dit duidelijk gezegd is door je ploegleider.

De ploegleider houdt in de gaten wanneer de kinderen moeten zwemmen en zorgt dat zij op tijd bij het startblok zijn. Voor de ploegleider is het dan ook fijn dat de kinderen in de buurt zijn, dus niet dwalen door het zwembad en/of bij ouders op de tribune gaan zitten.

Van de ouders wordt verwacht dat ze altijd plaats nemen op de tribune, tenzij anders afgesproken is met de ploegleider.

In de pauze is er gelegenheid om naar je ouders toe te gaan. Als je moet plassen, meld dit dan bij de ploegleider, hij/ zij kijkt dan samen met jou of daar nog genoeg tijd voor is, voordat je moet zwemmen.

Naast dat de ploegleider er voor zorgt dat de zwemmers tijdig op het startblok staan, klokt de ploegleider ook jouw race. De ploegleider kan dan na de race de tijd die je hebt gezwommen met je bespreken en ook wat er goed en iets minder goed ging.



Weer naar huis

Als de wedstrijd is afgelopen, zorgen de zwemmers er zelf voor dat de zitplek netjes achter gelaten wordt en alle spullen meegenomen worden. Na de eventuele prijsuitreiking wordt er verzameld in de zwembadhal en rijden we weer richting de Waterwyck. Je rijdt altijd met dezelfde chauffeur terug. Mocht dit anders zijn, dan bespreek je dit met je chauffeur en ploegleider.

Bij een thuiswedstrijd helpen alle zwemmers en ouder(s) met het opruimen van het zwembad. Vele handen maken licht werk.





Vrijwilligers

Binnen Steenwijk '34 zijn een flink aantal vrijwilligers actief in en rond het zwembad. Deze vrijwilligers zorgen er voor dat onze leden kunnen trainen, wedstrijden kunnen zwemmen en ook aan de activiteiten buiten de zwemtrainingen wordt gedacht. Er wordt niet alleen voor de schermen, maar ook achter de schermen hard gewerkt. Zonder onze vrijwilligers heeft Steenwijk '34 geen bestaansrecht.

Om de vereniging te laten functioneren is het van belang dat we voldoende vrijwilligers hebben. En ook hier geldt; 'vele handen maken licht werk'. Aan wat voor taken kun je dan denken?

De werkzaamheden van een vrijwilliger kunnen variëren van een bestuursfunctie, een taak binnen één van onze commissies of een taak in/ om het zwembad. Daarnaast kan een wedstrijd niet plaats vinden zonder vrijwilligers. Denk maar eens aan; badopbouwers, kaartlopers, speaker, ploegleiding, officials en voor de uitwedstrijden van onze jeugdleden is er vervoer nodig van en naar het zwembad.



Steenwijk '34 kan altijd nieuwe vrijwilligers gebruiken en daarmee help je onze vereniging. Als je belangstelling hebt voor een vrijwilligersfunctie neem dan contact op met één van de trainers of een andere vrijwilliger aan het bad. Natuurlijk kun je ook contact opnemen via de mail: secretaris@steenwijk34.nl

VRIJWILLIGERS

DE VOLWASSEN VERSIE
VAN GOEDE FEEËN

Loesje

Klik hier : mailadres secretaris

Contact

Bezoekadres zwembad 'de Waterwyck'

Gagelsweg 25, 8331 CM Steenwijk

Postadres Steenwijk '34:

Veenhuizerhof 1a, 7983 LK Wapse

E-mailadres:

secretaris@steenwijk34.nl

Voor meer informatie:

www.steenwijk34.nl

