



Doelstelling van onze vereniging is het mogelijk te maken dat de zwemsport in de Roerstreek zo breed mogelijk voor iedereen beschikbaar is. Dit doen we middels het opleiden, begeleiden en trainen van onze zwemmers en het deelnemen aan zwemwedstrijden. Zo breed mogelijk betekent vooral dat iedereen op zijn eigen niveau plezier aan het zwemmen moet hebben. Hiervoor zijn diverse trainingsgroepen beschikbaar. Bij het wedstrijdzwemmen staan naast goede individuele prestaties vooral de prestaties van de gehele zwemploeg voorop.



Inhoudsopgave

Inhoudsopgave	1
Beste leden, nieuwe leden, ouders of verzorgers en alle belangstellenden	2
Bestuur	3
Wedstrijd secretariaat	4
Commissie nevenactiviteiten	4
Redactie Soppertje	5
Kampcommissie	5
Kledingcommissie.....	5
Verzekeringen / vrijwilligerspolis	5
Zwemwedstrijden: uitnodiging, vervoer en afmelding	6
Zwemuitrusting	6
De 10 geboden van de Roersoppers	7
Trainingsgroepen.....	8
Trainingstijden	9
Trainers aan de bak.....	9
Competitie zwemmen / Wedstrijd zwemmen	10
(Voorlopige) Limieten voor de Limburgse Kampioenschappen	11
Diskwalificatiecodelijst	12
Officials	14
Diploma's	15
Nevenactiviteiten en andere acties	15
Van de penningmeester	16
Wedstrijdplanner.....	17
Aangepaste trainingstijden en/of geplande activiteiten	18



Beste leden, nieuwe leden, ouders of verzorgers en alle belangstellenden

Het nieuwe infoboekje van zwemvereniging de Roersoppers voor het seizoen 2011-2012 is klaar. Voor mij als voorzitter is dit het laatste voorwoord in het infoboekje want zoals jullie weten is dit het laatste jaar dat ik voorzitter ben. Na 5 maanden pendelen naar Roermond en Wessem, vanwege de sluiting van het zwembad kunnen we gelukkig vanaf de start van het nieuwe seizoen weer in ons eigen vertrouwde Apollobad terecht. Hierbij hoop ik dat de leden die zich begin dit jaar hebben afgemeld vanwege de sluiting van het zwembad zich nu weer massaal zullen aanmelden.

Naast de gebruikelijke informatie over onze zwemvereniging staat hier ook alle belangrijke informatie overzichtelijk vermeld over o.a. de samenstelling van het bestuur, alle trainers en hulptrainers, de officials, de trainingsuren van de diverse groepen, de activiteitenkalender en natuurlijk het wedstrijdschema. Kortom alle informatie over de Roersoppers die belangrijk is.

Bewaar daarom dit infoboekje en kijk er regelmatig even in. Mochten er toch onvolkomenheden in voorkomen neem dan contact op met een van de bestuursleden, hier bent u altijd van harte welkom.



Met enige trots kan ik u mededelen dat het ons weer is gelukt om het infoboekje voor dit jaar gerealiseerd te krijgen. Dit kan alleen mogelijk gemaakt worden als we de nodige sponsors vinden die in ons boekje willen adverteren. Gelukkig heb ik die mensen ook dit jaar weer weten te vinden.

Daarom een speciaal woord van oprechte dank aan al die sponsors!

Ook dank aan de redactie van dit boekje. Ze hebben er weer heel veel vrije uurtjes in de afgelopen vakantieperiode ingestoken.

Hartelijk Dank:

Aan onze adverteerders.

Met hun steun is het mede mogelijk dit boekje uit te geven !!

Alle nieuwe leden heet ik van harte welkom bij onze vereniging. Ik ben er van overtuigd dat jullie een fijne, gezellige en vooral sportieve tijd bij ons tegemoet gaan.

"De Roersoppers" is een gewaardeerde vereniging, niet alleen in onze regio maar ook ver daarbuiten. Gezelligheid en kameraadschap staan bij ons hoog in het vaandel.

De wedstrijd ploeg komt dit jaar weer uit in de districtcompetitie 1^e klasse, ik wens de hele ploeg en zeker ook alle trainers heel veel succes voor het komende seizoen. Dit geldt uiteraard ook voor de Speedo groep.

Verder wil ik nu alvast iedereen (ook de ouders en verzorgers) uitnodigen voor de algemene jaarvergadering in het voorjaar van 2012.

Tot slot wens ik iedereen heel veel succes, sportiviteit, gezelligheid en vooral een goede gezondheid toe voor het nieuwe seizoen.

Met vriendelijke groet,
Jullie voorzitter Jos Meuleners

De Roersoppers zijn ook te vinden op het Internet:

Het adres is: www.roersoppers.nl

Heb je informatie die op het net geplaatst kan worden geef dit dat door aan een van de trainers !! of mail het naar info@roersoppers.nl



Bestuur

Voorzitter	:	Jos Meuleners Theissenstraat 19 E-mail Telefoon	6074 HV Melick j.meuleners@ziggo.nl 0475-533042
Secretaris	:	Jacques Mulders Sleutelbloemdreef 3 E-mail Telefoon	6075 DI Herkenbosch j-mulders@hotmail.com 0475-535049
Penningmeester	:	Leo Tillmans Sportlaan 5b E-mail Telefoon	6075 EV Herkenbosch tillmans.leo@planet.nl 0475-531067
Technische Commissie	:	Nicole van Stigt Daelenbroekweg 19 E-mail Telefoon	6075 ER Herkenbosch roersoppers@home.nl 0475-532389

Wist u dat u op onze website (www.roersoppers.nl) het "Huishoudelijk Reglement" van onze vereniging kunt lezen.

Bezoek ook regelmatig onze website voor de laatste actuele informatie

www.roersoppers.nl



Wedstrijd secretariaat

Nicole van Stigt	Daelenbroekweg 19 Telefoon E-mail	6075 ER Herkenbosch 0475-532389 roersoppers@home.nl
Ans Braun - Marechal	Emile Seipgenstraat 24 Telefoon E-mail	6074 EG Melick 0475-534587 joansbraun@home.nl
Theo Creemers	Hoofdstraat 43 Telefoon E-mail	6061 CA Posterholt 0475-402426 t.creemers@home.nl
Mat Slabbers	Borghshof 11 Telefoon E-mail	6067 DB Linne 0475-464058 m.slabbers@home.nl

Commissie Nevenactiviteiten

Claudia Creemers	Hoofdstraat 43 Telefoon E-mail	6061 CA Posterholt 0475-402426 claudetje12@gmail.com
Jeanne Creemers	Hoofdstraat 43 Telefoon E-mail	6061 CA Posterholt 0475-402426 jeannecreemers@home.nl
Gerjan Engelen	Past. Martensstraat 7 Telefoon E-mail	6063 CK Vlodrop 0475-402486 s.engelen@home.nl
Jan Gielens	Groenstraat 3b Telefoon E-mail	6067 AX Linne 0475-461894 j.gielens@home.nl



Redactie Soppertje

Ans Braun-Marechal	Emile Seipgenstraat 24 joansbraun@home.nl	6074 EG Melick 0475-534587
Anja Erdkamp-Spee	Parallelweg 12 jwgh.erdkamp@tele2.nl	6074 BV Melick 0475-534628
Jeanne Creemers	Hoofdstraat 43 jeannecreemers@home.nl	6061 CA Posterholt 0475-402426

Het Soppertje komt 4x per jaar uit. Voor het uitwisselen van het verenigingsnieuws is het Soppertje een belangrijke schakel. Copy is altijd welkom en kan ingeleverd worden bij de trainers, in de witte brievenbus bij de prijzenkast, bij bovenstaande personen of gemaïld worden naar: info@roersoppers.nl

Kampcommissie

Voor onze jongste jeugd wordt er een kamp georganiseerd door een vaste kern die aangevuld wordt met trainers, trainsters en oudere jeugdleden. Deze groep gaat een keer per jaar op kamp en overnacht meestal in een kampeerboerderij.

Wist u dat er op dit kamp geen strakke taakverdeling is? Iedereen steekt de handen uit de mouwen om te koken, op te ruimen, enz.

Voor onze oudere jeugd (vanaf 16 jaar) is er ook een kamp. De oudere jeugd organiseert iedere keer zelf het kamp, waarbij gezelligheid en sportiviteit de twee kenmerken zijn waaraan de kamplocatie moet voldoen. Een aantal bestuursleden neemt deel aan het kamp, en tot nu toe was het iedere keer bere-gezellig.

Kledingcommissie



Hilde Beckers, Ilse Clevers en Marleen van Haarst,

Te koop : t-shirt, short, badmuts, handdoek, sporttas
Meer informatie kun je krijgen op de zaterdagochtend in het zwembad.
Ook kun je deze informatie terugvinden op onze site.

Verzekeringen

De zwemvereniging is verzekerd via de KNZB. De vereniging heeft hier een WA- en ongevallenverzekering lopen. Dit is slechts een basisverzekering die uitkeert als er geen andere verzekering van toepassing is.

De ongevallenverzekering geeft een uitkering bij overlijden en bij blijvende invaliditeit. Medische kosten worden vergoed tot een bepaald maximum, onder aftrek van een (eventueel) eigen risico.

Voor de actuele dekkingen wordt u verwezen naar de site van de KNZB. (www.knzb.nl)

Wist u dat uw eigenlijk bijna altijd moet terugvallen op uw eigen aansprakelijkheid en/of ongevallen verzekering?

Vrijwilligerspolis

Onze vereniging beschikt over vele vrijwilligers. Sedert 1 januari 2010 zijn deze vrijwilligers niet meer verzekerd onder de collectieve dekking van de KNZB. Hiervoor in de plaats treedt de vrijwilligerspolis. Voor detailinformatie van deze polis kijk op onze site: www.roersoppers.nl/algemeen/vrijwilligerspolis.



Zwemwedstrijden: uitnodiging, vervoer en afmelding

Uitnodiging

Voor iedere wedstrijd krijgen de deelnemers per mail een uitnodiging. Hierin staat vermeld om welke wedstrijd het gaat, waar en wanneer deze plaatsvindt en hoe laat we daar verzamelen, inzwemmen en aanvang van de wedstrijd. Ook hangt deze uitnodiging op in de kast in het zwembad. Ook staan deze op onze website vermeld.

Vervoer

Bij een uitwedstrijd rekenen wij op de hulp van ouders inzake het vervoer van onze deelnemers. Zorg altijd zelf voor vervoer; vraag of een van je ouders zelf kan rijden of regel iets met andere zwemmers, carpoolen dus. Gezien de ervaring van de afgelopen jaren verzamelen we NIET meer aan het Apollobad, maar gaat iedereen op eigen gelegenheid naar het wedstrijdbad. Zorg dat je tijdig aanwezig bent.

Wist u dat de communicatie voor 99% via email verloopt. Belangrijk is dat uw juiste emailadres bekend is bij roersoppers@home.nl en info@roersoppers.nl

Geef dit bij wijziging zsm door !

Afmelding

Kun je niet deelnemen aan een wedstrijd dan moet je via email afmelden bij de contactpersoon. Wij gaan er natuurlijk van uit dat je je alleen afmeldt om een belangrijke reden.

De volgende spelregels gelden:

1. Houdt tijdig rekening met de data van belangrijke wedstrijden zoals de landelijke competitie en/of de Limburgse Kampioenschappen.
2. Geef VOORAF door dat je niet kunt deelnemen ook al heb je een limiet, je wordt dan niet aangemeld bij de wedstrijd voor dat/die nummer(s).
3. Meld je tijdig af (één week voor de wedstrijddatum; liefst per email: roersoppers@home.nl) als er iets tussenkomt.
4. Ben je ziek op de wedstrijddag meld je dan **alleen telefonisch** af bij Nicole (tel.nr.zie uitnodiging)
5. Afmelden (= ziekmelden) geldt voor een hele wedstrijd!
6. Bij niet verschijnen op de wedstrijd zijn de boetes voor kosten van de zwemmer.
7. Houdt er rekening mee dat afmelden voor een estafette dit voor de hele ploeg nadeel oplevert.

Boetes

Zwemvereniging De Roersoppers is aangesloten bij de Koninklijke Nederlandse Zwembond die o.a. zorg draagt voor het wedstrijdzwemmen in Nederland. Wij nemen deel aan diverse zwemcompetities die streng gereguleerd zijn. Deze regels zijn nodig opdat alle deelnemende verenigingen onder dezelfde omstandigheden kunnen zwemmen.

Wist u dat conform ons huishoudelijk reglement de betreffende boetes kunnen worden verhaald op het betreffende lid ?

Indien een vereniging of lid van een vereniging zich niet houdt aan de regels dan volgen er maatregelen. Dit kan een diskwalificatie zijn, evt. met tijdsraf of een geldboete. Heeft een zwemmer zich niet tijdig afgemeld blijft de baan dus leeg en volgt er een boete van minimaal € 7,65 per start. Deze boetes kunnen oplopen tot wel € 25,00 voor het niet verschijnen van een estafetteploeg op nationale kampioenschappen.



Zwemuitrusting

Wat zit er in de sporttas naar een training en naar een wedstrijd ?

Naar een training:

- * Zwemkleding en handdoek, eventueel badmuts en zwembril
- * Zwemvliezen
- * Plankje

Let bij het kopen van zwemkleding op de regels van de KNZB van januari 2010.
www.knzb.nl

Naar een wedstrijd:

- * Voldoende handdoeken
- * Zwemkleding; voldoende om na het inzwemmen droge zwemkleding aan te trekken (het wordt aanbevolen om meerdere badpakken/zwembroeken mee te nemen. Het is het beste om na ieder nummer een droog badpak/zwembroek aan te trekken).
- * Eventueel badmuts en zwembril (denk ook eens aan reserve-elastiek, reservebadmuts en -brilletje).
- * Slippers (niet vergeten: koude voeten = koude spieren).
- * Clubtrainingspak of club T-shirt met korte broek.
- * Drinken: gewoon limonade, niet te zoet, of verdund appelsap of iets dergelijks. GEEN koolzuurhoudende dranken!
- * Licht verteerbaar voedsel (appel, banaan of biscuitjes); GEEN CHIPS, SNOEP E.D., DAT IS VOOR NA DE WEDSTRIJD!!
- * Neem je uitnodiging mee, dan weet je wat je moet zwemmen en in welk programma-nummer.

Zwemvliezen

De vereniging is bezig met een nieuwe opzet over het gebruik van zwemvliezen. Verdere informatie vindt te zijner tijd plaats via het Soppertje en onze site.

De 10 geboden van de Roersoppers

Als zwemvereniging zijn wij te gast in het zwembad, we houden ons daarom aan onderstaande regels:

1. Wij moeten ons houden aan de aanwijzingen van het badpersoneel.
2. Voor de training wachten de leden ordelijk in de entreehal. Toegang vindt pas plaats na aangeven van de trainer.
3. Het omkleden voor en na de training moet gebeuren in de grote kleedlokalen, mits anders is aangegeven. Voor de training VERPLICHT douchen.
4. Het is de bedoeling dat men van andermans spullen afblijft.
5. De doucheruimte, garderobe, gangen en kleedruimtes mogen niet als speelruimte gebruikt worden. Wie zich hier niet aanhoudt kan direct uit het zwembad verwijderd worden.
6. Na de training mag op aangeven van de trainers nog even gebruik worden gemaakt van het instructiebad om te spelen. Het badpersoneel verzoekt ons water te besparen: daarom niet lang (zeker geen 15 minuten) te douchen.
7. Na de training, spelen / douchen dient men zich direct aan te kleden en binnen 15 tot 20 minuten de kleedruimte te verlaten.
8. Al het gebruikte materiaal moet na gebruik netjes worden opgeruimd. Volg hierbij de aanwijzingen van de trainers.
9. Het bestuur verwacht dat iedereen zich gedraagt zoals hem/haar dat thuis is geleerd.
10. Na het verlaten van het zwembad is de vereniging niet meer verantwoordelijk voor ge- of misdragingen.



Trainingsgroepen

Alle leden van De Roersoppers hebben een plaatsje gekregen in een bepaalde groep waar zij op hun niveau kunnen zwemmen. De trainers bepalen wanneer iemand over gaat naar de volgende groep. Dit hangt af van je zwemniveau, leeftijd, diploma's en met welk doel je bij de vereniging komt.

Minioren

Iedereen die een A diploma heeft kan lid worden van de Roersoppers.

Tijdens deze lessen worden op een speelse en plezierige wijze nieuwe zwemtechnieken aangeleerd en bestaande zwemvaardigheden verbeterd. Geregeld kun je via extra lessen op vrijdagavond afzwemmen voor het B/C-diploma of een zwemvaardigheidsbewijs.

Minioren kunnen kennismaken met het wedstrijdzwemmen door deel te nemen aan de Swimkickwedstrijden.

Uiteindelijk selecteren de trainers uit deze groep zwemmers voor de Speedogroep.

Swimjogging:

Tijdens het hele seizoen kan met name de Minioren groep meedoen aan het Swimjogging. Hiervoor koopt men een Strippenkaart van € 3,00. Op de zaterdagochtend training worden de strippen (500m per training) afgetekend en nadat de kaart vol is ontvangt de deelnemer een medaille.

Wil men doorgaan dan kan de volgende Strippenkaart gekocht worden, enz. De kaarten zijn goed voor de afstanden: 0-10km, 10-25km, 25-50km, 50-100km en dan telkens oplopend met 50km. Meer informatie is te krijgen tijdens de zaterdagochtend trainingen bij Hilde Beckers.

Junioren

Binnen deze recreantengroep kun je op een plezierige manier conditie op doen en zwemtechnieken verbeteren. Op deze wijze kun je de zwemsport op een recreatieve manier blijven beoefenen.

De trainers bepalen wanneer iemand overgaat naar een volgende groep.

Speedo groep

Vanuit de Minioren selecteren de trainers zwemmers voor de speedploeg.

In deze groep vindt verbetering van de wedstrijdslagen, start- en keerpunten plaats. Ook wordt er kennis gemaakt met het "trainen" als voorbereiding op het zwemmen in de wedstrijdgroep. De speedozwemmers nemen deel aan de 5 speedowedstrijden én kunnen daarnaast opgesteld worden voor competitiewedstrijden.

De trainers selecteren in deze groep zwemmers voor de wedstrijdgroep. Belangrijk hierbij is of de trainer vindt dat je de zwaardere trainingen wel vol kunt houden.

Wedstrijd groep

Dit zijn de zwemmers die door de trainers geselecteerd zijn vanuit de speedogroep naar de wedstrijdgroep. De groep vertegenwoordigt de vereniging in de districtcompetitie, op kampioenschappen en invitatiowedstrijden.

De trainingen worden afgestemd op het wedstrijdschema van het seizoen en zijn te verdelen in techniek-, duur- en sprinttrainingen. Er zal aan minimaal 3 trainingen per week deelgenomen moeten worden om een optimale prestatie te kunnen neerzetten.

Waarom 3 keer trainen in de week ?

Om effect van trainen te krijgen moet je steeds harder en vaker trainen. Iedere training geeft prikkels aan jou af. Om sterker te worden moet je jezelf "overbelasten" zodat je sterker/snelser wordt. Na iedere training herstel je weer en past je lichaam zich aan zodat je beter wordt. Als de tijd tussen de trainingen te lang is dan is het effect van de vorige training al weg. Je prestaties nemen niet toe. Je gaat dan niet vooruit.

Trainen = specifiek. Dit betekent dat je verbetert wat je traint. Het effect van de trainingen wordt bepaald door je bewegingen tijdens de trainingen, je inzet tijdens de trainingen en het aantal keren dat je traint per week. Zoals je ziet in de planning is het belangrijk dat je zoveel mogelijk trainingen aanwezig bent. Iedere training heeft de specifieke aandachtspunten; dus als je bijvoorbeeld nooit op donderdag komt betekent dit dat je altijd de techniektrainingen mist !



Per seizoen zwemmen deze leden 10 tot 12 wedstrijden verdeeld over wedstrijden in competitieverband, bekerwedstrijden, limietwedstrijden en diverse kampioenschappen. Het belangrijkste zijn natuurlijk de competitiewedstrijden waarin we de sterkste ploeg aanwezig willen zien.

Masters

Hierin zwemmen leden vanaf 16 jaar, waarbij het recreatieve voorop staat. Er wordt echter wel getraind maar het accent ligt op het onderhouden of verbeteren van de conditie en het plezier in het zwemmen.

Voor de wat oudere leden bestaat er een mogelijkheid om deel te nemen aan speciale zwemwedstrijden voor masters, waarbij de leeftijdscategorieën telkens met 5 jaar omhoog gaan. Aan deze wedstrijden kan ieder verenigingslid die zich fit genoeg voelt deelnemen.

Senioren groep

Voor dames en heren ouder dan 25 jaar hebben wij een zwemuurtje gereserveerd op donderdagavond. Wilt u iets aan het zwemmen doen dan is dit de ideale mogelijkheid. Iedereen komt aan z'n trekken, of je nu super goed bent of juist uiterst recreatief. Het plezier in het zwemmen staat voorop. Vergist u zich echter niet in het enthousiasme van deze zwemmers.

Heeft u interesse, neem dan eens een kijkje op de donderdagavond en laat u informeren over het seniorenzwemmen.

Trainingstijden

Groep	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag
Minioeren		18.15-18.45 *		18.30-19.15		11.15-12.15
Junioren		18.15-18.45		18.30-19.15		11.15-12.15
Speedo		18.45-19.30		19.15-20.00		12.15-13.15
Wedstrijdgroep	19.00-20.15	19.30-20.15		20.00-20.45	19.45-20.45	08.00-09.00
Diploma/Zwemvaardigheid zwemmen					19.45-20.45	
Masters				20.45-21.30		08.00-09.00
Senioren				21.30-22.30		

** op dinsdag is er voor de minioeren onder begeleiding tot 19.00 uur spel in het instructiebad*

Trainers aan de bak

In het seizoen 2011-2012 hebben wij de beschikking over de volgende (assistent) trainers:

Nicole van Stigt	Paula Swagten	Remco de Veen	Shanna Hintzen
Charles Bos	Congitta Meuleners	Dennis Creemers	Anne van Haarst
Marleen Schmitz	Jeroen Meuleners	Sabine Klesman	Mitch van Veldhoven
Anouk Sampers	René Zenden	Ralph Arends	



Competitie zwemmen / Wedstrijd zwemmen

Zwemvereniging De Roersoppers nemen deel aan diverse soorten wedstrijden. Deze worden hieronder uitgelegd. De wedstrijdopstellingen hangen enige weken van te voren in het publicatiekastje in het zwembad, worden per mail aan de zwemmers bekendgemaakt en worden ook gepubliceerd op onze website.

Clubkampioenschappen

Eenmaal per jaar vinden de clubkampioenschappen plaats. Deze bestaat eigenlijk uit 2 kampioenschappen, een voor de Speedo- en wedstrijdgroep en een voor de overige leden.

Iedere zwemmer zwemt tegen leeftijdgenoten een wedstrijd over 3 of 4 slagen. De snelste tijden van de slagen worden bij elkaar opgeteld. De zwemmer met de laagste totaal tijd per leeftijdsgroep mag zich een jaar lang clubkampioen noemen.

Daarnaast is er voor de Speedogroep en wedstrijdgroep nog een extra titel te verdienen: algeheel clubkampioen. Deze wordt bepaald aan de hand van een tabel van richttijden per leeftijdsgroep. Degene die het dichtst bij de richttijden zit, of het meest eronder, is algeheel clubkampioen voor een jaar.

Swimkick wedstrijden

De Swimkickwedstrijden vormen de eerste kennismaking met het wedstrijdzwemmen voor jongens minioren 1 t/m 6 en meisjes minioren 1 t/m 5 van de Roersoppers. In de Swimkickwedstrijden kunnen de minioren laten zien wat ze in de trainingen geleerd hebben.

Speedo Jaargangwedstrijden

Dit zijn landelijke wedstrijden voor de jongste wedstrijdzwemmers. De wedstrijden zijn in jaargangen ingedeeld, deze jaargangen komen overeen met de geboortejaren. De deelnemers zwemmen individueel, er is geen verenigingsklassement m.u.v. 1 wedstrijd, de zgn. Speedo Club Meet.

Landelijke Verenigingscompetitie

Dit is de belangrijkste competitie voor zwemmend Nederland. Hieraan nemen ruim 400 verenigingen deel verdeelt in Hoofdklasse, een A, B en C klasse en districtsclassen 1, 2 en 3.

Wij zwemmen in het seizoen 2011-2012 in de districtsklasse 1. In deze competitie wordt gezwommen door de wedstrijdgroep, aangevuld met speedozwemmers. Alle verenigingen zwemmen per seizoen vijf wedstrijden op vooraf door de KNZB vastgestelde weekeinden, met voor iedere competitie of afdeling een vast wedstrijdprogramma. Hoe hoger de competitie, hoe zwaarder het wedstrijdprogramma (langere afstanden en zwaardere zwemnummers zoals 200m vlinderslag)

In deze competitie wordt er gezwommen volgens de zgn. secondenpunten telling. Iedere gezwommen seconde is één punt. Dus 100 m vrije slag in 1.06.8 is 66,8 punten. Per vereniging tellen de snelste twee zwemmers per programma. De vereniging met het laagste aantal punten is dus winnaar.

Invitatiewedstrijden

De Roersoppers worden regelmatig gevraagd om deel te nemen aan wedstrijden van andere verenigingen. Voor deze wedstrijden geldt dat deelname mogelijk is voor zwemmers uit de wedstrijd en/of speedo-groep. Soms wordt voor deze wedstrijden een inschrijfgeld gevraagd per deelnemer of per start.

Ook dit seizoen nemen de Roersoppers weer deel aan diverse invitatiewedstrijden zoals de Swimmeet in Maastricht, de SSP Sprint en de limietwedstrijd in de Tongelreep.

Masterzwemmen

Een aantal zwemmers nemen jaarlijks deel aan de open Nederlandse kampioenschappen voor Masters. Bij deze wedstrijd gelden speciale regels en voor het deelnemen moet worden betaald middels inschrijfgeld. Op individuele basis kan ook deel worden genomen aan een Master Circuit waarbij aan een reeks van wedstrijden door het hele land kan worden deelgenomen.



Limburgse Kampioenschappen / Nederlandse Kampioenschappen

De beste zwemmers/sters uit Limburg strijden om de Limburgse zwemtitels; in januari / februari tijdens de Winterkampioenschappen en in mei om de Zomerkampioenschappen. Om hieraan te mogen deelnemen moet men voldoen aan bepaalde limiettijden of bij de beste 10 / 12 zwemmers/sters (*afhankelijk van het aantal banen*) per leeftijd en slag behoren. Ook voor het deelnemen aan de Nederlandse Kampioenschappen moet men aan limieten voldoen.

De **Limieten** voor de Limburgse Kampioenschappen van **2011** waren:
(*deze kunnen voor dit jaar iets afwijken!*)

Wist u dat het een geweldige prestatie is om limieten te halen voor een Limburgs kampioenschap? Dat je dan eigenlijk aan jezelf verplicht bent deel te nemen?

Jongens/heren	1999 Minioren 6	1998 Junioren 1	1997 Junioren 2	1996 Junioren 3	1995 Junioren 4	1994 Jeugd 1	1993 Jeugd 2	1992 en eerder Senioren
50m vlinderslag						0.30.50	0.30.50	0.29.00
100m vlinderslag		1.24.90	1.19.40	1.15.40	1.12.20	1.09.80	1.08.00	1.03.30
200m vlinderslag		3.17.30	3.06.00	2.53.50	2.44.90	2.40.00	2.34.70	2.26.50
50m rugslag						0.32.60	0.32.60	0.31.00
100m rugslag		1.21.70	1.17.40	1.14.30	1.11.30	1.09.60	1.08.00	1.05.10
200m rugslag		2.56.00	2.46.20	2.39.70	2.34.30	2.30.80	2.28.00	2.23.50
50m schoolslag						0.35.10	0.35.10	0.33.90
100m schoolslag		1.31.40	1.27.00	1.23.90	1.19.90	1.17.90	1.16.30	1.13.30
200m schoolslag		3.18.00	3.05.30	3.01.30	2.53.70	2.49.60	2.46.10	2.39.30
50m vrije slag		0.30.90	0.29.70	0.28.70	0.27.90	0.27.00	0.27.00	0.25.70
100m vrije slag		1.10.10	1.06.20	1.03.30	1.00.80	0.59.40	0.58.00	0.55.70
200m vrije slag	2.43.00	2.33.70	2.25.30	2.21.20	2.14.40	2.11.90	2.10.70	2.03.50
400m vrije slag		5.26.90	5.08.20	5.00.40	4.46.60	4.42.40	4.38.20	4.31.20
200m wisselslag		2.54.60	2.45.00	2.39.80	2.33.30	2.29.60	2.26.70	2.20.80
400m wisselslag		6.13.10	5.55.80	5.39.50	5.29.70	5.23.50	5.18.80	5.08.10
4 x 100m vrije slag				4.19.80	4.19.80			3.53.80
4 x 200m vrije slag				9.33.50	9.33.50			8.45.60
4 x 100m wisselslag				4.51.80	4.51.80			4.24.00
Meisjes/Dames	2000 Minioren 5	1999 Junioren 1	1998 Junioren 2	1997 Junioren 3	1996 Jeugd 1	1995 Jeugd 2		1994 en eerder Senioren
50m vlinderslag					0.34.90	0.34.90		0.32.90
100m vlinderslag		1.31.90	1.28.10	1.23.10	1.20.10	1.18.00		1.13.60
200m vlinderslag			3.14.90	3.06.20	3.00.60	2.55.10		2.44.10
50m rugslag					0.36.40	0.36.40		0.34.70
100m rugslag		1.27.10	1.24.00	1.20.40	1.18.50	1.16.90		1.13.60
200m rugslag		3.06.30	2.59.10	2.54.00	2.48.60	2.44.70		2.37.50
50m schoolslag					0.40.80	0.40.80		0.39.30
100m schoolslag		1.35.90	1.32.70	1.28.60	1.27.40	1.26.10		1.23.40
200m schoolslag		3.25.10	3.18.80	3.10.50	3.06.60	3.03.40		2.58.70
50m vrije slag			0.32.80	0.31.80	0.30.90	0.30.90		0.29.50
100m vrije slag		1.15.50	1.12.50	1.09.60	1.08.40	1.06.40		1.03.60
200m vrije slag	2.46.00	2.43.60	2.37.90	2.31.30	2.28.90	2.25.20		2.19.10
400m vrije slag		5.48.50	5.37.50	5.22.20	5.18.20	5.11.20		4.57.10
200m wisselslag		3.06.40	3.00.40	2.52.60	2.48.90	2.45.90		2.38.50
400m wisselslag			6.25.00	6.09.00	6.00.50	5.53.80		5.39.10
4 x 100m vrije slag			4.56.10	4.56.10				4.24.60
4 x 200m vrije slag			10.49.90	10.49.90				9.41.30
4 x 100m wisselslag			5.33.80	5.33.80				4.58.50



Diskwalificatielijst van de KNZB 2011/2012 (1 september 2011)

Bij toepassing van de codelijst gaan de bepalingen ten aanzien van de zwemslagen voor de algemene bepalingen. Dwz. zaken die volgens de omschrijvingen bij de slagen 'geoorloofd zijn' kunnen niet leiden tot diskwalificatie op basis van verwijzing naar de algemene "A"codes. Bij twijfel – "voordeel zwemmer". Bij onduidelijkheid gaat het reglement voor op deze diskwalificatielijst.

Algemeen:

- AA Te vroeg bewogen bij de 1^e (1 start regel) of 2^e start (geen tijd noteren).
- AB Veroorzaakt de 1^e (1 startregel), 2^e of volgende valse start (uitsluiten voor desbetr. progr. nr).
- AC Na een officiële waarschuwing zich niet gehouden aan de startdiscipline (uitsluiten voor desbetr. prog.nr.).
- AD Gestart nadat het vertrek heeft plaatsgehad (geen tijd noteren).
- AE De aangegeven zwemslag niet uitgevoerd (bij meer dan twee slagen geen tijden noteren).
- AF Niet de aangegeven afstand gezwommen (geen tijd noteren).
- AG Vervallen.
- AH De race niet beëindigd in de baan waarin is gestart.
- AI Gelopen over en/of afgezet van de bodem.
- AJ Te water gegaan tijdens het zwemmen van een nummer, waarop men niet is ingeschreven.
- AK Na het beëindigen van de race niet onmiddellijk het water verlaten.
- AL Tijdens het water verlaten een deelnemer gehinderd die de race nog niet heeft beëindigd.
- AM Gebruik maken van hulpmiddelen (het meelopen met de deelnemer – in het zwembad - wordt gelijkgesteld met het gebruik van hulpmiddelen) (geen tijd noteren).
- AN Leeftijdsbepalingen overschreden (geen tijd noteren).
- AO Niet gerechtigd gestart (geen tijd noteren).
- AP Schuldig gemaakt aan wangedrag (uitsluiten van (verdere) deelneming aan en/of aanwezigheid bij de wedstrijd).
- AQ Niet goedgekeurde zwemkleding gebruikt (geen tijden noteren).

Schoolslag:

- SA Na start en/of keerpunt niet met het hoofd het wateroppervlak doorbroken, voordat bij het breedste gedeelte van de 2^e armslag de handen naar binnen beginnen te draaien.
- SB Een deel van het hoofd heeft gedurende de gehele race niet tijdens iedere volledige of onvolledige cyclus het wateroppervlak daadwerkelijk doorbroken.
- SC De bewegingen van de armen niet te allen tijde gelijktijdig in hetzelfde horizontale vlak uitgevoerd.
- SD De bewegingen van de benen niet te allen tijde gelijktijdig in hetzelfde horizontale vlak uitgevoerd.
- SE De handen niet tezamen van de borst naar voren gebracht.
- SF Tijdens de race de ellebogen niet onder het wateroppervlak gehouden.
- SG Na de 1^e armslag na start- en/of keerpunt de handen voorbij de heuplijn gebracht.
- SH Bij de achterwaartse beweging van de beenslag de voeten niet naar buiten bewogen.
- SI Staan tijdens de race.
- SJ Na start en/of keerpunt een verkeerde arm- en/of beenslag gemaakt.
- SK Het keer- en/of eindpunt niet gelijktijdig met twee handen aangetikt.
- SL Het keer- en/of eindpunt met één hand aangetikt.
- SM Bij het keer- en/of eindpunt niet aangetikt met de handen (wel afgezet).
- SN Keer- en/of eindpunt in het geheel niet aangeraakt (geen tijd noteren).
- SO Tijdens de race op de rug gedraaid.
- SP Tijdens de eerste slag na start en/of keerpunt een vlinderbeenslag gemaakt voordat de armslag werd ingezet.
- SQ Tijdens de eerste slag na start en/of keerpunt na een vlinderbeenslag geen schoolslag beenslag gemaakt.
- SR Meer dan één vlinderbeenslag na start en/of keerpunt.

Rugslag:

- RA Na start en/of keerpunt niet bij of voor de 15 meter met het hoofd het wateroppervlak doorbroken.
- RB Staan tijdens de race.
- RC Rugligging verlaten tijdens de race zonder met de keerhandeling bezig te zijn.
- RD Rugligging verlaten en stuwbewegingen met armen en/of benen gemaakt zonder met de keerhandeling bezig te zijn.
- RE Het keer- en/of eindpunt niet aangeraakt met enig lichaamsdeel (geen tijd noteren).
- RF Na loslaten van het keerpunt de rugligging niet aangenomen.
- RH Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.
- RI Tijdens de start de tenen over de overloopgoot geklemd.
- RJ Na de eerste 15 meter na de start en/of keerpunt het lichaam geheel onder water gehouden (geldt niet voor keer- en eindpunt).
- RK Keer- of eindpunt niet in eigen baan aangeraakt.



Vlinderslag:

- VA Na start en/of keerpunt meer dan één arm-doortrekbeweging onder water gemaakt.
- VB Beide armen niet tezamen naar voren en/of gelijktijdig achterwaarts gebracht.
- VC Armen niet over het water naar voren gebracht.
- VD Schoolslagbenen gezwommen of andere stuwende beweging in horizontale vlak.
- VE De bewegingen van de benen niet op gelijke wijze uitgevoerd.
- VF Staan tijdens de race.
- VG Bij de laatste armslag voor keer- en/of eindpunt de armen niet over het water naar voren gebracht.
- VH Niet met twee handen gelijktijdig keer- en/of eindpunt aangetikt.
- VI Met één hand keer- en/of eindpunt aangetikt.
- VJ Niet aangetikt met de handen bij het keer- en/of eindpunt.
- VK Keer- of eindpunt in het geheel niet aangeraakt (geen tijd noteren).
- VL Tijdens de race op de rug gedraaid.
- VM Na start en/of keerpunt niet bij of voor de 15 meter met het hoofd het wateroppervlak doorbroken
- VN Na de eerste 15 meter na start of keerpunt het lichaam onder water gehouden.
- VO De armen niet gedurende de gehele race over het water naar voren gebracht (meerdere beenslagen achter elkaar zonder armslag).

Vrije slag:

- VRA Het keer- en/of eindpunt niet aangeraakt met enig lichaamsdeel (geen tijden noteren)
- VRB Na start en/of keerpunt niet bij of voor de 15 meter met het hoofd het wateroppervlak doorbroken.
- VRC Na de eerste 15 meter na start en/of keerpunt het lichaam geheel onder water gehouden (geldt niet voor keer- en eindpunt)

Estafettes:

Code vermelden bij de naam van de zwemmer die de fout heeft gemaakt.

**): tussentijden noteren tot en met de laatste zwemmer voor de fout is begaan

- EA Te vroeg overgenomen (geen eindtijd noteren**).
- EB De wisselslag niet gezwommen in de juiste volgorde (rug-, school-, vlinder- en vrije slag) (geen tijd noteren**).
- EC De estafette niet gezwommen met de opgegeven deelnemers (geen tijd noteren**).
- ED De estafette niet gezwommen conform de opgegeven startvolgorde (geen tijd noteren**).
- EE Bij de estafette wisselslag de vrije slag gezwommen als school- vlinder- of rugslag (geen tijd noteren**).
- EF Een ander ploeglid dan de zwemmer die de afstand moet zwemmen, te water gegaan voordat alle ploegen de wedstrijd hebben beëindigd.

Wisselslag persoonlijk:

- WA De vrije slag gezwommen als school-, vlinder- of rugslag (geen tijden noteren).
- WB De wisselslag niet gezwommen in de juiste volgorde (vlinder-, rug-, school-, vrije slag) (geen tijden noteren).



Officials

Deze mensen leiden een zwemwedstrijd in goede banen. Voor een wedstrijd heb je minimaal 12 officials nodig. De meeste officials hebben zelf gezwommen of zijn als ouder direct betrokken bij het zwemmen van hun kinderen.

Een zwemwedstrijd staat onder leiding van de Scheidsrechter, geassisteerd door één of meerdere Kamprechters. Op elke baan staat aan de ene zijde een Tijdwaarnemer en aan de andere zijde een Keerpuntcommissaris.

Uiteraard is er ook een Starter die ervoor zorgt dat de deelnemers van elke serie op de juiste manier (niet te vroeg!) vertrekken. Alle tijden en aankomstvolgordes, alsmede de diskwalificaties worden door het Jurysecretariaat verwerkt.

Wist u dat het voor een ouder dé manier is om het zwemmen van hun eigen kind van dichtbij mee te maken!!

Als u toch regelmatig wedstrijden bezoekt waarom dan niet in de rol van official ?

U heeft een gegarandeerde plaats dichtbij het zwembad !!

Officials hebben bepaalde bevoegdheden (één of meer), afhankelijk van ervaring en opleiding. Onderaan deze pagina een overzicht van de bevoegdheden.

Onze vereniging telt momenteel 17 officials! In verhouding tot het aantal leden en in vergelijking met andere verenigingen is dit, gelukkig, erg veel ! Het zijn:

Hr. C. Arends	3	Mw. A. Braun-Marechal	3J
Mw. C. Brugman-Coolen	3JK	Hr. Th. Creemers (lid KOC*)	23JK
Mw. G. Engelen-Smeets	3	Hr. R. Eppinga	4
Mw. M. van Haarst	3	Hr. J. Jansen	4
Hr. G. Meijers	3	Mw. V. Mestrom	3
Hr. J. Meuleners	3	Hr. R. Mulder	13J
Mw. L. Schoenmakers	3J	Hr. P. Schoenmakers (lid KOC*)	13J
Hr. J. Schmetzer	4	Hr. M. Slabbers (lid KOC*)	123J
Hr. P. de Vlieger	123J		

* KOC: Kring Official Commissie

Bevoegdheid	Functie
1	het hoogst haalbare; Scheidsrechter voor grote wedstrijden
2	Starter
3	Tijdwaarnemer en Keerpuntcommissaris met ervaring
4	Tijdwaarnemer en Keerpuntcommissaris
J	Jurysecretaris; kan als hoofd jury ingezet worden
K	Kamprechter





Diploma's

Bij de Roersoppers kun je tijdens het zwemseizoen deelnemen aan lessen voor het B- en C-diploma en/of een zwemvaardigheidsdiploma's. Er vindt van te voren een selectie plaats van kandidaten die hier aan kunnen deelnemen. Op de vrijdagavond is er speciaal les voor deze diploma's. Ook in dit seizoen is het oefenen hiervoor op vrijdagavond. De opleidingskosten bedragen € 10,00 en het examengeld bedraagt eveneens € 10,00 (per opleiding).

B en C-diploma

Deze diploma's zijn erop gericht om de kinderen basisvaardigheden bij te brengen die ze nodig hebben als ze met water in aanraking komen. Dus gekleed zwemmen (winter en regenkleding!), drijven, uit het water klimmen, onder water zwemmen, borstcrawl, rugcrawl, schoolslag en natuurlijk lang kunnen watertrappen. Natuurlijk zijn we als zwemclub verplicht dat de kinderen ook technisch een goede slag zwemmen.

NRZ Zwemvaardigheidsdiploma's

De zwemvaardigheidsdiploma's zijn erop gericht dat kinderen alle aspecten van de zwemsport tegenkomen. In de diploma's 1 t/m 3 leren ze alle zwemslagen, maar ook kunstzwemtechnieken en waterpolo technieken. Ook het in het water duiken, koprollen, naar de bodem duiken komen aan de orde.

Gedurende het seizoen organiseren wij examens voor zwemvaardigheidsdiploma's. Hiervoor komen alle jongens en meisjes in aanmerking die een goede borst- en rugcrawl techniek zwemmen.

Nevenactiviteiten en andere acties

Commissie Nevenactiviteiten

Dit is een commissie die zich bezig houdt met het organiseren van activiteiten buiten het zwemmen om. Hier moet men denken aan Sinterklaasviering, wandel- en/of fietstochten, uitstapjes, zwemmen in de Tongelreep, enz.

Bij de organisatie wordt vaak een beroep gedaan op oudere leden of ouders van jeugdleden om zodoende de activiteit goed te laten verlopen.

Ieder jaar wordt het nieuwe jaar geopend met de Nieuwjaarsduik. Deze gezellige bezigheid met aangepaste champagne is inmiddels een leuke traditie geworden voor jong en oud.

Daarnaast worden diverse acties ondernomen t.b.v. sponsoring van onze vereniging, waaronder de appel- en perenactie en de marsfundraising.

Appel- en perenactie

Al geruime tijd doen we een APPELACTIE die nu jaarlijks terugkomt (dit jaar al voor de 18^e maal !).

In januari/februari worden dan door onze jeugdleden een zak biologisch geteelde appels verkocht in de kerkdorpen van de gemeente Roerdalen en ook in de hal van het zwembad. Voor de kinderen is het ieder jaar weer een uitdaging om in korte tijd een hele kofferbak vol met appels en peren te verkopen. De meest uitgekookte verkooppraatjes worden gehouden. Voor een aantal ouders is het een uitdaging om 4 verkopende kinderen met de auto bij te houden. En daarna natuurlijk met z'n allen frietjes eten !! Deze actie wordt gecoördineerd door John Jansen. Wij zijn nog op zoek naar enkele personen die dit samen met John willen organiseren en uitwerken.

Hebben jullie suggesties of leuke ideeën, geef dit dan even door aan een van de commissieleden, wiens namen elders in dit boekje staan vermeld of mail dit naar: info@roersoppers.nl



Van de penningmeester

Nieuwe leden dienen zich via een inschrijfformulier (**voor de duur van minimaal één jaar**) aan te melden. Aanmelding van nieuwe leden kan alleen plaatsvinden tegelijk met afgifte van een machtiging tot incasso voor de verschuldigde contributie. De te betalen contributie wordt in maart en september geïncasseerd. Bij de juniorleden dienen de ouders of verzorgers het inschrijf formulier te ondertekenen. Deze inschrijfformulieren zijn tijdens de trainingdagen in het zwembad aanwezig ook te downloaden van onze website. Deze kunnen echter niet digitaal teruggestuurd worden !

Opzegging lidmaatschap alléén schriftelijk bij:

- secretariaat: Jacques Mulders, Sleutelbloemdreef 3, 6075 DI Herkenbosch
(j-mulders@hotmail.com)
- de penningmeester: Leo Tillmans, Sportlaan 5b, 6075 EV Herkenbosch
(tillmans.leo@planet.nl)

Opzegging is altijd mogelijk zonder verdere kosten als dit tijdig plaatsvindt d.w.z.

- per 1 november voor wat betreft de senioren (zij betalen namelijk maar 1 maal per jaar)
- per 1 november of 1 juli voor wat betreft overige leden.

Wordt er niet tijdig afgemeld, dan worden in rekening gebracht:

- de kosten van lidmaatschapsmelding aan de KNZB
- de contributie voor elke maand of deel van de maand dat het lidmaatschap heeft geduurd
- bij te late afmelding worden de kosten van de startvergunning á € 41,00 alsnog doorberekend

Wist u dat de afmeldingskosten
€ 10,00 bedragen tenzij op
1 november of 1 juli wordt afgemeld?

Zwemmers met een startvergunning
dienen hun startvergunning voor
1 november af te melden i.v.m.
afdracht naar de KNZB

Bij ziekte wordt de contributiebetaling alleen opgeschort als de ziekte langer dan 3 maanden duurt. Voor aanmeldingen gelden dezelfde uitgangspunten voor wat betreft de contributie die in rekening wordt gebracht.

De contributie bedraagt voor:

AFDELING ZWEMMEN:

contributie per halfjaar € 57,00
kosten startvergunning (per jaar!!) € 50,00

SENIOREN:

Donderdagavond van 21.30 uur - 22.30 uur contributie per jaar € 67,00

GEZINSKORTINGEN:

2^o betalende gezinslid € 2,00
3^o en volgende betalende gezinslid € 4,00

STUDENTENREGELING

Studerende leden die op kamers wonen, op meer dan 30 km vanaf Melick, kunnen gebruik maken van de studentenregeling. Dit houdt in dat zij voor (€ 25,00 per halfjaar) lid kunnen blijven van de vereniging. Nadere inlichtingen kunnen worden ingewonnen bij de penningmeester: tel: 0475-531067. Het rekeningnummer van de zwemclub is 12.14.96.120



WEDSTRIJDKALENDER (aanpassen)			
September			Plaats wedstrijd
Za 17	Nationale SpeedoDag		
Zo 25	Master Zuidcirkel deel 4	Masters 20+	Etten-Leur
Oktober			
Zo 2	Verenigingscompetitie deel 1	Wedstrijd / Speedogroep	Echt
Zo 9	Speedo deel 1	Speedo groep	Echt
Zo 16	Limietwedstrijd Heldense zwemvereniging	Wedstrijd / Speedogroep	Eindhoven
Zo 30	LAC deel 1 / Swimkick deel 1	Wedstrijd/Speedogroep / Minioren	Echt
Zo 30	Master Zuidcirkel deel 5	Masters 20+	Kapelle
November			
Zo 13	Verenigingscompetitie deel 2	Wedstrijd / Speedogroep	Blerick
Zo 20	Speedo Club meet	Speedogroep	Venray
Zo 27	Swimkick deel 2	IMinioren	Melick
December			
Za 3	Zwarte Piet komt zwemmen	Allen	Melick
Zo 4	LAC deel 2	Wedstrijd / Speedogroep	Echt
Za 10	Speedo deel 2	Speedogroep	Roermond
Za 10	Master Zuidcirkel deel 6	Masters 20+	Eindhoven
Zo 11	CLUBKAMPIOENSCHAPPEN 2011	Allen	Melick
Za 17 + zo 18	Limb. Estafette en Sprint kampioenschappen		Landgraaf
Wo 28 - Vr 30	Swimmeet Maastricht	Wedstrijdgroep	Maastricht
Januari			
Za 7	Familedag / Nieuwjaarsduik	Allen	Melick
Za 14 + zo 15	Limburgse winterkampioenschappen		Venray
Zo 22	Verenigingscompetitie deel 3	Wedstrijd / Speedogroep	Melick
Vr 27- zo 29	ONK Masters – korte baan	Masters 20+ <i>limieten</i>	Terneuzen
Zo 29	Speedo deel 3	Speedogroep	Blerick
Februari			
Vr 3 – zo 5	NJK Korte baan	<i>limieten</i>	
Zo 5	LAC deel 3.1	Wedstrijd / Speedogroep	Echt
Zo 12	Swimkick deel 3	Minioren	Haalen
Za 25	SSP	Wedstrijd / Speedogroep	Echt
Maart			
Zo 4	LAC deel 3.2	Wedstrijd / Speedogroep	Echt
Zo 4	Limietwedstrijd Heldense ZV (50 m bad)	Wedstrijd / Speedogroep	Eindhoven
Zo 11	Verenigingscompetitie deel 4	Wedstrijd / Speedogroep	Blerick
Za 17	Swimkick deel 4	Minioren	Roermond
Zo 18	Speedo deel 4	Speedogroep	Melick
Zo 25	CLUBKAMPIOENSCHAPPEN 2012	Allen	Melick
April			
Zo 1	Verenigingscompetitie deel 5	Wedstrijd / Speedogroep	Panningen
Za 14	Speedo deel 5	Speedogroep	Roermond
Mei			
Vr 4 – zo 6	ONK Masters - lange baan	<i>Limieten</i>	Eindhoven
Za 12 – zo 13	Limburgse A-kampioenschappen	<i>limieten</i>	Kerkrade
Za 19 – zo 20	Limburgse A-kampioenschappen	<i>limieten</i>	Kerkrade
Juni			
Za 2 – zo 3	Kring Speedo finale	Speedo groep	Horst
Za 9 – zo 10	Limburgse B-kampioenschappen	<i>snelste 10/12 van Limburg die geen A-limiet hebben behaald</i>	
Vr 8 – zo 10	NK		
Vr 15 – zo 17	NJK		
Za 23 + zo 24	NK Sprint		
Za 23 of zo 24	Seizoensafsluiting	Allen	Melick
	VAKANTIE		

Wist u dat
 - de tijden vermeld staan op de uitnodiging
 en
 - dat de wedstrijddatums nog kunnen veranderen?
 Kijk dus **ALTIJD** op de uitnodiging !!



AANGEPASTE TRAININGSTIJDEN en / of geplande ACTIVITEITEN			
2 t/m 4 september	Klein Kamp	Leden tot 16 jaar	
16 t/m 19 september	Groot Kamp	Leden vanaf 16 jaar	
22 t/m 30 oktober	Herfstvakantie	<i>aangepaste trainingstijden</i>	
3 december	Zwarte Piet komt zwemmen	Allen	Melick
24 dec t/m 8 januari	Kerstvakantie	<i>aangepaste trainingstijden</i>	
7 januari	Nieuwjaarsduik	Alle groepen	Melick
Jan/feb	Appels en peren actie	Alle groepen	Gem. Roerdalen
18 t/m 26 februari	carnavalsvakantie	<i>aangepaste trainingstijden</i>	
6 t/m 9 april	Pasen	<i>aangepaste trainingstijden</i>	
28 april t/m 6 mei	Meivakantie	<i>aangepaste trainingstijden</i>	
17 mei	Hemelvaart	<i>aangepaste trainingstijden</i>	
26 t/m 28 mei	Pinksteren	<i>aangepaste trainingstijden</i>	
23 of 24 juni	Seizoensafsluiting	Allen	
30 juni t/m 12/19 aug	zomervakantie		

Wist u dat

- de data van activiteiten nog kunnen veranderen?
- dit afhankelijk is van de wedstrijdkalender !!

BEZOEK OOK REGELMATIG ONZE WEBSITE:

WWW.ROERSOPPERS.NL

DAAR VIND JE ALTIJD HET LAATSTE NIEUWS !!!!!