

## ZWEMSCHOOL

Kinderen vanaf 3 jaar leren hier op een aangename manier zwemmen. De groepen zijn verdeeld over 7 niveaus. Zo is de les aangepast aan het niveau van het kind. Minstens twee keer per jaar is er een evaluatie.

In de verschillende groepen gebeurt het volgende:

- Eendjes via spelletjes vertrouwd worden met het water
- Kikkertjes aanleren van de eerste basisbewegingen
- Zeepaardjes beginnen met crawl en schoolslag
- Pinguïns schoolslag en crawl verbeteren in het "groot bad"
- Dolfijnen ook beginnen met rugslag en duiken
- Waterratten verbeteren van de slagen, begin uithouding
- Orka's technische verbetering, startduik en uithouding

zaterdagmiddag	tussen 11.30 en 12.30
zaterdagavond	tussen 18.30 en 20.00

De precieze uren hangen af van het groepje waarin gezwommen wordt. Ouders kunnen zelf zwemmen tijdens de les van hun kind (zie recreatief zwemmen).

Een aantal zwemmertjes wordt tijdens hun opleiding in de Zwemschool geselecteerd voor het Future Team. Die selectie gebeurt op basis van hun aanleg. Ze doorlopen versneld de zwemschool via een bijkomende wekelijkse training op donderdag (18.00-19.00).

## HAAIEN & JONGERENTEAM

Na de Zwemschool is het doorgedreven competitiezwemmen niet voor alle jongeren geschikt. Maar ze willen toch niet breken met de zwemsport. Dan kunnen ze hier terecht voor een wekelijkse training op zaterdagavond.

Zaterdag	17.30 - 18.15	Haaien - tot maximum 12 jaar
	19.15 - 20.00	Jongerenteam - vanaf 13 jaar

## COMPETITIETEAM

De zwemmers van het competitieteam trainen drie tot vijf keer per week. Ze zijn gebeten door de zwemmicrobe. Ze nemen regelmatig deel aan officiële wedstrijden van de Vlaamse Zwemfederatie.

maandag	17.30 - 19.30
dinsdag	19.30 - 21.00
woensdag	16.30 - 18.00 / 18.00 - 20.00
vrijdag	17.00 - 18.30
zaterdag	10.00 - 12.00

## RECREATIEF ZWEMMEN

Sport krijgt hier een andere betekenis, gericht op sociaal contact, plezier, gezondheid en ontspanning, ieder volgens eigen mogelijkheden.

dinsdag	19.00 - 20.00
zaterdag	11.30 - 12.30 (enkel ouders Zwemschool)
	18.30 - 20.00 (tot 19.30 in schoolvakanties)

## LIDGELD 2010

Door de bijdrage word je lid voor het gehele kalenderjaar 2010 (dus 1 januari tot 31 december). De bijdragen zijn de volgende:

Zwemclub (recreatief)	€ 55
Zwemschool	€ 90
Haaien & Jongerenteam	€ 90
Competitieteam	€ 160

Dit dekt de toegang tot het zwembad tijdens de TZ-uren, de lessen, de trainingen en de verzekering.

Wie betaald heeft voor Competitieteam, Haaien, Jongerenteam of Zwemschool is vanzelfsprekend ook (gratis) welkom tijdens de uren van het recreatief zwemmen.

Binnen Zwemschool - Haaien - Jongerenteam geldt een reductie van € 10 vanaf het derde kind van het gezin. Binnen het competitieteam geldt een reductie van € 10 vanaf het tweede kind van het gezin.

## INFORMATIE & INSCHRIJVINGEN

- Zie website [www.tiensezwemmers.be](http://www.tiensezwemmers.be)
- Via mail [secretariaat@tiensezwemmers.be](mailto:secretariaat@tiensezwemmers.be)
- In de hal van het zwembad steeds op zaterdagen 11.15-11.45u en 18.15-18.45u (niet tijdens de schoolvakanties)

*Start zwemschool reeks 1 van 2010 op 9 januari.*

*Start zwemschool reeks 2 van 2010 in september.*

# Tiense Zwemmers



[www.tiensezwemmers.be](http://www.tiensezwemmers.be)

### DATA INSCHRIJVINGEN

- Leden van 2009 kunnen zich inschrijven vanaf 28 november.
- Ze hebben voorrang als ze ingeschreven en betaald hebben ten laatste 12/12.
- Nieuwe leden die niet op de wachtlijst staan kunnen inschrijven vanaf 19 /12.