

Vrije Zwemmers Nieuwpoort

Intern reglement



Hoofdstuk 1 : Algemeen

- Art 1. Elk lid betaalt zijn jaarlijkse bijdrage zoals hieronder bepaald:
Aansluiting van 1 januari tot 31 december: **€ 120,00**
Dit bedrag omvat zowel het jaarlijks lidgeld, verzekering en alle zwemgelden voor de lopende periode.
- Art 2. Alvorens lid te worden kunnen twee lessen vrijblijvend gevolgd worden, zonder betaling van de ledenbijdrage.
- Art 3. Na twee lessen wordt de ledenbijdrage verplicht betaald via overschrijving.
- Bankrekening VZN: BE77 7340 3967 6342
 - Te vermelden gegevens: "naam, voornaam, geboortedatum, adres en e-mailadres"
 - Verantwoordelijke ledenadministratie: Michel Cuyvers
- Indien het lidgeld niet betaald is, kan omwille van verzekering niet deelgenomen worden aan de les en zal er plaats genomen worden op de zitbank.
- Art 4. De jaarlijkse ledenbijdrage wordt nooit terugbetaald.
- Art 5. Lid worden van VZN kan het hele jaar door. Het lidgeld wordt berekend volgens een formule: 15€ + 10€/maand
- Art 6. Vereisten om lid te kunnen worden:
- Minimum 5 jaar
 - Voldoende watergewend en 25m kunnen overbruggen.
- Kinderen die de modules Fred Brevet, aangeboden door Stad Nieuwpoort, kunnen doorschuiven naar de zwemclub.
- Art 7. Het betalen van het jaarlijks lidgeld geeft recht op, al dan niet gratis, deelname aan alle activiteiten van Vrije Zwemmers Nieuwpoort en Jeugdbestuur VZN.
Uitzonderingen : activiteiten die enkel voor bepaalde groepen georganiseerd worden en de jaarlijkse trainingsstage (zie hoofdstuk 5).
- Art 8. Lid worden van de club betekent akkoord gaan met alle bepalingen opgenomen in dit Intern reglement.
Bij de start van het lidmaatschap wordt verwacht het Intern reglement te consulteren op www.vzn.be.
- Art 9. De ledencommunicatie gebeurt op verschillende manieren: de clubsite, e-mail, sociale media en diverse schriftelijke formulieren. Ouders en zwemmers worden verwacht zich via deze kanalen zo goed mogelijk op de hoogte te houden van alle geplande activiteiten, wijzigingen in het trainingsrooster, etc.
- Art 10. Tijdens alle activiteiten georganiseerd door VZN of Fros is een lid, dat zich in regel stelde met het lidgeld, verzekerd via de Fros Amateursportfederatie vzw. Dit volgens de voorwaarden bepaald in de polis. De verzekeringspolis kan geraadpleegd worden op www.fros.be en www.vzn.be .
- Art 11. Elk lid kan geschorst of uitgesloten worden bij herhaaldelijk niet-naleven van de reglementen en bij wangedrag tegenover medezwemmers, trainers, bestuursleden, zwembadpersoneel en publiek. Kosten, gevolgen, veroordelingen etc. van moedwillige schade aan infrastructuur, personen,... vallen ten laste van betrokkene.
- Art 12. Bij elke disciplinaire behandeling mag de zwemmer zich (laten) verdedigen voor het bestuur.

- Art 13. VZN publiceert geregeld foto's van leden op haar website, ...
De aanvaarding van het Intern reglement geldt hiervoor als toestemming. Ouders die bezwaar hebben tegen de publicatie, delen dit schriftelijk mee aan het bestuur.

Hoofdstuk 2 : Trainen in het zwembad

- Art 1. De kledij wordt opgeborgen in een afgesloten kastje. In geen geval mag er gerief onbeheerd blijven liggen in de individuele kleedhokjes of groepscabines.
- Art 2. De club, noch het zwembad, kunnen aansprakelijk gesteld worden bij verlies of beschadiging van persoonlijke voorwerpen of kledij.
- Art 3. Breng geen dure voorwerpen mee.
- Art 4. De individuele kleedhokjes zijn voor individueel gebruik bestemd.
- Art 5. Ouders zijn niet toegelaten in de groepscabines.
- Art 6. Maak voor aanvang van de training of zwemles gebruik van het toilet.
- Art 7. Na afloop van de training of zwemles maakt iedereen gebruik van de douches, waarna het zwembad zo snel mogelijk verlaten wordt.
- Art 8. Laat toiletten, douches en kleedruimtes proper achter (geen papier of shampoo aan de muren, spiegels of op de grond, doorspoelen, ...)
- Art 9. Betreed het zwembad via de waadbak en de doorgangsdouche.
- Art 10. Meld je voor aanvang van de les bij je trainer. Er wordt elke les een aanwezigheidslijst bijgehouden.
- Art 11. Leg voor aanvang van de training of zwemles je zwemmateriaal klaar aan je baan.
- Art 12. Volg tijdens de training steeds alle instructies van de trainer.
- Art 13. Een zwemmer kan enkel trainen tijdens de zwemuren die voor zijn/haar groep gereserveerd zijn. Raadpleeg hiervoor het lessenrooster.
- Art 14. Veranderen van groep kan enkel na overleg en toestemming van de trainers-vergadering en het slagen voor een zwemtest.
- Art 15. Iedereen wordt zonder uitzondering stipt op tijd aan de waterlijn verwacht, tenzij de ouders met een gegronde reden de trainer op de hoogte brengen. Zwemmers die meermaals te laat komen, worden gesanctioneerd.
- Art 16. Verlaat het zwembad nooit vroegtijdig, tenzij de ouders daarvoor de uitdrukkelijk de toestemming hebben gegeven en de trainer persoonlijk hebben verwittigd.
- Art 17. Indien je voor de training reeds in het zwembad vertoeft, meld je je bij aanvang van de zwemles bij je trainer.
- Art 18. Na de training verlaat je onmiddellijk het zwembad. Indien je na de les nog wil verder zwemmen, dien je hiervoor eerst een ticket aan te schaffen. Ouders die tijdens de

trainingsuren zwemmen, dienen hiervoor een ticket aan te schaffen en verlaten het zwembad volgens de geldende richtlijnen van het zwembadbeheer.

- Art 19. De club neemt geen verantwoordelijkheid op voor kinderen en ouders die zich buiten de trainingsuren in het zwembad bevinden.
- Art 20. De club is niet verantwoordelijk voor kinderen die zich tijdens de lesuren zonder toestemming aan het toezicht van de lesgevers onttrekken.
- Art 21. Toon respect voor medezwemmers, lesgevers, bestuursleden, zwembadpersoneel en -publiek.
- Art 22. Breng geen drank of eten mee. Uitzondering : competitietrainingen en wedstrijden. Kauwgum, snoepgoed en frisdrank zijn ten strengste verboden !
- Art 23. Trek je schoenen uit vooraleer de kleedkamers te betreden.
- Art 24. Breng geen sporttassen mee in het zwembad. Uitzondering: competitiezwemmers kunnen hun materiaal op de zitbanken plaatsen (niet op de grond!)
- Art 25. Ouders kunnen de training in het zwembad niet bijwonen, in principe is de cafetariaruimte wel toegankelijk.
- Art 26. De toegang tot kelders, liften, daken, ... zijn strikt verboden.
- Art 27. Gebruik van andere zwembadaccommodaties dan het trainingsbad, zoals glijbaan, geurbaden e.d., is enkel toegestaan op uitdrukkelijk mededelen van de trainers.
- Art 28. Het intern zwembadreglement en het huisreglement van het zwembad zijn steeds van toepassing. In de kleedkamers gedraagt iedereen zich naar goede orde, zeden en netheid: niet lopen, roepen, ...

Hoofdstuk 3 : Competitiezwemmers

- Art 1. Van competitiezwemmers wordt de inzet en toewijding verwacht om gemotiveerd deel te nemen aan wedstrijden en drie of meer keer per week te trainen.
“The will to win is important, the will to prepare is vital !”
- Art 2. De zwemmer ontvangt een uitnodiging (mail, Whatsapp,...) om deel te nemen aan wedstrijden. Om een vlotte inschrijving te verzekeren moet deze tijdig beantwoord worden. Een overzicht van de wedstrijden vind je terug op de Fros website.
- Art 3. Zwemmers brengen de trainer ten laatste 7 dagen voor de wedstrijd op de hoogte als ze niet kunnen deelnemen. Bij onvoorziene omstandigheden (ziekte, blessure, dringend familiaal verlet, ...) wordt zo snel mogelijk verwittigd.
- Art 4. Per wedstrijdseizoen is de zwemmer verplicht om aan een minimum van wedstrijden deel te nemen (deze ingericht door VZN en de Fros-selectiewedstrijden), plus alle kampioenschappen waarvoor hij/zij een selectie behaalde.
- Art 5. Zwemmers die voldoen aan de Fros Swimming Team(FST) selectietijden en de correcte ingesteldheid hebben, kunnen door de club voorgedragen worden om deel uit te maken van dit team. De aanvaarding gebeurt door de afgevaardigde van het FST. De geselecteerde zwemmers houden zich aan de FST voorwaarden (deelname kernstages,

aanschaffen kledij, deelname wedstrijden,...). De club kan op ieder moment de voordracht terug intrekken (vb. beperkte deelname aan clubtrainingen,...)

- Art 6. De verzekering kan van iedere competitiezwemmer een medisch attest vragen. De zwemmer ontvangt dit eenmalig en laat dit zo snel mogelijk invullen bij de dokter. Te downloaden op www.vzn.be en www.fros.be .
- Art 7. De competitiezwemmer stelt de trainer op de hoogte van blessures en gebruik van medicatie. Als hierdoor de deelname aan kampioenschappen niet mogelijk is, bezorgt de zwemmer een doktersattest.
- Art 8. Deelname aan competitie veronderstelt ook enig engagement van de ouders: vervoer naar wedstrijden, de zwemmer motiveren om meer en regelmatig te trainen, de zwemmer aansporen om aan trainingsstages deel te nemen
- Art 9. De hoofdtrainer bepaalt voor welke zwemnummers de zwemmer ingeschreven wordt.
- Art 10. Op wedstrijden groeperen de zwemmers zich op de aangeduide plaats. Wie zich, om het even welke reden, wil verwijderen, verwittigt de trainers of clubverantwoordelijke.
- Art 11. Op wedstrijden bevinden zich enkel de clubverantwoordelijke en hoofdtrainer in het zwembad bij de zwemmers. Ouders en niet zwemmers maken gebruik van de tribune
- Art 12. Op wedstrijden volgen de zwemmers de instructies van de trainer voor de opwarming en voorbereiding.
- Art 13. Op wedstrijden houden de zwemmers de eer van de club hoog, door zich naar behoren te gedragen en de zwemfaciliteiten proper achter te laten.
- Art 14. Zwemmers zorgen er zelf goed voor dat ze op de hoogte zijn van het wedstrijdprogramma en melden zich tijdig bij de clubverantwoordelijke of trainer voor de start.
- Art 15. Na de wedstrijd is elke zwemmer aanwezig op de prijsuitreiking, zij het voor het ontvangen van het eremetaal, of om de medezwemmers te steunen.
- Art 16. Bij meerdaagse wedstrijden waar ter plaatse wordt gelogeed, houdt iedereen zich aan de groepsdiscipline en worden de richtlijnen van de trainers, bestuursleden en clubverantwoordelijke gevolgd.
- Art 17. De club biedt de competitiezwemmers een sporttas, T-shirt en badmuts van de club (zolang voorradig) aan op leenbasis. Tenzij anders gecommuniceerd worden zij verondersteld deze op iedere wedstrijd/activiteit te dragen. Een eerste badmuts is gratis, de volgende dient aangekocht te worden. Bij het verlaten van de club worden de artikelen teruggegeven.

Hoofdstuk 4 : Zwemkledij en –materiaal voor alle zwemmers

- Art 1. Breng een herkenbaar teken aan op alle materiaal en kledij.
- Art 2. Het dragen van een badmuts is verplicht voor alle kinderen waarvan het haar voor de ogen komt (vanaf zwemschool groep 1). Lang haar in een staartje.
- Art 3. Het dragen van armbandjes, horloges, kettinkjes ... tijdens het zwemmen is niet toegelaten.

- Art 4. Jongens dragen tijdens de training en op wedstrijd een nauwsluitende zwembroek (geen losse shorts of bermuda's).
- Art 5. Meisjes dragen tijdens de training en op wedstrijd een ééndelig badpak (geen bikini's, topjes of pareo's).
- Art 6. Vanaf zwemschool groep 1 beschikken alle zwemmers over een persoonlijk zwembriljetje. Zwembriljetjes worden door de club te koop aangeboden.
- Art 7. Vanaf zwemschool groep 4 worden alle zwemmers aangeraden eigen zoomers (korte sprintvinnen) te kopen. Vanaf competitie groep B beschikken alle zwemmers over eigen zoomers.
- Art 8. Zorg voor een reservezwembroek of –badpak en een reservebriljetje in je zwemzak!
- Art 9. Zorg voor een stuk van 1 euro in je zwemzak zodat je ten allen tijde kan gebruik maken van de kledingkastjes in het stedelijk zwembad.
- Art 10. De kledij die de zwemmer meebrengt om te gebruiken tijdens Reddend Zwemmen moet proper zijn en wordt nadien gespoeld en uitgewrongen.
- Art 11. Behandel het aangeboden zwemmateriaal met zorg. Meld eventuele schade onmiddellijk aan je trainer.

Hoofdstuk 5 : Trainingsstages

- Art 1. Deelname aan een trainingsstage veronderstelt deelname aan alle georganiseerde activiteiten en trainingen, gedurende de hele periode. De zwemmers houden zich aan de groepsdiscipline en volgen alle richtlijnen van de organisatoren.
- Art 2. Kandidaat-deelnemers wordt een persoonlijke uitnodiging toegestuurd. Zij worden tijdig op de hoogte gebracht van alle specifieke afspraken.