



**VRIJE ZWEM- EN
SPORTVERENIGING HOFSTADE**

**NODIGT JULLIE UIT OP DE LAATSTE* WESTRIJD IN
HOFSTADE ...
VOUS INVITE A LA DERNIERE* COMPETITON A
HOFSTADE ...**

**WANNEER ? ZONDAG 07 OKTOBER 2018
QUAND ? DIMANCHE LE 07 OCTOBRE 2018**

**WAAR ? OU ?
ZWEMBAD 'HOFSTADE HEIDE' , ZANDSTRAAT 3 ,
1981 HOFSTADE (SPORT VLAANDEREN)**

- **Het zwembad Hofstade Heide sluit definitief op
La piscine Hofstade Heide sera fermée
définitivement à partir du
01.01.2019**

PROGRAMMA	PROGRAMME
01.- 25m Rug Beginnelingen Eendjes en Dolfijnen Meisjes	01.- 25m Dos Débutantes Têtards Filles et Dauphines
02.- 25m Rug Beginnelingen Eendjes en Dolfijnen Jongens	02.- 25m Dos Débutants Têtards et Dauphins
03.- 50m Rug Beginnelingen Meisjes Benjamins en Miniemen	03.- 50m Dos Débutantes Benjamines et Minimes
04.- 50m Rug Beginnelingen Jongens Benjamins en Miniemen	04.- 50m Dos Débutants Benjamins et Minimes
05.- 50m Rug Meisjes Eendjes en Dolfijnen	05.- 50m Dos Filles Têtards et Dauphines
06.- 50m Rug Jongens Eendjes en Dolfijnen	06.- 50m Dos Garçons Têtards et Dauphins
07.- 50m Rug Dames Benjamins → Masters	07.- 50m Dos Dames Benjamines → Masters
08.- 50m Rug Heren Benjamins → Masters	08.- 50m Dos Messieurs Benjamins → Masters
09.- Speelse Aflossing : Kelnerestafette	09.- Relais ludique : l'estafette des garçons

PAUZE	PAUSE
10.- 25m Vrije Slag voor niet-aangeslotenen *	10.- 25m Nage libre pour non-affiliés *
11.- 25m Vrije Slag Beginnelingen Meisjes Eendjes en Dolfijnen	11.- 25m Nage Libre Débutantes Têtards et Dauphines
12.- 25m Vrije Slag Beginnelingen Jongens Eendjes en Dolfijnen	12.- 25m Nage Libre Débutants Têtards et Dauphins
13.- 50m Vrije Slag Beginnelingen Meisjes Benjamins en Miniemen	13.- 50m Nage Libre Débutantes Benjamins et Minimes
14.- 50m Vrije Slag Beginnelingen Jongens Benjamins en Miniemen	14.- 50m Nage Libre Débutants Benjamins et Minimes
15.- 50m Vrije Slag Meisjes Eendjes en Dolfijnen	15.- 50m Nage Libre Filles Têtards et Dauphines
16.- 50m Vrije Slag Jongens Eendjes en Dolfijnen	16.- 50m Nage Libre Garçons Têtards et Dauphins
17.- 100m Vrije Slag Meisjes Benjamins en Miniemen	17.- 100m Nage Libre Filles Benjamins et Minimes
18.- 100m Vrije Slag Jongens Benjamins en Miniemen	18.- 100m Nage Libre Garçons Benjamins et Minimes
19.- 200m Vrije Slag Dames Kadetten → Masters	19.- 200m Nage Libre Dames Cadettes → Masters
20.- 200m Vrije Slag Heren Kadetten → Masters	20.- 200m Nage Libre Messieurs Cadets → Masters
21.- Speelse aflossing : Geklede aflossing	21.- Relais ludique : Relais vêtu
REGLEMENT	REGLEMENT
De wedstrijden 1 t/m 4 en 10 t/m 14 zijn bestemd voor de "echte" beginnelingen. Er worden geen diskwalificaties toegepast, wel krijgt men bij "zware fout" een verwijzing naar de laatste plaats in zijn leeftijdsgroep + straf tijd.	Les courses 1 à 4 et 10 à 14 sont réservées aux "vrai(e)s débutant(e)s." Il n'y aura point de disqualifications ; lors de "faute grave" on sera classé(e) dernier(e) de sa catégorie + un temps de pénalisation.
De wedstrijden 5 t/m 8 en 15 t/m 20 zijn officiële wedstrijden : de geldende reglementen zullen strikt toegepast worden.	Les courses 5 à 8 et 15 à 20 sont des épreuves officielles : on appliquera strictement les règlements en vigueur.
Er zijn medailles voor de drie eersten van elke leeftijdsgroep voor de zwemwedstrijden. Masters = 1 leeftijdsgroep.	Il y aura des médailles pour les trois premiers de chaque catégorie pour les courses de natation. Masters = 1 catégorie.
<ul style="list-style-type: none"> Deze wedstrijd (10) kan gezwommen worden door moeders, vaders, broers en zussen, neven en nichten, vrienden en vriendinnen van de aangesloten zwemsters en zwemmers. Er wordt geen onderscheid gemaakt in leeftijdsgroepen : elke deelnemer/deelneemster ontvangt een deelnemersmedaille. 	<ul style="list-style-type: none"> Cette course (10) peut être nagée par les mères, les pères, les frères et soeurs, les neveux et les nièces, les amis et amies des nageuses et nageurs affiliés. Il n'y aura pas de classement par catégorie : chaque participante/participant recevra une médaille de participant.
De speelse aflossingen(9 en 21) staan open voor elkeen die zich in staat acht een onderdeel voor zijn rekening te nemen : niet aangeslotenen, vaders, moeders, broers, zussen, ...	Aux relais ludiques (9 et 21) peut participer chacune ou chacun qui se sent capable de nager une partie : non affiliés, mères, pères, frères, soeurs, ...
Beschrijving ludieke aflossingen	Description des relais ludiques
DE KELNERESTAFETTE Voor gemengde ploegen : leeftijd (3 leeftijdsgroepen) en geslacht Gedurende 7 minuten tracht de ploeg zoveel mogelijk water te 'transporteren'. Men vertrekt met een leeg dienblad, aan de keerpuntzijde worden hierop bekertjes gevuld met water geplaatst ; met dit geladen dienblad keert men terug ; bij aankomst worden de	L'ESTAFETTE DES GARCONS Equipes mixtes : âges (3 catégories) et sexes Durant un temps de 7 minutes l'équipe essaie de 'transporter' le plus d'eau possible. On part avec un plateau vide , côté virage on y met des gobelets remplis d'eau ; avec ce plateau chargé on retourne ; à l'arrivée les gobelets sont vidés dans un seau ; puis le 'garçon' suivant repart avec le plateau vide ...

<p>bekertjes geleedigd in een emmer ; dan vertrekt de volgende 'kelner' met het lege dienblad... Na het eindsignaal wordt de inhoud van elke emmer gemeten ; wint de ploeg die het meeste water in zijn emmer heeft</p>	<p>Après le signal annonçant la fin de la course le contenu de chaque seau est mesuré ; gagne l'équipe qui a le plus d'eau sans son seau.</p>
<p>GEKLEDE AFLOSSING De ploeg : 6 zwemmers ,samenstelling volledig naar keuze De wedstrijd : aflossing 6 * 50m Elke zwemmer heeft als kleding : een paar sokken, een lange broek (geen jeans aub!) en een t-shirt. Alle kledingstukken van de ploeg worden verzameld (en gemengd door de leden van de wedstrijdjury) op het keerpuntplatform. Elke zwemmer vertrekt van op de startblok, zwemt 25m , aan het keerpunt komt hij uit het water, kleedt zich met zijn eigen spullen en zal terug naar de overzijde zwemmen. Bij aankomst moet men volledig gekleed zijn : sokken, lange broek en t-shirt.</p>	<p>RELAIS VETU L'équipe : 6 nageurs, la composition de l'équipe est tout à fait libre La course : relais 6 * 50m Chaque nageur aura comme vêtements : une paire de chaussettes, un pantalon (pas de jeans svp!) et un t-shirt. Tous les vêtements de l'équipe seront rassemblés (et mêlés par un membre du jury des concours) sur la plateforme des virages. Chaque nageur' partira du bloc de départ(et nage 25m , au virage il sort de l'eau!, s'habille de ses propres vêtements et finira ensuite sa partie de la course. A l'arrivée on doit être vêtu d'un équipement complet : chaussettes, pantalon et t-shirt.</p>
<p>ANDERE INFO</p>	<p>AUTRES INFORMATIONS</p>
<p>Elke deelnemende club zorgt voor minstens 1 official + afgevaardigde.</p>	<p>Chaque cercle participant fournit au moins 1 officiel + délégué.</p>
<p>UURREGELING 13u15 : Opening 13u20 – 14u10 : Inzwemmen 13u30 – 14u00 : Vergadering jury + afgevaardigden 14u15 : Aanvang van de wedstrijden</p>	<p>HORAIRE 13h15 : Ouverture des portes 13h20 – 14h10 : Echauffement 13h30 – 14h00 : Réunion du jury et des délégués 14h15 : Début de la compétition</p>
<p>INSCHRIJVINGEN Tegen uiterlijk 04 oktober 2018 te zenden aan p.verreydt@edpnet.be</p>	<p>INSCRIPTION A envoyer pour le 04 octobre 2018 au plus tard à p.verreydt@edpnet.be</p>