



Opgericht 27-04-1984
Aangesloten bij N.C.S.
Erkend door de Nationale Raad voor Zwemdiploma's
Internet: www.watervriendenalmere.nl

Uitnodiging Internationale zwemwedstrijd WATERVRIENDEN ALMERE

Hierbij ontvangt u een uitnodiging voor de Internationale wedstrijd die wij organiseren op:

Datum	:	Zondag 9 April 2023 (1e Paasdag)
Locatie	:	Optisport Zwembad Almere Stad
Adres	:	Bachweg 3 - Almere Stad

<u>Sessie 1</u>	
Jury vergadering	: 8:15 uur
Inzwemmen	: 8:15 uur
Start wedstrijd	: 9:00 uur

<u>Sessie 2</u>	
Jury vergadering	: 13:30 uur
Inzwemmen	: 13:30 uur
Start wedstrijd	: 14:00 uur

Pauze van 12:30 tot 13:30 uur

Start Australian run : 17:30 uur

Kosten per deelnemer : € 5,00

Er zal worden gestart met de één-start regel.

De volgende leeftijdscategorieën worden gebruikt:

Categorie:	A	B	C	D	E	F - H	Masters
Leeftijd:	7 - 9	10 - 11	12 - 13	14 - 15	16 - 17	18 - 24	25 +

De peildatum voor deze leeftijden is 31 december 2022.

We zouden het bijzonder op prijs stellen als u met uw team deelneemt aan deze internationale zwemwedstrijd.

De inschrijving van de vereniging willen we **uiterlijk 24 maart 2023** ontvangen op het e-mail adres: wedstrijdcommissie@watervriendenalmere.nl . De inschrijving bestaat uit:

- het lxf bestand met daarin alle inschrijvingen
- de twee begeleidende pdf bestanden (tijden op naam en op programma)
- naam en licentienummer van de te leveren official(s)

Indien een vereniging in de inschrijving 10 deelnemers of minder heeft levert men 1 tijdwaarnemer/keerpuntcommissaris. Indien men meer dan 10 deelnemers heeft levert men 2 tijdwaarnemers/keerpuntcommissarissen. Dit is per dagdeel!

Met sportieve groet,

Commissie Wedstrijdzwemmen
Watervrienden Almere
Nederland

Ingeschreven bij KvK Flevoland onder nummer 40061370
Postbus 10104
1301 AC Almere
IBAN: NL61ABNA0568573498



Opgericht 27-04-1984
 Aangesloten bij N.C.S.
 Erkend door de Nationale Raad voor Zwemdiploma's
 Internet: www.watervriendenalmere.nl

Programma en categorieën

Aanvang	Prog. Nr.	Afstand	Zwemslag	Geslacht	Categorie
08:15 uur	Inzwemmen				
09:00 uur	1	50m	vrije slag	Heren	a/b/c/d/e/f-h/masters
	2	50m	vrije slag	Dames	a/b/c/d/e/f-h/masters
	3	200m	schoolslag	Heren	c/d/e/f-h/masters
	4	200m	schoolslag	Dames	c/d/e/f-h/masters
	5	25m	vlinderslag	Heren	a
	6	25m	vlinderslag	Dames	a
	7	100m	rugslag	Heren	b/c/d/e/f-h/masters
	8	100m	rugslag	Dames	b/c/d/e/f-h/masters
	9	200m	vrije slag	Heren	c/d/e/f-h/masters
	10	200m	vrije slag	Dames	c/d/e/f-h/masters
	11	100m	vlinderslag	Heren	b/c/d/e/f-h/masters
	12	100m	vlinderslag	Dames	b/c/d/e/f-h/masters
	13	25m	rugslag	Heren	a
	14	25m	rugslag	Dames	a
	15	400m	vrije slag	Heren	c/d/e/f-h /masters
	16	100m	wisselslag	Dames	b/c/d/e/f-h/masters
	17	50m	schoolslag	Heren	a/b
	18	50m	schoolslag	Dames	a/b
12:30 uur	Eind ochtendprogramma, pauze				



Opgericht 27-04-1984
 Aangesloten bij N.C.S.
 Erkend door de Nationale Raad voor Zwemdiploma's
 Internet: www.watervriendenalmere.nl

Aanvang	Prog. Nr.	Afstand	Zwemslag	Geslacht	Categorie
13:30 uur	Inzwemmen				
14:00 uur	19	50m	vlinderslag	Dames	a/b
	20	50m	vlinderslag	Heren	a/b
	21	200m	wisselslag	Dames	c/d/e/f-h/masters
	22	200m	wisselslag	Heren	c/d/e/f-h/masters
	23	25m	schoolslag	Dames	a
	24	25m	schoolslag	Heren	a
	25	100m	vrije slag	Dames	b/c/d/e/f-h/masters
	26	100m	vrije slag	Heren	b/c/d/e/f-h/masters
	27	200m	rugslag	Dames	c/d/e/f-h/masters
	28	200m	rugslag	Heren	c/d/e/f-h/masters
	29	100m	schoolslag	Dames	b/c/d/e/f-h/masters
	30	100m	schoolslag	Heren	b/c/d/e/f-h/masters
	31	25m	vrije slag	Dames	a
	32	25m	vrije slag	Heren	a
	33	400m	vrije slag	Dames	c/d/e/f-h/masters
	34	100m	wisselslag	Heren	b/c/d/e/f-h/masters
	35	50m	rugslag	Dames	a/b
	36	50m	rugslag	Heren	a/b
17:30 uur	Einde middagprogramma, pauze				



Opgericht 27-04-1984
Aangesloten bij N.C.S.
Erkend door de Nationale Raad voor Zwemdiploma's
Internet: www.watervriendenalmere.nl

Middag afsluiting: Australian run

Aanvang	Prog. Nr.	Afstand	Zwemslag	Geslacht	Categorie
17:30 uur	37	25m	Australian Run	Dames	A
	37	25m	Australian Run	Heren	A
	37	25m	Australian Run	Dames	B
	37	25m	Australian Run	Heren	B
	37	50m	Australian Run	Dames	C
	37	50m	Australian Run	Dames	D
	37	50m	Australian Run	Dames	E
	37	50m	Australian Run	Dames	F-H
	37	50m	Australian Run	Dames	Masters
	37	50m	Australian Run	Heren	Masters
	37	50m	Australian Run	Heren	F-H
	37	50m	Australian Run	Heren	E
	37	50m	Australian Run	Heren	D
	37	50m	Australian Run	Heren	C
19:00 uur	Einde Australian run/internationale zwemwedstrijd				

Spelregels Australian Run

- **De zwemslag is vrije slag**
- De 6 snelste zwemmers van programma 1 en 2 (50 meter vrije slag; 6 dames en 6 heren) per leeftijdscategorie, plaatsen zich voor de Australian Run.
- Categorie A en B zwemmers zwemmen in elke race 25 meter!
- Alle overige categorieën zwemmen in elke race een afstand van telkens 50 meter
- Na elke race valt de deelnemer die als laatste aantikt af
- De races per categorie gaan door totdat er nog slechts 2 zwemmers over zijn. En de winnaar van de finale is... de zwemmer die als eerste aantikt!