



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 31 Maart 2024 (1e Paasdag)**
Locatie : Optisport Zwembad Almere Stad
Adres : Bachweg 3 - Almere Stad

Jury vergadering : 9:15 uur
Inzwemmen : 9:15 uur
Start wedstrijd : 10:00 uur
Pauze : 12:00 uur tot en met 13:00 uur
Einde wedstrijd : 15:00 uur
Start Australian run : 15:15 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 2023**.

We zouden het bijzonder op prijs stellen als u met uw team deelneemt aan deze internationale zwemwedstrijd. Kunt u ons z.s.m. maar uiterlijk voor 03-02-2024 laten weten of wij op uw team mogen rekenen.

De inschrijving van de vereniging willen we **uiterlijk 15 maart 2024** 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.

Met sportieve groet,

Commissie Wedstrijdzwemmen
Watervrienden Almere
Nederland



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
09:15 uur	Inzwemmen				
10:00 uur	1	50	Vrije slag	Dames	A, B, C, D, E, F-H, M
	2	50	Vrije slag	Heren	A, B, C, D, E, F-H, M
	3	100	Rugslag	Dames	B, C, D, E, F-H, M
	4	100	Rugslag	Heren	B, C, D, E, F-H, M
	5	100	Wisselslag	Dames	B, C, D, E, F-H, M
	6	50	Vlinderslag	Heren	A, B
	7	50	Vlinderslag	Dames	A, B
	8	100	Schoolslag	Heren	B, C, D, E, F-H, M
	9	100	Schoolslag	Dames	B, C, D, E, F-H, M
	10	400	Vrije slag	Heren	C, D, E, F - H, M
	12:00 uur				
13:00 uur	11	400	Vrijeslag	Dames	C, D, E, F-H, M
	12	100	Vlinderslag	Heren	C, D, E, F-H, M
	13	100	Vlinderslag	Dames	C, D, E, F-H, M
	14	50	Schoolslag	Heren	A, B
	15	50	Schoolslag	Dames	A, B
	16	100	Wisselslag	Heren	B, C, D, E, F-H, M
	17	100	Vrije slag	Dames	B, C, D, E, F-H, M
	18	100	Vrije slag	Heren	B, C, D, E, F H, M
	19	50	Rugslag	Dames	A, B
	20	50	Rugslag	Heren	A, B
15:00 uur	Einde wedstrijd				
15:15 uur	Start Australian run				
16:45 uur	Einde Internationale Wedstrijd				



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
15:15 uur	21	25m	Australian Run	Dames	A
	21	25m	Australian Run	Heren	A
	21	25m	Australian Run	Dames	B
	21	25m	Australian Run	Heren	B
	21	50m	Australian Run	Dames	C
	21	50m	Australian Run	Dames	D
	21	50m	Australian Run	Dames	E
	21	50m	Australian Run	Dames	F-H
	21	50m	Australian Run	Dames	Masters
	21	50m	Australian Run	Heren	Masters
	21	50m	Australian Run	Heren	F-H
	21	50m	Australian Run	Heren	E
	21	50m	Australian Run	Heren	D
	21	50m	Australian Run	Heren	C
17:00 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!