



PROVINCIAAL  
KAMPIOENSCHAP  
LANGE AFSTAND

# Praktische informatie

In samenwerking met:

**EUROPRINTS**  
DESIGN • PRINT • PLACE



Regiocomité  
Oost- & West-Vlaanderen

2024

## Inleiding

Op het aankomende Provinciaal Kampioenschap Lange Afstand hebben we een unieke mogelijkheid om gebruik te maken van een 10-banen zwembad. Wat dit evenement nog specialer maakt, is dat we in dubbele reeksen zullen zwemmen, iets wat in onze provincie nog nooit is gebeurd. Om alles vlot te laten verlopen, willen we jullie graag informeren over de werkwijze en mogelijke uitdagingen die het dubbelzwemmen inhoudt voor zwemmers, trainers en officials.

EUROPRINTS  
DESIGN • PRINT • PLACE



Regiocomité  
Oost- & West-Vlaanderen

2024

## Richtlijnen voor de clubs, officials en zwemmers

**Officials:** De officials die fungeren aan een baan krijgen een rode of gele neutrale t-shirt ter beschikking. Deze is verplicht te dragen. Na het dagdeel bezorg je deze terug aan de organisatie.

**Het aantal zwemmers** in de zone voor de oproepkamer zo beperkt mogelijk houden, zodat iedereen rustig en op tijd door de oproepkamer komt.

**Oproepkamer:** In de oproepkamer krijgt de zwemmer zijn gekleurde startkaart en badmuts. De rode of gele badmuts moet altijd zichtbaar gedragen worden, een clubbadmuts mag wel onder de rode of gele badmuts gedragen worden. De zwemmer volgt de instructies van de officials en medewerkers.

**Startzijde:** De zwemmer geeft zijn startkaart af in de baan aan de official met dezelfde kleur van T-shirt als zijn/haar badmuts. Deze vergelijkt de naam met het programma. Het is de verantwoordelijkheid van de zwemmer om ervoor te zorgen dat de startkaart wordt afgegeven aan de juiste official voordat de wedstrijd begint.

**Startpositie:** De traagste reeks zal altijd eerst starten en zwemt aan de linkerkant van de baan met een rode badmuts. De snelste reeks start wanneer de reeds gestarte zwemmer aan het keerpunt is. Hij start rechts in dezelfde baan en draagt een gele badmuts. De snelste reeks zal dus onmiddellijk moeten klaarstaan na de start van de traagste reeks.

**Vaste zwempositie:** Elke zwemmer blijft tijdens de hele wedstrijd aan zijn of haar kant van de baan zwemmen en hindert de andere zwemmer niet.

**Belang van badmutsen:** de verschillende kleuren badmutsen zijn essentieel voor het onderscheiden van de twee zwemmers in dezelfde baan. Dit maakt het eenvoudiger voor trainers, afgevaardigden, officials en andere medewerkers om de zwemmers goed in de gaten te houden. Ook voor de toeschouwers wordt het gemakkelijker om de zwemmer te herkennen.

## Voorbeeld

Start rode badmutsen				Start gele badmutsen wanneer rood bij keerpunt is			
serie 1 van 10				serie 2 van 10			
0	Jan	XXXX/11xxx/XX	18:09,3	0	Albertus	XXXX/11xxx/XX	18:00,9
1	Piet	XXXX/11xxx/XX	18:07,6	1	Andries	XXXX/11xxx/XX	17:59,2
2	Roger	XXXX/11xxx/XX	18:06,2	2	Bart	XXXX/11xxx/XX	17:56,8
3	Omer	XXXX/11xxx/XX	18:05,3	3	Bernard	XXXX/11xxx/XX	17:55,0
4	Lucien	XXXX/11xxx/XX	18:02,5	4	Evert	XXXX/11xxx/XX	17:53,2
5	Norbert	XXXX/11xxx/XX	18:03,6	5	Ferdinand	XXXX/11xxx/XX	17:54,9
6	Alfons	XXXX/11xxx/XX	18:05,4	6	Franciscus	XXXX/11xxx/XX	17:56,5
7	Pieter	XXXX/11xxx/XX	18:07,5	7	Louis	XXXX/11xxx/XX	17:57,6
8	Hendrik	XXXX/11xxx/XX	18:08,8	8	Ronald	XXXX/11xxx/XX	17:59,6
9	Willem	XXXX/11xxx/XX	18:09,5	9	Wouter	XXXX/11xxx/XX	18:01,3
LINKER ZIJDE VAN DE BAAN				RECHTER ZIJDE VAN DE BAAN			
<b>IEDEREEN AANGEKOMEN</b>							
Zwembad wordt zo snel als mogelijk verlaten							
Start rode badmutsen				Start gele badmutsen wanneer rood bij keerpunt is			
serie 3 van 10				serie 4 van 10			
0	Jan	XXXX/11xxx/XX	17:58,9	0	Albertus	XXXX/11xxx/XX	17:56,9
1	Piet	XXXX/11xxx/XX	17:57,2	1	Andries	XXXX/11xxx/XX	17:55,2
2	Roger	XXXX/11xxx/XX	17:54,8	2	Bart	XXXX/11xxx/XX	17:52,8
3	Omer	XXXX/11xxx/XX	17:53,0	3	Bernard	XXXX/11xxx/XX	17:51,0
4	Lucien	XXXX/11xxx/XX	17:51,2	4	Evert	XXXX/11xxx/XX	17:49,2
5	Norbert	XXXX/11xxx/XX	17:52,9	5	Ferdinand	XXXX/11xxx/XX	17:50,9
6	Alfons	XXXX/11xxx/XX	17:54,5	6	Franciscus	XXXX/11xxx/XX	17:52,5
7	Pieter	XXXX/11xxx/XX	17:55,6	7	Louis	XXXX/11xxx/XX	17:53,6
8	Hendrik	XXXX/11xxx/XX	17:57,6	8	Ronald	XXXX/11xxx/XX	17:55,6
9	Willem	XXXX/11xxx/XX	17:59,3	9	Wouter	XXXX/11xxx/XX	17:57,3
LINKER ZIJDE VAN DE BAAN				RECHTER ZIJDE VAN DE BAAN			



# Mogelijke problemen bij dubbelzwemmen:

## Zwemmer raakt in de war over zijn/haar baanpositie

*Scenario: een zwemmer kan tijdens de race in de war raken en van kant wisselen bijv. naar de andere kant van de baan zwemmen.*

*Reactie zwemmer/jury: de official aan de start- en keerpuntzijde zal de zwemmer tekenen dat hij zijn kant moet aanhouden. De zwemmer zal hieraan zo snel mogelijk gevolg geven.*

## Tegen elkaar zwemmen bij inhalen:

*Scenario: als een zwemmer trager is en ingehaald wordt, kunnen ze per ongeluk tegen elkaar aan zwemmen.*

*Reactie zwemmer/jury: botsingen zijn uiteraard te vermijden. Indien de zwemmers hun kant aanhouden en daar bij het eventueel inhalen extra aandacht aan besteden, moeten botsingen vermeden kunnen worden. Indien er toch een ernstige botsing zou zijn, zullen de redders het nodige doen om de zwemmers veilig uit het bad te halen en ze zullen hierbij zo weinig mogelijk de andere zwemmers in verwarring brengen.*

## Zwemmer verliest badmuts:

*Scenario: een zwemmer verliest tijdens de race zijn haar badmuts, wat verwarring of hinder kan veroorzaken bij officials en andere zwemmers.*

*Reactie zwemmer/jury: de zwemmer laat de muts waar ze is. Hij stopt zijn wedstrijd niet, maar zwemt door. Na de reeks zal op aangegeven van een official de nodige tijd worden voorzien om de muts te recupereren.*

## Stoppen met zwemmen door tweede start

*Scenario: door de dubbele reeksen kan er verwarring ontstaan bij het startsignaal, wat mogelijks leidt tot het stoppen van de zwemmer die reeds bezig is met zwemmen.*

*Reactie zwemmer/jury: de zwemmers mogen geen gevolg geven aan fluitsignalen na hun start. De kamprechter en de starter zullen na de start van de traagste zwemmers, nogmaals een start geven voor de snellere reeks. De coaches zullen dit duidelijk aan hun zwemmers meegeven.*

## Een valse start door verwarring:

*Scenario: bij een valse start die niet door een zwemmer is veroorzaakt (bijvoorbeeld door publiek of geluiden buiten de controle van de wedstrijd).*

*Reactie zwemmer/jury: de zwemmers die eventueel in het water zijn gevallen, moeten langs de startmuur het bad verlaten (dus niet langs de zijkant). Er zal voor de zwemmers die niet zijn uitgesloten, een nieuwe start worden gegeven na de eerste of tweede passage van de traagste zwemmers.*

## Botsingen bij het keerpunt:

*Scenario: zwemmers kunnen bij het keerpunt tegen elkaar aan zwemmen omdat ze de ruimte verkeerd inschatten.*

*Reactie zwemmer/jury: de official aan de start- en keerpuntzijde zal de zwemmer tekenen dat hij zijn kant moet aanhouden. De zwemmer zal hieraan gevolg geven.*

## Zwemmer stopt of vertraagt abrupt

*Scenario: een zwemmer stopt plotseling of vertraagt sterk door fysieke problemen en moet gered worden.*

*Reactie zwemmer/jury: indien een zwemmer plots vertraagt of onwel wordt, zullen de redders het nodige doen om de zwemmer veilig uit het bad te halen en ze zullen hierbij zo weinig mogelijk de andere zwemmers in verwarring brengen.*



PROVINCIAAL  
KAMPIOENSCHAP  
LANGE AFSTAND

Vragen of informatie nodig:

[danny@zwemfedwvl.be](mailto:danny@zwemfedwvl.be) – KF, Kamprechter

[vincent.guillemyn@regiowvl.be](mailto:vincent.guillemyn@regiowvl.be) – Sportcoördinator RCWVL

[greet.dewitte@regiowvl.be](mailto:greet.dewitte@regiowvl.be) – Sportsecretaris RCWVL

In samenwerking met:

**EUROPRINTS**  
DESIGN • PRINT • PLACE



Regiocomité  
Oost- & West-Vlaanderen

**2024**