



**KONINKLIJKE  
KORTRIJKSE ZWEMKRING SPURS VZW**

**SLOTENMAKER  
DECABOOTER  
GILBERT**

**GEPANTSERDE DEUREN  
SLEUTELS  
DEPANNAGE 24/24  
INBRAAKBEVEILIGING  
BRANDKASTEN**

LOODWITSTRAAT 16 - 8500 KORTRIJK  
056 21 97 52 - 0475 34 44 42  
[info@slotenmaker.com](mailto:info@slotenmaker.com)



**KORTRIJK**



**M A T E X P O**

**INFOBROCHURE  
SEIZOEN 2024 – 2025**

## **INHOUDSOPGAVE**

<b>INHOUDSOPGAVE.....</b>	<b>2</b>
<b>BESTUUR KZK SPURS.....</b>	<b>3</b>
<b>KZK SPURS SPORTIEF.....</b>	<b>4</b>
<b>GROEPEN KZK SPURS .....</b>	<b>6</b>
<b>OFFICIALS / AFGEVAARDIGDEN KZK SPURS .....</b>	<b>8</b>
<b>VRIJWILLIGERSCOMITÉ KZK SPURS.....</b>	<b>8</b>
<b>INTERDISCIPLINAIR TEAM KZK SPURS .....</b>	<b>9</b>
<b>OMKADERING 2024 - 2025 KZK SPURS .....</b>	<b>9</b>
<b>ZWEMBAD.....</b>	<b>9</b>
<b>TRAININGSUREN KZK SPURS .....</b>	<b>10</b>
<b>WEDSTRIJDKALENDER KZK SPURS .....</b>	<b>11</b>
<b>STAGES 2024 - 2025 KZK SPURS.....</b>	<b>12</b>
<b>SCHOLENCONVENANT KZK SPURS .....</b>	<b>12</b>
<b>COMMUNICATIE KZK SPURS / AFSPRAKEN 2024 - 2025 .....</b>	<b>12</b>
<b>SELECTIES KZK SPURS 2024 - 2025 .....</b>	<b>13</b>
<b>SPONSORS KZK SPURS .....</b>	<b>13</b>



## **BESTUUR KZK SPURS**

### **VOORZITTER / JURIDISCHE ZAKEN**

Gillian DEWULF  
Distelvinkenerf 10  
7711 DOTTENIJS  
☎ 0472/08 82 91 ✉ [gillian.dwlf@hotmail.com](mailto:gillian.dwlf@hotmail.com)

### **SECRETARIS / EXTERNE COMMUNICATIE**

Bart DEWULF  
Leiaarde 28  
8501 HEULE  
☎ 0478/68 01 33 ✉ [kzk@mail.zwemfed.be](mailto:kzk@mail.zwemfed.be) / ✉ [bart.dewulf-duck@telenet.be](mailto:bart.dewulf-duck@telenet.be)

### **PENNINGMEESTER**

Martine MARQUILLIE  
Voorzienigheidsstraat 86  
8500 KORTRIJK  
☎ 0474/64 97 45 ✉ [mmarquillie@gmail.com](mailto:mmarquillie@gmail.com)

### **HEADCOACH**

Chantal DUCK  
Leiaarde 28  
8501 HEULE  
☎ 0478/34 64 00 ✉ [chantal.duck@gmail.com](mailto:chantal.duck@gmail.com)

### **SPORTSECRETARIS**

Luc FEYS  
Marksesteenweg 262  
8500 KORTRIJK  
☎ 0495/90 54 33 ✉ [luc.feys@gmail.com](mailto:luc.feys@gmail.com)

### **BESTUURDER / MARKETING & SPONSORING**

Rosan HINNEKENS  
Bieststraat 180  
8560 WEVELGEM  
☎ 0478/03 39 30 ✉ [rosan.hinnekens@telenet.be](mailto:rosan.hinnekens@telenet.be)

### **BESTUURDER / LEDENADMINISTRATIE EN VRIJWILLIGERSTEAM**

Andrew Derumeaux  
Palmboomlaan 16  
8500 KORTRIJK  
☎ 0475/26 10 60 ✉ [andrewderumeaux@hotmail.com](mailto:andrewderumeaux@hotmail.com)

### **BESTUURDER / RESERVATIES**

An Oosterlynck  
Nachtegaalstraat 19  
8550 ZWEVEGEM  
☎ 0495/36 60 95 ✉ [anoosterlynck@telenet.be](mailto:anoosterlynck@telenet.be)

## **KZK SPURS UITRUSTING & MATERIAAL**

### **VERANTWOORDELIJKE UITRUSTING & MATERIAAL**

Rosan HINNEKENS  
 Bieststraat 180  
 8560 WEVELGEM  
 ☎ 0478/ 03 39 30 ✉ [rosan.hinnekens@telenet.be](mailto:rosan.hinnekens@telenet.be)

## **KZK SPURS SPORTIEF**

### **HOOFDTRAINER / ALLE GROEPEN**

Chantal DUCK  
 Leiaarde 28  
 8501 HEULE  
 ☎ 0478/ 34 64 00 ✉ [chantal.duck@gmail.com](mailto:chantal.duck@gmail.com)

### **TRAINER / KZK TEAMS / DRYLAND**

Fanny LECLUYSE  
 Distelvinkenerf 10  
 7711 DOTTENIJS  
 ☎ 0478/35 19 16 ✉ [lecluysefanny@hotmail.com](mailto:lecluysefanny@hotmail.com)

### **TRAINER KZK TEAMS / CLUBWERKING / DRYLAND**

Bart DEWULF  
 Leiaarde 28  
 8501 HEULE  
 ☎ 0478/68 01 33 ✉ [bart.dewulf-duck@telenet.be](mailto:bart.dewulf-duck@telenet.be)

### **TRAINER KZK TEAMS / CLUBWERKING / DRYLAND & KRACHT**

Gillian DEWULF  
 Distelvinkenerf 10  
 7711 DOTTENIJS  
 ☎ 0492/08 82 91 ✉ [gillian.dwlf@hotmail.com](mailto:gillian.dwlf@hotmail.com)

### **TRAINER JEUGDWERKING / ZWEMCLUB**

Andrew DERUMEAUX  
 Palmboomlaan 16  
 8500 KORTRIJK  
 ☎ 0475/26 10 60 ✉ [andrewderumeaux@hotmail.com](mailto:andrewderumeaux@hotmail.com)

### **TRAINERS ZWEMCLUB / ZWEMSCHOOL / TITANICS**

Marie-Jeanne DEPRAETERE  
 Oudenaardsesteenweg 233  
 8500 KORTRIJK  
 ☎ 056/22 17 53 ✉ [vteeke@gmail.com](mailto:vteeke@gmail.com)

Heidi VANHAEKE  
 Baronielaan 58  
 8870 IZEGEM  
 ☎ 0473/63 50 73 ✉ [heidivanhaeke@skynet.be](mailto:heidivanhaeke@skynet.be)

Tjorven DEWULF  
 Leiaarde 28  
 8501 HEULE  
 ☎ 0471/ 119664      ✉ [tjorvie.dewulf@hotmail.com](mailto:tjorvie.dewulf@hotmail.com)

Filiep DESMET  
 Steenbrugstraat 206  
 8530 HARELBEKE  
 ☎ 0499/25 63 52      ✉ [gaversbirmaan@gmail.com](mailto:gaversbirmaan@gmail.com)

Daphne JACOBS  
 Steenbrugstraat 206  
 8530 HARELBEKE  
 ☎ 0499/ 25 63 52      ✉ [gaversbirmaan@gmail.com](mailto:gaversbirmaan@gmail.com)

Rudi VERHAEGHE  
 Vliegpleinstraat 6  
 8560 WEVELGEM  
 ☎ 0484/ 66 08 37      ✉ [rudi.verhaeghe@gmail.com](mailto:rudi.verhaeghe@gmail.com)

Ann-Sophie TEERLYNCK  
 Duivenstuk 8  
 8531 BAVIKHOVE  
 ☎ 0498/ 87 08 33      ✉ [descamps.henk@telenet.be](mailto:descamps.henk@telenet.be)

Marloes CHRISTIAENS	☎ 0468 302566	<a href="mailto:marloes.marie@gmail.com">marloes.marie@gmail.com</a>
Thijs MEULEMANS	☎ 0471 726865	<a href="mailto:thijs.meulemans@gmail.com">thijs.meulemans@gmail.com</a>
Annabel CHRISTIAENS	☎ 0468 591239	<a href="mailto:annabel.christiaens@gmail.com">annabel.christiaens@gmail.com</a>
Maegen VERHELLE	☎ 0493 333471	<a href="mailto:andiz-mobiel@hotmail.com">andiz-mobiel@hotmail.com</a>
Axelle DESCAMPS	☎ 0495 779713	<a href="mailto:descamps.axelle2002@gmail.com">descamps.axelle2002@gmail.com</a>
Michael JANART	☎ 0475 750104	<a href="mailto:michael.janart@telenet.be">michael.janart@telenet.be</a>
Thibaut DEBOOSER	☎ 0495 367514	<a href="mailto:thibaut.debooser@hotmail.com">thibaut.debooser@hotmail.com</a>
Lucas VERBRUGGE	☎ 0471 726865	<a href="mailto:lucasverbrugge27@gmail.com">lucasverbrugge27@gmail.com</a>
Robbe VERELZEN	☎ 0475 586830	<a href="mailto:verelzenrobbe@gmail.com">verelzenrobbe@gmail.com</a>
Maike DECOCK	☎ 0492 578297	<a href="mailto:maikedecock1@gmail.com">maikedecock1@gmail.com</a>
Remi DELRUE	☎ 0468 023596	<a href="mailto:remidelrue@hotmail.com">remidelrue@hotmail.com</a>

Andere trainers zijn in opleiding of zijn een opleiding aan het voltooien. Op de website van KZK vind je de meest recente informatie omtrent de trainers, hoewel we daar ook niet alle trainers kunnen vermelden.

## **GROEPEN KZK SPURS**

### **ZWEMSCHOOL**

- \* **Zeesterren** (6-7 jaar / gele badmuts)
- \* **Zeepaardjes** (7 – 8 jaar / groene badmuts)

Toetreden tot de zwemschool kan indien men 50 meter kan zwemmen. Bij nieuwe inschrijvingen wordt steeds een test afgenomen om het niveau te bepalen. Zeesterren zijn startende zwemmertjes, Zeepaardjes zijn zwemmers die de groep Zeesterren doorlopen hebben en een voldoende evaluatie van hun trainer kregen. Spelenderwijze worden de basistechnieken van het zwemmen en de diverse zwemstijlen aangeleerd. Deze trainingen gaan 1 keer per week door.

- \* **Vissen** (8 – 9 jaar / grijze badmuts / 2x per week)

Na de Zeepaarden kan je naar de Vissen, waar de techniek verder verfijnd wordt en ook de basis voor de vlinderslag gelegd wordt. Ook keerpunten en andere technieken komen aan bod. Vissen zwemmen twee keer per week.

### **ZWEMCLUB schoollijn / recreatief zwemmen**

- \* **Karpers** (10- 12 jaar / blauwe badmuts – 2x per week)
- \* **Snoeken** (12+ / blauwe badmuts – 2x per week)

In de zwemclub recreatief zwemmen willen we kinderen verder de kans bieden om zich zwemtechnisch te ontwikkelen, zonder dat er competitie moet gedaan worden.

### **ZWEMCLUB competitielijn**

- \* **Dolfijnen** (zwarte badmuts)
- \* **Orka's** (witte badmuts)

In de zwemclub competitievoorbereiding wordt op twee niveaus verder gewerkt aan de diverse zwemstijlen en aan de basistechnieken van het zwemmen. Leden van de zwemclub dienen verplicht twee keer per week te trainen. Doelstelling is om de zwemmers naar de competitiegroepen te begeleiden.

De **competitiegroepen** starten ten vroegste op 9 jaar (eendjes), maar zeker vanaf de leeftijd van 12 jaar (benjamin). Naargelang de vorderingen die de zwemmers maken, komen ze via de groepen jeugdwerking - na positief advies van de trainers - in de hogere competitiegroepen terecht.

KZK blijft als doelstelling de competitieve sportbeoefening promoten, waarbij niet alleen het provinciale, Vlaamse en Belgische niveau belangrijk is, maar ook de ambitie daarboven (Europees, Wereld, Olympisch) geïmagineerd wordt.

### **COMPETITIEGROEPEN**

- \* Clubwerking 3
- \* Clubwerking 2
- \* Clubwerking 1

- \* Jeugdteam
  - \* KZKteam (waarvan een selectie het A label krijgt)
  - \* KZK T team

### **SPECIALE GROEPEN**

- \* Titanics & Titanics<sup>2</sup>
- \* Titanics Master
- \* Open Water
- \* Studenten KZK

### **SELECTIE MIDDELS RUDOLPHPUNTEN**

Indien een zwemmer minimaal 9 (groot bad) of 11 Rudolphpunten (klein bad) haalt op 1 afstand (50 meter races komen niet in aanmerking!), kan hij/zij toetreden tot het KZK Team.

Voor het KZK T Team dienen minimaal 13 (groot bad) of 15 Rudolphpunten gehaald te worden op 2 afstanden (opnieuw komen 50 meter races niet in aanmerking).

Het KZK Jeugdteam wordt samengesteld door een selectie van de sportieve staf.

## LIMIETTIDEN 2024 – 2025

Voor alle Belgische Kampioenschappen dienen de opgelegde limiettijden vooraf gezwommen te worden in de periode vastgelegd door de Nationale Sportcommissie Zwemmen. Voor het BK Open en het BK 15+ (zomer 2025) moeten de limieten in een 50meter-bad of 25meter-bad gezwommen worden. Ook voor het BK Jeugd (zomer 2025) kunnen de limieten zowel in een 25meter- als een 50meter-bad gezwommen worden. Hiervoor worden limieten opgesteld voor 50meter-bad , alsook gelijkwaardige limieten voor 25meter-bad. Voor het BK korte afstand moeten de limieten vooraf gezwommen worden in een 25meter-bad. Alle limieten moeten controleerbaar zijn via Swimrankings. De KZK-limieten komen dus te vervallen, maar er moeten voor deelname aan welk BK ook minimaal 2 limieten gehaald worden. De ultieme wedstrijd voor KZK om limieten te zwemmen is de Grote Prijs Stad Kortrijk Spurs (3 & 4 mei 2025).

Voor een 'andere' wedstrijd met limieten (bv. buitenlandse wedstrijd), moeten de limieten verbonden aan die specifieke wedstrijd behaald worden!

### INDELING COMPETITIEGROEPEN

<p><b><u>KZK T TEAM</u></b>            CHRISTAENS Jutta            DECOUTERE Imani            DEWULF Gillian</p>	<p><b><u>KZK TEAM*</u></b>            DEBOOSER Thibaut (A)            DECUPERE Alex (A)            DECUPERE Cedric (A)            FEYS Jonah (A)            SANDRA Eva (A)            VERELZEN Robbe (A)</p>	<p><b><u>KZK JEUGDTEAM</u></b>            DECUPERE Laurence            FEYS Farah            GOEMAERE Cyriel            PICEU Seppe            ROMBAUT Céline            VANDEMAELE Egon            VANNESTE Daan</p>
<p><b><u>CW1</u></b>            CAUS Floor            DEBRUYNE Hannes            DEJONCKHEERE Merel</p> <p><b><u>CW1 / student*</u></b>            CHRISTIAENS Annabel            DE MOURA COUTINHO Diogo            VERELZEN Robbe            DELREU Remi            SAMYN Jonas            VERSCHUERE Lucas</p>	<p><b><u>CW2</u></b>            DESODT Felien            DESODT Tibo            LEYNAERT Arne            LEYNAERT Nils            SANDRA Miel            SPILLEBEEN Jutta            THUYLIE Vic            VANDEMAELE Jacob            VERMAUT Celine            VICTOR Sam            VYNCKE Seppe</p>	<p><b><u>CW3</u></b>            DE BAL Lucas            DE CLERCK Clara            LEMAHIEU Liese            LEMAHIEU Lucie            MOENENS Mateo            OLSZEWSKI Maxime            VERSTRAETE Yonah            ZEPHIRIN Astrid</p>

\*(A): deze zwemmers hebben gekozen voor het A-team. De keuze houdt een groot engagement in, het traject voor dit A-team kan afwijken van de andere teams.

\*\*Niet alle studenten hebben reeds een keuze gemaakt of kunnen maken op het moment van publicatie van deze brochure (juli 2024). Zij krijgen de tijd tot 1 oktober 2024 om te beslissen wat ze met hun zwemtoekomst willen doen.

Uiteraard houden we hen héél graag nog in onze rangen en zien we ook al veel studenten (deels) doorstromen naar de trainersstaf!

Student-zwemmers van andere clubs kunnen als niet-vergunninghouder trainen bij KZK.

De selectie voor elke groep wordt beschreven in de convenanten. Een selectie kan gedurende het seizoen veranderen of aangepast worden.

Enkele zwemmers kunnen nog hun keuze aanpassen, op het moment van de publicatie van deze brochure was die keuze nog niet gemaakt.

## **OFFICIALS / AFGEVAARDIGDEN KZK SPURS**

TAK: tijdopnemer / aankomstrecht / keerpuntrecht  
 JP: jurysecretaris provinciaal / JF: jurysecretaris federaal  
 SP: starter / SF: starter federaal  
 K: kamprecht

Officials dienen ook hun aanwezigheid op wedstrijden te bevestigen via de inschrijfmodule op de website. Via het sportsecretariaat wordt de aanwezigheid van officials op wedstrijden gecoördineerd.

Voornaam	Naam	functie
Bart	Dewulf	TAK/JP/SP/K
Isabelle	Vandamme	TAK
Frederique	Christiaens	TAK
Heidi	Vanhaeke	TAK/JP
Rudi	Verhaeghe	TAK
Tom	Debooser	TAK
Eva	De Wasch	TAK
Pedro	Desodt	TAK
Luc	Feys	TAK
Daphne	Jacobs	TAK
Eva	Godefroidt	TAK
Xenia	Desmet	TAK
Dimitri	Goemaere	TAK
Valerie	Haemers	TAK
Isabel	Lecluyse	TAK
Sanni	Persyn	TAK
Diederik	Rombaut	TAK

## **VRIJWILLIGERSCOMITE KZK SPURS**

Het vrijwilligerscomité ondersteunt KZK op diverse evenementen. Concreet betekent dit dat elke ouder zich vrijwillig kan engageren om mee te werken op wedstrijden en evenementen. De coördinatie van die zaken gebeurt door Michaël Janart, Mandy Desnyder, Isabel Lecluyse en Thijs Meulemans.

Heb je een idee? Wil je iets uitwerken? Neem gerust contact op met deze mensen!

Ouders die willen sponsoren of een sponsor kennen kunnen ook steeds contact opnemen met Rosan voor de verdere uitwerking van een duurzame samenwerking ten gunste van KZK.



## **INTERDISCIPLINAIR TEAM KZK SPURS**

### **CLUBARTS**

Er is momenteel geen vaste clubarts verbonden aan KZK Spurs. Elke zwemmer kan zijn/haar dokter raadplegen of een sportarts consulteren. We verwijzen ook naar de samenwerking met AZ Groeninge, waar een zwemmer heel snel een consultatie kan krijgen.

### **INSPANNINGSFYSIOLOOG**

Professor dokter Jan OLBRECHT

### **SCREENING & TESTS**

Team AZ Groeninge  
President Kennedylaan 4  
8500 KORTRIJK  
(Contact via Chantal & Fanny)

### **VELDKINE**

Op afroep

### **VOEDINGSDESKUNDIGE / MENTAL COACH**

Voedingsanalyse en mental coaching gebeuren op afroep of naar noodwendigheid.

## **OMKADERING 2024 - 2025 KZK SPURS**

MEDISCHE TESTS – na beslissing trainersstaf (via AZ Groeninge)

- doktersonderzoeken
- SDE / Spartanova- en isokinetische tests
- bloedonderzoeken & laktaattest

## **ZWEMBAD KZK SPURS**

Zwembad LAGO KORTRIJK WEIDE

Nelson Mandelaplein 19  
8500 KORTRIJK  
056/ 44 11 55  
[kortrijkweide@lago.be](mailto:kortrijkweide@lago.be) / [www.lago.be](http://www.lago.be)

## **TRAININGSUREN KZK SPURS**

<b>Trainingsuren zwembad Lago 2024-2025 droogopwarming en stretching inbegrepen</b>								
		Cw3	Cw2	Cw1	Jeugdteam	KZK-team	KZK-A-team	
ma	Am	/	/	/	/	/	/	
	Pm	16.45-18.15 Chantal	Droog 17.00-17.50 17.45-20.15 Gillian	Droog 17.00-17.50 17.45-20.15 Gillian	Droog 17.00-17.50 17.45-19.45 Fanny	Droog 17.00-17.50 17.45-20.15 Gillian	Droog 17.00-17.50 17.45-20.15 Gillian	
di	Am	/	/	/	/	/	/	
	Pm	/	/	/	/	17.15-19.45 Chantal/Heidi	17.15-19.45 Chantal/Heidi	
wo	Am	/	/	05.50-07.40 Fanny/Gillian droog 14.45-15.45	/	05.50-07.40 Fanny/Gillian droog 14.45-15.45	05.50-07.40 Fanny/Gillian KT 18.30-20.00	
	Pm	17.45-19.45 Andrew	/	15.45-18.15 Bart/Heidi	15.45-18.15 Fanny	15.45-18.15 Bart/Heidi	15.45-18.15 Bart/Heidi	
do	Am	/	/	/	/	05.50-07.40 Fanny/Gillian	05.50-07.40 Fanny/Gillian	
	Pm	/	17.15-18,45 Bart	17.15-19.45 Fanny	16.45-18.45 Bart	17.15-19.45 Fanny	17.15-19.45 Fanny	
vr	Am	/	/	/	/	/	/	
	Pm	18,15-20,15 Andrew	18,15-20,15 Anne-sophie	16.45-19.15 Fanny/Heidi	17.00-19.00 Chantal	16.45-19.15 Fanny/Heidi	16.45-19.15 Fanny/Heidi	
za	Am	07.45-09.15 Droog 09.10-10.10 Heidi	/	07.45-10.15 Droog 10.15-11.15 Bart	07.45-10.15 Droog 10.15-11.15 Fanny	07.45-10.15 Droog 10.15-11.15 Chantal/Gillian	07.45-10.15 KT 10.30-12.00 Chantal/Gillian	
	Pm	/	15.15-17.45 Heidi	15.15-17.45 Heidi	15.15-17.45 Fanny	15.15-17.45 Bart/Gillian	15.15-17.45 Bart/Gillian	
zo	Am	/	/	/	/	/	/	
	Pm	/	/	/	/	/	/	
Totaal		Zwem 5u00 Droog 3u30	Zwem 10u00 Droog 3u20	Zwem 12u Droog 5u50	Zwem 11u30 Droog 5u50	Zwem 15u30 Droog 6u35	Zwem 17u Droog 7u	
		Orka's di 17.00-18.00 do 18.00-19.00 Vr 18.00-19.30						

## **WEDSTRIJDKALENDER (onder voorbehoud van wijzigingen/schrappingen!)**

KZK Kalender 2024-2025									
Datum	Plaats	wedstrijd	Cw3	Cw2	Cw1	Jeugdteam	Studenten	KZK team	KZK A-team
Zo 06/10/24	Meulebeke	400 wedstrijd	x	x	x	x	x	x	x
Za 19/10/24	Brugge	PK korte afstand	x	x	x	x	x	x	x
Zo 20/10/24	Brugge	PK korte afstand	x	x	x	x	x	x	x
Za 26/10/24	Gent	Memorial Antheunis				x	x	x	x
Zo 27/10/24	Gent	Memorial Antheunis				x	x	x	x
Zo 27/10/24	Veurne	Dag 1 Provinciaal criterium	x	x	x				
Zo 03/11/24	Zwevegem	PK lange afstand		x	x	x	x	x	x
Za 09/11/24	Gent	BK klein Bad			selectie		selectie	selectie	x
Zo 10/11/24	Gent	BK klein Bad			selectie		selectie	selectie	x
Ma 11/11/24	Gent	BK klein Bad			selectie		selectie	selectie	x
Za 16/11/24	Diksmuide	VJK Korte baan	selectie	selectie	selectie	selectie		selectie	x
Zo 17/11/24	Diksmuide	VJK Korte baan	selectie	selectie	selectie	selectie		selectie	x
Za 16/11/24	Nijlen	Zn tweedaagse						x	x
Zo 17/11/24	Nijlen	Zn tweedaagse						x	x
Zo 01/12/24	Diksmuide	Dag 2 Provinciaal criterium	x	x	x				
Do 26/12/24	Kortrijk	Laatste kans	x	x	x	x	x	x	x
Zo 05/01/25	Antwerpen	Pepermans	selectie			selectie			
Zo 05/01/25	Ieper	Dag 3 Provinciaal criterium	x	x	x				
Vr 24/01/25	Antwerpen	Vlaamse Jeugd challenge	selectie	selectie		selectie			
Za 25/01/25	Antwerpen	Vlaamse Jeugd challenge	selectie	selectie		selectie			
Zo 26/01/25	Antwerpen	Vlaamse Jeugd challenge	selectie	selectie		selectie			
Za 01/02/25	Antwerpen	Wintercriterium	selectie	selectie	selectie	selectie			
Zo 02/02/25	Antwerpen	Wintercriterium	selectie	selectie	selectie	selectie			
Vr 07/02/25	Antwerpen	Flanders swimming Cup			selectie		selectie	selectie	selectie
Za 08/02/25	Antwerpen	Flanders swimming Cup			selectie		selectie	selectie	selectie
Zo 09/02/25	Antwerpen	Flanders swimming Cup			selectie		selectie	selectie	selectie
Zo 16/02/25	Kortrijk	Clubkampioenschap	x	x	x	x	x	x	x
Za 22/02/25	Gent	Mega Swim meet				x	x	x	x
Zo 23/02/25	Gent	Mega Swim meet				x	x	x	x
Zo 23/02/25	Brugge	Wisselslag E. Vanluchene	x	x	x				
Zo 09/03/25	Diksmuide	Dag 4 Provinciaal criterium	x	x	x				
Za 15/03/25	Brugge	West-vlaanderen sprint	x	x	x				
Za 29/03/25	Antwerpen	ADSR				x		x	x
Zo 30/03/25	Antwerpen	ADSR				x		x	x
Zo 06/04/25	Meulebeke	Dag 5 Provinciaal criterium	x	x	x	x	x		
Vr 25/04/25	Antwerpen	BK Open			selectie		x	x	x
Za 26/04/25	Antwerpen	BK Open			selectie		x	x	x
Zo 27/04/25	Antwerpen	BK Open			selectie		x	x	x
???	Ettelbruck	Internationale wedstrijd	limieten	limieten	limieten	limieten	limieten	limieten	limieten
???	Ettelbruck	Internationale wedstrijd	limieten	limieten	limieten	limieten	limieten	limieten	limieten
Za 03/05/25	Kortrijk	Grote prijs stad Kortrijk	x	x	x	x	x	x	x
Zo 04/05/25	Kortrijk	Grote prijs stad Kortrijk	x	x	x	x	x	x	x
Zo 11/05/25	Zwevegem	West-vlaams criterium finale	selectie	selectie	selectie	selectie	selectie		
???	Eindhoven?	Internationale wedstrijd?							limieten
???	Eindhoven?	Internationale wedstrijd?							limieten
???	Eindhoven?	Internationale wedstrijd?							limieten
Za 17/05/25	Meulebeke	200-wedstrijd	x	x					
Zo 18/05/25	Meulebeke	200-wedstrijd		x	x	x	x	x	x
Zo 01/06/25	Menen	Avondmeeting	x	x	x	x	x	x	x
Vr 11/07/25	??	Zomercriterium	x	x	selectie	selectie			
Za 12/07/25	??	Zomercriterium	x	x	selectie	selectie			
Zo 13/07/25	??	Zomercriterium	x	x	selectie	selectie			
Vr 18/07/25	??	BJK	limieten	limieten		x			
Za 19/07/25	??	BJK	limieten	limieten		x			
Zo 20/07/25	??	BJK	limieten	limieten		x			
Vr 25/07/25	??	BK Open			selectie		x	x	x
Za 26/07/25	??	BK Open			selectie		x	x	x
Zo 27/07/25	??	BK Open			selectie		x	x	x

**DON'T FOLLOW  
YOUR DREAMS,  
CHASE THEM**

## **STAGES 2024 - 2025 KZK SPURS**

### HERFSTVAKANTIE

Trainingen in eigen bad

### KERSTVAKANTIE:

Trainingen in eigen bad én twee dagstages (2 volle dagen, verplichte deelname)

### PAASVAKANTIE

Trainingen in eigen bad

### GROTE VAKANTIE: Oostende en Tenerife La Caleta – plaats en datum onder voorbehoud!

Buitenland van 27/06/2025 tot en met 09/07/2025 (verplicht voor alle deelnemers BJK en BK)

Oostende van 30/06/2025 tot en met 09/07/2025 (verplicht voor alle deelnemers Zomercriterium).

## **STRUCTURELE SAMENWERKING MET ATHENA POTTTELBERG**

Volgend seizoen gaat KZK opnieuw structureel samenwerken met Athena Potttelberg, die een specialisatie zwemmen aanbieden. Deze unieke samenwerking zal zich vertalen in een sportieve ondersteuning vanwege KZK enerzijds, anderzijds in een aanbod vanwege Athena Potttelberg voor leerlingen die deze specialisatie volgen. Meer nieuws via de website!

## **SCHOLENCONVENANT KZK SPURS**

Diverse scholen

KZK heeft convenanten afgesloten met diverse scholengroepen of is bereid om dit te doen.

Alle contacten in verband met stages, wedstrijden, afwezigheden, ... gebeuren via het secretariaat. Deze convenanten bestaan naast de bevoorrechte samenwerking met Athena Potttelberg.

## **COMMUNICATIE KZK SPURS / AFSPRAKEN 2024 – 2025**

### *AFSPRAKEN*

Het interne reglement van KZK regelt de onderlinge verhoudingen in de club. Door lid te worden van KZK aanvaardt men het interne reglement. Het handboek van KZK beschrijft onze filosofie.

KZK staat voor hoffelijkheid, sportiviteit en respect!

Een KZK-zwemmer:

- komt steeds op tijd op training (tenzij met een geldige reden)
- groet steeds de trainer(s) bij aankomst en vertrek
- is hoffelijk en eerbiedig met de mensen in zijn/haar omgeving
- draagt te allen tijde Speedo-kledij
- zorgt voor voldoende (sport)drank tijdens de training en (eventueel) sportvoeding
- werkt zijn/haar training correct af
- draagt zorg voor de onzichtbare training (rust, voeding, ...)
- is steeds een ambassadeur/ambassadrice van zijn club
- volgt de afspraken die specifiek voor hem/haar gemaakt werden
- verwittigt de trainer wanneer hij/zij afwezig is
- GSM verdwijnt vanaf toegang tot het zwembad en komt weer boven bij het verlaten er van!

## **SELECTIES 2024 - 2025 KZK SPURS**

### ***SWIM ACADEMY***

De Swim Academy (voorheen Future Team) is een provinciale selectie van beloftevolle (jongere) zwemmers. Jongens (11/12/13) en meisjes (11/12/13) worden daar op bepaalde selectiedagen begeleid.

### ***TALENT DEVELOPMENT TEAM***

Dit team is een ander project van de Zwemfed. De belangrijkste doelstelling van dit team is talentvolle jongeren (meisjes 14/15 en jongens 14/15/16) te ondersteunen in hun verdere ontwikkeling naar mogelijke topsport.

De nadruk in de begeleiding ligt voornamelijk in het opvolgen en verbeteren van:

- de zwemtechnische vaardigheden
- de fysieke en fysiologische belastbaarheid

## **SPONSORS KZK SPURS**

KZK kan rekenen op diverse trouwe sponsors. Via Rosan Hinnekens, verantwoordelijke Marketing, kom je te weten hoe en in welke mate je KZK kunt ondersteunen!

KZK dankt - in naam van alle zwemmers - haar sponsors!

Bij bepaalde sponsors is er een return op de aankopen die door de leden gebeuren. Dat is zeker zo bij De Kameleon en Brillart Heule. Het is superbelangrijk om de tickets hiervan te laten afstempelen en bij Rosan te bezorgen!

Ken je een sponsor die een duurzame ondersteuning ten gunste van KZK wil realiseren? Neem dan zeker contact op met Rosan voor de uitwerking van een overeenkomst.

**IT TAKES**  
*teamwork*  
*to make a*  
**DREAM**  
**WORK**