



ZWEMBOND VOOR ROTTERDAM EN OMSTREKEN

December 2009

Geachte Zwemcommissie,

Hierbij treft u versie 3 van de bepalingen aan van de in 2009-2010 te zwemmen ZRO-competitie met de indeling voor de wedstrijden 3, 4 en 5 van de competitie.

Ik wil u nogmaals wijzen op het onderdeel Organisatie Schema ZRO wedstrijden in Bijlage D, omdat het vaak voor de organiserende verenigingen onduidelijk is welke taak zij hebben.

Ook wil ik graag uw aandacht voor het inschrijven: geen extra series (maximaal 3) en extra zwemmers BM zetten.

Met vriendelijke groet,

Geerdien Meerwaldt
Kring zwemcommissie
meerwaldt2004@planet.nl



INHOUDSOPGAVE

BEPALINGEN	3
Ploegen	3
Aantal deelnemers	3
Persoonlijke nummers en estafettes	3
Startmethode	3
Startgelden	3
Inzwemmen	3
Inschrijven	4
Regels voor het inschrijven	4
Organiserende verenigingen	4
Het maken van het programma	5
Het verwerken van de tijden	5
Toegangspreizen	5
Verplichte levering tijdwaarnemers/keerpuntcommissarissen	5
Deelname van zwemmers in een andere afdeling	5
Puntentelling	6
Boetebepaling	6
Vervangende tijden	6
Algemeen	7
BIJLAGE A; Wedstrijdprogramma's	8
Programma wedstrijden 1 en 2, alle ploegen	8
Programma wedstrijden 3, 4 en 5 ZRO-A	9
Programma wedstrijden 3, 4 en 5 ZRO-B	10
Programma wedstrijden 3, 4 en 5 ZRO-C	11
Programma wedstrijden 3, 4 en 5 ZRO-D en E	12
BIJLAGE B; Indeling poules	13
BIJLAGE C; Aanstelling juryleden door verenigingen	18
BIJLAGE D; Organisatieschema ZRO-wedstrijden	19
Medewerkers (M/V):	19
Mee te nemen materiaal	20
Catering	20
Drukwerk wat vooraf gemaakt dient worden	20



BEPALINGEN

Ploegen

- Het is toegestaan om met meerdere ploegen van 1 vereniging uit te komen, de snelste ploeg dient dan als ploeg 1 te worden ingeschreven.
- Wisselen van zwemmers tussen deze ploegen is gedurende het seizoen niet toegestaan, behoudens het plaatsen van twee zwemmers van een lagere naar een hogere ploeg, zoals hieronder wordt beschreven.

Aantal deelnemers

- Per programmanummer mogen drie deelnemers worden ingeschreven (hierdoor zijn er dus maximaal 3 series per programma)
 - Op de 400m wisselslag en de 200m vlinderslag mogen 2 deelnemers worden ingeschreven.
- Bij estafettenummers één team per ploeg.
- Er mogen reservezwemmers worden opgegeven, zodat in geval van onvolledige series de lege banen opgevuld kunnen worden. Hierbij geldt dat de snelste reserve het eerste wordt ingezet.
 - **Een reserve die toch mag zwemmen wordt automatisch BM gezet door de organiserende vereniging.**
- Het is in de gehele competitie niet toegestaan series bij te maken.
- Er wordt gezwommen volgens de K.N.Z.B.-reglementen, zodat men vrij is een lid meerdere malen in te zetten met een maximum van 3 persoonlijke starts en met inachtneming van de bepalingen ten aanzien van de leeftijdsgroep van de deelnemer.
- Het is gedurende de gehele competitie niet toegestaan om een deelnemer in te zetten met een dagstartvergunning.

Persoonlijke nummers en estafettes

- Indien men een persoonlijk nummer voor een bepaalde vereniging heeft gezwommen, of deel heeft uitgemaakt van de estafetteploeg, mag men niet meer deelnemen in een andere vereniging, ongeacht de zwemslag.
- Een vereniging mag tijdens de competitie twee deelnemers van een lagere ploeg/afdeling naar een hogere plaatsen. Dit moet tenminste drie weken voor de betreffende wedstrijd schriftelijk gemeld zijn bij het secretariaat van de ZRO zwemcommissie.
- Indien niet voldoende deelnemers voor de estafette in de 1^o ploeg voorhanden zijn, mag TEN HOOGSTE één zwemmer worden opgesteld uit de 2^o ploeg, die dan niet als lid van de 1^o ploeg zal worden aangemerkt.

Samengevat:

- Een deelnemer komt voor de gehele competitie uit in de 1e ploeg/afdeling.
- Eenmaal gestart in de 1^o ploeg houdt in, dat men voor de gehele competitie een lid is van de 1^o ploeg, ongeacht de zwemslag.
- Enige uitzondering hierop is de eventuele vierde zwemmer van de estafette, die deel uit kan blijven maken van de 2^o ploeg

Startmethode

Bij de eerste twee wedstrijden en daarna in de A-afdeling wordt de 1-startprocedure toegepast. In alle overige afdelingen de 2-startprocedure in de wedstrijden 3, 4 en 5.

Startgelden

Voor de starts zullen de voor dit jaar vastgestelde bedragen via de depotrekening van de vereniging in rekening worden gebracht.

Inzwemmen

Tijdens het inzwemmen gelden de volgende regels:



ZWEMBOND VOOR ROTTERDAM EN OMSTREKEN

- een ploeg mag het wedstrijdbad pas in als de ploegleiding aanwezig is
- te water gaan en het bassin verlaten gebeurt uitsluitend via de trappen of aan de kopse kanten van het zwembad
- het eerste kwartier mag er niet worden gedoken en geen gebruik worden gemaakt van de startblokken. Deze worden afgezet met een pion of een stoel.
- Het laatste kwartier kunnen de 2 **buitenste** banen gebruikt worden als sprintbanen. Uitsluitend in deze banen mag dan het startblok worden gebruikt en alleen in 1 richting. Ook dan moet het bad aan de niet startzijde worden verlaten.
- **Zwemmers die zich niet houden aan de regels voor het inzwemmen kunnen na een waarschuwing bij herhaalde overtreding worden uitgesloten van deelname aan de wedstrijd.**

Inschrijven

- Voor het inschrijven wordt gebruik gemaakt van een computerprogramma (SPLASH/HUPPROG).
- Bij de inschrijving dient tevens een lijst geleverd te worden van de deelnemers, alsmede de ploegleiders. Inschrijvingen worden per e-mail gedaan.
- Alle inschrijvingen in **LENEX** formaat

Regels voor het inschrijven

- De verenigingen zorgen dat uiterlijk 10 dagen vóór de wedstrijd hun inschrijving bij het secretariaat van de zwemcommissie van de organiserende vereniging is.
- Dit adres staat vermeld bij het betreffende programma.
- Tenzij anders vermeld kunnen wijzigingen tot uiterlijk dinsdag vóór de wedstrijd (20.00 uur) worden doorgegeven naar het genoemde adres, per E-mail.
- De organiserende vereniging bevestigt de ontvangst van de afmeldingen.
- Als u geen wijzigingen heeft, **dient u dit ook door te geven.**
- Afmeldingen 24 uur voor aanvang van de wedstrijd dienen te worden opgestuurd aan de vereniging die naast de ZRO, mede organisatie heeft, bij voorkeur per e-mail. **Let erop dat 24 uur ook 24 uur is.** Wat later binnenkomt wordt terzijde gelegd
- Wijzigingen dienen schriftelijk **UITERLIJK 20 MINUTEN** voor aanvang van de wedstrijd bij het jurysecretariaat aanwezig te zijn (indien mogelijk eerder). **Dit zal strikt worden gehandhaafd.**
- Als bij een wijziging een BM van een deelnemer vervalt, dan dient de vereniging dit zelf aan te geven.

Organiserende verenigingen

- De wedstrijden worden georganiseerd door 2 verenigingen, zie BIJLAGE D; Organisatieschema ZRO-wedstrijden
- De eerst genoemde vereniging in de overzichten verzorgt punt 1, Badopbouw. De tweede vereniging draagt zorg voor de overige zaken genoemd in BIJLAGE D; Organisatieschema ZRO-wedstrijden.
- Als één van de genoemde verenigingen personele problemen heeft, dient als eerste contact opgenomen te worden met de mede organiserende vereniging.



Het maken van het programma

- De organiserende vereniging maakt met behulp van de inschrijvingen het programma.
- De startkaarten worden geprint op papier van tenminste 120 gram. Dit voorkomt fouten en ergernis bij tijdwaarnemers en jurysecretariaat.
- Tevens dienen de kamprechterskaarten in een afwijkende papierkleur geprint te worden.
- Op het voorblad moeten de deelnemende verenigingen staan en de stand van de competitie, met uitzondering van de eerste wedstrijd, dan alleen de deelnemende verenigingen.
- Het juryblad wordt door de Kring Official Commissie aan de organiserende vereniging gestuurd. De organiserende vereniging moet dit invoeren in SPLASH/HUPPROG
- De organiserende vereniging zorgt ervoor dat de scheidsrechter het volledige programma krijgt toegestuurd.
- De organiserende vereniging uit de afdeling die in een 8-banenbad zwemt zorgt voor 130 programma's.
- De organiserende vereniging uit de B,C en D afdelingen zorgt voor 90 programma's; Voor de E - afdeling zijn 70 programma's voldoende.
- Deze programma's zijn bestemd voor de jury (25 c.q. 20 maal enkelzijdig); de overige mogen dubbelzijdig voor de ploegleiding (2 per ploeg) en voor de verkoop
- De organiserende vereniging stuurt het programma ter controle naar de overige verenigingen in de poule.

Het verwerken van de tijden

- De organiserende vereniging zorgt er voor dat tijdens de wedstrijd de gezwommen tijden op de computer worden verwerkt. Deze uitslag wordt door de jury gecontroleerd en door de scheidsrechter goedgekeurd, waarna het als Proces Verbaal naar de KNZB, de Kring en de tellers wordt verstuurd. Het Lenex uitslagbestand wordt naar de deelnemende verenigingen, de tellers, de tijdenregistratie en de KNZB gestuurd.

Toegangsprijzen

- De toegangsprijs voor de ZRO-competitie wedstrijden bedraagt € 1,50 inclusief programma.
- Kinderen t/m 12 jaar gratis.
- KNZB-officials hebben op vertoon van een geldige official-legitimatiekaart gratis toegang; een programma voor hen kost € 0,50.

Verplichte levering tijdwaarnemers/keerpuntcommissarissen

- Elke vereniging die aan een Z.R.O.-competitie deelneemt is verplicht om volgens het bijgevoegde schema "aanstelling juryleden door de verenigingen" tijdwaarnemers/keerpuntcommissarissen te leveren. (Bijlage C)
- De overige bepalingen hierover treft u eveneens aan in de bijlage.
- Indien een vereniging tussentijds aangeeft zich terug te trekken uit de competitie, dient zij wel aan de verplichtingen te blijven voldoen.

Deelname van zwemmers in een andere afdeling

- Het is toegestaan dat deelnemers buiten mededinging (BM) deelnemen in een andere afdeling ten einde een limiettijd te behalen voor de winter- of zomerkampioenschappen.
B.v. een A-zwemmer kan in een andere afdeling op een 25m baan BM deelnemen. Ook kan een zwemmer BM deelnemen aan een wedstrijd op een 50m baan voor het behalen van een limiet voor de Ned. of andere kampioenschappen.
Echter de programma's zijn zo gepland, dat het niet mogelijk is hiervoor extra series toe te voegen.
- Bij overschrijving naar een andere vereniging kan in de ZRO competitie alleen nog BM bij de nieuwe vereniging worden gezwommen, tenzij men voor de oude vereniging niet aan de competitie heeft deelgenomen.



Puntentelling

- Op ieder programmanummer mag men starten met het aantal deelnemers zoals eerder in de bepalingen vermeld.
- Voor de puntentelling wordt gehanteerd:
 - de gezamenlijke tijd van de twee snelste zwemmers per vereniging.
 - Start men met één deelnemer, dan telt die tijd + de slechtst genoteerde tijd, die voor de puntentelling in aanmerking komt.
Als straf komt daarboven opgeteld drie seconden per 50 meter met een maximum van 9 seconden.
 - Als een zwemmer gediskwalificeerd wordt, dan wordt bij die tijd 3 seconden per 50 meter, met een maximum van 9 seconden, opgeteld. Is deze tijd (incl. strafseconden) sneller dan de 1e of 2e tijd zonder diskwalificatie die voor de puntentelling in aanmerking zou komen, dan wordt toch die tijd gebruikt bij de puntentelling.
 - Wanneer men in het geheel niet op het betreffende nummer start, dan wordt 2x de slechtst genoteerde tijd (die voor de puntentelling in aanmerking komt) genomen met 2x de genoemde strafbepaling.
- De plaatsing in het verloop van de competitie is aan de hand van de hoeveelheid punten na de eerste twee wedstrijden.
 - De ploegen 1 t/m 8 met het minst aantal punten zwemmen de laatste drie wedstrijden in de A poule
 - de ploegen 9 t/m 13 in de B poule
 - de ploegen 14 t/m 19 in de C poule
 - de ploegen 20 t/m 25 in de D poule
 - de overigen in de E poule
 - er zijn minimaal 5 verenigingen per poule zijn
- Voor de uiteindelijke puntentelling in de competitie tellen alle 5 de wedstrijden mee.
- De vereniging met het minst aantal punten (na 5 wedstrijden) in de A is de ZRO-competitiewinnaar.
- De verenigingen met het minst aantal punten (na 5 wedstrijden) in de overige poules zijn afdelingswinnaar.

Boetebepaling

Indien een vereniging een lid laat uitkomen, dat blijkt niet gerechtigd te zijn in die wedstrijd uit te komen, zal dat worden beboet met een geldboete van € 5,00 voor de eerste maal, € 7,50 voor de tweede maal en € 12,50 voor iedere volgende maal, waarbij een estafetteploeg als één overtreding zal worden aangemerkt.

Hieronder vallen ook:

- het niet in acht nemen van de overschrijvingsbepalingen, zoals deze vermeld staan op het overschrijvingsformulier: Indien men bij de oude vereniging aan een lopende competitie met promotie/degradatie regeling heeft deelgenomen mag men bij overschrijving niet voor de nieuwe vereniging in deze lopende competitie uitkomen, waarbij de gehele ZRO als één geheel wordt beschouwd.
- meer dan 3 persoonlijke starts van een deelnemer.

De prestatie van de deelnemer c.q. de estafetteploeg zal dan niet in de puntentelling worden meegeteld. Er wordt van uitgegaan dat iedere vereniging in staat is een dusdanige administratie te voeren dat niet gerechtigd uitkomen kan worden voorkomen.

Vervangende tijden

Indien een vereniging een zwemmer niet kan opstellen omdat deze deelneemt aan een wedstrijd of een training op uitnodiging van de KNZB, dan kan een verzoek worden ingediend bij de zwemcommissie om gebruik te mogen maken van een vervangende tijd. Dit verzoek dient tenminste 3 weken voor de betreffende wedstrijd te worden gedaan.



ZWEMBOND VOOR ROTTERDAM EN OMSTREKEN

Deze regeling geldt ook voor zwemmers die ivm deelname aan het NK masters niet kunnen worden opgesteld.

De zwemcommissie wil van de vereniging die meent aanspraak te kunnen maken op een vervangende tijd, een kopie van de brief van de uitnodiging van de KNZB ontvangen plus de vervangende tijd.

Voor een wedstrijd in een 50m bad dient de vervangende tijd in een 50m bad te zijn gezwommen. Indien deze tijd niet beschikbaar is, kan worden volstaan met een 25m tijd, maar dan wordt per 100 meter 3 seconden bijgeteld. De vervangende tijd dient aantoonbaar in het half jaar voorafgaande aan de wedstrijd gezwommen zijn. Deze gegevens moeten worden gestuurd naar de persoon die de ZRO tijdenregistratie beheert (E. Catsburg). Deze controleert de opgegeven tijd en geeft dit door aan de organiserende vereniging die het programma maakt. Deze vereniging meldt de vervangende tijd in het programma, waarna deze zondig voor de puntentelling kan worden gebruikt.

Vervangende tijden kunnen **alleen** worden gebruikt in de leeftijdsgroep van de betreffende zwemmer. Indien de bovenstaande weg niet bewandeld wordt, dan zal de vervangende tijd **niet** in de puntentelling worden gebruikt.

Opgave van een vervangende tijd wordt gezien als inschrijving van een deelnemer, zodat er dan nog maar 2 andere zwemmers mogen starten.

Algemeen

De zwemcommissie van de Z.R.O. behoudt te allen tijde het recht wijzigingen aan te kunnen brengen indien daar reden voor is. Hiervan ontvangt u tijdig bericht. Deelnemen aan de Z.R.O.-competitie betekent dat men akkoord gaat met de bepalingen en deze dan ook zonder protest zal naleven bij een eventuele overtreding. Daar waar deelnemer wordt gelezen, wordt tevens deelnemster bedoeld. Verder wenst de zwemcommissie van de Z.R.O. u een sportieve strijd toe in deze competitie.



BIJLAGE A; Wedstrijdprogramma's

Programma wedstrijden 1 en 2, alle ploegen

Wedstrijd 1		Wedstrijd 2	
1	4x50m wisselslag m jeugd 2el	25	4x50m vrije slag m jeugd 2el
2	4x50m vrije slag j jun 4 el	26	4x50m wisselslag j jun 4el
3	100m rugslag dames	27	200m vrije slag dames
4	100m rugslag heren	28	200m vrije slag heren
5	100m schoolslag m jun 1el	29	100m vrije slag m jun 1el
6	100m schoolslag j min 6el	30	100m vrije slag j min 6el
7	50m vlinder dames sen 2el	31	200m wissel dames sen 2el
8	50m vlinder j jeugd 2el	32	200m wissel j jeugd 2el
9	100m vrije slag m jun 3el	33	100m wisselslag m jun 3el
10	100m vrije slag j jun 2el	34	100m wisselslag j jun 2el
11	100m vrij m jeugd 2el	35	50m vrije slag m jeugd 2el
12	100m vrij j jun 4el	36	50m vrij j jun 4el
13	200m wissel dames	37	100m vlinder dames
14	200m wissel heren	38	100m vlinder heren
15	50m rugslag m jun1el	39	50m schoolslag m jun 1el
16	50m rugslag j min 6el	40	50m schoolslag j min 6el
17	200m vrije slag dames sen 2el	41	100m rugslag dames sen 2el
18	200m vrije slag j jeugd 2el	42	100m rugslag j jeugd 2el
19	100m schoolslag m jun 3el	43	50m rugslag m jun 3el
20	100m schoolslag j jun 2el	44	50m rugslag j jun 2el
21	50m vlinder m jeugd 2el	45	100m wisselslag m jeugd 2el
22	50m vlinder j jun 4el	46	100m wisselslag j jun 4el
23	4x50m vrije slag dames	47	4x50m wisselslag dames
24	4x50m wisselslag heren	48	4x50m vrije slag heren



ZWEMBOND VOOR ROTTERDAM EN OMSTREKEN

Programma wedstrijden 3, 4 en 5 ZRO-A

Wedstrijd 3		Wedstrijd 4		Wedstrijd 5	
49	4x50m vrije slag mjun1el/j min 6el	72	4x50m vrije slag m jun 3el	96	4x50m wisselslag mix mjun 1el/ j min6el
50	50m rugslag dames sen 2el	73	4x50m vrije slag j jun 2el	97	8x50m wisselslag d/h
51	50m rugslag j jeugd 2el	74	400m wisselslag dames	98	50m rugslag m jeugd 2el
52	100m vrije slag dames	75	200m vlinderslag heren	99	50m rugslag j jun 4el
53	100m vrije slag heren	76	50m vrije slag m jun 1el	100	100m vlinder dames sen 2el
54	100m vlinderslag m jun 3el	77	50m vrije slag j min 6el	101	100m vlinderslag j jeugd 2el
55	100m vlinderslag j jun 2el	78	50m school m jeugd 2el	102	100m vrije slag m jun 3el
56	100m rugslag m jeugd 2el	79	50m school j jun 4el	103	100m vrije slag j jun 2el
57	100m rugslag j jun 4el	80	100m school dames sen 2el	104	200m vlinder dames
58	200m school dames sen 2el	81	100m school j jeugd 2el	105	400m wisselslag heren
59	200m schoolslag j jeugd 2el	82	200m rugslag m jun 3el	106	200m wisselslag m jun 1el
60	100m rugslag m jun 1el	83	200m rugslag j jun 2el	107	200m wisselslag j min 6el
61	100m rugslag j min 6el	84	50m vrije slag dames	108	100m vrije slag dames sen 2el
62	100m rugslag m jun 3el	85	50m vrije slag heren	109	100m vrije slag j jeugd 2el
63	100m rugslag j jun 2el	86	100m vlinderslag m jun 1el	110	100m schoolslag dames
64	50m schoolslag dames	87	100m vlinderslag j min 6el	111	100m schoolslag heren
65	50m schoolslag heren	88	50m vrije slag dames sen 2el	112	100m schoolslag m jeugd 2el
66	100m vlinder m jeugd 2el	89	50m vrije slag j jeugd 2el	113	100m schoolslag j jun 4el
67	100m vlinder j jun 4el	90	200m vrij m jeugd 2el	114	50m schoolslag m jun 3el
68	50m vlinder m jun 1el	91	200m vrij j jun 4el	115	50m schoolslag j jun 2el
69	50m vlinder j min 6el	92	50m vrije slag m jun 3el	116	4x50m vrije slag m jun1el/j min 6el
70	4x50m wissel dames sen 2el	93	50m vrije slag j jun 2el	117	8x50m vrije slag d/h
71	4x50m wissel j jeugd 2el	94	4x50m wissel dames		
		95	4x50m wissel heren		

Bij de 200m vlinderslag en de 400m wisselslag mogen 2 zwemmers worden opgesteld, die beiden meetellen in de puntentelling. Bij de estafettes wordt met m/j (of d/h) bedoeld dat de volgorde als volgt is: m-j-m-j-m-etc. (of d-h-d-h-d-etc.). Echter: voor de minioren 6el wisselslag mix estafette mag de vereniging zelf de volgorde bepalen met dien verstande dat er 2 jongens en 2 meisjes zwemmen.

De volgorde van de 8x50m wisselslag estafette: ru-ru-ss-ss-vl-vl-vr-vr.



ZWEMBOND VOOR ROTTERDAM EN OMSTREKEN

Programma wedstrijden 3, 4 en 5 ZRO-B

Wedstrijd 3		Wedstrijd 4		Wedstrijd 5	
49	4x50m vrije slag m jun 1el/j min 6el	72	4x50m vrije slag m jun 3el	96	4x50m wisselslag m jun 1el/j min 6el
50	50m rugslag dames sen 2el	73	4x50m vrije slag j jun 2el	97	8x50m wisselslag d/h
51	50m rugslag j jeugd 2el	74	400m wisselslag dames	98	50m rugslag m jeugd 2el
52	100m vrije slag dames	75	100m wisselslag heren	99	50m rugslag j jun 4el
53	100m vrije slag heren	76	50m vrije slag m jun 1el	100	100m vlinderslag dames sen 2el
54	50m vlinderslag m jun 3el	77	50m vrije slag j min 6el	101	100m vlinderslag j jeugd 2el
55	50m vlinderslag j jun 2el	78	50m school m jeugd 2el	102	200m vrije slag m jun 3el
56	100m rugslag m jeugd 2el	79	50m school j jun 4el	103	200m vrije slag j jun 2el
57	100m rugslag j jun 4el	80	100m school dames sen 2el	104	100m wisselslag dames
58	200m schoolslag dames sen 2el	81	100m school j jeugd 2el	105	400m wisselslag heren
59	200m schoolslag j jeugd 2el	82	200m rugslag m jun 3el	106	100m wisselslag m jun1el
60	100m rugslag m jun1 el	83	200m rugslag j jun 2el	107	100m wisselslag j min 6el
61	100m rugslag j min 6el	84	50m vrije slag dames	108	100m vrijeslag dames sen 2el
62	100m rugslag m jun 3el	85	50m vrije slag heren	109	100m vrije slag j jeugd 2el
63	100m rugslag j jun 2el	86	100m vlinderslag m jun1el	110	100m schoolslag dames
64	50m schoolslag dames	87	100m vlinderslag j min 6el	111	100m schoolslag heren
65	50m schoolslag heren	88	50m vrije slag dames sen 2el	112	100m schoolslag m jeugd 2el
66	100m vlinder m jeugd 2el	89	50m vrije slag j jeugd 2el	113	100m schoolslag j jun 4el
67	100m vlinder j jun 4el	90	200m vrij m jeugd 2el	114	50m schoolslag m jun 3el
68	50m vlinder m jun 1el	91	200m vrij j jun 4el	115	50m schoolslag j jun 2el
69	50m vlinder j min 6el	92	50m vrije slag m jun 3el	116	4x50m vrije slag m jun 1el/ j min 6el
70	4x50m wissel dames sen 2el	93	50m vrije slag j jun 2el		
71	4x50m wissel j jeugd 2el	94	4x50m wissel dames	117	8x50m vrije slag d/h
		95	4x50m wissel heren		

Opmerkingen: Bij de 400m wisselslag mogen 2 zwemmers worden opgesteld, die beiden meetellen in de puntentelling.

- Bij de estafettes wordt met m/j (of d/h) bedoeld dat de volgorde als volgt is: m-j-m-j-m-etc. (of d-h-d-h-d-etc.). **Echter:** voor de minioren 6el wisselslag mix estafette mag de vereniging zelf de volgorde bepalen met dien verstande dat er 2 jongens en 2 meisjes zwemmen
- De volgorde van de 8x50m wisselslag estafette: ru-ru-ss-ss-vl-vl-vr-vr.



ZWEMBOND VOOR ROTTERDAM EN OMSTREKEN

Programma wedstrijden 3, 4 en 5 ZRO-C

Wedstrijd 3		Wedstrijd 4		Wedstrijd 5	
49	4x50m vrije slag m jun 1el/j min 6el	72	4x50m vrije slag m jun 3el	96	4x50m wisselslag mix m jun 1el/j min 6el
50	50m rugslag dames sen 2el	73	4x50m vrije slag j jun 2el	97	8x50m wisselslag d/h
51	50m rugslag j jeugd 2el	74	200m wisselslag dames	98	50m rugslag m jeugd 2el
52	100m vrije slag dames	75	200m wisselslag heren	99	50m rugslag j jun 4el
53	100m vrije slag heren	76	50m vrije slag m jun1el	100	100m vlinder dames sen 2el
54	50m vlinderslag m jun 3el	77	50m vrije slag j min 6el	101	100m vlinderslag j jeugd 2el
55	50m vlinderslag j jun 2el	78	50m school m jeugd 2el	102	200m vrije slag m jun 3el
56	100m rugslag m jeugd 2el	79	50m school j jun 4el	103	200m vrije slag j jun 2el
57	100m rugslag j jun 4el	80	100m school dames sen 2el	104	100m rugslag dames
58	200m schoolslag dames sen 2el	81	100m school j jeugd 2el	105	100m rugslag heren
59	200m schoolslag j jeugd 2el	82	100m rugslag m jun 3el	106	100m wisselslag m jun 1el
60	50m rugslag m jun1el	83	100m rugslag j jun 2el	107	100m wisselslag j min 6el
61	50m rugslag j min 6el	84	50m vrije slag dames	108	100m vrije slag dames sen 2el
62	100m rugslag m jun 3el	85	50m vrije slag heren	109	100m vrije slag j jeugd 2el
63	100m rugslag j jun 2el	86	50m vlinderslag m jun1el	110	100m schoolslag dames
64	50m schoolslag dames	87	50m vlinderslag j min 6el	111	100m schoolslag heren
65	50m schoolslag heren	88	50m vrije slag dames sen 2el	112	100m schoolslag m jeugd 2el
66	100m vlinder m jeugd 2el	89	50m vrije slag j jeugd 2el	113	100m schoolslag j jun 4el
67	100m vlinder j jun 4el	90	200m vrij m jeugd 2el	114	50m schoolslag m jun 3el
68	50m vlinder m jun1el	91	200m vrij j jun 4el	115	50m schoolslag j jun 2el
69	50m vlinder j min 6el	92	50m vrije slag m jun 3el	116	4x50m vrije slag m jun1el/j min 6el
70	4x50m wissel dames sen 2el	93	50m vrije slag j jun 2el	117	8x50m vrije slag d/h
71	4x50m wissel j jeugd 2el	94	4x50m wissel dames		
		95	4x50m wissel heren		

- Bij de estafettes wordt met m/j (of d/h) bedoeld dat de volgorde als volgt is: m-j-m-j-m-etc. (of d-h-d-h-d-etc.).
- Echter in de programma's 96 en 116 mag in elke mogelijke combinatie van jongens en meisjes worden gezwommen.
- De volgorde van de 8x50m wisselslag estafette: ru-ru-ss-ss-vl-vl-vr-vr.



ZWEMBOND VOOR ROTTERDAM EN OMSTREKEN

Programma wedstrijden 3, 4 en 5 ZRO-D en E

Wedstrijd 3		Wedstrijd 4		Wedstrijd 5	
49	4x50m vrije slag m min1el/j min 6el	72	4x50m vrije slag m jun 3el	96	4x50m wisselslag m jun1el/j min 6el
50	50m rugslag dames sen 2el	73	4x50m vrije slag j jun 2el	97	8x50m wisselslag d/h
51	50m rugslag j jeugd 2el	74	100m wisselslag dames	98	50m rugslag m jeugd 2el
52	100m vrije slag dames	75	100m wisselslag heren	99	50m rugslag j jun 4el
53	100m vrije slag heren	76	50m vrije slag m jun 1el	100	100m vlinderslag dames sen 2el
54	50m vlinderslag m jun 3el	77	50m vrije slag j min 6el	101	100m vlinderslag j jeugd 2el
55	50m vlinderslag j jun 2el	78	50m school m jeugd 2el	102	200m vrije slag m jun 3el
56	100m rugslag m jeugd 2el	79	50m school j jun 4el	103	200m vrije slag j jun 2el
57	100m rugslag j jun 4el	80	100m school dames sen 2el	104	100m rugslag dames
58	200m schoolslag dames sen 2el	81	100m school j jeugd 2el	105	100m rugslag heren
59	200m schoolslag j jeugd 2el	82	100m rugslag m jun 3el	106	100m wisselslag m jun 1el
60	50m rugslag m jun 1el	83	100m rugslag j jun 2el	107	100m wisselslag j min 6el
61	50m rugslag j min 6el	84	100m schoolslag dames	108	100m vrije slag dames sen 2el
62	100m rugslag m jun 3el	85	100m schoolslag heren	109	100m vrije slag j jeugd 2el
63	100m rugslag j jun 2el	86	50m vlinderslag m jun 1el	110	100m schoolslag dames
64	50m schoolslag dames	87	50m vlinderslag j min 6el	111	100m schoolslag heren
65	50m schoolslag heren	88	50m vrije slag dames sen 2el	112	100m schoolslag m jeugd 2el
66	100m vlinder m jeugd 2el	89	50m vrije slag j jeugd 2el	113	100m schoolslag j jun 4el
67	100m vlinder j jun 4el	90	200m vrij m jeugd 2el	114	50m schoolslag m jun 3el
68	50m vlinder m jun 1el	91	200m vrij j jun 4el	115	50m schoolslag j jun 2el
69	50m vlinder j min 6el	92	50m vrije slag m jun 3el	116	4x50m vrije slag m jun1el/ j min 6el
70	4x50m wissel dames sen 2el	93	50m vrije slag j jun 2el		
71	4x50m wissel j jeugd 2el	94	4x50m wissel dames	117	8x50m vrije slag d/h
		95	4x50m wissel heren		

- Bij de estafettes wordt met m/j (of d/h) bedoeld dat de volgorde als volgt is: m-j-m-j-m-etc. (of d-h-d-h-d-etc.).
- Echter in de programma's 96 en 116 mag in elke mogelijke combinatie van jongens en meisjes worden gezwommen.
- De volgorde van de 8x50m wisselslag estafette: ru-ru-ss-ss-vl-vl-vr-vr.



ZWEMBOND VOOR ROTTERDAM EN OMSTREKEN

BIJLAGE B; Indeling poules

Poule indeling wedstrijd 1: 26-09-2009

Poule 1	Poule 2	Poule 3	Poule 4	Poule 5
Aquapulca Dordrecht Inzwemmen:12.30 Aanvang: 13.00	De Hooght Papendrecht Inzwemmen:13.00 Aanvang: 13.30	De Hoge Devel Zwijndrecht Inzwemmen:12.30 Aanvang: 13.00	IJsselmonde Rotterdam- IJsselmonde Inzwemmen:13.00 Aanvang: 13.30	Rotterdam Charlois Rotterdam-Zuid Inzwemmen: 13.00 Aanvang: 13.30
MNC-1 Poseidon'56 ZOB'66 PCG Numansdorp LAC DWF De Zeehond'73	De Geul Vlaardingen-1 Wiekslag De Kempvis-1 De Gooye	De Devel De Lansingh-1 De Schotejil ZPB H&L prod De Duck MNC-2	De Kempvis-2 ACZ Vlaardingen-2 De Lansingh-2 Stelle	Strijen ZVH SVO SCOM ZVS RSW
MNC/ZOB'66	De Geul/De Gooye	De Devel/de Schotejil	Vlaardingen-2/ACZ	Strijen/SCOM
Rob de Graaf Tel 0186614143 rob.degraaff@hccnet.nl	Wim Hameeteman Tel 0187681523 wkhm@planet.nl	Leni Noordijk van Lente Tel 0187485198 ac.noordijk@hetnet.nl	Remco Wiegink remcowiegink@msn.com	Jan Smalheer scm.zwemmen@gmail.com



ZWEMBOND VOOR ROTTERDAM EN OMSTREKEN

Poule indeling wedstrijd 2: 07-11-2009

Poule 1	Poule 2	Poule 3	Poule 4	Poule 5
Aquapulca Dordrecht Inzwemmen:12.30 Aanvang: 13.00	De Hooght Papendrecht Inzwemmen:13.00 Aanvang: 13.30	De Hoge Devel Zwijndrecht Inzwemmen:12.30 Aanvang: 13.00	De Kulk Vlaardingen Inzwemmen:13.00 Aanvang: 13.30	Ysselmonde Rotterdam Inzwemmen:13.00 Aanvang: 13:30
MNC-1 De Lansingh-1 Wiekslag De Schotejil De Kempvis-1 De Duck De Zeehond '73 De Gooye	De Geul De Devel ZOB'66 Numansdorp LAC	ACZ De Kempvis-2 ZVH ZVS Stelle	Vlaardingen-1 Poseidon'56 PCG ZPB H&L prod DWF MNC-2	RSW Vlaardingen-2 SCOM De Lansingh-2 SVO Strijen
De Kempvis-1/ Wiekslag	De Geul/Numansdorp	ZVH/Stelle	Vlaardingen-1/Poseidon'56	De Lansingh-2/SVO
Els van Essen elsvanessen@planet.nl	Joop Weijers Tel 0186617864 jweijers@chello.nl	Jolanda Akershoek 0187-683696 k.akershoek@compagnet.nl	Sari Damsteegt 078-6919844 sj.damsteegt@hotmail.com	Gerard Scheepens 0184-662625 2gs@lilve.nl



ZWEMBOND VOOR ROTTERDAM EN OMSTREKEN

wedstrijd 3: 09-01-2010

Poule A	Poule B	Poule C	Poule D	Poule E
Aquapulca Dordrecht Inzwemmen:12.30 Aanvang: 13.00	De Hooght Papendrecht Inzwemmen:13.00 Aanvang: 13.30	Caribabad Gorinchem Inzwemmen:12.30 Aanvang: 13.00	De Kulk Vlaardingen Inzwemmen:13:00 Aanvang: 13:30	De Hooge Devel Zwijdrecht Inzwemmen:12:30 Aanvang: 13:00
Vlaardingen-1 MNC-Dordrecht-1 Poseidon'56 De Devel De Kempvis-1 Wiekslag De Lansingh-1 ZOB'66	De Geul De Schotejil De Zeehond'73 LAC De Duck	ZPB H&L Prod. DWF ZPC Numansdorp PCG De Gooye ACZ	MNC- Dordrecht-2 Vlaardingen-2 ZVH SVO De Lansingh-2 De Kempvis-2	SCOM De Stelle RSW ZVS Strijen
Poseidon'56/De Devel	De Geul/De Zeehond'73	PCG/ZPB H&L	Vlaardingen-2/Kempvis-2	ZVS/Strijen
Joke Tak-Bosman j.tak-bosman@wxs.nl	Marjan Vroegindewij wedstrijdzwemmen@zeehond73.nl	Kirsten Ruigrok zc@zpb.nl	Piet Smits pjsmits@hetnet.nl	Marco van Antwerpen mcvanantwerpen@hotmail.com



ZWEMBOND VOOR ROTTERDAM EN OMSTREKEN

wedstrijd 4: 06-02-2010

Poule A	Poule B	Poule C	Poule D	Poule E
Aquapulca Dordrecht Inzwemmen:12.30 Aanvang: 13.00	De Hooght Papendrecht Inzwemmen:14.00 Aanvang: 14.30	De Hoge Devel Zwijndrecht Inzwemmen:12.30 Aanvang: 13.00	De Kulk Vlaardingen Inzwemmen:13:00 Aanvang: 13:30	IJsselmonde Rotterdam Inzwemmen:13:00 Aanvang: 13:30
Vlaardingen-1 MNC-Dordrecht-1 Poseidon'56 De Devel De Kempvis-1 Wiekslag De Lansingh-1 ZOB'66	De Geul De Schotejil De Zeehond'73 LAC De Duck	ZPB H&L Prod. DWF ZPC Numansdorp PCG De Gooye ACZ	MNC- Dordrecht-2 Vlaardingen-2 ZVH SVO De Lansingh-2 De Kempvis-2	SCOM De Stelle RSW ZVS Strijen
ZOB'66/Lansingh-1	De Geul/LAC	De Gooye/DWF	Vlaardingen-2/ZVH	SCOM/RSW
Joop Boon wedstrijd@lansingh.nl	Werenfried Spit wedstrijd@lac-rotterdam.nl	Marjo Hartman marjohartman@gmail.com	Berrie Ritmeester Berrie.ritmeester@gmail.com	Peter Ouweneel peter.ouweneel@zpc-zwemmen.nl



ZWEMBOND VOOR ROTTERDAM EN OMSTREKEN

wedstrijd 5: 27-03-2010

Poule A	Poule B	Poule C	Poule D	Poule E
Aquapulca Dordrecht Inzwemmen:12.30 Aanvang: 13.00	De Hooght Papendrecht Inzwemmen:14.00 Aanvang: 14.30	Caribabad Gorinchem Inzwemmen:12.30 Aanvang: 13.00	De Hoge Devel Zwijndrecht Inzwemmen:12:30 Aanvang: 13:00	Apollobad Strijen Inzwemmen:14:00 Aanvang: 14:30
Vlaardingen-1 MNC-Dordrecht-1 Poseidon'56 De Devel De Kempvis-1 Wiekslag De Lansingh-1 ZOB'66	De Geul De Schotejil De Zeehond'73 LAC De Duck	ZPB H&L Prod. DWF ZPC Numansdorp PCG De Gooye ACZ	MNC- Dordrecht-2 Vlaardingen-2 ZVH SVO De Lansingh-2 De Kempvis-2	SCOM De Stelle RSW ZVS Strijen
MNC-1/Kempvis-1	De Geul/De Duck	Numansdorp/PCG	Lansingh2-SVO	Strijen/ZVS
Hans 't Mannetje wedstrijden.dekempvis@chello.nl	Chris Verhoef tczwemmen@deduck.nl	Wilco Slob zwem@pcg-gorinchem.nl	Gerard Schepens svo@zwembond.nl	Wilma Meuzelaar k.meuzelaar@kpnplanet.nl



BIJLAGE C; Aanstelling juryleden door verenigingen

1. Elke vereniging die deelneemt aan een ZRO-competitie is verplicht om minimaal 2 tijdwaarnemers te leveren. Bij wedstrijden in een 8 banenbad, met minder dan 8 verenigingen, worden een aantal verenigingen aangewezen om de tekort komende officials te leveren. Dit geldt voor elke wedstrijd van die competitie.
Het juiste aantal wordt aangegeven in een jaarlijks door de officialcommissie op te stellen schema dat, samen met de data van die wedstrijden, aan de verenigingen wordt medegedeeld. Zie ook BIJLAGE B; Indeling poules.
2. De verenigingen melden de namen **(Dhr of Mevr. + voorletters + naam evt. 2^{de} naam + woonplaats + bevoegdheid)** van degenen die zullen fungeren bij deze wedstrijd **schriftelijk of per E-mail minstens 10 dagen voor de datum** van de wedstrijd bij:

Mw M. v.d. Linden-de Jong
Dubbelsteynlaan 274
3319 EH Dordrecht
tel:078- 616 68 35
E-mail: m.linden4@chello.nl

De verenigingen dragen er zelf zorg voor dat de betreffende officials op de hoogte worden gesteld van de juiste plaats en aanvangstijd van de juryvergadering; de officialcommissie verstuurt geen uitnodigingen naar deze officials. Echter, er kunnen bij deze wedstrijden officials worden uitgenodigd om te worden beoordeeld, deze krijgen via de KOC wel een uitnodiging.

3. De officialcommissie draagt zorg voor de uitnodigingen van de overige officials. (*Scheidsrechter, kamprechters, starter en jurysecretariaat*)
4. Verenigingen die niet tijdig de onder 2 genoemde opgaven doen, krijgen een boete van € 5,= opgelegd. Voor elk ontbrekend jurylid bij een wedstrijd wordt een boete opgelegd van € 11,50. Bij herhaling binnen een competitie worden de boetes verdubbeld. Indien van een vereniging voor de derde maal gedurende de competitie een official ontbreekt, kan de zwemcommissie besluiten deze vereniging uit de competitie te nemen.
5. Verenigingen die voor het eerst inschrijven voor de ZRO-competitie, kunnen gedurende 2 jaar vrijstelling krijgen van bovenstaande verplichting. Dit verzoek moet tijdig, met de inschrijving voor de competitie worden ingediend.



BIJLAGE D; Organisatieschema ZRO-wedstrijden

Om u behulpzaam te zijn bij de organisatie van ZRO-wedstrijden hebben wij hieronder een aantal zaken vermeld waarvoor u als organiserende vereniging(en) dient te zorgen.

Voor ZRO-wedstrijden (Speedo Clubmeet, ZRO Sprintkampioenschappen, Zuid Hollandse Kampioenschappen, District Lange afstand Finale, Kring kampioenschappen en Speedo finales):

Medewerkers (M/V):

Medewerk(st)ers dienen uiterlijk 1 uur voor aanvang van de wedstrijd aanwezig te zijn.

1. Badopbouw

minimaal 4 personen:

- o voor het gereedmaken van het wedstrijdbad. (met of zonder personeel)
- o voor het geschikt maken van de ruimte voor de uitslagendienst. (wat aan materiaal nodig is leest u onder 'Mee te nemen materiaal.').
- o voor het na afloop opruimen van het wedstrijdbassin e.d.

2. Programmaverkoop, 2 personen:

- o voor het verkopen van toegangsbewijzen en programma's. Na het inzwemmen is veelal 1 persoon voldoende
- o Ten behoeve van ploegleiders worden 2 programma's per deelnemende vereniging beschikbaar gesteld. (meerdere exemplaren zijn te verkrijgen à € 0,50).
- o Het is handig vooraf de programma's t.b.v. van de ploegleiders alvast op verenigingsnaam te stellen.

3. Voorstarter / speaker, 2 personen:

- o voor het oproepen en afroepen van de deelne(e)m(st)ers
- o het uitreiken van de startkaarten
- o het uitreiken van de medailles.

4. Valse startlijn, 1 persoon:

- o voor het bedienen van de valse startlijn.

5. Catering, 2 personen:

- o voor het verzorgen de consumpties.

6. Kaartjeslopers, 2/3 personen:

- o voor het na afloop van iedere serie ophalen van de startkaarten/tijdbriefjes bij de tijdwaarnemers, de kamprechterbriefjes bij de kamprechters en/of scheidsrechter en die te brengen naar het jurysecretariaat.

7. Tijdenverwerking, 1 persoon:

- o die de uitslagen invoert op de computer.
Voor het gebruik van de computer wordt een vergoeding gegeven

Vanzelfsprekend kunnen bepaalde werkzaamheden gecombineerd worden in één persoon. De vlotte gang van zaken, die nu eenmaal bij een wedstrijd hoort, mag daardoor natuurlijk niet in het gedrang komen.

In overleg met het aanwezige ZRO-zwemcommissielid kunnen nog zaken besproken worden.



Mee te nemen materiaal.

- Wisselgeld (in voldoende mate, men komt altijd met groot geld).
- Voor het jurysecretariaat:
 - Nietmachine
 - Nietjes
 - Paperclips
 - Elastiekjes
 - Tape voor het ophangen van de uitslagen
- Voor de 'uitslagendienst':
 - Zorgdragen voor voldoende printerpapier.

Catering

- In de meeste zwembaden is een kantine/buffet aanwezig. U kunt daar dan de consumpties bestellen als dit verplicht is en een redelijke prijs wordt gehanteerd. Gebruikelijk is tijdens de Juryvergadering koffie of thee, en tijdens de wedstrijd 2 keer frisdrank, tijdstippen tijdens de wedstrijd in overleg met het aanwezige lid van de Zwemcommissie. Consumpties worden verstrekt aan de officials, ploegleiders en de medewerk(st)ers van de vereniging(en)
- Indien er geen kantine/buffet aanwezig is, verzoeken wij u zelf voor de consumpties te willen zorgdragen.
- De consumpties worden aferekend door het aanwezige lid van de Zwemcommissie van de ZRO

Drukwerk wat vooraf gemaakt dient worden

- Voor de ZRO-competitiewedstrijden vervaardigt de 2^e vereniging van de organiserende verenigingen een volledig programma (zie voor aantallen de bepalingen voor ZRO-competitiewedstrijden) conform de K.N.Z.B.-reglementen waarin u tevens vermeldt:
 - Welke ZRO-poule/competitie en welk deel het betreft.
 - De Deelnemende verenigingen.
 - De actuele puntenstand van de betreffende poule/competitie.
 - De overige programma's mogen dubbelzijdig gedrukt worden. Uw logo/embleem en/of verenigingsnaam mogen natuurlijk op dit programma afgedrukt worden.
 - De kosten van het vervaardigen van programma's en uitslagenlijsten kunnen via het secretariaat van de zwemcommissie gedeclareerd worden. Vergeet hierbij niet het bank- of gironummer te vermelden.

Ten slotte

Het lijkt ons ook heel nuttig wanneer de organiserende vereniging dit schema bespreekt met de medewerkers aan de wedstrijd of tenminste dit schema aan hen overhandigt zodat iedereen zich op de werkzaamheden kan voorbereiden.

Heeft u nog vragen over de organisatie neemt u dan contact op met een van de leden van de Zwemcommissie van de ZRO.

Veel succes.
Zwemcommissie van de ZRO.

Geerdien Meerwaldt
0180 521816
meerwaldt2004@planet.nl