



Uitnodiging
21^{ste} zwemwedstrijd
voor personen met een verstandelijke beperking

ZONDAG 29 JANUARI 2023
Sportcomplex Vijfsprong Lummen

Beste clubverantwoordelijke,

Op 29 januari 2023 zal onze 21^{ste} zwemwedstrijd voor personen met een verstandelijke beperking doorgaan in het sportcomplex Vijfsprong, Sportweg 8 te 3560 Lummen. Wij zouden het super vinden mocht jij met jouw club aanwezig zijn.

Aanvang van de wedstrijden om 13.00 u. Het zwembad is open vanaf 12.30 u. Einde is voorzien rond 17.30 u. Iedere deelnemer krijgt een aandenken aan deze wedstrijd. Als jij wenst deel te nemen, mail dan bij voorkeur, jouw inschrijvingsformulier (downloaden via de website van G-sport Vlaanderen) voor 15 januari 2023 naar wedstrijd@avali.be of stuur het naar **vzw Avali, Hemelstraat 27 te 3582 Koersel**. Wees snel met je inschrijving want er kunnen maar max. 120 personen deelnemen.

Deze wedstrijd is één van de acht meetings uit het zwemcriterium en wordt georganiseerd door vzw Avali, samen met de gemeente Lummen en G-sport Vlaanderen. Om dit criterium verder te kunnen uitbouwen vragen wij een bijdrage van €1,50 per deelnemer voor G-sport Vlaanderen-leden en €2,50 voor niet G-sport Vlaanderen-leden. Gelieve contant te betalen op de dag zelf. Programmaboekjes voor ouders en supporters zullen in het zwembad worden aangeboden aan €1.

Mocht je nog vragen hebben, kan je steeds terecht op het bovenstaande mailadres of op het nr. 0479 619280.

Wij hopen jou daar te zien!

Sportieve groeten,

Margot en Ronny
Vzw Avali

Belangrijk ! Covid !

- Ben je ziek, dan blijf je thuis!
- Vzw Avali behoudt zich het recht om de wedstrijd alsnog te annuleren mocht dit nodig zijn.



**RICHTLIJNEN BETREFFENDE HET INSCHRIJVINGSFORMULIER
EN DE WEDSTRIJD**

Onze inschrijvingen worden per computer verwerkt.

Enkel het wedstrijdnummerdoorgeven aub. Omschrijvingen zijn niet nodig.
 vb. Jan Smets : i.p.v. 25 meter vrije slag heren + tijd, vult u gewoon 3 + tijd in.
 An Peters : i.p.v. 100 meter schoolslag dames + tijd, vult u gewoon 12 + tijd in.

Wedstrijdprogramma

WEDSTRIJDNR.	AFSTAND EN STIJL	GESLACHT
1	25 M. VRIJE SLAG	HEREN
2	25 M. VRIJE SLAG	DAMES
3	100 M. VRIJE SLAG	HEREN
4	100 M. VRIJE SLAG	DAMES
5	50 M. SCHOOLSLAG	HEREN
6	50 M. SCHOOLSLAG	DAMES
7	25 M. VLINDERSLAG	HEREN
8	25 M. VLINDERSLAG	DAMES
9	50 M. RUGSLAG	HEREN
10	50 M. RUGSLAG	DAMES
11	100 M. SCHOOLSLAG	HEREN
12	100 M. SCHOOLSLAG	DAMES
PAUZE		
13	200 M. VRIJE SLAG	HEREN
14	200 M. VRIJE SLAG	DAMES
15	25 M. RUGSLAG	HEREN
16	25 M. RUGSLAG	DAMES
17	100 M. RUGSLAG	HEREN
18	100 M. RUGSLAG	DAMES
19	25 M. SCHOOLSLAG	HEREN
20	25 M. SCHOOLSLAG	DAMES
21	50 M. VRIJE SLAG	HEREN
22	50 M. VRIJE SLAG	DAMES
23	4 X 25 M. VRIJE SLAG	DAMES/HEREN/BEGELEIDERS
24	4 X 50 M. VRIJE SLAG	DAMES/HEREN/BEGELEIDERS

De wedstrijden gaan door in de hierboven vermelde orde.

Na wedstrijd 12 is er een korte pauze.

1. HULPMIDDELEN

Hulmiddelen of meezwemmende begeleiders zijn toegelaten, als ze vermeld zijn op de inschrijving.

2. BEGELEIDING

Trainers of begeleiders mogen de atleten naar de startblokken begeleiden. Ook coaching tijdens de wedstrijden is toegelaten.

3. OPROEP

Wees aandachtig want tijdens de wedstrijd worden de zwemmers voor de volgende reeks opgeroepen.

4. TIJDEN

Wij verwachten van elke zwemmer een richttijd zodat de reeksen gelijkwaardig kunnen worden opgesteld. Dat maakt het alleen spannender en gezelliger.

5. VLINDERSLAG

25m vlinderslag mag nog steeds als 4^e nummer gezwommen worden.

6. AFLOSSING

Er mag slechts één ploeg worden ingeschreven voor de 4X50m vrije slag.

7. INSCHRIJVINGEN

- Na de uiterste datum van inschrijving worden er géén inschrijving of wijzigingen meer aanvaard.
- Iedere club ontvangt een bevestigingsmail na inschrijving.
- Er worden geen wijzigingen aan de zwemwedstrijd toegestaan op de dag zelf.
- Zwemmers die vooral niet zijn ingeschreven mogen niet deelnemen aan de wedstrijd.
- De afwezige zwemmers kunnen niet meer vervangen worden op de dag zelf.

8. COVID REGLEMENTEN

- De vzw behoudt het recht om de wedstrijd af te gelasten indien dit nodig zou zijn