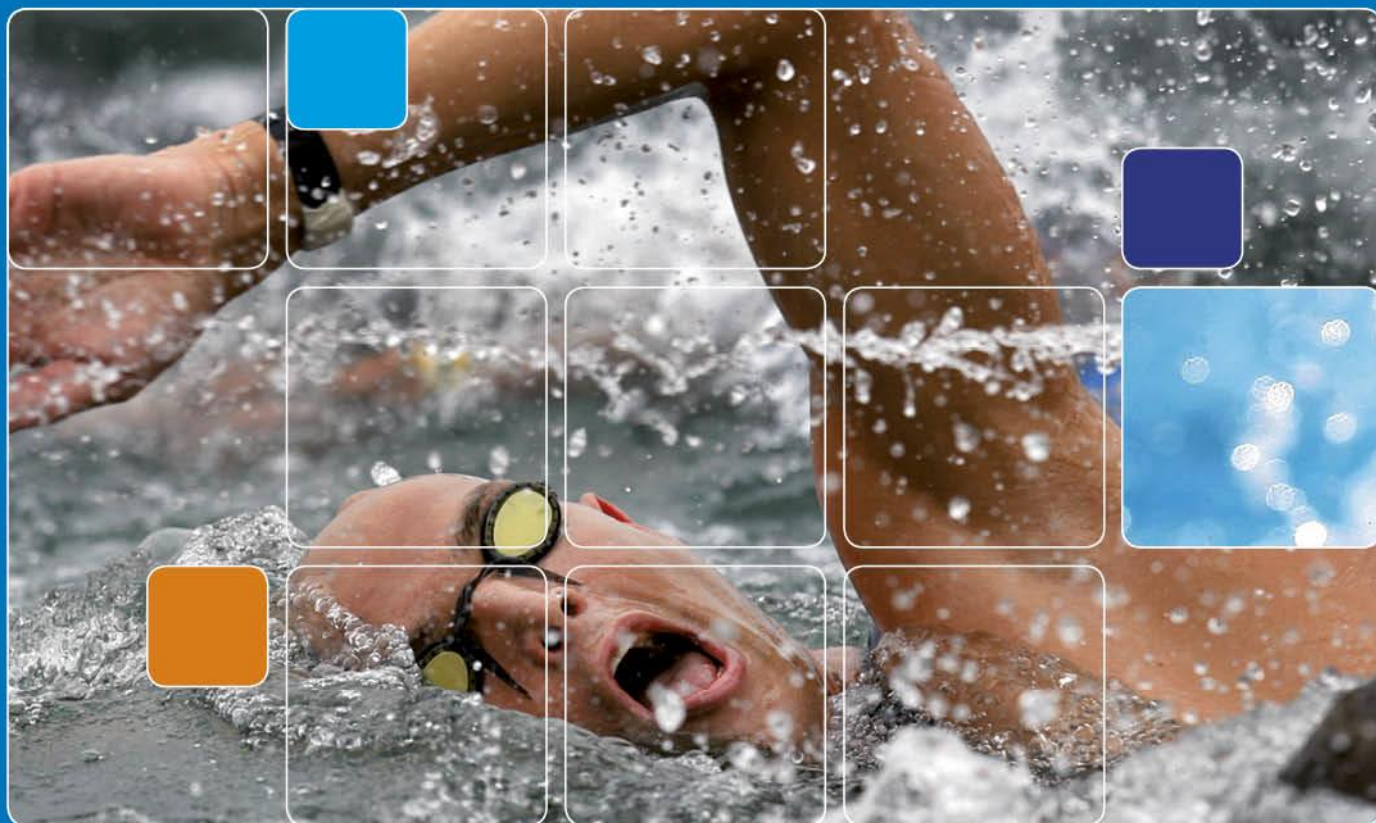


DEEL B

OPENWATER KALENDER 2013



OPEN WATER BOEK



2013



INHOUDSOPGAVE

Inhoudsopgave	2
Voorwoord	4
1 Reglementenswijzigingen	5
2 Welke Open Water Klassementen zijn er in seizoen 2013?	5
3 OLOWIS (On-Line Open Water Inschrijf Systeem)	6
4 Interpretatie leeftijdsbepalingen	6
5 Verslag FINA Open Water School for Officials	7
6 Irene van der Laan Trofee	8
7 Elektronische tijdwaarneming nu ook bij open water zwemmen.	9
8 Regionale klassementen	10
8.1 Open Water Klassement Zeeland in 2013	10
8.2 Verantwoording prijzen S.V. O.W.Z. Provincie Noord-Holland seizoen 2013	11
8.3 Brabantbekers in 2013 (KNZB Regio Zuid, afdeling Brabant)	12
8.4 Zuid-Holland klassement	13
8.5 Noord Nederland bekens	13
9 Voeding en Drinken	14
10 Websites	17
10.1 Nederlands Open Water Web	17
10.2 Europese website	18
10.3 Blog Channel Challenge	18
10.4 In ontwikkeling	18
11 SportEmotion stand bij open water wedstrijden in 2013	18
12 Arena kondigt grote omruilactie aan	19
Bepalingen Open Water Zwemmen 2013	20
1.1 Geldigheid	20
1.2 Definities	20
2 Nationale klassementen	22
2.1 Inleiding	22
2.2 Inschrijving	22
2.3 Startrecht en klassementdeelname	22
2.4 Werking puntenklassementen	22
2.5 Regels bij gelijke puntenscore	22
2.6 Klassementen algemeen	23
2.7 Diversen	25
3 De wedstrijdorganisaties	26
3.1 Aanmelding	26
3.2 Programma en advertentie	26
3.3 Uitslagen	26
3.4 Wedstrijdbaan	26
3.5 Waarnemer	26
3.6 Dispensatie	26
4 Programma's voor waardering in de puntenlijst	27
5 Puntenlijst en waarnemerschap	27
6 Bepalingen samenstelling wedstrijdkalender 2013	28
7 Prijzen, Medailles, Eretekens	29
7.1 Klassementsprijzen	29
7.2 ONK-prijzen	29
7.3 KNZB-prestatiedaillies	29
7.4 Andere prijzen	30
8 Caps, capnummers en chips	32
8.1 Aanvragen van de caps	32
8.2 Bestelling caps	32
8.3 Stand van zaken levering	32
8.4 Aanvragen van chips	34

9	Bepalingen Open Nederlandse Kampioenschappen Open Water Zwemmen 2013	35
9.1	Organisatie en data	35
9.2	Reglement	35
9.3	Deelnamevoorwaarden	35
9.4	Leeftijdsindeling	36
9.5	Inschrijvingsprocedures	36
9.6	Uit de wedstrijd nemen	37
9.7	Prijzen	37
9.8	Doping	38
9.9	Toegangsprijzen	38
9.10	Aanvullende bepalingen ONK 10km	38
9.11	Aanvullende bepalingen ONK Marathonzwemmen	38
9.12	Programma's	38
9.13	Slotbepaling	38
Bijlage:	Richtlijnen stilleggen wedstrijden	39
Bijlage:	Richtlijnen hesjes-gebruik	40
Bijlage:	Prijzen bij open water wedstrijden	41
Bijlage:	Pool Open Water Swimming ofwel Zwembad Open Water Zwemmen	42
Bijlage:	Samenwerking tussen KNZB en NTB	45
Bijlage:	Richtlijn start en/finish op land	46
Bijlage:	Concept notulen open water congres 2013	47
Bijlage:	Aanmeldingsformulier voor de Open Water Kalender 2014	49
Bijlage:	Puntenlijst open water zwemmen 2013	50
Bijlage:	KNZB tarieven open water zwemmen	55
Bijlage:	Checklist voor wedstrijdorganisaties	55
Bijlage:	Werkwijze Seiko stopwatch met printer	55
Bijlage:	Diskwalificatiecodelijst 2012/2013	56
Bijlage:	Begeleidingskaart	58
Bijlage:	Versies, aanpassingen en correcties	59

VOORWOORD

Beste openwater liefhebbers,

Het open water seizoen start dit jaar met veel beloftes:

1. Er komen diverse nieuwe wedstrijden bij op de KNZB kalender
2. Er komt een EK open water zwemmen voor Masters naar Eindhoven
3. Er worden minstens 8 pogingen gedaan Het Kanaal over te zwemmen
4. Open water trainingskampen en in de aanloop centrale trainingen
5. Een slotfeest met voor de open water zwemmer een leuke afsluiting met de uitreikingen van de nationale klassementsprijzen
6. De klassementen "leunen" minder op het ONK

De wedstrijdkalender staat dit jaar vanaf half juni tot half september bol van de evenementen die de moeite waard zijn. Van Leiden tot Hank. Van Stadskanaal tot Sluis, van Appeltern tot Scheveningen en van Anna Paulowna tot Eindhoven. De spreiding in het seizoen is geografisch én in tijd goed. Er zijn ook anderen die een graantje willen meepikken op de groei van goede naam van onze sport. De diverse circuits als in Zeeland met Zwemmen langs Walcheren en de Protour van Stichting Aquarius doen hun best, maar trekken weinig deelnemers. De Amsterdam City Swim is een bijzondere uitzondering. Deze tocht voor het goede doel was in 2012 een enorm succes en heeft een royale deelname. In 2013 wordt een vervolg genomen waarbij voorafgaande aan het seizoen de inschrijving gesloten is vanwege de grote deelname. De KNZB evenementen daarentegen behoren tot de best georganiseerde en veiligste open water zwemevenementen ter wereld - dat kunnen we wel met recht beweren.

Het is prachtig dat wanneer een enkele wedstrijd om welke reden dan ook ermee moet stoppen er weer nieuwe organisaties ontstaan en een leuk evenement weten neer te zetten. Dit jaar is vooral ook interessant dat een nostalgische locatie weer op de kalender teruggekeerd is: De Bosbaan. Voor velen van de oudere zwemmers een vleug van nostalgie die de harten sneller doet kloppen. Ook na enkele jaren weer terug is Hank, nu niet in de warmste zomerdagen, maar als slotwedstrijd. Helaas is het niet gelukt om het EK open water zwemmen naar Hoorn te krijgen. Hoorn heeft goed gelobbyd en ook ons bondsbestuur en bondsbureau heeft zijn best gedaan. Een en ander in de besluitvorming bij de LEN is niet naar tevredenheid van zowel de LEN als onze vertegenwoordigers gegaan. Er komen vast meer kansen. De LEN-cup is in elk geval een redelijk alternatief voor Hoorn. De LEN heeft Nederland, of beter PSV, wel het EK masters gegund. Het belooft heel wat te worden in het Pieter van den Hoogenband-bad, maar ook in het Eindhovens Kanaal. Een 3km, enkele reis naar het centrum. De trend die met de IJssmeerbikkels in 2010 is ingezet in Het Kanaal zet zich voort. Dit jaar zijn er veel pogingen om de grote oversteek te maken. Voor zover mij bekend zijn er 5 solo-zwemmers en 3 estafettes die de ultieme uitdaging aan willen gaan. Zouden we in één jaar tijd ineens 5 solo-kanaalzwemmers rijker zijn? Vorig jaar waren er ook al drie bijgekomen. Is dit de trend voor de toekomst? Uiteraard aan allen succes! Dit jaar terug van wegeweest en meervoudig versterkt terug: het open water trainingskamp, zowel de professionals van SportstarZ als de topzwemmers wagen zich er aan. Meerdere kampen op verschillende locaties worden in de aanloop georganiseerd. Daaraan voorafgaande zijn er in Noord-Holland en het Eindhovense centrale trainingen georganiseerd. De laatste daarvan zal rond het verschijnen van het open water boek plaatsvinden. Tot slot waren er afgelopen winter meer (openbare) 100x100

trainingen dan ooit. Het lijkt een trend te zijn dat de open water en lange afstandswemmers elkaar opzoeken in de wintermaanden en de aanloop van het open water seizoen. De TOWZ stimuleert en steunt deze initiatieven waar nodig en hoopt dat ze een goed vervolg krijgen in volgende jaren.

Dit jaar zal er een open water gala georganiseerd worden met daarbij de uitreiking van de klassementsprijzen. In tegenstelling tot vorige jaren is het niet op locatie van de laatste klassementswedstrijd, maar in Zwembad Merwesteijn in Nieuwegein. Is dit is een terugkeer naar de jaren 70 met de Nacht van Alphen. Daar werd in het 50m-buitenbad een meervoudige 10km zwemwedstrijd georganiseerd, zowel schoolslag als vrije slag werd er gezwommen. Er was ook een 100x100 estafette. Een mooie gelegenheid om de klassementsprijzen uit te reiken. Nee het wordt zeker niet zo iets. Wel een zwemwedstrijd, wel klassementsprijzen. Niet te vergeten een goede maaltijd.

De klassementen zijn in de marges aangepast. Voor diverse categorieën zijn de afstanden aangepast (verhoogd). Eerder heeft de taakgroep bedacht dat meer klassementen het nodig hadden om meer kilometers te hebben dan eerdere jaren. Na goed advies van de klassementsstellers is dit beperkt tot minder klassementen. De taakgroep heeft in tweede instantie vooral gekeken naar het aantal wedstrijddagen waarop gezwommen moet worden in samenhang met het aantal mogelijke zwemmers die het maximum aantal punten kunnen behalen. Afgelopen jaren was het theoretisch mogelijk om bij de vrije slag senioren en vrije slag jeugd 3 of zelfs meer zwemmers te hebben met 300 punten. Het was ook mogelijk om in drie wedstrijden een maximale klassementsscore te behalen. Dan wordt de ONK als scherprechter wel erg belangrijk. Dat is nu aangepast en kan elk jaar nu aan de hand van de wedstrijdprogramma's (vooraf) op maat aangepast worden.

Helaas is de gehoopte samenwerking met onze zuiderburen nog niet van de grond gekomen. De wil is er zeker bij beide partijen, doch de financiering blijkt lastig te zijn. Het lijkt me goed om de toppers en subtoppers uit "De Lage Landen" tegen elkaar te laten zwemmen in één competitie. Komt er een multinational klassement in 2014. Wie weet? Hoe de competitie op te zetten is op zich een keuze die gemaakt kan worden. Prijzen en eventueel prijzengeld -we moeten toch ergens voorzwemmen - daar ligt een vraag (wie biedt zich aan?). Daarnaast speelt mee dat wij Nederlanders vrij zijn om naar het buitenland te gaan wanneer we willen (ja, wel aanvragen bij de regio), onze zuiderburen mogen niet zo maar in het buitenland zwemmen wanneer er in eigen land een wedstrijd is. Wanneer er een zwembad NK is mag er geen open water plaatsvinden en deelname in het buitenland wordt dan ook niet toegelaten. Een andere belofte is de start van het zwembad open water zwemmen. In Noord-Holland zijn enkele succesvolle evenementen geweest. De deelnemers waren erg enthousiast. Er zijn ook wedstrijden afgelast vanwege te geringe deelname. Toch is deze vorm van zwemmen, met een parcours om boeien in het zwembad, een veelbelovende vorm vooraf en na afloop van het open water seizoen.

Het open water seizoen heeft veel beloftes. Of alles bewaarheid wordt, zal de tijd leren. In elk geval wordt het een leuk en spannend open water seizoen.

Ik kijk er naar uit! Ik wens de deelnemers, de juryleden en waarnemers, de organisaties en betrokkenen, een sportief en succesvol seizoen toe.

Richard Broer

coördinator van de Taakgroep Open Water Zwemmen van de KNZB

1 REGLEMENTENSWIJZIGINGEN

Voor het seizoen 2013 zijn er een aantal reglementsvoorstellen gedaan. Op de KNZB website zijn deze terug te vinden. De meeste wijzigingen zijn tekstuele aanpassingen. Verder zijn artikelen met betrekkingen op de deelnemers van de D1A en D1C samengevoegd in artikel D1.7 verplichtingen deelnemers. Op deze manier zijn teksten uit D1A en D1C gelijk gemaakt en voor de deelnemers overzichtelijker.

Daarnaast is er voor gekozen om, net als bij het D reglement, een toelichting op de reglementen te maken. Deze heeft de zelfde geldigheid als bij de D1 en geldt als aanvulling op het reglement. Hierin staat bijvoorbeeld meer uitleg over het gebruik van de gele en rode kaart/vlag.

Ook mag de baankamprechter gebruik gaan maken van een gele of rode vlag waarbij het capnummer wordt geschreven op een wit vel.

Tijdens de laatste LEN cup werd er gebruik gemaakt door de jury van een Infractioncard en een begeleidingskaart. Deze zijn naar het Nederlands omgezet en zullen bij de ONK gebruikt gaan worden.

Een kort overzicht van de wijzigingen:

- Aanpassing bijhouden bevoegdheid O-aantekening.
- Aanpassing jury samenstelling.
- Aanpassing tekst gele en rode kaart.
- Aanpassing tekst start vanaf ponton.
- Nieuw reglement voeding bij 10km.
- Aanpassen tekst afstand houden marathon.
- Toelichting OW-reglement 2013.
- Programma Logboek
- Begeleiderskaart.

2 WELKE OPEN WATER KLASSEMENTEN ZIJN ER IN SEIZOEN 2013?

Om verwarring bij deelnemers en organisaties te voorkomen, omtrent wie wel en wie niet aan een bepaald klassement mogen deelnemen, lopen sinds 2004 de klassementen (op dames 1 en heren 1 in 2012 na) synchroon met de leeftijdsbenamingen. Dit betekent echter niet dat jongere deelnemers er niet aan mogen en kunnen deelnemen. Zo kunnen de jongens minioren 6 met de junioren meezwemmen voor zover de afstandsbeperkingen voor de minioren niet overschreden worden. De junioren kunnen ook bijna het complete klassement voor jeugd meezwemmen.

De volgende tabellen zijn gebaseerd op de reglementen van de KNZB.

Juniorenklassementen vrije slag en schoolslag 2013

- jongens junioren 1 en 2
- jongens junioren 3 en 4
- meisjes junioren 1
- meisjes junioren 2 en 3

Jeugdklassementen vrije slag en schoolslag 2013

- heren jeugd 1 en 2
- dames jeugd 1 en 2

Seniorenklassementen vrije slag en schoolslag 2013

- heren senioren 1 en 2 en open categorie
- dames senioren 1 en 2 en open categorie

Masters klassementen 2013

De volgende jaargangen zijn voor zowel school- als vrije slag

Masters 20+	geb. 1989 t/m 1993
Masters 25+	geb. 1984 t/m 1988
Masters 30+	geb. 1979 t/m 1983
Masters 35+	geb. 1974 t/m 1978
Masters 40+	geb. 1969 t/m 1973
Masters 45+	geb. 1964 t/m 1968
Masters 50+	geb. 1959 t/m 1963
Masters 55+	geb. 1954 t/m 1958
Masters 60+	geb. 1949 t/m 1953
Masters 65+	geb. 1944 t/m 1948
Masters 70+	geb. 1939 t/m 1943
Masters 75+	geb. 1934 t/m 1938
Masters 80+	geb. 1929 t/m 1933
Masters 85+	geb. 1924 t/m 1928
Masters 90+	geb. 1923 eerder

De deelnemers binnen één klassement starten altijd samen. Dit kan ook in waves per sub-leeftijdsgroep, wanneer de startgroep te groot wordt.

3 OLOWIS (ON-LINE OPEN WATER INSCHRIJF SYSTEEM)

Een web based online inschrijfsysteem!!!

Na het succes van de afgelopen jaren maken in 2013 bijna alle organisaties gebruik van OLOWIS, het On-Line Open Water Inschrijf Systeem (OLOWIS).

OLOWIS neemt jou als inschrijver heel veel werk uit handen en voorkomt fouten bij de inschrijvingen!

Vooral het elke keer weer inschrijven zo vlak voor de wedstrijd levert problemen op. Elke organisatie wil het weer anders en met een specifieke deadline. Daarna moet je nog maar zien of de organisatie het allemaal goed in het programma opneemt. Veel mensenwerk dus, met kans op fouten.

Met OLOWIS kunnen de zwemmers en verenigingen hun inschrijvingen zelf invoeren en wijzigingen doorvoeren.

Tijdens de inschrijving worden diverse controles gedaan:

- Klopt de leeftijd met het ingeschreven programmanummer?
- Klopt het geslacht van de deelnemer met het programmanummer?

- Overschrijdt de ingeschreven totale afstand het maximum toegestane niet?

- Wijzigingen blijven mogelijk tot het sluitingstijdstip.

Er is ruime aandacht besteed aan de beveiliging zonder dat het gebruikersgemak er onder lijdt.

Na sluiting van de inschrijving kan er niet meer ingeschreven worden en kan de wedstrijdleiding alle inschrijvingen downloaden. Dit bestand kan dan in een eigen wedstrijdprogramma ingelezen worden. Voor dit alles ben je niet afhankelijk van de webbeheerder.

Eenvoudiger kan het niet. Elke wedstrijdorganisatie kan gebruik maken van het systeem; elke inschrijvende vereniging kan inschrijven via OLOWIS.

Helaas gebruiken nog niet alle organisaties OLOWIS, maar wat niet is kan nog komen.

Een uniform inschrijfsysteem voor alle wedstrijden, kan het nog mooier?

Kijk op inschrijving.noww.nl voor welke wedstrijden je met dit systeem je inschrijvingen kan doen.

4 INTERPRETATIE LEEFTIJSBEPALINGEN

Na de eerste versie (de 0.99 editie) van dit boek is nu al weer veel discussie over de leeftijdsbepalingen. Om te voorkomen dat dit evenals vorig jaar fout kan gaan willen wij een en ander toelichten.

Onderstaande tekst is letterlijk overgenomen vanuit het reglement D, zwemmen (zonder open water zwemmen). Het open water zwemmen heeft hiermee wel te maken. Ook al staat het niet in het reglement van het open water zwemmen.

Artikel D 3 A Leeftijdsbepalingen

A1 Het zwemseizoen geldt van 1 september tot en met 31 augustus.

Het openwaterzwemseizoen geldt van 1 oktober tot en met 30 september.

A2 Leeftijdsbepalingen
Voor alle wedstrijden geldt:

- Vanaf de datum dat de 6-jarige (minioren 1) leeftijd wordt bereikt, kan worden deelgenomen aan wedstrijden.

A3 Een leeftijdsgroep geldt van 1 september tot en met 31 augustus en wordt bepaald door de leeftijd van de deelnemer die bereikt is/wordt op 31 december in het zwemseizoen waarin de wedstrijd plaatsvindt.

Voor wedstrijden in het Open Water Zwemmen geldt een leeftijdsgroep van 1 oktober tot en met 30 september, bepaald door de leeftijd van de deelnemer die bereikt is/wordt op 31 december in het zwemseizoen waarin de wedstrijd plaatsvindt.

A4 Vanaf de leeftijdsgroepen voor junioren 1 en ouder dienen de leeftijdsgroepen gesplitst te zijn in de categorieën meisjes, jongens respectievelijk dames, heren.

A5 Leeftijd per leeftijdsgroep op 31 december in het zwemseizoen waarin de wedstrijd plaatsvindt.

	meisjes	jongens
minioren 1	6 jaar	6 jaar
minioren 2	7 jaar	7 jaar
minioren 3	8 jaar	8 jaar
minioren 4	9 jaar	9 jaar
minioren 5	10 jaar	10 jaar
minioren 6	X	11 jaar
junioren 1	11 jaar	12 jaar
junioren 2	12 jaar	13 jaar
junioren 3	13 jaar	14 jaar
junioren 4	X	15 jaar
jeugd 1	14 jaar	16 jaar
jeugd 2	15 jaar	17 jaar
d1/h1	16 jaar	18 jaar
d2/h2	17 jaar	19 jaar

A6 Masters zijn zij die op 31 december van het betreffende jaar de leeftijd van 20 jaar hebben bereikt; zij worden in categorieën van 5 jaar ingedeeld.

In vorenstaande tekst heb ik de onderdelen die specifiek betrekking hebben op de discussie over de leeftijd onderstreept en omblokt.

Masters

Voor de Masters gelden identieke leeftijdsgroepen als in het zwembad.

Concluderend

Het open water seizoen loopt dit jaar van 1 oktober 2012 tot en met 30 september 2013. Daarom moeten wij voor het bepalen van de leeftijdsgroep kijken naar **31 december 2012**. Want deze datum ligt in het zwemseizoen. Dit geldt voor alle leeftijdsgroepen **echter niet voor de Masters (voor hen geldt 31 december van het lopende kalenderjaar)**.

Er is slechts 1 uitzondering. In A2 staat dat kinderen vanaf hun 6^e verjaardag minior 1 zijn. Een zwemmer die op 1 juli 2013 6 jaar is geworden is vanaf die datum minior 1, ook in 2014. Dat komt omdat de zwemmer op 31 december 2013 6 jaar is en dan is het nieuwe seizoen al gestart.

Ineke Cornelisse

5 VERSLAG FINA OPEN WATER SCHOOL FOR OFFICIALS

Voor het tweede jaar wordt door de Fina een “school for open water officials” georganiseerd. Op elk continent is er de mogelijkheid zijn om deze clinic te volgen. In Europa is dat op 18 en 19 mei 2013. Vanuit de KNZB is het dit jaar mogelijk gemaakt om een official naar deze opleiding te sturen die georganiseerd wordt in samenwerking met de Portugese bond in Lissabon. Ik heb het genoeg om dan ook op 17 mei te vliegen naar Lissabon om namens Nederland meer te leren over de interpretatie van Fina reglementen.

Mijn weekend begint op vrijdagochtend al om 03.15 uur als de wekker gaat, ik heb de vroege vlucht van 06.15 uur met TAP Portugal naar Lissabon. Daar word ik door Bruno Freitas van de Portugese bond en dit weekend de gastheer opgehaald en naar mijn hotel Riviera gebracht. Hotel Riviera is tevens de locatie van de clinic. Helaas is mijn kamer om 9 uur nog niet gereed en rest mij niets anders dan een groot deel van de dag door te brengen in het centrum van de stad. Mijn vlucht was zo vroeg gepland omdat de clinic in eerste instantie op vrijdagmiddag zou starten. Doordat de clinic nu op zaterdag begint heb ik dus de vrijdag om het mooie Lissabon te bezoeken.

Zaterdagochtend om 9 uur start de clinic, de opkomst is helaas laag en ik ben de enige buitenlander. Naast mij zijn er nog 3 cursisten van de Portugese federatie. Er zou ook nog een cursist uit Porto zijn, maar deze is niet op komen dagen. De clinic wordt gegeven door een Fina deligate, Zouheir El Moufti, uit Marokko. Het programma vandaag bestaat uit 2 sessies. De ochtend en de middag, beide met een coffee break.

Het eerste deel van de ochtend gaat over de structuur en organisatie van de Fina en is vooral een éénrichting verkeer verhaal. Gelukkig wordt het daarna interessanter en de rest van de ochtend en de middag worden de functies van de alle officials behandeld. Dit is inclusief de safety, course en medical officer. De interactie is laag en komt vooral van mij, Bruno en Mario, een ervaren scheidsrechter uit Lissabon. Zo nu en dan is het verstandig om het verhaal van Zouheir even te herhalen en door te vragen door zijn soms onduidelijke of verkeerd vertelde/begrepen verhaal. Toch is het geheel leerzaam en zijn er al een aantal interpretaties die bij ons in de reglementen en uitvoering voor veranderingen zullen zorgen. De pauze tussen de sessies is een 2 uur waardoor er zelfs tijd is om tussendoor nog even naar het vlakbij gelegen strand te gaan voor een beetje frisse lucht.

Om ongeveer 17 uur eindigt de eerste dag en ben ik 's avonds vrij. Mooie gelegenheid om even te rusten en aan het strand nog wat te gaan drinken. Hier kom ik ook Bruno en Zouheir weer tegen en drink ook met hun nog wat en eten we gezamenlijk in het hotel.

Zondag om 9 uur begint de tweede sessie dag. Vandaag staan op het programma de verplichtingen deelnemers en de veiligheid. Helaas zijn twee van de Portugezen aan de late kant, zowel 's ochtends als 's middags na de lunch. Van hun beide komt ook bijna tot geen input waardoor de wisselwerking vooral door Bruno, Mario en mij geschiedt. Jammer.

Zo wie zo wat minder vernieuwende dingen vandaag.

Na de lunch wordt er nog gesproken over de opstelling van de Fina scheidsrechters bij de grote Fina evenementen. Hier komt ook naar voren dat vanaf heden voor scheidsrechters die op de Fina lijst willen komen het vanaf 2015, naast ervaring op kampioenschappen, ook verplicht is de Fina school voor open water officials gevolgd te hebben. Dit was tot op heden nog niet bekend, zeker niet bij de landelijke bonden. Een gemiste kans, daar deze opleiding slecht bezocht is. Voor nationale bonden is het zeker interessant om de school te organiseren. Kosten van hotel, vlucht en de leraar wordt door de Fina

betaald. Als bond dien je alleen voor een cursus ruimte/locatie te zorgen en een hotel te garanderen voor de kandidaten. Ook mag je als land niet 2 maar 4 Fina scheidsrechters hebben per lijst. Een totaal van 8 Fina scheidsrechters dus.

Na de laatste koffiebreek is het tijd voor het examen. Alhoewel je dan toch veel denkt te weten, valt het toch een soort van tegen om niet te denken in de Nederlandse reglementen en dan ook nog te vertalen in het Engels. Uitslag krijg je niet en dus is het afwachten of ik geslaagd ben.

Om 17.15 uur brengt Bruno me terug naar het vliegtuig voor de vlucht terug naar Amsterdam.

Kort een aantal van deze interpretaties welke uiteraard vooral voor Fina wedstrijden gelden en in Nederland anders kunnen worden toegepast:

- In Nederland wordt er door de starter geen commando gegeven, enkel het startsignaal. De Fina stelt dat de start wordt gegeven met het startcommando “take your marks” gevolgd door een hoorbaar en zichtbaar (fluit en vlag) startsignaal.
- Per programmanummer zijn er 3 tijdwaarnemers aanwezig, de Chief Timekeeper en 2 Timekeepers. Deze zijn er ook als er elektronische tijdwaarneming gebruikt wordt.
- Komend nieuw reglement is de maximum watertemperatuur 31 graden.
- Komend nieuw reglement is bij het stopzetten van de race bij afstanden van 10km en meer. Hoe dit er uit komt te zien is nog niet geheel duidelijk.
- Alle Fina evenementen, behalve vooralsnog de 25km, worden gezwommen in een circuit (rondje).
- Alle Fina wedstrijden starten vanaf een platform en niet meer vanuit het water.
- Tijdwaarnemers en finish jury staat ieder aan een kant van de finish. Net als de hoofd jury en hoofd tijdwaarnemer. Deze staan echter niet naast elkaar.
- De temperatuur van het water wordt in het midden opgemeten, dit midden bij een ‘circuit’ mag ook daadwerkelijk in het midden en hoeft niet op 3 punten te gebeuren.
- Als de keerpunt official of andere, niet baankamprechter (referee) of scheidsrechter (chief referee), een overtreding ziet, zal hij of zij dit direct doorgeven aan de hoofdscheidsrechter. Deze kan de baankamprechter de opdracht geven de betreffende deelnemer alsnog een gele of rode vlag te geven.
- Op het keerpunt 1 official in plaats van 2 bij ons. Dit omdat als er een discussie ontstaat dit altijd in het voordeel van de zwemmer is.
- Iedere jury (finish judge) noteert zijn eigen aankomst, zo ook het hoofd jury. De laatste zal aan de hand van de 3 lijsten de officiële aankomst maken.
- Dit geldt ook voor de tijd. De tijden worden naast elkaar gelegd en tijden worden op de Fina manier gemiddeld.
- Bij ETW gaat deze boven de handtijden. Als de ETW niet klopt dan kan worden overgegaan op de handtijd.
- Bij ETW wordt de tijd bepaald in tienden van seconden
- Een deelnemer is verplicht aan te tikken en wordt anders gediskwalificeerd.
- Een deelnemer die aankomt met maar 1 transponder wordt gediskwalificeerd
- Coaches op het voedingsplatform of in een begeleidingsboot mogen niet fluiten, op straffe van gele kaart of zelfs diskwalificatie voor de deelnemer. Dit geldt

ook bij andere overtredingen begaan door een coach of begeleider.

- Bij het gebruik van begeleidingsboten zal de official altijd al op de boot zijn voor dat de coach hier aankomt.
- Coaches dienen bij inschrijving van de 10km en langer van te voren te worden opgegeven. Iedere coach mag maximaal maar 2 zwemmers begeleiden. Zonder een coach/begeleider mag een deelnemer niet starten. De begeleider hoeft niet uit het zelfde land te komen als de deelnemer, dit mag ook iemand zijn uit het organiserende land.
- Uitsluitijden worden aangepast naar 15 minuten per 5 km.
- Kayaks als veiligheid is toegestaan als extra boten en worden ook geadviseerd. In geval van problemen zwemmer zal hij deze helpen en dan zijn peddel omhoog steken voor de safety craft.
- Een ziekenhuis dient binnen 5 minuten te bereiken zijn. Ook op het water is een arts en verpleegster aanwezig. Op de kant dito plus 2 ambulances.
- Als een zwem(st)er tussen incheck en assembly van badpak wisselt wordt deze automatisch gediskwalificeerd. Men geeft geen mogelijkheid om weer van badpak te wisselen.
- Hoogte finish doek is 60 cm boven het water.
- Men gebruikt een aantekening, van Omega.
- Bij grote wedstrijden is er nu ook een mogelijkheid om tussentijden te hebben
- Men gebruikt speciale diskwalificatie formulieren. Bij een dis wordt deze ingevuld inclusief het reglementsnummer en de uitleg.
- Als coaches overtredingen begaan (fluiten vanuit het voedingsplatform of het gooien van voeding ed. zal zijn zwemmer een gele kaart krijgen.

- Voor de start van een race moeten de coaches op het voedingsplatform staan. Als ze er niet zijn mag de deelnemer niet starten.
- Alleen bij de start dient de zwemmer een badmuts te dragen, daarna mag hij af.

Concluderend denk ik dat het goed is als we scheidsrechters naar deze opleiding sturen, deze minimaal één maal gefungeerd moeten hebben bij een LEN cup, maar het liefst vaker. Gezien het aantal en de invulling van de officials zo anders is dan in Nederland, denk ik dat het voor een official die deze ervaring nog niet heeft, het geheel wel eens erg overweldigend kan zijn en 2 dagen dan zeker te kort is.

Voor mij was de cursus zeer verhelderend en een goede gelegenheid om de Nederlandse manier eens volledig naast die van de Fina te zetten. Sommige interpretaties van de reglementen van de Fina worden bij ons anders toegepast en zouden dus moeten worden aangepast in de reglementen of in de bepalingen. Dit uiteraard zonder de Nederlandse methode onrecht aan te doen. Op dat gebied denk ik dat onze organisaties en de opbouw van de programma's het niet toelaten volledig op de Fina manier te gaan werken. Denk dan vooral aan het aantal officials wat zij per programmanummer gebruiken. Met het tekort waar we nu mee werken zou dat volledig averechts werken. Ook hun ETW is veel verder gevorderd en ik denk niet te betalen voor 90% van de organisaties. Op dat gebied denk ik dat we met het systeem van Sporttijden op de goede en vooral betaalbare weg zijn.

Ik dank de KNZB voor de mogelijkheid die ze me geboden hebben en Alicia in het bijzonder voor het regelen. Ik hoop dat andere scheidsrechters ook deze mogelijkheid geboden kan worden, zeker als de school in de buurt wordt gehouden of als de KNZB hem in samenwerking met de Fina weet te organiseren.

Henk Labordus

6 IRENE VAN DER LAAN TROFEE

Irene van der Laan is op eenzame hoogte wanneer het gaat om het lange afstanden zwemmen. Sinds meer dan 30 jaar is zij de enige Nederlandse zwemmer/ster welke de zogenoemde kanaaldubbel Engeland - Frankrijk en terug heeft bedwongen in een toptijd van 18.15 uur. Ook nu nog steeds zwemt zij lange afstandswedstrijden van 30 km en meer.

Als eerbetoon aan haar prestaties wordt ingaande het openwater-seizoen 2012 jaarlijks aan het einde van het seizoen een trofee uitgereikt welke de naam draagt van Irene van der Laan. Het betreft 1 totaalprijs voor de zwemmer/ster welke de meeste kilometers in een seizoen zwemt. De trofee wordt ontworpen en persoonlijk uitgereikt door **IRENE**.

De prijs is ingesteld door Hans Koster en is voor de eerste 5 jaar gegarandeerd.

Reglement:

Elke gezwommen kilometer zowel schoolslag als vrije slag telt mee in het totaalklassement.

Zowel vrouwen als mannen jeugd en senioren dingen mee naar de prijs. Ook Masters kunnen mee doen, echter alleen in wedstrijden jeugd/senioren, schoolslag/vrijeslag.

De zwemmer die de meeste kilometers heeft gezwommen in een seizoen, wint de prijs.

De punten mogen vergaard worden bij alle officiële open water wedstrijden. Dit zijn wedstrijden die voor het KNZB klassement meetellen en waar alle KNZB/NTB licentiehouders uit geheel Nederland kunnen inschrijven.

Het ONK Marathonzwemmen (IJsselmeer-oversteek) telt uiteraard mee. Bij een gelijk aantal kilometers wint de oudste zwemmer/ster.

De Irene van der Laan Trofee wordt tijdens overige klassementsprijzen van het open water seizoen uitgereikt. Het is **geen** wisselprijs.

7 ELEKTRONISCHE TIJDWAARNEMING NU OOK BIJ OPEN WATER ZWEMMEN.

Tot op heden zijn de meeste open water zwem wedstrijden nog uitgerust met de (oudervetse) printerklokken. Dit zal de meeste zwemmers niet zoveel zeggen maar voor juryleden (klokkers) is het een bekend fenomeen. Om nog maar op te houden voor de mensen van de jury die de tijden in de computer moeten zetten.

Dan zie je ze zitten met een bonnetje uit deze printer klokken en een lijst met volgorde van aankomt. Aan deze mensen dan de eer om dit samen te voegen en er voor te zorgen dat de zwemmers hun tijden krijgen.

Helaas gebeurt het maar al te vaak dat capnummers niet goed te lezen zijn, waardoor er een verkeerd of zelfs geen nummer genoteerd kan worden. Tevens wil je als zwemmer toch niet na 10km zwemmen dat je afhankelijk ben van de ogen en vinger van een persoon, zeker niet anno 2013.

In 2009 heeft Sporttijden samen met een zeer betrouwbare het huidige systeem ontwikkeld. De partner heeft een ruime ervaring in het timen van grote internationale zwemwedstrijden o.a. Wereldkampioenschappen en Olympische spelen.

De Chip

De chips zit aan een nylonband en is voorzien met klittenband, hier is losraken bijna uitgesloten.

Er wordt gebruik gemaakt van twee soorten chips, namelijk de vereniging/persoonlijke (gele) chips en huur chips (witte). Zoals de naam al doet vermoeden, deze chips worden aangeschaft door de vereniging of zwemmer en kunnen daarna onbeperkt gebruikt worden. om het nog interessanter te maken om met deze soort chips te gaan zwemmen is er een terugkoopregeling. Dit houdt in dat wanneer u ophoud met zwemmer Sporttijden de chips van u terug wil kopen. Hoe deze regeling er precies uitziet is terug te vinden op de website: www.sporttijden.com

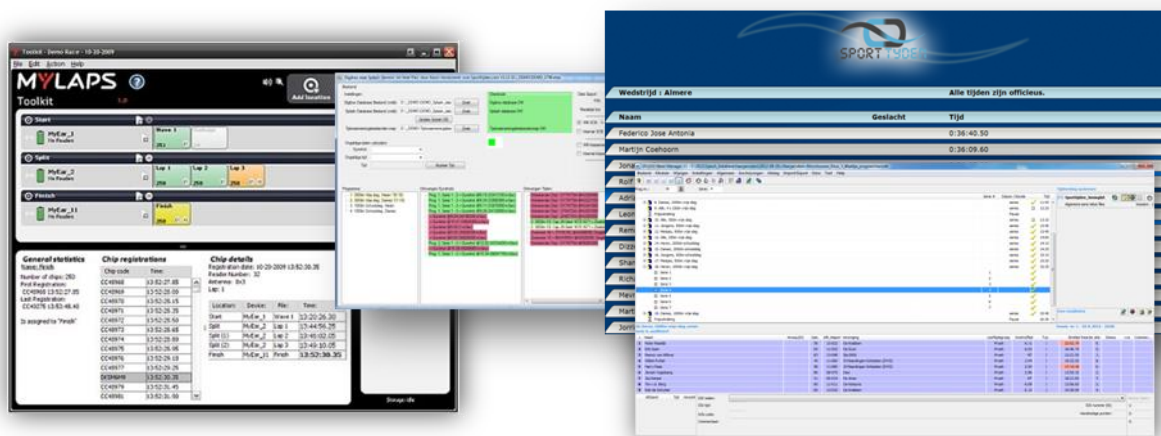
Bij inschrijven via OLOWIS geeft u simpelweg uw chipnummers op en met deze nummer komt u dan in het systeem te staan.

Voor de deelnemers die geen eigen chips hebben zijn er ook huurchips. De organisatie ontvangt aan het begin van de wedstrijd een krat met daarin per vereniging de chips voor deze club. De organisatie is verantwoordelijk voor het uitgeven en weer innemen van deze chips. Deze chips worden verhuurd aan de organisatie, deze is vrij om te doen met deze kosten wat ze willen.

Tijdverwerking

Via ons eigen software pakket kunnen deze tijden direct geïmporteerd worden in Splash.

Ook is het mogelijk om direct live deze tijden op het internet te produceren. Tijden kunnen dan binnen enkele seconden te zien zijn op een groot scherm of beamer. Wat zwemmers ook er leuk vinden is een scherm direct bij het verlaten van het water waar ze hun tijden direct kunnen zien. Er is zelfs een site welke geschikt is voor gebruik met de smartphone.



De uitslag:

Met elektronische tijdwaarneming hoeft er niet meer gewacht te worden tot alles is verwerkt en in de computer is gezet. De tijden en namen van de zwemmers worden direct in splash geïmporteerd. De jury doet de controle aan de hand van de gegevens van de klokkers en de uitslag is klaar.

De K.N.Z.B. heeft zoveel vertrouwen in elektronische tijdwaarneming van Sporttijden dat ze de reglementen hebben aangepast. Wanneer een wedstrijd uitgerust is met deze manier van tijdwaarneming kunt u toe met minder juryleden bij de finish.

Kort samengevat

Door de zwemmers twee polsbandjes om te laten doen kunnen tijden veel nauwkeurigere gemeten worden. Het systeem is voorzien van meerdere back-up manier. De kans dat iemand die de finish op de juiste manier aanraakt geen tijd heeft is minimaal. Omdat deze tijden gelijk digitaal verwerkt worden zijn er geen lange wachttijden op uitslagen.

De computer doet het werk, hierdoor heeft u minder juryleden nodig.

Welke locaties?

De volgende wedstrijden zijn voornemende om hun wedstrijd dit seizoen uit te rusten met elektronische tijdwaarneming, wilt u ook in dit lijstje neem dat snel contact op met Sporttijden om te kijken wat er voor u mogelijk is, info@sporttijden.com

5 & 6	juli	2013	Harens Smid Zwemrace + ONK	Appeltern
7	juli	2013	Scheldestroom	Sluis
13	juli	2013	Race of Rotterdam	Rotterdam
14	juli	2013	Openwater zwemevent (Rondje Pampus)	Muiderberg
2 & 3	augustus	2013	Ter Rede van Hoorn + LEN cup	Hoorn
17	augustus	2013	Open Water Wedstrijd	Heerjansdam
18	augustus	2013	Damme - Brugge	Brugge (Belgie)
24	augustus	2013	PSV Kanaalrace	Oirschot
31	augustus	2013	De Ganzetrek	Wilhelminadorp
1	september	2013	Kanaalrace	Vlissingen
7	september	2013	14 ^e European Master Championships	Eindhoven

De deelnemers aan deze en vele toekomstige wedstrijden wordt de mogelijkheid gegeven om met eigen chips te zwemmen. Vervolgens dient bij inschrijving in OLOWIS op de verschillende wedstrijden met elektronische tijdwaarneming de eigen chipsnummers aangegeven worden. Dit is precies vergelijkbaar met de eigen caps. De chips voor het Open Water Zwemmen zijn te bestellen via de [webshop](#).

Indien men de chips bij de wedstrijd wil ontvangen, kan men dit aangegeven bij de bestelling. Bij bestelling kan men ook kiezen voor het opsturen van de verzending naar het opgegeven adres.

Binnen 48 uur nadat de bestelling is gedaan, ontvangt de besteller een email met daarin de chipnummers die behoren bij de bestelling.

De kosten voor de bestelling zullen in rekening worden gebracht op het depot van de vereniging. Ter goedkeuring van de gedane bestelling zullen wij een akkoordverzoek sturen naar het @zwembond.nl-mailadres van de vereniging.

Voor vragen betreffende de chips kunt u zich richten aan webshop@knzb.nl.

8 REGIONALE KLASSEMENTEN

8.1 Open Water Klassement Zeeland in 2013

Het klassement voor de Zeelandbeker bestaat uit 4 wedstrijden waarvan 3 gezwommen worden in zout water! Gelukkig is het ook deze keer weer gelukt, door combinaties van vrijwilligers van verschillende verenigingen, deze wedstrijden te laten voortbestaan.

Drie van deze wedstrijden tellen ook mee voor de landelijke klassementen. Er is wel met de vaste data geschoven om dubbels met belangrijke toernooien te mijden. Zo is de Ganzetrek nog net in augustus.

Alleen voor Zeeuwen

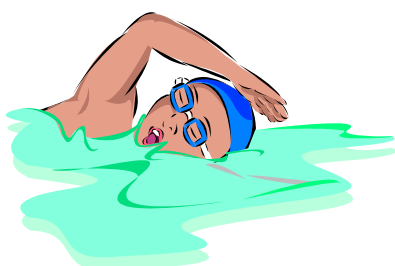
In het Zeelandbeker klassement worden uiteraard alleen Zeeuwse deelnemers opgenomen.

De bepalingen worden vastgesteld tijdens de zwemcommissie vergadering met de zwemcommissies van de verenigingen in april. Vooral Breskens heeft door de locatie en gelijktijdig plaatsvindende visserijfeesten altijd een specifieke ambiance. Sommige zwemmers doen zelfs alleen hierom mee. Ook dit jaar is het masters programma geprogrammeerd, zodat ook voor hen het geen reden meer kan zijn niet te komen.

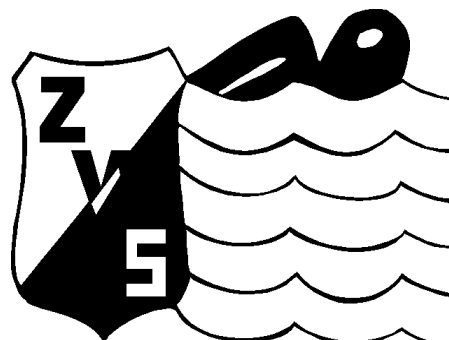
De wedstrijd in Breskens tussen de braderiekramen en snuisterijen, is alleen toegankelijk voor Zeeuwen en telt derhalve niet mee voor de landelijke klassementen.

Zwemcommissie Regio Zuid Afdeling Zeeland.

Stichting Open Water Zwemmen Zeeuwsch -Vlaanderen



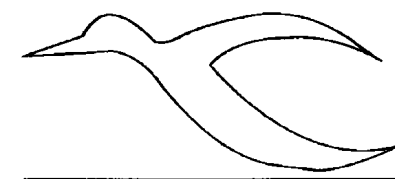
St. OWZ Zeeuws-
Vlaanderen
Sluis
7 juli 2013



Havenwedstrijd
Breskens
3 augustus 2013



De Ganzetrek
Wilhelminadorp
30 augustus 2013



Z.V. "DE STORMVOGEL"
VLISSINGEN

Kanaalrace
Vlissingen
1 september 2013

8.2 Verantwoording prijzen S.V. O.W.Z. Provincie Noord-Holland seizoen 2013¹

Haerlem – Oude Veer – Het Y – DES – Ter Rede van Hoorn

Vijf organisaties uit de provincie Noord-Holland werken bij het open-waterzwemmen nauw samen. De belangrijkste punten van samenwerking zijn: organisatie, ondersteuning, pers en p.r., en prijzen en herinneringen.

Het S.V. O.W.Z. organiseert in 2013 dus vijf wedstrijden: op 16/6 in Spaarnwoude, op 20/7 in Anna Paulowna, op 21/7 in Amsterdam (Gaasperplas), op 28/7 in Medemblik en op 2 en 3/8 in Hoorn. Voor de twee wedstrijddagen in Hoorn geldt, dat bij dubbele onderdelen voor de S.V. O.W.Z. –prijzen slechts een ervan telt (het snelstgezwommen onderdeel). In 2013 organiseert OEZA op zondag 4 augustus haar eerste wedstrijd op de Bosbaan in Amsterdam; daarna zal ook die organisatie deel gaan uitmaken van het S.V. DES maakt ook deel uit van het S.V. (voor de Brakeboer-trofee), maar deze wedstrijd telt (nog) niet mee omdat de afstanden in Medemblik zich daarvoor niet lenen.

Voor de jongste open water zwemmers stelt het S.V. O.W.Z. de Maarten van der Weijden-aanmoedigingsprijs beschikbaar voor de jongens: minioren 4, 5 en 6 samen (500 m VS; 03, 02 en 01), en junioren 1 en 2 samen (1000/1500 m VS; 00 en 99). Voor de meisjes is de Edith van Dijk –aanmoedigingsprijs voor minioren 4 en 5, en junioren 1 samen (500 m VS; 03, 02 en 01), en junioren 1, 2 en 3 samen (1000/1500 m VS; 01, 00 en 99). Er zijn dus vier aanmoedigingsprijzen beschikbaar. (Meisjes-junioren 1 -01- die in aanmerking willen komen voor de aanmoedigingsprijs, komen dus uit in het minioren- OF in het juniorenklassement!)

Voor de zwemmer die aan minimaal drie van de vier wedstrijden in de provincie Noord-Holland heeft deelgenomen, is van deze drie (snelstgezwommen) wedstrijden de positie volgens het grand prix -systeem (10-6-4-3-2-1 punten) bepalend. Als twee zwemmers gelijk eindigen in punten, ontvangen beiden de prijs.

Voor de vereniging van buiten de provincie Noord-Holland die aan de zes wedstrijden in de provincie Noord-Holland samen met het grootste aantal wedstrijdzwemmers heeft deelgenomen, stelt het S.V. O.W.Z. een extra verenigingsprijs beschikbaar. Hiervoor tellen beide wedstrijddagen in Hoorn, en ook de wedstrijd in Medemblik telt mee.

De Kring Noord-Holland en de Kring Amsterdam-'t Gooi (Regio Midwest van de KNZB) stellen samen voor die zwemmer en zwemster uit de provincie Noord-Holland die aan drie van de vier wedstrijden heeft deelgenomen, de Noord-Holland -wisselbeker beschikbaar. Van deze drie (snelstgezwommen) wedstrijden is de positie volgens het grand prix -systeem (10-6-4-3-2-1 punten) bepalend. Als twee zwemmers gelijk eindigen in punten, ontvangen beiden de prijs.

De Noord-Holland-beker mag worden behouden als een zwemmer of zwemster deze driemaal achter elkaar heeft gewonnen, of vijfmaal in totaal; per seizoen wordt aan de winnaar ook een herinneringsbeker uitgereikt.

Er zijn acht (Noord-Holland-)bekers: voor de vrije slag, en voor de schoolslag, heren en dames senioren (94, 93, 92 enz.), voor de vrije slag heren jeugd 1 en 2 samen (96 en 95), en dames senioren 1 en 2 samen (96 en 95), voor de vrije slag jongens junioren 3 en 4 samen (98 en 97), en dames jeugd 1 en 2 samen (98 en 97). Voor de Noord-Hollandbekers gelden vastgestelde wedstrijdonderdelen, die in de programma's met een * zijn vermeld.

De vastgestelde wedstrijd(onderdeel)en zijn:

Spaarnwoude:	2000 m VS en SS senioren, en jeugd, en 1000 m VS junioren;
Anna Paulowna:	3000 m VS en SS senioren, en jeugd, en 1000 m VS junioren;
Amsterdam (Gaasperplas):	3000 m VS en SS senioren, en jeugd, en 1500 m VS junioren;
Hoorn:	1000 m VS en SS (vr) OF 2000 m VS en SS (za) sen., en jeugd, en 1000 m VS jun. (vr) OF 1000 m VS jun. (za).

Alle prijzen worden uitgereikt na de laatste van de zes wedstrijden van de provincie Noord-Holland op zaterdag 3 augustus vanaf 17.15 uur op de nieuwe wedstrijdlocatie van 'Ter Rede van Hoorn'.

HET S.V. O.W.Z. N-H WENST OPEN WATER ZWEMMEND NEDERLAND EEN PRACHTIGE ZOMER, MET VEEL PLEZIER EN SUCCES BIJ DE WEDSTRIJDEN IN DE PROVINCIE NOORD-HOLLAND!



¹ versie 17 mei 2013

8.3 Brabantbikers in 2013 (KNZB Regio Zuid, afdeling Brabant)

Het Brabantbekercircuit blijft in beweging! Helaas zijn De Doornotters gestopt met hun mooie wedstrijd. Gelukkig hebben we een goede vervanging in de vorm van De Biesboschzwemmers. De 'oude vertrouwde' locatie De Kurenpolder in Hank komt daarmee weer op de kalender te staan. De overige organisaties doen ook weer dit jaar mee, waarbij Arethusa in Appeltern voor het tweede achtereenvolgende jaar het ONK Lange Afstand (t/m 5 km) mag organiseren. Dit ONK start al op vrijdag.

Tot slot hebben we dit jaar voor de Masters een extraatje voor het Brabantbekerklassement. Op zaterdag 7 september 2013 wordt in Eindhoven het onderdeel 'open water' van de Europese Masters Kampioenschappen (EMK) gezwommen. Omdat deze wedstrijd in Brabant plaatsvindt en waarschijnlijk veel Brabantse deelnemers zal trekken, heeft de werkgroep Open Waterzwemmen Brabantbeker besloten ook deze wedstrijd mee te laten tellen voor het Mastersklassement Vrije Slag. De masters 20+ hebben in internationaal verband geen status. Zij kunnen zich toch inschrijven voor de wedstrijd op 7 september en doen mee in een soort 'voorprogramma'.

Conclusie: dit jaar zijn er vijf wedstrijden (voor Masters Vrije Slag: zes) met als inzet de diverse Brabantbikers

5 en 6-7-2013: Appeltern (Arethusa Oss) i.c.m. ONK Lange Afstand

18-8-2013: Vught (De Dommelbaarzen)

24-8-2013: Oirschot (PSV Zwemmen)

25-8-2013: Oosterhout (De Warande)

7-9-2013: Eindhoven (EMK, alleen Masters Vrije Slag-klassement)

14-9-2013: Hank (De Biesboschzwemmers)

Voor de volledigheid vermelden wij dat om in aanmerking te komen voor het eindklassement van de Brabantbikers in totaal aan 3 wedstrijden (Masters Vrije Slag: 4 wedstrijden) deelgenomen moet worden. De bikers worden uitgereikt na afloop van de wedstrijd in Hank. Wij wensen ieder een sportieve zwemzomer toe!

Uiteraard zijn er weer mooie bikers te winnen. Voor elke deelnemer, die een klassement 'vol' zwemt, maar niet in de prijzen valt, is er een mooie herinnering.

De klassementsbepalingen staan op de website van de Regio Zuid:

<http://www.knzbkringbrabant.nl/wedstrijdzwemmen/openwaterzwemmen> De wedstrijd informatie staat in het Open Water Boek en op het Nederlands Open Water Web: www.noww.nl.

Met sportieve zwemgroet,

Werkgroep Open Water Zwemmen Brabantbeker
Joost Kuijlaars

Paul van den Heuvel

Harry Stassen



(alleen Masters Vrije Slag)



De Harense Smid Zwemrace

Vr. 5 en za. 6 juli 2013

OZ&PC Arethusa

De Gouden Ham, Appeltern

3^e IJzeren Man Zwemrace

Zondag 18 augustus 2013

VZ&PV De Dommelbaarzen

De IJzeren Man, Vught

2^e PSV Arena SportEmotion Kanallrace

Zaterdag 24 augustus 2013

PSV Zwemmen

Wilhelminakanal, Oirschot

82^e Dopharma Open Waterwedstrijd

Zondag 25 augustus 2013

OZ&PC De Warande

Wilhelminakanal, Oosterhout

EMK

Zaterdag 7 september 2013

Eindhovens Kanaal, Eindhoven

De Kurenpolder Open Water Race

Zaterdag 14 september 2013

De Biesboschzwemmers

De Kurenpolder, Hank

8.4 Zuid-Holland klassement

Bekers zijn bij gebrek aan financiële middelen bij de regio en de organisaties niet ingesteld. De wedstrijdorganisaties hebben alle aangegeven dit wel te willen. Ook zij kunnen de kosten echter niet opbrengen.

Bij de Jan van Scheijndel bokaal worden wel oorkondes uitgereikt voor senioren. Bij de wedstrijd in Heerjansdam vinden de overige oorkondeuitreikingen plaats. Deze zijn voor Masters all-in (met correctiefactor als in Zeeland). minioren 1, 2 en 3, minioren 4, 5 (en 6), junioren in twee sub-leeftijdsgroepen. Voor jeugd is er nog geen separaat klassement.

Meetellende wedstrijden:

vrijdag 14 juni 2013	3 ^e SPEEDO Swim-In Leiden
zaterdag 22 juni 2013	1 ^e editie OWW Dordrecht "4 Havens Swim"
zondag 23 juni 2013	36 ^e editie OWW "De Binnenmaas"
zondag 30 juni 2013	11 ^e Tour de Put (en 2 ^e wedstrijd Tour de Put)
zaterdag 13 juli 2013	1 ^e Open water wedstrijd Rotterdam (Messelande)
zaterdag 17 augustus 2013	9 ^e Open Water Wedstrijd - Heerjansdam
zaterdag 15 september 2013	3 ^e Jan van Scheijndel bokaal

8.5 Noord Nederland bekera

Gegevens ontbreken.

9 VOEDING EN DRINKEN

door Gerard Meurs

Gedurende de gehele voorbereiding is het van groot belang dat je steeds goede en voldoende voeding tot je neemt. Gedurende een aantal weken zal je zeer intensief trainen. Dit vergt veel van je lichaam en het put je energievoorraden uit. Het is belangrijk dat je je lichaam voortdurend voorziet van nieuwe energievoorraden en bouwstoffen. De snelheid waarmee deze energievoorraden worden bijgevuld is door voeding beïnvloedbaar, waardoor je het herstelproces versneld. Voeding is niet alleen van belang voor je trainings- en wedstrijd-prestaties maar ook voor je algemene gezondheid en je gemoedstoestand.

Kortom, voeding is een essentieel onderdeel van het totale trainingsplan van een (top)sporter.

Tijdens de trainingen, stages en tijdens de wedstrijden proberen we de maaltijden zo verantwoord mogelijk te laten samenstellen. Het is belangrijk dat je zelf ook de juiste keuzes maakt. Denk eens even na wat je op je bord schept als je aan tafel zit of langs een buffet loopt of wanneer je 's avonds nog wat eet voordat je gaat slapen.

Onze dagelijkse voeding dient te bestaan uit een aantal essentiële nutriënten:

1. Koolhydraten
2. Eiwitten
3. Vetten
4. Vitamines
5. Mineralen
6. Water

Van deze 6 essentiële nutriënten leveren alleen de eerste 3 (koolhydraten, eiwitten en vetten) energie.

Voedingswaarde energierijke nutriënten:

1 gram	=	calorieën
koolhydraten		4
eiwitten		4
vetten		9

In de onderstaande tekst kom je meer te weten over de drie energierijke nutriënten. Daarnaast vind je een aantal tips die jou kunnen helpen bij het maken van keuzes met betrekking tot je voeding.

Koolhydraten

Koolhydraten is één van de belangrijkste energierijke nutriënten voor intensieve sportprestaties. Koolhydraten geven het lichaam de energie om arbeid te leveren. Je zou kunnen zeggen dat koolhydraten de brandstof is om onze motor te laten draaien.

Koolhydraten worden op verschillende manieren in het lichaam opgeslagen. Als glycogeen in de spieren en in de lever. Als glucose in de bloedbaan. Via allerlei biochemische reacties in het lichaam kunnen zowel glycogeen als glucose omgezet worden tot ATP (adenosinetriphosfaat). ATP is de stof die ervoor zorgt dat spieren kunnen samentrekken en dus arbeid kunnen leveren.

De biochemische reacties kunnen plaatsvinden met of zonder zuurstof. Bij de omzetting van glycogeen tot ATP met zuurstof praten we over aërobe energie levering (aërobe trainingsvormen). In dit geval heb je voor ongeveer 1,5 uur arbeid voorraad aan koolhydraten in je lichaam opgeslagen.

Bij de omzetting van glycogeen tot ATP zonder zuurstof praten we over anaërobe energie levering (anaërobe trainingsvormen). Deze omzetting is een stuk minder efficiënt, je zal dan ook sneller door de voorraad koolhydraten heen zijn.

Koolhydraten komen in ons voedsel voor als enkelvoudige en meervoudige suikers. De enkelvoudige (glucose en fructose) suikers worden heel snel opgenomen in de bloedbaan en zijn dus zeer geschikt om tijdens trainingen te gebruiken. Gelukkig zit AA drank boordevol met deze suikers. (Wel behoorlijk verdunde AA-drink gebruiken anders neem je het weer langzamer op en kun je er misselijk van worden).

De meervoudige suikers zijn vooral geschikt voor de aanvulling van koolhydraten na de training en tijdens de normale maaltijden.

Belangrijk is dat je na een training goed en snel herstelt. Door goed met voeding om te gaan kun je het herstelproces aanmerkelijk versnellen. Uit onderzoek is gebleken dat het van groot belang is om binnen 2 uur na de training je koolhydraatvoorraden volledig aan te vullen. Wacht je hier langer mee dan duurt het herstel tot 2 keer langer. Je kunt je voorstellen dat wanneer je dagelijks vergeet tijdig de gebruikte koolhydraten aan te vullen, je trainingsprestaties (en dus je wedstrijdprestatie) negatief beïnvloed wordt.

Gebruik dus zo snel mogelijk na een training een koolhydraatrijke maaltijd.

In de volgende tabel staat aangegeven welke voedingsmiddelen je bij voorkeur, als middenweg of bij uitzondering kunt nemen. Het streven is om ongeveer 60% van je voeding uit koolhydraten te laten bestaan.

voedingsmiddel	kies bij voorkeur	kies als middenweg	kies bij uitzondering
brood	volkorenbrood bruinbrood volkorenbescuit roggebrood	krentenbrood wittebrood luxe broodjes stokbrood	croissant
beleg	jam honing vruchtenhagel (appel)stroop	hagelslag (vlokken)	chocoladepasta pindakaas sandwichspread
aardappelen	gekookte aardappelen	aardappelpuree	gebakken aardappelen frites
pasta & rijst	zilvervliesrijst volkoren macaroni volkoren spaghetti	rijst macaroni spaghetti	

voedingsmiddel	kies bij voorkeur	kies als middenweg	kies bij uitzondering
groenten	gekookte groente rauwkost	groente in gebonden saus rauwkost met saus	
fruit	alle soorten fruit vruchten op water sinaasappel	grapefruitsap	gedroogd fruit appelsap druivensap

Eiwitten

Eiwitten zijn in het bijzonder van belang als bouwstof voor het lichaam. Ze zijn onmisbaar voor opbouw en herstel van spieren, organen, zenuwstelsel en het bloed.

Eiwitten zijn opgebouwd uit aminozuren die in lange ketens gerangschikt zijn. Als het lichaam een tekort heeft aan koolhydraten dan kan het lichaam overschakelen op het verbranden van eiwitten om arbeid te leveren. Dit moet echter zoveel mogelijk voorkomen worden (dus voldoende koolhydraten innemen).

Normaal gesproken heb je per dag 1,5 tot 2 gram eiwit per kilogram lichaamsgewicht nodig. Producten die eiwitten bevatten zijn:

voedingsmiddel	eiwit
bruin brood (1 snee)	3 gram
aardappel (1 stuk)	1 gram
groente (1 portie)	3 gram
vlees/gem. vet (100 gram)	22 gram
vlees/mager (100 gram)	30 gram
kipfilet (100 gram)	31 gram
vis/mager (100 gram)	23 gram
rijst (1 opscheplepel)	2 gram

voedingsmiddel	eiwit
karnemelk (1 glas)	5 gram
kwark/vol (1 schaaltje)	15 gram
kwark/mager (1 schaaltje)	19 gram
melk (1 glas)	5 gram
kaas (broodbeleg)	5 gram
vleeswaren (broodbeleg)	2 gram

Vetten

De derde energierijke nutriënt die in voeding voorkomt zijn vetten. Vetten worden gebruikt als brandstof (bij lage intensiteit/rustig bewegen), maar kunnen daarnaast ook als bouwstof gebruikt worden. Er bestaan twee soorten vetten. De verzadigde vetzuren en de onverzadigde vetzuren. Het overmatige gebruik van verzadigde vetzuren wordt afgeraden omdat dit kan leiden tot een hoog cholesterolgehalte van het bloed. Het is dus belangrijk om zoveel mogelijk onverzadigde vetten te gebruiken.

Over het algemeen zitten er in onze voeding altijd voldoende vetten. Daar hoeven we ons geen zorgen om te maken. Normaal zal een dieet uit ongeveer 30-35% uit vet bestaan.

voedingsmiddel	kies bij voorkeur	kies als middenweg	kies bij uitzondering
melkproducten	karnemelk magere melk/yoghurt magere kwark/vla yoghurtdrank	halfvolle melk halfvolle yoghurt/kwark	volle melk/vla volle koffiemelk volle kwark chocoladepudding slagroom
vleeswaren	achterham schouderham rookvlees rosbief magere rollade fricandeau kipfilet	casselerrib gekookte tong	bloedworst boterhamworst leverworst paté cervelaatworst cornedbeef ontbijtspek
vlees	biefstuk, tartaar ongepaneerde schnitzel varkenshaas kalkoenfilet kipfilet varkenslappen haaskarbonade	rollade gehakt rib/schouderkarbonade hamburger kip met vel rundervinken	hacheevlees saucijs/slavink rookworst orgaanvlees
vet bij brood	halvarine met maximaal 10 gram verzadigd vet per 100 gram	halvarine met meer dan 10 gram verzadigd vet per 100 gram	roomboter en margarine zonder vermelding van verzadigde vetten
sauzen	rode saus, ketchup, slasaus, ketjap	fritesaus, satésaus, halfvolle mayonaise	mayonaise, crème fraîche, vette jus, zure room
snacks	mini-pizza, loempia, groentesalade, huzarenslaatje	bamibal, bitterbal, kroket, saté-stok, saucijzebroodje, worstebroodje, broodje hamburger	rookworst salade met mayonaise

voedingsmiddel	kies bij voorkeur	kies als middenweg	kies bij uitzondering
noten en zoutjes	Japanse mix zoute stokjes wokkels	zoutjes chips studentenhaver	pinda's hazelnoten walnoten zonnebloempitten

Vitamines en mineralen

Het omzetten van de ingenomen voedingsstoffen naar bruikbare energie voor de spier gebeurt via een groot aantal biochemische reacties in het lichaam. Bij elke reactie spelen vitamines en mineralen een belangrijke rol.

Regelmatig worden er vragen gesteld of teveel aan vitamines schadelijk is. Vitamines kunnen worden onderverdeeld in twee groepen, wateroplosbare vitamines (onder andere vitamine B en C) en vetoplosbare vitamines (onder andere vitamine A, D, E en K).

De in water oplosbare vitamines kunnen niet door het lichaam worden opgeslagen en dienen dus dagelijks aangevoerd te worden. Een teveel verlaat via de urine en de stoelgang het lichaam. De in vet oplosbare vitamines kunnen zich ophopen in het menselijke vetweefsel. Bij zeer grote hoeveelheden zou dit tot schadelijke gevolgen kunnen leiden.

Mineralen zijn anorganische (niet afkomstig van plant of dier) stoffen die in zeer kleine hoeveelheden voorkomen in het lichaam. Mineralen zijn belangrijk voor de enzym systemen. Tot de belangrijke mineralen behoren calcium, fosfor, kalium, magnesium, natrium, ijzer en jodium. Een tekort aan mineralen komt in het algemeen zelden voor. Echter bij warm weer of bij inspanning waarbij je veel transpireert, kunnen tekorten aan mineralen ontstaan.

Onze dagelijkse voeding (mits voldoende groenten en fruit) bevat alle benodigde vitamines en mineralen. Echter zware trainingsperiodes vragen veel van je lichaam. Het zou verstandig kunnen zijn om in deze periodes in overleg extra vitamines en mineralen te gebruiken. Dit kan door speciale aandacht voor de dingen die je eet en drinkt, maar ook door het gebruik van multi-vitamine producten. Overweeg je om een multi-vitamine product te gaan gebruiken, doe dit dan altijd in overleg met je coach en je ouders. Kijk ook altijd op de website van Necedo (www.necedo.nl bij voedingssupplementen) voor aanbevolen producten.

Vocht

Bij zware inspanning, zoals bij sporten, ga je altijd transpireren. Daarnaast zorgt een warme omgeving (warm weer, zwembad) voor extra vochtverlies. Zweet bestaat voornamelijk uit water en in het lichaam opgeloste mineralen. Omdat mineralen belangrijk zijn in het proces van energielevering heb je al bij beperkt vochtverlies een flinke prestatievermindering. Een tekort aan vocht wordt ook wel aangeduid met de term dehydratie. Bij 2% vochtverlies daalt het prestatievermogen al met 10%. Voor sporters is het dus zeer belangrijk om voldoende te drinken. Stel je hebt een dorstgevoel dan komt dat overeen met 2% vochtverlies.

Kies tijdens trainingen voornamelijk voor hypotone dranken. Hypotone dranken zijn dranken waarbij de concentratie opgeloste deeltjes in de drank lager is dan de concentratie van het bloedplasma. Dit zorgt ervoor dat het vocht snel wordt opgenomen. Voorbeelden van hypotone dranken zijn verdunde sportdranken en verdunde vruchtensappen. In de hierboven staande tekst over koolhydraten staat ook het advies om deze dranken voldoende te verdunnen.

Frisdrank en limonades, zoete sportdranken, cola, sprite, enz...) zijn hypertone dranken. Dit houdt in dat de concentratie van deeltjes hoger is dan dat van het

bloedplasma. Deze dranken werken dus niet dorstlessend.

Voor sporters is het dus zeer belangrijk om regelmatig voldoende te drinken, zeker tijdens inspanningen.

Vochtverlies is prestatieverlies !

Tot slot

Tenslotte is het belangrijk dat je voedsel vezelrijk is. Vezels zitten met name in volkorenbrood, bruinbrood, roggebrood, zilvervliesrijst, aardappelen, groente en fruit. Voedingsvezels geven geen energie maar zorgen wel voor een goede werking van de darmen en de stoelgang.

10 WEBSITES



10.1 Nederlands Open Water Web



Het NOWW (www.noww.nl) is de belangrijkste bron van actuele informatie over open water zwemmen en speelt een hoofdrol in de communicatie tussen open water zwemmers, wedstrijdorganisaties en andere geïnteresseerden. Er is formeel geen verband tussen NOWW en de KNZB (Koninklijke Nederlandse Zwembond). De KNZB is op geen enkele wijze verantwoordelijk voor de inhoud van NOWW.

Het NOWW streeft er naar om zo up-to-date en volledig mogelijk te zijn. Relevante informatie wordt zo snel mogelijk geplaatst. Aan de inhoud van de website kan geen recht ontleend worden.

Wat is er allemaal te vinden?

Actuele informatie:

- Het allerlaatste nieuws
- De wedstrijdkalenders
- Wedstrijdverslagen
- Wedstrijduitslagen
- Overzicht van uitgegeven klassementscaps
- Foto's van het lopende seizoen
- Tussenstanden van de klassementen van het lopende seizoen
- Informatie over open water zwemmen uit het BIB en de KNZB-nieuwsbrieven
- Het open water boek van dit jaar (in pdf)

Columns en interviews

Van diverse schrijvers:

- Alexander Hulleman
- Sander van Elburg
- Daan Glorie en anderen

Achtergrondinformatie:

- Achtergrondinformatie over open water zwemmen, Kanaalzwemmen, onderkoeling, voeding, trainingsmethodes, etc.

Formulieren:

- Voorbeeld inschrijfformulier open water wedstrijden
- Inschrijfformulieren voor de ONK
- Bestelformulier voor klassementscaps
- Aanvraagformulier deelname buitenlandse wedstrijden

Statistieken:

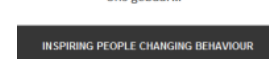
- zoals die van de IJsselmeerzwemmarathon, de zeezwemtocht van Harlingen en Het Kanaal
- Binnenkort ook bijgewerkte top 100 allertijden in diverse categorieën.

Links:

- Naar nationale en internationale wedstrijdorganisaties
- Naar de open water pagina's van andere zwembonden
- Naar de FINA en LEN open water pagina's

Lid worden

Iedereen kan zich aanmelden als lid van het NOWW. Op de website kun je je registreren als lid. Alleen geregistreerde leden kunnen mee discussiëren op de forums. Als lid kun je ook de nieuwsbrieven van het NOWW ontvangen. Deze worden gemaild aan alle leden of soms enkel de organisaties.



Historie NOWW

De site is op persoonlijke titel opgezet door Richard Broer. Inmiddels is het, dankzij de inzet van webmasters Niek Kloots en Richard Broer, een zeer uitgebreide interactieve website waar de bezoekers aan mee kunnen bouwen. De registreerde leden kunnen zelf artikelen plaatsen zoals uitslagen en verslagen. De projectgroep caps en de klassemmentellers kunnen zeer actueel via de site naar de organisaties en deelnemers communiceren.

Hulp geven aan de site?

De webmasters zijn op zoek naar serieuze mensen die kunnen helpen om de site een fraaie inhoud te geven. We zijn gewend aan foto's en soms een video. De video mag best meer! We kunnen ook interviews van zwemmers en organisaties gebruiken.

Iedereen kan bijdragen

Als bezoeker kun je ook je bijdrage aan de website leveren door zelf een artikeltje te schrijven. Over je eigen open water ervaringen, wat je leuk of lastig vindt van open water

10.2 Europese website

Sinds 2008 is de Europese open water website actief (www.openwaterswimming.eu). Op deze site staan nu de Engelse, Franse en Duitse stukken die eerder op NOWW stonden over wedstrijden van over de hele wereld en de verschillende solotochten (Kanaalzwemmen en dergelijke).

zwemmen, maar ook ideeën over open water training, over voeding, tactiek en andere aspecten van het open water zwemmen. Bestaand nieuws aanbrengen kan uiteraard ook. Als je een leuk artikel ontdekt op internet kun je dat linken zodat je het kunt delen met de andere bezoekers. Een artikel scannen uit de krant kan ook en dan kun je het op de site zetten als attachment of als je handig bent ook als "foto". Hoe meer mensen de moeite nemen om relevante informatie en ideeën op NOWW en op openwaterswimming.eu te plaatsen, des te completer en interessanter de site wordt.

Sponsors

Er zijn op het moment van schrijven van dit artikel diverse sponsors van openwaterswimming.eu en NOWW. Zij dragen bij in de kosten van het onderhouden en beheren van de website en de bijbehorende programmatuur. Er is uiteraard nog ruimte voor nieuwe sponsors!

NOWW Webmasters

Niek Kloots,

Richard Broer

www.openwaterswimming.eu

Deze website wordt beheerd door dezelfde webmasters, incidenteel aangevuld met berichten van anderen in het buitenland. De site concentreert zich op Europa, maar er is ook wereldnieuws op open water gebied te vinden.



10.3 Blog Channel Challenge

Op deze blog doet Richard Broer verslag van zijn wederwaardigheden bij zijn eigen voorbereidingen en die van anderen om Het Kanaal te bedwingen. Zo is er veel info over het wereldrecord van onze Dutch Ladies First! terug te vinden.

Ook de 3 estafettes en 6 solo's van dit jaar krijgen aandacht. er zijn diverse interessante links te vinden. Zo zijn er links naar websites waar zwemmers (en estafettes) exact te volgen zijn tijdens hun oversteken.

10.4 In ontwikkeling

Het webteam van noww is bezig een website te ontwikkelen die specifiek bedoeld is om mensen te helpen om solo tochten te zwemmen. Dat kan overigens als individue en als estafette.

Er wordt dan volgens Kanaalzwemregels gezwommen. Meer informatie volgt als de website online is.

11 SPORTEMOTION STAND BIJ OPEN WATER WEDSTRIJDEN IN 2013

SportEmotion is aanwezig bij de volgende openwaterwedstrijden. Hieronder vind je een overzicht wat nu nog bijgewerkt moet worden.

Een pinautomaat is bij de stand aanwezig. Zo hoeft je niet veel geld mee te nemen naar de wedstrijden.

- 13 juli 2013 Rotterdam, Nesselande
- 3 augustus 2013 Hoorn
- 4 augustus 2013 Bosbaan Amsterdam
- 17 augustus 2013 Heerjansdam
- 24 augustus 2013 Oirschot
- 1 september 2013 Vlissingen



12 ARENA KONDIGT GROTE OMRUILACTIE AAN

Bron: www.zwemkroniek.com

Bent u in het bezit van een niet beschadigd Arena Powerskin Carbon Pro pak AR-codes (AR220993 – woman full body open back / AR220994 – woman full body closed back / AR141364 – man jammer), dan komt u in aanmerking voor deze omruilactie.

Allereerst dient elke consument zich te registreren via op de [website van Arena](#). Let op. De hele omruilactie wordt internationaal gecoördineerd. Het gevolg is dat de site in het Engels of het Italiaans is. Arena zal u dan vervolgens informeren over de te nemen vervolgstappen. Het is dus uitdrukkelijk **niet** de bedoeling dat u de pakken terugbrengt naar de **winkeliers**.

Arena Nederland heeft met de KNZB de volgende afspraken gemaakt, om misverstanden te voorkomen:

- De huidige serie Arena Powerskin Carbon Pro pakken zullen vanaf heden niet meer gedragen mogen worden op Fina gereguleerde evenementen.

Voor Nederland en België betreft dit concreet de volgende evenementen:

- Open Nederlandse Kampioenschappen te Eindhoven van 7 – 9 juni

- Diamond Swimming Race te Antwerpen van 10-12 mei
- Open Belgische Kampioenschappen te Antwerpen van 17-19 mei

Op alle overige wedstrijden zijn de pakken gewoon toegestaan met uitzondering van het NK Sprint en NJK.

We zullen alles in het werk stellen om voor het Open NK zoveel mogelijk pakken omgeruild te hebben.

Bericht TOWZ naar aanleiding van voorgaande bericht over Arena badkleding

Met de betreffende pakken mag in open water wedstrijden van de KNZB gezwommen worden tot het einde van dit seizoen. Uitzondering zijn de wedstrijden uit de buitencategorie. Dit zijn:

- Het NK LAZ (t/m 5km) in Oss (enkel de NK nummers)
- De 10km in Hoorn (LEN-cup)
- Het NK marathonzwemmen van Stavoren naar Medemblik.
- Het NK LAZ 10km in Oirschot

Voor wat betreft de EK Masters willen we naar de actuele informatie wijzen op de website van de organisatie.

BEPALINGEN OPEN WATER ZWEMMEN 2013

De wijzigingen ten opzichte van 2012 zijn in het rood.

1.1 Geldigheid

Ingangsdatum

- Deze bepalingen zijn van toepassing op lange afstandswedstrijden die deel uitmaken van het Open Water Circuit 2013 (ingaaude 1 januari 2013).

Werkingsfeer

- Alle wedstrijden worden volgens de KNZB-reglementen verzwoomen. Wedstrijden waarvan een of meer onderdelen meetellen voor de nationale klassementen worden ook volgens deze bepalingen verzwoomen. Wanneer een wedstrijd(onderdeel) onder auspiciën van de LEN of FINA verzwoomen wordt gelden respectievelijk de LEN en FINA reglementen.

1.2 Definities

Algemeen

- KNZB/TOWZ
De KNZB/TOWZ is de afkorting voor de Taakgroep Open Water Zwemmen van de Koninklijke Nederlandse Zwembond.
- Open Water Circuit
De verzameling open water wedstrijden die onder goedkeuring van de KNZB georganiseerd worden en open staan voor alle KNZB-startvergunninghouders.

Wedstrijd

- Vrije datum
Datum waarop geen wedstrijd voor het betreffende klassement staat gepland.
- Beschermde datum
Een datum is beschermd wanneer de KNZB/TOWZ heeft bepaald dat er geen andere, dan de voor deze datum aangewezen wedstrijd mag worden georganiseerd, meetellend voor één of meerdere open water klassementen.
- Wedstrijdonderdeel
Dit is een nummer dat het wedstrijdprogramma wordt gezwoomen bij een open water zwemwedstrijd. Dit kan ook een tijdrace zijn. De wedstrijdonderdelen vormen samen met eventuele prestatietochten het wedstrijdprogramma.
- Uitsluitijden
Om te voorkomen dat wedstrijden extreem lang duren, kan overgegaan worden tot het uit de wedstrijd nemen van deelnemers. Dit kan met behulp van markeringsen in de tijd, eventueel gekoppeld aan een vast markeringspunt.
- Slotwedstrijd
De slotwedstrijd is de laatste open water wedstrijd met meetellende wedstrijdonderdelen. De wedstrijd wordt gebruikt om ook de klassementsprijzen uit te reiken.

Organisaties

- Wedstrijdorganisatie
Een wedstrijdorganisatie, ook wel kortweg organisatie genoemd, die éénmalig of jaarlijks (een) open water evenement(en) organiseert. Een organisatie is voor de KNZB de aanvragende vereniging, kring of stichting (onder voorbehoud ALV).

Deelnemers

- Inschrijfgeld
Dit zijn de kosten die een deelnemer is verschuldigd bij

inschrijving voor deelname aan een open water evenement.

- Leeftijdsgroepen
De leeftijds aanduidingen (voor junioren, jeugd en senioren) zoals gebruikt in de landelijke klassementen en in de bepalingen voor de nationale klassementen is bedoeld als all-in, dat wil zeggen dat meerdere jaargangen binnen deze leeftijds aanduidingen vallen.
- Buitenlandse deelnemers
Een deelnemer wordt als buitenlands aangemerkt indien hij niet startgerechtigd is middels een licentie bij KNZB (of NTB), maar wel via een startlicentie van een bij de FINA aangesloten bond.

KNZB-opmerking

Een buitenlander dient altijd aan te tonen bij de organisatie dat hij/zij startgerechtigd is in eigen land en toestemming heeft om in het buitenland te starten.

Waarnemer

- Waarnemer
Een door de KNZB/TOWZ aangewezen functionaris die een observerende, adviserende en registrerende taak heeft voor de wedstrijdorganisatie, de scheidsrechter en de KNZB/TOWZ.
- Beoordelaar/puntenwaarnemer
Een door de KNZB/TOWZ aangewezen functionaris die een observerende en registrerende taak heeft voor de TOWZ. Dit zijn zwimmers, coaches, leden van organisatiecomités, veiligheidsfunctionarissen, officials en anderen.
- Waarnemingsrapportage
De schriftelijke rapportage die de waarnemer maakt over de wedstrijd.
- Puntenlijst
Een door de waarnemer (en eventueel beoordelaar) in te vullen en te ondertekenen lijst, waarop aan de organisatie punten worden toegekend.

Klassementen

- Individuele Nationale klassementen
Er zijn klassementen voor junioren, jeugd, senioren en Masters voor zowel de schoolslag als de vrije slag. De klassementen zijn separaat voor mannelijke en vrouwelijke deelnemers. Alle klassementen werken op basis van punten
- Nationaal verenigingsklassement
Er is één verenigingsklassement waarin junioren, jeugd, senioren en Masters, zowel mannen als vrouwen op de vrije slag en de schoolslag kunnen bijdragen.
- Leeftijdscorrectie voor Masters
Het aantal seconden dat een zwemmer op basis van zijn/haar leeftijd (sklasse) bij een Masters-wedstrijd-onderdeel in mindering krijgt op de gezwoomen tijd alvorens de score in verenigingsklassement wordt bepaald.
- Meetellen
Het door de KNZB/TOWZ aangewezen worden als voor de klassementen meetellend wedstrijdonderdeel
- Klassementsnummer
Een wedstrijdonderdeel dat meetelt voor de klassementen.
- Klassementswedstrijd
Een wedstrijd waarvan één of meer wedstrijdonderdelen meetellen voor de klassementen.
- Klassementsscore
Het totaal aantal punten waarmee de deelnemer of vereniging in de klassementen genoteerd staat.

- Klassementskilometers
Alle wedstrijdonderdelen die meetellen voor de nationale klassementen (per klassement).
- Volzwemmen
Een enigszins vreemde term voor het behalen van het aantal klassementskilometers behorende bij het klassement. Wanneer meer kilometers binnen een klassement gezwommen worden (dan het aantal klassementskilometers) betekent dit dat de lagere wedstrijdscoring wegvallen in het klassement (ten gunste van de hoger scores). Per 2013 zijn de afstanden voor een aantal leeftijdsgroepen omhoog gebracht.
- Wedstrijdscore
Het totaal aantal punten waarmee de deelnemer op één start in een wedstrijd in de klassementen genoteerd staat.
- Onderlinge confrontatie
Het tegelijkertijd starten van twee of meer deelnemers op een meetellend wedstrijdonderdeel binnen één klassement. De onderlinge confrontaties kunnen belangrijk zijn bij een gelijke stand in de puntenklassementen.
- Weging
Een aanpassing van de afstand voor berekening van de punten wanneer een wedstrijd door extreme weersomstandigheden of stroming van het water veel lichter of zwaarder wordt dan de wedstrijd onder normale omstandigheden zou zijn

Tijdrace

- De tijdrace
Een wedstrijdonderdeel waarbij de deelnemers (op tijd) na elkaar starten.
- Tijdrace (start)tijdwaarnemer
De tijdwaarnemer die het starttijdstip van de zwemmer opneemt.
- Tijdrace (finish)tijdwaarnemer
De tijdwaarnemer die het finishtijdstip van de zwemmer opneemt.
- Tijdrace tijdstip
Een tijdstip wordt gemeten ten opzichte van een door de tijdwaarnemers gezamenlijk bepaald nul-moment. In de praktijk betekent dit dat de tijdwaarnemers van een tijdrace de klokken gelijktijdig starten.
- Tijdrace starttijdstip
Dit is het tijdstip op de klok waarop de deelnemer de startlijn passeert of het signaal krijgt van start te mogen gaan. Voor de waarneming van deze tijd is een (start)tijdwaarnemer verantwoordelijk.
- Tijdrace finishtijdstip
Dit is het tijdstip op de klok waarop de deelnemer de finish heeft aangeraakt. Voor de waarneming van deze tijd is een (finish)tijdwaarnemer verantwoordelijk.
- Tijdrace eindtijd
Dit is de berekening van de gezwommen tijd, waarbij de starttijd van de finishtijd wordt afgetrokken.
- Tijdrace startinterval
De tijd tussen de starts van twee deelnemers.

Kalender

- Vaststelling
De vaststelling van de data waarop de klassementswedstrijden plaatsvinden..
- Klassement-dubbel
Er is sprake van een klassement-dubbel indien twee organisaties op dezelfde datum één of meerdere programmanummers willen laten meetellen voor overeenkomstige klassementen.

Caps

- Projectgroep Caps
De groep mensen die samen verantwoordelijk zijn voor de distributie van de caps bij de wedstrijden.

- Klassementscaps
De caps die door de projectgroep caps worden toegewezen aan de individuele zwemmers.

2 NATIONALE KLASSEMENTEN

2.1 Inleiding

- Alle, in één seizoen vallende en door de KNZB/TOWZ aangewezen wedstrijdonderdelen tellen mee voor de nationale open water klassementen.
- Jaarlijks stelt de KNZB/TOWZ een procedure vast waarmee de wedstrijdkalender wordt vastgesteld.
- De wedstrijdleiding² behoudt het recht om, bij slechte weersomstandigheden een wedstrijd(-onderdeel) tot een half uur eerder (of later) dan aangegeven op de KNZB website te laten aanvangen.

2.2 Inschrijving

- De inschrijvende vereniging dient zich te houden aan de inschrijftermijn van de wedstrijdorganisatie en is tevens verantwoordelijk voor het tijdig arriveren van de inschrijving, ongeacht het gekozen medium. De bewijslast - bij onduidelijkheid over de inschrijving - ligt bij de inschrijvende vereniging. Wanneer bij onenigheid over de inschrijving, de vereniging niet schriftelijk (middels bijvoorbeeld een print van de webpagina) kan aantonen dat de deelnemer ingeschreven is, heeft deze deelnemer geen startrecht.
- Inschrijfgeld is niet verschuldigd voor een ieder, die reglementair is afgemeld (schriftelijk) voor aanvang van de wedstrijd (ongeacht de reden/aard van afmelding).
- Inschrijfgeld is verschuldigd wanneer de deelnemer minder dan 24 uur voor aanvang van de wedstrijddag reglementair is afgemeld bij de wedstrijdorganisatie, tenzij de inschrijvingvoorwaarden van de wedstrijdorganisatie anders bepalen.
- Per vereniging dient één ploegleider te worden aangemeld als woordvoerder. Deze dient uiterlijk bij aankomst kenbaar gemaakt te worden aan de wedstrijdorganisatie.

2.3 Startrecht en klassemendeelname

- Inschrijving en deelname aan wedstrijdonderdelen is toegestaan voor zover de leeftijdsbepalingen dit toelaten. Voor wedstrijdonderdelen buiten de klassementen kan de wedstrijdorganisatie anders bepalen.

KNZB-opmerking:
Dit betekent dat een junior (en zelfs een minor) met jeugd en senioren mee mag zwemmen zolang hij/zij de leeftijdsbepalingen uit het reglement niet overtreedt.

- Buitenlandse deelnemers, worden niet in de nationale klassementen opgenomen, noch kunnen ze voor de puntenberekening als winnaar worden aangeduid.

2.4 Werking puntenklassementen

- Door reglementair in te schrijven op tenminste één voor klassementen meetellend wedstrijdonderdeel wordt een deelnemer in het daarbij behorende individuele klassement opgenomen. .

- De klassementen werken op basis van punten waarbij elke zwemmer per wedstrijdonderdeel punten behaalt volgens de aan de FINA³ ontleende formule $P = 300 * A * (W/T)^3$ waarbij:
P = behaalde punten, in twee decimalen
A = (gewogen) afstand in kilometers
W = tijd winnaar van dat onderdeel
T = tijd van de zwemmer waarvoor de punten worden berekend

Tijden zijn hierbij in seconden op twee decimalen nauwkeurig.

Per zwemmer en per klassement worden de punten van alle wedstrijd opgeteld tot de maximale afstand (= vol klassement) van dat klassement. Zwemt een zwemmer meer kilometers dan vallen de slechtste scores, omgerekend per kilometer, af.

- De vereniging waarvan de klassementsdeelnemer lid is, wordt automatisch opgenomen in het verenigings-klassement
- Is een deelnemer in één seizoen onder de naam van vereniging A gestart dan zal na overschrijving naar vereniging B voor het verenigingsklassement geen punten behaald kunnen worden voor vereniging B. De punten die door de deelnemer behaald zijn voor vereniging A blijven meetellen. Voor de individuele klassementen heeft de overschrijving geen gevolgen.
- Indien een zwemmer zich reglementair afmeldt voor een wedstrijdonderdeel wordt deze zwemmer voor dit onderdeel niet in de klassementen opgenomen.
- De positie in de klassementen van de zwemmer wordt bepaald aan de hand van de totale score ongeacht of de zwemmer het klassement heeft vol gezwommen.
- Het gediskwalificeerd worden voor een wedstrijdonderdeel geeft een puntenscore van 0.00 voor het betreffende wedstrijdonderdeel.

2.5 Regels bij gelijke puntenscore

Om te bepalen wie de winnaar is bij een gelijke stand gelden de volgende regels.

- Bij een gelijk aantal punten, in de individuele senioren klassementen, beslist (in volgorde):
 1. De uitslag van het ONK 5km bij de vrije slag en het ONK 3km bij de schoolslag
 2. Wanneer dit geen uitsluitel geeft, beslist de klassemmentsscore bij een vol klassement vermeerderd met 0,5km. Wanneer dit geen beslissing geeft zal de afstand telkens vermeerderd worden met 0,5km totdat de beslissing gevallen is.
 3. Wanneer ook dit geen uitsluitel geeft, zal bij de vrije slag de optelling van de tijden van de snelste 2, 3 en 5km uitsluitel geven. Bij de schoolslag de snelste 2 x 2km en 1 x 3km.
- Bij een gelijk aantal punten, in de individuele jeugd klassementen, beslist (in volgorde):
 1. De uitslag van het ONK 5km bij de vrije slag en het ONK 3km bij de schoolslag
 2. Wanneer dit geen uitsluitel geeft, beslist de klassemmentsscore bij een vol klassement vermeerderd met 0,5km. Wanneer dit geen beslissing geeft zal de afstand telkens vermeerderd worden met 0,5km totdat de beslissing gevallen is.

² Definitie wedstrijdleiding is te vinden in het algemene reglement van de KNZB

³ De FINA hanteert een vergelijkbare formule bij het vergelijken van prestaties van zwimmers.

3. Wanneer ook dit geen uitsluitel geeft, zal bij de vrije slag de optelling van de tijden van de snelste 2, 3 en 5km uitsluitel geven. Bij de schoolslag de snelste 2 x 2km en 1 x 3km.
- Bij een gelijk aantal punten, in een individueel junioren vrije slag klassement, beslist (in volgorde):
 1. De uitslag van het ONK 2,5km junioren.
 2. Wanneer dit geen uitsluitel geeft, beslist de klassementsscore bij een vol klassement vermeerderd met 0,5km. Wanneer dit geen beslissing geeft zal de afstand telkens vermeerderd worden met 1km totdat de beslissing gevallen is.
 3. Wanneer dit geen uitsluitel geeft, zal bij de vrije slag de optelling van de tijden van de snelste 2 x 1 en 1 x 1,5km uitsluitel geven.
- Bij een gelijk aantal punten, in een individueel schoolslag juniorenklassement, beslist (in volgorde):
 1. De uitslag van het ONK 1,5 km junioren
 2. Wanneer dit geen uitsluitel geeft, wordt de klassementsscore bij een vol klassement vermeerderd met 0,5km. Wanneer dit geen beslissing geeft zal de afstand telkens vermeerderd worden met 0,5km totdat de beslissing gevallen is.
 3. Wanneer ook dit geen uitsluitel geeft, zal bij de schoolslag de optelling van de tijden van de snelste 1 x 1 + 2 x 0,5km uitsluitel geven.
- Bij een gelijk aantal punten, in een individueel Mastersklassement, beslist (in volgorde):
 1. De uitslag van het ONK 3km bij de vrije slag en het ONK 2km bij de schoolslag
 2. Wanneer dit geen uitsluitel geeft, beslist de klassementsscore bij een vol klassement vermeerderd met 0,5km. Wanneer dit geen beslissing geeft zal de afstand telkens vermeerderd worden met 0,5km totdat de beslissing gevallen is.
 3. De laatste voor de nationale Mastersklasseringen meetellende 1km wedstrijd van het seizoen.

Meerdere starts

- Er kunnen per wedstrijd(dag)programma maximaal 2 senioren, 2 jeugd en 2 juniorenonderdelen meetellen per klassement. Per klassement is een minimaal verschil bepaald voor de wedstrijdonderdelen. Dit afstandsverschil geldt enkel voor de reguliere (en wave-) starts en niet voor de tijdtraces (met ingang van 2013 is dit verschil voor alle starts noodzakelijk).
- Masters kunnen per wedstrijd per klassement slechts één wedstrijdonderdeel mee laten tellen voor de klasseringen. Wanneer meerdere onderdelen mogelijk zijn dient de Master tevoren bij de inschrijving aan te geven welk onderdeel dient mee te tellen. Wanneer niets wordt aangegeven telt het hoofdnummer (niet de tijdtrace).

Klassement	minimaal verschil
vrije slag senioren	1500m
schoolslag senioren	1000m
vrije slag jeugd	1000m
schoolslag jeugd	500m
vrije slag junioren	500m
schoolslag junioren	500m
vrije slag Masters	n.v.t.
schoolslag Masters	n.v.t.

- Klassementsnummers mogen als wave verzwommen worden met andere klassementsnummers.

2.6 Klassementen algemeen

Met ingang van 2011 werd het principe losgelaten dat elk klassement een separate start heeft. De reden daarvoor mag duidelijk zijn: het programmeren van veel starts voor veel klassementsonderdelen wordt een ondoenlijke zaak. Daarnaast wordt de overgang van junioren naar jeugd,

alsmede van jeugd naar senioren en senioren naar Masters, hiermee vergemakkelijkt.

- Mastersonderdelen dienen altijd separaat te zijn van andere onderdelen. Dit is in de Mastersreglementen zo geregeld en daarvan kan niet afgeweken worden. Wel kunnen voor senioren leeftijdsgroepen gedefinieerd worden die overeenkomen met die van de Masters. Dit betekent echter niet dat het betreffende wedstrijdonderdeel meetelt voor de nationale Mastersklasseringen. Hiervoor dient door de organisatie dispensatie aangevraagd te worden (via de Taakgroep Masters).
- Jeugd onderdelen mogen (als vanouds) samen met senioren verzwommen worden.
- Een separaat jeugd onderdeel (dus niet samen met senioren) telt met ingang van 2013 voor de juniorenklasseringen.
- De waviestart (zie de bijlage bij deze bepalingen) wordt beschouwd als separate start. Deze start telt dan mee voor de het klassement waarvoor ingeschreven is (en het (experimentele) all-in klassement).
- De waviestart kan uitstekend werken om snel onderdelen na elkaar te laten starten. In dat geval telt het onderdeel voor de klasseringen van de leeftijdsgroep waarvoor ingeschreven is (alsmede voor het (experimentele) all-in klassement).

Bijvoorbeeld:

12a.	1500m vs heren senioren	14.00 uur
12b.	1500m vs heren jeugd	14.02 uur
12c.	1500m vs jongens junioren	14.04 uur
12d.	1500m vs heren Masters 20 ⁴ +, 30+	14.06 uur
12e.	1500m vs heren Masters 40+ - 70+	14.08 uur

Of bijvoorbeeld:

12a.	1500m vs heren senioren	14.00 uur
12b.	1500m vs heren jeugd	14.02 uur
13.	1500m vs jongens junioren	14.04 uur
14a/b.	1500m vs heren Masters 20+, 30+	14.06 uur
14c/f.	1500m vs heren Masters 40+ - 70+	14.08 uur

- De deelnemers kunnen kiezen in welke start ze van start gaan (binnen reglementaire leeftijdsbepalingen). Het programmaonderdeel waarvoor ingeschreven wordt bepaalt hier het klassement waarvoor gezwommen wordt. Schrijft een deelnemer in voor een wedstrijdonderdeel (bijvoorbeeld jeugd) dan dient hij/zij in de juiste wave (= ingeschreven wedstrijdonderdeel) van start te gaan anders telt het wedstrijdresultaat voor deze deelnemer niet mee voor de klasseringen en wordt de race als buiten mededinging (BM) beschouwd.

KNZB-opmerking:

Een jeugd zwemmer kan dus kiezen of hij/zij in 1a of 1b van start wil gaan middels de inschrijving. Het wedstrijdonderdeel telt dan voor deze deelnemer zowel bij de jeugd als bij de senioren.

Voor Masters geldt dit principe niet: het wedstrijdonderdeel telt enkel mee voor de Masters indien in de Masters-wave wordt gestart. Is in de Masters-wave (ingeschreven en) gestart dan telt het wedstrijdonderdeel voor deze deelnemer niet mee in het seniorenklassement.

⁴ Mogelijkheden om meerdere waves voor Masters te creëren op basis van leeftijd en aantal inschrijvingen wordt hiermee vereenvoudigd.

Jeugd klassemmenten met ingang van 2013

- Het jeugdklassement en de nummers die in dit klassement verzwommen worden staan open voor Jeugd 1 en 2
- Het jeugd klassement vormt een apart klassement. Dit wordt deels met het senioren klassement gezwommen. Het kan ook met ingang van 2012 separaat verzwommen worden en met ingang van 2011 in de vorm van een separate wave start bij de senioren. Uitgangspunt voor de puntentelling is hier de tijd van de snelste jeugd-zwemmer.
- Wanneer sprake is van een separate start (waves worden beschouwd als één start) dan telt het wedstrijdnummer niet mee voor het seniorenklassement.)

Junioren klassemmenten

- De jongens junioren 1 & 2- en 3 & 4-klassementen vormen twee aparte klassemmenten, maar worden te allen tijde tezamen gezwommen. Uitgangspunt is hier de tijd van de snelste zwemmer van de eigen leeftijdscategorie.
- De meisjes junioren 1- en 2 & 3-klassementen vormen twee aparte klassemmenten, maar worden te allen tijde tezamen gezwommen. Uitgangspunt is hier de tijd van de snelste zwemmer van de eigen leeftijdscategorie.
- Wanneer er sprake is van een separate start voor jeugd of een wave-start voor jeugd telt de start ook voor het juniorenklassement mee. De waviestart dient dan minimaal in de eerste editie (1.00) van het open water boek gepubliceerd te zijn.
- Wanneer sprake is van een separate start (waves worden beschouwd als één start) dan telt het wedstrijdnummer niet mee voor het (experimentele) all-in klassement.

Mastersklassementen

- Ten behoeve van de competitie worden voor de Masters jaarlijks klassemmenten op basis van tijden samengesteld. Dit zijn de zogenaamde tijdenklassementen.
- Deze bepalingen zijn aanvullend op de overige bepalingen.
- Met betrekking tot het Nederlandse Masters lange afstandswemmen worden individuele tijdenklassementen samengesteld voor iedere leeftijdsgroep: voor dames en voor heren, voor vrije slag en voor schoolslag.
- Bij de Mastersklassementen in het open water zwemmen worden voor de Masters de volgende leeftijdsgroepen gehanteerd: 20+, 25+, 30+, 35+, 40+, 45+, 50+, 55+, 60+, 65+, 70+, 75+, 80+, enz.
- Per klassement kan slechts 1000m meetellen per wedstrijd.
- Een totaalklassement wordt samengesteld door de optelsom van de vijf snelste kilometertijden (of gemiddelde kilometertijden op door de KNZB aan te wijzen wedstrijden over langere afstanden).
- Een Mastersklassement is enkel vol wanneer op minimaal 5 wedstrijden (locaties en/of dagen) gestart is.

KNZB-opmerking:

De 5 klassemmentkilometers kunnen enkel gezwommen worden op vijf (5) verschillende wedstrijden. Er kan wel meerdere malen gestart worden doordat de reguliere 1km Masters, 1km tijdtrace en ONK kunnen meetellen voor de klassemmenten. Bij meerdere starts telt enkel de snelste (gewogen) start. Dit is om te voorkomen dat zwemmers zich beperken tot minder dan 5 wedstrijden.

- Masters die niet op tenminste 5 verschillende wedstrijden zijn gestart worden in het klassement altijd geplaatst achter de zwemmers die dat wel hebben

gedaan, noch kunnen zij voor een klassemmentsprijs in aanmerking komen.

All-in klassemment

In 2011 is gestart met een experimenteel all-in klassemment. Hieraan worden geen prijzen toegekend.

Tijdtraces

- De inschrijvende vereniging dient bij de inschrijving aan te geven voor welk klassemment de inschrijving geldt: junioren, senioren of Masters. Wanneer niets is aangegeven zwemt de deelnemer voor het seniorenklassement.
- Een vrije slag tijdtrace mag een veelvoud van 250m zijn en minimaal 500m zijn tot een maximum van 5000m en kan deel uitmaken van de klassemmentnummers.
- Een schoolslag tijdtrace mag een veelvoud van 250m zijn en minimaal 500m zijn tot een maximum van 2500m en kan deel uitmaken van de klassemmentnummers.

Minimale en maximale klassemmentsafstanden

De onderdelen voor de

- Vrije slag klassemmenten voor senioren dames en heren worden verzwommen over 1.000 tot en met 10.000 meter, in veelvouden van 250 meter. Schoolslag klassemmenten voor jeugd en senioren dames en heren worden verzwommen over 1.000 tot en met 5.000 meter, in veelvouden van 250 meter.
- Vrije slag klassemmenten voor jeugd dames en heren worden verzwommen over 1.000 tot en met 10.000 meter, in veelvouden van 250 meter. Schoolslag klassemmenten voor jeugd en senioren dames en heren worden verzwommen over 1.000 tot en met 5.000 meter, in veelvouden van 250 meter.
- Vrije slag klassemmenten voor junioren worden verzwommen over 1000 tot en met 2.500 meter, in veelvouden van 250 meter.
- Schoolslag klassemmenten voor junioren worden verzwommen over 500 tot en met 1.500 meter, in veelvouden van 250 meter.
- Mastersklassementen worden verzwommen over 500 tot en met 3.000m op de vrije slag en 500 tot en met 2000m op de schoolslag, in veelvouden van 250 meter. Slechts één afstand per wedstrijd zal meetellen per klassemment (zie "meerdere starts").

Uitzondering op de regel voor veelvouden van 250m is elders in deze bepalingen terug te vinden.

Verenigingsklassement

- Het klassemment is een combinatie van alle landelijke junioren- senioren- en Mastersklassementen en wordt verzwommen over de 150 kilometer die tot de hoogste puntenscore leidt, met dien verstande dat:
 - van de 150km minimaal 25% door deelnemers van het vrouwelijke geslacht en minimaal 25% door deelnemers van het mannelijke geslacht gezwommen worden;
 - van de 150km minimaal 50% in de vrije slag gezwommen worden;
 - van de 150km minimaal 50% in de senioren klassemmenten gezwommen worden.
 - van de 150km minimaal 10% in schoolslag gezwommen is
- Het aantal meetellende kilometers is per zwemmer beperkt tot:
 - minioren, meisjes junioren 1, 2 & 3 en jongens junioren 1 en 2: maximaal 15km.
 - jongens junioren 3 en 4, jeugd, senioren en Masters: maximaal 25km
- De klassemmentkilometers mogen per zwemmer uit verschillende individuele klassemmenten komen, doch

niet meer zijn dan het maximum voor dat individuele klassement

- Om de Masters over de volle breedte vergelijkbaar te maken met de andere leeftijdsgroepen wordt een omrekenformule gehanteerd die bepaald is met behulp van de Masterswereldrecords per 01-12-2009 op de 1500m vrij & 200m schoolslag en de historie van de Nederlandse open water tijden.
correctie = round (*a* * (exp (*b* * (leeftijd - 27)) - 1))

De parameters a en b verschillen per slag en sexe:

klassement	factor a	factor b
vrije slag heren	12	0,062
schoolslag heren	18	0,062
vrij slag dames	28	0,055
schoolslag dames	64	0,045

Klassementen en afstanden

Volgend schema is van toepassing voor 2013:

klassement	d/h/m/j	mini- en maximale klassementsafstand ⁵	vol OW-klas	minimale vereisten voor vol OW-klas
schoolslag junioren 1 en 2	jongens	500 t/m 2500m	5km	naar eigen keuze
schoolslag junioren 3 en 4	jongens	500 t/m 2500m	5km	naar eigen keuze
schoolslag junioren 1	meisjes	500 t/m 2500m	5km	naar eigen keuze
schoolslag junioren 2 en 3	meisjes	500 t/m 2500m	5km	naar eigen keuze
schoolslag jeugd	heren	1000 t/m 5000m	20km	naar eigen keuze
schoolslag jeugd	dames	1000 t/m 5000m	20km	naar eigen keuze
schoolslag senioren	heren	1000 t/m 5000m	20km	naar eigen keuze
schoolslag senioren	dames	1000 t/m 5000m	20km	naar eigen keuze
vrije slag junioren 1 en 2	jongens	1000 t/m 2500m	10km	naar eigen keuze
vrije slag junioren 3 en 4	jongens	1000 t/m 2500m	10km	naar eigen keuze
vrije slag junioren 1	meisjes	1000 t/m 2500m	10km	naar eigen keuze
vrije slag junioren 2 en 3	meisjes	1000 t/m 2500m	10km	naar eigen keuze
vrije slag jeugd	heren	1000 t/m 10000m	40km	5km < 5km & 5km ≥ 5km
vrije slag jeugd	dames	1000 t/m 10000m	40km	5km < 5km & 5km ≥ 5km
vrije slag senioren	heren	1000 t/m 10000m	40km	5km < 5km & 5km ≥ 5km
vrije slag senioren	dames	1000 t/m 10000m	40km	5km < 5km & 5km ≥ 5km
vrije slag Masters	heren	500 t/m 3000m	5km	naar eigen keuze (minimaal 5 wedstrijden)
vrije slag Masters	dames	500 t/m 3000m	5km	naar eigen keuze (minimaal 5 wedstrijden)
schoolslag Masters	heren	500 t/m 2000m	5km	naar eigen keuze (minimaal 5 wedstrijden)
schoolslag Masters	dames	500 t/m 2000m	5km	naar eigen keuze (minimaal 5 wedstrijden)

Aan regels in de kolom “minimale vereisten” moet minimaal worden voldaan om een “vol” klassement te zwemmen en dus een eventuele maximale puntenscore te kunnen behalen.

2.7 Diversen

Uitsluittijden

- Bij afstanden vanaf 2.500 meter mogen uitsluittijden op basis van de achterstand op de voorste zwemmer van 5 minuten (of meer) per kilometer worden gehanteerd. Bekendmaking van de uitsluittijden vindt (minimaal) plaats door publicatie op de KNZB website (in de advertentie in het open water boek).

Weging afstand bij bijzondere omstandigheden

- Elk meetellend wedstrijdonderdeel in de puntenklassementen kan een weging krijgen. Bij stroming en andere bijzondere omstandigheden kan een correctie worden toegepast, waarbij de weging hoger of lager kan uit vallen. De gemiddelde stroomsterkte op het parcours en de bijzondere omstandigheden dienen per wedstrijdnummer op het proces verbaal te worden vermeld. De scheidsrechter, de waarnemer(s) en de klassementsteller adviseren de KNZB/TOWZ hierin.

Aanvullende bepalingen

- Indien zich tijdens een wedstrijdonderdeel, naar het oordeel van de scheidsrechter en/of waarnemer, onregelmatigheden hebben voorgedaan, zodanig dat deze een klassement onzuiver beïnvloeden, kan de KNZB/TOWZ besluiten dit wedstrijdonderdeel voor het betreffende klassement als niet verzwommen te beschouwen.
- Een deelnemer die op één wedstrijd dag reglementair heeft ingeschreven voor twee of meer wedstrijdonderdelen die meetellen binnen één klassement en vervolgens op één of meer van die wedstrijdonderdelen niet start (i.e. niet reglementair afschrijft), krijgt geen punten voor de op die dag wel gestarte onderdelen. Indien de betreffende deelnemer één of meer van deze onderdelen wint, zullen de door hem gezwommen tijden niet als uitgangspunt dienen voor de berekening van de punten van de overige deelnemers.

⁵ De individuele tijdtraces mogen afwijken van deze afstand.

3 DE WEDSTRIJDORGANISATIES

3.1 Aanmelding

- Aanmelding kalender: de organisatie van een wedstrijd dient jaarlijks schriftelijk door middel van een volledig ingevuld aanmeldingsformulier (inclusief wedstrijd-programma) aan het bondsbureau van de KNZB mede te delen welke wedstrijdonderdelen en op welke datum zij in het volgende seizoen wil organiseren.
- Wijziging van het programma na vaststelling van de wedstrijdkalender kan slechts met instemming van de KNZB/TOWZ.
- Een organisatie die zich niet aanmeldt conform de door de KNZB/TOWZ gestelde criteria, kan enkel uit de vrije data kiezen na vaststelling van de kalender. Lukt dat niet, dan kan de organisatie voortgaan met het organiseren, doch de wedstrijd telt niet mee voor de nationale klasseringen (zie ook kalender bepalingen). Een organisatie die zich na 31 januari aanmeldt, zal desondanks niet meetellen voor de nationale klasseringen.
- Een nieuwe wedstrijd baan dient voor 1 februari door de organisatie gemeld te worden aan het bondsbureau, zodat de KNZB/TOWZ de baan kan inspecteren en de organisatie kan adviseren.
- Indien de organisatie niet kan voldoen aan voorwaarden uit de bepalingen, kan bij de KNZB/TOWZ dispensatie aangevraagd worden. Deze wordt in de regel pas na goede argumentatie toegekend.
- Na vaststelling van de wedstrijdkalender dienen de organisaties hun wedstrijden zelf bij de KNZB uiterlijk 14 dagen voor de wedstrijd aan te melden via de webkalender.

3.2 Programma en advertentie

- Bij organisaties van (een) klassementsnummer(s) wordt een bijdrage per advertentiepagina van het depot ingehouden, ter dekking van de advertentiekosten op de KNZB website. De redactie bepaalt de lay-out van deze advertenties. Ook voor buitenlandse en niet-klassementswedstrijden bestaat deze mogelijkheid.
- De advertentie zoals vermeld op de KNZB website is bepalend voor de aanvangstijden van de voor de klasseringen meetellende wedstrijdonderdelen. Wanneer hiervan moet worden afgeweken dient de organisatie er voor zorg te dragen dat dit minimaal 3 weken voor de geplande wedstrijddatum via de websites: www.knzb.nl en www.noww.nl wordt kenbaar gemaakt. Daarnaast dienen alle inschrijvende verenigingen en de KNZB rechtstreeks, en uiterlijk 3 x 24 uur voor aanvang van de wedstrijd, de juiste aanvangstijden schriftelijk of per e-mail te ontvangen.
- Organisaties die meerdere afstanden uit één klassement programmeren, dienen de starttijden zodanig vast te stellen, dat de deelnemers op al deze afstanden kunnen starten.

KNZB-opmerking:

Uitgangspunt hierbij is 30 minuten rusttijd plus 20 minuten per te zwemmen kilometer. Hierbij wordt gerekend van start tot start van de betreffende klassementsnummers.

3.3 Uitslagen

- De organisatie zorgt dat de klassementsteller uiterlijk drie dagen na de wedstrijd in het bezit is van de uitslagen. Dit gebeurt bij voorkeur op digitale wijze (ow2013uitslagen@noww.nl). Daarnaast dienen de uitslagen eveneens binnen 3 dagen na de wedstrijd in de KNZB webkalender te worden geupload.

3.4 Wedstrijd baan

- Het eerste keerpunt (of andere richtingsverandering) van een voor de klasseringen meetellend wedstrijdnummer, van 1000m of langer, zal zich in een rechte lijn van minimaal 500m van de start bevinden bij een enkelvoudige rechte baan (met uitzondering van kleine correcties bij start en finish) of minimaal 250m wanneer er van een andere vorm baan sprake is (bijvoorbeeld een driehoek of trapezium). Tijdtraces hoeven geheel niet aan deze voorwaarden te voldoen.
- Een uitzondering op de bepaling dat een klassementsafstand een veelvoud van 250m moet zijn, kan het overbruggen van de afstand van A naar B zijn. Meestal is hier sprake van markante punten (bijvoorbeeld van brug naar brug of van oever tot oever). De KNZB/TOWZ kan hiervoor aparte goedkeuring verlenen.

3.5 Waarnemer

- De organisatie geeft de waarnemer vrij toegang tot het wedstrijdterrein (ook op het water) en de gebruikte ruimtes.
- De organisatie geeft de waarnemer de gelegenheid om adviezen te geven en het rapport en de puntenlijst te bespreken.
- De organisatie verplicht zich tot medewerking bij het invullen van het waarnemingsrapport en de puntenlijst en het verstrekken van alle benodigde gegevens, inclusief de volledige wedstrijd uitslagen.
- De organisatie stelt de waarnemer zo nodig een vaartuig ter beschikking.

3.6 Dispensatie

- Indien een organisatie, op bepaalde aspecten, niet in staat is aan de KNZB-reglementen te voldoen, is het noodzakelijk om tegelijk met de aanmelding voor de kalender dispensatie aan te vragen bij het KNZB bondsbureau voor datgene, waaraan de organisatie niet kan voldoen.

4 PROGRAMMA'S VOOR WAARDERING IN DE PUNTENLIJST

Dit deel is met de invoering van de nieuwe puntenlijst geheel komen te vervallen.

5 PUNTENLIJST EN WAARNEMERSCHAP

De KNZB/TOWZ vindt de waarneming van wedstrijden van groot belang in verband met:

- de kwaliteitscontrole op de wedstrijden
- de kwaliteit van de jurering
- de veiligheid
- de vaststelling van kalender

De waarnemer kan door de organiserende instantie aangevraagd worden en/of kan op initiatief van de KNZB/TOWZ toegewezen worden.

- De KNZB/TOWZ kan voor elk aangemeld evenement een waarnemer (KNZB afgevaardigde) aanwijzen. De waarnemer wordt niet tevoren aangekondigd.
- De organisatie kan voor advies, maar ook om de score op de puntenlijst te verifiëren, een waarnemer aanvragen. De kosten per aanvraag zijn in 2013: de gemiddelde kostprijs. De aanvraag voor een waarnemer dient voor 1 februari gedaan te zijn middels een mailbericht naar towz@noww.nl en sybrechtlensink@knzb.nl of het wedstrijdaanvraagformulier.
- Een organisatie die voor het eerst wil meetellen voor de nationale klassementen wordt op kosten van de KNZB/TOWZ een waarnemer toegewezen.
- Taak van de waarnemer is:
 - a) Het controleren of de betreffende wedstrijd geheel volgens de KNZB-reglementen en de geldende open water wedstrijd- en klassementsbepalingen wordt georganiseerd;
 - b) Het controleren of de te zwemmen afstanden correct zijn uitgezet. Dit kan zowel door de landmetersverklaring na te kijken als ook alertheid op de finishtijden van zwemmers te betrachten. De waarnemer kan de afstand nameten met behulp van GPS-apparatuur. De waarnemer is bevoegd de scheidsrechter en de KNZB/TOWZ te adviseren over de baanlengte.
 - c) Op verzoek van de dienstdoende scheidsrechter bijstand verlenen aan de jury;
 - d) De scheidsrechter wijzen op onvolkomenheden bij het wedstrijdverloop;
 - e) Het bijvoorbeeld door middel van een waarnemingsrapport schriftelijk rapporteren aan de

KNZB/TOWZ van het wedstrijdverloop, alsmede het adviseren over aangelegenheden die bepalend zijn voor het wel of niet mee laten tellen van wedstrijdonderdelen voor de klassementen;

- f) Het gevraagd en ongevraagd adviseren van de scheidsrechter en/of organisatie met betrekking tot verbeteringen van werkwijze, parcours, accommodatie en dergelijke.
 - g) Adviseren van de KNZB/TOWZ bij het niet nakomen van de bepalingen en/of reglementen door de organiserende instantie en/of scheidsrechter.
 - h) Advies uitbrengen aan de KNZB/TOWZ (over onder andere de weging van de klassementskilometers).
 - i) Het invullen en ondertekenen van de puntenlijst.
 - j) Wanneer de wedstrijdorganisatie een waarnemer aanvraagt kan deze verzocht worden (door de wedstrijdorganisatie en/of de KNZB/TOWZ) het waarnemingsrapport in te vullen. De waarnemer kan het waarnemingsrapport ook gebruiken als hulpmiddel om zijn waarnemingen systematisch te doen.
 - k) Wanneer de KNZB/TOWZ een waarnemer aanwijst, zal deze t.b.v. de KNZB/TOWZ de puntenlijst invullen
- Wanneer geen waarnemer de wedstrijd bezoekt, zal het aantal punten wat de wedstrijd eerder heeft behaald blijven staan.
 - Ook anderen (uitsluitend door de KNZB/TOWZ aangewezen) kunnen de lengte van de baan controleren. Wanneer er grote afwijkingen in afstand zijn en de afstand niet wordt gecorrigeerd voorafgaand aan de betreffende starts, zullen de betreffende nummers niet mee tellen voor de klassementen.
 - Ter informatie aan de KNZB/TOWZ kan te allen tijde aan derden met voldoende expertise worden gevraagd om de puntenlijst in te vullen.
 - De organisatie van het ONK behoudt zijn rechten op de eerder gegeven punten voor de puntenlijst.
- In 2013 wordt gewerkt met de in 2011-2012 ontwikkelde puntenlijst. Voor de procedure daaromtrent verwijzen wij naar de bijlage puntenlijst.

6 BEPALINGEN SAMENSTELLING WEDSTRIJDKALENDER 2013

Uitleg en inleiding

Deze bepalingen gelden voor de vaststelling van de wedstrijdkalender 2013. Leidend bij de vaststelling van de kalender is de score op de zogenaamde puntenlijst. Klassementdubbels worden onder voorwaarden toegestaan.

Buitencategorie

Er zijn in Nederland bijzondere open water wedstrijden waar de score op de puntenlijst niet geldt. Deze worden in de buitencategorie geplaatst. Dit zijn:

- Het (O)NK Lange Afstand Zwemmen
- Het (O)NK Marathonzwemmen
- Door de KNZB/TOWZ aan te wijzen wedstrijden. Daartoe kan de organisatie schriftelijk een beargumenteerde verzoek indienen bij KNZB/TOWZ.

Kalenderbepalingen 2013

- De deadline voor de aanmelding voor de kalender wordt jaarlijks vastgesteld. Voor de kalender van 2014 is dit 20 november 2013.
- De punten van een wedstrijd worden bepaald aan de hand van tevoren vastgestelde criteria. De KNZB/TOWZ stelt jaarlijks de puntenscore vast na advies van de waarnemer.
- Een wedstrijd behoudt bij niet organiseren één jaar zijn punten. Daarna wordt het aantal punten elk jaar telkens verlaagd met 25 punten (cumulatief). Dispensatie hierop, als gevolg van bijzondere klimatologische omstandigheden, als onvoldoende waterkwaliteit (door natuurlijke omstandigheden), storm of extreme koude, kan worden aangevraagd bij de KNZB/TOWZ. Deze aanvraag dient vergezeld te gaan van de benodigde bewijsstukken.
- Wedstrijden die niet voldoen aan de categorie veiligheid verplicht kunnen niet meetellen voor de klassementen.
- Wedstrijden met te weinig punten in de categorie veiligheid krijgen een jaar de kans om zich "te revancheren". Daarna besluit de KNZB/TOWZ of het meetellen voor de klassementen blijft gehandhaafd. Een waarnemer wordt op kosten van de organisatie toegewezen om weer mee te tellen.
- Een (nieuwe) organisatie in het open water circuit kan bij eerste organisatie meetellen in de nationale klassementen wanneer aan de voorwaarden (voldoen aan bepalingen en reglementen) voldaan is. Dit ter beoordeling van de waarnemer.

Keuze van wedstrijddata

De circuitkalender wordt in **goed** overleg tussen de organisaties samengesteld en door de KNZB/TOWZ vastgesteld.

- Tijdens het (O)NK Marathonzwemmen kan er door een andere organisatie een wedstrijd georganiseerd worden. Daarbij zullen wedstrijdafstanden van langer dan 5000m niet meetellen voor de nationale klassementen.
- Gelijktijdig met een wedstrijd van de buitencategorie (niet de (O)NK Marathon zijnde) zullen bij andere organisaties de wedstrijdonderdelen voor geen enkel landelijk klassement meetellen.
- Het programma zoals ingestuurd met de aanvraag voor de kalender is bepalend. Afwijkingen van het

ingezonden programma kunnen enkel plaatsvinden in overleg met de KNZB/TOWZ.

- De organisatie van de slotwedstrijd dient een programma aan te bieden met voor elk klassement minimaal één wedstrijdonderdeel.

Wanneer de organisaties de data met elkaar overeenkomen, komen onderstaande bepalingen te vervallen. Met andere woorden: als twee organisaties vinden dat ze samen op één tijdstip willen organiseren, kan dat.

- Klassementsafstanden van 5km of langer binnen één klassement bij twee gelijktijdige organisaties worden niet toegestaan. De organisatie met de hoogste punten mag bepalen of ze de betreffende afstand wil organiseren.
- Een dubbel kan slechts plaatsvinden indien de wedstrijden niet te dichtbij elkaar georganiseerd worden. De afstand mag niet minder zijn dan 75km hemelsbreed. De hemelsbrede afstand wordt van startlijn tot startlijn gemeten in Google Earth. Indien de afstand te kort is telt de wedstrijd met het hoogste puntenaantal mee voor de nationale klassementen.

Volgorde vaststelling kalender

De volgende systematiek wordt gehanteerd bij de vaststelling van de wedstrijdkalender.

Jaarlijks wordt een top 10 vastgesteld in elk geval bestaande uit de ONK's lange afstandswemmen en de wedstrijden uit de buitencategorie aangevuld met de wedstrijden met de hoogste puntenaantallen. Voor deze top 10 worden geen klassement dubbels toegestaan.

1. De data voor de ONK's lange afstandswemmen worden vastgesteld (dit zijn beschermde data).
2. De data voor de wedstrijden in de buitencategorie worden vastgesteld (dit zijn beschermde data).
3. De wedstrijddata worden aangevuld tot 10 uit de top 10 wedstrijden worden vastgesteld in volgorde van puntenaantal (dit zijn beschermde data).
4. De overige organisaties kiezen een datum. Zij mogen onderling klassementdubbels vormen.
5. Wedstrijden die zich aanmelden (of een datumwijziging doorgeven) na de deadline voor de kalenderaanmelding, doch voor de vaststelling van de kalender, kunnen op volgorde van (aan)melding een vrije datum kiezen.
6. KNZB/TOWZ stelt de slotwedstrijd vast aan de hand van de wedstrijdprogramma's. Een beperkt klassementsprogramma is hiervoor de minimale vereiste (zie ook definitie!)
- Na de slotwedstrijd kunnen wedstrijden worden georganiseerd. De wedstrijdonderdelen tellen echter niet mee voor de nationale klassementen.
7. Organisaties die zich na vaststelling van de kalender en niet later dan 31 januari aanmelden voor het organiseren van een klassementswedstrijd kiezen in volgorde van aanmelding een vrije datum.
8. Wedstrijden die zich aanmelden na 31 januari tellen niet mee voor de nationale klassementen. Om in het volgende jaar mee te kunnen tellen is een vrije datum een vereiste.

7 PRIJZEN, MEDAILLES, ERETEKENS

7.1 Klassementsprijzen

Juniores, jeugd- en seniorenklassementen

De nummers één, twee en drie van alle individuele klassementen ontvangen aan het eind van het seizoen een medaille. De winnaars in de individuele seniorenklassementen ontvangen voor één jaar een eeuwigdurende wisselprijs.

- Deelnemers kunnen voor meerdere prijzen in aanmerking komen indien zij ook in een hoger klassement bij de eerste drie eindigen.

Verenigingsklassementen

- De nummers één, twee en drie van de verenigingsklassementen ontvangen aan het eind van het seizoen een prijs. De winnende vereniging ontvangt voor één jaar een eeuwig durende wisselprijs.

Mastersklassementen

- De nummers één, twee en drie van de Mastersklassementen met een vol klassement ontvangen aan het eind van het seizoen een medaille.

7.2 ONK-prijzen

Zie voor de ONK prijzen de ONK bepalingen.

7.3 KNZB-prestatiemedailles

- Een deelnemer kan meerdere prestatiedailles behalen bij het zwemmen, de medaille behorende bij de hoogste prestatie mag men aanvragen. Dit betekent dat er slechts één medaille in ontvangst mag worden genomen voor de gehele sector zwemmen.
- Er zijn medailles per leeftijdsgroep/klassement te verdienen:
 1. vrije slag dames senioren
 2. vrije slag dames jeugd
 3. vrije slag heren senioren
 4. vrije slag heren jeugd
 5. vrije slag meisjes junioren 1
 6. vrije slag meisjes junioren 2 en 3
 7. vrije slag jongens junioren 1 en 2
 8. vrije slag jongens junioren 3 en 4
 9. vrije slag Masters dames (elke categorie)
 10. vrije slag Masters heren (elke categorie)
 11. schoolslag dames senioren
 12. schoolslag dames jeugd
 13. schoolslag heren senioren
 14. schoolslag heren jeugd
 15. schoolslag meisjes junioren 1
 16. schoolslag meisjes junioren 2 en 3
 17. schoolslag jongens junioren 1 en 2
 18. schoolslag jongens junioren 3 en 4
 19. schoolslag Masters dames (elke categorie)
 20. schoolslag Masters heren (elke categorie)
- Lange afstandswimmers komen in aanmerking voor een prestatiedaille indien zij een vol klassement zwemmen en daarnaast voldoen aan de volgende voorwaarden:

Prestatiemedailles voor vrije slag dames senioren en heren senioren:

- Zilver:
Voor een zilveren prestatiedaille moet men bij de eerste 10 deelnemers eindigen in het senioren lange afstandsklassement vrije slag en minimaal 270 punten per kilometer hebben behaald over de meetellende klassementskilometers.

- Brons:
Voor een bronzen prestatiedaille moet men bij de eerste 20 deelnemers eindigen in het senioren lange afstandsklassement vrije slag en minimaal 240 punten per kilometer hebben behaald over de meetellende klassementskilometers.

Prestatiemedailles voor vrije dames jeugd en heren jeugd:

- Zilver:
Voor een zilveren prestatiedaille moet men bij de eerste 10 deelnemers eindigen in het jeugd lange afstandsklassement vrije slag en minimaal 270 punten per kilometer hebben behaald over de meetellende klassementskilometers.
- Brons:
Voor een bronzen prestatiedaille moet men bij de eerste 20 deelnemers eindigen in het jeugd lange afstandsklassement vrije slag en minimaal 240 punten per kilometer hebben behaald over de meetellende klassementskilometers.

Prestatiemedailles voor schoolslag dames senioren en heren senioren:

- Zilver:
Voor een zilveren prestatiedaille moet men bij de eerste 5 deelnemers eindigen in het senioren lange afstandsklassement schoolslag en minimaal 270 punten per kilometer hebben behaald over de meetellende klassementskilometers.
- Brons:
Voor een zilveren prestatiedaille moet men bij de eerste 10 deelnemers eindigen in het senioren lange afstandsklassement schoolslag en minimaal 270 punten per kilometer hebben behaald over de meetellende klassementskilometers.

Prestatiemedailles voor schoolslag dames, dames jeugd en heren, heren jeugd:

- Zilver:
Voor een zilveren prestatiedaille moet men bij de eerste 5 deelnemers eindigen in het jeugd lange afstandsklassement schoolslag en minimaal 270 punten per kilometer hebben behaald over de meetellende klassementskilometers.
- Brons:
Voor een zilveren prestatiedaille moet men bij de eerste 10 deelnemers eindigen in het jeugd lange afstandsklassement schoolslag en minimaal 270 punten per kilometer hebben behaald over de meetellende klassementskilometers.

Prestatiemedailles voor jongens junioren 1 en 2, jongens junioren 3 en 4, meisjes junioren 1 en meisjes junioren 2 en 3 vrije slag:

- Zilver:
Voor een zilveren prestatiedaille moet men bij de eerste 10 deelnemers eindigen in het individuele landelijke lange afstandsklassement en minimaal 270 punten per kilometer hebben behaald over de meetellende. De klassementen zijn niet gecombineerd.
- Brons:
Voor een bronzen prestatiedaille moet men bij de eerste 20 deelnemers eindigen in het individuele landelijke lange afstandsklassement en minimaal 240 punten per kilometer hebben behaald over de

meetellende klassementskilometers. De klassementen zijn niet gecombineerd.

Prestatiemedailles voor jongens junioren 1 en 2, jongens junioren 3 en 4, meisjes junioren 1 en meisjes junioren 2 en 3 schoolslag:

- Zilver:
Voor een zilveren prestatiedaille moet men bij de eerste 5 deelnemers eindigen in het individuele landelijke lange afstandsklassement en minimaal 270 punten per kilometer hebben behaald over de meetellende klassementskilometers. De klassementen zijn niet gecombineerd.
- Brons:
Voor een bronzen prestatiedaille moet men bij de eerste 10 deelnemers eindigen in het individuele

landelijke lange afstandsklassement en minimaal 240 punten per kilometer hebben behaald over de meetellende klassementskilometers. De klassementen zijn niet gecombineerd.

Prestatiemedailles voor jongens en meisjes minioren vrije slag en schoolslag:

- Voor de meisjes en jongens minioren zijn er geen prestatiedailles.

Prestatiemedailles voor Masters vrije slag en schoolslag:

Om als Master in aanmerking te komen voor een prestatiedaille gelden de volgende limiettijden bij een vol Mastersklassement (op basis van 5x1km).

Totaaltijd 5-km klassement

	vrije slag dames		vrije slag heren		schoolslag dames		schoolslag heren	
	zilver	brons	zilver	brons	zilver	brons	zilver	brons
20-24	1:05:55	1:08:55	1:00:45	1:03:30	1:21:55	1:25:40	1:18:05	1:21:20
25-29	1:06:15	1:09:15	1:01:20	1:03:35	1:24:05	1:27:55	1:18:15	1:21:45
30-34	1:06:35	1:09:35	1:01:55	1:04:40	1:26:15	1:30:10	1:18:25	1:21:55
35-39	1:07:05	1:10:05	1:02:50	1:05:40	1:27:55	1:31:55	1:18:55	1:22:30
40-44	1:08:05	1:11:10	1:03:15	1:06:05	1:28:40	1:32:40	1:20:45	1:24:25
45-49	1:11:15	1:14:25	1:05:15	1:08:10	1:33:55	1:38:10	1:24:10	1:28:00
50-54	1:15:20	1:18:45	1:07:00	1:10:05	1:37:25	1:41:50	1:28:05	1:32:05
55-59	1:20:20	1:24:00	1:10:40	1:13:50	1:42:55	1:47:35	1:32:15	1:36:25
60-64	1:27:45	1:31:45	1:13:50	1:17:10	1:49:00	1:54:00	1:33:50	1:38:10
65-69	1:32:15	1:36:25	1:19:25	1:23:00	1:53:10	1:58:15	1:43:35	1:48:15
70-74	1:35:10	1:39:30	1:23:35	1:27:25	1:58:15	2:03:40	1:49:15	1:54:10
75+	1:45:05	1:49:55	1:32:20	1:36:35	2:16:10	2:22:20	1:56:45	2:02:05

Gemiddelde tijd per kilometer

	vrije slag dames		vrije slag heren		schoolslag dames		schoolslag heren	
	zilver	brons	zilver	brons	zilver	brons	zilver	brons
20-24	0:13:11	0:13:47	0:12:09	0:12:42	0:16:23	0:17:08	0:15:37	0:16:15
25-29	0:13:15	0:13:51	0:12:16	0:12:43	0:16:49	0:17:35	0:15:39	0:16:21
30-34	0:13:19	0:13:55	0:12:23	0:12:56	0:17:15	0:18:02	0:15:41	0:16:23
35-39	0:13:25	0:14:01	0:12:34	0:13:08	0:17:35	0:18:23	0:15:47	0:16:30
40-44	0:13:37	0:14:14	0:12:39	0:13:13	0:17:44	0:18:32	0:16:09	0:16:53
45-49	0:14:15	0:14:53	0:13:03	0:13:38	0:18:47	0:19:38	0:16:50	0:17:36
50-54	0:15:04	0:15:45	0:13:24	0:14:01	0:19:29	0:20:22	0:17:37	0:18:25
55-59	0:16:04	0:16:48	0:14:08	0:14:46	0:20:35	0:21:31	0:18:27	0:19:17
60-64	0:17:33	0:18:21	0:14:46	0:15:26	0:21:48	0:22:48	0:18:46	0:19:38
65-69	0:18:27	0:19:17	0:15:53	0:16:36	0:22:38	0:23:39	0:20:43	0:21:39
70-74	0:19:02	0:19:54	0:16:43	0:17:29	0:23:39	0:24:44	0:21:51	0:22:50
75+	0:21:01	0:21:59	0:18:28	0:19:19	0:27:14	0:28:28	0:23:21	0:24:25

7.4 Andere prijzen

Herinneringsmedaille “vol KNZB klassement”

- Voor een KNZB open water medaille komt in aanmerking iedereen die een vol klassement heeft gezwommen, maar niet in aanmerking komt voor een gouden, zilveren of bronzen Open Water Circuit klassementsmedaille (plaatsen 1, 2 of 3 in het klassement).
- De medaille is een bronzen legpenning in een muntetui. De medaille is gegraveerd met het jaartal van het betreffende seizoen.
- De medailles kunnen door de wedstrijdsecretaris bij het bondsbureau besteld worden.
- De kosten worden via het verenigingsdepot verrekend.
- Ook minioren kunnen ook in aanmerking komen voor deze medaille. Zij dienen minimaal 4 keer aan een wedstrijd deelgenomen te hebben (in een miniorennummer).

- In de aanvraag voor minioren dient te worden aangegeven welke wedstrijden zij gezwommen hebben.
- Bij de overige aanvragen dient te worden aangegeven welk klassement vol gezwommen is.
<http://www.knzb.nl/wedstrijdsport/openwaterzwemmen/prestatiedailles/>.

Topsportonderscheidingen:

- Voor een topsportplaqueette komen Open Water zwimmers in aanmerking die bij een Europees of Wereldkampioenschap alsmede in het FINA World Cup klassement bij de eerste acht eindigen of bij de LEN Cup bij de eerste vijf eindigen.
- Vorenstaande geldt indien na uitnodiging van de KNZB aan genoemde evenementen werd deelgenomen.

Sporteretekens:

Om in aanmerking te komen voor een sporteretekeken moet de deelnemer aan het volgende voldoen:

- Met betrekking tot de sporteretekens geldt indien na uitnodiging van de KNZB aan interlandwedstrijden werd deelgenomen.
- Onder Interlandwedstrijden worden verstaan wedstrijden vanaf 1 januari 1989 behorend tot de navolgende categorieën:
- Wereldkampioenschappen Open Water zwemmen;
- World Cup wedstrijden Open Water Zwemmen

- Europese kampioenschappen Open Water zwemmen;
- Overige Open Water interlandwedstrijden.
- Brons: Indien aan 5 interlandwedstrijden is deelgenomen.
- Zilver: Indien aan 8 interlandwedstrijden is deelgenomen.
- Goud: Indien aan 11 interlandwedstrijden is deelgenomen.

8 CAPS, CAPNUMMERS EN CHIPS

8.1 Aanvragen van de caps

- Jaarlijks wordt door de KNZB/TOWZ een projectgroep ten behoeve van de organisatie rond de caps samengesteld. Deze bestaat (bij voorkeur) uit een of meerdere deelnemers, organisatoren en juryleden alsmede een lid van de TOWZ.

KNZB-opmerking 2013:

De Projectgroep Caps bestaat in 2013 uit de volgende leden: Irene van der Laan, Arno Stap, Karin Stein en Richard Broer en is bereikbaar via ow2013caps@noww.nl.

- Inschrijvende verenigingen dienen bij de KNZB in 2013 de (nieuwe) vaste caps aan te vragen. Dit kan voor het hele jaar ineens of desgewenst in delen tijdens het seizoen. Er geldt een beschikbaarheid zolang de voorraad strekt.

KNZB-opmerking:

Het aanvraagformulier is te vinden via www.knzb.nl in de webshop. Enkel bevoegde leden (verenigingssecretarissen en wedstrijdsecretarissen kunnen hier aanvragen). Het gebruik van deze site is verplicht. De aanvrager ontvangt bevestiging met daarin de capnummer om mee in te schrijven. Wanneer dit voor 8 juni gebeurt, zal de cap bij de eerste wedstrijd van het seizoen uitgereikt kunnen worden.

- Een buitenlandse deelnemer is gerechtigd een cap aan te vragen bij de projectgroep caps.
- Inschrijvende verenigingen dienen bij inschrijving per deelnemer te vermelden met welk capnummer en -kleur er wordt gestart. Indien hier geen vermelding van gemaakt wordt, zal de organiserende vereniging een cap verstrekken.
- De organiserende vereniging mag een administratieve vergoeding vragen voor het gebruik van haar caps.
- Jaarlijks stelt de KNZB/TOWZ de capkleuren vast. De kleur van de caps voor de verschillende klasseringen wordt voor het begin van het seizoen bekendgemaakt.
- Als gekozen wordt voor een vaste cap dan wordt deze door de KNZB/TOWZ verstrekt. De aanschafprijs voor deze vaste cap is voor het seizoen 2013 op € 10,00 vastgesteld. De caps worden verrekend via het verenigingsdepot.
- Vanaf 2013 tot en met 2016 (en mogelijk langer) worden caps met de volgende cap- en cijferkleurencombinaties ter beschikking gesteld door de KNZB/TOWZ:

8.2 Bestelling caps⁶

hoofdklassement	kleur cap	kleur cijfers
heren jeugd en senioren vrije slag	paars	geel
dames jeugd en senioren vrije slag	zilver	zwart
heren jeugd en senioren schoolslag	blauw	zwart
dames jeugd en senioren schoolslag	oranje	zwart
jongens junioren school- en vrije slag	donker blauw	geel
meisjes junioren school- en vrije slag	wit	zwart
Masters klassement	kleur cap	kleur cijfers
heren Masters school- en vrije slag	rood	wit
dames Masters school- en vrije slag	diep blauw	wit
geen klassement	kleur cap	kleur cijfers
jongens minioren 4, 5 & 6 school- en vrije slag	groen	wit
meisjes minioren 4 & 5 en junioren 1 school- en vrije slag	geel	zwart
jongens minioren 1, 2 & 3 school- en vrije slag	metallisch blauw	zwart
meisjes minioren 1, 2 & 3 school- en vrije slag	zwart	wit

8.3 Stand van zaken levering⁷

Beste heer / mevrouw,

Bijgevoegd vindt u de bestelling van de caps voor uw vereniging. Tevens vindt u in onderstaand overzicht de verdeling van de caps per

leeftijdscategorie. **Let op: dit is een andere kleur verdeling dan eerder gepubliceerd.**

Hoofdklassement Onderverdeling Kleur Cap Kleur Bereik

heren jeugd en senioren vrije slag Heren senioren vrije slag Rood Zwart 1-400

Heren jeugd vrije slag Rood Wit 401-650

dames jeugd en senioren vrije slag Dames senioren vrije slag Licht blauw Zwart 1-400

Dames jeugd vrije slag Licht blauw Wit 401-650

heren jeugd en senioren schoolslag Heren senioren schoolslag Groen Zwart 1-100

Heren jeugd schoolslag Groen Wit 101-150

dames jeugd en senioren schoolslag Dames senioren schoolslag Wit Zwart 1-125

Dames jeugd schoolslag Wit Rood 126-175

jongens junioren school- en vrije slag Blauw Geel 1-250

meisjes junioren school- en vrije slag Zilver Zwart 1-250

heren Masters school- en vrije slag *niet geleverd niet geleverd*

⁶ De bestelling was reeds foutief doordat in eerste instantie de bestelling in identieke kleuren was als 2008 t/m 2012. TOWZ heeft geadviseerd de kleuren per sekse te verwisselen om problemen te voorkomen. Er is geen overleg geweest met TOWZ over beschikbare kleurcombinaties en de indeling daarvan.

⁷ Tekst uit mail door TOWZ ontvangen d.d. 14 juni 2013

dames Masters school- en vrije slag Diep blauw Wit 1-200
 jongens minioren 4, 5 & 6 school- en vrije slag Paars Wit 1-150
 meisjes minioren 4 & 5 en junioren 1 school- en vrije slag Geel Zwart 1-150
 jongens minioren 1, 2 & 3 school- en vrije slag *niet geleverd niet geleverd*
 meisjes minioren 1, 2 & 3 school- en vrije slag *niet geleverd niet geleverd*

Over de categorieën die niet geleverd zijn, wordt zo spoedig mogelijk bericht op

http://www.knzb.nl/wedstrijdsport/openwaterzwemmen/open_water_circuit/caps_open_water_zwemmen/

Vragen m.b.t. de bestelling, kunnen gericht worden aan webshop@knzb.nl

KNZB-opmerking:

Meisjes junioren 1 kunnen bij diverse organisaties sinds 2008 starten met de minioren 4 en 5. Wordt die keuze gemaakt zal de deelnemster (uiteraard) niet van start mogen met de junioren klassemmentscap.

KNZB-opmerking:

Aanpassing op prijs en kleuren is mogelijk naar aanleiding van de levering door de leverancier en de eventuele bijbestellingen.

KNZB-opmerking:

De deelnemers kunnen meerdere jaren met dezelfde cap zwemmen (tenzij door overgang van leeftijdsgroep er met een andere cap gezwommen moet worden). Wanneer de cap defect raakt kan deze cap vervangen worden door een cap met een ander (hoger) nummer. De kosten daarvan worden ook per verenigingsdepot verrekend.

- Alle aan de klassemmenten deelnemende organisaties dienen bruikleen caps beschikbaar te hebben die zoveel mogelijk aansluiten bij de capkleuren die door de KNZB/TOWZ vastgesteld zijn.
- Een deelnemer mag uitsluitend gebruik maken van kunststof caps, beschikbaar gesteld door de KNZB/TOWZ, of van een door de organisatie beschikbaar gestelde bruikleen cap. Indien er vanwege gezondheidsredenen geen kunststof cap gebruikt kan worden (allergie e.d.), kan gebruik gemaakt worden van een stoffen cap in de kleurencombinatie behorende bij het klassement. Toetsing van deugdelijkheid en juistheid van de kleur valt onder verantwoordelijkheid van de scheidsrechter die hiermee als eerste geconfronteerd wordt. De cap wordt na deze toetsing (en administratie door de projectgroep) een door de KNZB/TOWZ goedgekeurde klassemmentscap.
- Indien een deelnemer een nieuwe vaste cap draagt kan het voorkomen dat hij/zij in hetzelfde weekend nogmaals met deze cap wil zwemmen. Dit wordt om administratieve redenen soms pas mogelijk het weekend na de toewijzing van de vaste cap.
- Aan de klassemmenten deelnemende organisaties dienen de zwimmers de gelegenheid te geven met de vaste caps te zwemmen (m.u.v. voorgaande redenen).
- De vaste caps worden niet ingenomen bij het uit het water komen van de zwimmers. De deelnemer moet wel zijn cap kunnen tonen bij het verlaten van het water. De bruikleen caps worden door de deelnemer afgegeven aan de organisatie direct na het verlaten van het water. De vereniging van de deelnemer is verantwoordelijk voor het inleveren van de bruikleen cap.
- De organisatie is gerechtigd voor bruikleen caps een vergoeding te vragen.

Defecte cap

- Indien met een bruikleen cap gezwommen dient te worden vanwege defect, verlies of vergeten mee te nemen van de vaste cap, dan dient de inschrijvende vereniging dit een half uur voor de start bekend te maken bij de organisatie. In dit geval zullen de eventuele kosten van een bruikleen cap in rekening gebracht worden. Gebeurt dit niet, dan kan de scheidsrechter beslissen de deelnemer niet te laten starten. In de

uitslagen moet het capnummer staan waarmee daadwerkelijk is gezwommen.

- Vermissing of kapot gaan van de vaste kunststof cap dient direct bij het aanspreekpunt van de projectgroep gemeld te worden. Deze kan dan tegen de daarvoor geldende kosten voor vervanging zorgen. Er wordt dan met een ander nummer verder gezwommen. Het nieuwe capnummer wordt dan door het aanspreekpunt zo snel mogelijk aan de wedstrijdorganisatie/jury doorgegeven. In de regel kan het volgende weekend met de vervangende cap (bij klassemmentwedstrijden) gezwommen worden.
- Deelnemers die zich bij de voorstart melden met een defecte cap mogen niet starten.
- Deelnemers die zich bij de voorstart melden met een onjuiste cap (van een ander jaar, ander klassement of anderszins niet goedgekeurde cap) mogen niet starten.

Distributie van de caps⁸

- De caps worden aangevraagd in de webshop op de KNZB- website. De projectgroep caps kent de vaste capnummers toe.
- De capnummers worden na toekenning bekendgemaakt.
- De projectgroep caps zorgt dat de benodigde vaste caps uiterlijk een ½ uur voor de eerste wedstrijdstart bij de organisatie aanwezig zijn. Zij levert de caps af bij de capsstand. De caps zijn dan per inschrijvende vereniging gesorteerd. De organisatie zorgt dat de caps verder gedistribueerd worden.
- Aan het eind van de wedstrijd wordt door de projectgroep caps het restant aan niet opgehaalde vaste caps van de wedstrijdorganisatie in ontvangst genomen.
- De caps worden individueel toegewezen. De cap verhuist dus mee met de deelnemer als deze van vereniging verandert.
- Na het uitreiken van de caps is de deelnemer verantwoordelijk voor de deugdelijkheid en leesbaarheid hiervan.

Projectgroep Caps en aanspreekpunt

- Er is vanuit de Projectgroep Caps een aanspreekpunt voor organisaties en deelnemers. Deze heeft als e-mailadres ow2013caps@noww.nl. **Via dit adres zal ook de controle op de distributie van de caps verlopen.**
- Bij de wedstrijd zal een aanspreekpunt aanwezig zijn voor de zwimmers en organisaties. De organisaties worden minimaal 1 week tevoren op de hoogte gesteld van de naam van de persoon die de rol van aanspreekpunt gaat vervullen bij hun organisatie. Deze afgevaardigde zal een ½ uur voor aanvang van de wedstrijd op het wedstrijdterrein aanwezig zijn. Hij/zij meldt zich bij de organisatie.
- De Projectgroep Caps is verantwoordelijk voor de administratie van de capnummers. Zij zal niet later dan 5 dagen voor de aanvang van de wedstrijd (per mail) de organisaties op de hoogte brengen welke capnummers uitgegeven zijn.
- Het aanspreekpunt zal zorgen voor de communicatie naar de wedstrijdorganisatie/jury over gewijzigde capnummers.

⁸ Dit is de waarschijnlijke distributie. Onderzocht wordt of verzending op het thuisadres ook mogelijk is.

Verrekening

- Betaling van vaste caps geschiedt via het verenigingsdepot van de deelnemers. Dit zal plaatsvinden zo spoedig mogelijk na de laatste klassementswedstrijd. De Projectgroep Caps zal daartoe per vereniging een lijst aan het bondsbureau leveren met daarop de kosten die per deelnemer per klassement gemaakt zijn. De lijst wordt op websites www.knzb.nl en www.noww.nl gepubliceerd. Dit overzicht zal ook naar de inschrijvende verenigingen gestuurd worden.

Dispensaties

- Onder zwaarwegende omstandigheden kan aan wedstrijdorganisaties dispensatie verleend worden op

het zwemmen met klassementscaps door de verantwoordelijke in het bondsbestuur van de KNZB.

8.4 Aanvragen van chips

Het aanvragen van de chips gaat op identieke wijze als met de caps (in de KNZB-webshop). Ook de distributie verloopt identiek.

Algemene slotbepaling

- In gevallen, waarin de bepalingen "Open Water Zwemmen 2013" niet voorzien, neemt de KNZB/TOWZ een beslissing.

9 BEPALINGEN OPEN NEDERLANDSE KAMPIOENSCHAPPEN OPEN WATER ZWEMMEN 2013

9.1 Organisatie en data

- De Open Nederlandse Kampioenschappen Lange Afstandzwemmen 2013 vinden plaats in Appeltern op 5 en 6 juli 2013. Op 24 augustus zal de 10km senioren gezwommen worden in Oirschot.
- De Open Nederlandse Kampioenschap Marathonzwemmen 2013 vindt plaats in het IJsselmeer van Stavoren naar Medemblik op 10 augustus 2013.
- Op 7 september vindt de EK Masters plaats in Eindhoven.
- Bij gehele of gedeeltelijke afgelasting kunnen de zwemnummers verdeeld over een of meer organisaties die door de TOWZ (in overleg met de organisaties) worden aangewezen.

9.2 Reglement

De wedstrijden worden verzwommen onder het KNZB reglement.

Bij afwijkende afstanden dan de hier bovenstaande, beslist het KNZB/TOWZ.

9.3 Deelnamevoorwaarden

Deelnemers kunnen uitsluitend deelnemen wanneer men aan minimaal één van de deelnamevoorwaarden genoemd bij het betreffende wedstrijdonderdeel heeft voldaan, voorafgaande aan de datum waarop de inschrijving sluit. De kwalificatie kan in open water en in het zwembad plaatsvinden.

afstand en slag	open water (in het jaar van het ONK of het voorgaande jaar)	zwembad (vanaf 1 januari in het jaar van het ONK)																																				
Marathon (22km) vrije slag dames/heren	In het seizoen van, of het seizoen voorafgaande aan het betreffende kampioenschap, dient minimaal een 10 kilometer wedstrijd te zijn volbracht in open water, waarbij is voldaan aan de volgende limieten (in u.mm.ss): <table> <tr> <th></th><th>dames</th><th>heren</th></tr> <tr> <td>10,0km</td><td>2.50.00</td><td>2.45.00</td></tr> <tr> <td>15,0km</td><td>4.18.45</td><td>4.11.15</td></tr> <tr> <td>20,0km</td><td>5.50.00</td><td>5.40.00</td></tr> <tr> <td>22,0km</td><td>6.27.12</td><td>6.16.12</td></tr> <tr> <td>25,0km</td><td>7.23.45</td><td>7.11.15</td></tr> </table> Bij afwijkende afstanden dan de hier genoemde, beslist KNZB/TOWZ.		dames	heren	10,0km	2.50.00	2.45.00	15,0km	4.18.45	4.11.15	20,0km	5.50.00	5.40.00	22,0km	6.27.12	6.16.12	25,0km	7.23.45	7.11.15	In het seizoen van, of het seizoen voorafgaande aan het betreffende kampioenschap, dient minimaal een 10 kilometer wedstrijd te zijn volbracht in het zwembad, waarbij is voldaan aan de volgende limieten (in u.mm.ss): <table> <tr> <th></th><th>dames</th><th>heren</th></tr> <tr> <td>10,0km</td><td>2.40.00</td><td>2.35.00</td></tr> <tr> <td>15,0km</td><td>4.03.45</td><td>3.56.15</td></tr> <tr> <td>20,0km</td><td>5.30.00</td><td>5.20.00</td></tr> <tr> <td>22,0km</td><td>6.05.12</td><td>5.54.12</td></tr> <tr> <td>25,0km</td><td>6.58.45</td><td>6.46.15</td></tr> </table> Bij afwijkende afstanden dan de hier genoemde, beslist KNZB/TOWZ.		dames	heren	10,0km	2.40.00	2.35.00	15,0km	4.03.45	3.56.15	20,0km	5.30.00	5.20.00	22,0km	6.05.12	5.54.12	25,0km	6.58.45	6.46.15
	dames	heren																																				
10,0km	2.50.00	2.45.00																																				
15,0km	4.18.45	4.11.15																																				
20,0km	5.50.00	5.40.00																																				
22,0km	6.27.12	6.16.12																																				
25,0km	7.23.45	7.11.15																																				
	dames	heren																																				
10,0km	2.40.00	2.35.00																																				
15,0km	4.03.45	3.56.15																																				
20,0km	5.30.00	5.20.00																																				
22,0km	6.05.12	5.54.12																																				
25,0km	6.58.45	6.46.15																																				
10km vrije slag dames/heren/jeugd	Voldaan aan de eisen voor het ONK 5km met daarnaast in het jaar van het kampioenschap en/of het jaar voorafgaande aan het kampioenschap een afstand van minimaal 5 kilometer hebben volbracht.	- Deelname (en uitzwemmen) aan het NK 5km zwemmen (zwembad). - Deelname (en uitzwemmen) aan wedstrijden (of testmomenten voorgeschreven door de bondscoach) in het zwembad over afstanden van minimaal 10km.																																				
5km vrije slag dames/heren/jeugd	- In het lange afstand vrije slag klassement voor senioren in het jaar voorafgaande aan het kampioenschap opgeteld 6 kilometer hebben volbracht. - In het lange afstand vrije slag klassement in het jaar van het kampioenschap opgeteld 2 kilometer (dames/heren/jeugd) hebben volbracht.	2 kilometer vrije slag in het jaar van het ONK (al dan niet in LAC wedstrijd).																																				
2,5km vrije slag junioren	- Voldaan aan de eisen voor het ONK 5km vrije slag (jeugd/senioren). - In het lange afstand vrije slag klassement junioren in het jaar voorafgaande aan het kampioenschap opgeteld 4 kilometer hebben volbracht. - In het lange afstand vrije slag klassement in het jaar van het kampioenschap opgeteld 1 kilometer hebben volbracht.	1 kilometer vrije slag in het seizoen voor het ONK (al dan niet in LAC wedstrijd).																																				

afstand en slag	open water (in het jaar van het ONK of het voorgaande jaar)	zwembad (vanaf 1 januari in het jaar van het ONK)
3km schoolslag dames/heren	- In het lange afstand schoolslag klassement van het jaar voorafgaande aan het betreffende kampioenschap opgeteld 5 kilometer hebben volbracht. - In het lange afstand schoolslag klassement van het jaar van het kampioenschap opgeteld 2 kilometer hebben volbracht.	2 kilometer schoolslag in het seizoen voor het ONK (al dan niet in LAC wedstrijd).
1,5km schoolslag junioren	- Voldaan aan de eisen voor het ONK 3km schoolslag (jeugd/senioren) - In het lange afstand schoolslag klassement junioren in het jaar voorafgaande aan het kampioenschap opgeteld 2 kilometer hebben volbracht. - In het lange afstand schoolslag klassement in het jaar van het kampioenschap opgeteld 0,5 kilometer hebben volbracht.	1 kilometer schoolslag in het seizoen voor het ONK (al dan niet in LAC wedstrijd).
3km vrije slag dames/heren Masters	- Voldaan aan de eisen voor het ONK 5km vrije slag (senioren). - In een lange afstand klassement vrije slag Masters in het jaar voorafgaande aan het kampioenschap opgeteld minimaal 5 kilometer hebben volbracht, - In het lange afstand klassement vrije slag Masters in het jaar van het kampioenschap minimaal 1 kilometer hebben volbracht. - Voldaan aan de eisen van het EK of WK Masters van het jaar van, of het jaar voorafgaande aan, het betreffende kampioenschap	1,5 kilometer vrije slag in het seizoen voor het ONK (al dan niet in LAC wedstrijd).
2km schoolslag dames/heren Masters	- Voldaan aan de eisen voor het ONK 3km schoolslag (senioren). - In een lange afstand klassement schoolslag Masters in het jaar voorafgaande aan het kampioenschap opgeteld minimaal 5 kilometer hebben volbracht. - In het lange afstand klassement schoolslag Masters in het jaar van het kampioenschap minimaal 1 kilometer hebben volbracht.	1 kilometer schoolslag in het seizoen voor het ONK (al dan niet in LAC wedstrijd)

9.4 Leeftijdsindeling

Tijdens deze kampioenschappen wordt er gezwommen in de leeftijdsgroepen junioren, jeugd, senioren en Masters. Deze is conform de algemene leeftijds aanduidingen voor zwembadzwemmen en open water zwemmen (met dien verstande dat bij het open water zwemmen het zwemseizoen afgemaakt wordt in de leeftijdsgroep waarin de zwemmer de eerste wedstrijd zwemt, of zou zwemmen).

9.5 Inschrijvingsprocedures

De Nederlandse deelnemers kunnen zich uitsluitend via de OLOWIS applicatie en website inschrijven. De website is te vinden via www.knzb.nl en inschrijving.noww.nl.

Onderstaande procedure is van toepassing.

- De inschrijving voor de ONK Lange Afstandswemmen 2013 in Appeltern (tot en met 5km) sluit op maandag 24 juni 2013 om 12.00 uur 's ochtends.

- De inschrijving voor de ONK Lange Afstandswemmen 2013 (10km) sluit op woensdag 7 augustus 2013 om 12.00 uur
- De inschrijving voor de ONK Marathonzwemmen 2013 in het IJsselmeer (Stavoren - Medemblik) sluit op donderdag 11 juli 2013 om 12.00 uur 's ochtends.
- Wanneer de toegewezen wedstrijden (deels) komen te vervallen, kunnen nieuwe uiterste inschrijftijdstippen worden vastgesteld. In de regel zal de oorspronkelijke inschrijving moeten worden bevestigd.
- De 10km- en Marathonafstanden vereisen om veiligheidsredenen een meerderjarige begeleider voor de deelnemer. De naam en leeftijd van de begeleider dient tezamen met de inschrijving van de deelnemer te worden gemeld.
- De KNZB heeft bij de ONK Marathonzwemmen het recht de snelste deelnemers (op basis van verifieerbare inschrijftijden) te selecteren. Dit gebeurt wanneer zich meer deelnemers aanmelden dan het aantal beschikbare begeleidingsboten. De ingeschrevenen ontvangen bericht met de volgorde waarin zij als reserve

staan. Wanneer een deelnemer zich terugtrekt zal zo spoedig mogelijk bericht uitgaan naar alle reserves zodat zij weten dat ze kunnen zwemmen, dan wel stijgen op de reservelijst.

- KNZB heeft het recht zogenaamde "wildcards" te verstrekken. Daarnaast heeft de KNZB het recht eventuele inschrijvingen en deelname na grondige motivatie te weigeren.
- Verenigingen ontvangen bij inschrijving via OLOWIS geen automatische ontvangstbevestiging. Na sluiting van de inschrijfdatum zal er een bevestiging worden gestuurd wanneer deelname is geaccepteerd.

Inschrijving buitenlandse deelnemers

- Inschrijvingen door de (buitenlandse) vereniging en/of bond van de zwemmer zullen worden geaccepteerd.
- De buitenlandse deelnemer dient door middel van een volledig ingevuld formulier in geschreven te worden. Dit formulier is verkrijgbaar via het bondsbureau van de KNZB of via de website van de KNZB (www.knzb.nl) en het NOWW (www.noww.nl). Inschrijving via OLOWIS is niet toegestaan (tenzij de deelnemer zich via de Nederlandse klasseringen kwalificeert).
- Buitenlandse deelnemers kunnen hun caps pas in ontvangst nemen (en deelnemen) nadat op de wedstrijddag tegen contante betaling het inschrijfgeld is voldaan.

Ongerechtigde, onvolledige of te late inschrijving

- Onder ongerechtigde inschrijving wordt verstaan inschrijvingen van deelnemers die niet aan één van de gestelde deelnamevoorwaarden hebben voldaan.
- Voor ongerechtigde inschrijvingen wordt een boete van € 26,20 in rekening gebracht.
- Onvolledige inschrijvingen (denk aan ondertekening van het inschrijfformulier door de deelnemers) en inschrijvingen welke niet op tijd zijn ontvangen kunnen niet in behandeling worden genomen. Hierover wordt niet gecorrespondeerd.

Afmelden

- De Open Nederlandse Kampioenschappen Open Water Zwemmen vormen twee wedstrijden (Lange Afstandswemmen en Marathonzwemmen), dit betekent dat schriftelijke afmeldingen ten minste 24 uur voor de eerste wedstrijddag (van het kampioenschap waarvoor ingeschreven is) in het bezit van het Bonds bureau moeten zijn.
- Schriftelijke afmeldingen die later worden gedaan zullen overeenkomstig het gestelde in artikel C 14.5 worden beboet (zie http://www.knzb.nl/knzbvoor/verenigingen_vrijwilligers/download_contributie).
- Ziekmeldingen worden alleen geaccepteerd voor de volledige, c.q. verdere, wedstrijd (dat wil zeggen dat na een ziekmelding niet meer kan worden gestart op latere programmanummers).

Startgeld en verrekening

- Het inschrijfgeld voor de Open Nederlandse Kampioenschappen Open Water Zwemmen (of een door de TOWZ/KNZB aan te wijzen vervangende wedstrijd) bedraagt € 12,30 per start. Daarnaast kan er van de deelnemers een borg van € 10,00 worden gevraagd voor hesjes en reddingsmiddelen bij de 10km vrije slag.
- Het inschrijfgeld voor de Open Nederlandse Kampioenschappen Marathon Zwemmen bedraagt € 27,30 per start (bestaande uit € 12,30 startgeld + € 15,00 begeleidingskosten).

- Daarnaast zal per vereniging € 3,50 in rekening worden gebracht voor het programmaboekje per wedstrijd.
- De verschuldigde bedragen (inclusief eventuele boetes) zullen verrekenend worden via de verenigingsdepots en zijn verschuldigd bij inschrijving. Er vindt uitsluitend restitutie plaats bij afgelasting van de wedstrijd.

Voorstart en briefing

- Elke deelnemer dient zich direct na oproep door de speaker te melden in de voorstartruimte en daar te verblijven tot gelegenheid wordt gegeven naar de startplaats te gaan. Het zich niet tijdig melden in de voorstartruimte kan uitsluiting tot gevolg hebben.

9.6 Uit de wedstrijd nemen

De wedstrijdleiding kan besluiten een deelnemer uit de 3km, 5km, 10km wedstrijd of Marathonwedstrijd te nemen, indien de deelnemer/deelneemster een achterstand oploopt op de kopzwemmer/zwemster van zijn eigenleeftijdsgroep van meer dan 5 vermeerderd 5 minuten per kilometer. Wanneer bij enig keerpunt of ander vast punt de achterstand ten opzichte van de kop van het veld zo opgelopen is dat de eindtijd de toegestane achterstand overschrijdt, heeft de scheidsrechter de bevoegdheid de zwemmer uit het water te nemen.

9.7 Prijzen

Ceremonie en prijsuitreiking

- Deelnemers die zich na de oproep door de speaker niet tijdig persoonlijk melden op de aangegeven plaats en deelnemen aan de huldigingceremonie zullen geen medaille en kampioenschapdiploma ontvangen.
- De prijsuitreiking kan (deels) gedurende de wedstrijd plaatsvinden.

Lange Afstand Zwemmen:

- De eerste drie aankomende deelnemers per programmanummer ontvangen een "ONK"-medaille. Bovendien ontvangt de eerste deelnemer met de Nederlandse nationaliteit een oorkonde.
- Bij ONK-onderdelen waarbij verschillende leeftijdsgroepen gelijktijdig starten op dezelfde afstand, geldt de oudere leeftijdscategorie als een 'open' categorie. Dat houdt in dat deelnemers uit de jongere leeftijdscategorie, indien zij bij de eerste drie aankomenden overall behoren, zowel de prijs voor hun eigen leeftijdsgroep als die voor de oudere (open) categorie ontvangen. Dit geldt niet voor Masters.

Marathonzwemmen:

- De eerste drie aankomende deelnemers per programmanummer ontvangen een "ONK"-medaille. Bovendien ontvangt de eerste deelnemer met de Nederlandse nationaliteit een oorkonde.

Verenigingsprijs ONK open water zwemmen

- Voor elk wedstrijdonderdeel van de ONK Lange Afstandswemmen en ONK Marathonzwemmen (ook de a, b, c, etc.) worden punten toegekend conform onderstaande tabel. De vereniging met de meeste punten wint de verenigingsprijs en kan zich "Nationaal verenigingskampioen open water zwemmen" noemen.

plaats	open/all-in	junioren/jugend/Masters
1 ^e	10 punten	5 punten
2 ^e	8 punten	3 punten
3 ^e	7 punten	2 punten
4 ^e	6 punten	1 punt
5 ^e	5 punten	1 punt
6 ^e	4 punten	geen punten
7 ^e	3 punten	geen punten
8 ^e	2 punten	geen punten

plaats	open/all-in	junioren/jeugd/Masters
9 ^e	1 punt	geen punten
10 ^e	1 punt	geen punten

- Per wedstrijdnummer worden enkel de Nederlandse zwimmers punten toegekend. Als de eerste Nederlander 5^e geworden is dan ontvangt de vereniging van deze zwemmer de volle score behorende bij de eerst aankomende.
- Per wedstrijdnummer wordt het hoogst behaalde aantal punten toegekend. Een eventuele 2^e score (in een andere leeftijdsgroep) vervalt.
- Bij een gelijke stand bepaalt het aantal eerste plaatsen de winnaar.
- De prijsuitreiking vindt plaats op de laatste wedstrijddag van de ONK cyclus, behalve wanneer de laatste dag het ONK Marathonzwemmen is, dan vindt de prijsuitreiking plaats gelijktijdig met de klassementsprijzen van het open water circuit.

9.8 Doping

- Dopingcontroles zijn vastgelegd in het dopingreglement van de KNZB. Hierin worden de dopingprocedures beschreven en deze zijn van toepassing op alle wedstrijdporters die deelnemen aan een onder verantwoordelijkheid van de KNZB en/of één of meer van haar leden georganiseerde wedstrijd en/of lid zijn van de KNZB, dan wel van een bij de KNZB aangesloten organisatie. Meer informatie vindt u op de website van de KNZB.

9.9 Toegangsrijzen

- De toegang is gratis.

9.10 Aanvullende bepalingen ONK 10km

- De deelnemer is zelf verantwoordelijk voor de aanwezigheid van een coach, voeding, verzorgende artikelen en eventuele veiligheidsmiddelen.
- De voedingsplaatsen zijn toegankelijk voor één coach. Deze dient aangemeld te zijn bij de briefing door middel van het begeleidingskaart.

9.11 Aanvullende bepalingen ONK Marathonzwemmen

- De deelnemer is zelf verantwoordelijk voor de aanwezigheid van een coach, voeding, verzorgende artikelen en eventuele veiligheidsmiddelen.
- Door loting wordt een begeleidingsboot aan de deelnemer toegewezen, tenzij om zwaarwegende, organisatorische redenen al in een eerder stadium een boot moet worden toegewezen.
- De begeleidingsboot is alleen toegankelijk voor één coach (en de zwemmer). Deze dient aangemeld te zijn bij de briefing.

9.12 Programma's

Nederlandse kampioenschappen Lange Afstand Zwemmen

De nummering van de wedstrijdnummers is niet vaststaand. Deze wordt aan de situatie bij de lokale organisatie aangepast. Wat betreft de starttijden, startlocatie en volgorde

van de wedstrijdnummers verwijzen we naar de op de website van de KNZB en op www.noww.nl.

- | | | |
|----|---|--|
| 1 | a | 10000m vrije slag heren senioren |
| 1 | b | 10000m vrije slag heren jeugd |
| 2 | a | 10000m vrije slag dames senioren |
| 2 | b | 10000m vrije slag dames jeugd |
| 3 | a | 5000m vrije slag heren jeugd |
| 3 | b | 5000m vrije slag heren senioren |
| 4 | a | 5000m vrije slag dames jeugd |
| 4 | b | 5000m vrije slag dames senioren |
| 5 | a | 3000m schoolslag heren jeugd |
| 5 | b | 3000m schoolslag heren senioren |
| 6 | a | 3000m schoolslag dames jeugd |
| 6 | b | 3000m schoolslag dames senioren |
| 7 | a | 3000m vrije slag heren 20+ |
| 7 | b | 3000m vrije slag heren 30+ |
| 7 | c | 3000m vrije slag heren 40+ |
| 7 | d | 3000m vrije slag heren 50+ |
| 7 | e | 3000m vrije slag heren 60+ |
| 7 | f | 3000m vrije slag heren 70+ |
| 8 | a | 3000m vrije slag dames 20+ |
| 8 | b | 3000m vrije slag dames 30+ |
| 8 | c | 3000m vrije slag dames 40+ |
| 8 | d | 3000m vrije slag dames 50+ |
| 8 | e | 3000m vrije slag dames 60+ |
| 8 | f | 3000m vrije slag dames 70+ |
| 9 | a | 2000m schoolslag heren 20+ |
| 9 | b | 2000m schoolslag heren 30+ |
| 9 | c | 2000m schoolslag heren 40+ |
| 9 | d | 2000m schoolslag heren 50+ |
| 9 | e | 2000m schoolslag heren 60+ |
| 9 | f | 2000m schoolslag heren 70+ |
| 10 | a | 2000m schoolslag dames 20+ |
| 10 | b | 2000m schoolslag dames 30+ |
| 10 | c | 2000m schoolslag dames 40+ |
| 10 | d | 2000m schoolslag dames 50+ |
| 10 | e | 2000m schoolslag dames 60+ |
| 10 | f | 2000m schoolslag dames 70+ |
| 11 | a | 2500m vrije slag jongens junioren 1 en 2 |
| 11 | b | 2500m vrije slag jongens junioren 3 en 4 |
| 12 | a | 2500m vrije slag meisjes junioren 1 |
| 12 | b | 2500m vrije slag meisjes junioren 2 en 3 |
| 13 | a | 1500m schoolslag jongens junioren 1 en 2 |
| 13 | b | 1500m schoolslag jongens junioren 3 en 4 |
| 14 | a | 1500m schoolslag meisjes junioren 1 |
| 14 | b | 1500m schoolslag meisjes junioren 2 en 3 |

Nederlandse Kampioenschappen

Marathonzwemmen

- | | |
|---|--|
| 1 | minimaal 15000m vrije slag heren senioren open |
| 2 | minimaal 15000m vrije slag dames senioren open |

De programmanummers 1 en 2 zullen gelijktijdig starten. Wat betreft de starttijden verwijzen we naar de gegevens zoals die op de site van de KNZB www.knzb.nl en www.noww.nl gepubliceerd worden.

9.13 Slotbepaling

- Het KNZB bondsbestuur behoudt zich het recht van wijziging voor indien de omstandigheden dit noodzakelijk maken.
- Deelnemers kunnen de organisatie nooit aansprakelijk stellen voor de gevolgen van deelname.
- De scheidsrechter is te allen tijde gerechtigd een deelnemer uit de wedstrijd te nemen.

BIJLAGE: RICHTLIJNEN STILLEGGEN WEDSTRIJDEN

Inleiding

Deze procedure is door Jan van den Hoorn beschreven naar aanleiding van zijn internationale ervaringen.

Dit is een omschrijving van de procedure voor het stilleggen van lange afstands- en marathonwedstrijden als gevolg van slechte weersomstandigheden.

Voorwaarden

- 1 De volgende procedure is alleen mogelijk als iedere deelnemer een volgboot heeft met een eigen kamprechter.
- 2 De procedure kan gehanteerd worden wanneer er op vaarten, in kanalen of langs oevers van plassen wordt gezwommen. Ook dan is het belangrijk dat elke deelnemer een kamprechter heeft. In de praktijk is het lastig om te werken met kamprechters die deze procedure voor meerdere deelnemers tegelijk moeten uitvoeren.
- 3 De kamprechter houdt het deelnemers-logboek bij.
- 4 De tijdwaarneming van de kamprechter loopt synchroon met de algemene tijdwaarneming.

Procedure

De procedure luidt als volgt:

- 5 De scheidsrechter beslist wanneer wordt stilgelegd en/of gestopt. Dit kan/moet in overleg met de veiligheidsfunctionaris.
- 6 De scheidsrechter meldt per portofoon aan alle ontvangers, dat de wedstrijd wordt stilgelegd. Er wordt tevens een stopwatchtijd van het stakings/stilleggings-moment/tijdstip doorgegeven. Dit is het moment, dat de wedstrijd wordt stilgelegd. De kamprechters noteren deze tijd (het stilleggingstijdstip) in het logboek.
- 7 Iedere volgboot neemt zijn deelnemer (in veiligheid) aan boord, gaat aan de kant liggen en wacht verdere instructies van de scheidsrechter af.
- 8 De kamprechter noteert de tijd van het stilleggen van de deelnemer. De kamprechter berekent het verschil tussen het opgegeven stilleggingstijdstip van de stillegging en de werkelijke stoptijd. Hij noteert dit verschil in het logboek.
- 9 Gebeurt het stilleggen binnen 45 minuten na de start, dan gaat de deelnemer in de boot en wordt hij teruggevaren naar de start. Binnen 30 minuten na aankomst bij de startplaats wordt besloten of een herstart zal plaatsvinden.
- 10 De onderbreking mag maximaal 60 minuten duren, ook na het stilleggen zoals in punt 5 beschreven. Duurt de onderbreking langer dan 60 minuten, dan wordt de wedstrijd alsnog gestaakt.
- 11 Indien de wedstrijd binnen 60 minuten wordt voortgezet, geeft de scheidsrechter de stopwatchtijd door waarop wordt herbegonnen.
- 12 De kamprechter telt het bij punt 4 ontstane verschil op bij de opgegeven stopwatchtijd en berekent op deze

wijze het vervolgstarttijdstip. De kamprechter laat de deelnemer op het vervolgstarttijdstip starten.

KNZB-opmerking:

Hierdoor ontstaat een situatie, waarbij niet alle deelnemers op hetzelfde moment de wedstrijd hervatten. Dit is noodzakelijk (en eerlijk) omdat niet iedere deelnemer op eenzelfde tijdstip gestopt is.

- 13 Wanneer het staken van de wedstrijd geschiedt voordat de eerste deelnemer één-vijfde deel van de wedstrijdafstand heeft afgelegd, wordt de wedstrijd als niet gehouden beschouwd. Er wordt dan geen uitslag bekend gemaakt. Er worden ook geen prijzen uitgereikt.
- 14 Is de eerste deelnemer voorbij één-vijfde deel van de wedstrijdafstand, maar vóór vier-vijfde deel van de wedstrijdafstand en wordt de wedstrijd gestaakt, dan is de volgorde waarop de zwemmers op dat moment liggen de uitslag van de wedstrijd. Hierbij kunnen geen tijden worden bekend gemaakt, omdat iedereen op dezelfde tijd is gestopt. Er worden in dit geval geen prijzen uitgereikt. Is de eerste deelnemer voorbij viervijfde deel van de wedstrijd worden de prijzen aan de hand van de op dat moment geldende plaatsingen van de zwemmers uitgereikt.
- 15 In het geval van een deel van de wedstrijdafstand of voorbij een door de organisatie vastgesteld punt (dit punt mag de finish zijn) dan worden de prijzen wel uitgereikt worden doch bij het Nederlands Kampioenschap zal de winnaar niet de titel Nederlands Kampioen dragen.
- 16 Bij zaken waarin deze procedure niet voorziet beslist de scheidsrechter (zie ook de opmerkingen).

Opmerkingen

- De tijden genoemd bij de punten van het voorgaande artikel, zijn zeer afhankelijk van de weersomstandigheden. Het is bij slecht weer goed mogelijk, dat er na 30 minuten door afkoeling van de deelnemer niet meer gestart kan worden. Het is bij mooi weer goed mogelijk, dat er misschien na 2 uur nog herstart kan worden. De tijden zijn daarom richttijden. De tijden zullen daarom worden vastgesteld volgens inzicht van de scheidsrechter.
- De punten van het voorgaande artikel kunnen, in overleg met de organiserende instantie, ook gelden voor open water wedstrijden in ander water dan voornoemd (bijvoorbeeld Stavoren-Medemblik, i.e. de IJsselmeerzwemmarathon). GPS op elke boot is dan een voorwaarde. De bootkamprechter noteert de GPS coördinaten naast de tijdstippen.
- De afstanden een-vijfde en vier-vijfde, genoemd in de eerdere punten van dit artikel zijn adviesafstanden en kunnen, afhankelijk van de situatie van het wedstrijdparcours, afwijken van de genoemde afstanden. Dit is aan te bevelen wanneer er kenmerkende punten in het parcours aanwezig zijn zoals vaste keerpunten en boeien.

BIJLAGE: RICHTLIJNEN HESJES-GEBRUIK

Inleiding

Reglementair is vastgesteld dat voor wedstrijden langer dan 10 kilometer er per zwemmer een volgboot aanwezig dient te zijn. Het is aan te raden extra veiligheidsmaatregelen te nemen bij wedstrijden vanaf 1,5 uur. Dit deel kan als richtlijn gebruikt worden om de veiligheid te verscherpen.

De richtlijnen

1. Iedere zwemmer dient vergezeld te worden door minimaal 1, doch bij voorkeur twee, begeleiders op de wal.
2. De begeleider(s) dienen de aanwijzingen van de organisatie op te volgen.
3. De begeleider(s) dienen herkenbaar te zijn voor de jury, zwemmers en organisatie. Dit zal bij voorkeur door middel van een hesje met het capnummer van de zwemmer geschieden.
4. De begeleider(s) dienen uitgerust te zijn met goede hulpmiddelen voor het redden van drenkelingen.
5. Deze hulpmiddelen dienen voorafgaand aan de start aan de scheidsrechter en/of een daartoe aangestelde functionaris (mogelijk in samenwerking met de veiligheidsfunctionaris van de wedstrijdorganisatie) te worden getoond en beoordeeld te worden op de effectiviteit van de hulpmiddelen. (TOWZ heeft vernomen dat in Engeland zo'n regeling geldt voor de

begeleiders op de boten en meent dat dit qua veiligheid ook het overwegen waard is.)

6. De begeleider(s) van iedere zwemmer verplichten zich tot hulp bij calamiteiten aan iedere deelnemer. De leiding bij, en coördinatie van, de reddingsactiviteiten bevindt zich bij de veiligheidsfunctionaris van de wedstrijdorganisatie.
7. De begeleider(s) dienen van de organisatie een formulier te ontvangen waarop een aantal zaken bijgehouden dient te worden. Op dit formulier dienen minimaal de volgende zaken bijgehouden te worden van de zwemmer: de slagfrequentie en de tijdstippen van voeding.
8. De baan van de zwemmer dient zo te liggen dat de zwemmer zich nooit meer dan 10 meter uit het looppad van zijn begeleider(s) bevindt gedurende de wedstrijd. Dit kan bijvoorbeeld door boeien gereguleerd worden.

Tot slot

Ons inziens kan een wedstrijd tot 10 kilometer in een baan met twee wallen die niet op te grote afstand liggen veilig zonder individuele begeleidingsboten georganiseerd worden. De wedstrijd is dan van een andere orde in vergelijking met wedstrijden langer dan 10 kilometer en derhalve blijft hier een begeleidingsboot noodzakelijk voor de veiligheid.

BIJLAGE: PRIJZEN BIJ OPEN WATER WEDSTRIJDEN

In het verleden golden er regels voor het aantal uit te reiken prijzen bij wedstrijden. Sinds enige jaren (2004) is daar geen richtlijn meer voor gegeven. Op dit moment wordt in het algemeen verwezen naar het reglement. Echter... in open water is er een heel andere traditie. Daar wordt vanouds met veel meer prijzen gewerkt.

Hieronder verschillende manieren om er naar te kijken

Prijzen open water wedstrijden - systematiek van 2004 en eerder⁹

De KNZB adviseert het volgende minimum prijzenpakket voor wedstrijdonderdelen met de status klassementswedstrijd:

aantal deelnemers		minimaal prijzen	
1	tot en met	4	1
5	tot en met	7	2
8	tot en met	20	3
21	tot en met	30	4
31	tot en met	40	5
41	tot en met	50	6
51	tot en met	60	7
61	tot en met	70	8
71	tot en met	80	9
81	tot en met	90	10
91	tot en met	100	11
etcetera			

Voor de prijzen bij de Open Nationale Kampioenschappen gelden aparte bepalingen.

Prijzen open water wedstrijden - reglement

Bij het ONK en bij zwembadzwemmen geldt het volgende prijzenschema.

aantal deelnemers		minimaal prijzen	
1			1
2			1
3			2
4	en meer		3

Prijzen open water wedstrijden - moderne variant

Een moderne variatie op de twee bovenstaande mogelijkheden

aantal deelnemers		minimaal prijzen	
1	tot en met	2	1
3			2
4	tot en met	10	3
11	tot en met	20	4
21	tot en met	30	5
31	tot en met	40	6
41	tot en met	50	7
51	tot en met	60	8
61	tot en met	70	9
etc			

In deze variatie zijn de eerste drie prijzen wat substantiëler dan de volgende prijzen. Er kan gedacht worden aan medailles in plaats van trofeeën. De kosten kunnen dan hetzelfde blijven.

Prijzen open water wedstrijden - geldprijzen

Voor open water kunnen geldprijzen worden uitgereikt. De TOWZ adviseert daarbij in de traditie van de FINA wereldcup te werken. Daarbij wordt niet gekeken naar het aantal deel-

nemers. Daar staat simpelweg tevoren vast welke prijzen uitgereikt worden. Daar wordt niet van afgeweken.

plaats	prijs
1	\$ 15.000
2	\$ 10.000
3	\$ 5.000
4	\$ 4.000
5	\$ 3.000
6	\$ 2.000
7	\$ 1.000
8	\$ 500

Het gaat hierbij om de verhoudingen niet om de hoogte van de prijzen! Een FINA wereldbekerwedstrijd is wat anders dan een wedstrijd in ons open water circuit!

In dit verband zijn de geldprijzen bedoeld voor de hoofdnummers zoals de 5 en 10km (of korter als dit er niet is) en niet voor minioren, junioren, jeugd en Masters.

Masters deel 1

Om te bepalen hoeveel prijzen er voor de Masters gelden zijn er twee globale rekenmethoden:

1. Kijk hoe veel starts er per gegeven leeftijdsgroep zijn en bepaal dan aan de hand van de tabel het aantal prijzen.
2. Kijk hoe veel Masters er in totaal zijn, bepaal het aantal prijzen aan de hand van de tabel en verdeel deze naar verhouding van het aantal starts over de leeftijdsgroepen.

Uit eerdere discussies met Masters is gebleken dat de Masters een evenredige prijs vragen wanneer ook het startgeld evenredig is. Methode 2 voorziet daarin meer dan 1. Masters zijn vooral ook blij met in natura prijzen.

Methode 2 kan uiteraard ook toegepast worden op andere nummers met a/b/etc. en verschillende prijsuitreikingen.

Masters deel 2

Veel masters stellen het gedoe om de prijzen helemaal niet op prijs. De gedachte is ook dat steeds dezelfde mensen winnen. Juist ook diegenen die in hun jeugd en jonge jaren hun prijzenkast al gevuld hadden hoeven vaak niet zo nodig. Er is een discussie geweest op eerdere open water congressen. Daaruit volgde dat organisaties naar keuze van de organisatie vrijgesteld konden worden van de kostbare prijzen. Overeengekomen is dat wanneer er geen Mastersprijzen zijn een (evenredige) verlaging van de inschrijfgelden dit mag rechtvaardigen.

Minioren, Junioren, Jeugd, Senioren en Masters in perspectief

De hoofdnummers 5 en 10km zijn voor de de hoofdprijzen. Het is duidelijk dat de andere nummers de bijnummers zijn en gelden als de aanloop (of in het geval van de Masters de uitloop) van het nationale top-zwemmen in open water. De hoofdnummers zullen dus de grote prijzen hebben. De rest staat daarmee in verhouding.

⁹ Dit deel is onverkort overgenomen uit open water boek 2004.

BIJLAGE: POOL OPEN WATER SWIMMING OFWEL ZWEMBAD OPEN WATER ZWEMMEN

Inleiding en uitleg

Wat is leuker dan open water zwemmen? Eigenlijk niets! Wat doen we dan in de wintermaanden? Alleen maar trainen? Tot voor kort was dat het wel.... Tenzij we een grote beurs hebben en er een tochtje naar Australië, Zuid Afrika of Zuid Amerika voor over hadden. Nu is er een spectaculaire nieuwe ontwikkeling!

Pool Open Water Swimming = Zwembad open water zwemmen!

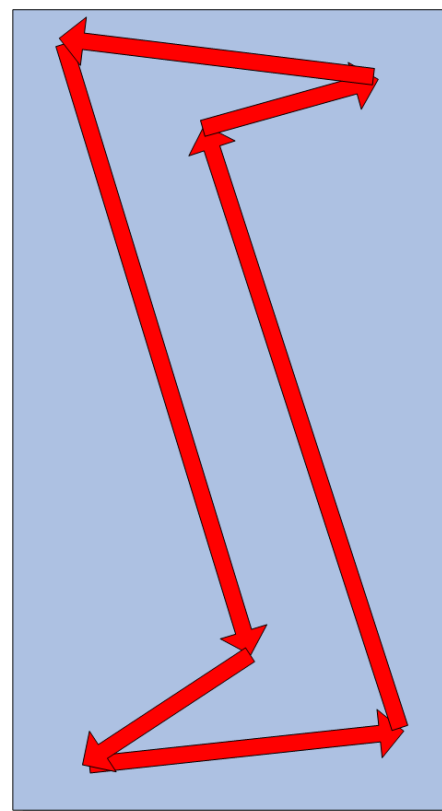
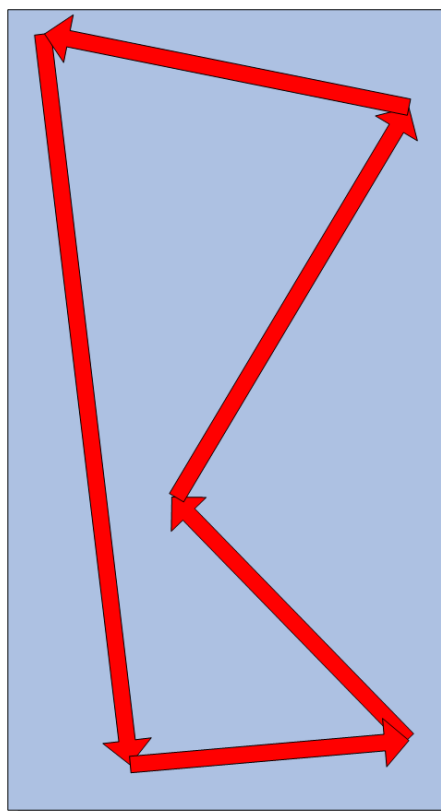
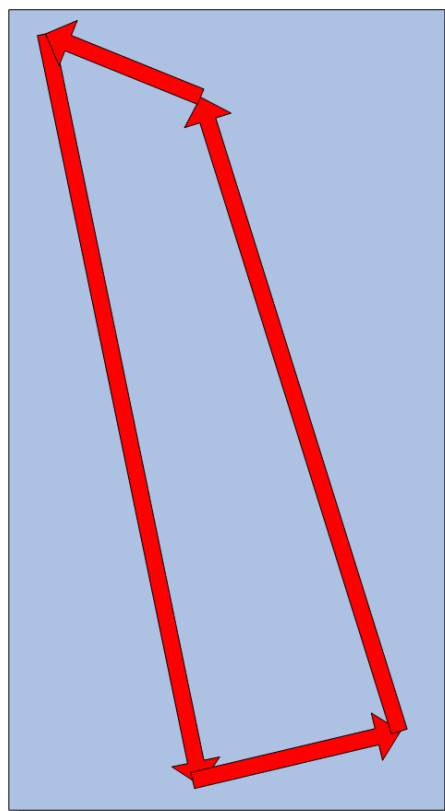
Zwemmen volgens de regels van open water zwemmen in een zwembad. 3 tot 6 boeien in het water. Geen lijnen in het water. Niet meer recht zwemmen langs de lijn op de bodem,

maar koersen zoals in open water. Met zijn allen starten vanuit het water zoals bij open water wedstrijden.

Dit jaar is er mogelijk een proef in het Pieter van den Hoogenband zwembad. Daar zal eerst een demonstratie zijn door onze nationale toppers gegeven worden en daarna kun je zelf een proef doen op een kortere afstand (500 of 1000m).

Benodigdheden

- 3 tot 6 boeien die op diepte verstelbaar zijn
- Startlijn (de 5m vlaggen zijn voldoende)
- Bel voor de laatste ronde (of ander luid signaal)
- Startpistool, toeter of fluit
- Voor elke kamprechter een rode en gele kaart.
- 2 printerklokken (en een reserve meelopende klok)
- Voor de zwemmers genummerde badmutsen (of nummers op de armen)
- Zwembad van bij voorkeur 50m lengte en bij voorkeur minsten 6 banen breed.



Zwembaan uitzetten

De baanlengte is afhankelijk van de grootte van het zwembad. Ideaal is een groot bad. Er zijn dan veel variaties in baanlengte en parcours mogelijk. Ook in een 6 banen 25m bad is het mogelijk om zwembad open water te zwemmen. De mogelijkheden en variaties in het parcours zijn dan echter beperkter.

De baan kan meerdere vormen hebben (zie illustraties). Het verdient verreweg de voorkeur dat de te zwemmen koers niet door lijnen op de bodem aangegeven wordt. De startlijn is een lijn (al dan niet virtueel) boven het water. Deze bevindt zich bij voorkeur in het deel van het bad waar niet gestaan kan worden. De zwemmers dienen daarachter plaats te

nemen voor de start. De finish is een muur in de buurt van de startlijn dwars op de zwemrichting. Verloop van de wedstrijd Voorstart: de zwemmers worden ingecheckt door de kamprechter voordat ze het water in gaan. De kamprechter geeft een korte briefing met daarin het parcours en eventuele verwijzingen naar het reglement (en eventueel deze bepalingen). Ze mogen pas het water in op signaal van de starter.

De start (één startsregel) vindt plaats achter de (virtuele) startlijn op signaal van de starter (als bij open water zwemmen).

De zwemrichting is in één richting van de klok gedurende de hele wedstrijd.

De boeien dienen gerond te worden (op de wijze en in de volgorde die de kamprechter in de briefing heeft aangegeven)

Wanneer de eerste zwemmers de laatste ronde beginnen luidt de daartoe aangewezen official de rondebelt.

De finish aan een van de zijden van het zwembad (of eventueel met een finishpoort conform Fina regels). De finish is dwars op de zwemrichting en aan het einde van een recht stuk van minimaal 20 meter.

Diskwalificaties

De reglementen voor open water zwemmen worden gehanteerd. Daarbij is extra een gele en rode kaart mogelijk. De zwemmer krijgt een gele kaart als waarschuwing en een rode bij herhaling of direct bij zware overtredingen en bij het niet ronden van de boeien. Bij een rode kaart dient de zwemmer het bad onmiddellijk te verlaten.

Aanbevolen afstanden bij leeftijdsgroepen

Bij het samen starten van de beide sexen worden de open water reglementen gehanteerd.

leeftijd	aanbevolen (1 ronde is circa 150m)
minioren 1, 2 en 3 jongens en meisjes	250m, 1 of 2 ronden
minioren 4, 5 en 6 jongens en minioren 4 en 5 meisjes	500m, 2 tot 4 ronden
juniores 1, 2, 3 en 4 jongens en junioren 1, 2 en 3 meisjes	500 tot 1500m, 3 tot 10 ronden
jeugd 1 en 2 jongens en meisjes, H1 en D1	500 tot 2500m, 3 tot 16 ronden
senioren heren en dames (open)	500 tot 5000m, 3 tot 30 ronden
Masters 30+ heren en dames	500 tot 1500m, 3 tot 10 ronden

Het aantal zwemmers (per start) is afhankelijk van de ruimte. Aanbevolen wordt met niet meer dan 15 á 20 zwemmers tegelijk te starten. Er kan wel in waves gestart worden.

Voor het spektakel dienen de afstand aan de korte kant gehouden te worden. Een 1000m is voldoende.

De jury

Deze dient (optimaal) te bestaan uit:

- Eén (1) scheidsrechter met de bevoegdheid 1 (liefst met aantekening O)
- Eén (1) of meer algemeen jurysecretaris met minimaal de bevoegdheid J
- Twee (2) of vier (4) keerpuntkamprechters met minimaal de bevoegdheid K
- Eén (1) starter voor de gehele wedstrijd, met de bevoegdheid 2
- Twee (2) rondetellers voor de gehele wedstrijd waarvan één (1) met minimaal de bevoegdheid J
- Eén (1) groepskamprechter met minimaal de bevoegdheid K
- Eén (1) jury-official aankomst met minimaal de bevoegdheid J
- Twee (2) tijdwaarnemers met minimaal de bevoegdheid 3

Bij meerdere programma's kan gekozen worden een extra jurygroep (f, g en h) toe te voegen.

Bij een beperkt programma kunnen functies mogelijk gecombineerd worden tot:

- Eén (1) scheidsrechter (kan ook starten, keerpuntkamprechter en kamprechter aankomst zijn)
- Eén (1) keerpuntkamprechter (strategisch en flexibel opstellen)
- Eén (1) J/K-official aankomst (te combineren met 1 J-official rondetelling, is ook keerpuntkamprechter)

- Eén (1) tijdwaarnemer

een en ander zal zich nog in de praktijk moeten ontwikkelen. Door ervaring leren we welke functies gecombineerd kunnen worden zonder dat de kwaliteit van het jureren inboet.

Werkzaamheden en bevoegdheden van de jury

De scheidsrechter

Naast de in het reglement genoemde punten heeft de scheidsrechter de volgende taken, die hij kan overdragen aan een assistent.

- De scheidsrechter vergewist zich ervan dat het parcours en de markeringspunten juist zijn uitgezet.
- Hij overtuigt zich ervan dat de juryleden zich op hun plaats bevinden. Hij geeft een teken dat de startprocedure kan beginnen en draagt het commando over aan de starter.
- Ingeval van twijfel of protest heeft hij het recht gebruik te maken van alle bij het wedstrijd behorende apparatuur voor de juring en/of tijdwaarneming.
- Bij de laatste ronde van de voorste deelnemer zal hij een geluidssignaal (rondebelt) doen klinken ten teken hiervan.
- Hij tekent de door de algemeen Jurysecretaris gecontroleerde uitslagen per wedstrijdnummer en stelt de uitslag vast.

De algemeen jurysecretaris

- De algemeen jurysecretaris vermeldt op het juryblad de juryindeling en het resultaat van de chronometercontrole.
- Hij of zij verzamelt en controleert de door de groepsjurysecretaris opgemaakte uitslagenlijsten, alvorens deze aan de scheidsrechter voor gelegd worden en draagt zorg voor onmiddellijke publicatie van de uitslagenlijst per wedstrijdnummer.
- Hij voegt de ingediende en van de beslissing van de scheidsrechter voorziene protesten bij het proces-verbaal.

De starter

- De functie van de starter is niet te combineren met een andere functie, met uitzondering van die van assistent scheidsrechter, mits deze in het bezit is van de bevoegdheid 2.
- De starter stelt zich zodanig op dat hij de start onbelemmerd kan overzien.
- Hij geeft de deelnemers een teken dat de startpositie kan worden aangenomen en geeft het startsignaal wanneer alle deelnemers de startpositie hebben ingenomen.
- Hij is niet bevoegd om bij een valse start de deelnemers terug te roepen.

De keerpuntkamprechters

- De keerpuntkamprechters nemen op de hoeken van het zwembad plaats, zodanig dat zij een vrij uitzicht hebben op de keerpunt boeien.
- De groepskamprechter vergewist zich ervan dat alle deelnemers de boei aan de goed kant passeren.
- Zij overtuigen zich ervan dat de KNZB-reglementen en de wedstrijd bepalingen worden nageleefd en kunnen bij overtreding daarvan de desbetreffende deelnemer diskwalificeren. Zij kunnen dit doen door als waarschuwing eerst een gele kaart met daarop het nummer van de deelnemer op te steken, met een bijbehorend fluitsignaal. Of als diskwalificatie met een rode kaart met daarop het nummer van de deelnemer op te steken, met een bijbehorend fluitsignaal. Zij dienen

hiervan de scheidsrechter schriftelijk mededeling te doen.

4. Zij kunnen een deelnemer, indien de situatie dit vereist, instrueren een afstand van 1 meter van iedere andere deelnemer in acht te nemen.

De rondetellers

1. De ronde tellers nemen een zodanige positie in dat zij de deelnemers bij de startlijn kunnen zien passeren.
2. De ronde tellers houden van iedere deelnemer bij hoeveel rondes zij hebben gezwommen.
3. Zij geven melding aan de scheidsrechter als deze zwemmer aan de laatste ronde begint en kunnen zo nodig (in opdracht van de scheidsrechter) de rondebellen laten klinken.
4. Direct na afloop van ieder zwemnummer leveren zij de door hen getekende doorkomstlijsten in bij de scheidsrechter.

De groepskamprechter

1. De groepskamprechter overtuigt zich voor de aanvang van de startprocedure of de deelnemers aanwezig zijn en van de juiste cap met nummer zijn voorzien en controleert of de caps deugdelijk op het hoofd zijn bevestigd. Hij controleert of alle deelnemers kort geknipte nagels hebben en geen sieraden, inclusief horloges dragen.

2. Hij legt de deelnemers het parcours uit en wijst het op de speciale regels voor het Zwembad Open Water uit.
3. Hij deelt de taken van de tijdwaarnemers en groepsjurysecretaris in en roept bij het finishen van de deelnemers de capnummers af.
4. Hij controleert in ondertekent de door de groepsjurysecretaris opgestelde en ondertekende uitslagenlijst met daarop vermelde aantal ingeschreven, afgemelde, niet gestarte, uitgevallen en gefinishte deelnemers.

De tijdwaarnemer

1. De tijdwaarnemer neemt van iedere gefinishte deelnemer de tijd op,
2. Wanneer in waves gestart wordt zal de tijdwaarnemer ook de starttijden opnemen.

De groepsjurysecretaris

1. De groepsjurysecretaris noteert de door de groepskamprechter vastgestelde volgorde van aankomst.
2. Hij stelt de uitslagenlijst samen met de vermelding van de rangvolgorde en eventuele diskwalificaties.
3. Hij vermeldt op de uitslagenlijst het aantal ingeschreven, afgemelde, niet gestarte, uitgevallen en gefinishte deelnemers.

BIJLAGE: SAMENWERKING TUSSEN KNZB EN NTB

Mogelijkheden voor deelname van NTB-leden aan Open Water zwemwedstrijden en wedstrijden die onderdeel uit maken van het Lange Afstand Circuit (LAC) en het Open Water Circuit

- NTB-leden die in het bezit zijn van een zogenaamde Atleetlicentie kunnen onder dezelfde voorwaarden als KNZB-leden die in het bezit zijn van een startvergunning, inschrijven voor wedstrijden uit het Open Water Circuit en Lange Afstand Circuit. Zij kunnen zonder bijkomende kosten via het NTB-bonds-bureau de hiervoor benodigde startvergunning aanvragen.
- NTB-leden die geen Atleetlicentie bezitten (maar wel een basislidmaatschap of aspirantlidmaatschap) kunnen meedoen aan wedstrijden uit het Open Water Circuit en Lange Afstand Circuit na aanschaf van een dagstartvergunning (€ 6,45 in 2013).
- Aanvragen en verrekening van een (dag)startvergunning vindt plaats via het NTB bonds-bureau.
- Aanmelding voor de wedstrijden en betaling van startgelden vindt plaats via de KNZB wedstrijdorganisatie.
- Bovenstaande geldt voor alle Open Water Circuit wedstrijden en LAC wedstrijden.
- Voor deelname aan LAC wedstrijden dient de inschrijver zelf contact te zoeken met de organiserende vereniging over de wijze waarop hij/zij ingeschreven kan worden voor de wedstrijden, aangezien de NTB geen gebruik maakt van het wedstrijdprogramma van de KNZB (Splash/HupSwim).
- Deelname aan NK's is voor NTB-leden wel mogelijk, maar alleen KNZB startvergunninghouders komen in aanmerking voor een NK-medaille.
- NTB-leden nemen bij KNZB wedstrijden deel onder de KNZB reglementen, dat betekent onder andere dat wetsuits niet zijn toegestaan.



Mogelijkheden voor deelname van KNZB-leden aan triathlons (en alle andere vormen van combiduursport)

- KNZB-leden met startvergunning kunnen, op vertoon van een via het KNZB bonds-bureau te verkrijgen startvergunningsbewijs, zonder extra kosten voor een zgn. daglicentie meedoen aan NTB-evenementen tot en met maximaal de kwartafstand (voor triathlon is dat 1000 meter zwemmen – 40 km fietsen – 10 km hardlopen).
- Deelname aan combiduursportevenementen langer dan de kwart afstand is mogelijk na betaling van de voor de betreffende afstand vastgelegde daglicentiekosten.
- Voor KNZB-leden zonder startvergunning geldt dat ze eveneens aan alle NTB-evenementen kunnen deelnemen na betaling van de kosten voor een daglicentie.
- Aanmelding voor deelname kan - onder vermelding van het KNZB startnummer - via www.ntbinschrijvingen.nl (hier zijn alle door de NTB erkende evenementen terug te vinden) of de website van de betreffende organisatie.
- Daglicenties kunnen worden aangeschaft via de wedstrijdorganisatie (in de vorm van een toeslag op het inschrijfgeld).
- KNZB-leden met startvergunning moeten op de wedstrijddag hun startvergunningsbewijs + legitimatie kunnen tonen bij het wedstrijdsecretariaat.
- Op basis van een KNZB-lidmaatschap worden deelnemers niet in circuitrankings opgenomen.
- KNZB leden nemen deel aan NTB wedstrijden onder de NTB reglementen.

NB:

De KNZB startvergunning blijft voor NTB leden geldig voor genoemde wedstrijden, zolang de Atleetlicentie van de NTB geldig blijft (opzegging of wijziging NTB-lidmaatschap, betekent opzegging KNZB startvergunning)

Kijk voor de complete KNZB kalender op: <http://www.knzb.nl/wedstrijdsport/zwemmen/webkalender>

Kijk voor de complete NTB-kalender op: www.ntbinschrijvingen.nl

Meer informatie:

Bonds-bureau KNZB – Sybrecht Lensink (Sybrecht.Lensink@knzb.nl, tel. 030 - 751 3248)

Bonds-bureau NTB – Christie Brouwer (Christie.Brouwer@nedtriathlonbond.org, tel. 030 - 751 3770)

BIJLAGE: RICHTLIJN START EN/FINISH OP LAND

Dit zijn richtlijnen voor het voor het starten op de kant en/of een finish op de kant.

In 2012 is het mogelijk dankzij de recente reglements-wijzigingen om zonder dispensatie vanaf het land te starten of te finishen in situaties waar stroming of getij het (praktisch) onmogelijk maakt om start en/of finish in het water te organiseren.

Situatie

Hierbij is uitgegaan van een situatie op een strand. Het water moet veilig en geleidelijk dieper worden vanaf een langzaam dalende vlakke grond. De wal moet makkelijk beloopbaar zijn en zonder trap te betreden.

De voorstart kan plaatsvinden in een afgesloten ruimte bij of nabij de start. Handig is om de startruimte zelf hier direct voor te gebruiken. Om illegale zwemmers in het startveld te voorkomen is het goed hierop te letten en de ruimte af te zetten. Overige regels volgens de bepalingen.

Dames en heren kunnen tegelijk starten. De start dan als volgt indelen.

1. Direct bij de startlijn de echte wedstrijdswimmers (dames en heren)
2. Om te voorkomen dat snelle mannen de dames omver lopen, is het goed om achter de wedstrijdswimmers enige ruimte te houden en de dames en heren verder in aparte vakken te laten starten. Zie hieronder. De eerste boei kan dan in het verlengde liggen van de scheidingslijn dames en heren. Afstand naar de eerste boei is voor iedereen gelijk, maar wel veiliger.

Wedstrijdswimmers	
Veilige ruimte	
Dames	Heren

Als de deelnemers klaar staan en de ruimte is ook als voorstart gebruikt is het goed om voor de start af te tellen. Bijvoorbeeld nog 5 minuten, nog 1 minuut. Men kan dan zelf beslissen wanneer de badjas/trainingspak wordt uit getrokken.

Startvak en procedure

1. Een duidelijke zichtbare startlijn, dit kan op de grond of door een vlag/banner, breedte hiervan is niet vastgelegd.

2. De startlijn dient zo kort mogelijk bij het water plaats te vinden.
3. De eerste boei dient zich vanaf de start in een rechte lijn te bevinden zodat men zo snel mogelijk op diepte komt en dusdanig ver dat het deelnemersveld al uit elkaar ligt. De boei moet op een plek liggen waar alleen zwemmen mogelijk is.
4. De starter bevindt zich zichtbaar voor de deelnemers, maar zoveel mogelijk in lijn met de startlijn. Dit is makkelijker met een lijn op de grond dan in de lucht.
5. De starter geeft in tegenstelling tot de normale regel een normaal startsignaal. Dus Op uw plaatsen en dan een fluit. Start is 1 starts, er wordt niet terug gefloten. (niet veilig als honderd man begint te rennen). In dit geval hoeft men niet geheel stil te staan maar mag de lijn nog niet zijn overschreden (dit staat ter discussie open, maar is de start volgens de Fina.)

Voor de start vanaf een platform gelden alleen punten 3, 4 en 5

Finish en procedure

Voor de finish kan het lastiger zijn. Als men in het water finisht dan gelden de normale regels. Of men heeft de mogelijkheid om ergens onderdoor te zwemmen, dan is het aanraken van een finishvlag voldoende.

Bij finish op de kant, finisht men door het overgaan van een finishlijn. Echter welk lichaamsdeel klok je. Voet, hoofd, hand arm. Dit soort finishen zijn voor onze klokken denk ik best wel lastig want waar kijk je naar. Met elektronische tijdwaarneming is dat makkelijker, daar is het voor iedereen hetzelfde. Misschien de volgende regels:

1. De finish ligt zo kort mogelijk bij het water en word door een fuik bereikt.
2. De zichtbare finishlijn is maximaal 4m breed, deze wordt aangegeven met 2 palen met een finishvlag
3. Tijd wordt opgenomen vanaf beide zijanten
4. Tijd wordt opgenomen wanneer de eerste voet of borst voorbij de eindstreep komt (open ter discussie)
5. Er wordt tijd opgenomen met 3 tijdwaarnemers waarbij de gemiddelde tijd telt, dit om een zo eerlijk mogelijke tijd te krijgen.
6. De (ass.) Scheidsrechter, groepskamprechter en een J bepalen gezamenlijk de volgorde van aankomst (is vooral nuttig bij gelijke finish)

De verwerking van de uitslag gebeurt verder als gebruikelijk.

BIJLAGE: CONCEPT NOTULEN OPEN WATER CONGRES 2013

Opening

Om 10 uur wordt het congres geopend door Richard Broer, de coördinator van de Taakgroep Open Water Zwemmen.

Aanwezigen

Het congres is goed bezocht, door zowel organisaties, zwemmers als juryleden. Ook is Joost Kuijlaars aanwezig, hij zit namens de KNZB in de LEN.

Komend seizoen (openingswoord)

Er zijn in het komende seizoen 2 wedstrijden afgevallen, Wijk en Aalburg en Beilen. En er staan 4 "nieuwe" wedstrijden op het programma, in de Bosbaan te Amsterdam, In de haven van Dordrecht, in Nieuwegein en Hank.

Afgelopen jaar was er een nieuw fenomeen, de Amsterdam City Swim. Deze wedstrijd is recreatief en wordt georganiseerd met adviezen vanuit de bond/TOWZ.

De nieuwe puntenlijst wordt aangepast ten opzichte van die van 2012, inzake de zwemvesten.

Er zal komend jaar uitwisseling van juryleden komen, met name voor scheidsrechters tussen België en Nederland. De geïnteresseerde scheidsrechters kunnen zich bij Henk Labordus melden. Komend seizoen zal er nog geen circuit komen met België, daarvoor zijn in België reglementswijziging nodig.

Komend seizoen komen er nieuwe klassementscups, met andere kleuren. Er wordt gewerkt aan een eindgala, er wordt gehoopt deze circa 1 week nadat het seizoen is afgelopen te houden.

Er worden centrale trainingen georganiseerd vanuit de zwemmers, deze zijn toegankelijk voor alle zwemmers. Deze trainingen zijn op meerdere plekken in het land, daar kunnen zwemmers uit de regio/het land samen trainen. en worden in het weekeinde gehouden. Zwemmers kunnen door samen te trainen de kwaliteit verhogen. Er is ruimte voor trainingen op meerdere locaties. De trainingen worden kostendekkend georganiseerd, er is hier geen financiële steun voor vanuit de KNZB

Na het afgelopen seizoen is de taakgroep uitgebreid met Caroline Smits.

Kalender 2013

Caroline Smits presenteert de wedstrijdkalender, er zijn daarin nog dubbels.

Bianca de Bruin vertelt over de nieuwe wedstrijd in de havens van Dordrecht en Sander van Elburg vertelt over de wedstrijd in de Bosbaan. Dennis Klop vertelt iets over de terugkeer van de wedstrijd in Hank. Van de andere nieuwe organisatie is helaas niemand aanwezig¹⁰.

Robert van Vuren geeft aan dat er mogelijk een andere datum komt voor de Jan van Scheijndelbokaal, in ieder geval zal deze vroeger op de dag worden georganiseerd dan voorgaande jaren.

De ONK wordt ook dit jaar georganiseerd in Appeltern, de ONK 10 km is toegewezen aan de wedstrijd in Oirschot. De ONK Marathonzwemmen is toegewezen aan de IJsselmeerzwemmarathon (Stavoren - Medemblik)

De dubbels in het komende seizoen zijn: de Jan van Scheijndelbokaal met Oosterhout, Vianen met de EK-Masters.

Reglementswijzigingen en bepalingen

De nieuwe reglementen en bepalingen zijn gebaseerd op die van de LEN/FINA. Ze zijn voor 1 februari gepubliceerd. Een deel van de wijzigingen zijn tekstueel, daarnaast zijn de bevoegdheden aangepast. De O-aantekening kan alleen door als (assistenten-)scheidsrechter te fungeren, minimaal 1 keer per 2 jaar.

Op 20 april is er een clinic gepland voor de O-aantekening. Henk Labordus krijgt niet altijd door wie er als (assistent-)scheidsrechter hebben gefungeerd, dit van belang voor de gepubliceerde lijst van bevoegde scheidsrechters.

Ook zijn de reglementen herschikt en zijn meer regels naar het algemene deel verplaatst.

De voeding bij de 10 km is in het reglement opgenomen evenals de verplichtingen van de deelnemer.

Ook zijn de reglementen aangepast met betrekking tot de elektronische tijdwaarneming en de start van een ponton of kade. Baankamprechters kunnen waarschuwen/diskwalificeren met een vlag (zoals bij de LEN/FINA) is aangegeven op een kaart. Bij een vlag wordt het nummer van de zwemmer op een wit A4 aangegeven.

Nieuw is een logboek waarin alle bijzonderheden van een programmanummer worden bijgehouden, zoals uitvallers, rode/gele vlag. Alles onder vermelding van de tijd, binnen het betreffende programmanummer, waarop het gebeurde. Alle organisaties worden gevraagd dit in te voeren, bij de ONK is het verplicht.

De begeleidingskaart voor evenementen van 10km en meer, en is bedoeld om van tevoren kenbaar te maken wie welke zwemmer begeleidt. Alleen hij of zij is toegestaan op het voedingsplatform. Voeding mag alleen worden aangereikt met een stok van maximaal 5m.

Er komt dit jaar ook een toelichting. Dit is een verduidelijking van het reglement.

In de bepalingen wordt opgenomen dat de afstanden van het volle klassement voor bepaalde leeftijden worden verhoogd.

Workshops

Er zijn gelijktijdig 3 workshops gehouden waarin er interactief suggesties uitgewisseld konden worden

Workshop 1: Reglementuitleg voor juryleden:

Het waarschuwingssignaal kan voor een groep zijn of individueel. Individueel 2x geel => rood. De zwemmer moet zichzelf ervan overtuigen dat het signaal wel of niet voor hem is. Aan de voedingsstok mag alleen een beker bevestigd zijn. Er moet duidelijk instructie zijn aan keerpunt commissarissen, tijdens de juryvergadering, zijn dat zij ook bevoegd zijn tot het voorstellen van een diskwalificatie. De elektronische tijdwaarneming is leidend, daarbij moet het doek worden aangetikt. De tijd moet worden aangepast bij een afwijkende volgorde van aankomst. De handmatige printerklokken moeten daarom altijd meelopen. Het geven van de gele vlag/kaart aan een individuele zwemmer moet altijd meteen gemeld worden en bijgehouden worden in het logboek van het betreffende programmanummer (taak voor de groepskamprechter). Op de begeleidingslijst moet ook het mobiele telefoonnummer van de begeleider worden genoteerd.

Workshop 2: Pool Open Water Zwemmen

Wordt vooralsnog gezien als een training. Het is een tussenoplossing, vooral bedoeld voor zwemmers die alleen open water wedstrijden zwemmen. In wedstrijdvorm kan het ook de opstap zijn naar buiten toe. Wanneer er voldoende

¹⁰ Wel van Nesselande die op dat moment nog niet formeel was aangemeld. Daartoe waren eerst enkele belangrijke formaliteiten te regelen tussen de organisatie en de Studentenzwembond. De TOWZ was op de hoogte van de wensen om deze wedstrijd te organiseren en kende de problematiek.

organisaties zijn, kan er een competitie worden opgestart. De afstanden lopen op van 250 tot 1500 m.

Organisatorisch zijn er weinig juryleden nodig en kan met weinig hulpmiddelen een leuk evenement georganiseerd worden. De voorkeur gaat hierbij voor de zwemmers uit naar het organiseren in 50m baden. 25m baden kunnen in de praktijk ook gebruikt worden.

Workshop 3: Promotie Open Water zwemmen

Er wordt nagedacht over het aantrekkelijker maken van open water wedstrijden voor zwemmers, ouders, trainers, de toppers zwemmen wel mee, de belangstelling van de groep daaronder neemt af.

Er wordt gedacht aan aantrekkelijke herinneringen, lootjes, meer bekendheid via sociale en regionale media, lokale verenigingen. Ook een regionale klassement maakt het aantrekkelijker en er kan ook worden gedacht aan het samenwerken met scholen om meer recreatieve zwemmers te krijgen.

Slotfeest

Vanuit meerdere zwemmers zijn er initiatieven voor het organiseren van een slotfeest. Het is meer dan een prijsuitreiking. Er wordt gedacht aan een centrale locatie, en de bijeenkomst zal bestaan uit een zwemwedstrijd, diner, het uitreiken van de klassementsprijzen en prestatiedaillies, mogelijk is er ook een sportverkiezing. Er is nog geen contact geweest tussen de aangemelde organisatie en degenen die vorig jaar het eindfeest hebben georganiseerd. Er kunnen maximum 150 personen komen en de deelname zal tussen € 22,50 en € 25,00 kosten. Er zal nog een bijeenkomst komen tussen de nieuwe organisatoren en hen die het vorig jaar hebben georganiseerd. Caroline Smits zal hierbij bemiddelen.

Rondvraag

Een zwemmer heeft een vraag over het gebruik van de vlag/kaart bij verschillende wedstrijden. In de vergadering voor iedere wedstrijd worden de baankamprechtters door de scheidsrechter geïnstrueerd, maar het blijft waarneming.

Een jurylid/organisator vraagt aan Joost Kuijlaars hoe het staat met de FINA, inzake medisch onderzoek en de politiek rond toewijzing van wedstrijden. Daarnaast vraagt hij of het in- en uitchecken via de chips technisch mogelijk is. De leverancier van het systeem geeft aan dat wel kosten met zich mee brengt. Hij geeft ook aan de zwemmers graag snel de tijden willen weten.

Het samenwerkingsverband Noord Holland heeft een alternatieve puntentelling gemaakt. Zij hebben bezwaar tegen het feit dat sommige zwemmers als zij de 30 km vol hebben ze verder niet meer zwemmen. Zij stellen voor alle wedstrijden door te berekenen. Per afstand meer punten. Het stimuleert om aan meerdere wedstrijden deel te nemen. Daarnaast hebben zij bezwaar dat de beslissingswedstrijd (het ONK) aan het begin van het seizoen wordt gezwommen. Het aantal km's zal worden aangepast.

Iemand geeft aan dat op het NK bij de schoolslag junioren 1, een zwemmer niet reglementair gestart is. Daarop heeft het bondsbureau een ad hoc oplossing gegeven, de benadeelde zwemmer heeft alsnog een medaille gekregen. De staatjes over het vorige jaar moeten worden aangepast. Er zal komende jaar beter opgelet worden op een juiste publicatie van de leeftijdsgroepen.

Wat gebeurt er als er onweer is? Dan wordt ad hoc beslist of de hele wedstrijd al dan niet mee telt voor het klassement. Bij een 10 km, ook bij een NK, moet bepaald worden welke de volgorde en positie (in meters afgelegd) van de zwemmers is, voor het eventueel toekennen van de punten.

Sluiting

Om 14.10 uur sluit Richard de vergadering.

Spreekuur

Er is een aanmelding voor het spreekuur, nl. de organisatie van Heerjansdam die voornemens is een wedstrijd in Rotterdam te organiseren in samenwerking met Topsport Rotterdam en de Studentenzwembond. Zij willen graag voor de punten meetellen. De wedstrijd was al eerder bij de taakgroep onder voorbehoud aangemeld.

BIJLAGE: AANMELDINGSFORMULIER VOOR DE OPEN WATER KALENDER 2014¹¹

Naam wedstrijdorganisatie	_____
Website-adres organisatie	_____
Aanvragende vereniging	_____
Depotnummer	_____
Naam aanvrager	_____
Adres	_____
Postcode en woonplaats	_____
Telefoon aanvrager	_____
Mailadres aanvrager	_____
Locatie wedstrijd	_____
	Nieuwe organisaties en organisaties met een gewijzigde locatie of wedstrijd baan, dienen vóór 31 januari 2014 contact op te nemen met de TOWZ i.v.m. de beoordeling van de wedstrijd baan.
Gewenste datum	_____
Uitwijkdatum	_____
Wie wordt de scheidsrechter Open Water Klassementen	Slechts één naam mogelijk! <u>Het programma, met overzicht starttijden, dient bijgevoegd te zijn. i.v.m. de goedkeuring tot het houden van de wedstrijd.</u> ☐ nee, onze organisatie wil niet meetellen voor de klassementen ☐ ja, onze organisatie wil meetellen voor enkele klassementen ☐ ja, onze organisatie wil meetellen voor alle klassementen
Huur printerklokken	☐ nee, onze organisatie wil geen printerklokken huren ☐ ja, onze organisatie wil vier printerklokken huren ☐ ja, onze organisatie wil acht printerklokken huren De printerklokken kunnen uitsluitend per set van 4 worden gehuurd. De huur bedraagt € 37,50 per koffer van 4 klokken, incl. benodigdheden. Het verschuldigde bedrag wordt ingehouden van het depot.
Administratiekosten	De administratiekosten bedragen € 35,00 Deze worden ingehouden van het depot.
Waarnemer	☐ nee, onze organisatie wenst geen waarnemer in 2014 aan te vragen ☐ ja, onze organisatie wenst bezoek van een waarnemer in 2014 De kosten van een waarnemer bedragen € 65,00. Dit bedrag zal worden ingehouden van het depot.
Mededelingen & opmerkingen	_____
Ondertekening aanvrager	_____

Slechts volledig ingevulde formulieren met bijgevoegd (concept)programma worden in behandeling genomen en dienen vóór 30 november 2013 op het bondsbureau ontvangen te zijn bij openwaterzwemmen@knzb.nl.

¹¹ prijzen worden nog aangepast naar 2014.

BIJLAGE: PUNTENLIJST OPEN WATER ZWEMMEN 2013

- Toegekende punten a.u.b. invullen in de laatste kolom.
- Bij een sterretje * steeds slechts één maal punten toekennen.
- De baanlengte is de afstand naar het verste punt van de baan gerekend vanaf start of finish.
- De bevoegde instantie kan aangewezen zijn door de gemeentelijke overheid, de reddingsbrigade, brandweer of GHOR

Wedstrijddatum: _____

Wedstrijdorganisatie: _____

Naam en ondertekening:

De puntenlijst dient besproken te worden met een of meer vertegenwoordigers van de organisatie

Namens de organisatie: Naam: _____ Handtekening: _____

Namens de KNZB: Naam: _____ Handtekening: _____

De scheidsrechter: Naam: _____ Handtekening: _____

<u>Totalen</u>		
1	Totaal veiligheid (verplicht) aan voldaan ja of neen	
2	Totaal veiligheid maximaal (minimaal 100) 6	160
3	Totaal communicatie maximaal	20
4	Totaal jurering maximaal	37
5	Totaal deelnemersaantallen en –waardering maximaal	30
6	Totaal programma maximaal	31
7	Totaal belijning/situering/lengte van de baan maximaal	40
8	Totaal informatie voor de deelnemers maximaal	20
9	Totaal uitslagen maximaal	10
10	Totaal voorzieningen deelnemers maximaal	35
11	Totaal voorzieningen jury maximaal	26
12	Totaal prijzen/prijzengeld maximaal	31
13	Totaal OLOWIS maximaal	10
		maximaal 450

1	<u>Veiligheid (verplicht) aanvinken of er aan voldaan is</u>	<u>nee</u>	<u>ja</u>
1.1	Er is een veiligheidsplan dat door een bevoegde instantie is goedgekeurd.		
1.2	Er is een calamiteitenplan dat door een bevoegde instantie is goedgekeurd.		
1.3	Voor alle jury aan boord van een boot en/of vlot is een reddingsvest beschikbaar.		
1.4	Er is een waterkeuringsrapport, dat niet ouder is dan 14 dagen, beschikbaar.		
1.5	Er zijn per 250 meter ¹² baanlengte minimaal 4 bevoegde reddingsbrigadeleden ¹³ <u>permanent op de baan aanwezig</u> ¹⁴ .		
1.7	Er is per 1000 meter (of minder) baanlengte minimaal één EHBO/Rode Kruispost met minimaal 3 bevoegden; wanneer het verste punt van de baan méér dan 1000m van de EHBO-post af ligt, zijn er twee posten met elk minimaal drie bevoegden.		
1.8	Er is een afsluitbare behandelruimte voor ongevallen/uitvallers.		
1.9	Er is op het wedstrijdterrein duidelijk aangegeven waar de EHBO-post(en) zich bevind(t)(en).		
1.10	Een ambulance kan in noodgevallen binnen 12 minuten aanwezig zijn.		
1.11	(Huis)arts is op de hoogte gesteld dat het evenement plaats vindt.		
1.12	Het ziekenhuis in de buurt is op de hoogte gesteld dat het evenement plaats vindt.		
1.13	Er is in iedere juryboot én beveiligingsboot constant één onmiddellijk bruikbare deken of folie aanwezig.		
1.14	De scheidsrechter communiceert via (één of meer) open communicatiemiddelen met zowel de baankamprechters, de keerpuntcommissarissen als de veiligheidsfunctionaris.		
1.15	De jury is volledig conform de KNZB reglementen (D1C art.2) samengesteld.		
		aan alles is voldaan	

12 Vanaf 1500 meter baanlengte wordt er **aan deze norm voldaan** bij 24 reddingsbrigadeleden of bij individuele begeleiding.

13 Indien er **niet uitsluitend** met de reddingsbrigade wordt gewerkt, maar wel met gediplomeerde reddings-zwimmers in bootjes met voldoende vermogen of personen op de kant, worden bij 4 personen per 250 meter **dan wordt er ook aan deze norm voldaan**.

14 Tenzij anders in het veiligheidsplan aangegeven. Als je het veiligheidsplan niet kent, dan gewoon tellen.

2	<u>Veiligheid</u>		
2.1	Er is een AED aanwezig in de eerste hulppost bij de start en finish.	8	
2.2	De beveiliging en de jurering hebben een volledig gescheiden "vloot".	15	
2.3	Voor alle mensen op de boot of vlot is een reddingsvest beschikbaar.	20	
2.4	Alle juryleden aan boord van een boot of vlot dragen een reddingsvest. ¹⁵	15	
2.5	Alle andere personen aan boord van een boot of vlot dragen een reddingsvest. ¹⁶	15	
2.6	De prestatietochten worden ook begeleid door de baankamprechters.	15	
2.7	Bij het te water gaan kruisen de deelnemers de zwembaan niet.	10	
2.8	De deelnemers kunnen binnen 50 meter van de finish veilig (trap/tapijt etc.) het water verlaten.	8	
2.9	Hygiëne van de baan, wedstrijdterrein en het overige terrein: geen rotzooi, geen rommel/hondenuitwerpselen langs de baan, antikplaats vrij van scherpe voorwerpen, voldoende prullenbakken, etc.	8	
2.10	Er zijn per 1000 meter baanlengte minimaal 2 duikers met uitrusting aanwezig, waarvan 1 op een snelle boot. Bij een baanlengte groter dan 2500 meter is het voldoende als er minimaal 6 duikers, waarvan 1 op een snelle boot, zijn.	15	
2.11	Bij afstanden van meer dan 5km ¹⁷ zijn hulpmaterialen voor de begeleiding (bijv. reddingsklos) aanwezig, en er is gedegen uitleg hoe deze moeten worden toegepast.	10	
2.12	De uitleg voor de zwemmers is bij alle programmanummers volledig.	8	
2.13	Juryleden besturen de boot niet zelf.	8	
2.14	Het wedstrijdterrein is voor hulpdiensten (ambulance) goed toegankelijk	5	
		minimaal	100
		maximaal	160

3	<u>Communicatie</u>		
3.1	De keerpuntcommissarissen (1 per keerpunt) én alle baankamprechters beschikken over een open communicatiemiddel (portofoon of gelijkwaardig materiaal).	10	
3.2	De beveiliging communiceert via minimaal 2 open communicatiemiddelen per 250 meter baanlengte (vanaf 10 communicatiemiddelen worden eveneens alle punten toegekend)	10	
		maximaal	20

4	<u>Jurering</u>		
4.1	Bij alle klassemmentsstarts worden minimaal 2 printerklokken gebruikt, of er wordt naast elektronische tijdwaarneming per klassemmentsnummer 1 printerklok gebruikt.	8	
4.2	Bij ieder wedstrijdprogrammanummer wordt met een dictafoon/geluidsrecorder gewerkt als back-up.	4	
4.4	Per gestarte groep dragen minimaal twee juryboten zorg voor de begeleiding. Bij een wave-start zijn dit minimaal 3 boten.	10	
4.6	Er is automatische tijdswaarneming m.b.v. chips.	10	
4.7	Juryboten zijn voorzien van motoren met voldoende vermogen om zwemmers optimaal te kunnen volgen.	5	
		maximaal	42

5	<u>Deelnemersaantallen en -waardering</u>		
5.1	Het aantal deelnemers klassemmentsnummer vrije slag en schoolslag dames en heren senioren wordt verenigvuldigd met de afstand in kilometers. Het totaal wordt gedeeld door 20. Men mag de meest gunstige combinatie zelf kiezen. Berekening (aantal deelnemers ss heren ... x...km. + aantal deelnemers ss dames ... x...km. + aantal deelnemers vs heren ... x... km. + * aantal deelnemers vs dames ... x ...km.) / 20 (afgerond naar boven op een geheel getal).	20	
5.2	Subjectieve waarde van de wedstrijd ¹⁸ voor het open water circuit (cijfer van 0 tot 10).	10	
		maximaal	30

15 Een vergunning kan dit verplichtstellen voor alle jury aan boord van een boot of vlot.

16 Een vergunning kan dit verplichtstellen voor alle mensen aan boord van een boot of vlot.

17 Als er geen afstand van meer dan 5km is, dan worden deze punten automatisch toegekend.

18 Rubriek 14 is hierbij een handig hulpmiddel.

6	Programma		
6.1	Alle deelnemende verenigingen ontvangen minimaal één gratis gedrukt programmaboekje.	3	
6.2	Het programmaboekje is voorzien van alle reglementair genoemde items (reglement D9) (inclusief schets van de baan met keerpunt [kleuren] en afstanden).	5	
6.3	Bij elk klassement met twee wedstrijdonderdelen ligt er voldoende tijd (30 minuten + 20 minuten per km) tussen de starttijden van de klassementsnummers met een minimum van 1 uur.	10	
6.4	Het wedstrijdprogramma is conform de eerste uitgave van het open water boek.	8	
6.5	Het programma is deel van een regionaal klassement.	5	
		maximaal	31

7	Belijning/situering/lengte van de baan		
7.1	De wedstrijd baan is voorzien van belijning tot minimaal het 125 meter keerpunt.	5	
7.2	Verder zijn er minimaal om de 125 meter boeien. De bovenkant van deze boeien is: - minder dan 30cm boven het wateroppervlak. 30 tot 50cm boven het wateroppervlak. 50 tot 100cm boven het wateroppervlak. - meer dan 1m boven het wateroppervlak (kan ook door bijvoorbeeld een vlag of grote stabiele ballonnen.)	of* 1 of* 2 of* 4 of* 5	
7.3	De baan is voorzien van een finishfuij waarvoor fout zwemmen tegengehouden wordt.	5	
7.4	De finish voldoet aan de reglementen.	5	
7.5	De baan is bij alle (ook tussen-) afstanden met de juiste apparatuur gemeten ¹⁹ en na te meten door de KNZB waarnemer of vertegenwoordiger van de TOWZ. .	5	
7.6	Publiek kan de gehele wedstrijd baan overzien en coachen is mogelijk.	5	
7.7	Het publiek kan de start zien binnen een afstand van 25 meter of 50 meter (zonder de veiligheid te beïnvloeden).	of* 5 of* 2	
7.8	Het publiek kan de finishvolgorde zien binnen een afstand van 25 meter of 50 meter (zonder de veiligheid te beïnvloeden).	of* 5 of* 2	
		maximaal	40

8	Informatie voor de deelnemers		
Op het wedstrijdterrein is goed zichtbaar opgehangen:			
8.1	een (kopie van de) geldige, door de scheidsrechter getekende, verklaring van de baanlengte, die te controleren is.	5	
8.2	een (kopie van het) door de scheidsrechter, een coach en een zwemmer ondertekende watertemperatuurrapport (de coach en de zwemmer mogen niet van dezelfde vereniging, of een aan de vereniging gekoppelde stichting die de wedstrijd organiseert zijn).	5	
8.3	een (kopie van het) waterkeuringsrapport.	5	
8.4	een plattegrond van het parcours met daarop de verschillende keerpunten en boeien (met kleuren) aangegeven samen met andere relevante herkenningspunten (als bijvoorbeeld bruggen en veranderingen in de breedte van de wedstrijd baan).	5	
		maximaal	20

9	Uitslagen		
9.1	24 uur voorafgaand aan de wedstrijd zijn op www.noww.nl de startlijsten gepubliceerd.	3	
9.2	De uitslagen zijn uiterlijk 30 minuten na de finish van de laatste aankomende zwemmer van het betreffende nummer opgehangen.	2	
9.3	De prijswinnaars zijn op reglementair juiste wijze (herkenbaar) in de uitslagen vermeld.	2	
9.4	Binnen 24 uur nadat de laatste wedstrijd deelnemer is gefinisht, is de uitslag op noww.nl geplaatst en gemaïld naar ow2013uitslag@noww.nl en de eventuele waarnemer. Daarnaast hebben alle deelnemende vereniging de uitslag via mail ontvangen.	3	
9.5	De uitslagen worden ook aangeleverd in Lenex-formaat of als CSV-bestand.	4	
		maximaal	14

19 Dit kan blijken uit de landmetersverklaring of gemeten zijn met GPS of een rangefinder. Een meetlint langs een weg voldoet ook.

10	Voorzieningen voor de deelnemers en publiek		
10.1	(Lichamelijke) Gehandicapten kunnen ook meedoen m.a.w. er zijn voorzieningen voor het te water gaan en het water verlaten van mensen die slecht ter been zijn. Daar waar wedstrijdnummers voor gehandicapten zijn, zijn deze voorzieningen verplicht.	5	
10.2	Er is per 100 deelnemers een gratis toilet binnen 150 meter van de start en finish.	3	
10.3	Er is een extra gratis toilet op circa 500 meter van de start en finish langs de baan.	3	
10.4	Er is een gescheiden kleedruimte voor dames en heren binnen 250 meter van de start en de finish.	2	
10.5	Er is een overdekte incheckruimte: • met minimaal 2 zijwanden.	of* 2 of* 4	
10.6	Er is binnen een afstand van 500 meter van de start en finish parkeerruimte: • gratis. • voldoende betaald parkeren.	of* 5 of* 1	
10.7	Er is een geluidsinstallatie die verstaanbaar is voor jury, publiek en deelnemers (op de kant).	3	
10.8	Er is binnen 500 meter verkoop van etenswaren en drinken.	3	
10.9	Er zijn binnen 500 meter van de wedstrijd baan zonder extra kosten: • koude douches te gebruiken. • warme douches te gebruiken.	of* 2 of* 4	
10.10	Voldoende voorzieningen voor niet zwemmers (bijvoorbeeld speeltoestellen voor kinderen, vertier buiten de wedstrijd om voor anderen)	3	
		maximaal	35

11	Voorzieningen voor de jury		
11.1	Er is voor de jury een separaat gratis toilet binnen 150 meter van de start en finish.	2	
11.2	Er is een overdekt juryplatform ter bescherming tegen regen, zon en/of wind.	5	
11.3	Er is bij de finish voor de juryleden minimaal 1 zitplaats per 2 juryleden.	3	
11.4	Er is een afsluitbare juryvergadering met een zitplaats voor alle juryleden.	5	
11.5	Er is een afsluitbare ruimte voor het uitwerken van de uitslagen voor de juryleden.	5	
11.6	De lunchpakketten voor juryleden en medewerkers zijn voldoende.	2	
11.7	Er is voldoende drinken voor juryleden en medewerkers.	2	
11.8	Er zijn tussendoortjes voor juryleden en medewerkers.	2	
		maximaal	26

12	Prijzen/prijzengeld		
12.1	Er is/zijn: a. prijzengeld van totaal minimaal € 1000 voor de hoofdnummers van de wedstrijd.	10	
	b. kleine geldprijzen of cadeaubonnen.	8	
	c. prijzen in natura	5	
12.2	Per volbrachte afstand ontvangen de deelnemers een herinnering of deelnemers ontvangen één herinnering en betalen (een redelijk bedrag) minder aan inschrijfgeld bij (een) volgende start(s).	3	
12.3	Er zijn prijzen voor (minimaal) de eerste drie ²⁰ aankomende deelnemers/sters bij alle wedstrijdonderdelen	3	
		maximaal	29

13	OLOWIS		
13.1	Er kan via OLOWIS worden ingeschreven.	4	
13.2	Er kan vooruit worden betaald (bijvoorbeeld door overmaking naar rekening van organisatie).	4	
		maximaal	8

²⁰ Dit is het reglementaire minimum, doch bij open water zwemmen geen echte traditie. Een andere systematiek mag en kan worden gehanteerd. Het hanteren van een andere systematiek geeft echter niet per definitie deze punten, tenzij er wel steeds 3 (minimaal) prijzen zijn.

14 Waarderingscijfers

Deze cijfers zijn subjectief en zijn bedoeld als indicatie voor de beleving van de wedstrijd. Deze cijfers worden niet doorberekend in de punten (anders dan als hulpmiddel bij vraag 5.2).

vraag		omcirkel je waardering (1 = slecht, 10 = uitstekend)									
14.1	Hoe belangrijk is het dat deze wedstrijd blijft bestaan?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
14.2	Wat is jouw gevoel over de veiligheid?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
14.3	Hoe ervaren je de hygiëne bij de toiletten?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
14.4	Hoe ervaren je de prijzen?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
14.5	Hoe vind je de indeling van het programma?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
14.6	Hoe ervaren je de entourage?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
14.7	Hoe ervaren je de manier waarop je het water kunt verlaten?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
14.8	Hoe ervaren je de herinnering?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
14.9	Wat vind je in het algemeen van de organisatie?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
14.10	Deze wedstrijd is een aanbeveling voor het open water zwemmen	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

15 Suggesties aan de wedstrijdorganisatie

15.1

15.2

15.3

15.4

15.5

BIJLAGE: KNZB TARIEVEN OPEN WATER ZWEMMEN

De tarieven zijn geïndexeerd. De tarieven van 2011 waren:

item	prijs
Opname wedstrijd in het open water circuit en opname wedstrijdadvertentie in het (digitale) open water boek	€ 35,00
Cap (exclusief verzending)	€ 10,00
Setje chips (2) voor elektronische tijdwaarneming	volgt

item	prijs
Aanstelling waarnemer	€ 65,00
Huur printerklokken (per koffer)	€ 37,50
Herinneringsmedaille	volgt
Prestatiemedaille zilver	€ 9,30
Prestatiemedaille brons	€ 7,10

BIJLAGE: CHECKLIST VOOR WEDSTRIJDORGANISATIES

Organisatie: wat in te dienen naar de bond na de wedstrijd

- Juryblad (voor het bijhouden van officials en de O- aantekening)
- Vanuit het waarnemers rapport:
- Bladzijde 2: algemene organisatie gegevens
- Bijlage 1: Overzicht aantal starts
- Kopie landmetersverklaring (in geval van discussie)
- Kopie waterkwaliteit (in geval van klachten over zieken na afloop)
- Kopie van het calamiteitenplan
- Nieuwe puntenlijst door de organisatie ingevuld met de dienstdoende scheidsrechter
- In geval van noodweer en andere onvoorziene omstandigheden een duidelijke verklaring van het tot stand komen van een uitslag (denk daarbij aan de onweer in Hoorn, of olie op het water in Huizen).
Op de dag van de wedstrijd contact opnemen met:
 - Richard Broer richard.broer@noww.nl +31 6 2524 6935
 - Henk Labordus henk.labordus@noww.nl of +31 6 3851 0331
- Protesten

BIJLAGE: WERKWIJZE SEIKO STOPWATCH MET PRINTER

(Printerklok S129 en S149)

1. Zet de EXT schakelaar naar beneden, deze zit aan de rechter zijkant.
2. Zet de Split schakelaar naar beneden, deze zit aan de linker zijkant.
3. De printer aanzetten met de schakelaar Power On ▲ (rechtsboven).
4. Druk het knopje Stop W in, controleer of de pijl. ▼ in het venster op Stop W staat.
5. Bij het startsignaal van de starter op de Start/Stop knop drukken. De klok loopt dan.
6. De Start/Stop knop op slot zetten door de Lock ▼ schakelaar naar beneden te zetten. De Start/Stop knop kan nu niet meer (per ongeluk) ingedrukt worden.
7. Bij iedere deelnemer, die finisht, de Lap/Split/Reset knop (rode knop) indrukken.
8. Als de laatste deelnemer is gefinisht en geklokt, de Start/Stop knop ontgrendelen door de Lock ▼ schakelaar naar boven te drukken.
9. De klok nu stilzetten door op de Start/Stop te drukken.
10. De klok nu „resetten" door op de rode knop Lap/Split/Reset te drukken.
11. Door op de schakelaar 1' (linksboven) te drukken gaat de papierstrook naar boven. Vervolgens papierstrook voorzichtig afscheuren langs kartelrandje.
12. In geen geval de papierstrook eruit trekken. (voorkomt beschadiging inwendig mechaniek).
13. Bij vochtig weer de printerklok compleet in de waterdichte beschermhoes doen. Niet het lint eruit laten. De beschermhoes goed sluiten en de hoes met het koord om de nek doen. Alle benodigde handelingen kunnen dan worden uitgevoerd. Alleen in een overdekte ruimte de printerklok uit de beschermhoes halen en het papier doorvoeren en afscheuren. De printerklok mag beslist niet nat worden!!
14. De overige functies van de printerklok zijn bij de huidige opzet van open water wedstrijden (nog) niet van toepassing.



BIJLAGE: DISKWALIFICATIECODELIJST 2012/2013

Bij toepassing van de codelijst gaan de bepalingen ten aanzien van de zwemslagen voor op de algemene bepalingen dwz. zaken die volgens de omschrijvingen bij de slagen 'geoorloofd zijn' kunnen niet leiden tot diskwalificatie op basis van verwijzing naar de algemene "A" codes. Bij twijfel – "voordeel zwemmer".

Bij onduidelijkheid gaat het reglement voor op deze diskwalificatiecodelijst.

Bij alle diskwalificaties: geen tijd noteren.

Algemeen:

- AA Te vroeg bewogen bij de 1e (1 start regel) of 2e start.
- AB De 1e (1 startregel), 2e of volgende valse start veroorzaakt (uitsluiten voor dat progr.nr.).
- AC Na een officiële waarschuwing zich niet gehouden aan de startdiscipline (uitsluiten voor dat progr.nr.).
- AD Gestart nadat het vertrek heeft plaatsgehad.
- AE De aangegeven zwemslag niet uitgevoerd.
- AF De aangegeven afstand niet uitgezwommen.
- AH Gezwommen in een andere baan dan waarin is gestart.
- AI Gelopen over en/of afgezet van de bodem.
- AJ Te water gegaan tijdens het zwemmen van een nummer, waarop men niet is ingeschreven.
- AK Na het beëindigen van de race niet onmiddellijk het water verlaten.
- AL Tijdens het water verlaten een deelnemer gehinderd die de race nog niet heeft beëindigd.
- AM Gebruik gemaakt van hulpmiddelen (het meelopen met de deelnemer -in het zwembad- wordt gelijkgesteld met gebruik van hulpmiddelen).
- AN Leeftijdsbepalingen overschreden.
- AO Niet gerechtigd gestart.
- AP Schuldig gemaakt aan ongepast gedrag. Bij ernstige vorm (wangedrag) uitsluiten van (verdere) deelneming aan en/of aanwezigheid bij de wedstrijd.
- AQ Niet goedgekeurde zwemkleding gebruikt.

Toelichting

- AP Bij wangedrag: uitgebreid in het proces-verbaal vermelden en rapport inzenden.

Schoolslag:

- SA Na start en/of keerpunt niet met het hoofd het wateroppervlak doorbroken, voordat bij het breedste gedeelte van de 2e armslag de handen naar binnen beginnen te draaien.
- SB Een deel van het hoofd heeft gedurende de gehele race niet tijdens iedere volledige of onvolledige cyclus het wateroppervlak daadwerkelijk doorbroken.
- SC De bewegingen van de armen niet te allen tijde gelijktijdig in hetzelfde horizontale vlak uitgevoerd.
- SD De bewegingen van de benen niet te allen tijde gelijktijdig in hetzelfde horizontale vlak uitgevoerd.
- SE De handen niet tezamen van de borst naar voren gebracht.
- SF Tijdens de race de ellebogen niet onder het wateroppervlak gehouden.
- SG Na de 1e armslag na start en/of keerpunt de handen voorbij de heuplijn gebracht.
- SH Bij de achterwaartse beweging van de beenslag de voeten niet naar buiten bewogen.
- SI Stond tijdens de race.
- SJ Na start en/of keerpunt een verkeerde arm- en/of beenslag gemaakt.
- SK Het keer- en/of eindpunt niet gelijktijdig met twee handen aangetikt.
- SL Het keer- en/of eindpunt met één hand aangetikt.
- SM Bij het keer- en/of eindpunt niet aangetikt met de handen (wel afgezet).
- SN Keerpunt of eindpunt in het geheel niet aangeraakt.
- SO Tijdens de race op de rug gedraaid.
- SP Tijdens de eerste slag na start en/of keerpunt een vlinderbeenslag gemaakt voordat de armslag werd ingezet.
- SQ Tijdens de eerste slag na start en/of keerpunt na een vlinderbeenslag geen schoolslag beenslag gemaakt.
- SR Meer dan één vlinderbeenslag na start en/of keerpunt gemaakt.

Rugslag:

- RA Na start en/of keerpunt niet bij of voor de 15 m met het hoofd het wateroppervlak doorbroken.
- RB Stond tijdens de race.
- RC Rugligging verlaten tijdens de race zonder met de keerhandeling bezig te zijn.
- RD Rugligging verlaten en stuwbewegingen met armen en/of benen gemaakt zonder met de keerhandeling bezig te zijn.
- RE Het keer- en/of eindpunt niet aangeraakt met enig lichaamsdeel.
- RF Na loslaten van het keerpunt de rugligging niet aangenomen.
- RH Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.
- RI Tijdens de start de tenen over de overloopgoot geklemd.
- RJ Na de eerste 15 meter na start en/of keerpunt het lichaam geheel onder water gehouden (geldt niet voor keren eindpunt en bij OpenWaterZwemmen).
- RK Keer- of eindpunt niet in eigen baan aangeraakt.

Vlinderslag:

- VA Na start en/of keerpunt meer dan één armdoortrekbeweging onder water gemaakt.
- VB Beide armen niet tezamen naar voren en/of gelijktijdig achterwaarts gebracht.
- VC Armen niet over het water naar voren gebracht (slepen is toegestaan).
- VD Schoolslagbenen gezwommen of andere stuwende beweging in het horizontale vlak.
- VE De bewegingen van de benen niet op gelijke wijze uitgevoerd.
- VF Stond tijdens de race.
- VG Bij de laatste armslag voor keer- en/of eindpunt de armen niet over het water naar voren gebracht.
- VH Niet met twee handen gelijktijdig keer- en/of eindpunt aangetikt.
- VI Met één hand keer- en/of eindpunt aangetikt.
- VJ Niet aangetikt met de handen bij het keer- en/of eindpunt (wel afgezet).
- VK Keerpunt of eindpunt in het geheel niet aangeraakt.
- VL Tijdens de race op de rug gedraaid.
- VM Na start en/of keerpunt niet bij of voor de 15 m met het hoofd het wateroppervlak doorbroken.
- VN Na de eerste 15 meter na start en/of keerpunt het lichaam onder water gehouden.
- VO De armen niet gedurende de gehele race over het water naar voren gebracht (meerdere beenslagen achter elkaar zonder armslag).

Vrije slag:

- VRA Het keer- en/of eindpunt niet aangeraakt met enig lichaamsdeel.
- VRB Na start en/of keerpunt niet bij of voor de 15 m met het hoofd het wateroppervlak doorbroken.
- VRC Na de eerste 15 meter na start en/of keerpunt het lichaam geheel onder water gehouden (geldt niet voor keren eindpunt).

Estafettes:

Code vermelden bij de naam van de zwemmer die de fout heeft gemaakt.

- **): tussentijden noteren tot en met de laatste zwemmer voor de fout is begaan
- EA Te vroeg overgenomen. **
- EB De wisselslag niet gezwommen in de juiste volgorde (rug-, school-, vlinder- en vrije slag). **
- EC De estafette niet gezwommen met de opgegeven deelnemers. **
- ED De estafette niet gezwommen conform de opgegeven startvolgorde. **
- EE Bij de estafette wisselslag de vrije slag gezwommen als school-, vlinder-, of rugslag. **
- EF Een ander ploeglid dan de zwemmer die de afstand moet zwemmen, te water gegaan voordat alle ploegen de wedstrijd hebben beëindigd.

Wisselslag persoonlijk:

- WA De vrije slag gezwommen als school-, vlinder- of rugslag.
- WB De wisselslag niet gezwommen in de juiste volgorde.

Toelichting:

Bij diskwalificatie in de wisselslag (estafette of persoonlijk) moet bij een fout op de hiertoe behorende zwemslagen de bij die slagen behorende codes worden gebruikt (S..., V..., R... en VR...).

Openwaterzwemmen

- OA Niet gedurende de race, van (voor-) start tot en met finish, de cap op het hoofd gedragen.
- OB Na waarschuwing(en) toch voor de startlijn blijven liggen.
- OC Bij het ingehaald worden de inhalende deelnemer gehinderd.
- OD Onvoldoende afstand gehouden tot de andere deelnemer(s).
- OE Buiten het aangegeven parcours gezwommen.
- OF Gebruik gemaakt van "gangmaking" door begeleidingsboot.
- OG Lichamelijk contact gemaakt met de begeleidingsboot.
- OH Aanwijzingen van de kamprechter(s) te water of op de kant niet opgevolgd.
- OI Trekken aan, duwen tegen of anderszins manipuleren van boeien en/of obstakels langs de baan gedurende de race bij keerpunt en/of start en finish.
- OJ Boei(en) verkeerd en/of niet gerond.
- OK Niet (tijdig) aanwezig bij briefing of inchecken.

Toelichting Wangedrag

Bij wangedrag (AP) dient door de scheidsrechter altijd rapport te worden opgemaakt, bij voorkeur digitaal. Hoe te handelen staat in de handleiding die te vinden is op de KNZB-site onder officials, zwemmen.

BIJLAGE: VERSIES, AANPASSINGEN EN CORRECTIES

versie	datum	pagina	verandering ²¹
1.00	2013-05-31	alle	definitieve uitgave
1.01	2013-06-03	enkele	kleine tekstuele aanpassingen
		1	voorpagina op volle paginaspiegel gezet
1.02	2013-06-07	51	correctie e-mailadres
		53	puntenlijst - hulprubriek 14 weer ingevoegd
		53	puntenlijst - suggesties (rubriek 15) aan de organisatie weer ingevoegd
		enkele	lay-out wijzigingen
1.03	2013-06-08	6	tekst ingevoegd m.b.t. Masters
		32-33	wijzigingen in capskleuren
1.04	2013-06-26	58	bijlage begeleidingskaart ingevoegd
1.05	2013-07-10	10	aanvullende tekst
		6	aanvullende info over Masters in verband met tegenstrijdigheid met eerdere wijzigingen in de paragraaf ervoor.
def			identiek aan versie 1.05

²¹ Het eventueel bijwerken van de inhoudsopgave wordt in deze tabel niet vernoemd. Wanneer later een pagina ingevoegd wordt vóór het betreffende paginanummer kunnen de oudere paginanummers in deze tabel incorrect geworden zijn.