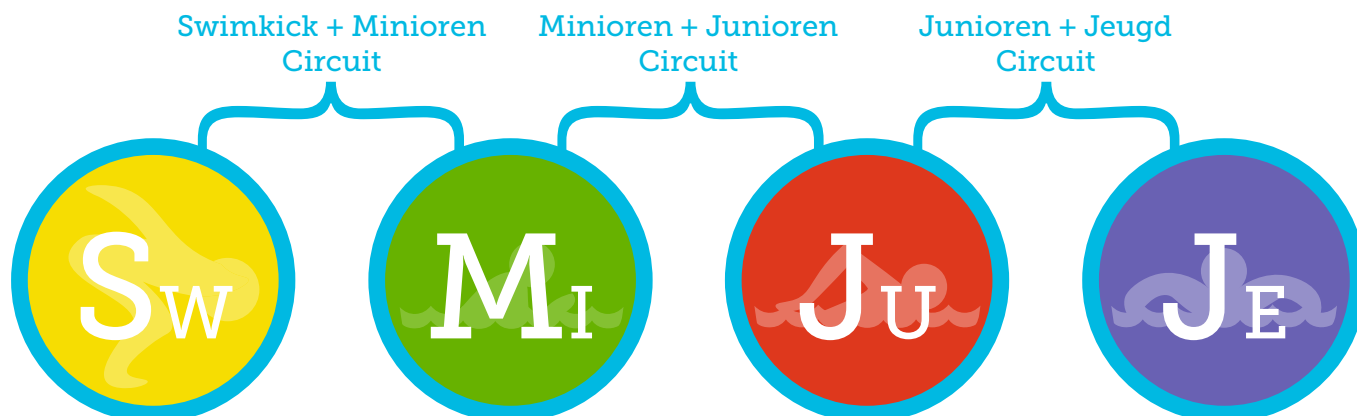


## DOE JIJ OOK MEE?

Leid jezelf op tot complete zwemmer, helemaal op je eigen niveau.



### Uitgangspunten:

- ~ Duidelijke wedstrijdlijn van minioren tot senioren
- ~ Lerende omgeving
- ~ Evenwichtige uitdagende programmering
- ~ Sporters in staat te stellen hun persoonlijke top te bereiken
- ~ Brede opleiding en vorming met meerdere slagen en afstanden
- ~ Eigen talenten leren kennen demonstreren tijdens wedstrijden
- ~ Series en finales zwemmen

Elk circuit bestaat in seizoen 2017-2018 uit 3 delen, waarbij de diverse programmaonderdelen zo goed mogelijk verdeeld zijn. Elke leeftijdsgroep krijgt gedurende het seizoen alle zwemslagen/afstanden twee keer aangeboden. Voor swimkick zijn er 3 wedstrijden, voor minioren 6, voor junioren 7 en jeugd 4. Voor het junioren-jeugd circuit is het mogelijk om deze op de 50 meterbaan te organiseren (gericht op deelname NJJK) en staat het vrij om hier seniorennummers aan toe te voegen.

# LEEFTIJDSCATEGORIEËN SEIZOEN 2017-2018



## ALGEMENE INFO

Je wordt ingedeeld in de leeftijdscategorie van de leeftijd die je hebt op 31 december 2017:



### SWIMKICK

Jongens: 6\* t/m 11 jaar  
Meisjes: 6\* t/m 10 jaar



### MINIOREN

Jongens: 6\* t/m 11 jaar  
Meisjes: 6\* t/m 10 jaar



### JUNIOREN

Jongens: 12 t/m 15 jaar  
Meisjes: 11 t/m 13 jaar



### JEUGD

Jongens: 16 t/m 17 jaar  
Meisjes: 14 t/m 15 jaar

# SWIMKICK-MINIOREN CIRCUIT

7/8 oktober 2017 | 27/28 januari 2018 | 10/11 maart 2018



## ALGEMENE INFO

3 wedstrijden  
Ca 2,5 uur wedstrijdduur  
Ook voor parazwemmers



+



### SWIMKICK

- FUNdament
- Kort op wedstrijdzwemmen
- Technieken oefenen
- Tips i.p.v. dis
- 25 of 50 meter zwemmen
- Estafettes
- Nog geen IPC-pas

### MINIOREN

- FUNdament
- TRAINtechniek
- Alle slagen komen voorbij
- 50 tot 400 meter zwemmen
- Geldig voor klassement
- Regio Miniorenfinale kans

# MINIOREN-JUNIOREN CIRCUIT

16/17 september 2017 | 9/10 december 2017 | 10/11 februari 2018

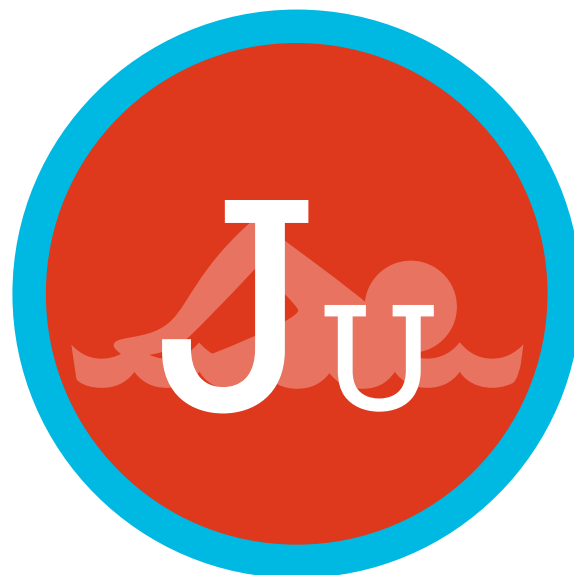


## ALGEMENE INFO

3 wedstrijden  
Ca 3 uur wedstrijdduur  
Ook voor parazwemmers  
Groter aanbod afstanden  
Gericht op instroom junioren



+



## MINIOREN

- TRAINtechniek
- Alle slagen komen voorbij
- 50 tot 400m zwemmen
- Geldig voor klassement
- Regio Minioerenfinale kans

## JUNIOREN

- TRAINtrainen
- Alle slagen komen voorbij
- 50 en 100 meter zwemmen
- Geldig voor klassement  
(FINA punten)

# JUNIOREN-JEUGD CIRCUIT



knzb

14/15 oktober 2017 | 4/5 november 2017

20/21 januari 2018 | 24/25 maart 2017

## ALGEMENE INFO

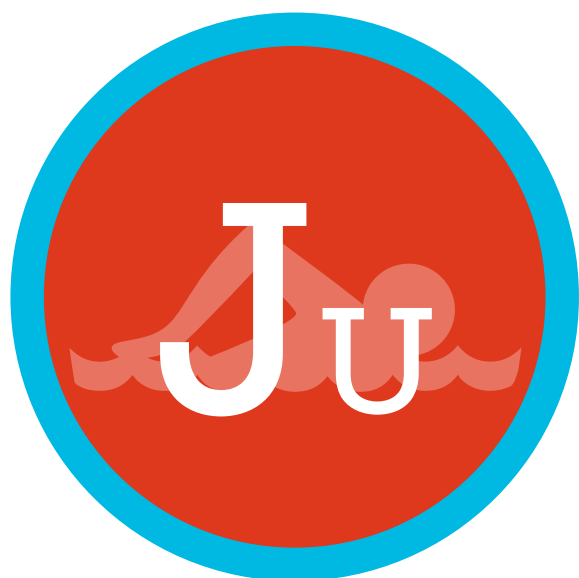
4 wedstrijden

Ca 3,5 uur wedstrijdduur

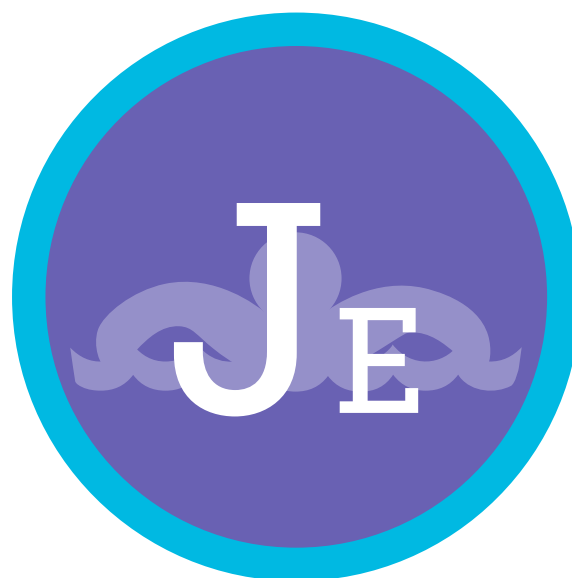
Ook voor parazwemmers

Series en finales

Lange baan (indien beschikbaar) en/of korte baan



+



## JUNIOREN

- TRAINtrainen
- Alle slagen komen voorbij
- Finales
- Olympische indeling voorrondes
- Geldig voor klassement (FINA punten)

## JEUGD

- TRAINracen
- Alle slagen komen voorbij
- Finales
- Olympische indeling voorrondes
- Geldig voor klassement (FINA punten)

### NIEUW 2017-2018:

- Programma ingekort
- Series ingedeeld op tijd
- Ju+Je zwemmen series samen
- Losse finales junioren en jeugd
- Minder finales
- Kortere wedstrijden

*passie voor water*