

# Jaarverslag 2015 WZK wedstrijdzwemmen

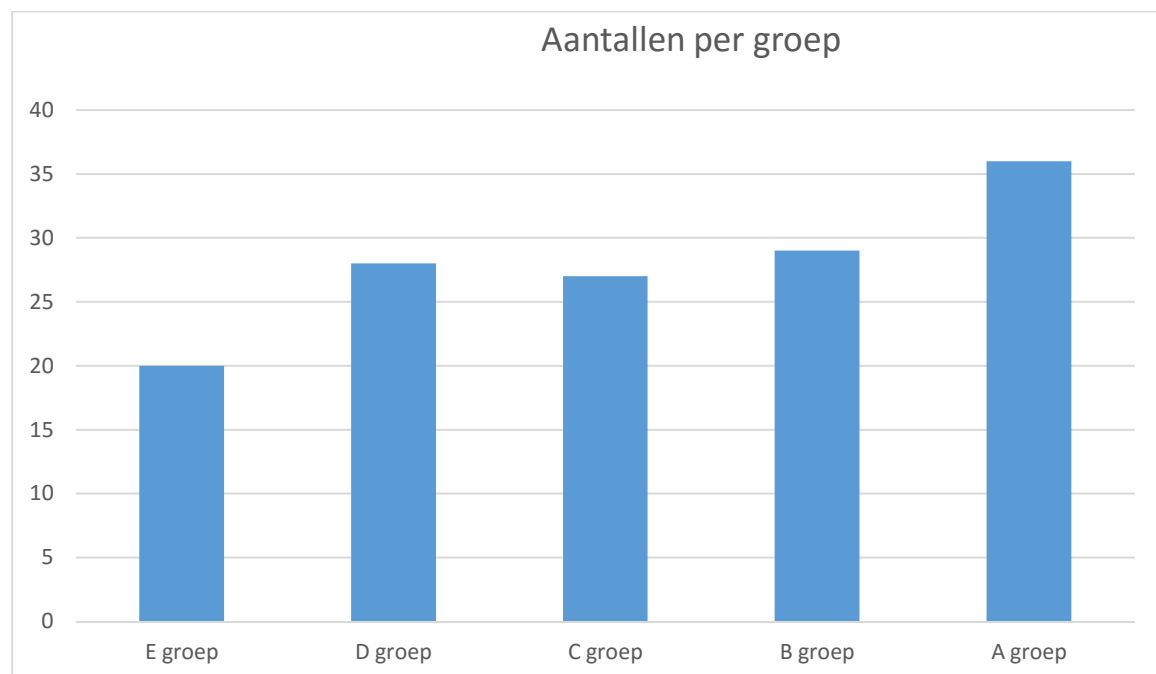
## Introductie

WZK wedstrijdzwemmen heeft als doel om zwemmers te begeleiden in het realiseren van hun potentieel en ambitie voor wedstrijdzwemmen op alle niveaus waarbij prestatie en plezier hand in hand gaan. Om dit doel te realiseren heeft WZK wedstrijdzwemmen afgelopen jaar weer hard gewerkt. In dit verslag komen de volgende onderwerpen aan de orde: leden, wedstrijden en resultaten, activiteiten, organisatie en toekomstperspectief.

## Leden

Het aantal leden van WZK wedstrijdzwemmen is stabiel te noemen rond 150 leden met fluctuaties afkomstig van onder meer wisselende expat populatie en een aantal gezamenlijke startmomenten voor nieuwe zwemmers in de E groep.

De leden van de WZK wedstrijden waren ook afgelopen jaar verdeeld over vijf verschillende groepen. De E groep is de groep waarin beginnende wedstrijdzwemmers starten. Zij trainden twee keer per week. Gezien het feit dat deze groep één van de trainingen in het kleine bad traint is de maximale omvang van deze groep 20 zwemmers. De A groep is historisch gezien de grootste groep. Door het groter aantal trainingsmomenten (5 x per week) verspreidt het aantal zwemmers zich iets meer over deze trainingen waardoor er ruimte is voor iets meer zwemmers in deze groep. Ten tijde van het schrijven van dit jaar verslag begin februari 2016 heeft WZK wedstrijdzwemmen rond 150 leden (10 aanleunleden) verdeeld zoals hieronder aangegeven over de verschillende groepen.



35% van de zwemmers zijn jongens en 65% meisjes. 40% is Engelstalig en 60% Nederlandstalig.

## Wedstrijden & resultaten

In 2015 hebben zwemmers van WZK wedstrijdzwemmen aan 83 wedstrijden deelgenomen.

Voor de beginnende zwemmers waren dit 8 JIO en Swimkick wedstrijden. De focus van deze wedstrijden lag ook dit jaar weer op het kennismaken met wedstrijden voor de "jeugd-in-opleiding". Vanzelfsprekend is het motiverend voor zwemmers om medailles te winnen. Het belangrijkste van deze wedstrijden was het in praktijk brengen van de geleerde techniek van slagen, starts, keerpunten en onderwaterfases. In deze veilige omgeving waarbij zwemmers nog niet gediskwalificeerd worden hebben de beginnende zwemmers weer veel geleerd en het ook goed gedaan.

Verder organiseerde WZK wedstrijdzwemmen weer zijn eigen vooruitgangstrainingen waarbij de zwemmers die het meest verbeterden medailles verdienden.

WZK wedstrijdzwemmen deed verder mee aan verschillende (regio)wedstrijden die afgestemd zijn op de techniek en/of snelheid van de zwemmers.

WZK heeft zeer verdienstelijk gezwommen in de Verenigingscompetitie. Na degradatie naar de regionale D-competitie, aan het eind van het 2013/2014 seizoen heeft WZK in het voorjaar van 2015 de competitiewedstrijden goed afgesloten en werd promotie naar de landelijke C-competitie gerealiseerd. Na 2 wedstrijden in seizoen 2015/2016 stond WZK comfortabel in de top 10 en zal dus zich dus zeer waarschijnlijk handhaven in de landelijke C-competitie. Een prestatie om trots op te zijn.

In 2015 was WZK ook vertegenwoordigd op de NJJK. Op de NJJK lange baan zijn 4 zwemmers gestart op 7 afstanden, op de NK 1 zwemmer en op de NJJK korte baan 2 zwemmers op 4 afstanden.

Het zwemseizoen wordt jaarlijks afgesloten met de clubkampioenschappen. Ook in juni 2015 waren er de clubkampioenschappen waar niet alleen de clubkampioenen van het seizoen 2014/2015 werden gekroond maar ook de puntenbekers en de oorkondes voor de clubrecords werden uitgedeeld.

In 2014/2015 zijn er 84 individuele en 15 estafette clubrecords gezwommen. Een aantal records die uit de boeken zijn gezwommen stonden al een lange tijd; bijvoorbeeld een record op de 200m schoolslag en 200m wissel bij dames uit 1989 en 50m schoolslag uit 1988, en 100m vlinder uit 1987.

De clubkampioenen 2014/2015 waren:

Meisjes: Madeleine Bijnen

Jongens: Karel Drastisch

Dames: Michelle Bellekom

Heren: Rein Goedhart

De puntenbekers gingen seizoen 2014/2015 naar;

Meisjes onder de 10 jaar; Eva Kerdel

Meisjes onder de 12 jaar; Grace Anderson

Meisjes onder de 14 jaar; Nuria Boersma

Meisjes onder de 16 jaar; Lucy Kirkwood

Dames; Ingeborg Efdée

Jongens onder de 10 jaar; Karel Drastich

Jongens onder de 12 jaar; Max Lopes Cardozo

Jongens onder de 14 jaar; Jack Dobson

Jongens onder de 16 jaar; Jacob Anderson

Heren; Richard Wilson

Verder zijn er speciale bekertjes uitgereikt. Deze gingen naar:  
Lidy Conradi-bokaal (aanmoediging zwemmer miniorenleeftijd): Aukje van Tongeren  
Ron Verroenbeker (aanmoedigingsprijs): Annika Peterson  
Annie van der Lugt trofee (meeste punten): Grace Anderson

## **Activiteiten**

Afgelopen jaar vonden tal van leuke activiteiten plaats ook buiten het zwembad want "fun" staat hoog in het vaandel; prestatie en plezier gaan tenslotte hand in hand. Het jaarlijkse kerstontbijt waar niet alleen de zwemmers maar ook de vrijwilligers van WZK worden uitgenodigd was een succes. Verder werd een educatieve quiz georganiseerd voor de zwemmers t/m 12 jaar waarin allerlei aspecten van het zwemmen in de vorm van meerkeuze vragen aan bod kwamen. Vanzelfsprekend doen de WZK wedstrijdzwemmers graag mee aan de activiteiten georganiseerd door de activiteitencommissie zoals het WZK kamp, de jaarlijkse barbecue en nog veel meer.

WZK wedstrijdzwemmen heeft ook het afgelopen jaar het lokale scholenzwemkampioenschap georganiseerd. Leuk om te vermelden dat de nummer 1 en 2 van de Wassenaarse basisscholen nationaal op de eerste en tweede plaats zijn geëindigd.

In 2015 is er een schoolslagclinic gegeven door NK zwemmer Erik Simons.

## **Organisatie**

In 2015 bestond de Wedstrijdcommissie van WZK uit: Trudy Efdée, Carolijn Hoogenboom, Lillian Vermeulen, Mirjam Franken, Wies Simons, Izet Fraanje (vanaf sept).

Het team van trainers is stabiel. Lillian Vermeulen als hoofdtrainer overzag ook in 2015 de voortgang van alle zwemmers in alle groepen, bereidde alle trainingsschema's voor en was bij alle trainingen aanwezig. Patrick Bleijie ontfermde zich twee maal per week over de A groep. Carolijn Hoogenboom en Mirjam Franken richtten zich met name op de C, D, en E groep. Lillian werd verder bijgestaan door een team van vrijwillige ouders die trainingen waar nodig ondersteunen langs het bad.

Er zijn binnen de wedstrijdafdeling meerdere mensen die in het bezit zijn van een EHBO diploma, AED certificaat, BHV en reanimatie. Tijdens trainingen is er altijd minimaal 1 persoon aanwezig die over deze kennis beschikt. Ook heeft het trainerscorps in januari de jaarlijkse zwemtest succesvol afgelegd.

In 2015 was er sprake van een tekort aan officials waardoor er behoorlijke druk lag bij de kleine groep officials om te zorgen dat onze zwemmers mee konden doen aan wedstrijden. Er is dan ook hard gewerkt om een nieuwe groep vrijwilligers te enthousiasmeren voor de officialscursus in 2016. Ook in 2016 blijft het een aandachtspunt om voldoende officials op te leiden. Gegeven het feit dat het beheersen van de Nederlandse taal een vereiste is en 40% van onze zwemmers Engelstalig is blijft dit een uitdaging.

Het organiseren en meedoen aan wedstrijden kan alleen met de hulp van vrijwilligers. Bij een wedstrijd zijn niet alleen officials nodig maar ook ploegleiders, mensen die briefjes lopen, medailles uitdelen, speaker zijn, het bad- op en afbouwen, drankjes rondbrengen, programma's verkopen etc. Over het algemeen is er een vaste groep van ouders die altijd bereid is te helpen. In 2015 zijn er wel een aantal keren geweest dat het regelen van vrijwilligers voor wedstrijden lastig bleek. In 2016 zal hier verder aandacht aan worden besteed.

Ook afgelopen jaar is er tijd geïnvesteerd in evaluatie en feedback. Met zwemmers uit de A en B groep zijn persoonlijke gesprekken gevoerd door Wies Simons om behoeften en ambities te inventariseren. Er hebben een aantal testen plaatsgevonden met een voortgangsrapport voor de beginnende zwemmers; dit wordt vervolgd in 2016.

In 2015 zijn er maandelijkse testmomenten geweest voor aspirant leden waarbij resultaten achteraf per mail aan ouders werden gecommuniceerd. In december 2015 stonden 18 zwemmers op de wachtlijst. De verwachting is dat deze zwemmers in 2016 kunnen starten. Nieuwe zwemmers/ouders werden tijdens een informatieavond geïnformeerd over alle “ins-en-outs” van het wedstrijdschwemmen.

### **Toekomstperspectief**

WZK wedstrijdschwemmen is een bruisende afdeling met betrokken zwemmers en vrijwilligers. In 2016 jaar zal de huidige koers worden voortgezet met specifieke aandacht voor:

- Handhaven van onze positie in de landelijke competitie
- Ontwikkeling van individuele zwemmers op alle niveaus
- Organisatie van vrijwilligers en officials in het kader van “vele handen maken licht werk”
- WZK wedstrijdschwemmen “uitstraling” via website, kleding etc.
- “ Last but not least: Gezelligheid”