Clubkampioenschap ZRO

 Recreatiezwemmers

 Vervolmaking 1, 2, 3, 4 en 5 en pré-competitie

 Competitiezwemmers C1, C2 en basisgroep

Zondag 2 december 2018

zwembad: Lago Gent Rozebroeken

inzwemmen competitiezwemmers : 09.30 u.

aanvang wedstrijd :10.00 u.

Programma:

1. 100 m wisselslag competitie jongens
2. 100 m wisselslag competitie meisjes
3. 25 m schoolslag ° … 11-10-09-08
4. 50 m schoolslag °… 11-10-09-08
5. 50 m schoolslag ° vanaf 2007 en ouder
6. 25 m rugslag ° … 11-10-09-08
7. 50 m rugslag °… 11-10-09-08
8. 50 m rugslag ° vanaf 2007 en ouder
9. 25 m vrije slag ° … 11-10-09-08
10. 50 m vrije slag ° … 11-10-09-08
11. 50 m vrije slag ° vanaf 2007 en ouder
12. 100 m vrije slag: enkel zwemmers vervolmaking 4(groen), vervolmaking5(blauw) en pré-competitie
13. 100 m vrije slag competitie jongens
14. 100 m vrije slag competitie meisjes
15. Aflossing 4x 25m vrije slag volwassen / zwemmer
16. Aflossing 4 x 25 m wisselslag volwassen / zwemmer

**Inschrijven** kan door onderstaande inschrijvingsstrook in te vullen en afgeven aan Jozef (ook de competitiezwemmers) of via e-mail: johan@hurtekant.be en dit uiterlijk tot **24 november 2018**.

Na deze datum worden er geen inschrijvingen meer aanvaard.

Iedere deelnemer mag slechts aan 2 wedstrijden deelnemen (niet 2x dezelfde zwemslag)

Competitiezwemmers zwemmen de 100 m wisselslag en 100 m vrije slag.

Vervolmaking 4 en 5, pre - competitie kunnen extra deelnemen aan de 100m vrije slag.

**Op deze dag zal ook de Sint ons een bezoekje brengen.**

Wie wil kan ook blijven eten na de wedstrijd. Er is keuze tussen balletjes in tomatensaus of varkenswangetjes telkens met frietjes en salademix (volwassenen 17€ / kind t/m geboortejaar 2006 - 8€)

Inschrijven hiervoor bij Jozef – jozef.nies@telenet.be - betalen bij inschrijving op rekening van ZRO BE16 8905 3414 4574 tegen uiterlijk 25/11/2018.

Het bestuur en de trainers.

✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂✂

**INSCHRIJVINGSSTROOK:**

**NAAM**: ……………………………………………………………………………………………………………………

**GEBOORTEDATUM**: …………………………. **M/V**: ………..

**Wedstrijdnummer:**  **Zwemslag:**

ڤ ………. ڤ……………………………………………

ڤ ………. ڤ……………………………………………

ڤ ………. ڤ……………………………………………