

## DEFINITIEVE SCHEMA SEIZOEN 2017 – 2018

augustus 2017			<b>Start seizoen 2017-2018 ⇒</b>	1 9	zwemmen positie/contra 30'slagspec.  MB facultatief	2 6	zwemmen positie/contra 30'slagspec.  MB facultatief	<b>Uitreiking prijzen seizoenen 2016-2017: 16-09-2017</b>	<b>2016-2017 "Altijd Eentje Meer Trofee"</b>		
september	0 2	zwemmen positie/contra ademhaling 30'slagspec.  MB	0 9	zwemmen positie/stuwen ademhaling 30'slagspec. keerpunten  MB	1 6	zwemmen positie/stuwen ademhaling 30'slagspec. keerpunten  MB	2 3	zwemmen UC 30'slagspec.  MB	3 0	<b>Med.Keuring 1 Testen: 30-09, 07-10 en 14-10 SMA Midden Nederland Amersfoort MB</b>	Touwtjespringen 23-09-2017: 150 / 180
oktober	0 7	Zwemmen UC 30'slagspec. Keerpunten  MB	1 6	zwemmen UC 30'slagspec. Keerpunten  MB	2 3	zwemmen WC 30'slagspec. Keerpunten <b>filmopnames</b>  MB	3 0	zwemmen WC 30'slagspec.  MB			Touwtjespringen 30-10-2017: 160 / 180  <b>Herdenking † 07-10-2017</b>
november	0 4	zwemmen positie/contra UC programma 30'slagspec.  MB	1 1	zwemmen contra/ stuwen WC programma 30'slagspec.  MB	1 8	zwemmen WC 1: 30'  MB	2 5	zwemmen frequenties 30'slagspec. <b>filmanalyses</b>  MB		<b>AED: 09-11 Allemaal NU!!!!!!!!!!!!!! Noteren! Herhaling!</b>	Touwtjespringen 25-11-2017: 160 / 190  <b>"2 uren Zeist" (1) 25-11-2017</b>
december	0 2	zwemmen frequenties 30'slagspec.  MB	0 9	zwemmen XYZ 30'slagspec.  MB	1 6	zwemmen WC 2: 45'  <b>Kerstwedstrijd Ede?</b>  MB	2 3	zwemmen XYZ 30'slagspec. <b>Kerstwedstrijd Ede?</b>  MB	3 0	Zwemmen MB	Touwtjespringen 23-12-2017: 170 / 190 <b>27 of 28 tot 31-12-2016 Trainingskamp</b>
januari 2018	0 6	zwemmen XYZ 45'slagspec.  MB	1 3	zwemmen XYZ 45'slagspec.  MB	2 0	zwemmen WC 3: 60'  MB	2 7	zwemmen XYZ 45'slagspec.  MB			Touwtjespringen 27-01-2018: 170 / 200
februari	0 3	zwemmen UV 45'slagspec.  MB	1 0	zwemmen UV 45'slag.spec.  MB	1 7	zwemmen WC 4: 60'  MB	2 4	zwemmen UV programma 45'slagspec.  MB		<b>Evaluatie 1<sup>e</sup> helft seizoen 2017-2018 03-02-2018</b>	Touwtjespringen 24-02-2018: 180 / 200
maart	0 3	zwemmen WV 45'slagspec.  MB	1 0	zwemmen WV 45'slag.spec.  MB	1 7	zwemmen WC 5: 45'  MB	2 4	Zwemmen <b>filmopnames</b>  MB	3 1	<b>Med.Keuring 2</b>  MB	Touwtjespringen 24-03-2018: 190 / 210
april	0 7	Zwemmen WV programma  MB	1 4	zwemmen stuwen 30'slagspec. Keerpunten  MB	2 1	zwemmen WC6: 30'  MB	2 8	Zwemmen stuwen 30 slagspec. keerpunten <b>filmanalyses</b> MB			Touwtjespringen 28-04-2018: 190 / 220
mei	0 5	zwemmen stuwen OW/Triathlon-training 30'slagspec.  MB + Racefiets	1 2	zwemmen stuwen OW/Triathlon-training 30'slagspec.  MB + Racefiets	1 9	zwemmen stuwen OW/Triathlon-training 30'slagspec.  MB + Racefiets	2 6	zwemmen stuwen OW/Triathlon-training 30'slagspec.  MB + Racefiets			Touwtjespringen 26-05-2018: 200 / 220 <b>"2uren Zeist" (2) 12-05-2018</b>
juni	0 2	zwemmen stuwen OW/Triathlon-training keerpunten 30'slagspec.  MB + Racefiets	0 9	zwemmen stuwen OW/Triathlon-training keerpunten 30'slagspec.  MB + Racefiets	1 6	zwemmen stuwen OW/Triathlon-training keerpunten 30'slagspec.  MB + Racefiets	2 3	zwemmen Stuwen OW/Triathlon-training keerpunten 30'slagspec.  MB + Racefiets	3 0	zwemmen <b>Evaluatie hele seizoen 2017-2018 30-06-2018</b>  MB + Racefiets	Touwtjespringen hele maand: recordpogingen!  <b>Start seizoen 2018-2019 18-08-2018</b>

**Touwtjespringen: voor de schuine streep het aantal voor nieuwkomers, erachter voor de vaste sporters.**

### **Toelichting:**

1. uitleg - 2. wederzijdse plichten - 3. financieel,

hetgeen wordt bekrachtigd in een soort van contract, dat wordt ingeleverd!

In deze opzet is plaats voor zwemmers, triatleten en andere sporters. Binnen maximaal 24!

Deze sporters moeten de ambitie hebben om voor 100% aanwezigheid, deelname en inzet te gaan.

Er is een medische commissie beschikbaar, omdat keuren en testen bij een verantwoorde opzet passen.

In geval van blessure's e.d. heeft de medische commissie **ALTIJD** het laatste woord.

Last but not least: na een proefperiode en / of tijdens de evaluaties wordt besproken of doorgaan zinvol is.

Tijdens deze evaluaties worden **ALLE** presentielijsten plus de uitslagen van **ALLE** onderdelen meegewogen.

### **1. Uitleg:**

1.1. vanaf 19-08-2017 t/m 30-06-2018 gaan **ALLE** trainingen in Zeist door;

1.2. trainingstijden: 06.00 touwtjespringen / 06.30 zwemtraining / 09.15 buitentraining;

1.3. familieleden, vrienden, kennissen en buitenstaanders kunnen deelnemen aan het buiten sporten (zie 3.3.);

1.4. nieuwkomers kunnen minimaal **4\* GRATIS** deelnemen alvorens te beslissen.

### **2. Wederzijdse plichten:**

2.1. de organisatie van de zaterdagochtenden zorgt voor:

2.1.1. de facilitaire mogelijkheden;

2.1.2. de aanwezigheid van een professioneel kader;

2.1.3. een optimaal pakket aan randvoorwaarden (o.a. de medische begeleiding en filmopnames / analyses);

2.1.4. tijdige aankondiging en organisatie van speciale activiteiten (extra trainingen en trainings weekeinden);

2.1.5. regelmatig overleg (individueel zowel als collectief, alsmede een tweetal evaluaties);

2.2.6. de deelnemers / sters aan de zaterdagochtenden conformeren zich aan het schema (z.o.z.);

2.2.1. deelname aan **ALLE** – ook de medische - activiteiten, tenzij individueel anders overeengekomen;

2.2.2. het deelname % moet **boven** de 80% blijven, tenzij individueel anders overeengekomen;

2.2.3. deze 80% geldt voor **ALLE** onderdelen, zowel binnen als buiten, plus **ALLE** activiteiten;

2.2.4. bij afwezigheid wordt geacht hiervan per e-mail **VOORAF** melding te maken;

2.2.5. ook deelnemers / sters aan de buitentrainingen dienen deel te nemen aan de medische keuringen / testen.

### **3. Financieel:**

3.1. bij aanmelding € 175,00 storten (geldt **NIET** voor alleen de buitensporters). Bij voortijdig vertrek, wegens eigen opzegging of onvoldoende opkomst, uit de groep wordt dit bedrag gebruikt ter dekking van gemaakte kosten en zal **NIET** worden verrekend. Dit geldt eveneens voor het ongevroegd gebruik maken van het adressenbestand van de Zeistzaterdagochtendgroep;

3.1.1. bij de start van een nieuw seizoen wordt het eventuele openstaande saldo aangevuld tot € 175,00;

3.1.2. bij beëindiging van de samenwerking, aan het einde van een seizoen, wordt het saldo geretourneerd;

3.2. de kosten per zaterdagochtend bedragen € 10,00 per persoon per keer (binnen en buiten);

3.2.1. deze kosten worden maandelijks in rekening gebracht, ook indien **NIET** wordt deelgenomen;

3.2.2. deze kosten (3.2.1.) dienen binnen 1 maand te zijn voldaan, tenzij anders overeengekomen;

3.2.3. de maand van voortijdig vertrek dient volledig te worden voldaan, zie 3.2.2.;

3.2.3.1. bij in gebreke blijven wordt de volgende maand in rekening gebracht etc. etc.;

3.3. voor alleen de buitentraining bedragende kosten € 2,50 per persoon per keer;

3.3.1. deze kosten worden maandelijks in rekening gebracht, **PER KEER** dat is deelgenomen;

3.4.1. de kosten van de medische keuringen bedragen € 25,00 contant ter plekke, geen officiële rekening;

3.4.2. de kosten voor een bloedonderzoek en test, allebei bij een bevoegd SMA, kunnen per SMA verschillen\*<sup>12</sup>;

\*<sup>1</sup> hiervoor ontvangt men één of twee officiële rekeningen;

\*<sup>2</sup> deze officiële rekeningen dienen voor een eventuele terugbetaling van de ziektekosten verzekeraar!

**!<sup>1</sup> Indien het BTW tarief voor het zwembad wordt verhoogd dienen wij de € 10,00 aan te passen tot € 12,00;**

**!<sup>2</sup> Nummer twee uit één gezin betaalt geen € 175,00 en 50% van de kosten van de trainingen;**

**!<sup>3</sup> Nummer drie uit één gezin betaalt geen € 175,00 en evenmin voor de kosten van de trainingen.**

**Informatie:** Tim van den Berg en uiteraard George Sieverding

### **Aanmelden seizoen 2017-2018:**

1. voor 15 juli 2017, de vaste groep;

2. schriftelijk via een e-mail, gekoppeld aan het in ingevulde deelnameformulier ("contract")

3. betaling van het aanmeldingsbedrag of de aanvulling tot € 175,00:

ABN/AMRO Zeist t.n.v. D.J. Theijn NL65 ABNA 041.38.96.838

o.v.v. aanmelding seizoen 2017-2018 (svp VOOR 15 juli 2017).

George Sieverding ([www.GeorgeSports.eu](http://www.GeorgeSports.eu) / [GS@GeorgeSports.eu](mailto:GS@GeorgeSports.eu))