



Zwemclub sinds 1935

ONTHAALBROCHURE

Volwassenen (vanaf 18j tot)

2021-2022

Inhoud

ZOLA algemeen	2
Zwemgroepen	3
* Volwassenen	3
Vakanties en verlofdagen	3
Stages	4
Lidgeld	4
Wat heeft een zwemmer nodig?	4
Aankoop zwemmateriaal	4
Contactpersonen	5
Rekeningnummer ZOLA	5

"Een plaats voor **iedere** zwemmer
Een thuis voor **recreatieve & sportieve**
ZOLA Algemeen

Geschiedenis

Op 12 februari 1935 werd 'Olympic Swimming Club' te Antwerpen opgericht. Sindsdien onderging de club enkele naamsveranderingen en draagt sinds 1998 de naam:

"Koninklijke Zwemclub Olympic Antwerpen vzw" afgekort: **Z.O.L.A.** vzw



Het logo van **ZOLA** is de Orka.

ZOLA Missie

Een plaats voor **iedere** zwemmer,
een **thuis** voor **recreatieve & sportieve** prestaties.

ZOLA Visie

ZOLA ontplooit zijn activiteiten via drie pijlers: zwemschool (reguliere- en zaterdagzwemschool), recreatie (jongeren en volwassenen) en competitie. Deze groepen zijn door een gemeenschappelijk project met elkaar verbonden maar ontwikkelen elk een eigen aanbod.

Dit gemeenschappelijk project is het aanleren van correcte zwemslagen: gebaseerd op de cursussen van de Vlaamse Trainersschool en de nieuwste ontwikkelingen in de zwemsport.

Het belang van verschillende doorstromingsmogelijkheden moet onderstreept worden opdat elke zwemmer een weg kan volgen naar zijn mogelijkheden en keuze.

In deze woorden kunnen wij heel duidelijk terugvinden dat wij niemand willen uitsluiten en de zwemsport aan een zo breed mogelijk publiek willen aanbieden.

Onze club biedt groepslessen aan (individuele begeleiding is niet mogelijk) – onze club heeft een beperkt aantal zwemuren – onze club werkt met vrijwilligers en dus hun inzet is per zwemjaar te bepalen – de kinderen hebben geen keuze van lesuur of van trainer, dit wordt door de club bepaald.

ZOLA wil zijn missie waarmaken:

- gebruikmakend van al de tot de vereniging beschikbare middelen en dit binnen de ons ter beschikking gestelde water / trainingsuren,
- in de Olympische geest en in overeenstemming met de Panathlon verklaring over ethiek in de jeugdsport,
- in een open en vertrouwensrelatie met haar leden, trainers, lesgevers en de enthousiaste ouders,
- met respect voor familiale en culturele waarden en diversiteit,
- met sociale betrokkenheid van de meest kwetsbare kansengroepen van de wijk rond de **ZOLA** thuisbasis.

Zwemgroepen

Volwassenen

Je stopt niet met sporten omdat je ouder wordt, maar je wordt ouder omdat je stopt met sporten!

ZOLA geeft ook zwemles aan (jong)volwassenen. Onder goede begeleiding en in een leuke sfeer leert u de verschillende zwemslagen. Om mee te kunnen doen, moet u kunnen drijven en een basisslag hebben.

Het doel van deze groep is in een ontspannen sfeer te zwemmen en de conditie op peil te brengen. Er is steeds begeleiding op woensdag en donderdag, maar zelf oefenen kan ook. We maken een onderscheid tussen beginners en gevorderden. Voor de beginners (op donderdag) wordt het zwemmen stap voor stap uitgelegd. Iedereen zwemt volgens zijn eigen tempo. De gevorderden (op woensdag) kunnen dan weer een andere zwemstijl aanleren of verder werken aan hun conditie. De zwemtechnieken verbeteren we hier ook verder.

Wie na enkele sessies volwassenzwemmen iets gedrevener wil trainen en aan zwemwedstrijden wil gaan deelnemen, kan binnen **ZOLA** terecht bij de Masters. Ook als je met de nodige basis (terug) wil beginnen met competitiezwemmen is er bij de **ZOLA** -masters zeker een plaatsje voor jou. Je bent in dat geval welkom bij ons vanaf 20 jaar (pré-master) en er is geen maximumleeftijd.

Masterszwemmen is niet exact hetzelfde als wedstrijdzwemmen.

Als zwemmer ga je natuurlijk uit van je eigen prestatie en hoe je die kan verbeteren in competitie. Je kan bij ons met je zwemtalenten terecht en je kan ze bij ons uitbouwen door te werken aan techniek, kracht en uithoudingsvermogen. Een masterzwemmer presteert naar mogelijkheid en zet een zo goed mogelijke

prestatie neer ergens tussen kunnen en willen. Internationaal zijn er onder het FINA masters motto "Fitness, Friendship and Understanding through Swimming" meer dan 100.000 volwassenen die wedstrijden zwemmen.

De competitievergunning (35€) en de inschrijfgelden van de wedstrijden zijn ten laste van de zwemmer.

Waar?

Zwembad Plantin Moretus in Borgerhout

Wanneer?

maandag	21-22u 3 banen	Vrijzwemmen in trainingsbad Wezenberg	
Woensdag	21-22u 3 banen	technieklessen	+ vrij zwemmen
Donderdag	21-22u volledig bad	technieklessen	+ vrij zwemmen

Er is GEEN zwemmen tijdens deze vakanties en verlofdagen:

- Herfstvakantie: van maandag 01/11/2021 tot en met zondag 7/11/2021
- Wapenstilstand: donderdag 11/11/2020
- Kerstvakantie: van maandag 27/12/2021 tot en met zondag 9/1/2022
- Krokusvakantie: van maandag 28/2/2022 tot en met zondag 06/03/2022
- Paasvakantie: van maandag 4/4/2022 tot en met maandag 18/4/2022
- Hemelvaart: donderdag 26/5, vrijdag 27/5 en zaterdag 15/5/2022
- Pinkstermaandag 06/06/2022
- Grote vakantie: vanaf 1/7/2022



Lidgeld

Jaarlijks wordt er lidgeld betaald. Het lidgeld 2020-2021 voor de volwassenen bedraagt.

Verzekering en lidgeld VZF*	€ 40
Lesgeld nieuwkomers	€ 240
Totaal	€ 280

* VZF = Vlaamse Zwemfederatie

Inbegrepen zijn: de kosten voor de lesgevers en redders, het inkomgeld voor het zwembad, gebruik van nieuw communicatieplatform Twizzit en een **ZOLA** badmuts.

Een competitievergunning (€ 35) en startgelden voor competitiewedstrijden moeten door de zwemmer zelf worden betaald.

Het lidgeld en verzekering (**€ 70**) moet onmiddellijk betaald worden. Het lesgeld moet ten laatste 10 dagen na startdatum betaald zijn.

Inschrijven kan via het volgende kanalen:

- Nieuwe leden: inschrijvingsformulier op onze website www.zolaswim.be
- Bestaande leden: herinschrijving via www.zolaswim.be
- Voor een afbetalingsplan dient u te mailen naar info@zolaswim.be.

Benodigheden

De zwemmer moet **ALTIJD een badmuts** meebrengen.

Vrouwen dragen een badpak (geen bikini) en mannen een aansluitende zwembroek/short.

AANKOOP ZWEMMATERIAAL

Het volgende zwemmateriaal kan bij **ZOLA** aangekocht worden:

- Zwemplank € 7
- Vlotter (pullbouy) € 6
- **ZOLA** Badmuts € 7

CONTACTPERSONEN

Info en ledenadministratie :

E-mail: info@zolaswim.be

Voorzitter:

Eric Nellens

E-mail: voorzitter@zolaswim.be

Ondervoorzitter

Magda Lauwers

E-mail: ondervoorzitter@zolaswim.be

API (vertrouwenspersoon)

Wouter Moors: woutermoors67@gmail.com

Véronique Moorkens: veronique.moorkens@skynet.be

REKENINGNUMMER

Het lid- en lesgeld moet gestort worden op rekeningnummer

IBAN: BE75 9796 2345 2751

ARSPBE22 (BIC)

met vermelding: "**naam +voornaamzwemmer-
lidgeld**"

Belangrijk! :

Als u helpt tijdens activiteiten van de club kan u voor het volgende zwemseizoen een **korting op lidgelden** krijgen tot maximaal **50** euro per gezin. Deze activiteiten zijn:

- **ZOLA** PACO/ **ZOLA** feest : € 10 per activiteit
- Antwerp International Youth Swimming Cup - AIYSC: € 10 per dagdeel
- Toezicht kleedkamers 1 dag /week: € 10
- Nader te bepalen activiteiten en hulp: € 10

Lid van V. Z.F. en K.B.Z.B.



Antwerpen

