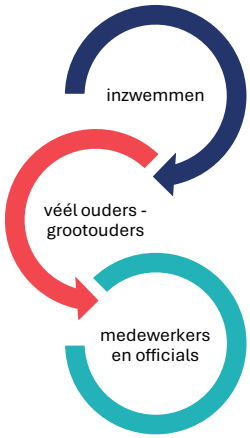
GROEITRAJECT
Nieuwsbrief februari 2026

Niks dan blije gezichten in Beernem op 7 december! Congrats aan de Beernemse ploeg. Niet alleen slaagden ze erin heel wat vrijwilligers op de been te brengen, de sfeer was heel familiaal en aangenaam.

Groeitraject Zwemwedstrijd



Het was al merkbaar bij het inzwemmen… de kinderen waren gebriefd (de meesten toch…). Het inzwemmen verliep heel wat minder chaotisch dan in Gent. De geplastificeerde kaartjes lagen klaar op de startblokken en aan elke baan stond een trainer om de kinderen te helpen. Zo moet het! Dank voor jullie hulp!
Op minder dan 15 minuten hebben 101 zwemmertjes het inzwemmen afgewerkt in de juist volgorde (oef)!

Het Beernemse zwembad is nieuw en beschikt dus niet – zoals de zwembaden uit de jaren 60 en 70 – over een tribune. De 130 stoelen en banken waren dus héél snel gevuld.

Het overlopen van de startprocedure proberen we de volgende keer anders…

Medewerkers en officials

We appreciëren ten volle dat heel wat Oost-Vlaamse clubs hun ouders hebben kunnen motiveren om deel uit te maken van dit project. Voor velen een hele ervaring vermoed ik. Blijf namen doorsturen voor de volgende edities …

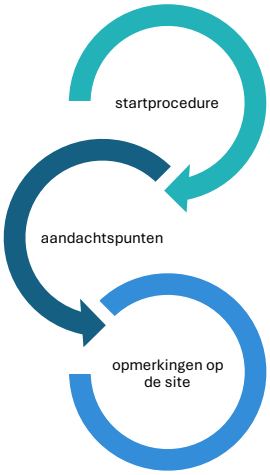
Ik wens hier heel nadrukkelijk ook de aanwezige kamprechters, officials én de familie Bisback te bedanken voor hun inspanningen… Ik heb zelfs het gevoel dat de kamprechters en officials zich “in hun sas” voelden op zo’n groeitraject. Of zoals ik heel wat kamprechters en officials heb horen zeggen: “die klein mannen doen de gekste dingen … je moet je hersenen dan ook eens laten kraken om na te gaan of dit wel of niet om een geldige beweging gaat”… een heel goede oefening voor – niet alleen de officials-in-spé, maar ook voor “een oude rot”.

Verantwoordelijke nieuwsbrief: Carine Verbauwen (carine_verbauwen@telenet.be)
Bezoek ook onze website van het groeitraject!

GROEITRAJECT

Nieuwsbrief februari 2026

Startprocedure



Waar gaan we volgende keer op letten? De startprocedure was vooral gericht op de ouders. De volgende keer moeten we daar ook de deelnemende zwemmers in betrekken. Hoewel … ik kreeg nadien de vraag van een oplettende zwemmer: “bij start rug heeft ze zich niet opgetrokken, mag dat dan niet?”
Ook het gros van de (groot)ouders zijn duidelijk nog geen “connaisseurs”. “Stilte voor de start” wil niet zeggen dat je niet mag aanmoedigen tijdens de wedstrijd. Ik voelde me – eerlijk gezegd – “a party pooper”. De eerste 8 à 10 reeksen geen “piep” vanuit de tribune, tot één van de ouders toch ging aanmoedigen…

Aandachtspunten:

Voordien nog eventjes met zwemmers en trainers de twee aandachtspunten herhaald: niet naast je kijken bij de startprocedure in rug, niet uit het water komen langs de startblokken. Vooral voor dit laatste item voelden de officials zich als “een bandrecorder” … niet aan de muur komen, houd je vast aan de baan…

Veelgemaakte foutjes:

(https://livetiming.zwemfed.be/groeitraject/)
Via deze link kan je naar de resultaten van de zwemmers. Die bevatten naast de gerealiseerde tijd ook de (eventuele) opmerkingen. We vragen aan de trainers om deze na te kijken en op training te werken aan deze “opmerkingen” die in reguliere wedstrijden tot een uitsluiting leiden. Het groeitraject is er om te leren, aan de trainers om deze fouten dan ook serieus aan te pakken.



Verantwoordelijke nieuwsbrief: Carine Verbauwen (carine_verbauwen@telenet.be)
Bezoek ook onze website van het groeitraject!

GROEITRAJECT

Nieuwsbrief februari 2026

Aandachtspunten van de kamprechters:



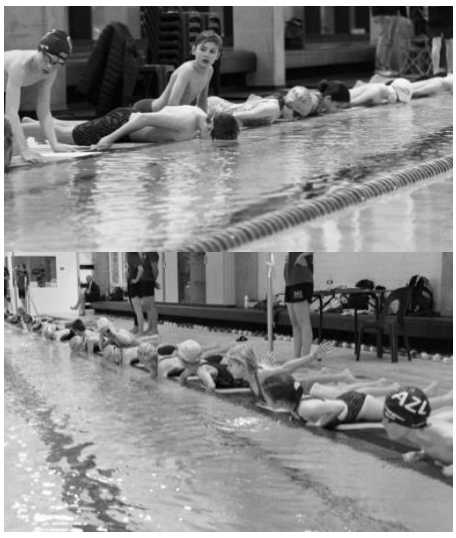
Het zwembad van Beernem heeft een lage rand. Kinderen binnen het groeitraject zijn nog niet bedreven genoeg om – bewust – de handen gestrekt te houden tijdens een keerpunt in schoolslag of vlinder. Toch zullen de trainers er moeten op wijzen dat ze de boord niet mogen vastnemen.

Wat zijn de meest voorkomende opmerkingen:
7.6:Bij keerpunt of finish niet met beide handen gelijktijdig aangetikt en/of handen op elkaar gelegd
7.1:Meer dan 1 beenbeweging vlinderslag voor eerste beenbeweging schoolslag na start en/of keerpunt
6.2:Rugligging verlaten
9.4:Aankomst van een stijl niet zoals voorgeschreven voor die stijl

Keerpunt rug ≠ keerpunt rug naar schoolslag…

Masterclass

De masterclass na de wedstrijd duurt maximum 15 à 20 minuten. Je kan dus niet alles behandelen, maar de trainers krijgen vooraf een volledige opbouw op papier met leuke oefeningen voor de beoogde leeftijd. Net zoals de “kikker-vliegtuig-potlood”-sage zit er in het aanleren van de vlinderslag nog heel wat traditioneel denken. We leren ze niet meer zwemmen als “dolfijnen”, maar net als in de huidige schoolslag is het belangrijk om je kantelpunt te vinden. Aan de jeugdtrainers om ermee aan de slag te gaan…



Bedankt voor jullie inzet en enthousiasme!
We bouwen samen verder aan een groeitraject waar elke zwemmer, ouder, trainer en vrijwilliger zich welkom én ondersteund voelt.

Zien we jullie bij de volgende wedstrijd? Gent – Strop – zondag 1 maart

Regioteam Groeitraject Oost-Vlaanderen

Verantwoordelijke nieuwsbrief: Carine Verbauwen (carine_verbauwen@telenet.be)
Bezoek ook onze website van het groeitraject!