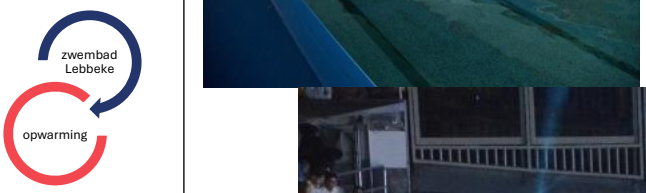
GROEITRAJECT
Nieuwsbrief mei 2026

Dag 4 op onbekend terrein. De organisatie in Lebbeke was gebriefd en klaar om er een vlotte wedstrijd van te maken. Het zwembad van Lebbeke leent zich niet echt voor een grote opkomst en daarom waren er – gelukkig (?) – maar heel weinig inschrijvingen. Paasvakantie als spelbreker? *Desalniettemin* (wat een woord): puik gedaan!

Zwembad Lebbeke





De rand rond het bad is niet zo breed. Er werd geopteerd om op vier banen te zwemmen om het publiek geen douche te geven …



Beeld je in ☺ soakzone…

Om de tijd te vullen tussen de opwarming in het water (nu op 5 in plaats van op 6 banen en dus nóg sneller klaar) en de start van de wedstrijd hebben we “Chinese vrijwilligers” gevraagd een dansje te kiezen. De meisjes van SOS hebben dit heel goed gedaan… alleen zoeken we voor volgende keer een liedje (en dansje) die iets langer duurt en waar iedereen kan meedoen. **Denktank gevraagd!**



Deze misschien?

Gezamenlijke opwarming is ook een optie … alleen lijkt een dansje iets leuker voor de zwemmers… voor de meisjes dan toch, de jongens … bwah … die staan erbij en kijken ernaar….

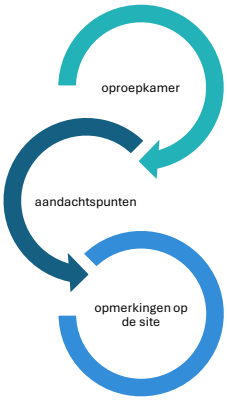
Iemand van de trainers geïnteresseerd om de lead te nemen?

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

GROEITRAJECT

Nieuwsbrief mei 2026

Oproepkamer en aandachtspunten



De oproepkamer was vrij klein, maar voldeed aan de noden. Deze regeltjes zijn wel belangrijk:

- Trainers moeten de zwemmers – op tijd – doorsturen. Indien twee oproepkamers beschikbaar, graag dus ten allerlaatste vier reeksen voor hun start;
- Kinderen moeten hun eigen naam onthouden… zucht …;
- Als de oproepkamer een speelweide wordt kan de vrijwilliger wel eens zijn geduld verliezen – sorry daarvoor!
- Indien met een grote groep aanwezig, graag een trainer/vrijwilliger in de buurt van de oproepkamer houden… Heel wat makkelijker voor de verantwoordelijke van de oproepkamer en het sparen van de stembanden.

VEELGEMAAKTE FOUTEN:

(https://livetiming.zwemfed.be/groeitraject/)

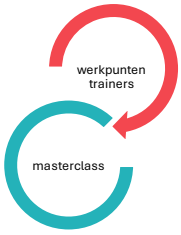
Via deze link kan je naar de resultaten van de zwemmers. Die bevatten naast de gerealiseerde tijd ook de (eventuele) opmerkingen. **We vragen aan de trainers om deze na te kijken en op training te werken aan deze "opmerkingen" die in reguliere wedstrijden tot een uitsluiting leiden. Het groeitraject 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 mei 2026

Werkpunten trainers:



Het “groei”traject legt de focus op de groei, het “leren”. Hierbij kijken we naar de trainers die werkpunten opnemen in hun training. De “opmerkingen” bekijk je dus best eens na elk groeitraject en blijf erop hameren tijdens je zwemles. Keerpunten leer je niet op “keerpunttrainingen”. Die vier of zes keer dat je ze een keerpunt laat nemen vallen in het niets als je geen opmerkingen geeft tijdens de zwemtraining. **Opnieuw** is een woord dat je mag gebruiken!

Masterclass

Deze keer hebben we onze focus gelegd op het aanleren van start rug.
Trainers denken soms: daar zijn ze nog te jong voor… Dat is niet juist. Je kan een beweging zo hard vereenvoudigen dat je ze zelfs in het instructiebad kan geven.

Bij start rug zien we té vaak dat men eerst op de benen gaat duwen en dan pas de armen naar achter zwaait.

Daar zijn heel wat oefeningen voor…



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 laatste sessie van het groeitraject? Gent – zaterdag 30 mei

Regioteam Groeitraject Oost-Vlaanderen

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