**Dongense  Zwemkampioenschappen   2018**

Het is weer zover: de jaarlijkse Dongense Zwemkampioenschappen staan weer voor de deur. Natuurlijk willen we graag dat alle leden van de zwemvereniging mee doen. Hoe meer mensen, hoe gezelliger het wordt !

**Wanneer?**  **Zondag 15 april a.s.**

**Hoe Laat ?     Inzwemmen om 16:30 uur en aanvang wedstrijden 17:00**

**Hoe meld ik mij aan?** Dit kan tot 05 april via de mail op: [ZC@zvdevennen.nl](mailto:ZC@zvdevennen.nl) of via je trainer;

Geef je voornaam en achternaam door, samen met je geboortedatum en je mailadres en telefoonnummer.

Het programma is als volgt en voor iedere leeftijdscategorie hetzelfde. Ook de leden van de polo zwemmen dezelfde afstand en strijden om dezelfde beker! Dit kan dus extra spannend worden.

Ga jij de uitdaging aan?

**Wat moet je zwemmen?**

Ben je geboren in 2010 of ben je jonger; dan zwem je:

25 meter schoolslag

25 meter rugcrawl

25 meter borstcrawl

Ben je geboren in 2008 en 2009 (en masters) dan zwem je:

50 meter schoolslag

50 meter rugcrawl

50 meter vrije slag

25 meter vlinderslag

Ben je geboren voor / of in 2007; dan zwem je

50 meter schoolslag

50 meter rugcrawl

50 meter vrije slag

50 meter vlinderslag

Per leeftijdscategorie (onder 8 – 10 – 12 – 14 -16 en boven 16 jaar en masters) en per geslacht is er een wisselbeker. Master ben je vanaf 35 jaar (**ook sportieve ouders mogen meezwemmen).**

**Reglement Dongense Zwemkampioenschappen:**

Aan de Dongense Kampioenschappen kan worden deelgenomen door ieder lid van de zwem- en polovereniging De Vennen en iedere inwoner van de Gemeente Dongen.

Bij diskwalificatie zullen er 1,5 strafseconden per 25 meter worden bijgeteld.