

# Reglement waterpolo Mei 2022

## TRAININGEN

Elke groep heeft één apart trainingsmoment en één gezamenlijk. Door de jaren heen hebben we ondervonden dat spelen tegen sterkere tegenstanders veel meer leerkansen geeft. Kinderen die nog niet bij de senioren zitten kunnen indien mogelijk wel meetrainen met hen als ze daar klaar voor zijn.

### Maandag:

- 19u00 - 20u00: "jeugd – U15" (< 16 jaar).
- 20u00 - 21u00: "senioren" (16+).

### Zaterdag:

- 20u30 - 22u: "jeugd – U15" + "senioren".

## TRAINERSTEAM

Jarno Van Landschoot	Trainer / Speler	0474/78 09 14
Jyrki Van Landschoot	Trainer / Speler	0472/31 00 97

## GROEPSINDELING

Onze groep bestaat uit kinderen/jongeren/volwassenen vanaf 8-9 jaar. Binnen de Vlaamse Waterpolofederatie worden de groepen ingedeeld op basis van leeftijd. Binnen de Waterpoloafdeling van DDZZ kiezen we er echter voor om de spelers in te delen in:

- "jeugd - U15" (< 16 jaar).
- "Senioren" (16+).

Voor nieuwe leden geldt één algemene regel om te kunnen starten met waterpolo: **25m, één lengte, vlot crawl kunnen zwemmen zonder onderbrekingen!**

## AFSPRAKEN WATERPOLO

Binnen de waterpolo gelden er, naast de clubregels, ook andere afspraken. De trainers behouden zich het recht de waterpolospeler uit de groep te verwijderen wanneer volgende afspraken (al dan niet frequent) niet worden nageleefd. Waterpolospeler worden/zijn, betekent dus akkoord gaan met de afspraken en die ook naleven.

### **Als Waterpolospeler...**

Materiaal:

- Krijg je onderstaande zaken ter beschikking op een training of wedstrijd:

- Waterpolocap → een badmuts is niet vereist.
- Waterpolo ballen.
- Kan je volgende zaken optioneel aanschaffen:
  - Waterpolozwembroek/badpak (vraag ernaar bij de trainers, niet op stock).
  - Een sweater van de club/afdeling (vraag ernaar bij de trainer, niet op stock).
  - Een toegangskaartje (2 euro waarborg), kan ook gebruikt worden voor de lockers.
  - Een clubbadmuts in de juiste kleur van je zwemniveau als je ook deelneemt aan het baan- of volwassen zwemmen (te koop aan 5 euro bij de trainers).

#### Trainingen:

- Word je verwacht op zoveel mogelijk trainingen die vastliggen voor jouw groep. Het baanzwemmen mag vrij gekozen worden (dag/uur) op basis van de mogelijkheden die je krijgt bij inschrijving.
- Besef je dat waterpolo een teamsport is en jouw afwezigheid de hele groep raakt en de trainingsopbouw kan verstoren.  
Bij afwezigheid is het leuk dat je de trainer op voorhand verwittigd.
- Kom je **op tijd!**
- Verlaat je de trainingen niet vroegtijdig, tenzij op persoonlijke of schriftelijke vraag van de ouders.
- Draag je steeds reglementaire zwemkledij, dus GEEN losse zwemshorts.
- Draag je steeds de waterpolocap die ter beschikking gesteld wordt.
- Heb je steeds het volgende bij voor de zwemtrainingen:
  - Badpak/zwembroek + reserve
  - Handdoek
  - Duikbril → Mag enkel gedragen worden tijdens het zwemgedeelte van de trainingen. Zodra er een bal aan te pas komt, moet de duikbril omwille van de veiligheid afgezet worden.

#### Algemeen:

- Heb je respect voor alle medezwemmers, tegenstanders, trainers en andere personen.
- Lees je steeds aandachtig alle e-mails, nieuwsbrieven en prikbordberichten
- Controleer je regelmatig onze waterpolo facebookgroep: Waterpolo Zomergem (<https://www.facebook.com/groups/374811029222425>).
- Controleer je regelmatig de algemene Facebookpagina van DDZZ: De Dolfijnen Zwemclub Zomergem (<https://www.facebook.com/DeDolfijnenZwemclubZomergem>).
- Controleer je regelmatig de website [www.ddzz.be](http://www.ddzz.be) .