



# Uitnodiging de Pinquin 1-uursestafette Hoogezand



Zuidbroek, 8 januari 2019

Beste zwemvrienden,

Hierbij nodigen wij jullie uit voor deelname aan onze 23<sup>e</sup> "De Pinquin 1-uursestafette" op zaterdag 30 maart 2019 in het zwembad te Hoogezand.

Tijdens de 1-uursestafette proberen de estafetteploegen een zo groot mogelijke afstand te zwemmen in 1 uur.

De volgende estafetteploegsamenstellingen zijn mogelijk:

1. Gemengde jeugdploegen in de volgende leeftijdsgroepen:

a.	Mix onder de 8 jaar	= jongens minioren 1 en minioren 2 = meisjes minioren 1 en minioren 2	(geboren 2011 en later)
b.	Mix onder de 11 jaar	= jongens min. 3, min. 4 en min. 5 = meisjes min. 3, min. 4 en min. 5	(geboren 2008, 2009 en 2010)
c.	Mix onder de 13 jaar	= jongens minioren 6 en junioren 1 = meisjes junioren 1 en junioren 2	(geboren 2006 en 2007)
d.	Mix onder de 15 jaar	= jongens junioren 2 en junioren 3 = meisjes junioren 3 en jeugd 1	(geboren 2004 en 2005)
e.	Mix onder de 17 jaar	= jongens junioren 4 en jeugd 1 = meisjes jeugd 2 en senioren/D1	(geboren 2002 en 2003)

2. Gemengde ploegen met zwemmers van 17 jaar en ouder:

a.	Mix 17 jaar en ouder	= jongens jeugd 2 en senioren H1/H2/H = meisjes senioren D2/D	(geboren 2001 en eerder)
----	----------------------	--	--------------------------

3. Gemengde Masterploegen (20 jaar en ouder):

a.	Masters mix	= heren en dames van 20 jaar en ouder	(geboren 1999 en eerder)
----	-------------	---------------------------------------	--------------------------

4. Damesploegen/meisjesploegen in de volgende 3 leeftijdsgroepen:

a.	Meisjes onder 17 jaar	= meisjes leeftijdsgroepen junioren 1 tot en met senioren/D1 met inachtneming van leeftijdsbeperkingen KNZB	(geboren 2002 en later)
b.	Dames 17 jaar en Ouder	= meisjes senioren/D2 en senioren/D	(geboren 2001 en eerder)
c.	Masters dames	= dames 20 jaar en ouder	(geboren 1999 en eerder)

5. Herenploegen/jongensploegen in de volgende 3 leeftijdsgroepen:

a.	Jongens onder 17 jaar	= jongens leeftijdsgroepen minioren 6 tot en met jeugd 1 met inachtneming van leeftijdsbeperkingen KNZB	(geboren 2002 en later)
b.	Heren 17 jaar en Ouder	= jongens jeugd 2, senioren/H1, senioren/H2 en senioren/H	(geboren 2001 en eerder)
c.	Masters heren	= heren 20 jaar en ouder	(geboren 1999 e.e.)

6. De Brug / zwemmers met een beperking, mix 17 jaar en ouder (en eventueel heren 17 jaar en ouder en dames 17 jaar en ouder).



## de Pinquin 1-uursestafette Hoogezand



De 1-uursestafette wordt gezwommen in 10 programma's. Het 1<sup>e</sup> programma begint om 9:00u en het laatste programma begint om 20:15u. Tussen de programma's zit telkens een tijdvak van een kwartier.

Het zwembad heeft 6 banen. In een aantal programma's wordt gezwommen met 2 estafetteploegen per baan. Bij 2 ploegen per baan kunnen maximaal 12 ploegen in een programma zwemmen. Bij 2 ploegen per baan start de ene ploeg aan de kant van de startblokken en de andere ploeg aan de "keerpuntzijde".

Het wedstrijdprogramma ziet er voorlopig als volgt uit:

Leeftijdsgroep	Tijdstip
Zwemmers onder de 8 jaar (geboren 2011 en later)	9:00 uur
Zwemmers onder de 11 jaar (geboren 2008, 2009 en 2010)	9:00 uur / 10:15 uur
Zwemmers onder de 13 jaar (geboren 2006, 2007)	10:15 uur / 11:30 uur
Zwemmers onder de 15 jaar (geboren 2004, 2005)	11:30 uur / 12:45 uur
Zwemmers onder de 17 jaar (geboren 2002, 2003)	van 11:30u t/m 15:15u
Zwemmers De Brug / zwemmers met een beperking	15:15u / 16:30 uur
Zwemmers van 17 jaar en ouder (geboren 2001 en eerder)	van 14:00u t/m 17:45u
Masterploegen (geboren 1999 en eerder)	van 17:45u t/m 20:15u

De aanvangstijden in het voorlopige programma zijn ter indicatie en afhankelijk van de inschrijving in de diverse leeftijdsgroepen. Na aanmelding krijgen de deelnemende verenigingen bericht over de exacte aanvangstijden.

Het zal niet altijd lukken om alle ploegen in een leeftijdsgroep in één uur te laten zwemmen. Ons streven is om de ploegen in dezelfde leeftijdsgroep maximaal in 2 achtereenvolgende uren te laten zwemmen. Dan hoeft maximaal 1 uur te worden gewacht op de prijsuitreiking.

Een spreiding van de ploegen in één leeftijdsgroep over meer dan 2 uren willen we vermijden. Verzoeken tot het op een afwijkend tijdstip laten zwemmen van een ploeg (bijvoorbeeld een Mastersploeg om 15:15u laten zwemmen) worden daarom afgewezen.

De wedstrijdvoorwaarden zijn:

1. Een estafetteploeg heeft minimaal 6 zwemmers en maximaal 10 zwemmers;
2. De zwemmers starten van de bassinrand (men start dus niet van het startblok);
3. Er wordt in de aangegeven volgorde gestart;
4. Een zwemmer moet altijd op zijn vaste plaats in de ploeg starten;
5. De te zwemmen afstand is iedere keer 50 meter;
6. Als een zwemmer uitvalt, dan mag hij niet worden vervangen;
7. Als een zwemmer tijdens zijn/haar race (in het water) onwel wordt en daardoor zijn/haar race niet kan afmaken, dan gaat de volgende zwemmer van start. Met deze volgende zwemmer gaat de estafette van de ploeg dan verder. De afstand, die de onwel geworden zwemmer heeft afgelegd, wordt niet geregistreerd;
8. Voor een te vroege overname en voor het missen van een keerpunt krijgt een estafetteploeg 5 strafseconden;
9. Een zwemmer dient het water via de kant te verlaten, waarbij hij/zij geholpen mag worden. Indien een zwemmer alleen in staat is om het water via het trappetje te verlaten, dan dient dit bij de inschrijving met opgave van reden te worden vermeld;



## de Pinquin 1-uursestafette Hoogezand



10. Voor de Masterploegen en de ploegen van De Brug (ploegen van zwemmers met een beperking) is een uitzondering van toepassing wat betreft het verlaten van het water. De zwemmers in Masterploegen en in De Brug ploegen mogen, in tegenstelling tot alle andere zwemmers, altijd het water via het trappetje verlaten.
11. Bij de ploegen jonger dan 11 jaar (mix onder de 8 jaar en mix onder de 11 jaar) wordt geen onderscheid gemaakt tussen jongens en meisjes (het maakt niet uit of er meer jongens zijn dan meisjes);
12. In de gemengde ploegen van 11 jaar en ouder mogen niet meer jongens dan meisjes deelnemen. Als er toch meer jongens dan meisjes zijn, dan wordt de ploeg ingedeeld als heren/-jongensploeg;
13. In meisjesploegen zwemmen alleen meisjes. Als een ploeg is aangemeld als meisjesploeg en er zijn 1 of meerdere jongens in opgenomen, dan wordt de estafetteploeg ingedeeld als gemengd (geldt niet voor ploegen jonger dan 11 jaar).
14. In damesploegen zwemmen alleen dames. Als een ploeg is aangemeld als damesploeg en er zijn 1 of meerdere heren in opgenomen, dan wordt de estafetteploeg ingedeeld als gemengd (geldt niet voor ploegen jonger dan 11 jaar).
15. Als de samenstelling van een ploeg verandert in een andere leeftijdsgroep na de definitieve indeling, dan mag een dergelijke ploeg wel deelnemen, maar de ploeg wordt niet opgenomen in een klassement;
16. Alle deelnemende zwemmers hebben een startvergunning. Ook mogen zwemmers met een dagstartvergunning deelnemen;
17. Een jongere zwemmer mag in een oudere ploeg zwemmen, maar een oudere zwemmer mag niet in een jongere ploeg zwemmen. Bij de samenstelling van de estafetteploegen dienen de leeftijdsbeperkingen en –bepalingen van het KNZB reglement in acht worden genomen. Een overzicht met de leeftijdsbeperkingen staat op de website van de KNZB (te vinden via link [https://www.knzb.nl/vereniging\\_\\_wedstrijdsport/wedstrijdsport/zwemmen/algemene\\_informatie/leeftijdsbepalingen\\_en\\_leeftijdsbeperkingen/](https://www.knzb.nl/vereniging__wedstrijdsport/wedstrijdsport/zwemmen/algemene_informatie/leeftijdsbepalingen_en_leeftijdsbeperkingen/)).
18. In Masterploegen zitten alleen zwemmers die zijn geboren in 1999 en eerder.
19. De programma's worden vrij ingedeeld. Een inschrijftijd hoeft niet worden opgegeven;
20. Vijf minuten voor het einde van het uur wordt een duidelijk signaal gegeven, zodat de zwemmers weten dat ze nog 5 minuten zwemmen mogen. Bovendien wordt ieder kwartier de tussenstand omgeroepen;
21. Ook aan het einde van het uur wordt een signaal gegeven, maar de zwemmers moeten hun afstand (50 meter) wel uitzwemmen. Later wordt de gezwommen afstand naar één uur teruggerekend;
22. Als 2 ploegen een baan delen, dan mag geen vlinderslag worden gezwommen;
23. Twee of meerdere verenigingen mogen ook samen met een estafetteploeg deelnemen. Deze voorwaarde geldt voor kleine verenigingen die alleen niet in staat zijn om ploegen samen te stellen. Bij de inschrijving dient het duidelijk te zijn van welke vereniging de afzonderlijke zwemmers in de ploeg lid zijn;
24. Iedere estafetteploeg dient een tijdwaarnemer te leveren. De tijdwaarnemer is een KNZB official. De tijdwaarnemer dient bij de inschrijving te worden vermeld.
25. Een estafetteploeg die geen tijdwaarnemer levert, wordt niet ingeschreven.

Estafetteploegen kunnen **tot en met zaterdag 9 maart 2019** worden aangemeld door voor iedere aan te melden ploeg het bijgevoegde Word document "aanmeldformulier 1UE2018" te sturen naar [uursestafette@depinquin.nl](mailto:uursestafette@depinquin.nl).



## de Pinquin 1-uursestafette Hoogezand



De volgende gegevens graag op het aanmeldformulier vermelden:

- De estafetteploegsamenstelling;
- Een herkenningsnummer voor de in te schrijven ploeg. Als een vereniging bijvoorbeeld 4 estafetteploegen inschrijft, dan krijgt de jongste ploeg nr. 1 en de oudste ploeg nr. 4. Als in een leeftijdscategorie meerdere ploegen worden ingeschreven, dan krijgt de langzaamste ploeg een lager nummer en de snelste ploeg een hoger nummer;
- De namen van de deelnemers;
- de startnummers van de deelnemers;
- de naam en voorletters van de tijdwaarnemer inclusief woonplaats en bevoegdheid (zonder tijdwaarnemer wordt een ploeg niet ingeschreven).

We verzoeken u vriendelijk om alleen ingevulde Word documenten te gebruiken en geen gescande handgeschreven aanmeldformulieren te sturen.

Uiterlijk maandag 18 maart 2019 krijgen jullie een ploegenindeling toegestuurd, waarop staat aangegeven wanneer de aangemelde ploegen zullen zwemmen. Tot en met **donderdag 21 maart 2019** kunnen wijzigingen in de estafetteploegen worden doorgegeven via [uursestafette@depinquin.nl](mailto:uursestafette@depinquin.nl).

**Iedere deelnemer** krijgt een herinnering (medaille / standertje o.i.d.) en een groepsfoto van zijn estafetteploeg (de groepsfoto's worden telkens na een estafette-uur genomen). In iedere klassementsgroep is er voor de ploegen op plaats 1, 2 en 3 een beker. De herinneringen (medaille / standertje) krijgen jullie overhandigd van de kassier na de betaling van het inschrijfgeld. De foto's van de estafetteploegen worden een aantal weken later overhandigd of per post toegestuurd.

Het inschrijfgeld is **€ 7,00** per deelnemer per estafette. Het inschrijfgeld kan contant worden betaald op de wedstrijddag. We zouden jullie willen verzoeken om zoveel mogelijk gepast of in ieder geval zodanig te betalen, dat wij geen grote sommen wisselgeld hoeven terug te geven.

Het is ook mogelijk om het inschrijfgeld voor alle door jullie ingeschreven ploegen per bank aan ons over te maken. Mochten jullie het inschrijfgeld per bank willen betalen, dan verzoeken we jullie, dat bij de inschrijving aan ons door te geven. Na donderdag 21 maart wordt dan een nota voor het inschrijfgeld toegestuurd.

Net als bij de vorige 1-uursestafette wordt bij voldoende belangstelling een T-shirt uitgegeven met het logo van de 1-uursestafette. Het shirt kost € 9,00 per stuk. T-shirts kunnen worden besteld via het aanmeldformulier, via [uursestafette@depinquin.nl](mailto:uursestafette@depinquin.nl) of via [Facebook.com/uursestafette](https://www.facebook.com/uursestafette) tot en met vrijdag 22 maart. De T-shirts dienen tegelijkertijd te worden betaald met het inschrijfgeld. De T-shirts kunnen worden afgehaald in de hal van het zwembad (vlakbij de kassier).

De 1-uursestafette wordt gehouden in het overdekte zwembad in Sportcentrum De Kalkwijk te Hoogezand (adres Nieuweweg 8, 9603 BM Hoogezand). Het zwembad heeft 6 banen en de watertemperatuur is ongeveer 27 °C. De bassinlengte is 25 meter. De zwemzaal heeft voldoende zitplaatsen.

Voor vragen kunnen jullie contact met ons opnemen via [uursestafette@depinquin.nl](mailto:uursestafette@depinquin.nl) of telefonisch via Erik Meijer, tel. 06-13736850. Kijk ook eens op de Facebook pagina van de 1-uursestafette: [Facebook.com/uursestafette](https://www.facebook.com/uursestafette).



## de Pinquin 1-uursestafette Hoogezand



Tot ziens bij de 1-uursestafette!

Met vriendelijke groet,  
Namens Z&PC De Inktvis & Dorpsraad Zuidbroek

Organisatiecommissie 1-uursestafette