



# CURSUS

# ZWEMINSPECTEUR



## Inhoud

1/ Inleiding.....	4
2/ Cursus en stage.....	4
3/ Zwemslagen en andere zaken.....	4
A. Start .....	4
B. Uitsluitingen bij valse start .....	5
C. Vrije slag.....	5
D. Rugslag.....	6
E. Schoolslag .....	6
F. Vlinderslag .....	7
G. Wisselslag .....	8
H. Wedstrijd .....	8
I. Coaching – Wangedrag.....	9
J. Ongehoorzaamheid of wangedrag.....	9
K. Zwemkledij .....	9
L. Protesten .....	10
M. Masters .....	10
4/ Taakomschrijving .....	11
5/ Bijlagen .....	11
<i>Bondsrekord</i> .....	12
<i>Klachtenformulier</i> .....	13
<i>Verslag zwemontmoeting</i> .....	14
Zwemontmoeting Blad Officials.....	17
2022-2023 Code uitsluitingen FROS (Tech. Regl. Fros) – (ASV 8 juni 2019).....	18

# Cursus Zweminspecteur

## 1/ Inleiding

Door de Technische Zwemcel bent u uitgenodigd om de cursus zweminspecteur te volgen.

Waarom "op uitnodiging"? Omdat de zweminspecteur in de praktijk ook als scheidsrechter kan fungeren en de Technische Zwemcel naar geschikte mensen hiervoor zoekt.

De zwemofficial met de bevoegdheid "ZI" zal dan in de functie van scheidsrechter "SCH" zorg dragen, dat de reglementen betreffende het wedstrijdzwemmen worden nagekomen. U dient daarom in het bezit te zijn van een bijgewerkt reglement.

Duidelijk wordt gesteld dat u in de praktijk alleen aan de volgende eisen kunt voldoen:

- |                   |  |
|-------------------|--|
| het bezitten van: | - reglement kennis                     |
|                   | - dienstverlenende instelling          |
|                   | - aanpassingsvermogen                  |
|                   | - besluitvaardigheid                   |
|                   | - incasseringsvermogen                 |
| het vermogen tot: | - leiding kunnen geven en accepteren   |
|                   | - onder controle houden van uw zenuwen |
|                   | - werken in teamverband                |
|                   | - strikte neutraliteit                 |

Voor de bevoegdheid "ZI" moet men in het bezit zijn van kwalificatie "Tijdopnemer-Keerpuntrechter", "Starter-Aankomstrechter" en is het aangeraden de cursus Jurysecretaris ("JU") na te lezen en er een notie van hebben.

## 2/ Cursus en stage

Voor je de kwalificatie toegedeeld krijgt moet je de cursus goed doornemen (zelfstudie)

Een 3 tal stage doen als « ZI » op wedstrijden onder begeleiding van een « SCH » of andere « ZI »

## 3/ Zwemslagen en andere zaken.

### A. Start

De start in vrije slag, schoolslag, vlinderslag en individuele wisselslag gebeurt met een duiksprong.

Bij het lange fluitsignaal van de scheidsrechter nemen de zwemmers plaats op het startblok en blijven daar.

Op het bevel van de starter "OP UW PLAATSEN" nemen zij onmiddellijk een starthouding aan met minstens één voet aan de voorzijde van het startblok. De stand van de handen is zonder belang.

Wanneer alle zwemmers onbeweeglijk zijn, geeft de starter het startsignaal.

*Wanneer een deelnemer rechtop en onbeweeglijk blijft als de andere deelnemers de starthouding aangenomen hebben, heeft de starter het recht het startsignaal te geven. Deze onbeweeglijke houding kan nooit als oorzaak van valse start gelden, wanneer minstens één voet op de voorzijde van de startblok staat.*

De start bij de rugslag en de wisselslag –aflossing gebeurt met de zwemmers in het water.

Bij het eerste lange fluitsignaal van de scheidsrechter gaan de zwemmers dadelijk te water.

Bij het tweede lange fluitsignaal van de scheidsrechter keren zij zonder onnodige vertraging naar de startpositie.

Wanneer alle zwemmers de juiste starthouding hebben aangenomen, beveelt de starter “OP UW PLAATSEN”. Als alle zwemmers onbeweeglijk zijn, geeft de starter het startsignaal.

Elke zwemmer die vertrekt voor het startsignaal klinkt zal uitgesloten worden.

Wanneer het startsignaal klinkt alvorens de uitsluiting bekrachtigd wordt, gaat de wedstrijd verder en de zwemmer of zwemmers worden uitgesloten wanneer de wedstrijd beëindigd is.

Indien de uitsluiting bekrachtigd wordt voor het fluitsignaal zou klinken, dan wordt het startsignaal niet gegeven, de betrokken zwemmer of zwemmers worden uitgesloten. De overblijvende zwemmers worden teruggeroepen en er wordt opnieuw gestart.

De scheidsrechter herbegint de startprocedure, beginnende met het lange fluitsignaal (het tweede fluitsignaal bij rugslag).

Er kan dus een tweede, derde, vierde.....startprocedure beginnen volgens het identieke principe, tot er nog slechts één zwemmer overblijft om te starten, en ook deze kan uitgesloten worden bij de laatste startprocedure van deze reeks.

## **B. Uitsluitingen bij valse start**

De startprocedure begint wanneer de scheidsrechter het eerste lange fluitsignaal geeft, waardoor hij de zwemmers op het startblok roept of voor de rugslag in het water laat gaan.

Zwemmers die te laat komen, worden van dan af niet meer toegelaten tot de start.

De volledige startprocedure omvat alle fasen tot het definitieve juiste vertrek van de zwemmers.

Alle aanwezige zwemmers dienen ze volledig op te volgen.

Een valse start wordt gemaakt door ELKE zwemmer die in het water springt of valt vooraleer de starter een startsignaal heeft gegeven. In het geval de starter wel een signaal geeft, zullen enkel die zwemmers als valse starters worden beschouwd die voor het signaal klonk, vertrokken waren.

Zou evenwel een zwemmer of meerdere zwemmers de oorzaak zijn van het in het water springen of vallen van medezwemmers, dan kan de scheidsrechter beslissen enkel deze zwemmer(s) uit te sluiten. Bij een tweede of volgende startprocedure, zullen zowel de te vroeg gestarte, als de veroorzakers van de valse start, uitgesloten worden.

Indien het startsignaal wel gegeven werd gebeurt de uitsluiting van de te vroeg gestarte zwemmer(s), en de veroorzakers ervan, na de aankomst.

Uitsluitingen voor wangedrag staan volledig los van de valse start, dit wordt beoordeeld door de scheidsrechter.

Indien een foute start van een zwemmer of zwemmers het gevolg zou zijn van een fout van een official dan wordt deze start als niet bestaande beschouwd, en wordt de startprocedure hernomen.

## **C. Vrije slag**

In een wedstrijd, vrije slag genoemd, mag de zwemmer in om het even welke slag zwemmen. In een individuele of in een aflossingswedstrijd “wisselslag”, dient het onderdeel vrije slag, gezwommen te worden in elke andere zwemslag dan de rugslag, de schoolslag of de vlinderslag.

In een aflossingswedstrijd waar vrije slag gecombineerd wordt met één of meer andere zwemslagen, dient het onderdeel vrije slag gezwommen te worden in elke andere zwemslag dan deze die opgelegd wordt of worden.

Een lichaamsdeel van de zwemmer moet de muur raken bij elk keerpunt en bij aankomst.

Tijdens de ganse wedstrijd moet een deel van het lichaam van de zwemmer het wateroppervlak doorbreken, behalve tijdens een keerpunt.

De zwemmer mag na start en na elk keerpunt maximaal 15 meter onder water blijven. Op dat punt moet het hoofd de waterspiegel doorbroken hebben.

## **D. Rugslag**

De zwemmer houdt zich klaar in het water, met het gezicht naar de startzijde en de beide handen aan de startbeugels.

Het is verboden de voeten in de overloopgoot te plaatsen of de tenen vast te zetten tegen de rand van de overloop.

Bij het startsignaal en na het keren zal de zwemmer zich in rugligging afduwen en op zijn rug de wedstrijd uitzwemmen, behalve voor het uitvoeren van een keerpunt, zoals beschreven in SW6-4.

De normale rugligging laat een rollende beweging van de romp toe tot aan, maar niet inbegrepen, de 90°, vanaf het horizontale vlak. De houding van het hoofd is van geen belang.

Een gedeelte van het lichaam moet gedurende de wedstrijd steeds de waterlijn doorbreken, behalve bij de start en na elk keerpunt, waar de zwemmer volledig onderwater mag zijn over een afstand van niet meer dan 15 meter. Op dit punt moet het hoofd het wateroppervlak doorbroken hebben.

Tijdens het keerpunt mogen de schouders over de verticale as gedraaid worden tot borstligging, waarna één ononderbroken enkele of gelijktijdige dubbele armbeweging mag gebruikt worden om het keerpunt in te zetten.

Bij het verlaten van de rugligging moet de armtrekbeweging onmiddellijk ingezet worden. De tuimelbeweging moet tevens dadelijk uitgevoerd worden bij het einde van de armtrekbeweging (= wanneer de armen zich naast het lichaam bevinden).

De bewegingen van de benen/voeten tijdens het keerpunt hebben geen belang. De zwemmer dient teruggekeerd te zijn tot de rugpositie bij het verlaten van de muur. Tijdens het keerpunt moet een gedeelte van het lichaam de muur raken in zijn/haar eigen respectievelijke baan.

Wanneer een keerpunt wordt genomen ZONDER TUIMELEN moet de muur geraakt worden met hoofd, arm of hand alvorens te keren. Na dit aantikken heeft de houding van het lichaam geen belang, maar de rugligging dient terug aangenomen als de zwemmer zich van de muur verwijdt om de wedstrijd te vervolgen.

Bij de aankomst van de wedstrijd, dient de zwemmer in rugpositie de muur te raken in zijn/haar eigen respectievelijke baan.

## **E. Schoolslag**

Vanaf het begin van de eerste armbeweging, na de start en na elk keerpunt, moet het lichaam op de borst liggen en moeten de schouders evenwijdig zijn met het wateroppervlak. Vanaf de start en tijdens de wedstrijd is de bewegingscyclus een armbeweging gevolgd door een beenbeweging, en in die volgorde.

De bewegingen van de armen moeten gelijktijdig en in hetzelfde horizontale vlak, zonder alternerende bewegingen uitgevoerd worden.

Weggaande van de borst, moeten de handen samen naar voor gebracht worden op, onder, of boven de waterlijn.

De ellebogen moeten onder water zijn, behalve bij de laatste slag. De handen moeten op of onder de waterlijn naar achter gebracht worden. De handen mogen niet voorbij de heuplijn gebracht worden, behalve tijdens de eerste beweging na de start en na elk keerpunt.

Alle beenbewegingen moeten gelijktijdig en in hetzelfde horizontale vlak gebeuren zonder alternerende bewegingen.

Tijdens elke volledige cyclus moet een deel van het hoofd boven het wateroppervlak komen.

Na de start en na elk keerpunt mag de zwemmer één armbeweging maken waarbij de armen volledig tot aan de benen gebracht worden, terwijl de zwemmer onder water mag zijn.

Eén vlinderslagbeenslag is toegelaten tijdens de eerste armslag, gevolgd door een schoolslag beenbeweging.

Het hoofd dient evenwel het wateroppervlak te doorbreken alvorens de handen terug naar binnen gebracht worden op het ogenblik dat zij de maximale zijwaartse uitstrekking bereiken van de tweede armbeweging.

Vervolgens moeten alle beenbewegingen tegelijkertijd en in hetzelfde horizontale vlak uitgevoerd worden, zonder afwisselende bewegingen.

De voeten moeten buitenwaarts gekeerd worden gedurende de duwfase van de beenslag. Een schaar- of fladderbeweging of een neerwaartse dolfijnslag is niet toegelaten, uitgezonderd zoals beschreven in SW7.1. Het is toegelaten het wateroppervlak met de voeten te doorbreken, op voorwaarde dat de beweging niet gevolgd wordt door een neerwaartse beweging in de vorm van een vlinderslag.

Bij de aankomst en bij elk keerpunt moet het aantikken gebeuren met beide handen gelijktijdig, op, onder of boven de waterlijn. De schouders moeten tot het aantikken in het horizontale vlak blijven. Het hoofd mag onder water blijven na de laatste armtrek beweging, voorafgaand aan het aantikken, op voorwaarde dat het de waterlijn doorbrak tijdens de laatste volledige of onvolledige cyclus voor het aantikken.

## **F. Vlinderslag**

Het lichaam moet steeds op de borst liggen, behalve voor het uitvoeren van het keerpunt. De schouders moeten evenwijdig blijven met het wateroppervlak vanaf het begin van de eerste armbeweging, na de start en na elk keerpunt en moeten zo blijven tot aan het volgend keerpunt of de aankomst. Het is op geen enkel moment toegestaan op de rug te draaien.

Beide armen moeten samen boven water naar voor en daarna gelijktijdig naar achter gebracht worden. Alle voetbewegingen moeten gelijktijdig uitgevoerd worden. De benen of de voeten dienen niet noodzakelijk op dezelfde hoogte gehouden te worden, maar afwisselende bewegingen zijn niet toegelaten. Een schoolslag beenbeweging is niet toegelaten.

*3 bis*

*Alleen bij de categorieën veteranen is het toegelaten vlinderslag te zwemmen met schoolslag benen. (Nieuw reglement FINA-Masters, MSW. 3.10)*

Bij ieder keerpunt en bij de aankomst moet het aantikken gebeuren met beide handen gelijktijdig, hetzij boven of onder de waterlijn. De schouders dienen tot aan het aantikken in het horizontale vlak te blijven.

Na de start en na elk keerpunt mag de zwemmer één of meerdere beenbewegingen en één armtrekbeweging onder water uitvoeren, om terug naar het wateroppervlak te komen.

Het is de zwemmer toegelaten max. 15 meter volledig onder water te blijven na start en keerpunt. Op dat punt moet het hoofd het wateroppervlak doorbroken hebben.  
De zwemmer moet aan het oppervlak blijven tot het volgend keerpunt of aankomst.

## **G. Wisselslag**

In de individuele wisselslag zwemt de zwemmer de vier slagen in de volgende volgorde: vlinderslag, rugslag, schoolslag en vrije slag.

Elk van de slagen moet  $\frac{1}{4}$  van de afstand bedragen.

In de aflossing wisselslag, zwemmen de zwemmers de vier slagen in de volgende volgorde: rugslag, schoolslag, vlinderslag en vrije slag.

Elk onderdeel moet worden beëindigd volgens de reglementering betreffende de aankomsten van de genoemde zwemslagen.

## **H. Wedstrijd**

Een zwemmer die alleen zwemt, moet de volledige afstand zwemmen om zich te kwalificeren.  
Alle individuele wedstrijden worden gezwommen als afzonderlijke wedstrijden voor dames en heren.

Een zwemmer moet tijdens de wedstrijd in dezelfde baan blijven en eindigen als waarin hij gestart is.

Bij elke wedstrijd moet de zwemmer, een fysisch contact hebben met de uiteinden van het bad. Het keerpunt moet gebeuren vanaf de muur van het zwembad. Het is niet toegelaten zich af te duwen of een stap te zetten op de bodem van het zwembad.

Een zwemmer zal niet uitgesloten worden indien hij tijdens een wedstrijd vrije slag of het gedeelte vrije slag tijdens de wedstrijd wisselslag, op de bodem staat, maar hij mag geen stap zetten.

Indien een zwemmer een andere zwemmer hindert door dwars door een andere baan te zwemmen of op een andere wijze een hindernis vormt, wordt hij uitgesloten.

Het is aan geen enkele zwemmer toegelaten om van het even welk middel gebruik te maken of badpak te dragen, dat hem/haar zou helpen zijn snelheid, drijfvermogen, uithouding- of weerstandsvermogen te verhogen (zoals handschoenen met tussenweb, zwemvliezen, vinnen enz....). Zwembrillen zijn toegelaten.

Geen enkele tape op het lichaam is toegelaten behalve Insuline pleisters/sensors in combinatie met "Opsite Post Op" klever, goedgekeurd door de SMC van de FINA.

De bovenrand van het zwembad wordt beschouwd als deel uitmakend van de muur, maar mag nooit gebruikt worden als hulpmiddel bij het keren. Dit laatste geldt ook voor overloopgoten en zwemlijnen en de bovenkant van de plaat bij zwembaden waar keerpuntplaten geïnstalleerd worden.

Iedere zwemmer die in het water gaat tijdens een wedstrijd waarvoor hij niet ingeschreven is, moet worden uitgesloten voor de eerstvolgende wedstrijd waarvoor hij is ingeschreven.

Iedere aflossingsploeg is samengesteld uit evenveel zwemmers als in het programma voorzien. Elk lid van de ploeg mag maar eenmaal zwemmen en moet de voorziene afstand uitzwemmen.



Een aflossingsploeg zal worden uitgesloten indien de voeten van een zwemmer het contact met het startblok verloren hebben, vóórdat zijn ploegmaat voorganger de muur heeft aangeraakt, tenzij de zwemmer, die de fout heeft begaan, terugkeert naar de vertrekmuur. Het is niet nodig terug op het startblok te gaan.

De aflossingsploeg **zFout! Bladwijzer niet gedefinieerd**.al uitgesloten worden, indien een ander lid, dan diegene die aangeduid is om dat onderdeel te zwemmen, in het water gaat, voordat alle zwemmers van alle ploegen de wedstrijd beëindigd hebben.

De naam van de leden van de aflossingsploeg en hun vertrekvolgorde moeten worden medegedeeld voor de wedstrijd. Elk lid van de aflossingsploeg mag maar éénmaal zwemmen in dezelfde wedstrijd. Tussen de reeksen van een wedstrijd en de finale die hieruit voortvloeit, mag de samenstelling van de ploeg worden gewijzigd, op voorwaarde dat de ploeg wordt gevormd op basis van de zwemmerslijst ingediend voor de bedoelde wedstrijd.

## I. Coaching – Wangedrag

Coaching tijdens het zwemmen is niet toegelaten: als coaching wordt beschouwd het meelopen met de zwemmer /ster langsheen de badrand op minder dan 1 m van de rand, of raadgevingen verstrekken vanaf de start- of keerpuntplatforms. (Het start- en keerpuntplatform is enkel toegankelijk voor de officials en de opgeroepen zwemmers)

Vanuit de toeschouwersplaatsen roepen of wijzen wordt niet als coaching aanzien.

Geen enkele official op een wedstrijd mag aan coaching doen, en zeker niet zijn plaats verlaten om vanuit het publiek aanwijzingen te geven.

De sanctie voor coaching is de uitsluiting van de zwemmer /ster voor de betreffende gezwommen koers.

## J. Ongehoorzaamheid of wangedrag

Hieronder wordt verstaan elke houding van een deelnemer, official of toeschouwer (van in de onmiddellijke omgeving van het zwembad voor de aanvang van de wedstrijd tot het verlaten ervan na de wedstrijd) die het respect voor of het erkennen van het gezag van om het even welke official, deelnemer, clubafgevaardigde en zelfs toeschouwers aantast of negeert.

Elke handeling die indruist tegen de regels van de welvoeglijkheid.

Sanctie:           Uitgesloten voor de duur van de volledige wedstrijd voor de deelnemer en/of official.  
                      Het laten verwijderen uit het zwembad van de toeschouwer door de bevoegde zwembadverantwoordelijke.

## K. Zwemkledij

De zwemkledij (badpak, badmuts en bril) van alle deelnemers moet voldoen aan de normen van goede zeden, geschikt zijn voor individuele sportbeoefening en mogen geen symbolen vertonen die beledigend zouden kunnen overkomen.

Badpakken mogen niet transparant zijn.

De scheidsrechter heeft het recht een zwemmer, wiens badpak of tekens op het lichaam niet overstemmen met de regels, de start te weigeren.

Alle FINA-goedgekeurde zwemkledij worden toegelaten.

In zwemcompetities mag elke deelnemer slechts 1 zwempak dragen (in 1 of 2 delen).  
Andere voorwerpen die het lichaam bedekken en geen onderdeel zijn van het zwempak, zijn verboden.

Vanaf 1 januari 2010 mag een zwempak voor mannen niet boven de navel en niet onder de knie uitkomen.

Bij dames mag de hals niet bedekt zijn, mag het niet verder dan de schouders reiken en mag het niet tot onder de knie reiken. Alle zwempakken moeten gefabriceerd zijn uit textiel materiaal.

Ritssluitingen, noch andere sluitingen zijn niet toegelaten.

## L. Protesten

Elk protest moet schriftelijk ingediend worden bij de scheidsrechter, binnen de dertig (30) minuten na de officiële mededeling aan de clubafgevaardigde.

Wanneer de reden of het motief van het protest gekend is vóór de wedstrijd, moet de klacht ingediend worden vóór het startsignaal.

(De jurysecretaris noteert op het "Klachtenformulier" het uur van indienen.

Over het protest beslist de jury, in aanwezigheid en na het aanhoren van de clubafgevaardigde.

Nadien beslist de jury zonder verdere debatten.

Bij staking van stemmen beslist de scheidsrechter.

De scheidsrechter vermeldt na de behandeling van het protest de beslissing op het ingeleverde protest en voegt dit bij het proces-verbaal (Scheidsrechterblad).

Géén uitreiking der prijzen mag plaats vinden voordat de clubafgevaardigde de gelegenheid heeft gehad om protest in te dienen en er een beslissing op het ingekomen protest werd genomen.

De uitspraak van de jury is onherroepelijk.

De scheidsrechter, de hoofdtijdopnemer, de betrokken tijdopnemers, de aankomstrechtter, de starter, de keerpuntrechtters en de zweminspecteurs vormen samen de wedstrijdjury.

Eventuele klachten tegen officials en de wijze waarop zij hun functie waarnemen, dienen behandeld te worden door de Technische Cel Fros.

## M. Masters

Alle sportreglementen Fros zijn volledig van toepassing met volgende uitzonderingen:

- Gemengd zwemmen mag
- Starten mag, na verwittiging van de scheidsrechter, van op de startblok, zwembadrand of van in het water
- Bij vlinderslag is beenbeweging schoolslag toegelaten
- Bij aflossing moeten zwemmers de baan niet verlaten hebben bij keerpunt of aankomst van volgende zwemmer
- Bij wedstrijden  $\geq 400\text{m}$  mogen 2 zwemmers van het zelfde gender per baan zwemmen mits beide individuele tijdopname
- Officials, behalve scheidsrechter en starter, mogen meezwemmen

## 4/ Taakomschrijving

De zweminspecteurs zullen worden opgesteld aan iedere kant van het zwembad.

Iedere zweminspecteur zal er op toezien dat de reglementen aangaande de zwemstijlen gerespecteerd worden.

Zij zullen eveneens de keerpunten en aankomsten volgen om de keerpuntrechters bij te staan.

De zweminspecteurs brengen aan de scheidsrechter verslag uit over elke vastgestelde inbreuk bij middel van ondertekende fiches, met de volgende details: de koers, de reeks, het nummer van de baan en de begane inbreuk.

*FINA: De zweminspecteurs brengen aan de scheidsrechter verslag uit over elke vastgestelde inbreuk bij middel van ondertekende fiches, met de volgende details: de koers, het nummer van de baan, de naam van de zwemmer en de begane inbreuk.*

## 5/ Bijlagen

## ***Bondsrekord***

### **Fros zwemcel**

Datum : ..... Afstand : ..... Stijl : .....

Naam en voornaam : ..... Club : .....

Aflossingsploeg 1 : ..... 3 : .....

2 : ..... 4 : .....

Zwembad : ..... Afmetingen : .....

Tijdopnemers : Tijd Handtekeningen

1 : .....m. ....s. .... /100 .....

2 : .....m. ....s. .... /100 .....

3 : .....m. ....s. .... /100 .....

Officiële tijd van het nieuwe record : .....m. ....s. .... /100

Tijd van het vorige record : .....m. ....s. .... /100

Afgevaardigde van het TCF : .....

Handtekeningen van de wedstrijdjury voor akkoord :

Scheidsrechter	Starter	Keerpuntrechters	Aankomstrechter
----------------	---------	------------------	-----------------

.....	.....	.....	.....
-------	-------	-------	-------

Eventuele opmerkingen : .....

.....

Dit record werd gehomologeerd door de Technische Cel Fros op : .....

**BONDSRECORD**

Fros - Zwemcel

## Fros - Zwemcel



### *Klachtenformulier*

Zwemontmoeting van.....te.....

De clubafgevaardigde van .....  
 Betwist de geldigheid en/of de juistheid van hierna vermelde beslissing(en) en/of feit(en)  
 inzake wedstrijd nr.: .....benaming.....reeks:.....  
 Naam van de zwemmer:.....

Aangevochten beslissing(en) en/of feit(en):  
 .....  
 .....  
 .....

Wij vechten deze beslissing aan om volgende redenen:  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....

De clubafgevaardigde,

Naam:.....

Handtekening:.....

De scheidsrechter verklaart  
 deze klacht te hebben ontvangen  
 om .....uur

Resultaat van de behandeling van deze klacht:

.....  
 .....  
 .....  
 .....

Technische Zwemcel Fros:.....

**Verlag zwemontmoeting:** .....

**Datum:** .....

**Ingericht door :** .....

**Wedstrijd jury**

Scheidsrechter		Jurysecretaris	
Starter		Micro	
Aankomstrechters		Zweminspecteurs	
Wedstrijdbode		Uitslagen	

Tijdopnemers	Controle Chrono	Keerpuntrechters
Hoofd:		Hoofd:
1/		1/
2/		2/
3/		3/
4/		4/
5/		5/
6/		6/

**Verloop van de wedstrijd:**

Opmerkingen over het bad:

.....  
 .....  
 .....

Opmerkingen over de wedstrijden:

.....  
 .....  
 .....

Opmerkingen over de officials:

.....  
 .....  
 .....

**Bondsrekorden:**

Naam	Club	Cat	Stijl	Afstand	Tijd 1	Tijd 2	Tijd 3

**Stages:**

Stagebegeleider(s): .....

**Stagiairs:**

Naam, Voornaam	Club	Functie	Opmerkingen

**Klachten (zie bijlagen) + behandeling:**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**Handtekeningen:**

Jurysecretaris

Scheidsrechter

**Clubafgevaardigden:**

Club

Afgevaardigde

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....



## Zwemontmoeting Blad Officials:

Datum: ..... Inrichtende club: .....

Scheidsrechter: .....Jurysecretaris: .....

<u>Club</u>	<u>Afgevaardigde</u>	<u>Officials</u>	<u>Functie</u>	<u>Controle chrono</u>

## 2022-2023 Code uitsluitingen FROS (Tech. Regl. Fros) – (ASV 8 juni 2019)

### De Start (SW4)

FROS	SPORTA	FTFN		FINA
ST1	ST1	S1	wan- of onsportief gedrag bij de start	SW4.
ST2		S2	niet vertrokken met duiksprong	SW4.2
ST3	ST3	S3	te vroeg vertrokken bij de start (na het commando "op uw plaatsen" en voor het startsignaal van de starter	SW4.4
ST4	ST4	S4	Starthouding, stilstaand niet onmiddellijk met minstens 1 voet aan de voorzijde van het startblok aangenomen (na het commando "op uw plaatsen" van de starter)	SW4.1

### Vrije Slag (SW5)

VS1	VS1	N1	in het onderdeel vrije slag van de wisselslag gezwommen in rug-, school-, of vlinderslag	SW9.2
VS2	VS2	N2	bij keerpunt of aankomst, muur niet geraakt met om 't even welk lichaamsdeel	SW5.2
VS3	VS3	N3	Na 15m hoofd nog niet boven water na start of keerpunt	SW5.3.a
VS4	VS4	N4	Lichaam volledig onder water, uitgezonderd de eerste 15m na start of keerpunt	SW5.3.b

### Rugslag (SW6)

RS1	RS1	D1	De starthandgrepen niet gebruikt bij de start.	SW6.1.a
RS2	RS2	D2	voeten en/of tenen vastgezet in de overloopgoot of op de bovenrand. (bij gebruik van rugslag startrichel is het toegelaten tenen er op vast te zetten)	SW6.1.b
RS3	RS3	D3	rugligging verlaten tijdens de wedstrijd: schouders 90° of meer (uitgezonderd keerpunt)	SW6.2
RS4	RS4	D4	na 15 meter hoofd nog niet boven water na start of keerpunt	SW6.3.a
RS5	RS5	D5	meerdere armsglagen bij keerpunt na verlaten van rugligging	SW6.4.d
RS6	RS6	D6	tuimelbeweging niet dadelijk ingezet na borstligging en/of op het einde van de armtrekbeweging	SW6.4.c
RS7	RS7	D7	bij keerpunt muur niet geraakt met om het even welk lichaamsdeel	SW6.4.a
RS8	RS8	D8	nog niet tot rug positie teruggekeerd bij het verlaten van de muur	SW6.4
RS9	RS9	D9	bij aankomst, niet meer in rug positie bij het aantikken (schouder 90° of meer)	SW6.5.a
RS10	RS10	D10	Keerpunt of armtrekbeweging niet dadelijk ingezet na borstligging	SW6.4

### Schoolslag (SW7)

SS1	SS1	B1	Lichaam niet in borstligging gedurende de ganse wedstrijd	SW7.2.a
SS2	SS2	B2	armbewegingen niet gelijktijdig uitgevoerd	SW7.2.c
SS3	SS3	B3	armbewegingen niet in hetzelfde horizontale vlak uitgevoerd	SW7.2.c
SS4	SS4	B4	alternerende armbeweging	SW7.3
SS5	SS5	B5	weggaande van de borst, werden de handen niet samen naar voor gebracht	SW7.3.a
SS6	SS6	B6	ellebogen boven water (uitzondering voor de laatste slag voor keerpunt of aankomst)	SW7.3.c
SS7	SS7	B7	handen worden voorbij de heuplijn gebracht (toegelaten tijdens de eerste beweging na start of keerpunt)	SW7.3.b
SS8	SS8	B8	beenbewegingen niet gelijktijdig	SW7.5
SS9	SS9	B9	beenbewegingen niet in 't zelfde horizontale vlak	SW7.4.a
SS10	SS10	B10	alternerende beenbewegingen	SW7.5
SS11		B11	voeten worden tijdens de duw fase niet buitenwaarts gekeerd	SW7.5.b
SS12	SS12	B12	benen maken een schaar-/fladderbeweging of neerwaartse dolfinjnslag benen niet gevolgd door schoolslag beenbeweging.	SW7.5.c
SS13	SS13	B13	niet gelijktijdig en gescheiden aantikken van de beide handen bij het keerpunt	SW7.6.
SS14	SS14	B14	niet gelijktijdig en gescheiden aantikken van de beide handen bij de aankomst	SW7.6.
SS15	SS15	B15	hoofd doorbreekt wateroppervlak niet bij elke schoolslagcyclus	SW7.4.b
SS16	SS16	B16	het hoofd doorbreekt wateroppervlak niet vooraleer de handen binnenwaarts te brengen bij de tweede armbeweging na de start of keerpunt	SW7.1
SS17	SS17		Verkeerde volgorde schoolslagcyclus uitgevoerd. (armbeweging wordt niet gevolgd door beenbeweging). (toegelaten bij de laatste beweging voor het keerpunt en aankomst)	SW7.2.b
SS18	SS18	B17	Meer dan 1 neerwaartse dolfinjnslag met de benen na start of keerpunt. (Na start of keerpunt, tijdens de onderwater fase is 1 neerwaartse dolfinjns beenbeweging toegelaten gevolgd door schoolslag beenbeweging)	SW7.1.a

### Vlinderslag (SW8)

VL1	VL1	P1	lichaam niet steeds in borstligging	SW8.1.a
VL3	VL3	P3	armen niet samen boven water naar voor gebracht	SW8.2.a
VL4	VL4	P4	armen niet gelijktijdig naar achter gebracht	SW8.2.c
VL5	VL5	P5	laatste armslag voor aankomst of keerpunt onder water uitgevoerd (= schoolslag)	SW8.2.b
VL6	VL6	P6	bewegingen van de benen/voeten niet gelijktijdig uitgevoerd	SW8.3.a
VL7	VL7	P7	alternerende bewegingen van de benen en of de voeten (beenbewegingen schoolslag)	SW8.3.bc
VL8	VL8	P8	niet met beide handen gelijktijdig aantikken bij aankomst of keerpunt - en/of handen niet gescheiden	SW8.4.
VL9	VL9	P9	na start of keerpunt meer dan één armtrekbeweging onder water uitgevoerd	SW8.5
VL10	VL10	P10	Na 15m hoofd nog niet boven water na de start of keerpunt	SW8.5.a
VL11	VL11	P11	Ellebogen komen niet boven water bij het naar voorbrengen van de armen	SW8.2.a

### Wisselslag (SW9)

WS1	WS1	Q1	verkeerde volgorde van de zwemslagen bij individuele wedstrijden (VL-R-S-VS)	SW9.1.a
WS2	WS2	Q2	verkeerde volgorde van de zwemslagen bij aflossingen (R-S-VL-VS)	SW9.3
WS3	WS3	Q3	onderdeel niet beëindigd zoals voorgeschreven voor die slag(aanvullen met overeenkomstige code bv. WS3 + SS14)	SW9.4
WS4	WS4	Q4	Fouten tegen een bepaalde slag (aanvullen met code i.v.m. stijl)	SW9.4
WS5	WS5	Q5	Rugslag, schoolslag of vlinderslag gezwommen in het gedeelte vrije slag	SW5.1

### Wedstrijd SW10)

WE1	WE1	G1	verkeerde slag gezwommen	
WE2	WE2	G2	de volledige afstand niet zwommen	SW10.2
WE3	WE3	G3	baan verlaten tijdens de koers	SW10.3
WE4	WE4	G4	bij keerpunt geen fysisch contact gehad met de muur	SW10.4.a
WE5	WE5	G5	afgeduwd van de bodem van het zwembad i.p.v. vanaf de muur	SW10.4.a
WE6	WE6	G6	één of meerdere stappen gezet op de bodem van het bad	SW10.4.b
WE7	WE7	G7	halt gehouden op de bodem van het bad (toegelaten bij vrije slag)	SW10.4.b
WE8	WE8	G8	hinderen van een andere zwemmer of ploeg door over de baan te zwemmen	SW10.7
WE9	WE9	G9	Bovenrand van de zwembadmuur gebruikt, aan de zwemlijnen getrokken, gebruik gemaakt van hulpmiddelen. (dragen van niet toegelaten kledij, drijf verhogende zaken of tape op het lichaam).	SW.10.6 SW10.8
WE10	WE10	G10	als niet ingeschreven zwemmer te water gegaan voordat alle zwemmers aangekomen zijn. De betrokkene dient uitgesloten voor zijn eerstvolgende wedstrijd	SW10.9
WE11	WE11	G11	aflossingsploeg onvolledig samengesteld of niet correct	SW10.10
WE12	WE12	G12	te vroeg vertrokken door tweede of .... zwemmer (code bv. WE12.2 = tweede zwemmer)	SW10.11
WE13	WE13	G13	lid van de aflossingsploeg, niet aangeduid voor het zwemmen van dat bepaald onderdeel van de wedstrijd of te water gegaan voordat alle ploegen hun wedstrijd beëindigd hebben	SW10.13
WE14	WE14	G14	1', 2' enz.. zwemmer van de aflossingsploeg heeft nagelaten het water zo vlug mogelijk te verlaten, na het beëindigen van zijn onderdeel(code bv. WE14.2 = tweede zwemmer)	SW10.14
WE15	WE15	G15	Meelopen naast het bad door trainer, medezwemmer of supporter	SW10.8
WE16	WE16	G16	Wan of onsportief gedrag	