

Toolkit zomeractiviteiten voor verenigingen



Het buitenbaden zwemseizoen is onlangs weer geopend en ook de binnenzwembaden zijn gelukkig weer open. In deze 'toolkit' lichten we een aantal actieve en passieve zwemactiviteiten toe die je als vereniging kunt oppakken in de zomerperiode, van mei t/m september 2021. De toolkit is zo samengesteld dat je als vereniging direct aan de slag kunt om deze activiteit(en) te gaan organiseren! Voor vragen kunnen verenigingen altijd terecht bij de KNZB.

Zwem4daagse

Tijdens de Zwem4daagse zwem je 4 dagen een bepaalde afstand en ontvang je na afloop een echte KNZB Zwem4daagse medaille. De Zwem4daagse is leuke voor de hele familie. Indien de maatregelen het toelaten worden er ook allerlei leuke side-events georganiseerd zoals een drijf-in bioscoopavond, zeemeermin-clinic, waterpolo-clinic of luchtbeddenrace.

Kennismaking introductielessen

De KNZB stelt een kaartenbak met leskaarten (digitaal) beschikbaar. Organiseer vanuit de vereniging kennismakingslessen in de vorm van een 'zomeravond week-programma' voor potentieel nieuwe leden en laat ze zien hoe leuk de zwemsport is! Leuk, laagdrempelig en makkelijk te organiseren.

Mijnzwemcoach

Organiseer voor volwassenen een 8-weekse Borstcrawl cursus in een buitenbad, 6-weekse openwater cursus in een zwemplas in de buurt óf een eendaagse clinic gericht op een specifiek thema. Bereik en bindt een nieuwe doelgroep aan je vereniging die later mogelijk instromen bij de trimzwemgroep of masters!

Zomertour

De zomertour is een zomers zwemevenement dat in en rond het buiten zwembad plaatsvindt. Er zijn diverse workshops, voor alle leeftijden en voor ieder wat wils. Vooral in het water. Zo kun je tijdens de zomertour deelnemen aan activiteiten zoals zeemeerminzwemmen, zwemmen op muziek en beachwaterpolo.

Openwater activiteiten

Zodra de overheidsmaatregelen het toelaten zal de KNZB verschillende openwater zwemwedstrijden organiseren. Tot die tijd vinden er virtuele openwaterwedstrijden plaats. Houd de kalender in de gaten en doe met je verenigingsleden mee aan deze activiteiten!

Olympic Festival

Het Olympic Festival staat gepland van 23 juli tot en met 8 augustus 2021. Op het sportstrand van Scheveningen en op sportcomplexen in de nabije omgeving zullen overdag allerlei sporten te beoefenen zijn, onder begeleiding van meer dan 50 sportbonden (waaronder de KNZB). Bezoekers, dus ook jullie verenigingsleden, kunnen daarnaast de Olympische Spelen volgen op grote TV schermen, inclusief voor- en nabeschouwingen door oud-topsporters en entertainment.

Road to Tokyo

In aanloop naar de Olympische Spelen gaan onze TeamNL sporters aan één of enkele voorbereidingstoernooien en/of uitzwaaiwedstrijden in Nederland deelnemen. Juichen op de tribune is natuurlijk het allerleukst, maar is nog niet mogelijk. Juich daarom met je leden onze TeamNL helden toe met de hele club en volg deze toernooien via livestreams.

Toolkit zomeractiviteiten voor verenigingen



Organiseer rondom de wedstrijd een leuke activiteit, zoals een bingo of barbecue.

Nationale ZwemChallenge

Tijdens de Nationale ZwemChallenge kan iedereen het uitdagende parcours van deze leuke Challenge afleggen: volwassenen, kinderen, (groot)ouders samen met de (klein)kinderen en schoolklassen. Na het afleggen van de Challenge ontvangen deelnemers een certificaat met een persoonlijk advies hoe de zwemvaardigheden, waar nodig, te verbeteren.

Toolkit zomeractiviteiten voor verenigingen



Introductie

De zwembaden zijn gelukkig weer open. Dit betekent dat jullie georganiseerd weer een aantal zwemactiviteiten kunnen oppakken voor je huidige leden en/of nieuwe leden. In dit handboek lichten we een aantal activiteiten toe die je als vereniging kunt oppakken in de zomer. Alle activiteiten die in deze toolkit zijn uitgewerkt zijn coronaproof te organiseren.

	Activiteit	Doelgroep	Doel
1	Zwem4daagse	Alle leeftijden; focus op kinderen en jongeren	Ledenbehoud Ledeninstroom
2	Kennismaking introductielessen	Alle leeftijden; focus op kinderen en jongeren	Ledeninstroom
3	Mijnzwemcoach	18+	Ledeninstroom Ledenbehoud
4	Zomertour	Alle leeftijden	Ledeninstroom
5	Openwater activiteiten	6+	Ledenbehoud
6	Olympic Festival	Alle leeftijden	Ledeninstroom Ledenbehoud
7	Road to Tokyo	Alle leeftijden	Ledenbehoud
8	Nationale Zwemchallenge	Alle leeftijden; focus op kinderen 6-12 jaar	Ledeninstroom



Initiatief van de  knzb

Zwem4daagse

Wat is de Zwem4daagse?

De Zwem4daagse is in 1970 voor het eerst georganiseerd in Deventer op initiatief van voormalig waterpolo-international Ruud van Feggelen. De Zwem4daagse is landelijk bekend en het aantal deelnemers verschilt van 200-1500 per Zwem4daagse. Het basisconcept is een afstand afleggen van 500, 1000 of 2000m en dat vier dagen achter elkaar. Sinds 1970 een uniek sportief evenement en het is nog steeds het grootste landelijke zwemevenement wat in Nederland plaatsvindt!

Tijdens de Zwem4daagse zwem je 4 dagen achter elkaar baantjes of kun je een survival parcours afleggen. Vaak wordt de Zwem4daagse over 5 dagen georganiseerd, zodat je een dag kunt missen. Naast het zwemmen worden vaak activiteiten georganiseerd om de Zwem4daagse een waar feest te maken, denk hierbij aan bingo's, discozwemmen, schatduiken, zwemsport clinics, een glijbanenrace etc. Nadat 4 maal (in 4 dagen) de afstand is gezwommen, krijg je de officiële KNZB Zwem4daagse medaille uitgereikt. Elk jaar wordt er weer een nieuwe medaille ontworpen. Er zijn er op dit moment 52 te behalen, een echt verzamel item voor deelnemers.

Natuurlijk dien je de **corona-maatregelen** in acht te nemen. Maar het organiseren van een 'georganiseerde activiteit' is toegestaan. De Zwem4daagse is een ultieme activiteit die gecontroleerd kan worden uitgezet. De KNZB biedt tools die ervoor zorgen dat je met tijdblokken, max. aantal deelnemers per tijdsblok en vooraf online inschrijven kan werken!

Voor welke doelgroep is de Zwem4daagse?

De Zwem4daagse is een week lang feest in het zwembad met de hele familie! Natuurlijk wel voor iedereen met een of meerdere zwemdiploma's op zak! Dus kinderen vanaf 6 t/m 12 jaar kunnen met hun ouders en/of grootouders meedoen aan de Zwem4daagse. De Zwem4daagse is ook leuk voor jeugd (13 t/m 18 jaar) en volwassenen (30+), als je ook leuke randactiviteiten organiseert. Denk aan een drijf-in bioscoopavond, discozwemmen of borstcrawlclinic.

Wat levert de Zwem4daagse op voor jouw vereniging?

De Zwem4daagse zorgt voor een leuke sportactiviteit in de zomermaanden. Nodig de hele buurt/omgeving uit, denk aan andere sportverenigingen, scholen en alle reguliere zwembadbezoekers én zet je vereniging op de kaart! Je bereikt met de Zwem4daagse een nieuwe doelgroep, waardoor je ook aan ledenwerving kan werken. Daarnaast levert de Zwem4daagse een leuk zakcentje op, omdat je inschrijfgeld kunt vragen voor deelname.

Hoe organiseer je een Zwem4daagse?

Wil jouw vereniging deze zomer een Zwem4daagse organiseren? Mail dan naar zwem4daagse@knzb.nl en de KNZB maakt voor jullie een Plan je Event account aan. Daarmee kun je inloggen op www.zwem4daagse.nl, heb je de beschikking over alle hulpdocumenten (denk aan een 'standaard begroting', handleiding 'hoe organiseer ik een Zwem4daagse', standaard promotiemateriaal, etc.) Ook kun je met dat account direct in de webshop materialen bestellen en kun je alles automatiseren m.b.t. online inschrijfformulier en deelnemersadministratie. Met een kleine commissie van 2-4 personen zet je zo binnen 4-8 weken een Zwem4daagse op de been!

Toolkit zomeractiviteiten voor verenigingen



Samenwerking Maarten van der Weijden Foundation

De Maarten van der Weijden Foundation neemt een mooie positie in door geld in te zamelen voor kankeronderzoek en palliatieve zorg. De Foundation heeft een unieke positie in de markt met een zelfstandige (en gratis) Medische Adviesraad, een grote rol voor de patiëntenverenigingen en de belofte dat iedere euro 100% naar een van de onderzoeken gaat.

De KNZB en foundation slaan in 2021 en 2022 de handen in één. Graag zetten we de Zwem4daagse in om geld op te halen voor het goede doel.

Zwem4daagse Zwemweek in september

In september vindt er een landelijk Zwem4daagse evenement plaats. In de periode van 12 t/m 19 september vindt er op 40 locaties in het land een Zwem4daagse plaats. Deelnemers kunnen deelnemen aan één van deze Zwem4daagse en geld op halen voor het goede doel, terwijl Maarten van der Weijden een ultieme sportuitdaging aangaat. Maarten gaat in deze periode dag en nacht lopen, fietsen en zwemmen en verbindt alle Zwem4daagse aan elkaar. Meer informatie over deze activiteit vind je hier: [Zwem4daagse \(mvdwfoundation.nl\)](https://mvdwfoundation.nl)

Kom in actie voor

Wil je jullie Zwem4daagse in een andere week organiseren dan 12 t/m 19 september, dat mag! Iedere organisatie is vrij om een week te kiezen. Maar zou je graag ook je steentje bij willen dragen en met de Zwem4daagse geld op willen halen voor de foundation? Dan kan dat! Kom dan in actie voor de Maarten van der Weijden Foundation! Meer informatie over deze actie vind je hier: [Zwem4daagse \(mvdwfoundation.nl\)](https://mvdwfoundation.nl)

Materialen en downloads

De KNZB heeft de volgende materialen beschikbaar voor het organiseren van jullie Zwem4daagse:

- Plan je Event – A t/m Z organiseer tool voor verenigingen via <https://beheer.zwem4daagse.nl/> (vraag een account aan via zwem4daagse@knzb.nl)
 - a. Maak je evenement aan en publiceer deze
 - b. Werk met de online inschrijfmodule
 - c. Mail het je deelnemers vooraf, tijdens en na het evenement gemakkelijk
 - d. Krijg direct een account voor de webshop
- Gratis te downloaden hulpdocumenten via <https://www.zwem4daagse.nl/zwem4daagse/organiseren/downloads/>
- Wil je na afloop een 3x gratis sportvoucher uitdelen? Download de materialen dan op [Toolkit voor verenigingen - KNZB](#).

Welke ondersteuning biedt de KNZB?

Vanuit de KNZB faciliteren we jouw vereniging in de organisatie van de Zwem4daagse door allerlei documenten en materialen beschikbaar te stellen en te werken met een online Plan je Eventtool met een online inschrijfformulier voor deelnemers. Heb je verder nog vragen? Neem contact op via zwem4daagse@knzb.nl.

Kennismaking introductielessen

Wat houdt de activiteit in?

Wil je werken aan ledenwerving en jouw vereniging op de kaart zetten in de lokale omgeving? Organiseer deze zomer dan kennismakingslessen en/of instuiftrainingen. Dit zijn laagdrempelige activiteiten voor scholieren, sporters en/of bewoners in de lokale omgeving. De KNZB stelt een hele set van 'standaard leskaarten' beschikbaar aan jouw vereniging die je zo kunt inzetten voor deze activiteit.

Voor welke doelgroep is de activiteit?

De kennismakinglessen zijn geschikt voor iedereen. Welke doelgroep wil jij als vereniging aanspreken? Organiseer een gerichte/specifieke kennismaking les voor jouw doelgroep. Denk aan een clinic borstcrawl voor volwassenen, een training waterpolo of een plezierige activiteit als snorkelen (zwemvaardigheid).

Wat levert het voor de vereniging op?

Voor verenigingen is het een ultieme kans haar deuren voor iedereen te openen zodat deelnemers kennis kunnen maken met de vereniging en alles wat het te bieden heeft. Deelnemende verenigingen kunnen deelnemers uitnodigen om een aantal keren kennis te komen maken door het volgen van gratis kennismakingslessen.

Hoe is het te organiseren?

Regel bij het zwembad een aantal uren waarop je de kennismakingslessen deze zomer kan aanbieden. Zorg dat je voor iedere kennismaking les een trainer of andere vrijwilliger bereid vindt om de activiteit te begeleiden. En zorg na afloop eventueel voor een hapje en drankje. Vergeet als vereniging geen follow up te geven aan deze kennismaking les. Stuur na afloop een bedankmail, geef ze een (digitale) sportvoucher zodat ze nog 3 keer gratis komen proef-trainen bij de zwemdiscipline die ze het leukst vonden én nodig ze uit voor jullie eerste verenigingsactiviteit.

Materiaal en downloadbestanden

- De KNZB stelt de komende periode digitaal een set beschikbaar met ruim 40 leskaarten. Deze leskaarten kun je gebruiken om in te zetten voor de kennismaking les. Heb je als vereniging andere leuke lessen op de plank liggen? Zet die dan in!
- De eerste leskaarten zijn te downloaden op [Toolkit voor verenigingen - KNZB](#) en worden de komende periode aangevuld.
- Wil je na afloop een 3x gratis sportvoucher uitdelen? Download de materialen dan op [Toolkit voor verenigingen - KNZB](#).

Welke ondersteuning kan je verwachten vanuit de KNZB?

De KNZB stelt de set met standaard leskaarten aan alle zwemverenigingen beschikbaar in de periode van 1 mei t/m 1 sept 2021. Download ze [hier](#) en ga er mee aan de slag! Heb je verder nog vragen over hoe je sportaanbod in kan zetten voor ledenwerving, neem dan contact op met de KNZB.

MIJN ZWEM COACH

Mijnzwemcoach

Wat houdt de activiteit in?

Mijnzwemcoach is een product van de KNZB waarmee we ongebonden volwassen zwemmers proberen te binden en bedienen, samen met de vereniging. Dit middels cursussen (o.a. de populaire 12-weekse borstcrawl cursus), eendaagse (online) clinics en een online lidmaatschap (met ruim 300 trainingsprogramma's, techniekvideo's en online lessen).

Is jouw vereniging op zoek naar sportaanbod en zwemactiviteiten voor de volwassendoelgroep? Organiseer dan samen met de KNZB een van de Mijnzwemcoach programma's. Denk aan:

- 12-weekse Borstcrawl cursus (3x per jaar te organiseren in een zwemseizoen)
- 6-weekse Openwater cursus (in een nabij gelegen zwemplas)
- 6-weekse Vlinderslag cursus
- 6-weekse Schoolslag cursus
- Personal training
- Mijnzwemcoach online trainingsabonnement
- Clinics (denk aan een clinic 'borstcrawl slagfrequentie en -lengte', 'schoolslag', 'vlinderslag', 'openwaterzwemmen', 'online college borstcrawl' etc.)

Voor welke doelgroep is de activiteit?

Mijnzwemcoach is voor iedereen boven de 18 jaar. De grootste groep gebruikers ligt tussen de 30 en 50 jaar. Zwemmers die op zoek zijn naar manieren om hun zwemtechniek en -conditie te verbeteren kunnen met Mijnzwemcoach aan de slag. Denk aan banenzwemmers, trimzwemmers en triatleten, maar ook ouders van (jullie) zwemleskinderen!

Is het ieder jaar weer lastig om een trainer te vinden voor je master en/of trimgroep? Dan is het individuele lidmaatschap op Mijnzwemcoach een uitkomst voor jullie leden. Leden kunnen zelfstandig met trainingsschema's die aansluiten op hun eigen zwemniveau aan de slag. Verbeter je schoolslag, vlinderslag, rugcrawl of borstcrawl! Sinds kort heeft Mijnzwemcoach ook een set online landtrainingen en/of yogalessen beschikbaar!

Wat levert het voor de vereniging op?

DWF uit Sliedrecht organiseerde i.s.m. de KNZB een 12-weekse borstcrawl cursus. Reguliere banenzwemmers van het zwembad en beginnende triatleten kwamen op dit programma af. Na afloop van de cursus heeft DWF ze aangeboden om 3x mee te komen trainen binnen de vereniging (mastergroep) en ook alle 12 de zwemmers zijn daarna door blijven zwemmen binnen de vereniging!

Mijnzwemcoach activiteiten ontplooiën binnen je vereniging kan leiden tot nieuwe aanwas binnen je master- en trimgroepen. Of je kunt hiermee huidige master- of trimzwemmers voorzien van trainingsaanbod.

Toolkit zomeractiviteiten voor verenigingen



Hoe is het te organiseren?

Heeft jouw vereniging interesse om met een of meerdere producten van Mijnzwemcoach aan de slag te gaan? Neem dan contact op met mijnzwemcoach@knzb.nl en de KNZB zet dit met jullie op!

- Ga na of er badwater beschikbaar is binnen de huidige verenigingsuren;
- Ga na of er een gediplomeerde Wedstrijdzwemmen 3 trainer is die Mijnzwemcoach trainer wilt worden voor bijv. de borstcrawl cursus, openwater cursus of een ander type cursus of clinic.

Materiaal en downloadbestanden

De KNZB stelt het volgende beschikbaar:

- Standaard hard copy promotiemateriaal (flyers en posters) kan aangevraagd worden via mijnzwemcoach@knzb.nl. De KNZB kan de materialen ook rechtstreeks naar het zwembad sturen.
- Standaard online promotiematerialen (social posts, nieuwsbericht etc.).
- Een Mijnzwemcoach shirt en cursusboek voor de trainer. Een regenjas voor de trainers die een openwatercursus verzorgen
- Online inschrijftool voor deelnemers via www.mijnzwemcoach.nl
- Oorkondes voor de deelnemers
- Standaard mailings m.b.t. deelname (dit loopt via de KNZB)

Hoe ziet de samenwerking met de KNZB er uit?

Dit programma organiseer je samen met de KNZB. De KNZB betaalt het badwater en de trainer (reiskosten en trainersvergoeding á €30,- euro per uur). Daarnaast zorgt de KNZB dat ze alle materialen (zoals hierboven opgesomd) beschikbaar stelt aan de vereniging, zodat programma's opgezet en uitgerold kunnen worden.



**VERBETER JE
ZWEMTECHNIEK MET DE
COACHES VAN DE KNZB**

SCHRIJF JE NU IN VIA MIJNZWEMCOACH.NL



Zomertour

Wat houdt de activiteit in?

De zomertour is een zomers zwemevenement dat in en rond het buiten zwembad plaatsvindt. In overleg met de accommodatie, de lokale zwemvereniging en -sportorganisatie verzorgen de KNZB en verenigingen samen een mooi zomers evenement. Er zijn diverse workshops, voor alle leeftijden en voor ieder wat wils. Vooral in het water. Zo kun je tijdens de zomertour deelnemen aan activiteiten zoals zeemeerminzwemmen, zwemmen op muziek en beachwaterpolo. Of bijvoorbeeld een demo en training van de diverse zwemsporten. Afhankelijk van de beschikbare buitenruimte kan dit worden aangevuld met andere zomerse activiteiten als beachvolleybal, beachvoetbal en spelletjes op de grasvelden.

Voor welke doelgroep is de activiteit?

Iedereen is welkom bij de Zomertour. Voor met name de jeugd die in het bezit is van een zwemdiploma worden in het water leuke en uitdagende activiteiten georganiseerd. Voor de jongere kinderen is er ook vertier op plekken op het terrein van het zwembad.

Wat levert het voor de vereniging op?

De Zomertour is een sportief feest die in en rondom het zwembad plaatsvindt. Voor verenigingen is het een ultieme kans haar deuren voor iedereen te openen zodat deelnemers kennis kunnen maken met de vereniging en alles wat het te bieden heeft. Deelnemende verenigingen kunnen deelnemers uitnodigen om een aantal keren kennis te komen maken door het volgen van gratis trainingen. De verenigingen ontvangen daarnaast een kaartenbak aan leskaarten die zij tijdens de Zomertour maar ook op andere momenten kunnen inzetten.

Hoe is het te organiseren als organisatie?

Op dit moment is de KNZB het programma en de planning aan het ontwikkelen. Via de sociale mediakanalen en op de pagina van de KNZB Zwemzomer zijn actuele updates en ontwikkelingen terug te vinden.

Materiaal en downloadbestanden (bijv. flyer/voorbeeldbrief)

De KNZB stelt het volgende beschikbaar:

- Op dit moment werken we aan een draaiboek voor verenigingen, zodra deze gereed is, wordt het draaiboek met verenigingen gedeeld en hier aan toegevoegd.
- Wil je na afloop een 3x gratis sportvoucher uitdelen? Download de materialen dan op [Toolkit voor verenigingen - KNZB](#).

Welke ondersteuning kan je verwachten vanuit de KNZB?

De KNZB biedt een programma aan die, waar het mogelijk is, zoveel mogelijk door de vereniging ter plaatse georganiseerd wordt. De KNZB faciliteert naast het programma materialen en leskaarten zodat deelnemers een divers programma kunnen ervaren. Zodra de data en locaties van de Zomertour 2021 bekend zijn, worden deze op onze pagina gecommuniceerd. Wil je zelf een zomertour organiseren in jouw gemeente? Neem dan contact op via communicatie@knzb.nl.

Open water activiteiten

Wat houdt de activiteit in?

Nederland kent een rijke historie in het open water zwemmen met ook internationaal veel succes. De openwaterevents mogen deze zomer niet ontbreken! Voor ieder niveau en voor elke leeftijd is het open water toegankelijk; voor de beginnende zwemmer die een uitdaging wil aangaan of voor de kilometervreters die de hele zomer wedstrijden willen zwemmen.

Openwatercircuit wedstrijden

Zodra het van de overheid mag organiseren een 20-tal verenigingen van juli tot en met medio september de openwaterevents. Vanuit de KNZB stimuleren we sporters, zowel van onze verenigingen als daarbuiten, om lekker de plas in jouw omgeving op te zoeken! Onder groot voorbehoud van de dan geldende maatregelen is de openwater kalender 2021 gepubliceerd. Deze kalender vind je hier: https://www.knzb.nl/vereniging_wedstrijdsport/wedstrijdsport/openwaterzwemmen/wedstrijdkalender/

Virtuele openwater wedstrijden

Ook dit jaar zullen er weer een aantal virtuele wedstrijden plaatsvinden! Zwemmers kunnen op hun eigen favoriete buitenwater trainingslocatie één of meerdere afstanden zwemmen, die bij de virtuele wedstrijd van dat weekend horen. Uiteraard zwem je met smartwatch met gps, of met je telefoon met een tracker-app, zodat je resultaten te delen zijn. Meer informatie hierover vind je hier: https://www.knzb.nl/vereniging_wedstrijdsport/wedstrijdsport/openwaterzwemmen/virtueelopenwaterswims/

Voor welke doelgroep is de activiteit?

Deze activiteit is leuk voor alle leden van de vereniging. Je kunt al deelnemen vanaf 6 jaar! Denk aan wedstrijdgroepen, maar ook waterpolo-teams. Voor iedereen een leuke uitdaging om het open water in te springen en deel te nemen aan een van de evenementen.



Wat levert het voor de vereniging op?

Alle leden hebben afgelopen seizoen (nauwelijks) wedstrijden gespeeld of gezwommen. Iedereen snakt naar een wedstrijdje en/of uitdaging. Doe met je trainings- of wedstrijdgroepen (ongeacht welke discipline) mee aan een van de openwaterwedstrijden van de KNZB. Gewoon voor de "fun", of maak er een verenigings-challenge van!

Toolkit zomeractiviteiten voor verenigingen



Hoe is het te organiseren?

Heel simpel. Wanneer je een keuze hebt gemaakt in welk wedstrijdonderdeel je waar wilt doen, dien je dit te registreren bij de organiserende vereniging. Dat gebeurt via het [OLOWIS inschrijfsysteem](#). De vereniging heeft vaak een persoon aangewezen die de inschrijvingen doet voor Open Water wedstrijden. Hij of zij heeft toegang tot dit systeem en kan jouw inschrijving dus verzorgen. Ook zwemmers die niet aangesloten zijn bij een zwemvereniging kunnen meedoen aan de wedstrijden. Zij kunnen zelf een account aanmaken in OLOWIS.

Materiaal en downloadbestanden

- Informeer je leden over het openwater circuit en de virtuele openwaterwedstrijden. Download hier alle informatie: https://www.knzb.nl/vereniging_wedstrijdsport/wedstrijdsport/openwaterzwemmen/
- Aanmelden voor een openwaterwedstrijd kan via het [OLOWIS inschrijfsysteem](#)
 - Een genummerde badmuts is verplicht en kan besteld worden via https://www.knzb.nl/shop/knzb/producten/product/1000000049/1000000420/caps_open_water_zwemmen/
- Deelnemen aan een virtuele wedstrijd kan met
 - een smartwatch met GPS
 - een telefoon met tracker-app
- Wetsuits, saferswimmers, zwembrillen en andere materialen kunnen worden gekocht via <https://www.mijnzwemcoach.nl/webshop>

Welke ondersteuning kan je verwachten vanuit de KNZB?

De KNZB en haar verenigingen organiseren dit openwaterzwemprogramma. Alle materialen, tools en informatie is te vinden op www.openwaterzwemmen.nl. Voor vragen kun je contact opnemen met openwaterzwemmen@knzb.nl

Olympic Festival

Wat houdt de activiteit in?

Iedereen die de Olympische Spelen van Tokyo optimaal wil beleven vanuit eigen land, kan terecht op het 'Olympic Festival Den Haag 2020'. De Spelen staan gepland voor 23 juli tot en met 8 augustus 2021. Op het sportstrand van Scheveningen zullen overdag allerlei sporten te beoefenen zijn, onder begeleiding van meer dan 50 sportbonden en aangesloten verenigingen. Uiteraard mag ook een zwembad niet ontbreken! Bezoekers kunnen daarnaast de Olympische Spelen volgen op grote TV schermen, inclusief voor- en nabeschouwingen door oud-topsporters en entertainment. Daarnaast wordt het Olympic Festival ook de plek waar de Nederlandse sporters die terugkeren gehuldigd worden.

Voor welke doelgroep is de activiteit?

Voor iedereen die in deze sportieve ambiance wil sporten en bewegen. Er is geen leeftijdsgrens gesteld.

Wat levert het voor de vereniging op?

Uit heel Nederland kunnen enthousiastelingen en sportfans komen om kennis te maken met meer dan 50 verschillende sporten. Alle aanwezige bonden en verenigingen promoten hun sporten en organiseren diverse clinics. Deelnemers die mee hebben gedaan aan de activiteiten van het Olympic Festival ontvangen na afloop bericht en een verenigingsvoucher. In dit bericht is opgenomen dat deelnemers gratis kennis kunnen maken met een zwemvereniging en haar activiteiten in zijn of haar eigen buurt.

Hoe kan je aanhaken als organisatie?

De organisatie is in handen van NOC*NSF, TIG Sports en de Gemeente Den Haag. Sportfans en enthousiastelingen kunnen meedoen met de verschillende activiteiten die georganiseerd worden tussen 23 juli en 8 augustus. Ben je geïnteresseerd? Houd dan de website en social media kanalen van de KNZB in de gaten!

Materiaal en downloadbestanden (bijv. flyer/voorbeeldbrief)

Deze zijn op dit moment nog niet verkrijgbaar, maar worden op een later moment beschikbaar gesteld door NOC*NSF.

Welke ondersteuning kan je verwachten vanuit de KNZB?

De KNZB zal in samenwerking met de zwemverenigingen in Den Haag diverse clinics organiseren voor bezoekers van het festival. Daarnaast zullen we inspelen op de wedstrijden in Tokio en proberen we ter plekke leuke activiteiten te organiseren voor verenigingen en haar leden rondom de belangrijkste finales.

Uiteraard is de organisatie op dit moment hard aan het werk om te kijken op welke manier bovenstaande activiteiten volgens de huidige maatregelen georganiseerd kunnen worden. Desondanks hierbij toch een kleine sfeerimpressie:



Toolkit zomeractiviteiten voor verenigingen



Road to Tokyo

Wat houdt de activiteit in?

Deze zomer staan er nog een aantal uitzwaaiwedstrijden en toernooien gepland voor onze topsporters die naar de Olympische Spelen in Japan gaan. Zo wordt er nog een Olympisch voorbereidingstoernooi georganiseerd voor de waterpolodames en zwemmen de TeamNL zwemmers nog een laatste uitzwaaiwedstrijd!

Juichen op de tribune is natuurlijk het allerleukst, maar is helaas nog niet mogelijk. Gelukkig worden de wedstrijden via livestreams uitgezonden. Juich daarom met je leden onze TeamNL helden toe met de hele club! Organiseer met je vereniging een leuke activiteit om deze wedstrijden heen en support onze helden. Een heus KNZB TeamNL thusevent!

Denk aan een leuke online pubquiz, waarbij je tussendoor de waterpolowedstrijd Nederland – Italië met z'n allen bekijkt. Of een leuke barbecue met je vrijwilligers tijdens de uitzwaaiwedstrijd van de wedstrijdzwemploeg. Geniet samen van het moois wat onze sporten te bieden hebben!

Voor welke doelgroep is de activiteit?

Het bekijken van de wedstrijden is leuk voor iedereen binnen de vereniging, van zwemleskind tot aan official en van jeugdlid tot aan gevorderde zwemmer of waterpoloër.

Wat levert het voor de vereniging op?

Door op de dagen van de wedstrijden iets leuks als vereniging te organiseren werk je aan de binding met je leden. Een beetje sociaal contact, online of fysiek, daar is iedereen wel aan toe. En hoe leuk is het om dit nu te combineren met het kijken van een wedstrijd en samen weer eens 'wedstrijdspanning' te ervaren?

Hoe is het te organiseren?

Bepaal eerst wat je wilt organiseren en voor wie. Als je een bingo of pubquiz wilt organiseren zou je de activiteiten- of feestcommissie van de vereniging kunnen vragen dit op te pakken. Online zijn er verschillende gratis tools beschikbaar, waarbij je zo een pubquiz in elkaar zet (denk bijv. aan Kahoot.it). Organiseer je een barbecue voor vrijwilligers, dan is het natuurlijk van belang dat je catering regelt en met een aantal personen alles regelt.

Materiaal en downloadbestanden (bijv. flyer/voorbeeldbrief)

- Stel je pubquiz gratis op via <https://kahoot.com/>
- Organiseer een barbecue en bestel bij een lokale ondernemer! #supportyourlocals
- Wist je dat er officiële teamNL fankleding is? Leden kunnen die hier bestellen: <https://shop.teamnl.org/>

Welke ondersteuning kan je verwachten vanuit de KNZB?

De KNZB zal de livestreams verzorgen en zo goed als mogelijk zorgen voor interactie tussen TeamNL en de TeamNL fans op de club. We proberen online meet and greets/interviews verzorgen. Het beste 'thusevent' idee of de meest ludieke verenigingsactiviteit kan rekenen op 10 gratis toegangskaarten voor een toekomstig (inter)nationaal waterpolo- of zwemevenement!

DE NATIONALE ZWEMCHALLENGE

Doe jij mee?

Nationale ZwemChallenge

Wat houdt de activiteit in?

De Nationale ZwemChallenge is een middel om zwemveiligheid te testen. Dit doet de Nationale ZwemChallenge door deelnemers uit te dagen voor een leuk parcours en ze weer het zwembad te laten bezoeken. Het parcours bestaat uit materialen die de meeste zwembaden/zwemscholen/verenigingen in huis hebben waardoor de kosten beperkt blijven. Voor

de Nationale ZwemChallenge is het verplicht om certificaten te bestellen, na bestelling zijn er gratis digitale materialen te downloaden. Aanvullend kunnen certificaten, posters, flyers en medailles tegen inkoopspreis worden besteld. De organisator kan na het parcours deelnemers door middel van een persoonlijk advies uitnodigen voor een vervolgactiviteit. Vervolg aanbod kan een borstcrawl cursus zijn, maar ook leden werven voor de vereniging of voor de zwemles behoren tot de mogelijkheden. De organisator kan dit naar eigen wens invullen.

Bezoek deze pagina om de [Handleiding ZwemChallenge](#) te downloaden.

Voor welke doelgroep is de activiteit?

Iedereen kan het uitdagende parcours van deze challenge afleggen: volwassenen, kinderen, (groot)ouders samen met de (klein)kinderen en schoolklassen.

Wat levert het voor de vereniging op?

De KNZB-verenigingen kunnen hun kaderleden, aanverwante familieleden en vriendjes inzichtelijk maken hoe zwemveilig ze zijn gerelateerd aan de nationale norm (diploma C). Er is veel ruimte om naar eigen inzicht een parcours uit te zetten die deelnemers overbruggen om uiteindelijk een advies te krijgen. Het is dus niet alleen nuttig om persoonlijk advies te ontvangen over zwemvaardigheden maar het parcours is ook leuk om te doen. Verenigingen kunnen potentiële nieuwe leden (deelnemers) via kaderleden bereiken en binden aan de vereniging. De Challenge bestaat uit twee delen: een SurvivalChallenge (gekleed) en een FunChallenge (in badkleding). Plezier staat in ieder geval centraal. De vereniging kan inspelen op de Nationale ZwemChallenge door een passend leuk vervolg aanbod aan te bieden.



Hoe is het te organiseren als organisatie?

Om de ZwemChallenge te organiseren moet je je als organisator aanmelden. De naam van de organisator wordt vervolgens vermeld op <http://www.nationalezwemchallenge.nl>. Na goedkeuring van de aanmelding ontvangen organisaties de aangeschafte deelnamecertificaten en de digitale materialen die gratis te downloaden zijn. Hiermee kan de Challenge in het eigen zwembad

Toolkit zomeractiviteiten voor verenigingen



georganiseerd worden. Ter aanvulling is het mogelijk een communicatiepakket met flyers, posters, en medailles te bestellen. De Nationale ZwemChallenge kun je gedurende het hele jaar door organiseren. Voor deze zomereditie maken we de Nationale ZwemChallenge beschikbaar van half juni tot eind juli.

Deelnemers melden zich vooraf bij de organisator aan en registreren zich na afloop (als ze willen meedoen met de winactie) op allesoverzwemles.nl.

Materiaal en downloadbestanden

- Organisaties kunnen zich [hier](#) aanmelden. Je ontvangt een bevestiging per e-mail en kunt daarna in de webwinkel om de Nationale ZwemChallenge in jouw eigen zwembad te organiseren.
- Let op: je hoeft je maar een keer aan te melden als organisator van de Nationale ZwemChallenge. Klik [hier](#) voor een actueel overzicht.
- Schaf het communicatiepakket aan met wervingsflyers, posters, medailles, deelnamecertificaten en (gratis) digitale promotiematerialen.
- Plan minimaal één keer de Nationale ZwemChallenge in.
- Promoot je deelname online met de gratis digitale promotiematerialen.
- Haak aan bij de landelijke berichtgeving.
- Heb plezier en draag bij aan 'Heel Nederland zwemveilig'.
- Zorg voor een aantrekkelijk vervolgaanbod. Wil je na afloop een 3x gratis sportvoucher uitdelen? Download de materialen dan op [Toolkit voor verenigingen - KNZB](#).



Welke ondersteuning kan je verwachten vanuit de KNZB?

De KNZB heeft een toolkit ontwikkelt voor verenigingen waarin sportieve activiteiten opgenomen worden. Verenigingen kunnen altijd contact opnemen met de KNZB als er vragen zijn maar het programma is dermate ingericht dat zij de Nationale ZwemChallenge zelf kunnen organiseren.