



Huishoudelijk reglement "de Ward" Recreatiezwemmen

Gedragsregels:

Om een training goed te laten verlopen zijn er gedragsregels. Hieronder staan regels benoemd die voor alle zwemmers gelden. Daar waar het huishoudelijk reglement niet in voorziet geldt dat een lid een ander lid dient te behandelen zoals hij of zij zelf ook graag behandeld wenst te worden!

1. Algemene gedragsregels:

Om al haar leden actief te kunnen laten deelnemen aan de activiteiten welke door zwemclub "de Ward" worden aangeboden, is de vereniging genoodzaakt om gebruik te maken van de mogelijkheden welke door derden worden aangeboden. Neem dan ook lid 1.1 t/m 1.4 van dit artikel in acht.

- 1.1. Wees je er altijd van bewust dat je te gast bent in, en gebruik maakt van eigendommen van derden. Ga dan ook netjes en met respect om met het betrokken personeel, het materiaal en medeleden van de vereniging.
- 1.2. Bij het opzettelijk bevuilen van welke ruimte in of aan een gebouw van derden, zal hier op een passende wijze door het bestuur van de vereniging worden gereageerd.
- 1.3. Eventuele schade aan het, in of aan het op dat moment door de vereniging in gebruik zijnde ruimte of materiaal, wordt op het/de veroorzakende lid/leden verhaald.
- 1.4. Het is niet toegestaan om voor, tijdens en na de training aan andere leden, trainers, vrijwilligers van de vereniging, of betrokken personeel van derden en de zwemvereniging in diskrediet te brengen.

2. In de hal van het zwembad:

De basis van de vereniging ligt natuurlijk bij het gebruik maken van (zwem)water. Om het gebruik hiervan voor elk individueel lid zo prettig mogelijk te laten geschieden, zijn er een paar regels waar de vereniging elk lid sommeert zichzelf hier aan te houden.

Zie hiervoor lid 2.1 t/m 2.3.

- 2.1. De zwemmers dienen zich in de daarvoor bestemde kleedruimtes om te kleden. Hierbij worden de aanwijzingen van het zwembadpersoneel met betrekking tot de kleedruimte en tijdstip onverminderd opgevolgd.
- 2.2. De aanwezige leden dienen zichzelf in de kleedruimte(n) gepast te gedragen.
- 2.3. Alle zwemmers dienen zich te douchen vóór de training.

3. In het zwembad voor de training:

Gezien het groot aantal groepen die in een (zeer) beperkte tijd gebruik wenst te maken van het (zwem)water, is het druk bij het bij de wisseling van deze groepen. Om bij deze wisseling dit toch zo goed als mogelijk te laten verlopen, zijn er regel die in acht genomen dien te worden om dit te bewerkstelligen.

Zie hiervoor lid 3.1 t/m 3.5.

- 3.1. De zwemmers zijn maximaal 5 minuten voor aanvang van de training in de daadwerkelijke zwem ruimte aanwezig.
- 3.2. Voor aanvang wordt, eventueel op aangeven van de trainer, geholpen met het klaarleggen van de lijnen.
- 3.3. Alle zwemmers dienen zichzelf tijdig (dus vóór aanvang van de training) in het zwemwater te begeven, zonder een eventueel voorgaande groep te hinderen, zodat de training toch op tijd kan beginnen.
- 3.4. Voor het begin van de training zijn de zwemmers volgens art. 3 lid 1 in de zwem ruimte aanwezig op de daarvoor aangewezen plek. Voor de recreanten zijn dit de aanwezige bankjes aan de noord en oost zijde van de zwem ruimte. De zwemmers dienen hier rustig plaats te nemen.
- 3.5. In het zwembad dient men zich gepast te gedragen.

4. Tijdens de training:

Het actief bewegen in en rondom het (zwem)water kan meerdere doeleinden hebben. Dit kan per individu verschillen. Om deze individuele doelen te bereiken zijn er zeker gedragsregels nodig welke dit voor het lid maakt. Het gebruik maken van (zwem)water is niet geheel zonder risico's. Om deze risico's te een minimum te kunnen beperken zijn hieronder een aantal gedragsregels voor opgesteld. Zie lid 4.1 t/m 4.12.

- 4.1. Niemand duwt een ander van de kant of vanaf het startblok in het water.
- 4.2. Er wordt niet gedoken in water dan ondieper is dan **1.40** meter!!
- 4.3. De bodem wordt tussentijds niet verzet, mocht dit toch gebeuren dan gaan alle zwemmers direct naar het diepe gedeelte. De trainer zal dit aangeven.
- 4.4. Indien men gebruik maakt van een dorstlesser dient men voldoende voor de gehele training te hebben en deze te plaatsen binnen handbereik van de baan waarin je zwemt.
- 4.5. De trainingsopdrachten en instructies van de trainer worden, indien fysiek mogelijk, opgevolgd. Het is niet de bedoeling dat eigen invulling aan de training wordt gegeven.
- 4.6. Tijdens de uitleg van trainingsopdrachten/ instructies luisteren de zwemmers aandachtig.
- 4.7. In de banen wordt gecirkeld tegen de klok in, zodat men elkaar niet hinderd tijdens het zwemmen.
- 4.8. Als een zwemmer sneller is geef je deze voldoende ruimte om jou in te halen.
- 4.9. Val een collega zwemmer niet lastig tijdens de training. Zit niet aan elkaar, pak elkaar niet vast, duw elkaar niet onder en blijf iemand niet op zijn voeten zwemmen. Haal niet in waar het niet kan en stop niet plotseling.
- 4.10. Ga goed met elkaar om en heb respect voor elkaar.
- 4.11. Het is niet toegestaan aan de lijn te hangen of te zitten. Als de training te zwaar voor je is, neem dan even plaats in een van de hoeken van de baan aan de start- of keerpuntzijde.
- 4.12. Indien leden zwemmen met een (chronische) beperking deelnemen in een normale zwemgroep, kan van lid 4.5 en incidenteel van lid 4.11 worden afgeweken.

5. Na afloop van de training:

Zoals elk begin kent ook bij de vereniging iedere training een eind. Het is begrijpelijk dat een lid ná de training uitgelaten kan zijn omdat men weer energie heeft opgedaan. Doch de gezamenlijke

verantwoordelijkheid stopt niet bij het verlaten van het (zwem)water, maar pas bij het verlaten van het pand. Dus tot aan dat moment zal een lid zichzelf ook moeten houden aan een aantal gedragsregels. Zie hiervoor lid 5.1 t/m 5.4.

5.1. Verlaat na de training respectvol en rustig de natte ruimte.

5.2. Indien de trainer aangeeft hulp nodig te hebben bij het opruimen van gebruikte middelen, is het de bedoeling om dit gezamenlijk of op toerbeurt te doen. De verantwoordelijkheid bij het op toerbeurt opruimen legt de vereniging bij de leden zelf.

5.3. Bij het gebruik maken van de douche gelegenheid ná de training, is het niet toegestaan om oneigenlijk gebruik gemaakt zal worden van douche water. Er zal dan ook maximaal 5 minuten kunnen worden gedoucht. Er zijn namelijk na u nog meerdere leden welke hiervan gebruik wensen te maken.

5.4. Het napraten over een training dient in de horeca ruimte gedaan te worden om het onnodig bezetten van de kleedruimten in te perken.

PS:

Met het opmaken van de bovenstaande 27 gedragsregels, streeft de vereniging ernaar om het lidmaatschap, en dan met name bij activiteiten, voor eenieder zo prettig en veilig mogelijk te laten verlopen.

De vereniging verwacht dan ook dat ieder lid afzonderlijk zich aan de bovenstaande gedragsregels zal conformeren.

Bij het waarnemen van een overtreding van een van de regels door een mede lid, wordt het door de vereniging op prijs gesteld om u medelid hierop aan te spreken of (indien dit niet mogelijk blijkt te zijn) de vereniging hiervan in kennis te stellen.

Pas dan is het voor de vereniging mogelijk om ook daadwerkelijk een invulling aan de gedragsregels te geven.

Het Bestuur van zwemclub “de Ward”