

DEFINITIEVE SCHEMA SEIZOEN 2023 – 2024

Ook in het seizoen 2023-2024 zal wederom met 2 opkomstmogelijkheden worden gewerkt:

1.100%

2.F/Facultatief

september	0 2	Zwemmen: ligging/hoofdpositie 30'slagspec. MB	0 9	Zwemmen: ligging/hoofdpositie 30'slagspec. MB	1 6	Zwemmen: Contra A 30'slagspec. MB	2 3	Zwemmen: Contra A 30'slagspec. MB + L	3 0	Zwemmen: herhalen 02 / 09 / 16 / 23 MB	
oktober	0 7	Zwemmen: UC 30'slagspec. MB	1 4	Zwemmen: UC 30'slagspec. MB	2 1	Zwemmen: UV 30'slagspec. MB	2 8	Filmopnames MB + L			Herdenking † 07-10-2023
november	0 4	Zwemmen: UV 30'slagspec. MB	1 1	Zwemmen: WC 30'slagspec. MB	1 8	Zwemmen: WC 30'slagspec. MB	2 5	Zwemmen: T30 test (1) MB + L			
december	0 2	Zwemmen: WV (éénmalig) 30'slagspec. MB	0 9	Zwemmen: herhalen UV/UC/WC/WV MB	1 6	Zwemmen: frequenties 30'slagspec. MB	2 3	Filmopnames MB + L	3 0	Zwemmen*: frequenties 30'slagspec. MB	*Specifieke afsluiting 2023
januari 2022	0 6	Zwemmen: XYZ 30'slagspec. MB	1 3	Zwemmen: XYZ 30'slagspec. MB	2 0	Zwemmen: XYZ 30'slagspec. MB	2 7	Zwemmen: XYZ 30'slagspec. MB + L			
februari	0 3	Zwemmen: XYZ 45'slagspec. MB	1 0	Zwemmen: XYZ 45'slagspec. MB	1 7	Zwemmen: 45'slagspec. MB	2 4	Zwemmen: 45'slagspec. MB + L			
maart	0 2	Zwemmen: 45'slagspec. MB	0 9	Zwemmen: 45'slagspec. MB	1 6	Zwemmen: T 30' (2) MB	2 3	Filmopnames MB + L	3 0	Zwemmen: 45' slagspec. MB	
april	0 6	Zwemmen: 45'slagspec. MB	1 3	Zwemmen: 45'slagspec. MB	2 0	Zwemmen: XYZ herhalen 30'slagspec. MB	2 7	Zwemmen: XYZ herhalen 30'slagspec. MB + L			
mei	0 4	Zwemmen: stuwen OW/Triatlon- training 30'slagspec. MB + Racefiets	1 1	Zwemmen: stuwen OW/Triatlon- training 30'slagspec. MB + Racefiets	1 8	Zwemmen: stuwen OW/Triatlon- training 30'slagspec. MB + Racefiets	2 5	Filmopnames MB + Racefiets + L			
juni	0 1	Zwemmen: stuwen OW/Triatlon- training keerpunten 30'slagspec. MB + Racefiets	0 8	Zwemmen: "opfrissen" OW/Triatlon- training keerpunten 30'slagspec. MB + Racefiets	1 5	Zwemmen: "opfrissen" OW/Triatlon- training keerpunten 30'slagspec. MB + Racefiets	2 2	Zwemmen: OW/Triatlon- training keerpunten 30'slagspec. MB + Racefiets + L	2 9	Zwemmen*: Specifieke afsluiting 2023 – 2024 MB + Racefiets	*Specifieke afsluiting 2023 – 2024 Start seizoen 2024 - 2025 07-09-2024

Toelichting:

1. uitleg - 2. wederzijdse plichten - 3. financieel,

hetgeen wordt bekrachtigd in een soort van contract, dat wordt ingeleverd!

In deze opzet is plaats voor zwemmers, triatleten en andere sporters.

Binnen **maximaal 24** (100% en F/Facultatief).

De catering (koffie, thee, chocolademelk en wat lekkers) wordt verzorgd en is **GRATIS**.

Er is een medische commissie beschikbaar, omdat keuren en testen bij een verantwoorde opzet passen.

In geval van blessures e.d. heeft de medische commissie **ALTIJD** het laatste woord.

Ook in het seizoen 2023 – 2024 is het advies om minimaal 1* per 2 jaar een SMA keuring te ondergaan.

Last but not least: na een proefperiode en / of tijdens eventuele evaluaties wordt besproken of doorgaan zinvol is.

1. Uitleg:

1.1. Vanaf 02-09-2023 t/m 29-06-2024 gaan **ALLE** trainingen in Zeist door.

1.2. **Trainingstijden: uiterlijk 06.45 uur aanwezig, 07.00 – 07.15 uur touwtjespringen, 07.15 – 09.00 uur zwemtraining, 09.00 – 09.30 uur pauze, 09.30 - ± 12.00 uur buitentraining.**

1.3. familieleden, vrienden, kennissen en buitenstaanders kunnen deelnemen aan het buiten sporten (zie 3.4.).

1.4. nieuwkomers kunnen **4* GRATIS** deelnemen alvorens in gezamenlijk overleg over definitieve deelname te beslissen.

2. Wederzijdse plichten:

2.1. de organisatie van de zaterdagochtenden zorgt voor:

2.1.1. de facilitaire mogelijkheden;

2.1.2. de aanwezigheid van een professioneel kader;

2.1.3. een optimaal pakket aan randvoorwaarden (o.a. de medische begeleiding en filmopnames / analyses);

2.1.4. tijdige aankondiging en organisatie van speciale activiteiten (extra trainingen en trainingsweekeinden);

2.1.5. regelmatig overleg (individueel zowel als collectief);

2.1.6. de deelnemers / deelnemers aan de zaterdagochtenden conformeren zich aan het schema (z.o.z.);

2.2.1. deelname aan **ALLE** – ook de medische - activiteiten, tenzij individueel anders overeengekomen;

2.2.2. voor de eerste van de maand wordt gemeld aan welke trainingen zal worden deelgenomen, zowel binnen als buiten.

3. Financieel (100% en F/Facultatief)

3.1. bij aanmelding € 175,00 borg storten (geldt **NIET** voor de buitensporters). Bij voortijdig vertrek, wegens eigen opzegging of onvoldoende opkomst, uit de groep wordt dit bedrag gebruikt ter dekking van gemaakte kosten en zal **NIET** worden geretourneerd.

Dit geldt eveneens voor het ongevraagd gebruik maken van het adressenbestand van de Zeistzaterdagochtendgroep;

3.1.1. bij de start van het nieuwe seizoen wordt het eventuele openstaande borgsaldo aangevuld tot € 175,00;

3.1.2. bij beëindiging van de samenwerking en betaling van openstaande betalingen, aan het einde van een seizoen, wordt het borgsaldo geretourneerd;

3.2. de kosten per zaterdagochtend bedragen € 12,50 per persoon per keer voor hen die 100% hebben ingetekend;

3.2.1. deze kosten worden maandelijks in rekening gebracht, ook indien **NIET** wordt deelgenomen;

3.2.2. F/Facultatief bedragen de kosten per zaterdagochtend € 15,00 per persoon per keer;

3.2.2.1. deze kosten worden maandelijks in rekening gebracht in relatie tot de aangegeven F/Facultatieve verplichtingen, dus ook indien **NIET** aan deze verplichting is voldaan;

3.2.2.2. het bedrag zal voor de overeenkomstige maand nooit hoger uitkomen dan het bedrag van de 100% deelnemers;

3.2.2.3. deze kosten (3.2. EN 3.2.2.) dienen binnen 1 maand, volgend op de trainingsmaand, te zijn voldaan, tenzij anders overeengekomen;

3.2.3. de maand van voortijdig vertrek dient volledig te worden voldaan, zie 3.2.1.

3.2.3.1. indien deze kosten niet binnen 1 maand zijn voldaan wordt ook de volgende maand weer in rekening gebracht, etc. etc.;

3.3. voor alleen de buitentraining bedragen de kosten € 5 per persoon per keer;

3.3.1. deze kosten worden eveneens maandelijks in rekening gebracht of een éénmalige betaling van € 150,00.

Informatie: George Sieverding (www.GeorgeSports.eu / GS@GeorgeSports.eu)

Aanmelden seizoen 2023 – 2024:

1. voor 15 juli 2023, de huidige deelnemers;

2. schriftelijk via een e-mail, gekoppeld aan het in ingevulde deelnameformulier (“contract”);

3. betaling van de borg of de aanvulling tot € 175,00:

ABN/AMRO Zeist t.n.v. D.J. Theijn NL65 ABNA 041.38.96.838

o.v.v. aanmelding seizoen 2023 – 2024 (svp VOOR 15 juli 2023).