

ZWEMLES bij GZC DONK

Fijn dat u heeft gekozen voor zwemles bij GZC DONK. Welkom bij onze zwemvereniging. Onderstaand vindt u een samenvatting van een aantal zaken, die handig zijn te weten als uw kind zwemles heeft bij ons. Uitgebreide informatie over de zwemlessen, ons lessysteem etc. vindt u in ons informatieboekje, dat u reeds heeft ontvangen via mail. U kunt dit ook vinden op onze website www.gzcdonk.nl.

Over GZC DONK

GZC DONK is één van de grootste zwemverenigingen in Nederland met ruim 1000 leden. Wij hebben de afdelingen waterpolo, synchroonzwemmen, wedstrijdzwemmen, maar alles begint natuurlijk bij ... leren zwemmen bij de afdeling Zwemles. Elke week geven wij zwemles aan een kleine 400 kinderen. Kernbegrippen uit onze visie op "leren zwemmen":

- (zwem)veiligheid
- plezier
- kwaliteit

Daarbij staat altijd het kind centraal. Het kind moet (ook) plezier beleven aan de zwemles en worden toegerust voor een leven lang zwemveiligheid en zwemplezier. GZC DONK geeft zwemlessen van goede kwaliteit en heeft daarom van de Nationale Raad Zwemveiligheid (NRZ) de licentie gekregen om zwemles te geven en diploma's uit te reiken volgens het Nationale Zwem-ABC. Een goede zwemtechniek is belangrijk voor een efficiënte zwemslag, en natuurlijk ook als je wilt doorstromen naar een andere tak van de zwemsport bij GZC DONK.

Betaling

De hoogte van de contributie kunt u vinden op onze website, onder de tab Organisatie / Contributie. De inning vindt plaats in de derde week van elk kwartaal, via automatische incasso. Vragen over de contributie-inning kunt u mailen naar penningmeester@gzcdonk.nl. U kunt ook bij ons zwemmen als uw kind in het bezit is van de Rotterdam-pas. Vermeldt dit dan wel expliciet op het inschrijfformulier!

Huishoudelijke regels

Op de beeldschermen in de hal van het zwembad staat in welke kleedkamer u kunt omkleden. Er zijn ook wisselcabines die gebruikt kunnen worden. De kleding wordt dan op een haak gehangen en moet opgeborgen worden in een locker. Laat nooit kleding hangen in de wisselcabines! Wij behouden ons het recht voor die kleding te verwijderen!

U mag uw kind helpen bij het aan- en uitkleden, echter:

- . De groepskleedkamers voor meisjes zijn niet toegankelijk voor vaders/mannen.
- . De groepskleedkamers voor jongens zijn niet toegankelijk voor moeders/vrouwen.
- . Uitgangspunt is dat kinderen vanaf 7 jaar zichzelf kunnen omkleden.

Het is verboden met gewone schoenen op het zgn. 'natte deel' van het bad te lopen. Als u toch in de zwemzaal moet zijn, bijvoorbeeld tijdens de kijkmomenten of een gesprek met de uurleider, loop dan s.v.p. op blote voeten of schone badslippers.

Jaarplan zwemlessen

Op onze website, onder de tab Zwemles, vindt u het Jaarplan zwemlessen. Daarop kunt u zien wanneer er wel of geen zwemles is en wanneer er een zgn. kijkmoment is. Ook de afzwemdata

staan er op. De kinderen van bad 1 t/m 5 zwemmen de eerste zwemles van de maand met een T-shirt. Ook dat staat op het jaarplan.

Afzwemmen en kleding

Driemaal per seizoen zwemmen we af voor alle zwemdiploma's. Als algemene richtlijn geldt dat 4 weken voorafgaande aan het afzwemmen de kinderen van de afzwemgroepen met kleding moeten oefenen. Als een kind mag afzwemmen ontvangt het een afzwemformulier. Het afzwemmen is altijd op zaterdagmiddag in het grootste bad, de Tobbe. Gedurende het afzwemmen verblijven de ouders op de tribune. Tijdens het afzwemmen en de diploma-uitreiking worden er foto's gemaakt. Mocht u daar bezwaar tegen hebben, neem dan even contact met ons op.

Kijkmoment

De ouders/begeleiders wachten gedurende de zwemles in de horeca-ruimte, waar monitoren hangen waarop iedereen kan zien wat er gebeurt in de zwemzaal. Ongeveer 1x per maand gedurende het laatste kwartier is er een kijkmoment en kunnen ouders en andere belangstellenden kijken bij de les in de zwemzaal. De kijkmomenten vindt u in ons jaarplan.

Uurleider

Op alle zwemuren is er een uurleider en per bassin een plaatsvervangend uurleider. Hij/zij is het eerste aanspreekpunt voor vragen. De (plv.) uurleider verstrekt informatie over de vorderingen van uw kind. Schroomt u niet om contact op te nemen met hem/haar. Een tijdig contact voorkomt veel onbegrip en ergernis. U hoeft daarvoor dus niet te wachten tot het kijkmoment. Neem contact op met de persoon achter het tafeltje in de hal of kom bij begin/einde van de les even binnenlopen (op blote voeten!) en spreek de (plv) uurleider aan.

Organisatie in het bad

Wij werken met 5 zwemvakken en daarna de A-groep, B-groep enz. De groepen 1 t/m 4 zwemmen in het instructiebad de Trefkuil en daarna zwemmen we in lengtebanen in het Spaardersbad. Per groep hebben we vastgestelde lesstof en de overgangsnormen kunt u vinden in ons eerder genoemde informatieboekje. Als u een week niet kunt komen zwemmen, dan is afmelden niet nodig. Wel willen wij het natuurlijk weten als uw kind langere tijd achtereen niet naar de zwemles kan komen. Bijvoorbeeld als gevolg van ziekte of blessure. Ook als wij tijdens de zwemles ergens rekening mee moeten houden, horen we dat graag van u.

Onze zweminstructeurs

Bij GZC DONK zijn de zweminstructeurs allen VRIJWILLIGER. Niettemin zijn velen in het bezit van een officieel instructeursdiploma. Ook zijn wij een erkend leerbedrijf (door CALIBRIS, kenniscentrum voor zorg, welzijn en sport) en tevens zijn wij door de KNZB gecertificeerd als erkend opleidingsinstituut voor instructeurs elementair zwemmen. Heeft u belangstelling om ons te helpen met het geven van de zwemles (wij zijn altijd op zoek naar ouders die het leuk vinden om lesgever te worden!!) of wilt u hier meer over weten? Informeer dan bij de uurleider, wij verstrekken u graag alle informatie. Uiteraard zorgen wij voor een adequate opleiding. GZC DONK is ook een door de NRZ erkend opleidingsinstituut, studenten kunnen dus ook hun (maatschappelijke) stage bij ons doen.

Veiligheid

Op onze website vindt u onder de tab Organisatie / Veiligheid onze gedragscode en informatie over de vertrouwenspersoon.

Contact

Voor vragen en opmerkingen kunt u het beste persoonlijk contact zoeken met de uurleider of zijn/haar plaatsvervanger. Verder zijn wij bereikbaar via mail zwemles@gzcdonk.nl en onze zwemlestelefoon: 06-51144665 (inspreken boodschap, dan wordt u teruggebeld!) Vragen met betrekking tot de wachtlijst kunt u sturen naar wachtlijst@gzcdonk.nl. Kinderen kunnen vanaf 4 jaar op de wachtlijst geplaatst worden middels het digitale wachtlijstformulier op onze website.



Veiligheid

Het Zwem-ABC is de basis van goed zwemonderwijs. Je voldoet pas aan de Nationale Norm Zwemveiligheid als je het complete Zwem-ABC op zak hebt. Maar zwemveiligheid kan je alleen behouden door oefening. Het is daarom belangrijk ook na het behalen van het Zwem-ABC regelmatig te blijven zwemmen met je kind. De Nationale Raad Zwemvaardigheid formuleerde de volgende criteria:

Zwemdiploma A

Je beheerst vaardigheden voor een zwembad zonder attracties. Zwemdiploma A is de opstap naar Zwemdiploma B en het complete Zwem-ABC.

Zwemdiploma B

Je beheerst vaardigheden voor een zwembad met attracties, zoals een (wildwater)glijbaan, een golfslagbassin en een stroomversnelling.

Zwemdiploma C = Nationale Norm Zwemveiligheid

Je beheerst vaardigheden voor een zwembad met attracties en in open water zonder stroming of grote golfslag, zoals recreatieplassen en bredere sloten/vaarten (behalve in de zee). Met dit diploma voldoe je aan de Nationale Norm Zwemveiligheid.

Zwemvaardigheidsdiploma's

Kinderen die het leuk vinden om na het behalen van het Zwem-ABC nog meer te leren, kunnen

hun zwemvaardigheid verder vergroten. Als licentiehouder van de NRZ leidt GZC DONK naast het Zwem-ABC ook op voor Zwemvaardigheid 1,2 en 3, Snorkelen 1, 2 en 3, Survival 1, 2 en 3 en nog vele andere diploma's. Informeer hiernaar bij de uurleider!

Zeemeermin/zeemeerman-zwemmen

Vanaf september 2019 geven wij ook zeemeermin-zwemmen op zaterdagavond om 19.30 uur. Deelname kan plaatsvinden als uw kind in het bezit is van diploma Zwemvaardigheid 1 (ZV-1).