

Het zwemkrantje

Lichterveldse zwemclub



LZK vzw

Editie 2025

Bestuur LZK



Christa Vens	Voorzitster
Veronique Depestel	Ondervoorzitster
Gilbert Neyens	Secretaris
Jeroen Debruyne	Penningmeester
Mieke Swaenepoel	Bestuurslid & PR manager
Lesley Neyens	Bestuurslid
Dominique Lemahieu	Bestuurslid
Marnik Delbeke	Bestuurslid & fotograaf
Dimitri Meyns	Bestuurslid & fotograaf
Véronique Traen	Bestuurslid & communicatie via sociale media

Alle foto's en recente informatie kan je vinden op het internet op de volgende site: www.zwemclublichtervelde.be Ook alle recente info terug te vinden op facebook: www.facebook.com/LZKLichtervelde



Contactgegevens

gsm:	0478/29 60 07 en 0477/ 18 59 25
Mail:	gilbert.neyens@telenet.be
Website:	www.zwemclublichtervelde.be
Facebook:	www.facebook.com/LZKLichtervelde/

Trainers LZK

Charlot Van Dewiele

Ine Debruyne

Kyana Glorieux

Lieselot Mortreu

Vincent Vanhooren

Kenny Neyens

Lesley Neyens

Alessio Embo

Karliën De Waele

Ruben Lemahieu

Niels Bailleul

Ewoud Coysman

Joren Deboosere

Jietse Varrewaere

Flore Huys

Alexander Amerijnckx

Jeroen Debruyne

Niels Van Nevel

Iona Martens

Shauny Cuyllé

Illiano Van Colen

Laura Delbeke

Aureanne Koolen

Yana Thuytten

Stijn Tuytens

Iben Lemahieu

Wout Bailleul

Amber Beernaert

Lander Thuytten

Naïm Vroman

Roel Vandenbulcke

Dankzij deze vele gemotiveerde trainers kunnen we onze gekende kwaliteit in zwemschool en zwemclub blijven garanderen. Waarvoor dank aan elk van deze trainers!

Nieuw leven !



We starten graag ons zwemkrantje met de leukste medeling, die van nieuw leven. Van harte proficiat aan de ouders!

Op 9 januari werd Eppo Fiep geboren, een tweede zoontje voor trainer Ewoud Coysman en Sjouke Pillen.

Op 12 april werden Niels Van Nevel (trainer) en Kristien Luypaert, de gelukkige ouders van Mauro Van Nevel.

Op 7 juli werden Stijn Tuyttens (trainer) en Karlien Dewaele (trainster) de trotse ouders van een dochtertje, Anna.

Aan allen, vanwege bestuur en trainers, onze welgemeende felicitaties.



Throwback naar eind 2024...



2024 sloten we in stijl af met een speciale multi-move periode. De beide weken van de kerstvakantie stonden de lessen volledig in het teken van multi-move. De zwemmers konden samen met hun trainers leuke bewegingen in en uit het water ontdekken. In deze kerstvakantie waar de trainingen gewoon doorgingen was dit een zeer leuk gegeven!



'Het zwemkrantje' - LZK – editie 2025

www.trooper.be/lzk

2025, een jaar met opnieuw heel veel leuke wedstrijden voor alle leeftijden

Eens 2025 gestart was, was het al meteen tijd voor de lekkere Brugse pannenkoeken bij LZK. En dat ze gesmaakt werden!!!

Bedankt aan alle smullers, groot en klein.



We naderden ook al meteen de eerste interclubwedstrijd van het nieuwe jaar.

Op 19 januari was er namelijk al een eerste interclubwedstrijd in Meulebeke.

Volgende data die op onze wedstrijdkalender stonden waren:

16 februari 2025: Interclubwedstrijd Lichtervelde

23 maart 2025: Interclubwedstrijd Bredene

5 april 2025 : Zwaantjes -en eendjes criterium Lichtervelde

27 april 2025: Sporta Swim Cup Brugge

Bedankt!



Graag willen wij toch ook wel wat mensen bedanken die al deze wedstrijden telkens mogelijk maken. Dank je wel voor alle inspanningen, zowel bij de zwemmers, supporters, trainers, officials, ...! Dikke duim voor iedereen!

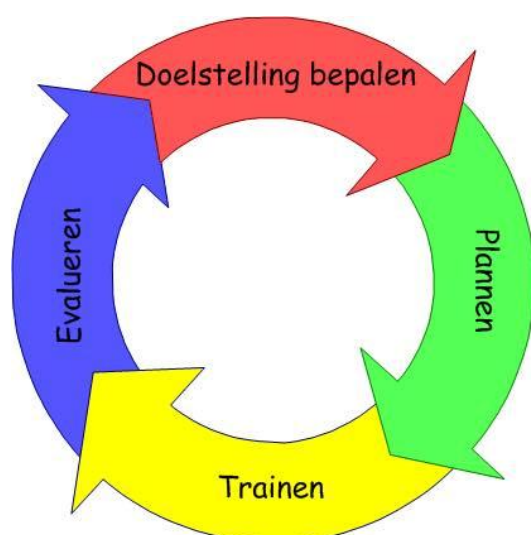
Dank je wel telkens aan de organiserende clubs voor alle moeite en aan Sporta, onze federatie!

Testjes op de doelstellingen

Ook een traditie zijn onze testjes op de doelstellingen. Deze helpen ons om het niveau van de zwemmers goed te kunnen inschatten. Zo zitten de zwemmers telkens in een groep met anderen van hetzelfde niveau.

Ze werden afgenomen op zaterdag 8 februari en maandag 10 februari!

We vragen in het belang van de zwemmer en de goede groepsindeling altijd om te zorgen dat je op 1 van beide momenten kunt aanwezig zijn. Bedankt alvast om daar ook in de toekomst rekening mee te houden. Data van de testjes worden steeds op voorhand via onze facebookpagina en via de aankondiging in het zwembad tijdig gecommuniceerd.



Trooper!

Wat is “Trooper”? En hoe word je zelf een “Trooper”? Hier een kleine uitleg van de werkwijze.

Trooperen is suuuuper simpel!



Hoe jouw favoriete vereniging LZK steunen via trooper.be? onze trooper-pagina is www.trooper.be/lzk

Hoe troop je via trooper.be?

1.

Zoek de Trooperpagina van je vereniging



2.

Zoek de webshop waar je wil aankopen



3.

Doe je aankoop net zoals anders



4.

De shop schenkt een percent aan je vereniging. Jij betaalt geen rosse cent extra.



Meer dan 1.000 Troopershops

Weet dat bijna alle bekende en minder bekende webshops op trooper.be staan en dat jij geen cent extra betaalt voor je aankoop.

Ontdek alle partnerships



Alle deelnemende shops ontdek je via www.trooper.be/nl/troopershops

Het leuke is: jij geniet optimaal van alle kortingen en acties en de shop stort een klein procentje door naar je favoriete vereniging. Kleine procentjes waar wij als zwemclub echt nood aan hebben om activiteiten te organiseren, medailles aan te kopen, trainingsmateriaal te voorzien, ...

We appreciëren echt ten volle dit kleine gebaar!

Hoeveel procent wordt er gemiddeld geschonken?

Gemiddeld 5 procent van je aankoopbedrag. Het exacte percentage hangt af van de shop en het product dat je er koopt. Soms zal je aankoop dus minder opleveren dan het gemiddelde, maar soms ook meer. Het zijn de shops zelf die dit bepalen.

We hopen dat jullie massaal gaan “trooperen”! Onder andere de vriendjesdag werd georganiseerd met de opbrengst hiervan.

Alvast heel hartelijk bedankt! Ook in naam van alle kindjes.

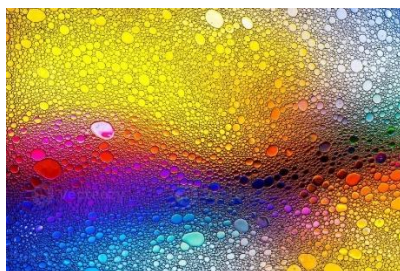
Complimentendag

Op 1 maart was het complimentendag. Wij geven er ook graag eentje. We zijn supertrots op jou! Trots op onze zwemmers, op onze vrijwilligers, onze trainers, ons bestuur én op onze steunende ouders. 🍌



1 april

Op 31 maart werden we allemaal verrast met een speciaal binnengekomen bericht. Een unieke kans ! Het zwembad van Lichtervelde zou exclusief voor LZK (voor 1 namiddag en avond), onschadelijke kleurstoffen in het water krijgen. Onschadelijk voor de gezondheid en de badkleding! Het klonk alvast veelbelovend. De pers zou ook aanwezig zijn voor groepsfoto. Jammer maar helaas, het ging om fake nieuws naar aanleiding van 1 april.



'Het zwemkrantje' - LZK – editie 2025

www.trooper.be/lzk



Zwaantjes-en eendjescriterium

Op zaterdag 05 april vond ons legendarische zwaantjes-en eendjescriterium plaats in ons eigen zwembad te Lichtervelde. Traditioneel wordt er dan ook voor de wedstrijd een groepsfoto gemaakt.

Deze wedstrijd was er speciaal voor de jongste leden van onze zwemclub. Ook onze “zwemscholers” zijn hierop uitgenodigd. Verder nemen hier onze zwaantjes (de groep kikkers) en onze eendjes (A en B) aan deel.

Oudere zwemmers mogen hier niet meer aan deelnemen. Zo houden we deze wedstrijd bewust klein en als extra evenement voor onze allerkleinsten. Voor velen is dit ook een allereerste of toch een van de eerste wedstrijden. De begeleiding van de trainers is dan ook maximaal op deze avond en de sfeer is extra gemoedelijk.

Na de wedstrijd ontvangt elke deelnemer sowieso een medaille. Na de wedstrijd is er ook nog ons LZK-podium voor 1/2/3 met de bijhorende medailles.

Deze wedstrijd is trouwens ook het bewijs dat ook onze allerkleinsten veel in hun mars hebben!

De wedstrijd verliep trouwens heel vlot en de sfeer zat goed. Nog beter werd de sfeer bij de uitreiking van de medailles na de wedstrijd. Zo veel blijde gezichtjes, dat is hartverwarmend!

Zonder de vele vrijwilligers, trainers en officials en natuurlijk de enthousiaste ouders en zwemmers is dit niet mogelijk. Bedankt aan allen!

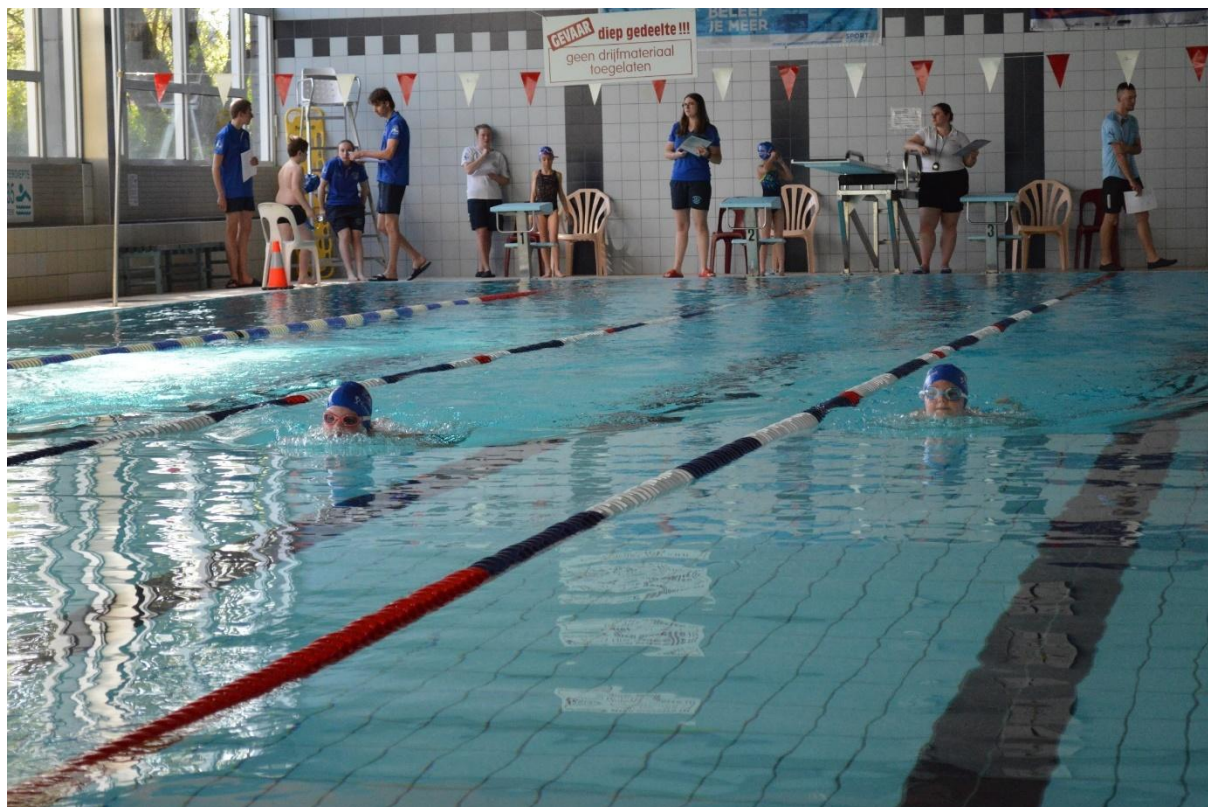


Ook een woordje van dank aan de **Cafetaria De Finish**, Fien en Bert (en bijspringend team), jullie zijn geweldig en presteren het keer op keer om iedereen vlekkeloos te bedienen en zelfs nog te voorzien van een aangename babbel. Dit trouwens niet alleen op deze wedstrijd maar op alle gelegenheden en trainingen, waarvoor onze oprechte dank. Het is voor vele ouders een gezellig onderonsje met vrienden in een sportieve omgeving en met lekkere drank en hapjes. Wat zouden we zonder jullie zijn...

‘Het zwemkrantje’ - LZK – editie 2025

www.trooper.be/lzk





Brevetzwemmen

Jaarlijks organiseren wij ook ons “brevetzwemmen”. Dit werd ingepland op 10 en 12 mei. Leden van onze club, van alle leeftijden, kunnen dan een extra brevet halen. Het maximaal te halen brevet is het 1500m brevet. Op de momenten van het brevetzwemmen voorzien we geen gewone trainingen zodat het brevetzwemmen vlot kan verlopen. Jong en oud zijn nog elk jaar blij met een extra brevet en de motivatie om het steeds maar beter te doen is dan ook hoog. Top, die mentaliteit!





Sporta Swim Cup

De bekroning voor onze wedstrijdzwemmers is toch wel de Sporta Swim Cup. De geselecteerden voor de Sporta Swim Cup werden op zondag 27 april in Lago Brugge verwacht voor een spannende strijd om de felbegeerde edelmetalen en bekens. Het is elk jaar leuke strijd tussen de verschillende Sporta clubs. Velen zijn de volgende dag schor van het roepen om onze deelnemers aan te moedigen. Zeg nu zelf, een dergelijk mooi wedstrijdbad draagt ook al bij aan de competitiesfeer.

Deelnemen blijft belangrijker dan winnen, en het feit dat je daar mag aantreden zegt al iets over je behaalde resultaten in de competitie. Veel zwemmers krijgen echter wat stress op deze wedstrijd. Toch willen we ook echt wel onderstrepen, zelfvertrouwen is bij zoiets heel belangrijk! Paniek is voor niets nodig. Jullie zijn allemaal toppers en we geloven in jullie. Geloof dus ook maar in jezelf!







Testjes op de doelstellingen

Omdat zwemmers en hun niveau constant in evolutie zijn, organiseren we deze testmomentjes meerdere keren in het jaar. Op 19 mei en 24 mei werden ze voor de tweede keer dit jaar afgenomen. Dit is een leerrijk moment voor zwemmer en voor trainer. The only way is up!



Sportacharter en Idahot

Wij als club willen dat iedereen zich goed voelt in zijn vel. Daarom staan wij ook ten volle achter de Internationale dag tegen Heterofobie, Transfobie en Interseksefobie. Deze dag wordt elk jaar op 17 mei gevierd. Bij ons is iedereen welkom.

Met onze club onderschreven we het Sportacharter. Dit charter gaat uit van de eigen kracht en talenten van elk kind. Binnen de sportclub heeft elke sporter recht op een gelijkwaardige behandeling, ongeacht zijn achtergrond, psychische kwetsbaarheid of geaardheid. We zullen als club waakzaam blijven en preventief optreden tegen elk teken van beginnende discriminatie. We willen ook ongelijke behandeling actief bestrijden, en leden, trainers, supporters of medewerkers die omwille van hun seksuele geaardheid worden gepest en/of gediscrimineerd, beschermen en opvangen op adequate wijze.

Binnen LZK willen we een boodschap van tolerantie, respect en waardigheid verspreiden.



Dag van de schoonmaker

Zonder inspanningen van de schoonmaakploeg zou het zwembad en de omgeving errond er zeker zo netjes niet bij liggen. Mogen wij blijven op jullie rekenen om ook respect te hebben en te proberen alles netjes te houden. Bedankt voor alles, niet alleen op deze speciale dag, 20 juni, maar ook op elk ander moment!





28 juni, vriendjesdag en testmoment voor de nieuwe leden

De vriendjesdag is elk jaar een leuk gegeven. Sport, spel en veel plezier zijn de hoofdingrediënten van deze leuke voormiddag. Wie wou kon zelfs meevieren met frietjes. Ter gelegenheid van het 5 jarig bestaan van de cafetaria de Finish stond er zelfs een springkasteel en kon je inschrijven voor lekkere frietjes na de vriendjesdag. Wat een topinitiatief van Fien en Bert.



Vroeger werd deze vriendjesdag eind augustus ingepland maar ervaring leert ons dat er dan veel mensen op reis zijn en dat eind juni een iets geschikter moment is. Op hetzelfde moment testen we de nieuwe leden zodat we dan onze groepsindeling goed kunnen opstellen in de zomermaanden. We vragen daarom altijd om zeker langs te komen zodat de trainers de nodige testjes kunnen afnemen zodat je baan en uur te weten kan komen.

Tevens werd er op deze vriendjesdag ook een moment voorzien voor mensen van Lichtervelde die aanspraak maken(of recht hebben) op het kansentarief en wensen lid te worden. Onze club staat namelijk open voor iedereen.

We laten jullie even meegenieten van dit leuk moment met wat sfeerbeelden.





Vakantie!

Na de vriendjesdag trokken ook wij even de deuren van het zwembad dicht. Welverdiende rust voor bestuur, trainers en zwemmers!

De zwemschool herstartte op zaterdag 30 augustus en de trainingen van de zwemclub op maandag 1 september.



'Het zwemkrantje' - LZK – editie 2025

www.trooper.be/lzk



Data van de komende wedstrijden

Datum	Omschrijving
Zondag 19/10/2025	Interclubwedstrijd Bredene
Zaterdag 08/11/2025	Clubkampioenschap Lichtervelde
Zaterdag 22/11/2025	Interclubwedstrijd Poperinge
Zondag 30/11/2025	Interclubwedstrijd Lichtervelde
Zaterdag 24/01/2026	Interclubwedstrijd Poperinge
Zaterdag 08/02/2026	Zwaantjes- en Eendjes criterium
Zondag 22/02/2026	Interclubwedstrijd Lichtervelde
Zondag 08/03/2026	Interclubwedstrijd Bredene
Zondag 26/04/2026	Sporta Swim Cup Brugge

Hierboven vind je al een overzicht van de wedstrijden. Neem er dus maar je agenda bij 😊

De inschrijving voor de zwemwedstrijden dient digitaal te gebeuren via de website www.zwemclublichtervelde.be

Lukt dit niet, geef gerust een seintje.

Schrijf wel steeds tijdig in want na de uiterste inschrijfdatum is het jammer genoeg niet meer mogelijk om nog in te schrijven en deel te nemen... Reminders om in te schrijven worden telkens gepost op onze Facebook!

Neem dus zeker regelmatig een kijkje op de verschillende onderdelen van onze website: www.zwemclublichtervelde.be

Informatie wordt ook steeds gedeeld op ons [infobord](#) en wordt vaak gedeeld op onze sociale media: <https://www.facebook.com/LZKLichtervelde>

Lichtervelde Loopt

Op zondag 21 september kleurden de gemotiveerde lopers weer de straten van Lichtervelde. Een vlak en snel parcours, ideaal om een persoonlijk record te verbreken!

Lichtervelde Loopt steunt vzw Kiekafobee (project Noctiluca).

Elk jaar zijn er ook leden van onze club die daar hun beste beentje voorzetten als vrijwilliger. Het moet niet altijd zwemmen zijn... Bedankt hiervoor!



Dag van de sportclub

Op woensdag 24 september motiveerden we onze leden om hun zwemsport te tonen. Bedankt aan wie aan al hun klasgenoten liet zien hoe tof het is in hun zwemclub LZK.



Maand van de sportclub



September is Maand van de Sportclub! Elk jaar organiseert Sport Vlaanderen van 1 tot 30 september de 'Maand van de Sportclub'. Hiermee willen ze iedereen aanmoedigen om lid te worden van een sportclub. Sporten en bewegen maakt ons fitter, gezonder en gelukkiger, dus waar wacht je nog op?

Ook LZK opende tijdens deze maand de deuren voor jou om kennis te maken met de zwemsport en onze club.

Op 27 en 29 september werden de trainingen opengesteld voor het publiek. Iedereen was welkom tijdens deze blik achter de schermen. Wil je graag meer info over onze groepen, neem dan zeker een kijkje op onze website:

www.zwemclublichtervelde.be

Zwemschool



Zoals elk jaar was september niet alleen de start van een nieuw schooljaar maar ook de start van een nieuwe lessenreeks van onze LZK zwemschool. Elk jaar organiseert de club zwemlessen voor jongens en meisjes vanaf de 3^e kleuterklas. We doen dit in 3 reeksen per jaar.

De kinderen krijgen een sessie van 20 lessen. Deze lessen gaan 2x per week door, op woensdag van 17.00 tot 18.00 en op zaterdag van 11.15 tot 12.15. Een sessie loopt dus over 10 weken, 20 De kostprijs voor de zwemschool is **150 euro**. In deze prijs is de toegang tot het zwembad en verzekering inbegrepen.

Onze zwemschoolreeksen zijn een enorm succes en vullen zich dus ook lang op voorhand. Snel zijn is de boodschap. Voor 2027 zijn er nog enkele vrije plaatsjes.

Hieronder een update van de verschillende reeksen en de eventuele beschikbare plaatsen.

2025

- November 2025 – **volzet**

2026

- Februari 2026: **volzet**
- September 2026: **volzet**
- November 2026: **volzet**

2027

- Februari 2027: **8 vrij plaatsen (geboortjaar 2021 of ouder)**
- September 2027: **volzet (geboortjaar 2022 of ouder)**
- November 2027: **20 vrije plaatsen (geboortjaar 2022 of ouder)**

Onze troeven zijn onder meer het aanleren van een juiste zwemstijl en de goede begeleiding van onze trainers. Het is met trots dat we op het einde van de reeks de brevetjes uitreiken en zien hoe fijn de kindjes het vinden om te kunnen zwemmen.



De kindjes krijgen bij het behalen van hun brevet ook een echte medaille. Iets om terecht fier op te zijn, hun eerste echte zwemmedaille! We kiezen hier bewust voor om hen te belonen voor hun inspanningen en om hen te doen proeven van het krijgen van medailles. Ze kunnen namelijk daaropvolgend dan ook een deelnemersmedaille verdienen door mee te doen aan de Kidsswim, het clubkampioenschap en het zwaantjes-en eendjes criterium.

Wij hopen altijd dat het niet eindigt met leren zwemmen in de zwemschool en dat de kindjes nog doorschuiven naar de zwemclub en ook daar nog menig medaille binnenhalen! Maar... eerst alles stap per stap of beter gezegd "slag per slag". Immers, wanneer je hebt leren zwemmen is het kwestie van dit te onderhouden en je stijl en ritme te verbeteren.

Week van de official 4 tot 12 oktober 2025



Van 4 tot 12 oktober was het week van de official. Hét moment bij uitstek om officials te bedanken voor wat ze doen. Scheidsrechters hebben een sleutelrol in de sport: ze zorgen ervoor dat wedstrijden eerlijk en met respect verlopen. Het is niet altijd gemakkelijk om deze taak op te nemen.

Hartelijk bedankt voor al jullie geduld en professionaliteit!



Fairplay ook voor de ref

Omdat het week van de official was, willen wij toch ook eens het volgende in de picture zetten:



Waar het hier gekaderd is met als voorbeeld de voetbalsport, kan je deze boodschap natuurlijk evengoed in het licht van onze officials plaatsen. Onthou steeds dat respect langs de kant van het zwembad begint en dat hun vrijwillige inzet zeker jouw respect en waardering verdient. Als ouder heb je ook een voorbeeldfunctie dus we rekenen erop dat iedereen het goede voorbeeld toont aan de jongsten. Respect is iets wat we graag laten doorgeven naar de volgende generatie, of het nu zwemmers zijn of niet. Bedankt alvast.

Sportouders

Kinderen doen graag aan sport omdat ze er plezier aan beleven, vrienden maken, hun energie kwijt kunnen en al sportend nieuwe vaardigheden leren. De steun van ouders is bepalend voor de ontwikkeling van deze jonge sporters.

Een stimulerende ouder-kindrelatie zorgt voor een groter spelplezier bij jeugdige sporters, leidt tot betere prestaties en de kans vergroot dat ze blijven sporten. Het is dus in het belang van de jeugdsporters om hen positief te motiveren en een fijne sfeer te creëren in de omgeving waar ze sporten.

Ouders hebben een grote impact op hun sportende kinderen. Zij schrijven hen in bij de club, brengen hen naar training en kopen de sportuitrusting. Maar daar stopt het niet. Ouders motiveren hun kind, bespreken thuis wat het meemaakte op het sportveld, en moedigen het aan tijdens wedstrijden. De manier waarop ze al deze dingen doen heeft een directe invloed op de motivatie en het plezier van hun sportende kinderen.

Het is dus van belang ouders bewust te maken van hun gedrag thuis en langs de zijlijn zodat jonge sporters plezier blijven beleven aan hun sport. Een open communicatie en een positieve benadering van jeugdsporters staat hierin centraal.

ENKELE WETENSCHAPPELIJKE RESULTATEN

Er bestaat heel wat wetenschappelijke literatuur over de invloed van ouders op de ervaringen van kinderen in sport. Nicholas Holt en Camilla Knight, partners van Sportieq vzw in het Erasmus+ project SPORTPA-RENT.EU, geven in het boek 'Parenting in Youth Sport' (2015) een mooi overzicht:

- Het gedrag van ouders bepaalt sterk hoe kinderen zichzelf zien (Brustad & Partridge, 2002).
- De steun van ouders vergroot het plezier waarmee kinderen aan sport doen (McCarthy & Jones, 2007).
- Ouders die positief staan tegenover de mogelijkheden van hun kind en positieve feedback geven, hebben kinderen die zich kompetenter voelen, meer plezier beleven en meer intrinsiek gemotiveerd zijn (Babkes & Weiss, 1999).
- De mate waarin ouders tevreden zijn over welke ervaringen hun kind opdoet in sport, is een belangrijke factor in het al dan niet verderzetten van de sport (Brustad, 1993).
- Bij getalenteerde kinderen, zijn de ouders een van de bepalende factoren in het al dan niet behalen van topsportniveau (Wolfenden & Holt, 2005).

Bron: Sportieq, slim & verantwoord sporten

'Het zwemkrantje' - LZK – editie 2025

www.trooper.be/lzk

Waar vind je alle (wedstrijd)informatie?

Informatie allerhande over onze club, groepen, trainingsuren, competitie enzovoort, vinden jullie allemaal op onze website. Eveneens de kalender !

Datum	Omschrijving
Zondag 19/10/2025	Interclubwedstrijd Bredene
Zaterdag 08/11/2025	Clubkampioenschap Lichtervelde
Zaterdag 22/11/2025	Interclubwedstrijd Poperinge
Zondag 30/11/2025	Interclubwedstrijd Lichtervelde
Zaterdag 24/01/2026	Interclubwedstrijd Poperinge
Zaterdag 08/02/2026	Zwaantjes- en Eendjes criterium Lichtervelde
Zondag 22/02/2026	Interclubwedstrijd Lichtervelde
Zondag 08/03/2026	Interclubwedstrijd Bredene
Zondag 26/04/2026	Sporta Swim Cup

Hierboven vind je al een overzicht van de aankomende wedstrijden. Neem er dus maar je agenda bij 😊

De inschrijving voor de zwemwedstrijden dient digitaal te gebeuren via de website www.zwemclublichtervelde.be

Lukt dit niet, geef gerust een seintje.

Schrijf wel steeds tijdig in want na de uiterste inschrijfdatum is het jammer genoeg niet meer mogelijk om nog in te schrijven en deel te nemen... Reminders om in te schrijven worden telkens gepost op onze Facebook!

Neem dus zeker regelmatig een kijkje op de verschillende onderdelen van onze website: www.zwemclublichtervelde.be

Informatie wordt ook steeds gedeeld op ons [infobord](https://www.facebook.com/LZKLichtervelde) en wordt vaak gedeeld op onze sociale media: <https://www.facebook.com/LZKLichtervelde>

Beloningssysteem voor de competitiezwimmers

Ook leuk om weten is het beloningssysteem voor competitiezwimmers. We willen namelijk de deelnemers aan de interclubwedstrijden belonen. Wie deelneemt aan 3 interclubwedstrijden krijgt als een beurtenkaart van 20 euro van ons. Er zijn elk jaar 6 interclubwedstrijden dus competitiezwimmers kunnen zelfs 2 kaarten verdienen. Daarmee kunnen ze dan al 40 keer gratis komen trainen. Leuk meegenomen toch! Let op, het gaat over interclubwedstrijden en niet over kids swim, sporta swim club of lentecriteriumwedstrijden.



Wie deelneemt aan vier van de zes wedstrijden van de interclubcompetitie ontvangt van onze overkoepelende organisatie Sporta een mooie deelnemersmedaille én een herinneringsdiploma met de vermelding van de gezwommen wedstrijden en tijden. Als dat geen extra motivatie is.

Wie een limiettijd heeft gezwommen, ontvangt nog eens een diploma en een Piranha-pin. Dit wordt automatisch toegerekend en wordt aan de zwimmers bezorgd.

We zijn gesloten op....

GEEN TRAINING OP

24 september 2025: omloop Houtland

1 november 2025: Allerheiligen

11 november 2025: Wapenstilstand

28 november 2025: Zwembaddagen

Van 24 december tot en met 2 januari : winterstop

6 april 2026: Paasmaandag

25 mei 2026: Pinstermaandag

Hou steeds het infobord en sociale media in het oog voor eventuele updates !

Belangrijke mededeling van algemeen nut en hygiëne...



⚠ De hygiëne in het zwembad is in het belang van iedereen. Daarom vragen wij met aandrang onderstaande maatregel te respecteren. ⚠

Club-API

Charlot Van Dewiele

Om ervoor te zorgen dat sporters melding durven maken van grensoverschrijdend gedrag werden er club-api's in het leven geroepen.

Ook onze club heeft een "aanspreekpunt integriteit" .

Charlot is onze schakel tussen club en leden en is onze partner in de behandeling en de meldingen over grensoverschrijdend gedrag.



Hoe bereik je onze API Charlot Van Dewiele ?

- ➔ Je mag haar steeds persoonlijk aanspreken!
- ➔ Via mail: charlotvandewiele@gmail.com

Gezocht: vlotte pen!



Na een tiental jaar het krantje voor LZK te hebben gemaakt, zou ik (Véronique Traen), graag de spreekwoordelijke en figuurlijke pen doorgeven aan iemand anders. Ondertussen zwemt mijn zoon al een jaar of 4 niet meer en ben ik ook niet meer aanwezig op de club of bij wedstrijden. Dit maakt het niet altijd makkelijk om dan een krantje te verzorgen.

Wie ziet het zitten om dit krantje eens nieuw leven in te blazen en de artikels te verzorgen voor de verschillende onderwerpen?

Misschien is dit wel iets dat met een aantal samen kan gedaan worden ook.

Tradities mogen gerust verbroken worden, we staan open voor nieuwe formats of ideeën. We zoeken jong (of minder jong) geweld dat hier de schouders wil onder zetten. Het krantje maken kan steeds op eigen tempo en je krijgt hier zo goed als carte blanche. Je moet helemaal geen ervaring hebben, een warm hart voor zwemsport is al meer dan voldoende.

Zelf blijf ik wel nog steeds de communicatie via onze facebookpagina verzorgen.

Kandidaten voor dit krantje mogen zich aanmelden bij Gilbert Neyens.

We bieden eeuwige dankbaarheid en trouwe lezers 😊



Mopjes

Een giraf en een muis gaan zwemmen.

Ze komen bij het meer en de giraf plonst het water in. 'Is het diep?'vraagt de muis. 'Nee, helemaal niet', antwoordt de giraf. 'Ik kan met mijn voeten bij de grond, dus spring er maar in!'



'Mama, mag ik naar het nieuwe zwembad?'

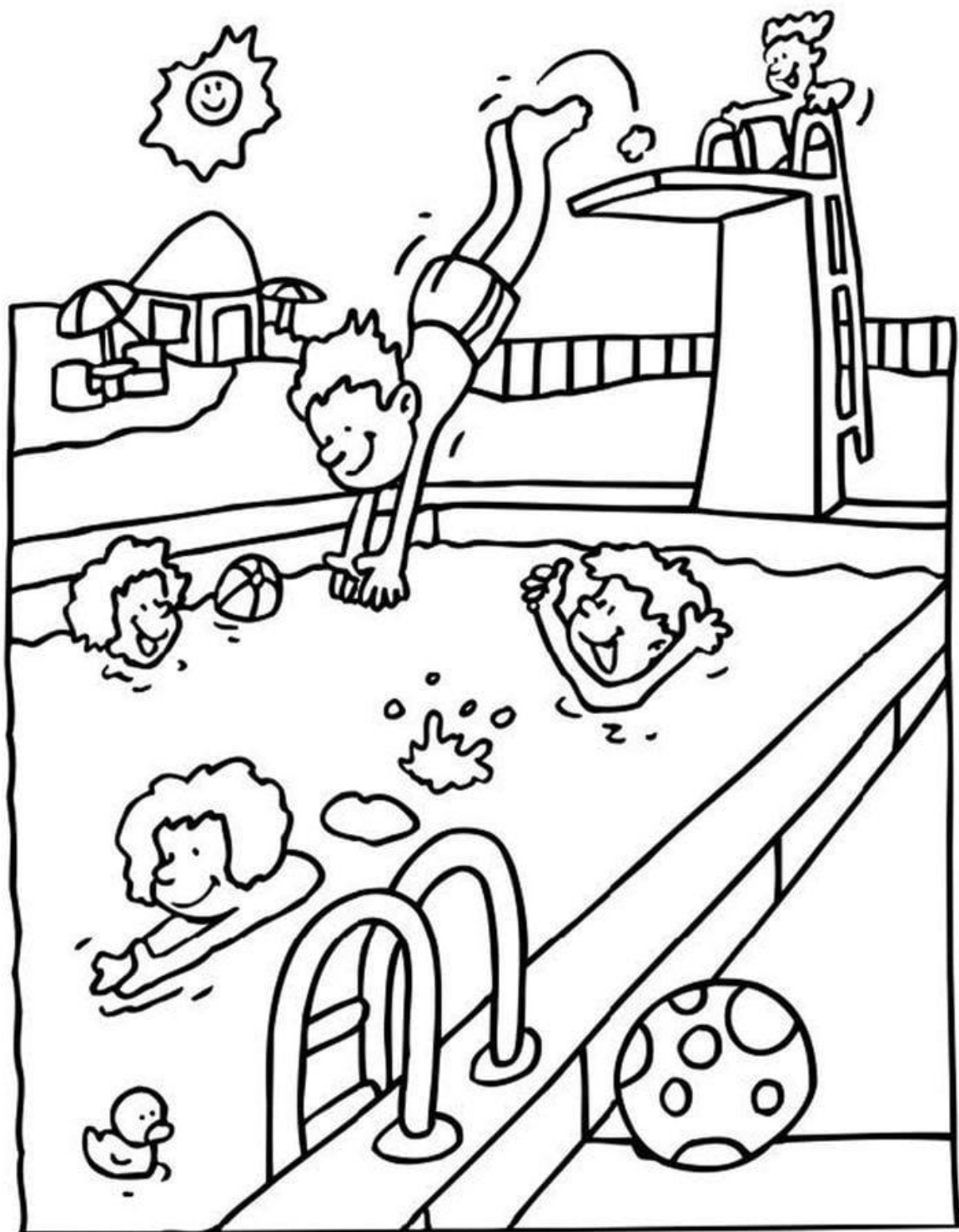
'Tuurlijk' zegt mama.

Jantje gaat zwemmen en komt thuis met een gebroken been. De volgende dag vraagt Jantje of hij weer naar het zwembad mag.

Hij komt thuis nu en nu is het andere been gebroken. De volgende dag vraagt Jantje weer of hij naar het zwembad mag.

'Toe, mama, mag ik alsjeblieft naar het zwembad?' zegt hij. 'Vandaag wordt het gevuld met het water!'

Kleurplaat



Met dank aan onze sponsors

Bedankt om ons te ondersteunen in het promoten van de Lichterveldse zwemsport! Zonder jullie was onze clubwerking niet mogelijk. Bedankt voor het gestelde vertrouwen in onze club.

