



Scan de QR-code voor
actuele trainingstijden

Trainingstijden

Maandag

18:00 - 18:45 uur	WG Jeugd selectie
18:45 - 19:30 uur	WG A-selectie/Masters
19:30 - 20:30 uur	Polo Dames/Asp. onder 17/Heren 3
20:30 - 22:00 uur	Polo Heren 1/2

Dinsdag

18:00 - 18:45 uur	Basisgroep 2
18:45 - 19:30 uur	Selectiegroep/Instroomgroep
19:30 - 20:15 uur	Basisgroep 3
20:15 - 21:15 uur	Triathlon Vereniging De Schieter
21:15 - 22:00 uur	Basisgroep 4

Woensdag

17:00 - 17:45 uur	Basisgroep 1/Instroomgroep
17:45 - 18:45 uur	WG Jeugd selectie
18:45 - 20:00 uur	WG A-selectie/Masters

Donderdag

18:00 - 18:45 uur	Polo Mini's/Pupillen onder 13b
18:45 - 19:30 uur	Polo Pupillen onder 13a/Asp. onder 15
19:30 - 20:15 uur	Basisgroep 4
20:15 - 21:30 uur	Recreatief Zwemmen Optisport
21:30 - 22:30 uur	Polo Heren 1/2

Vrijdag

18:00 - 19:30 uur	WG Jeugd en A-selectie
19:30 - 20:30 uur	Polo Asp. onder 15/Asp. onder 17
19:30 - 20:30 uur	Polo Pupillen onder 13a (Even week)
19:30 - 20:30 uur	Polo Pupillen onder 13b (Oneven week)
20:30 - 21:30 uur	Polo Dames/Heren 3/Recreatief

Zaterdag

11:00 - 11:45 uur	Basisgroep 1 en 4/Zwemvaardigheid
11:45 - 12:30 uur	Basisgroep 2/Snorkelen
12:30 - 13:15 uur	Basisgroep 3

Zondag

08:00 - 09:00 uur	Half bad: Vroege vogels (voor alle leden!!!)
08:00 - 09:00 uur	Half bad: Selectiegroep

Trainingstijden zijn onder voorbehoud van tussentijdse wijzigingen!



Informatie: www.duinkickers.nl
Algemeen: bestuur@duinkickers.nl
Waterpolo: waterpolo@duinkickers.nl
Zwemmen: zwemmen@duinkickers.nl

Soester Zwemvereniging De Duinkickers



Gratis 3x meetrainingen!

Zwemmen is goed voor lijf en leden

De Soester zwemvereniging **De Duinkickers** is opgericht in 1951. Wat in het Soester natuurbad met waterpolo als zomersport begon, is nu uitgegroeid tot een grote en gezellige zwemvereniging, met een uitstekende accommodatie in zwembad **Sportboulevard De Engh**.

De vereniging heeft nu de volgende afdelingen:

Zwemafdeling

Basisgroep 1	leeftijd 6 t/m 9 jaar
Basisgroep 2	leeftijd 9 t/m 12 jaar
Basisgroep 3	leeftijd 12 t/m 17 jaar
Basisgroep 4	leeftijd vanaf 18 jaar
Masters	leeftijd vanaf 20 jaar
Instroomgroep	
WG Jeugd selectie	leeftijd tot 13 jaar
WG A-selectie	leeftijd vanaf 13 jaar

Als je begint met zwemmen, na het behalen van je A en B diploma, kom je bij de basisgroepen. Dit is een gezellige club die spelenderwijs de technieken van het zwemmen leert. Wanneer blijkt dat je een zwemtalent bezit, kun je doorstromen naar de instroomgroep. Daar leer je nog sneller en beter zwemmen en kun je mee doen aan zwemwedstrijden. Wanneer in deze groep blijkt dat je nóg meer in je mars hebt, kun je bij de wedstrijdgroep gaan zwemmen. Dan kom je bij verschillende wedstrijden, samen met de andere wedstrijdzwemmers, uit voor onze vereniging. Leden vanaf 20 jaar kunnen met de Mastersgroep deelnemen aan de wedstrijden in het Masterscircuit.

Voor de laatste nieuwtjes binnen de vereniging, belangrijke informatie en adressen en telefoonnummers van diverse kaderleden kunt u terecht op www.duinkickers.nl



Waterpolo-afdeling

Minipolo	leeftijd tot 9 jaar
Pupillen Gemengd o.13	leeftijd 11 tot 13 jaar
Asp. Gemengd o.15	leeftijd 13 tot 15 jaar
Asp. Jongens o.17	leeftijd 15 tot 17 jaar
Dames	leeftijd vanaf 15 jaar
Heren	leeftijd vanaf 17 jaar

Bij de minipolo beginnen de allerjongsten binnen de vereniging om op een leuke, maar vooral speelse manier kennis te maken met waterpolo. Zodra het A en B diploma is behaald, kan worden begonnen met waterpolo bij de minipolo. Zodra een minipoloër goed genoeg is, zal hij doorschuiven naar de Pupillen. Het pupillenteam is een gemengd team van zowel jongens als meisjes. Hier zullen de eerste competitiewedstrijden gespeeld worden in kleine speelvelden. Kinderen vanaf 11 jaar stromen door naar de aspiranten onder 13. Dit gemengde team speelt zo'n 16 wedstrijden per jaar tegen diverse teams uit de Regio Midwest (Noord-Holland, Amsterdam-t Gooi, Utrecht). Wanneer je 13 jaar bent zul je naar het gemengde aspirantenteam onder 15 gaan. Hier zal de competitie zich verder verdiepen en groei je langzaam toe naar een plek in de dames- of herenselectie.



Naast de reguliere trainingen en wedstrijden verzorgt de evenementencommissie van de vereniging voor de leden verschillende activiteiten waaronder: clubkampioenschappen, weekendtoernooien, een kamp, de jaarlijkse barbecue ter afsluiting van het seizoen en diverse andere uitjes.

Om lid te worden van de vereniging is het noodzakelijk over zowel zwemdiploma A als B te beschikken. De eerste keer dat men mee komt trainen, krijgt men het aanmeldingsformulier mee dat desgewenst de derde training ingeleverd kan worden. Na inschrijving zal men automatisch lid van de vereniging worden.

Het eenmalige inschrijfgeld bedraagt € 25,-.

De contributie bedraagt op dit moment € 170,- per jaar.

Leden van 12 jaar en ouder en in het bezit van een startnummer van de KZNB, betalen € 25,- per jaar extra voor het startnummer.

Leden onder 12 jaar betalen € 12,50 extra voor het startnummer.

Peildatum is 1 januari van het lopende contributiejaar.

Het lidmaatschap loopt één kalenderjaar (1 januari t/m 31 december) en wordt vervolgens stilzwijgend met één jaar verlengd.

Wil je je conditie opschroeven met baantjes zwemmen op tijd, of houd je van actief bezig zijn in het water in teamverband, dan is dit een uitnodiging om **3x GRATIS** vrijblijvend mee te trainen bij de zwem- of waterpolo-afdeling!!!

Kom gerust eens langs op één van onze trainingen.

(Deze staan vermeld op de achterzijde.)

Tot ziens in Zwembad **Sportboulevard De Engh**
Dalweg 181 te Soest.

