

4.7 Open Nederlandse Kampioenschappen Lange Afstand Zwemmen 2012

Tevens EK kwalificatie wedstrijd 5km

wedstrijddatum	vrijdag 6 en zaterdag 7 juli 2012
wedstrijdlocatie	Gouden Ham, De Maasplassen
wedstrijdadres	Hamsestraat 2, 6629 KT APPELTERN
wedstrijdorganisatie	KNZB/TOWZ ism OZ&PC Arethusa, Oss
baanlengte en -vorm	1000 meter wv 500 lijn, 500 boeien
sluitingsdatum Harens Smid	dinsdag 3 juli 2012, 20.00 uur
contactpersoon KNZB voor informatie en inschrijving ONK	Sybrecht Lensink Postbus 7217 3530 JE NIEUWEGEIN +31(0)30 751 3248 sybrecht.lensink@knzb.nl
telefoon KNZB	+31(0)30 751 3248
e-mail KNZB	sybrecht.lensink@knzb.nl
kosten ONK wedstrijden	€ 12,05
inschrijvingen ONK	Via OLOWIS: http://inschrijving.noww.nl of nkinschrijvingen@knzb.nl
sluiting inschrijving ONK	maandag 25 juni om 12.00 uur
website KNZB	knzb.nl/wedstrijdsport/openwaterzwemmen
contactpersoon organisatie	Erik Pijl
telefoon van 19.00 – 21.30 uur	06-14696997
e-mail	langebaan@arethusa.nl
website	www.arethusa.nl



ONK vrijdag 6 juli

programma	aanvang ca	ow-klas
1 a/b 5000m vrije slag heren jeugd en senioren open	17.15 uur	vsh/j
2 a/b 5000m vrije slag dames jeugd en senioren open	17.20 uur	vsd/j
3 a/b 2500m vrije slag jongens junioren 1 en 2, 3 en 4	18.35 uur	vsj
4 a/b 2500m vrije slag meisjes junioren 1, 2 en 3	18.45 uur	vsjm
5 a/f 2000m schoolslag heren Masters 20+, 30+, 40+, 50+, 60+, 70+	19.15 uur	M-ssh
6 a/f 2000m schoolslag dames Masters 20+, 30+, 40+, 50+, 60+, 70+ (laatste) prijsuitreikingen ONK	19.25 uur	M-ssd
	20.15 uur	
opm Om 20.00 uur vindt een prestatietocht plaats, zie programma Harens Smid Zwemrace volgende pagina		

ONK zaterdag 7 juli

programma	aanvang ca	ow-klas
10 a/f 3000m vrije slag heren Masters 20+, 30+, 40+, 50+, 60+, 70+	11.00 uur	M-vsh
11 a/f 3000m vrije slag dames Masters 20+, 30+, 40+, 50+, 60+, 70+	11.05 uur	M-vsd
12 a/b 3000m schoolslag heren jeugd en senioren open	11.10 uur	ssh/j
13 a/b 3000m schoolslag dames jeugd en senioren open	11.15 uur	ssd/j
14 a/b 1500m schoolslag jongens minioren 6, junioren 1 en 2, 3 en 4	12.10 uur	ssj
15 a/b 1500m schoolslag meisjes junioren 1, 2 en 3 (laatste) prijsuitreikingen ONK	12.20 uur	ssjm
	13.15 uur	
opm Gelijktijdig wordt de Harens Smid Zwemrace georganiseerd. Zie voor meer informatie de volgende pagina.		
opm Voor bepalingen en inschrijvoorwaarden ONK zie achter in het open water boek		
opm 5.000 meter geldt als kwalificatiewedstrijd voor het EK Open Water Zwemmen 5.000 meter in Piombino (Italië)		
opm Telt mee voor Brabantbeker		
opm Prijzengeld:		
12 en 13: 50 euro voor de winnaar van de 3.000 meter schoolslag (geen geldprijzen voor nrs. 2 en 3)		
1 en 2: 100 euro voor de winnaar, 50 euro voor nr. 2, 20 euro voor nr. 3		
opm Grote Prijs Strand Maaslanden:		
250 euro voor de dame OF heer die het baanrecord op de 5.000 meter vrije slag het meest verbetert.		
Mannen: Ferry Weertman, 0:59:05.79		
Vrouwen: Judith Stap 1:03:55.68		
Dit kan dus een man OF een vrouw zijn. Dit bedrag komt niet in plaats van, maar bovenop de 100 euro		
opm Overnachting op locatie mogelijk		
opm Parcours 5.000 meter: http://www.afstandmeten.nl/index.php?id=636750 (kies satelliet voor fotobeeld)		

4.8 De Harense Smid Zwemrace

Wedstrijddatum	zaterdag 7 juli 2012
Wedstrijdlocatie	Gouden Ham, De Maasplassen
Wedstrijdadres	Hamsestraat 2, 6629 KT APPELTERN OZ&PC Arethusa, Oss
organiserende verenigingen	OZ&PC Arethusa, Oss
baanlengte en –vorm	1000 meter wv 500 lijn, 500 boeien
sluiting inschrijving	dinsdag 3 juli 2012, 20.00 uur
Kosten ONK afstanden	€ 12,05
Kosten overige 1^e start	€ 6,50
Kosten meer dan 1 starts	€ 11,50 (totaal en <i>exclusief</i> ONK)
kosten prestatietocht	€ 5,00
kosten entree en parkeren	Inbegrepen
Inschrijvingen	inschrijving.noww.nl
contactpersoon organisatie	Erik Pijl
telefoon van 19.00 – 21.30 uur	06-14696997
e-mail	langebaan@arethusa.nl
website	www.arethusa.nl



Harense Smid Zwemrace vrijdag 6 juli

programma	aanvang ca	ow-klas
7 1000m prestatietocht 12 jaar en ouder	20.00 uur	
8 500m prestatietocht 9 jaar en ouder	20.00 uur	
9 250m prestatietocht 6 jaar en ouder (6 & 7jr. onder begeleiding zwemmer 18jr e.o.)		

Harense Smid Zwemrace zaterdag 7 juli

programma	aanvang ca	ow-klas
16 a/b 1000m vrije slag heren jeugd en senioren open	12.40 uur	vsh/j
17 a/b 1000m vrije slag dames jeugd en senioren open	12.50 uur	vsd/j
18 500m vrije slag jongens minioren 4, 5 en 6	13.10 uur	
19 500m vrije slag meisjes minioren 4, 5 en junioren 1	13.20 uur	
20 a/b 250m vrije slag jongens en meisjes minioren 1, 2 en 3	13.30 uur	
21 a/b 250m schoolslag jongens en meisjes minioren 1, 2 en 3	13.31 uur	
22 1000m schoolslag heren, liefst samen, anders wave met 23:	13.40 uur	ssh/j
23 a/f 1000m schoolslag heren Masters 20+, 30+, 40+, 50+, 60+, 70+	13.40 uur	M-ssh
24 1000m schoolslag dames, liefst samen, anders wave met 25:	13.50 uur	ssd/j
25 a/f 1000m schoolslag dames Masters 20+, 30+, 40+, 50+, 60+, 70+	13.50 uur	M-ssd
26 a/b 1000m vrije slag jongens minioren 6, junioren 1 en 2, 3 en 4	14.00 uur	vsjj
27 1000m vrije slag meisjes junioren 1, 2 en 3	14.10 uur	vsjm
28 500m schoolslag jongens minioren 4, 5 en 6	14.25 uur	
29 500m schoolslag meisjes minioren 4, 5 en junioren 1	14.30 uur	
30 a/b 2000 vrije slag heren jeugd en senioren open	14.40 uur	vsh/j
31 a/b 2000 vrije slag dames jeugd en senioren open	14.50 uur	vsd/j
32 1000m prestatietocht 12 jaar en ouder	15.30 uur	
33 500m prestatietocht 9 jaar en ouder		
34 250m prestatietocht 6 jaar en ouder (6 & 7jr. onder begeleiding zwemmer 18jr e.o.)		

opm Voor ONK programma zie vorige pagina

opm Telt mee voor Brabantbekers

opm Wave starts en gecombineerde programma's:

- De omrande vakken zijn waviestarts met elkaar.

Programma 22 en 23 resp. 24 en 25 worden voor de prijsuitreiking samengevoegd.

D.w.z. er is een klassement <20, 20+, 30+, 40+ enz. Met de inschrijving voor senioren, ofwel Masters, wordt de keuze gemaakt in welk nationaal klassement je tijd wordt opgenomen.

Door KNZB wordt gecombineerd starten en tellen in twee klassementen toegestaan. Voor de prijsverdeling in Appelttern worden de onderdelen in elk geval op papier samengevoegd.

- Programmanummers met a/b/c/d/e/f kennen aparte prijsuitreikingen per (leeftijds)categorie.

opm Bij de prestatietocht is ook tijdwaarneming.



Vanuit het zuiden en het noordwesten van het land:

Volg de A2 en neem bij knooppunt Deil de A15 in de richting van Arnhem/Nijmegen

Vanuit het westen van het land:

Volg de A15 in de richting Arnhem/Nijmegen. Neem op de A15 voorbij Tiel afslag Echteld/Lienden/Leeuwen (afslag 34). Sla vervolgens rechtsaf richting van Leeuwen/Oss, over de Waalbrug. Sla op de T-splitsing linksaf, richting Druten. Sla op de derde rotonde rechtsaf richting van Oss/Gouden Ham. Volg deze weg tot het bord de Maaslanden.

Vanuit het noorden en oosten van het land:

Volg na Arnhem de A50. Neem bij knooppunt Ewijk de N322 naar Druten. Sla op de T-splitsing linksaf richting Gouden Ham. Volg het bord de Maaslanden.