



COMPETITIEZWEMMEN



NIEUWSBRIEF

Q 4



Cindy, Eloise, Rebecca

# Wedstrijdnieuws



Dit najaar namen we deel aan zeven wedstrijden.

Onze zwemmers behaalden mooie resultaten en als kers op de taart verbeterde Noah het Belgisch record op de 200 schoolslag in klein bad. Daarmee plaatste hij zich voor het EK in Lubin (Polen).

Hoog tijd om alles op een rijtje te zetten.

(De medailles worden alfabetisch op achternaam vermeld)

# Regionaal Criterium Dag 1 Sint-Niklaas 5 oktober

## Medailles



Ada (200W), Lotte (50S), Nils 2x (50VL & 200W),  
Nan (100VI), Seppe 2x ( 50S & 200W)



Ella (50VL), Telma (50S), Seppe (100 VL)



Liesl (100VL), Mathias B 2X (50S & 100VL)

## Estafettes



Heren 4 x 50W Mathias B, Seppe, Nils & Arman  
Dames 4 x 50 X Chahd, Lotte, Ella & Emma



Heren 4 x 50W Juul, Nand, Adam & Dennis  
Dames 4 x 50W Sien, Nore, Liesl & Tinne



Heren 4 x 50 W Nan, Wail, Lukas & Elano  
Heren 4 x 50 W Leon, Ruud, Maher & Thor

# Provinciaal Kampioenschap Korte Baan Ronse

11 & 12 oktober



Lotte 3x (50S, 100S & 200S)  
Lily 3x (50S, 50VL & 100VL)  
Emelie 5x (50V, 100V, 50R, 100R & 200W)  
Diede 2x (50S & 200S)  
Gaetan (100S)  
Bavo (50S)  
Tymon 5x (50V, 100V, 50R, 100R & 200R)



Nina (50VL), Lily 2x (100S & 200VL),  
Alicia (200S), Diede (100S),  
Xibe 2x (50V & 200V), Arman (50S)  
Seppe (50V), Bavo 2x (100S & 200S)



Nina 2x (50V & 100VL), Geike (50V),  
Jinne 2x (100S & 200S), Mathias B ( 50V),  
Gaetan (50S), Xibe 2x (100V & 200W),  
Rune (100S) Thor (200S),  
Mathias D (200S) &  
Elano (50V)

# Provinciaal Kampioenschap Korte Baan Ronse 11 & 12 oktober

## ESTAFETTES



Dames 4 x 100 V  
Emelie, Nina, Lily & Lotte



Dames 4 x 100 W  
Emelie, Nina, Lily & lotte  
Gemengd 4 x 100 V  
Tymon, Nand, Emelie & Nina  
Gemengd 4 x 100 W  
Emelie, Lotte, Tymon & Nand



Heren 4 x 100 V  
Gaetan, Adam, Xibe & Mathias D  
Heren 4 x 100 V  
Tymon, Rune, Nand & Arman

# Een greep uit de medaille-oogst



# Memorial Antheunis 2025 Gent

## 18 oktober

Na het lange PK-weekend trokken 6 meisjes en 9 jongens naar de Memorial Antheunis in Gent.

Nell, Emma, Alicia, Geike, Ada, Lotte, Mathias B, Rune, Thor, Leon, Elano, Nand, Arman, Seppe & Bavo zetten mooie resultaten neer.

Ze zwommen maar liefst 30 persoonlijke records bij elkaar. Topprestatie!



# Memorial Antheunis 2025 Gent

## 18 oktober

Na het lange PK-weekend trokken 6 meisjes en 9 jongens naar de Memorial Antheunis in Gent.

Nell, Emma, Alicia, Geike, Ada, Lotte, Mathias B, Rune, Thor, Leon, Elano, Nand, Arman, Seppe & Bavo zetten mooie resultaten neer.

Ze zwommen maar liefst 30 persoonlijke records bij elkaar. Topprestatie!



# Vlaams Jeugdkampioenschap korte baan Temse

## 15 - 17 november

Mathias B, Arman, Seppe, Bavo, Tymon, Nina,  
Lotte, Lily, Emelie, Alicia & Geike  
vertegenwoordigden KZNA

Allemaal samen verbeterden ze 33 persoonlijke  
records en Emelie behaalde twee podiumplaatsen!



**Emelie 100V**



**Emelie 100 R**



# Regionaal Criterium dag 2 Dendermonde

## 22 november



Geike (50R), Diede (200V), Mathias B (100S),  
Gaetan 2x (200V & 50R), Xibe (50R),  
Seppe 3x (200V, 50R & 50VL) &  
Tymon (100S)



Jenne (100S), Alicia (50R), Ada (200V),  
Adam (100S), Mathias B (50R), Xibe (50VL),  
Juul (50R) & Nand (50R)



Liesl (50VL)  
Mathias B (50VL), Xibe (100S), Elano (200V)  
& Arman (50R)

# DZO najaarsmeeting Dendermonde

## 22 november



Emelie 2x (100V & 100W)  
Diede 2 x (100W & 200W)  
Nand 2x (50V & 100W)  
Tymon (50V)



Lotte (50V),  
Lily (200W)  
Xibe (400V)  
Tymon (200W)



Nina (50V)  
Lotte (200W)  
Nand ( 100V)

**Interne wedstrijd  
Start, Jongeren en Beloften  
22 november**

Door een tekort aan officials konden de jongste groepen niet deelnemen aan het Regionaal Criterium in Dendermonde. Trainers Kato, Birthe, Marie, Ciaran & Mauro organiseerden daarom zelf een interne wedstrijd zodat ook onze jongste zwemmertjes wedstrijdgevoel krijgen.



# Midwintertest AST Aalst

20 december



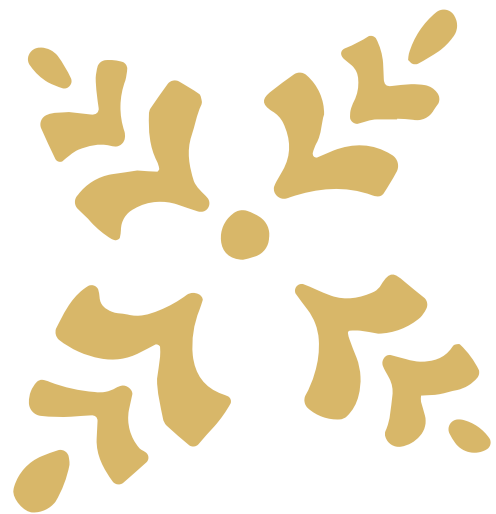
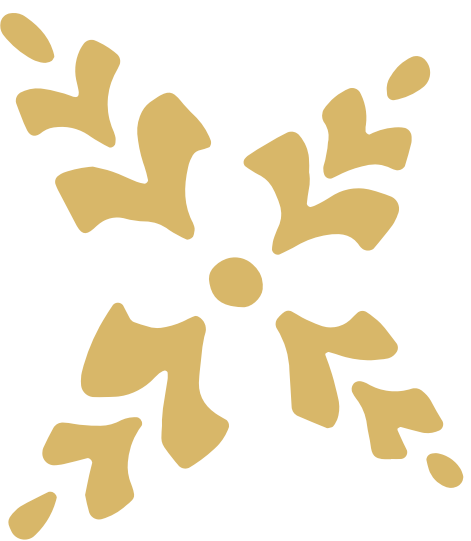
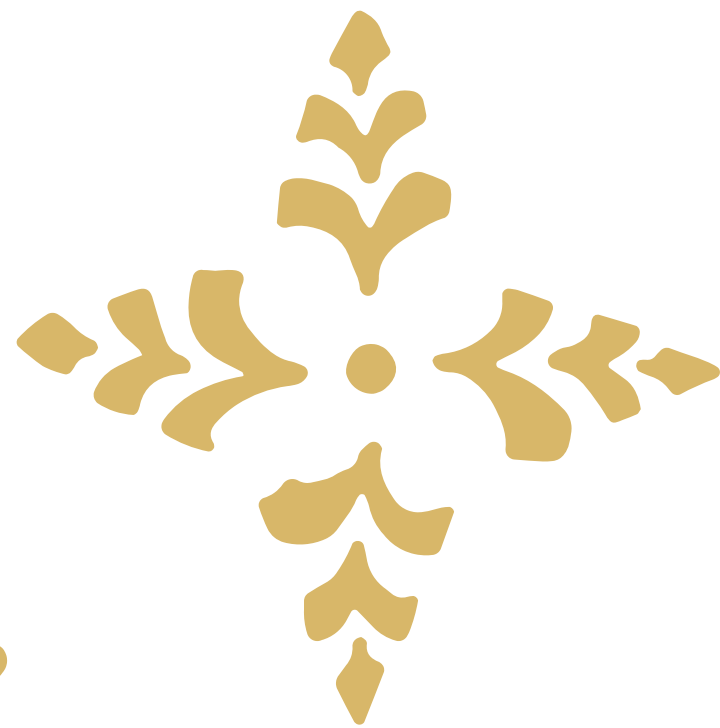
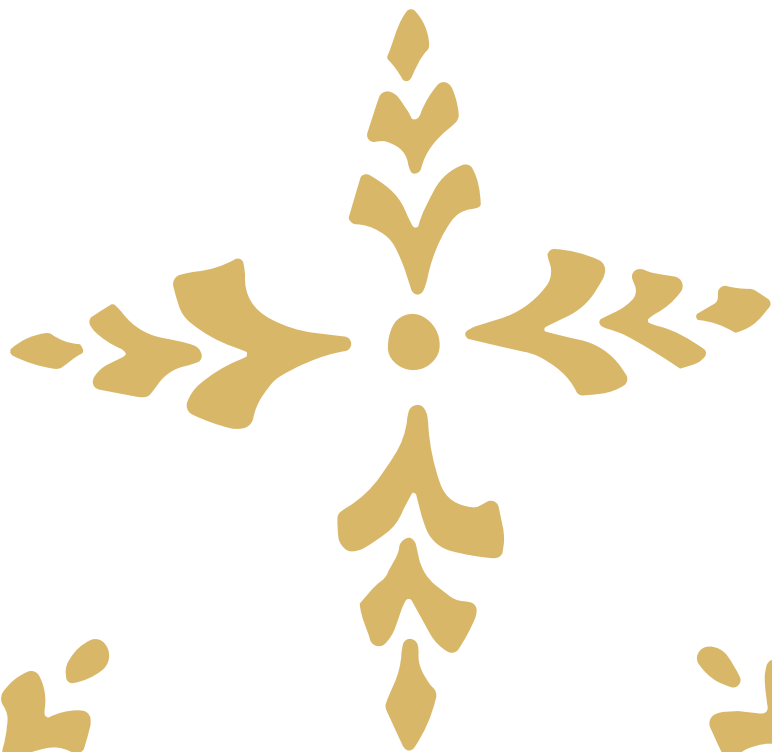
Emelie (200V) & Mila (400V)



Nina (400V), Diede (400W), Adam (400V)  
Gaetan (200S), Xibe (200V) & Mathias (100S)



Liesl (100V), Jinne (200S), Mathias (200S)  
& Tymon (100R)



## Groeitraject dag 2 Beernem 6 december

Het groeitraject is een nieuw project gericht op beginnende competitiezwemmers tussen 8 en 12 jaar met medailles voor iedereen! Het doel is om de overstap naar het reguliere competitiecircuit te vergemakkelijken.

Trainer Mauro trok voor dag 2 van het traject met 7 zwemmers van de start-groep naar het zwembad van Beernem: Rémy, Lyam, Ybe, Victor, Nylo, Emma & Yasmine.



# clubrecords 2025

In 2025 sneuvelden ook een groot aantal clubrecords

De zwemmers worden gehuldigd op het Gala van de Gouden Drietand, het vernieuwde clubfeest.

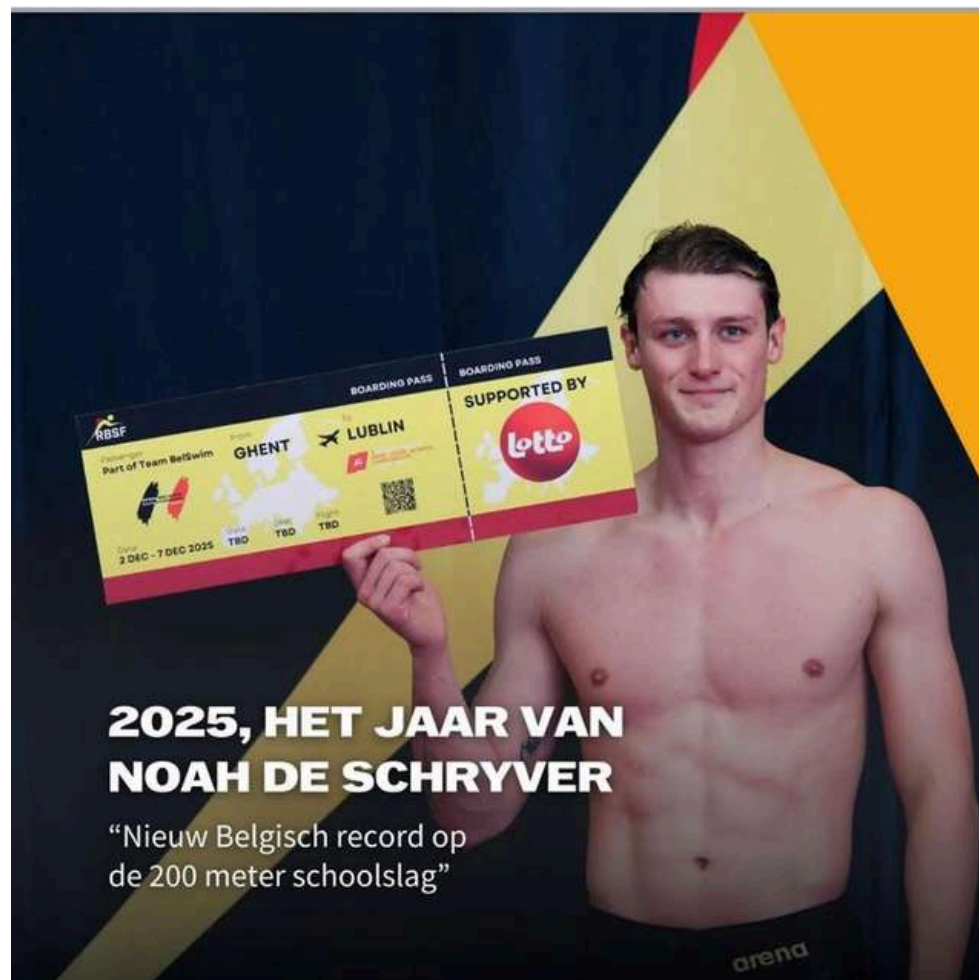
Noah hoort uiteraard ook thuis in dit lijstje, maar meer daarover op de volgende bladzijde.

|                       |                                              |
|-----------------------|----------------------------------------------|
| <b>EMELIE EELBODE</b> |                                              |
| LEEFTIJD              | 13-JARIGEN                                   |
| NUMMER                | 50VS - 100 VS - 200 VS<br>200 SS - 200 W     |
| TIJD                  | 28.19 - 59.44 - 2:12.19<br>2:56.74 - 2:31.87 |

|                     |            |
|---------------------|------------|
| <b>LILY DE SMET</b> |            |
| LEEFTIJD            | 13-JARIGEN |
| NUMMER              | 50 VL      |
| TIJD                | 31.63      |

|                     |            |
|---------------------|------------|
| <b>LOTTE BULLEN</b> |            |
| LEEFTIJD            | 14-JARIGEN |
| NUMMER              | 50 SS      |
| TIJD                | 36.30      |

|                        |            |
|------------------------|------------|
| <b>DIEDE RUYSSINCK</b> |            |
| LEEFTIJD               | 15-JARIGEN |
| NUMMER                 | 200 SS     |
| TIJD                   | 2:48.91    |



Voor Noah was 2025 een fantastisch jaar. Hij zwom drie nieuwe clubrecords: 26.80 op 50S, 59.00 op 100S en 2.04.51 op 200S. Zijn tussentijd na 100m was toen 58.73, sneller dan zijn besttijd. Moet kunnen ;-)

Met die 2.04.51 zwom hij op de Open Belgian Championships in Gent niet alleen een clubrecord, maar ook een Belgisch record én hij kwalificeerde zich voor het Europees Kampioenschap in klein bad waar hij de halve finale bereikte. Weer een ervaring op internationaal niveau rijker!

# Wedstrijdkalender

## Q1 2026

- |                 |                                                                        |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------|
| 11/01           | STW Wintermeeting<br>Sint-Niklaas                                      |
| 25/01           | Regionaal Criterium dag 3<br>Wachtebeke                                |
| 31/01-<br>01/02 | Oost-Vlaamse Kampioenschappen<br>Wachtebeke (Selectie o.b.v. limieten) |
| 08/02           | Mega Swim Meet (Selectie i.f.v. limieten)                              |
| 28/02           | Groeitraject dag 3                                                     |
| 01/03           | Regionaal Criterium dag 4<br>Zottegem                                  |
| 06-<br>08/03    | VJK 11-16j<br>Antwerpen (Selectie o.b.v. limieten)                     |
| 14-<br>15/03    | Vlaams Lentecriterium<br>Antwerpen                                     |
| 20-<br>22/03    | Flanders Swimming Cup 17j+<br>Antwerpen (Selectie o.b.v. limieten)     |

---

# OFFICIALS WANTED

---

We zeggen het vaak en met reden: we hebben dringend extra officials nodig!

Wedstrijden kunnen gewoon niet doorgaan zonder voldoende officials. Voor elke 10 zwemmers moet een club minstens één official voorzien. Bij ZNA hebben we enkele toppers, maar dat zijn allemaal ouders van zwemmers uit de A-groep. En net bij de jongere groepen, waarvoor vaak aparte wedstrijden georganiseerd worden, hebben we helemaal niemand. Het gevolg? In november konden heel wat zwemmers van de beloften en jongeren niet deelnemen aan de wedstrijd in Dendermonde.

Daarom een warme oproep aan alle ouders, zeker aan die van onze jongste zwemmers: schrijf je in voor de TAK-cursus (Tijdopnemer, Aankomstrecht, Keerpuntrecht)! De club betaalt zowel je inschrijving als je uitrusting.

Wat levert het jou op?

- Je ontdekt een nieuwe hobby.
- Je leert toffe mensen kennen.
- Je zit niet de hele wedstrijd te puffen in een warm zwembad, maar levert écht een waardevolle bijdrage aan de club én aan je kind.
- Je snapt meteen ook beter waar je kind zo enthousiast over is.

Wij geloven sterk in vrijwilligerswerk en willen dat zo houden. Weet wel: in veel andere clubs is het al verplicht dat minstens één ouder de cursus volgt. Dus, waar wacht je nog op?

Inlichtingen bij de trainers of bij de huidige officials!



---

# VOORUITBLIK STAGES

---

## A-groep

Net als vorig jaar zullen onze oudste zwemmers de omgeving van Ptuj onveilig maken. Ze vertrekken op 1 juli en zullen helemaal klaargestoomd voor de belangrijke wedstrijden in Antwerpen terugkeren op 8 juli.

Het verblijf zal dus iets korter zijn dan voorgaande jaren. Daarom is het mogelijk om voor dezelfde prijs te genieten van het hotelbuffet, iets wat de zwemmers zeker zullen appreciëren.

De trainers zijn druk bezig met de organisatie. Deelnemers krijgen in de loop van januari een mail om de eerste schijf te over te schrijven, want de club heeft al een voorschot betaald.

## Beloften, Jongeren en Start

Ook de jongere groepen trekken er deze zomer opnieuw op uit. De trainers zijn momenteel de verschillende opties aan het afwegen en zullen ouders en zwemmers informeren zodra mogelijk.

# Het gala van de gouden drietand

Op 18 januari 2026 vindt ons allereerste **GALA VAN DE GOUDEN DRIETAND** plaats.

Iedereen, zwemmers en familie, wordt vanaf 16u00 verwacht in Walstroom, Tragel 5 in Aalst.

We starten met een glaasje bubbels om het nieuwe jaar feestelijk in te zetten. Onze voorzitter, Rudi Van Horen en secretaris Philippe Dhaen toasten heel graag mee, al zijn het onze zwemmers die de hele avond in het middelpunt van de belangstelling staan.

Een special guest zorgt voor de prijsuitreiking en omdat zwemmers altijd honger hebben - en ouders soms ook eens - serveert een foodtruck heerlijke pasta's.

Om 22u00 sluiten we de deuren.

Overschrijven = inschrijven = verplicht!

→ 18 eur per persoon (voor pasta en welkomstdrank)

→ rek. BE64 2930 0275 4552

→ mededeling: CMP-Gala-naam zwemmer

→ uiterlijk 14 januari!



# Varia

- In Q1 staat voor de A-groep een infomoment rond voeding en training gepland. Na de enquête voor de zwemmers, de beeldopnames van hun techniek en de lactaattesten is dit een volgende stap in de professionalisering van onze begeleiding. We starten met de organisatie na het Gala ;-)
- In Q2 willen we een quiz organiseren . De vragen zijn er (dank je wel, Robin!), nu nog een datum en een locatie. Wie voelt zich geroepen om deze plezante avond (mee) op poten te zetten ?
- Recent is voor de A-groep een tweede Whatsapp-kanaal gestart voor alle info over de wedstrijden. Als dit experiment slaagt, rollen we dit uit naar alle groepen en eventueel ook voor andere activiteiten. Ouders en trainers van de A-groep, we rekenen op jullie!

2026



HAPPY NEW YEAR