



Vlaams Lentecriterium

INFORMATIEBUNDEL



**SPORT.
VLAANDEREN**



arena
YOUR COACH IN SPORTS INSURANCE
Part of The StarLine Group



Beste trainer
Beste afgevaardigde

Zwemfed heet je graag van harte welkom op het Vlaams Lentecriterium 2026. Deze vindt plaats van zaterdag 14 t.e.m. zondag 15 maart, in Olympisch Zwemcentrum Wezenberg in Antwerpen en vormt één van dé hoogtepunten van het Vlaamse zwemseizoen.

Met dit document informeren we je graag over het verloop van deze wedstrijd.

Met sportieve groeten

het Zwemfed-team

DE ORGANISATIE: ZWEMFED

De organisatie ligt in handen van de Vlaamse Zwemfederatie vzw (Zwemfed). Pascale Verbauwen, Sven Verschoren en Sarah Van Wallendael zijn de verantwoordelijke personeelsleden voor alle sporttechnische aspecten van het toernooi. Andere organisatorische zaken liggen in handen van Wouter Van Eester en Willem-Jan Langaskens.

De jury staat onder leiding van kamprechters Joeri Jacobs en Franky Joos.

WEDSTRIJDREGLEMENT

Deze wedstrijd wordt gezwommen volgens het wedstrijdreglement dat terug te vinden is [op onze website](#).

PARKING

De parking aan de voorzijde van het zwembadcomplex is voorbehouden voor de mensen die de wedstrijd mee mogelijk maken: de Crew en de officials. Deze mensen ontvangen in aanloop naar het event een persoonlijke uitnodiging en een parkeerticket.

Straatparkeren (gratis)

Er kan gratis geparkeerd worden langs de straatkant en op de middenberm van de Gerard Le Grellelaan en de Vogelzanglaan. Ook in de Jan Van Rijswijcklaan zijn er parkeermogelijkheden. Deze bevindt zich echter in een blauwe zone. Hier mag je dus max 2 uur staan met een blauwe schijf.

Betaalparking

Er bevinden zich drie betaalparkings in de buurt van de Wezenberg site. In [Parking Singel](#) en [Parking Grand Café](#) betaal je €2,5 per parkeerplaats, per uur. Betalen kan via de 4411-app, of aan een van de parkeerautomaten. Boven de [Albert Heijn](#) (Karel Oomsstraat 47) is er ook een betalende parkeergarage.

Straatparkeren (betalend)

In Antwerpen geldt een tarief voor parkeren in bepaalde straten. Een overzicht van deze tarieven vind je [op deze website](#).

KISS & RIDE

De K&R bevindt zich dicht bij het zwembad (op de Crew parking). Mensen rijden op via de Gerard Le Grellelaan volgen het bepijlde traject. Passagiers kunnen uitstappen net voor de uitrit van de parking.



OLYMPISCH ZWEMCENTRUM WEZENBERG ANTWERPEN

Deze wedstrijd vindt plaats in Olympisch Zwemcentrum Wezenberg Antwerpen. Dit complex beschikt over twee 50 meter zwembaden:

- het competitie bad: een 50m bad met 8 banen en elektronische tijdsopname (Alge Swimtime);
- het loszwem/opwarmbad: 50m bad met 6 banen;

Het Topsportbad is het hele weekend beschikbaar, steeds tot 20 minuten na het einde van de wedstrijd.

Als je als club in de eerste wedstrijd(en) geen deelnemer(s) hebt, kan je dus gerust later komen. Let op: gelieve ervoor te zorgen dat de afgevaardigde zich minstens 30 minuten vóór de start van de eerste deelnemer van het betreffende wedstrijddeel aanmeldt aan de resolution desk. Een tijdige aanmelding garandeert een vlot verloop van de wedstrijd en laat toe om eventuele vragen of administratieve zaken vooraf correct af te handelen.

Safety first!

Het belooft een druk wedstrijdweekend met veel deelnemers en supporters te worden. Daarom vragen we iedereen onderstaande veiligheidsvoorschriften strikt te respecteren:

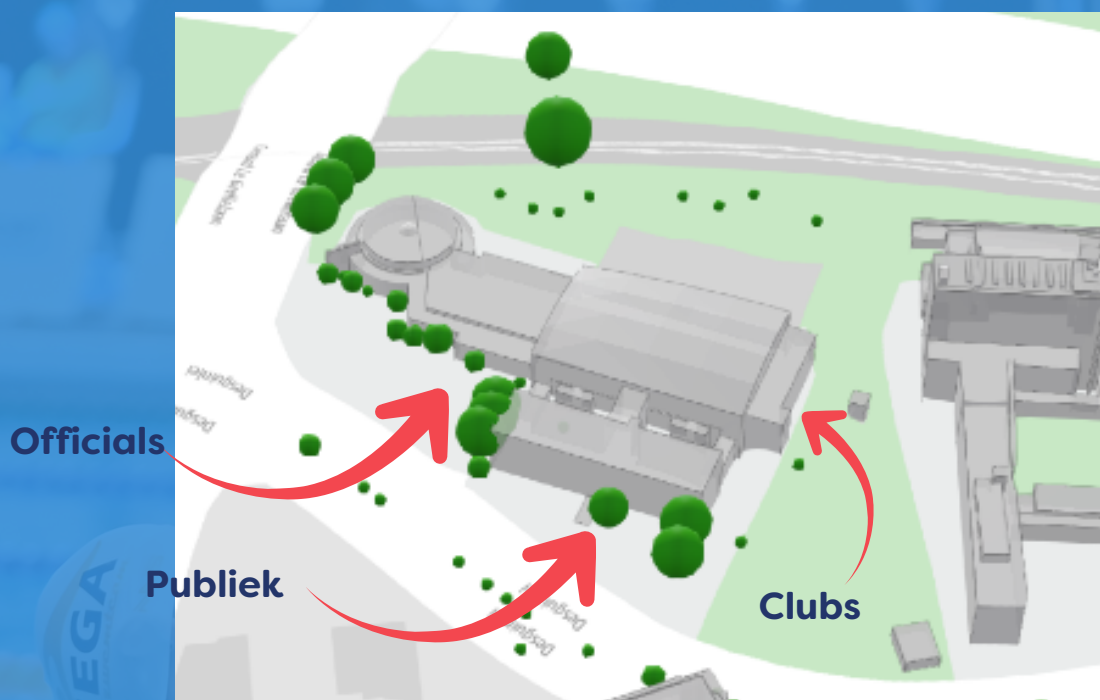
- Houd alle doorgangen en vluchtwegen vrij. Kampeer nooit voor nooduitgangen.
- Bedjes en matjes zijn verboden in het volledige gebouw. Bij een evacuatie kunnen deze namelijk de doorgang blokkeren.
- Houd de doorgang naar de kleedkamers, in- en uitzwembad en de oproepkamer steeds vrij.
- Geef voldoende ruimte aan personeel, officials en crew-leden zodat zij hun werk vlot en veilig kunnen uitvoeren.
- Buitendeuren en nooddeuren blijven gesloten in functie van ventilatie en brandveiligheid.

Kortom: doorgangen, ingangen en nooduitgangen blijven vrij. Bedjes en matjes zijn nergens toegestaan.

INGANGEN

De toe- en uitgangswegen voor de verschillende doelgroepen worden opgesplitst:

- Crew, toeschouwers, enz. komen binnen langs de hoofdingang aan de voorzijde van het gebouw;
- Officials komen binnen langs de dubbele deur aan de parking;
- Atleten, coaches en afgevaardigden betreden het zwembad via de clubingang die zich aan de rechterzijde van het gebouw bevindt;



ZONES

Kleedkamers

Er zijn drie plaatsen waar je gedurende het hele weekend kan omkleden:

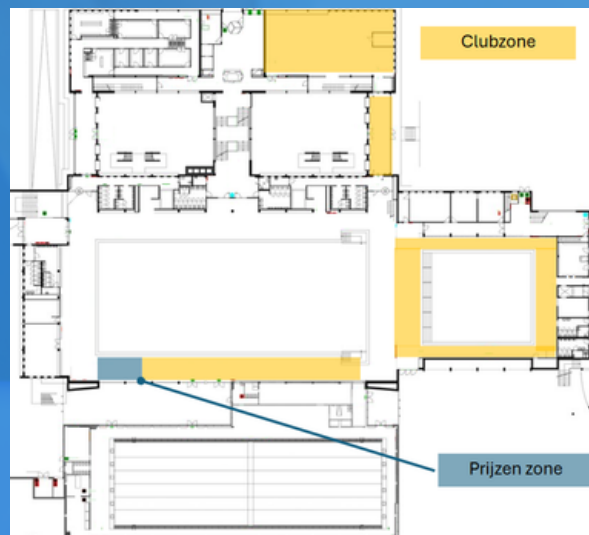
- We stellen de individuele kleedkamers (rood) open voor atleten. Hier zijn er ook lockers waar materiaal kan worden in opgeborgen.
- De blauwe kleedkamers zijn voorzien voor officials.
- De groene kleedkamers kunnen dienen om van racepak te wisselen.



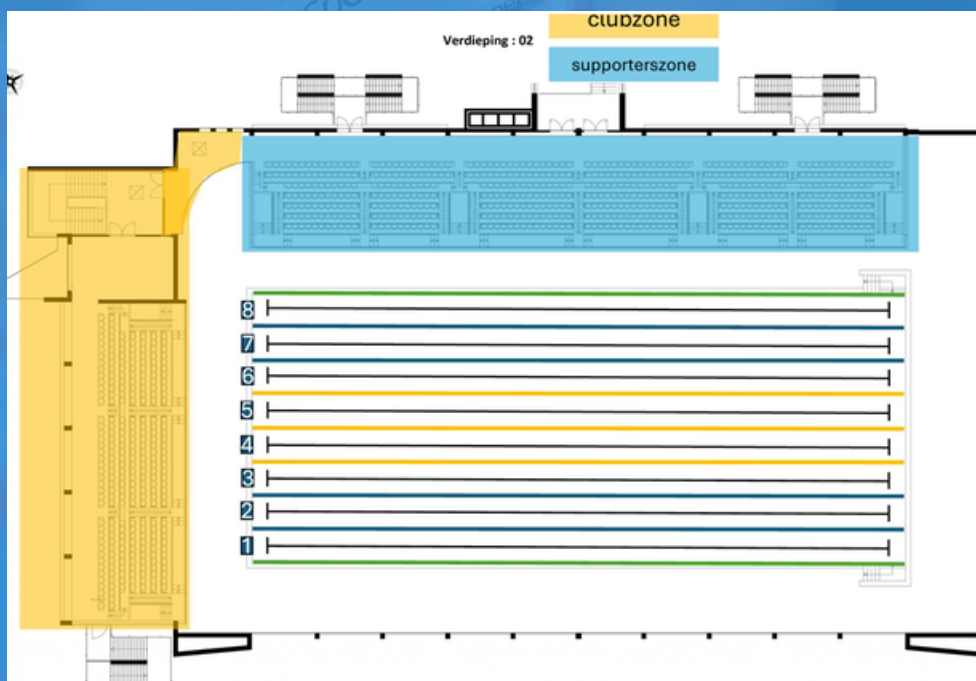
Clubzone

Zones die voorbehouden zijn voor clubs om er te gaan zitten:

- De kade rond het kleine bad.
- De kade aan het wedstrijdbad langs de kant van het loszwembad.
- De ruimte aan de individuele kleedkamers.
- Ook de tribune achter de startblokken is voorbehouden voor zwemmers en clubs.



De tribune langs de lange zijde van het wedstrijdbad is zoveel mogelijk voorbehouden voor supporters. Enkel in de gangen onder de tribunes kunnen clubs terecht. In al deze zones zijn - om veiligheidsredenen - bedjes en matjes niet toegelaten. Kampeer-stoelen (opvouwbaar, met zachte stof) eventueel wel.



MELDINGEN VAN HET ZWEMBADBEHEER

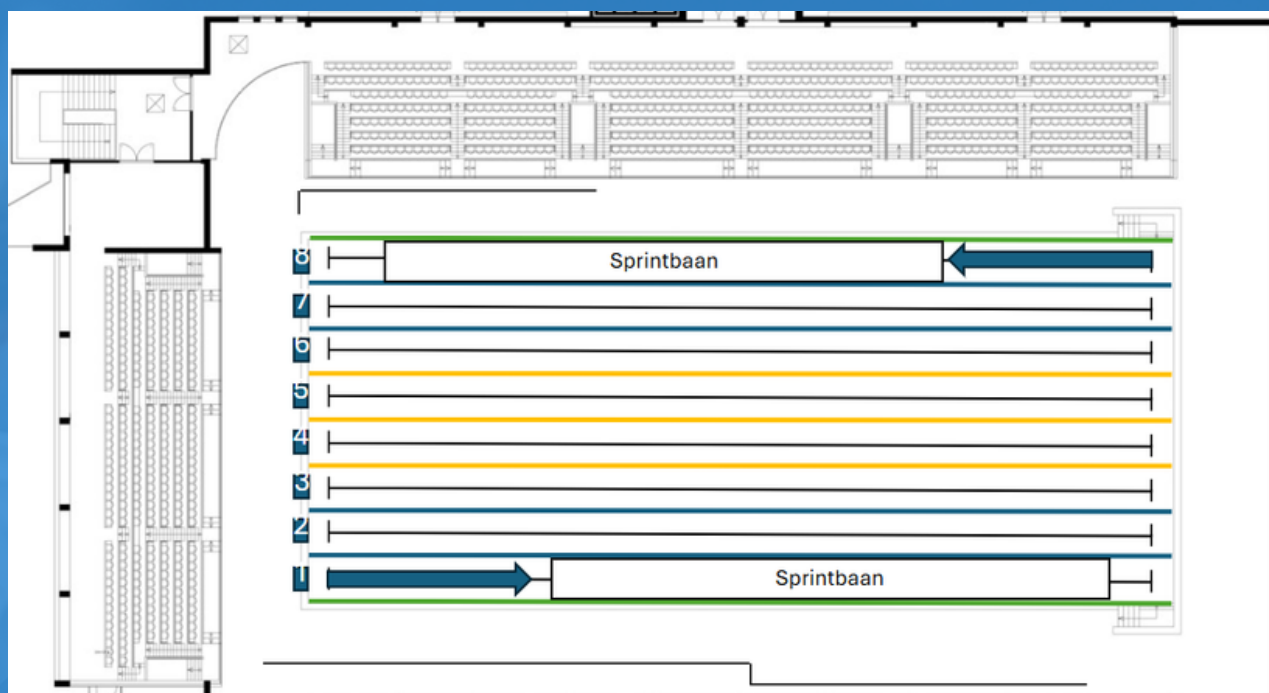
Het beheer van het zwembad vestigt de aandacht op de volgende zaken (verboden en verplichtingen):

- Er mag niet geparkeerd worden in de zone aan de clubingang.
- Parkeerplaatsen voor mensen met een beperking moeten vrijgehouden worden.
- Er mag geen tape op de muren geplakt worden.

ORGANISATIE OPWARMING

Tijdens de opwarming wordt er in verschillende fases gewerkt. Gelieve daarom onderstaande tijdsschema's strikt na te leven.

De buitenste banen gelden daarbij steeds als sprintbanen. Opgelet, in baan 8 mag er enkel gesprint worden aan 'keerpuntzijde'.



OPROEPKAMER, JURYTAFEL EN PODIUM

Oproepkamer

De oproepkamer bevindt zich in het Topsportbad. Daar roepen officials de namen van de atleten af. We adviseren om zwemmers 10 minuten, en niet langer dan 20 minuten voor de start van de reeks, naar de oproepkamer te sturen.

Aandachtspunten Jurytafel

De jurytafel bevindt zich langs de tribunezijde van het zwembad. Daar vind je - aan keerpuntzijde van de jurytafel - de resolutiondesk. Deze wordt bemand vanaf het begin van de opwarming tot het einde van de wedstrijd. Je kan hier terecht voor:

- vragen van de afgevaardigde aan de jury;
- specifieke vragen die gaan over het verloop van de wedstrijd;
- alle administratieve afhandelingen: aanwezigheden, afmeldingen, klachten, ...

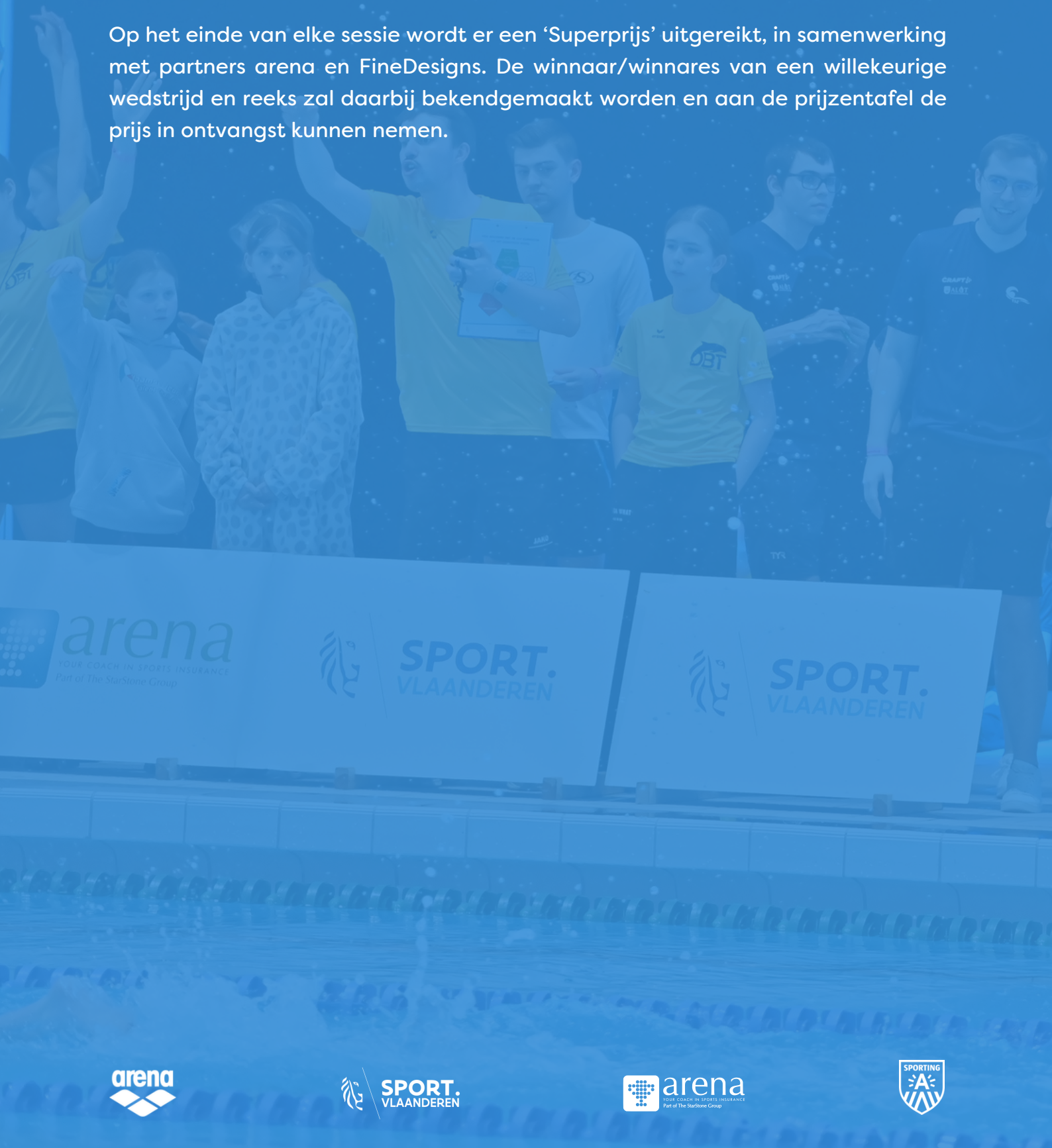
De persoon aan de resolution desk is het aanspreekpunt voor clubs richting de jury.

Reekswinnaars

Elke reekswinnaar ontvangt een natura prijs. Deze kan onmiddellijk na de reeks afgehaald worden aan de prijzentafel die zich ter hoogte van de startzijde aan baan 1 bevindt.

Superprijs

Op het einde van elke sessie wordt er een 'Superprijs' uitgereikt, in samenwerking met partners arena en FineDesigns. De winnaar/winnares van een willekeurige wedstrijd en reeks zal daarbij bekendgemaakt worden en aan de prijzentafel de prijs in ontvangst kunnen nemen.



zaterdag 14 maart 2026

tijd	AM-sessie	lft.	tijd	PM-sessie	lft.
7.00 u.	Opening deuren		12.45 u.	Start opwarming jongens (bad vrij te kiezen)	
7.15 u.	Start opwarming meisjes (bad vrij te kiezen)		13.10 u.	Einde opwarming jongens (bad vrij te kiezen)	
7.40 u.	Einde opwarming meisjes (bad vrij te kiezen)		13.20 u.	Start opwarming meisjes (bad vrij te kiezen)	
7.50 u.	Start opwarming jongens (bad vrij te kiezen)		13.45 u.	Einde opwarming meisjes (bad vrij te kiezen)	
8.15 u.	Einde opwarming jongens (bad vrij te kiezen)		14.00 u.	Aanvang wedstrijd	
8.30 u.	Aanvang wedstrijd		14.00 u.	100m schoolslag jongens	11-12
8.30 u.	100m schoolslag meisjes	11-12	14.29 u.	50m schoolslag heren	13+
9.05 u.	50m schoolslag dames	13+	14.59 u.	50m vlinderslag meisjes	11-12
9.43 u.	50m vlinderslag jongens	11-12	15.17 u.	50m vlinderslag dames	13+
9.57 u.	50m vlinderslag heren	13+	15.56 u.	100m vrije slag jongens	11-12
10.34 u.	100m vrije slag meisjes	11-12	16.19 u.	100m rugslag meisjes	11-12
11.03 u.	100m rugslag jongens	11-12	16.59 u.	100m rugslag dames	13+
11.34 u.	100m rugslag heren	13+	18.21 u.	Einde sessie	
12.44 u.	Einde sessie				

Zondag 15 maart 2026

tijd	AM-sessie	lft.	tijd	PM-sessie	lft.
7.00 u.	Opening deuren		12.45 u.	Start opwarming jongens (bad vrij te kiezen)	
7.15 u.	Start opwarming meisjes (bad vrij te kiezen)		13.10 u.	Einde opwarming jongens (bad vrij te kiezen)	
7.40 u.	Einde opwarming meisjes (bad vrij te kiezen)		13.20 u.	Start opwarming meisjes (bad vrij te kiezen)	
7.50 u.	Start opwarming jongens (bad vrij te kiezen)		13.45 u.	Einde opwarming meisjes (bad vrij te kiezen)	
8.15 u.	Einde opwarming jongens (bad vrij te kiezen)		14.00 u.	Aanvang wedstrijd	
8.30 u.	Aanvang wedstrijd		14.00 u.	100m vrije slag heren	13+
8.30 u.	100m vrije slag dames	13+	14.49 u.	100m schoolslag heren	13+
9.22 u.	100m schoolslag heren	13+	15.42 u.	100m rugslag alle	25+
10.13 u.	50m rugslag alle	25+	15.48 u.	50m vrije slag heren	13+
10.16 u.	50m vrije slag dames	13+	16.20 u.	50m schoolslag alle	25+
10.51 u.	100m schoolslag alle	25+	16.23 u.	50m rugslag dames	13+
10.56 u.	50m rugslag heren	13+	17.07 u.	100m vlinderslag alle	25+
11.39 u.	50m vlinderslag alle	25+	17.12 u.	100m vlinderslag heren	13+
11.42 u.	100m vlinderslag dames	13+	17.48 u.	50m vrije slag alle	25+
12.26 u.	100m vrije slag alle	25+	17.53 u.	Einde sessie	
12.32 u.	Einde sessie				

AANDACHTSPUNTEN KAMPRECHTERS

- Er wordt gebruik gemaakt van een rugslag richel.
- De WhatsApp-community dient enkel ter ondersteuning van de officiële communicatie.
- Er zal om 8.00 uur in de oproepkamer een afgevaardigdenvergadering plaatsvinden.

LOSZWEMMEN OP VRIJDAG

Er is een mogelijkheid om de dag voor het event los te zwemmen in het competitiebad, tussen 18.30 en 19.45 uur. Zwemmers kunnen dan binnen via de hoofdingang. Omkleeden kan in de groepskleedkamers.

GOOD TO KNOW

Tickets trainers & afgevaardigden

Op basis van het reglement wordt een bepaald aantal (gratis) tickets voor trainers en afgevaardigden naar de sportsecretaris(sen) gestuurd. Voor bijkomende tickets voor trainers en afgevaardigden zal er een mogelijkheid zijn om deze [via deze link](#) te bestellen.

Coachlijsten

In samenwerking met Toptime voorzien we opnieuw (online) coachlijsten. Deze lijsten zijn startlijsten, op maat van jouw club, met extra informatie over (seizoens)bestijden en ruimte om feedback te noteren. Je vindt deze lijsten op livetiming.zwemfed.be.

WhatsApp-community

Via de inmiddels gekende WhatsApp-community kan je alles volgen. We hebben de voorbije maanden geïnvesteerd in een (nog) vlotter verloop van de berichtgeving. In deze WhatsApp-community vind je:

- Updates van achter de schermen;
- Meldingen wanneer een bepaald wedstrijdnummer start;
- Uitsluitingen en eventuele rechtzettingen;
- Informatie voor trainers;
- Oproepen om afgevaardigde(n);
- enz.

[Je kan de community bereiken via deze link.](#)

Jij bepaalt mee de muziek!

Word je graag 'opgepept' met je favoriete beats, of kom je net graag tot rust op je lievelingstonen? Dankzij [Festify](#), kan jij mee bepalen welke muziek tijdens het VLC te horen zal zijn! Gebruik de inlogcode [900434](#).

Mascottewedstrijd

De mascottewedstrijd is een leuke publieksactie tijdens dit VLC. Deelnemende clubs kunnen hun favoriete geluksbrenger, van kleine knuffelbeer, over een schattige badeend in clubkleuren, tot een levensgroot schaap, meenemen naar het zwembad. Van elke mascotte wordt ter plaatse een officiële foto gemaakt, waarna het publiek gedurende het weekend online kan stemmen op hun favoriet. De mascotte met de meeste stemmen wint de titel van 'Leukste Clubmascotte', die op zondag feestelijk wordt bekendgemaakt.

De 2deVin-inzamelactie

Bij deze inzamelactie roepen we zwemmers, clubs, enz; op om oud maar bruikbaar zwemmateriaal – zoals vinnen, plankjes, briljetjes en zwemkledij – een tweede leven te geven. Bezoekers kunnen hun spullen eenvoudig deponeren in de herkenbare inzameldozen in de inkomhal. Met deze actie, in samenwerking met partner arena, ondersteunen we lokale organisaties zoals Jespo en OC Linkeroever, zodat ook mensen uit kwetsbare groepen toegang krijgen tot de zwemsport. Een kleine inspanning met een grote impact.

BAR

In de kelder van het gebouw voorzien we een bar met o.a. een scherm waarop de wedstrijd kan gevolgd worden. Aan de bar kan wie dat wenst een drankje bestellen bij onze vriendelijke Crew-leden. Deze dranken worden geschonken in (Zwemfed-)bekers die eenmalig moeten aangekocht worden. Vergeet je beker(s) van voorgaande edities niet!

VRAGEN?

Met al je vragen: één (e-mail)adres: info@zwemfed.be.