

Algemene Zwemvereniging Leidschendam (AZL)

Clubhuis AZL - zwembad De Fluit
Fluitpolderplein 1d
2262 ED Leidschendam
Nederland

info@azlzwemmen.nl
www.azlzwemmen.nl
wzc@sgdevliet.nl



Supersnelle zwemslagen

meet jouw krachten met
andere zwemmers

Wedstrijdzwemmen voor jong en oud
vanaf zwemdiploma B





Wedstrijd zwemmen



Heb jij al een paar zwemdiploma's en vind je het leuk om snel te leren zwemmen? Misschien is wedstrijdzwemmen dan wel iets voor jou.

De trainers van AZL verbeteren je slagen en leren je hoe je razendsnel kunt starten als de fluit gaat. Ook leer je slimme technieken en hoe je keerpunten moet maken.

Lukt dat allemaal, dan kun je meedoen aan wedstrijden. De wedstrijdzwemmers nemen deel aan wedstrijden voor beginners en voor gevorderden. Bij wedstrijden zwem je tegen andere zwemmers uit Den Haag en omstreken. Je wordt ingedeeld met zwemmers die net zo oud zijn als jij. Als je wint, kan het zomaar zijn dat je een gouden medaille krijgt.



Teamsport

Een wedstrijdzwemmer komt regelmatig trainen om de techniek te leren maar vooral om sneller te worden. In de wedstrijden kun je laten zien hoe snel je in het water bent. Hierbij is het belangrijk om te weten dat ook wedstrijdzwemmen een teamsport is. In sommige wedstrijden geldt namelijk hoe meer punten het team haalt, hoe hoger het team eindigt. Daarom is deelname aan een aantal wedstrijden per seizoen verplicht.

Meedoen en plezier hebben

Belangrijk is samen plezier hebben tijdens wedstrijden, trainingen en daarbuiten. AZL organiseert daarom ook leuke clubactiviteiten waaraan ieder lid kan deelnemen.

Lijkt het je nou leuk om snel te leren zwemmen? Meld je dan aan voor een proefles. Je mag 3x gratis meetraineren om te kijken of je het leuk vindt.