



Postbus 1012

3300 BA Dordrecht

E-mail: wedstrijden@rbdordrecht.nl

www.rbdordrecht.nl

Beschermheer: Burgemeester van Dordrecht, dhr. mr. A.W. Kolff

Aangesloten bij: Reddingsbrigades Nederland

Beste sporters en clubs,

Wij nodigen jullie van harte uit om deel te nemen aan de Ilse Dordrecht. De wedstrijd wordt gehouden op:

Zaterdag 10 en zondag 11 maart 2018
Sportboulevard, Fanny Blankers-Koenweg 10 Dordrecht.

Het programma van de masters, senioren en junioren is verdeeld over twee dagen. Het senioren, masters en junioren programma start zaterdag om 9.00 uur en zondag om 10.00 uur. Daarvoor is er gelegenheid in te zwemmen. Het CDE-programma wordt gehouden op één dag, namelijk op zaterdag 10 maart van 9.00 tot 17.00 uur. Afhankelijk van het aantal inschrijvingen kunnen na sluiting van de inschrijving de starttijden worden aangepast.

Het programma is opgebouwd met een aantal pauzes verdeeld over de dag, zodat aan alle sporters de gelegenheid wordt gegeven op vrijwel alle onderdelen deel te nemen. De prijsuitreiking vindt plaats gedurende de dag.

Categorieën:

Masters II	1968 en ouder
Masters I	1969- 1988
Senioren:	2002 en ouder
Junioren:	2000-2003
C-categorie	2004-2006
D-categorie	2007-2009
E-categorie	2010-2011

Onderdelen

Masters, senioren, junioren:

Zaterdag

200	Hindernis
4 x50	Hindernis relay
4 x 25	Manikin carry relay
100	Manikin tow with fins
100	Rescue medley

Sunday

100	Manikin carry with fins
50	Manikin carry
200	Super lifesaver
4 x 50	Rescue medley relay

CDE categorie:

Zaterdag

Hindernis
Lifesaver
Reddingswissel
Ringduiken/Borstcrawl met vliezen
Ringduiken/ringvervoeren
Super lifesaver

De onderdelen zijn beschreven in de nieuwste editie van de ILSE Competition Rulebook. Deze kan bekeken worden op www.rednedlifesavingsport.nl of www.ilsf.org.

Deelname

Elke master, senior of junior mag zich inschrijven en kan deelnemen aan alle individuele onderdelen. Voor de CDE sporters geldt een maximum van 5 onderdelen.

De teams mogen uit maximaal 6 sporters bestaan. Alle teams doen mee in de open categorie. Een club mag zoveel teams inschrijven als men wil.

Ranking

Binnen elke categorie zullen de drie snelste sporters een prijs krijgen per individueel onderdeel. De teams doen voor de teamonderdelen mee in een open categorie. De drie beste teams krijgen een prijs, er is geen classificatie per categorie of onderdeel.

Maaltijden

De Dordtse Reddingsbrigade zal tijdens de pauzes voor snacks en lunches zorgen. Ook zijn er warme maaltijden beschikbaar aan het einde van de dag. Je moet de lunches en maaltijden van tevoren bestellen.

Registratie & kosten

Via wedstrijden@rbdordrecht.nl kunt u uw club aanmelden en het aantal deelnemers opgeven.

Om deel te nemen aan deze wedstrijd wordt € 17,50 aan kosten voor registratie gevraagd per individuele deelnemer uit de master, senioren en junior categorie. De CDE sporters betalen €10,=. De registratiekosten kunnen overgemaakt worden op:

Banknummer: NL94 INGB 0000 3233 75

Tenaamstelling: Dordtse Reddingsbrigade

BIC code: INGBNL2A

Uiterlijk een week voor de start van de wedstrijd, moeten de kosten zijn overgemaakt. Mocht dat niet zijn gebeurd, dan kan een team uitgesloten worden van deelname aan de wedstrijd.

Meer informatie is te vinden op de website www.rbdordrecht.nl.

Zie de bijlage voor het programma.

Met vriendelijke groet,

Henk Dorst,
voorzitter van de Dordtse Reddingsbrigade

Robin Verhoef,
voorzitter van de commissie Lifesaving Dordtse Reddingsbrigade

Programma

Zaterdag

- 8.15 - 9.00 warming up in 50 m bad: senioren, junioren, masters
- 9.00 - 9.30 warming up in 25 m bad: CDE-categorie
- 9.00 - 13.30 50 m pool alle categorieën
200m Hindernis
4x50m Hindernis estafette (één categorie met masters, senioren en junioren)
korte pauze
4x25m pop estafette (één categorie met masters, senioren en junioren)
100 m Manikin Tow with Fins/life saver
- 13.30 -14.00 Lunch
- 14.00 -15.30 50m pool alle categorieën
100m Reddingswissel
- 15.30 - 17.00 alleen voor CDE (2004 en later) categorie
Ringduiken met vliezen
Ringduiken/ringvervoeren
Super lifesaver
- 17.00 - 18.30 eten

Zondag

- 9.00 - 10.00 inzwemmen in 50 m pool
- 10.00 - 13.00 100m Manikin carry with fins
50m Manikin carry
- 13.00 - 14.00 lunch
- 14.00 - 16.00 200 m Super Lifesaver
4x50m Rescue Medley Relay (één categorie met masters, senioren en junioren)