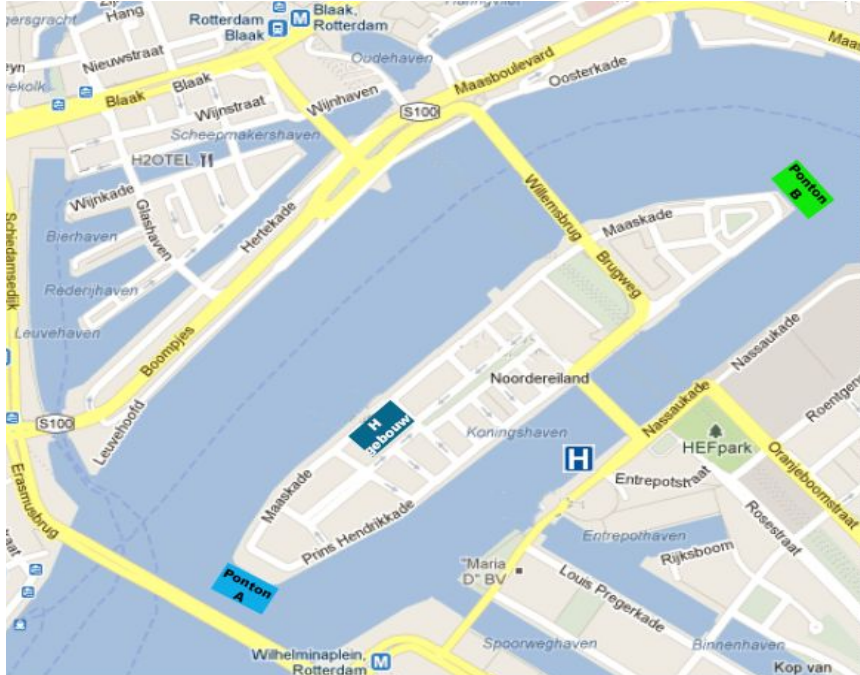


12 JAAR ROTTERDAM SWIM

FACTSHEET

Rotterdam Swim (sinds 2008) Dit is een open water zwemevenement op een snel stromende rivier.		Datum: zondag 28 juli om 14:30
Route (tegen de klok in) 		Tijd Afstand Kosten Fundraising 14:30 Solo 3 km € 30 € 45 14:30 Familie 2x3 km € 30 € 45 (kind gratis) 14:30 Team 4x3 km € 100 € 150 14:30 Estafette 2x1,5 km € 40 € 60 14:30 Estafette+ 2x1,5 km + 1 x 3 km € 75 € 112,50 14:30 Team-Estafette 4x2x1,5 km € 125 € 187,50 15:00 Halve 1,5 km € 20 € 30 15:00 Halve-Familie 2x1,5 km € 20 € 30 (kind gratis) 15:00 Halve-Team 4x1,5 km € 60 € 90 pp
		Locaties: Kleedlokaal : Prins Hendriklaan 10 Start / Finish: Prinsenhof (Meeuwenstraat 10) Estafette / Halve: Antwerpsehoofd (Koopvaardijhof 129)
		Deelnemers: - Deelnemers zijn tenminste 12 jaar oud - Deelnemers ouder dan 60 jaar moeten een sportmedische verklaring vooraf overleggen - Gehandicaptten krijgen of mogen gratis begeleiding laten mee zwemmen.
		Kleding: Wetsuits zijn niet toegestaan en reclame groter dan 5 cm is verboden.
		Goede doelen: Deelnemers zwemmen voor Wereld Water Dag, Wereld Gehandicaptten Dag of de Zomer Universiteit
Startprocedure: -/- 60 min. Veiligheidsbriefing -/- 15 min. Betreden ponton -/- 3 min. Uitkleden (rode vlag + fluit) -/- 1 min. Opstellen (oranje + claxon) 0 min. Start (groene + hoorn) Let Op! Gefaseerde Start		Start: - Ponton Prinsenhof 0m - Koninginnebrug 240m - Hef 1.300m - Antwerpse Hoofd 1.500m - Willemsbrug 2.000m Finish - Erasmusbrug 3.000m
Kantjesloper: Elke deelnemer is verplicht om met een kantjesloper van min. 18 jaar aan de start te verschijnen. De kantjesloper begeleidt de zwemmer van start tot finish, meld hem of haar tussentijds en na afloop af en alarmeert de veiligheidscoördinator als zijn of haar zwemmer in nood is. Elke kantjesloper krijgt daarvoor een polsbandje met daarop het telefoonnummer.		Finish: Een deelnemer finisht door het ponton bij de Erasmusbrug aan te tikken
Gedragregels: Aan de Rotterdam Swim nemen zowel ervaren als ook onervaren zwemmers deel. Sommige deelnemers willen hun persoonlijke beste tijd verbreken (Competitie) en ander doen alleen mee voor de ervaring (Recreatie). Voor iedereen zijn plezier en veiligheid vragen wij u rekening te houden met: - zwem links wanneer u langzamer wilt zwemmen - reageer altijd op hulp geroep van anderen - volg altijd de aanwijzingen op van onze vrijwilligers te water en te land.		Prijsuitreiking: Tien minuten na de laatste finisher wordt op het Prinsenhof (Start/Finish) de Rie Mastenbroek Trofee uitgereikt.
Problemen: Ondanks je goede voorbereiding kan het gebeuren dat je moet besluiten op te geven vanwege onderkoeling, kramp, uitputting of anderszins. Steek daarvoor je beide handen op, kruis je armen en blijf watertrappend op de plaats. Je wordt dan bijgestaan door een kanoër/kayakvaarder en/of de reddingsbrigade.		Veiligheidsbriefing deelnemers: Alle deelnemers krijgen 60 minuten voor aanvang van de Rotterdam Swim een verplichte veiligheidsbriefing. Tijdens deze veiligheidsbriefing krijgen alle deelnemers en kantjeslopers te horen hoe zij moeten handelen bij opgeven of een noodgeval.
Afmelden: De kantjesloper dient zijn deelnemer één of twee keer af te melden. - Een keer bij het 1,5 km (wissel punt) op het Antwerpsehoofd. - Een keer bij de 3 km (start/finish punt) op het Prinsenhof. - Bij het 1,5 of 3 km punt als een deelnemer tussentijds moet opgeven.		Tijdregistratie De Rotterdam Swim is geen wedstrijd derhalve is er geen tijdregistratie.
Tijd Groep Serie Snelheid per uur 11:30 9 (901-999) < 2.500 m. 11:31 8 (801-899) 2.250 <> 2.500 m. 11:32 7 (701-799) 2.500 <> 2.750 m. 11:33 6 (601-699) 2.750 <> 3.000 m. 11:34 5 (501-599) 3.000 <> 3.250 m.		Openbaar vervoer en parkeren: Buslijn 32 brengt u vanaf Station Blaak in een paar minuten naar het Noordereiland. Metrostation Wilhelminapier ligt op loopafstand en op het Noordereiland zijn voldoende parkeerplaatsen.
Tijd Groep Serie Snelheid per uur 11:35 4 (401-499) 3.250 <> 3.500 m. 11:36 3 (301-399) 3.500 <> 4.000 m. 11:37 2 (201-299) 4.000 <> 4.500 m. 11:38 1 (101-199) 4.500 <> 5.000 m. 11:39 0 (001-099) > 5.000 m.		Partners: - Duik- en Bergingsbedrijf Smit BV - Hellevoetse Reddingsbrigade - Erasmus Sport Medisch Team - Lazywave Duikers
		Betalen: NL18 INGB 0006 9485 82 Stichting Aquarius o.v.v. Rotterdam Swim en uw voor- en achternaam
		Gefaseerde start: De Rotterdam Swim kent gezien het grote aantal deelnemers een gefaseerde start. Bij een gefaseerde start, starten de langzaamste deelnemers het eerst en elke minuut start een snellere groep. Op basis van u snelheid bij inschrijving wordt u ingedeeld