

Open Nederlandse Masters
Kampioenschappen Zwemmen
(Lange Baan)

2/3/4/5 Mei 2024



Informatieboekje



Inhoud

Locatie en Plattegrond	4
Drinken, Lunch & Masters buffet	5
Horeca	5
Masters Buffet 2024	5
Overzicht deelnemende verenigingen	6
Buitenland	6
Nederland	6
Sport Massage	7
Programma ONMK 2024	8
ONMK Kampioenschaps Records (2000-2023, long course)	11
Statistieken ONMK Ib 2000-2023	13
Verdeling deelnemers per leeftijdsgroep per jaar 2000-2024	14
Verslaglegging	15
Toernooi fotograaf	15
Foto Pagina	15
Groepsfoto	15
LiveTiming	15
Livestream	15
Toernooi Updates via Telegram	15
EHBO	16
Masterskleding	16
Mededelingen en informatie	17
Nieuwbouw Tongelreep	19



Voorwoord

Dit is alweer de twaalfde maal dat de **Open Nederlandse Masters Kampioenschappen Zwemmen** in Eindhoven wordt georganiseerd.

We zijn blij dat we weer veel deelnemers mogen verwelkomen. Er is deze ONMK een record inschrijving met 1116 deelnemers van 181 teams uit 18 landen met 4093 individuele en 480 estafette inschrijvingen. Er is daarom een limitering toepast op 320 inschrijvingen, voor het eerste op alle sessies en op de 4x100 en 4x200 estafettes. In de praktijk mag een deel van de reserves gelukkig uiteindelijk wel starten.

Een speciaal welkom voor de zwemmers die voor het eerst meedoen aan de ONMK in ons mooie **Pieter van den Hoogenband Zwemstadion** in Eindhoven. Sommige van hen hebben mogelijk al even moeten wachten op hun masters debuut. We hopen dat jullie je snel thuis voelen in de mastersfamilie.

Dit jaar zal de wedstrijd worden geleid door de scheidsrechters Bart Köhlen en Jos Bosman. Starters zijn Henk van de Brink en Pleun Kleinveld. In totaal zijn er zo'n 65 officials actief gedurende het weekend.

Gedurende het toernooi is de zwemsportwinkel van RobSport.nl geopend. Deze is te vinden in de hal bij de entree van het zwemcentrum.

We willen graag alle mensen bedanken die hebben geholpen met de voorbereidingen en zij die tijdens het toernooi helpen om het opnieuw een groot succes te maken. Vooral veel dank ook voor degenen die de vele ingezonden e-mails met inschrijvingen, wijzigingen en vragen hebben verwerkt. Speciale dank dus voor Ariën en Iny die veel tijd hebben besteed aan het verwerken van de inzendingen. En verder Kees-Jan en Annet voor hun bijdrage in het voortraject.

Namens de organisatie willen we iedereen een sportief succesvol en gezellig toernooi wensen met goede prestaties in het water.

Organisatie ODMC 2024
Harold, Ron

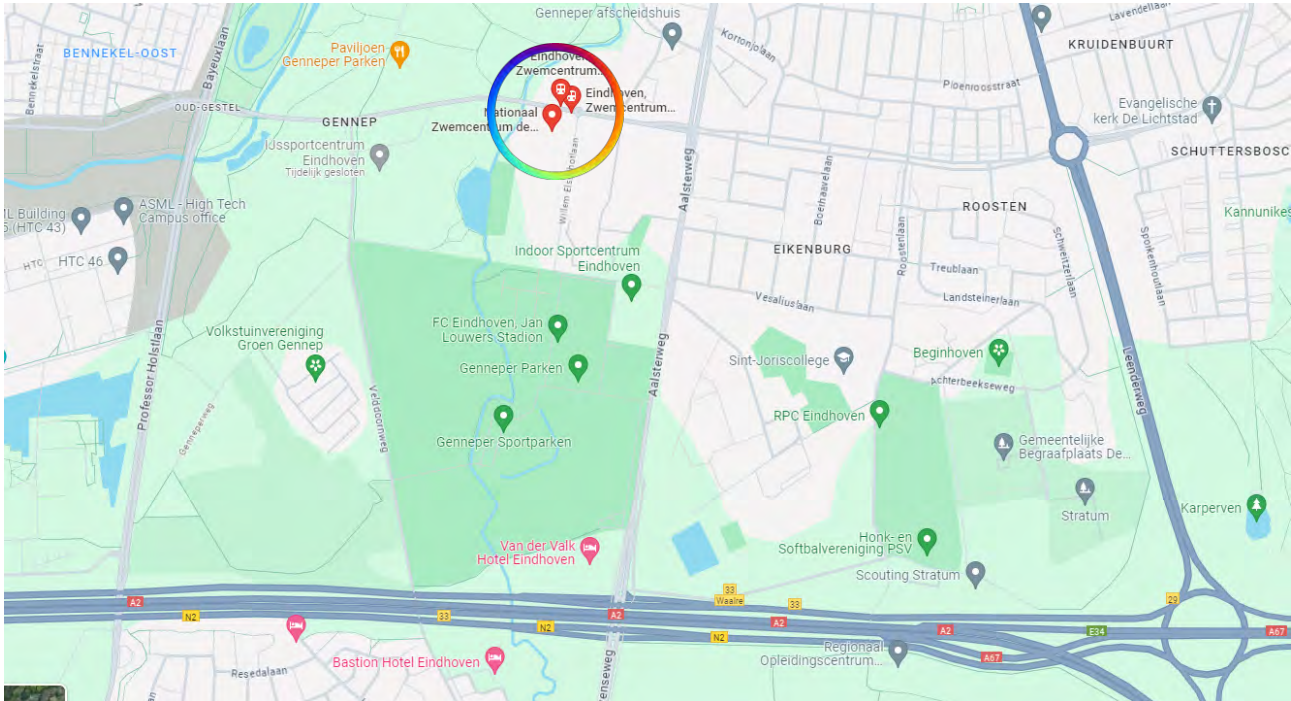
De organisatie is tijdens de wedstrijd alleen bereikbaar via: +31 (040) 238 1140.

Locatie en Plattegrond

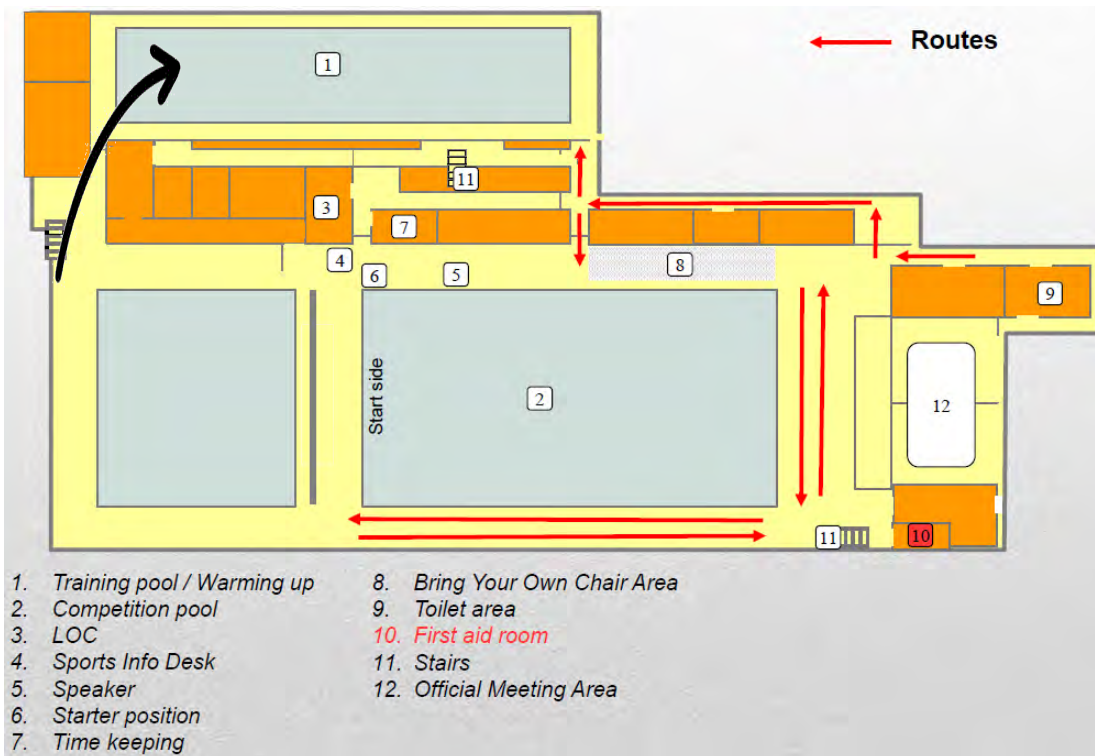
Adres

Nationaal Zwemcentrum de Tongelreep
Antoon Coolenlaan 1
5644 RX Eindhoven
040 238 1139

Parkeren kan op de grote parkeerplaats aan de Antoon Coolenlaan.
Hier zijn ook een aantal oplaadpunten.



Plattegrond Pieter van den Hoogenband zwemstadion



Wegens de verbouwing is het trainingsbad alleen bereikbaar via het springbad

Drinken, Lunch & Masters buffet

Horeca

Gedurende het toernooi zijn er binnen de zwemaccommodatie helaas zeer beperkte horecavoorzieningen. De sportbar is gedurende het toernooi nauwelijks open en heeft een zeer beperkt assortiment (alleen drinken en snacks) en is niet goedkoop.

Het advies is om zoveel mogelijk zelf eten en drinken mee te nemen.

Voor **verse koffie** tegen redelijke prijs kan men terecht bij terecht bij zorgcentrum **Wissehaeghe**. Dit ligt recht tegenover het zwembad. Ingang via het terras, als deze open is, anders net om de hoek via de hoofd ingang

Voor **lunch** kan men terecht bij **Paviljoen Genneper parken**

<https://www.paviljoengenneperparken.nl/>

Het paviljoen is gesitueerd tegenover de grote parkeerplaats naast het zwembad

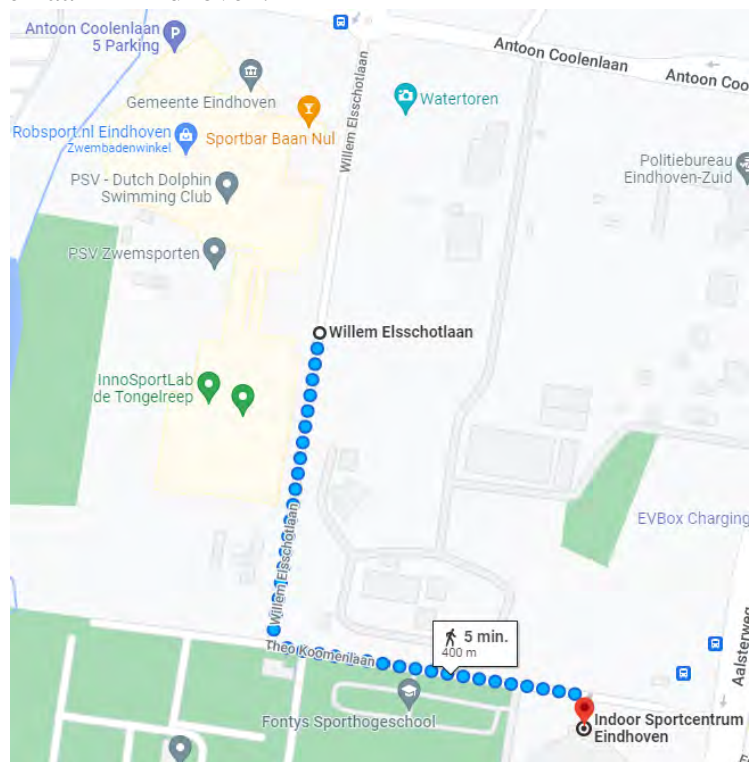
Masters Buffet 2024

Het Masters Buffet vindt plaats op zaterdag 4 mei van 19:00-20:30 in het **Indoor Sportcentrum**, Theo Koomenlaan 1 Eindhoven.

Het menu van dit jaar is:

- wilde rijst
- kip gehakt balletjes in zoetzure saus
- aardappelgratin met truffeltapenade
- hertenstoof met zilvervliesuitjes
- groentenmelange
- gemengde bladsalade
- tomaat mozzarella salade
- stokbrood
- kruidenboter

Dit is inclusief 1 drankje (bier, fris, wijn)



Overzicht deelnemende verenigingen

Buitenland

Oostenrijk

TRI-X-Kufstein

België

Brabo Zwemclub Antwerpen

Cercle De Natation Sportcity Woluwe

Cercle Royal De Natation De Bruxelles

Drie Zes Vijf

Flemish Ardennes Swimming Team

Genker Zwemvereniging Neptunus

Lokerse Zwemvereniging

ROSC

ShaRK - Swimming Region Kempen

Zwemclub Geel

Spanje

Club Natació Swimfaster Salt

Frankrijk

Club Nautique Val de Fensch

Vichy Val D'Allier Natation

Groot-Brittanië

Bridgend Swim Club

Duitsland

Aachener SV 06

ASV Duisburg

Bocholter WSV

Duisburger ST

SC Janus Köln

SG Aumund - Vegesack

SG Bayer

SG Erkelenz - Hückelhoven

SG Mönchengladbach

SG Wuppertal

SSF Bonn

SSV Ulm 1846

SV Albatros Letmathe

SV Blau-Weiß Bochum

SV Wuppertal-Neuenhof 1930 e.V.

TSV Gruiten 1884 e.V

Zehlendorfer TSV 1888

Hongarije

Iron Swim

Italië

ASD Life Academy - Hadria Nuoto

Fonte Meravigliosa Sport

Litouwen

Kauno Takas

Luxembourg

Luxembourg Sharks Swimming Club

Swimming Club Le Dauphin Ettelbruck

Swimming Luxembourg

Matla

San Giljan ASC

Norwegen

Oslo I.L.

Polen

Masters Krasnik (LKR)

Zwitserland

SAS Swiss Alumni Swimming

Slowakije

Vysokoskolsky klub Univerzity komensk

Turkije

Istanbul Yuzme Ihtisas Kulubu

Uskudar su sporlari kulubu

Vereinigde Staten

Lone Star Masters

Nederland

Groningen

Bubble

H2Oldambt

TriVia

ZPC De Kanaalstreek

Friesland

DZ&PC

HZ&PC Heerenveen

Orca

Drente

Aqua 68

Aqualero

De Plons

De Spatters

ZPC Hoogeveen

Overijssel

De Grunte

De Mors

Dedemsvaart-AC

Deltasteur

EZCL (SG)

Het Ravijn

OZ&PC

Steenwijk 1934

SWOL 1894

WS Twente

ZPC De Hof

Gelderland

Aqua-Novio '94

Aquapoldro

Batavia Swim

De Berkelduikers

De Gelenberg

De IJsselmeeuwen

De Meer

De Rijn

DWK

ESCA Zwemmen

Montferland

NDD

Octopus-ZVV (SG)

RZC

SG CWW Swim Team

TZC-Vahalis

WWV Winterswijk

ZC'90

Zuiderzeezwemmers

Utrecht

De Blauwe Schuur

De Duinkickers

De Zwoer
GoSwim
IJZPC
UZSC
VZC
ZPC AMERSFOORT
ZPC Woerden
Zwemlust- den Hommel
Zwemvereniging Hoogland
Amsterdam/Het Gooi
AZ&PC De Futen
De Aalscholver
De Amstel
De Dolfijn
De Otters Het Gooi
Gay Swim Amsterdam
Oceanus
Triton
ZPCH
Noord-Holland
DAW
MSV-Zeemacht
OEZA
SwimGym
Team Noord Holland (SG)
Gouwe Rijnstreek
AZC
BZ&PC
De Columbiaan
GZC DONK
LinK
Niemo Barracuda
Sassenheim

ZVL-1886 Center
Haaglanden
Blue Marlins
De Vliet (SG)
d'ELFT
DES
Feijenoord Albion Zwemclub
HHZV Plons
Westland Swimming Stars
WVZ
ZRO / ROM
ACZ
De Duck
De Geul
De Kempvis
De Schotejil
MNC Dordrecht
Poseidon'56
SCOM/De Zeehond'73 (SG)
Zob'66
ZVVS
ZZ&PC De Devel
Zeeland
De Bevelanders
De Marlijn (SG)
De Schelde
Onderdak
Scheldestroom
ZPC De Zeeuwse Kust
Noord Brabant
AquAmigos
Arethusa

De Biesboschzwemmers
De Treffers
De Warande
De Zilvermeeuw
DIO
Hieronymus
Hydra
Nautilus
Nayade
Neptunus'58
Nuenen
Old Dutch
PSV
SBC2000
Tempo
Tiamat
TRB-RES
VZV Njord
Z&PC Zegenwerp
ZVDO'74
Limburg
De Rog
Hellas-Glana
HZPC
Mosa-Regio
MZ&PC Maastricht
Nederweert
Patrick-De Roersoppers (SG)
RZ
Vivalo
ZEPS
Zwemclub Eijsden
Zwemsport Parkstad

Sport Massage

Tijdens de ONMK is er de mogelijkheid om een sport massage te boeken.

Vrijdag	13:00-17:00
Zaterdag	12:00-17:00
Zondag	12:00-17:00

De kosten hiervoor zijn €20,- per sessie van 20 minuten

Een sessie kan worden geboekt vanaf donderdagmiddag via een intekenlijst bij de Sportinfo Desk.

Programma ONMK 2024

Dag 1 donderdagmiddag sessie 1	
1	1500m vrije slag Heren
2	1500m vrije slag Dames

Dag 2 vrijdagochtend sessie 2	
3	400m vrije slag Heren
4	400m vrije slag Dames
5	100m schoolslag Heren
6	100m schoolslag Dames

Dag 2 vrijdagmiddag sessie 3	
7	200m wisselslag Heren
8	200m wisselslag Dames
9	50m rugslag Heren
10	50m rugslag Dames
11	100m vrije slag Heren
12	100m vrije slag Dames
13	200m vlinderslag Heren
14	200m vlinderslag Dames
Pauze 5min	
15	4x200m vrije slag Dames/Heren/Gemengd

Dag 3 zaterdagochtend sessie 4	
16	800m vrije slag Dames
17	400m wisselslag Heren
Pauze 5min	
18	4x100m vrije slag Dames/Heren/Gemengd

Overzicht sessies			
Sessie	Inzwem	Wedstrijd	Einde
Donderdag 2 mei 2024			
1	11:30	12:30	18:00
Vrijdag 3 mei 2024			
2	08:00	09:00	12:00
3	12:00	13:00	18:00
Zaterdag 4 mei 2024			
4	08:30	09:30	12:30
5	12:30	13:30	18:30
Mastersbuffet		18:30	20:30
Zondag 5 mei 2024			
6	08:30	09:30	12:30
7	12:30	13:30	17:30

Dag 3 zaterdagmiddag sessie 5	
20	50m schoolslag Dames
21	50m schoolslag Heren
22	200m rugslag Dames
23	200m rugslag Heren
24	100m vlinderslag Dames
25	100m vlinderslag Heren
26	200m vrije slag Dames
27	200m vrije slag Heren
Pauze 5min	
28	4x50m wisselslag Dames/Heren/Gemengd

Dag 4 zondagochtend sessie 6	
29	800m vrije slag Heren
30	400m wisselslag Dames
Pauze 5min	
31	4x100m wisselslag Dames/Heren/Gemengd

Dag 4 zondagmiddag sessie 7	
33	50m vrije slag Heren
34	50m vrije slag Dames
35	200m schoolslag Heren
36	200m schoolslag Dames
37	50m vlinderslag Heren
38	50m vlinderslag Dames
39	100m rugslag Heren
40	100m rugslag Dames
Pauze 5min	
41	4x50m vrije slag Dames/Heren/Gemengd

Let Op!

Pauzes van 2 x 15 minuten tijdens de sessies worden bepaald bij het publiceren van de startlijsten. De pauzes tussen de ochtend- en middagsessies duren minimaal 1 uur, hierdoor kunnen de middagsessies iets later beginnen.

Zweminformatie

Zwembadregels, lockers en stoelen

Buitenschoeisel is verboden op de zwembad. Blauwe schoentjes zijn, indien nodig, beschikbaar.

Een vriendelijk verzoek om alle afval in een prullenbak te deponeren !!

Er zijn lockers bij de kleedkamers waar met een waarborg van €0,50 de spullen veilig kunnen worden opgeborgen. Men is vrij om een eigen stoel mee te nemen.

Warming up/training

Het wedstrijdbad uiterlijk 5 minuten voor aanvang van de wedstrijd verlaten. Er is geen inzwem-mogelijkheid in het wedstrijdbad gedurende de korte pauzes, wel in de lunchpauze.

Gedurende de wedstrijd is het trainingsbad beschikbaar voor in- en uitzwemmen.

	Wedstrijdbad	Trainingsbad	Wedstrijdbad	Trainingsbad
Donderdag			11:30-12:25	12:30-18:00
Vrijdag	8:00-8:55	9:00-12:00	12:00-12:55	13:00-18:00
Zaterdag	8:30-9:25	9:30-12:30	12:30-13:25	13:30-18:30
Zondag	8:30-9:25	9:30-12:30	12:30-13:25	13:30-17:30

Startprocedure

Alle starts zijn vanaf de zijde van het springbad.

Het is een **één starts wedstrijd**. Er is geen voorstart, dus wees op tijd, er wordt niet gewacht.

Er is een **overhead start** met uitzondering van de 50 meter nummers en de 4x50m estafettes.

Na de aankomst dienen de zwemmers in de eigen baan te blijven, bij de lijn en met minstens een meter afstand van de aankomstplaat. Na de start van de volgende serie, of bij instructie van de officials, moeten de zwemmers zo snel als mogelijk via de zijkant het water verlaten.

Afmeldingen

Afmeldingen moeten bij de organisatie zijn ingeleverd uiterlijk voor de start van de eerste juryvergadering van de dag (donderdag 12:30, andere dagen 8:00).

Bij voorkeur via e-mail mastersinschrijvingen@knzb.nl of schriftelijk bij de Sportinfo Desk.

Afmeldingen die later binnen komen worden beboet volgende de geldende regels.

De scheidsrechter kan besluiten om een deelnemer uit de wedstrijd te halen indien deze zijn inschrijftijd met een ruime marge dreigt te overschrijden.

Estafette wijzigingen

Graag uw wijziging doorgeven voor het inzwemmen van de sessie waarin de estafette wordt gezwommen. Veranderingen in geslacht of leeftijdscategorie zijn niet toegestaan.

Men kan een eigen formulier gebruiken of een formulier bij de Sportinfo desk.

Resultaten

Resultaten zullen worden gepubliceerd in het zwembad, op <https://mastersprint.nl/live/>, via de SplashMe-app en (na het toernooi) op de website van PSV Masters.

Medailles, ceremonieën, prijzen

Voor elk programma geldt voor elke leeftijdsgroep dat er medailles zijn voor de eerste drie Nederlanders en voor de buitenlanders die in de top 3 eindigen. Dit geldt ook voor estafettes.

Medailles kunnen worden opgehaald bij de Sportinfo Desk. Medailles voor de estafettes dienen voor het gehele team in één keer te worden opgehaald. Zwemmers die een Wereld, Europees of Nationaal Masters record komen in aanmerking voor een extra prijs. Dit geldt ook voor estafettes!

Medailles en prijzen worden niet nagestuurd.

Kinderen

Jonge kinderen zonder zwemdiploma zijn verplicht zwembandjes te dragen op de zwembad.

Kinderen mogen niet spelen in het trainingsbad.

Zwempakken, Tape en Horloges

De ONMK en KNZB volgen de FINA regels voor zwempakken. Het gebruik van tape is uitsluitend toegestaan indien vooraf aangemeld en voorzien van een toestemming van de Bondsarts.

Horloges zijn niet toegestaan en worden gezien als hulpmiddel.

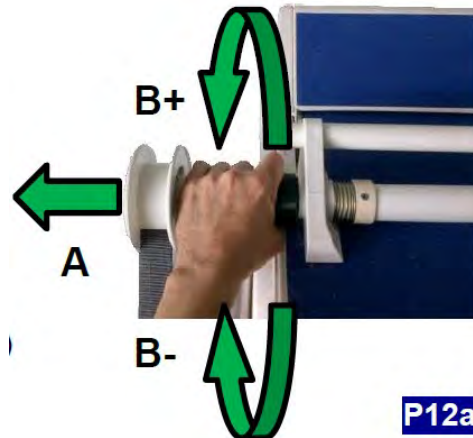
De organisatie is tijdens de wedstrijd alleen bereikbaar via: +31 (040) 238 1140.

Rugslagstartsteun

Tijdens de ONMK zal gebruikt worden gemaakt van de rugslagstartsteun.
Met deze steun kun je makkelijker starten met minder kans op wegglijden.
De official zal aan de zwemmer vragen of hij/zij deze wil gebruiken.

Als de zwemmer hiervan gebruik wil maken, zal de official de steun klaar hangen op stand 0.

Verstellen steun



De zwemmer kan zelf de stand naar boven (+2 of +4 cm) of naar beneden (-2 of -4 cm) bijstellen. Hiertoe trek men de knop naar buiten, draait men de knop in de gewenste positie en duwt men de knop weer terug.

Let op: bij het gebruik is het verplicht om met de tenen de antiek plaat aan te raken. De official bij de baan zal hierop toezien.



TIP: als je de steun gebruikt, kun je het beste de hoge greep vastpakken.



ONMK Kampioenschaps Records (2000-2023, long course)

De Kampioenschaps Records zijn de snelste tijden die in een bepaalde leeftijdscategorie zijn gezwommen over alle kampioenschappen sinds 2000. Sinds 2009 zijn er ook 20+ records. In voorgaand jaren kwam deze groep uit in aparte programmanummers als pre-masters.

Dames	Slag	20+	25+	30+	35+	40+	45+	50+	55+
50	vlinder	0:27,98	0:28,09	0:28,23	0:29,75	0:29,47	0:31,04	0:31,19	0:31,91
100	vlinder	1:04,31	1:03,69	1:04,23	1:07,01	1:09,10	1:11,72	1:11,16	1:14,27
200	vlinder	2:23,71	2:27,03	2:25,10	2:26,13	2:35,98	2:47,75	2:40,98	2:38,33
50	rug	0:29,64	0:30,01	0:31,90	0:33,00	0:33,70	0:34,12	0:34,55	0:35,46
100	rug	1:07,54	1:05,44	1:08,46	1:13,34	1:13,23	1:13,64	1:14,26	1:17,35
200	rug	2:24,18	2:23,12	2:34,74	2:34,85	2:37,28	2:39,08	2:43,59	2:46,64
50	school	0:34,20	0:33,48	0:33,15	0:35,47	0:36,40	0:34,84	0:36,95	0:38,31
100	school	1:14,77	1:13,77	1:13,68	1:18,61	1:20,49	1:15,23	1:23,15	1:26,79
200	school	2:39,11	2:44,28	2:41,81	2:53,15	2:53,58	2:48,04	3:04,80	3:06,70
50	vrij	0:25,62	0:26,83	0:27,31	0:28,31	0:28,44	0:28,00	0:29,31	0:29,34
100	vrij	0:56,49	0:58,30	0:59,16	1:01,55	1:01,48	1:02,52	1:04,94	1:05,73
200	vrij	2:07,51	2:07,70	2:08,64	2:15,67	2:09,78	2:11,84	2:20,41	2:22,59
400	vrij	4:33,11	4:32,99	4:36,20	4:42,14	4:29,65	4:35,00	4:55,91	5:00,09
800	vrij	9:16,61	9:23,03	9:35,48	9:45,63	9:10,90	9:31,81	10:05,71	10:05,68
1500	vrij	17:30,58	18:18,61	18:48,96	18:23,39	17:31,51	18:07,84	19:22,87	19:46,71
200	wissel	2:26,46	2:23,24	2:31,56	2:29,95	2:34,30	2:34,74	2:43,54	2:44,13
400	wissel	5:10,65	5:19,43	5:16,92	5:21,60	5:29,40	5:43,75	5:39,44	5:44,75

Dames	Slag	60+	65+	70+	75+	80+	85+	90+	95+
50	vlinder	0:34,14	0:35,33	0:40,27	0:42,85	1:07,79	1:11,26		
100	vlinder	1:21,32	1:20,90	1:44,13		2:29,36	2:29,94		
200	vlinder	2:54,50	3:55,64	4:47,59					
50	rug	0:38,12	0:38,83	0:40,34	0:51,19	0:54,51	1:01,74	1:31,61	1:43,62
100	rug	1:20,34	1:22,93	1:25,20	1:44,66	2:02,78	2:19,92	3:19,12	3:43,56
200	rug	2:52,02	3:01,92	3:27,58	4:12,57	4:28,02		6:55,37	
50	school	0:41,31	0:41,98	0:46,44	0:47,68	0:49,66	0:51,83	1:44,41	2:07,19
100	school	1:29,14	1:36,79	1:46,37	1:46,04	1:50,94	1:54,96	3:46,60	4:35,18
200	school	3:13,45	3:20,24	3:49,06	3:57,34	4:05,52	4:18,23	8:13,89	
50	vrij	0:30,95	0:31,29	0:33,80	0:37,85	0:40,60	0:48,10	1:16,67	1:25,55
100	vrij	1:08,25	1:09,29	1:16,80	1:29,75	1:35,94	1:58,45	3:14,41	3:56,62
200	vrij	2:30,46	2:39,72	2:56,90	3:07,41	3:41,56	4:20,05	7:15,64	
400	vrij	5:21,94	5:44,45	6:08,98	6:26,75	7:56,27	9:14,53		
800	vrij	11:10,33	11:33,83	14:00,74	13:46,97	16:15,33	18:55,00		
1500	vrij	21:38,87	23:00,95	26:37,42	28:55,03	34:52,80	35:55,82		
200	wissel	2:50,86	2:55,57	3:16,45	4:33,65				
400	wissel	6:01,90	6:21,10	9:07,16					

Heren	Slag	20+	25+	30+	35+	40+	45+	50+	55+
50	vlinder	0:25,06	0:23,90	0:25,32	0:26,96	0:26,46	0:25,71	0:26,29	0:27,73
100	vlinder	0:56,17	0:57,02	0:56,58	1:01,38	0:59,92	0:58,54	0:58,62	1:01,62
200	vlinder	2:05,66	2:12,82	2:12,77	2:26,75	2:21,44	2:17,94	2:15,06	2:19,18
50	rug	0:26,70	0:26,75	0:27,89	0:28,83	0:28,95	0:29,60	0:29,78	0:31,57
100	rug	0:57,17	0:57,51	1:03,43	1:02,28	1:03,21	1:04,26	1:06,23	1:09,36
200	rug	2:10,58	2:14,20	2:18,20	2:16,84	2:19,85	2:21,10	2:27,57	2:31,86
50	school	0:29,53	0:29,16	0:29,55	0:29,31	0:31,50	0:31,82	0:32,96	0:33,85

Heren	Slag	20+	25+	30+	35+	40+	45+	50+	55+
100	school	1:05,14	1:04,61	1:07,12	1:05,65	1:10,23	1:10,52	1:14,63	1:16,11
200	school	2:25,31	2:25,25	2:27,30	2:27,11	2:35,72	2:40,86	2:42,47	2:45,61
50	vrij	0:23,24	0:23,38	0:23,49	0:24,86	0:24,76	0:25,09	0:25,20	0:26,43
100	vrij	0:51,62	0:51,37	0:52,00	0:53,89	0:54,42	0:55,05	0:55,17	0:58,67
200	vrij	1:54,29	1:54,22	1:59,19	2:00,38	2:02,66	2:02,69	2:03,94	2:10,32
400	vrij	4:20,09	4:12,70	4:15,90	4:29,41	4:23,92	4:29,75	4:37,49	4:39,58
800	vrij	9:01,43	8:41,99	8:59,02	9:11,35	9:24,08	9:34,04	9:33,24	9:39,03
1500	vrij	17:10,99	16:44,41	17:17,26	17:39,55	18:11,86	18:32,16	18:34,41	18:41,25
200	wissel	2:10,80	2:12,58	2:17,93	2:18,56	2:19,29	2:20,91	2:25,76	2:29,17
400	wissel	4:51,88	4:42,78	4:53,36	5:02,59	5:00,31	5:07,68	5:06,60	5:17,57

Heren	Slag	60+	65+	70+	75+	80+	85+	90+	95+
50	vlinder	0:27,65	0:29,30	0:34,50	0:40,82	0:41,36			
100	vlinder	1:02,00	1:05,82	1:28,46	1:41,93	2:21,78			
200	vlinder	2:23,52	2:32,00	3:30,61	3:57,15				
50	rug	0:32,19	0:35,23	0:36,43	0:38,57	0:43,34	0:52,38	1:17,10	
100	rug	1:10,93	1:16,69	1:21,27	1:27,74	1:40,21	2:01,04	3:14,41	
200	rug	2:37,55	2:51,40	3:04,41	3:10,67	3:39,38	4:28,19		
50	school	0:34,76	0:38,19	0:40,64	0:42,76	0:45,82	1:15,65	1:52,51	
100	school	1:18,24	1:20,29	1:31,87	1:38,64	1:53,00	2:57,62	4:10,43	
200	school	2:56,02	2:58,78	3:25,99	3:41,63	4:02,87			
50	vrij	0:27,13	0:29,36	0:31,01	0:33,79	0:34,23	0:42,81	1:13,39	
100	vrij	1:00,46	1:03,60	1:10,25	1:18,88	1:21,86	1:37,69	3:05,39	
200	vrij	2:13,47	2:19,99	2:43,59	2:57,90	3:07,23	3:51,93		
400	vrij	4:50,00	4:54,43	5:49,34	6:31,55	6:38,12	8:39,11		
800	vrij	10:03,69	10:32,07	12:26,90	13:30,84	13:41,17	18:28,24		
1500	vrij	19:08,78	21:18,53	23:52,88	25:40,19	26:13,81	34:59,83		
200	wissel	2:33,99	2:38,68	3:03,39	3:30,61	4:13,43			
400	wissel	5:34,79	6:15,57	7:16,23	7:35,11	9:15,28			

Estafette	Slag		80+	100+	120+	160+	200+	240+	280+	320+
4x50	vrij	Dames	1:51,98	1:53,56	1:54,76	1:59,01	1:58,66	2:13,23	2:30,19	3:47,00
4x50	wissel	Dames	2:05,15	2:06,61	2:06,24	2:12,25	2:15,91	2:26,23	3:21,31	4:10,84
4x50	vrij	Heren	1:37,66	1:38,74	1:40,56	1:43,25	1:47,74	1:54,53	2:21,93	
4x50	wissel	Heren	1:50,26	1:50,00	1:52,59	1:56,93	2:00,63	2:11,97	2:47,15	
4x50	vrij	Gemengd	1:44,27	1:44,59	1:47,87	1:51,21	1:51,50	1:56,14	2:23,07	3:32,73
4x50	wissel	Gemengd	1:57,14	1:53,92	1:57,54	2:00,30	2:07,81	2:08,71	2:42,97	4:34,35
4x100	vrij	Dames	4:06,67	4:06,21	4:07,52	4:23,88	4:25,78	4:57,76	5:39,58	8:50,07
4x100	wissel	Dames	4:36,61	4:39,75	4:39,05	4:52,88	4:58,55	5:34,98	6:43,79	10:22,93
4x100	vrij	Heren	3:45,69	3:37,83	3:45,50	3:51,14	3:56,72	4:17,68	5:39,85	
4x100	wissel	Heren	4:11,22	4:02,05	4:04,86	4:22,03	4:29,25	4:56,99	6:17,00	
4x100	vrij	Gemengd	3:55,20	3:55,04	4:00,28	4:06,63	4:15,97	4:20,39	6:11,01	7:16,29
4x100	wissel	Gemengd	4:22,90	4:22,53	4:23,51	4:38,28	4:46,35	5:00,59	6:35,90	9:21,81
4x200	vrij	Dames	9:07,56	9:25,00	9:32,87	9:53,86	9:42,63	11:08,20	12:25,08	18:39,49
4x200	vrij	Heren	8:39,26	8:33,26	8:35,20	8:47,18	8:47,63	10:20,84	12:44,37	
4x200	vrij	Gemengd	8:50,88	8:44,61	8:53,72	9:19,93	9:46,40	9:44,46	13:57,75	15:16,47

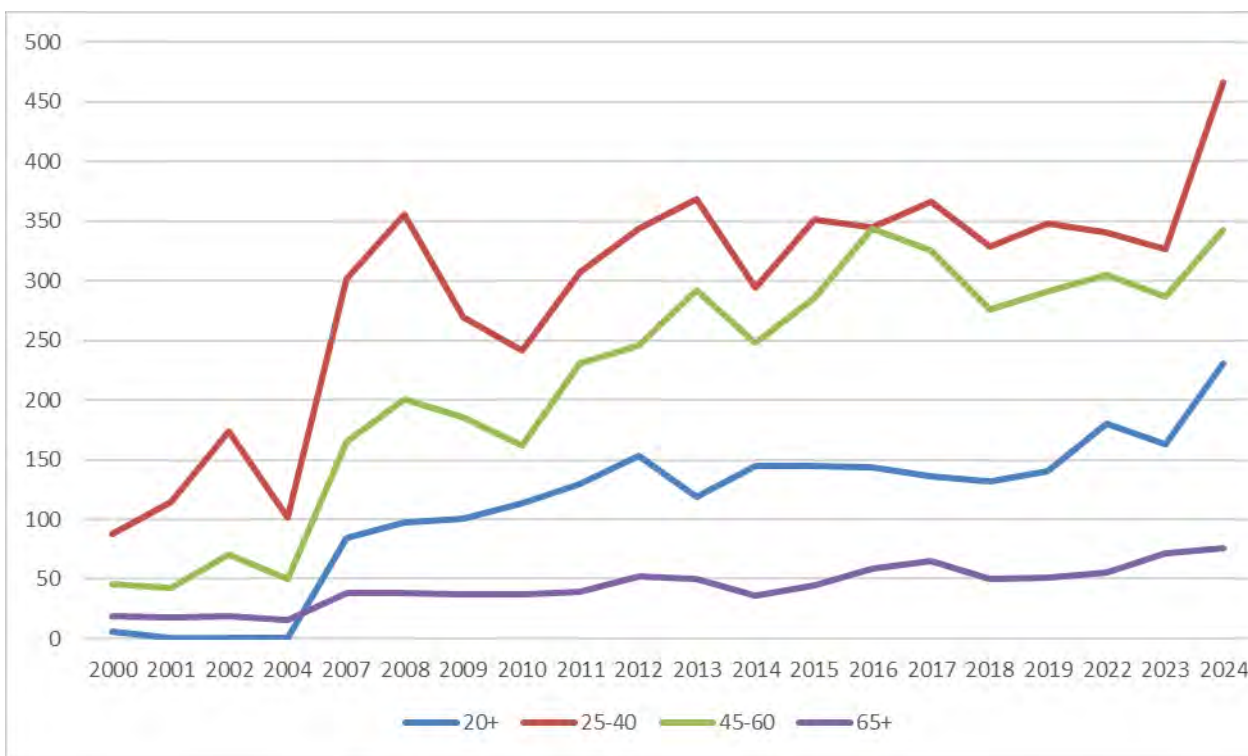
Statistieken ONMK Ib 2000-2023

Plaats	Nijmegen	Nijmegen	Dordrecht	Drachten	Eindhoven	Eindhoven	Eindhoven	Eindhoven	Eindhoven	Eindhoven
Begindatum	09/06/2000	26/05/2001	19/01/2002	23/01/2004	20/04/2007	18/01/2008	08/05/2009	07/05/2010	06/05/2011	04/05/2012
Einddatum	11/06/2000	27/05/2001	20/01/2002	25/01/2004	22/04/2007	20/01/2008	10/05/2009	09/05/2010	08/05/2011	06/05/2012
Jaar	2000	2001	2002	2004	2007	2008	2009	2010	2011	2012
# starts	687	871	1162	750	2397	3015	2503	2235	2816	2966
# starts individueel	687	871	1115	750	2318	2884	2416	2123	2590	2713
# starts estafette	0	0	47	0	79	131	87	112	226	253
# ereplaatsen	533	585	739	586	990	1056	1054	1020	1156	1216
1	289	290	331	299	411	413	421	416	454	481
2	159	175	241	183	319	343	355	336	390	400
3	85	120	167	104	260	300	278	268	312	335
# ereplaatsen estafettes	0	0	35	0	61	76	61	92	154	177
Medaillegraad	77,58%	67,16%	63,60%	78,13%	41,30%	35,02%	42,11%	45,64%	41,05%	41,00%
# records	36	29	13	21	114	91	87	89	134	135
NMR	23	23	11	19	73	53	56	54	75	72
NMR ev	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0
EMR	6	4	1	2	3	3	7	6	5	4
WMR	0	0	1	0	0	2	1	8	3	4
NMR (buitenland)	7	1	0	0	38	33	23	21	51	55
CR	370	172	198	107	327	227	189	114	166	144
# starts	651	800	1088	714	2304	2856	2419	2138	2724	2894
# verenigingen	56	68	93	54	133	173	160	145	178	179
# zwemmers	166	192	280	175	607	708	600	552	705	789
# starts p.p.	4,14	4,54	3,98	4,29	3,82	4,07	4,03	3,85	3,67	3,44
# zwemmers buitenland	21	15	26	3	66	161	101	84	144	173
# landen	4	5	7	2	8	13	9	9	10	13

Plaats	Eindhoven	Den Haag	Eindhoven	Eindhoven	Eindhoven	Den Haag	Amersfoort	Eindhoven	Amersfoort	TOT
Begindatum	03/05/2013	02/05/2014	08/05/2015	05/05/2016	04/05/2017	03/05/2018	02/05/2019	05/05/2022	04/05/2023	
Einddatum	05/05/2013	04/05/2014	10/05/2015	08/05/2016	07/05/2017	06/05/2018	05/05/2019	08/05/2022	07/05/2023	
Jaar	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2022	2023	TOT
# starts	3096	2778	3225	3509	3503	3274	3524	3598	3655	49564
# starts individueel	2833	2511	2946	3244	3212	2955	3175	3219	3295	45857
# starts estafette	263	267	279	265	291	319	349	379	360	3707
# ereplaatsen	1228	1173	1244	1306	1319	1304	1314	1356	1373	20552
1	481	464	486	503	508	508	494	525	520	8294
2	405	392	410	427	441	433	434	448	457	6748
3	342	317	348	376	370	363	386	383	396	5510
# ereplaatsen estafettes	171	169	186	184	207	208	209	236	241	2467
Medaillegraad	39,66%	42,22%	38,57%	37,22%	37,65%	39,83%	37,29%	37,69%	37,56%	
# records	117	70	123	157	138	142	79	218	118	1911
NMR	68	61	80	90	64	92	60	106	68	1148
NMR ev	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
EMR	5	1	9	17	11	5	4	13	16	122
WMR	2	1	2	4	1	6	4	0	3	42
NMR (buitenland)	42	7	32	46	62	39	11	99	31	598
CR	134	92	114	147	135	153	80	159	114	3142
# starts	3048	2674	3161	3329	3488	3128	3495	3564	3619	48094
# verenigingen	188	150	171	196	190	165	159	165	164	767
# zwemmers	815	708	806	888	857	755	804	839	837	4431
# starts p.p.	3,48	3,55	3,66	3,65	3,75	3,91	3,95	3,84	3,94	10,35
# zwemmers buitenland	138	44	113	156	138	86	65	126	70	910
# landen	14	9	9	10	14	16	11	12	14	30

Verdeling deelnemers per leeftijdsgroep per jaar 2000-2024

Hieronder een overzicht van de verdeling van het aantal zwemmers binnen een cluster van leeftijdsgroepen.



We zien dat een duidelijk toename is van het ONMK deelnemers over alle leeftijden.

CAT	2000	2001	2002	2004	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2022	2023	2024
20+	6	0	0	0	84	97	101	114	130	153	119	145	145	144	136	132	140	180	163	
25+	21	27	37	29	82	106	83	73	94	115	134	103	119	120	146	110	126	127	132	
30+	28	32	43	21	53	82	61	59	61	69	80	73	79	89	76	82	90	90	79	
35+	18	30	43	24	74	68	51	41	64	71	62	55	72	66	76	71	59	65	64	
40+	21	26	51	28	93	100	74	68	88	89	93	63	81	70	68	66	73	59	52	
45+	10	12	24	21	88	110	98	67	90	90	113	95	121	115	105	83	68	74	75	
50+	14	11	14	12	44	44	42	56	79	80	87	83	82	119	112	97	102	91	74	
55+	7	8	17	11	17	25	29	23	33	44	59	44	57	68	70	66	80	76	84	
60+	15	11	15	6	16	22	17	16	29	32	33	26	26	42	38	30	41	64	54	
65+	7	8	9	7	14	12	14	13	15	21	21	15	14	23	27	19	28	22	32	
70+	6	4	5	2	15	17	13	13	11	15	10	13	15	18	17	14	10	17	25	
75+	5	4	3	4	6	7	6	8	7	11	11	5	6	10	12	9	6	9	8	
80+	1	2	2	3	3	2	4	2	4	4	6	3	8	5	6	5	5	5	3	
85+	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	1	2	0	2	2	1	2	1	4	
90+	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2	0	0	0	
95+	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	
TOT	159	175	263	168	589	692	593	554	707	795	830	723	827	892	892	787	830	881	849	
CAT	2000	2001	2002	2004	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2022	2023	2024
20+	4%	0%	0%	0%	14%	14%	17%	21%	18%	19%	14%	20%	18%	16%	15%	17%	17%	20%	19%	
25-40	55%	66%	66%	61%	51%	51%	45%	44%	43%	43%	44%	41%	42%	39%	41%	42%	42%	39%	39%	
45-60	29%	24%	27%	30%	28%	29%	31%	29%	33%	31%	35%	34%	35%	39%	36%	35%	35%	35%	34%	
65+	12%	10%	7%	10%	6%	5%	6%	7%	6%	7%	6%	5%	5%	7%	7%	6%	6%	6%	8%	

Verslaglegging

Toernooi fotograaf



Uw (actie)foto van het ONMK 2024

Gedurende het hele kampioenschap loopt onze fotograaf Kees-Jan rond. Vraag hem rustig vooraf als je graag een bepaald soort foto wilt hebben. Zie je hem niet? Vraag het aan de infodesk. Een zijaanzicht, vooraanzicht, laag of hoog, start of zwemmend. Je vraagt het hem maar.

Het beste is op de dag zelf Kees-Jan aan te spreken met je wensen, dan kan hij deze direct op de startlijst aantekenen.

Foto Pagina

<https://bit.ly/ONMK2024IbEindhovenFoto>

Groepsfoto

Op zondag middag in de pauze, rond 15:30 zal er een groepsfoto worden gemaakt van alle zwemmers. Hiervoor verzamelen we op het startplatform.

Eerst doen we dit met alle zwemmers, en daarna nog eentje met alleen de niet-Nederlandse deelnemers.

LiveTiming

De actuele Startlijsten en Uitslagen zijn te vinden via de Splashme App en de Livetiming pagina:

<https://mastersprint.nl/live>

Livestream

Net als 2 jaar geleden zal Bryan Tankink weer een livestream verzorgen.

Deze is te bereiken via:

<https://mastersprint.nl/live>

Toernooi Updates via Telegram

Lid worden van ons kanaal kan via

<https://t.me/masterszwemmen>

EHBO



Gedurende het gehele toernooi zijn er EHBO-ers aanwezig.

Deze zullen gepositioneerd worden tussen de speaker en de sportinfodesk.

Masterskleding

De KNZB Taakgroep Masters heeft samen met RobSport het initiatief genomen om uniforme masters kleding te kunnen aanschaffen.

Deze is qua look ongeveer gelijk met de kleding van een aantal jaren geleden. Deze kunnen bijvoorbeeld op EMK's of WMK's worden gedragen.

Alle producten worden voorzien van een oranje KNZB Masters logo, daarbij is ook de mogelijk als optie een naam of team toe te voegen om te bedrukken.



Tijdens het ONMK en ook daarna heeft RobSport een pas-serie beschikbaar in Eindhoven.

Hierbij de prijzen van de producten, deze prijzen zijn inclusief bedrukking van het logo.

- Arena Team Poloshirt Solid Orange 39,95 euro
- Arena Team T-shirt Panel Dames 25,95 euro
- Arena Team Hooded jacket Royal 67,50 euro
- Arena Team Bermuda Royal 39,95 euro
- Arena Team Dames Short royal 29,95 euro

De kosten voor bedrukking van een naam of team zijn 5 euro per stuk.

Hieronder een voorbeeld van de bermuda, short en hoodie



Van de oranje polo en T-shirt is op dit moment geen afbeelding beschikbaar. Dit zijn nieuwe producten bij Arena.

Mededelingen en informatie

Zuidelijke Cirkel 2024

De 'Zuidelijke Cirkel' is een populaire serie van masterswedstrijden in het zuiden van Nederland.

Meer informatie is te vinden op:

www.psvmasters.nl/ZuidelijkeCirkel.shtml

ONMK long course: website

<https://mastersprint.nl/onmk2024lb>

ONMK long course: livetiming

<https://mastersprint.nl/live?>

De site van masters voor masters:

<http://www.mastersprint.nl/>

De webkalender met alle Nederlandse masterswedstrijden

<https://mastersprint.nl/wedstrijdkalender/>

Nederlandse Masters op Facebook

Breid je sociale (masters) network uit en wordt lid van de

Holland Masters Swimming groep op Facebook:

<https://www.facebook.com/groups/HollandMastersSwimming>



Deze kampioenschappen werden mede mogelijk gemaakt door

PSV Masters Zwemmen
Taakgroep Masters Zwemmen
Ariën & Iny
Alle Officials
Alle Vrijwilligers

Nationaal Zwemcentrum De Tongelreep
Genneper Parken
robsport.nl

**DANK VOOR JULLIE
BIJDRAGE**



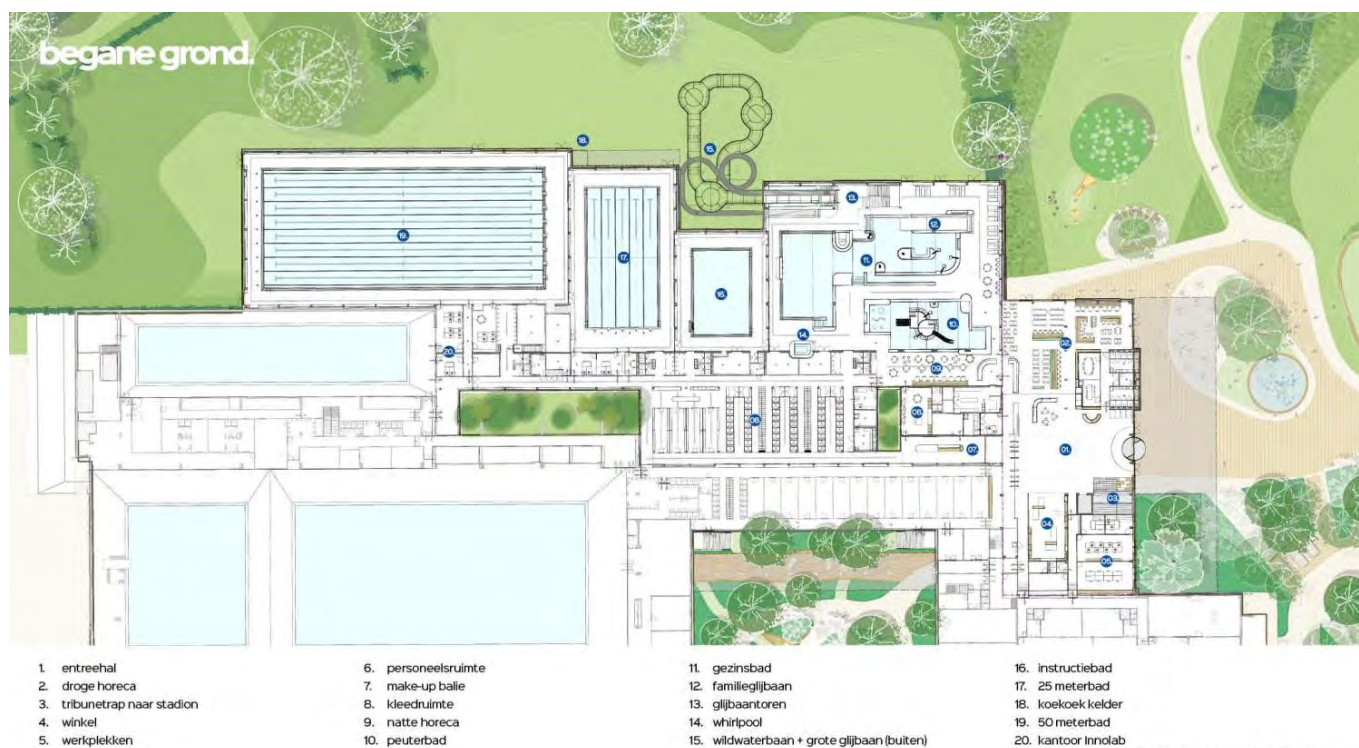
Nieuwbouw Tongelreep

Begin 2023 is gestart met het vervangen van de verouderde recreatie- en leszwembaden. Daarnaast zal er een nieuw 8x50m sportbad bij komen.

Meer info op: <https://www.eindhovenosport.nl/actueel/projecten/de-nieuwe-tongelreep>

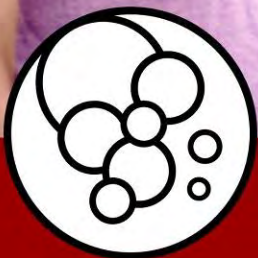
Een animatie is te vinden op: <https://youtu.be/HPqQqDWQneE>

Hieronder een impressie van de layout van het zwemcentrum



GENNEPER PARKEN

Elke dag een
nieuw avontuur?



**Genneper
Parken**

**LEEF je UIT in
Genneper Parken!**

*een initiatief van
gemeente Eindhoven*

Antoon Coolenlaan 1 | Eindhoven | (040) 238 11 11 | www.genneperparken.nl