

Uitleg Reglementen Zwemmen per 06-08-2026

World Aquatics (de Wereld Zwembond) heeft na vragen uit de gehele wereld recent een toelichting gegeven op enkele reglementswijzigingen van 19 februari jl.. Deze toelichting zal ook voor Nederland van toepassing zijn, daar wij de reglementen en interpretaties van World Aquatics volgen.

De reglementen worden nu niet aangepast (gelijk aan World Aquatics), maar deze toelichting is wel leidend.

D7 Schoolslag:

7.3 Het is niet toegestaan op enig moment op de rug te draaien behalve bij het keerpunt na de aantik tegen de wand, waarna het is toegestaan het keerpunt op enigerlei wijze te maken. Zodra de 1^e armslag wordt ingezet nadat het contact met de wand is verbroken dient de borstligging te zijn aangenomen. Vanaf de start en tijdens de gehele race is de volgorde van de cyclus eerst een armslag en dan een beenslag. Alle bewegingen van de armen moeten te allen tijde gelijktijdig zijn zonder afwisselende bewegingen.

Toelichting: Er mogen na het keerpunt geen school- of vlinderbeenslagen worden gemaakt voordat de zwemmer de borstligging heeft aangenomen.

D8 Vlinderslag:

8.1 Het lichaam moet op de borstzijde worden gehouden vanaf het begin van de 1^e armslag na de start en na elk keerpunt.

Toelichting: De zinsnede "en na elk keerpunt" moet worden genegeerd.

8.2 Het is niet toegestaan op enig moment op de rug te draaien behalve bij het keerpunt na de aantik tegen de wand, waarna het is toegestaan het keerpunt op enigerlei wijze te maken. Zodra de 1^e armslag wordt ingezet nadat het contact met de wand is verbroken dient de borstligging te zijn aangenomen.

Toelichting: De laatste zin moet worden gelezen als: De zwemmer moet op de borstzijde zijn na het verlaten van de wand.

D9 Wisselslag - vlinderslag

Toelichting: Gelijk aan de individuele vlinderslag, dus na de start moet men op de borstzijde zijn vanaf de 1^e armslag en na elk keerpunt op de borstzijde na het verlaten van de wand.

D9 Wisselslag – schoolslag

Toelichting: Gelijk aan de individuele schoolslag, dus afzetten na het keerpunt in rugligging is toegestaan, maar er mag geen arm- en/of beenslag gemaakt worden voordat de borstligging is aangenomen.

Deze toelichtingen leiden tot **een herziene versie** op de nieuwe **Diskwalificatiecodelijst** per 1 september 2026, voor de codes SV (nieuw), VL, EH (verwijderd) en WD (verwijderd). Op de herziene versie is AE aangepast vanwege een fout.

Tevens wordt de "**Toelichting op Reglement D Zwemmen, incl. het fungeren als official**" hierdoor **herzien**, nl. SC0, SC6, VL5, WI3.

Commissie Officials & Reglementen Zwemmen (CORZ) van de KNZB –
12 augustus 2026 - Email: officials@knzb-wedstrijdzwemmen.nl