

Nieuwsbrief zwemmen

In deze nieuwsbrief hebben we weer volop nieuws om met je te delen. We beginnen met de aankondiging van de Amsterdam City Swim. Is het Handboek para-zwemmen gelanceerd, een belangrijke stap voor de paralympische zwemsport.

Verder stellen we je graag voor aan Femke Heemskerk, die is gestart als de nieuwe teammanager van TeamNL wedstrijdzwemmen. En natuurlijk blikken we terug op de sterke prestaties van onze TeamNL zwemmers tijdens de internationale wedstrijd in Parijs, waar mooie resultaten werden geboekt.



EVENEMENT

Meld je nu aan voor de Amsterdam City Swim 2025

Op zondag 7 september vindt de jaarlijkse Amsterdam City Swim plaats. Samen met 3.000 deelnemers zwemmen we door de grachten van Amsterdam om geld in te zamelen voor onderzoek naar de dodelijke zenuw-/spierziekte ALS.

Deelnemers vanaf 15 jaar kunnen kiezen uit twee afstanden: de Classic Swim (2,25 km) of de Short Swim (750 m). Voor kinderen van 10 t/m 14 jaar is er de Junior Swim (750 m), waaraan zij samen met een begeleider kunnen deelnemen.

Let op: het aantal plaatsen is beperkt, dus schrijf je tijdig in om verzekerd te zijn van deelname. Samen maken we het verschil in de strijd tegen ALS.

MEER INFORMATIE OF AANMELDEN KAN HIER

Samen verbeteren we de wedstrijden en competities

De KNZB organiseert wekelijks wedstrijden voor tienduizenden zwemsporters en wil deze blijven verbeteren. Daarom wordt voor het tweede jaar een grootschalig onderzoek uitgevoerd naar het competitie- en wedstrijdaanbod. Dit onderzoek richt zich op alle disciplines, zoals wedstrijdzwemmen, waterpolo, synchroonzwemmen, schoonspringen en waterbasketbal. De resultaten worden gebruikt om gerichte verbeteringen door te voeren, zonder de sterke punten van de huidige opzet uit het oog te verliezen. Nieuw dit jaar zijn vragen over het Veilig Sportklimaat, om inzicht te krijgen in hoe sporters dit ervaren. TeamNL-sporters en partners ondersteunen het belang van dit onderzoek en stellen prijzen beschikbaar.

Deelnemers maken kans op o.a. gesigioneerde shirts, badmutsen en tickets voor het NK langebaan. Winnaars worden uiterlijk 1 juni 2025 per mail geïnformeerd.

[JOUW MENING GEVEN? KLIK HIER](#)





PARA-ZWEMMEN

Dichterbij dan je denkt: Een classificatie in het para-zwemmen

In Nederland zijn er in april 2025 ongeveer 50 geclassificeerde para-zwemmers actief. De ervaring leert dat er veel meer zwemmers zijn met een beperking die in aanmerking zouden kunnen komen voor classificatie als para-zwemmer. Een classificatie is namelijk dichterbij dan je wellicht denkt. In het eerder gepubliceerde 'Handboek Paralympisch Zwemmen' biedt de KNZB een overzicht in de diverse beperkingen die vallen binnen het para-zwemmen en de mogelijkheden om je te laten classificeren door specialisten van de KNZB.

**MEER WETEN OVER HET CLASSIFICEREN?
KLIK HIER**

PARTERSHIPS

Exclusieve zwemtas voor KNZB-leden: maak kans!

Sluit in juni een energiecontract af bij Innova Energie en maak kans op de populaire Arena Spiky III Backpack 45. Deze multifunctionele rugtas is perfect voor trainingen, wedstrijden of een ontspannen dag aan het zwembad.

Met een overstap naar Innova Energie profiteer je als KNZB-lid van:

- ✓ Extra ledenkorting
- ✓ 100% groene stroom
- ✓ Zeer scherpe energietarieven

Onder alle zwemmers die vóór 1 augustus overstappen naar Innova Energie, verloten we één Arena Spiky III Backpack 45.

Samen met de KNZB zet Innova Energie zich in voor een duurzame toekomst, in én rondom het zwembad.



LEES MEER OF BEKIJK DE ACTIE HIER

KNZB-opleidingen officieel erkent door European Aquatics

De trainer/coach-opleidingen van de KNZB zijn officieel erkend door de Europese zwembond (European Aquatics). Deze erkenning bevestigt dat de opzet en inhoud van de KNZB-opleidingen voldoen aan de kwaliteitsstandaarden binnen de Europese opleidingsstructuur. De beoordeling is uitgevoerd op basis van de programma's die de KNZB in samenwerking met erkende opleiders aanbiedt.

De erkenning geldt voor alle zwemsportdisciplines – waaronder wedstrijdzwemmen, waterpolo, synchronzwemmen en open water – op niveau 2 tot en met 4. Leszwemmen valt buiten deze erkenning.

Concreet betekent dit dat de KNZB-opleidingen als volgt zijn ingeschaald binnen de Europese structuur: niveau 2 komt overeen met EA level 1, niveau 3 met EA level 2 en niveau 4 met EA level 3. Deze internationale erkenning versterkt de positie van Nederlandse trainers en coaches en vergroot hun mobiliteit binnen Europa.

LEES HIER MEER OVER DE KNZB-OPLEIDINGEN



PARA-ZWEMMEN

KNZB lanceert Handboek Paralympisch zwemmen

Na de succesvolle Paralympische Spelen van Parijs richt de Paralympische zwemploeg het vizier op de toekomst: de Spelen van 2028 en 2032. Om het succes van 2024 voort te zetten, blijft het topsportprogramma zich ontwikkelen en professionaliseren.

Een belangrijke stap hierin is het beter delen van kennis en informatie binnen de zwemsport. Daarom introduceert de KNZB het Handboek Paralympisch Zwemmen. Dit handboek biedt een volledig overzicht van het traject dat een para-zwemmer doorloopt – van de eerste classificatie tot en met deelname aan de Paralympische Spelen.

Het document is onmisbaar voor trainers, coaches, verenigingen en sporters die betrokken zijn bij het wedstrijdzwemmen, en in het bijzonder het para-zwemmen.

COLUMN

"Plezier is het allerbelangrijkste" - Het verhaal van Tessa

Wat begon als een waterpolo-droom bij zwemvereniging De Duck in Brielle, groeide voor Tessa uit tot een echte liefde voor het zwemmen zelf. Ze vond plezier in de trainingen, in het samen zijn met haar teamgenoten en in het najagen van clubrecords. Wedstrijden werden steeds leuker, vooral toen ze begon met het constant verbeteren van haar persoonlijke records.

In 2023 overwoog ze te stoppen, nadat het plezier even verdwenen was. Geen PR's meer, geen energie, en het gevoel dat ze niet op haar plek zat in het team. Maar na haar terugkeer bij Albion keerde het plezier snel terug. De warmte van het team, de gezelligheid tussen de setjes door en het gevoel van thuiskomen gaven haar nieuwe motivatie.

[LEES HIER VERDER](#)

PARTNERSHIPS

KNZB en ARENA samen verder naar LA 2028

Arena blijft ook de komende vier jaar één van de hoofdsponsors van de KNZB. Het toonaangevende zwemkledingmerk, sinds 2013 partner van de bond, verlengt het contract tot en met de Olympische en Paralympische Spelen van Los Angeles 2028.

Dankzij deze samenwerking blijven de TeamNL-zwimmers uit alle disciplines – van wedstrijdzwemmen tot open water – verzekerd van topkwaliteit uitrusting. Ook recreatieve en competitieve zwimmers in Nederland profiteren via de webshop of dealers van het brede aanbod van arena.

Zowel de KNZB als distributeur TCK Sports Group kijken met vertrouwen uit naar de komende jaren. Arena staat wereldwijd bekend om innovatie, stijl en de ambitie om de zwemsport naar een hoger niveau te tillen.

[LEES HIER MEER OVER DE SAMENWERKING](#)

TEAMNL WEDSTRIJDZWEMMEN

Femke Heemskerk nieuwe teammanager TeamNL wedstrijdzwemmen

Voormalig olympisch kampioene Femke Heemskerk is door de KNZB benoemd tot teammanager van TeamNL wedstrijdzwemmen. Ze begint komende zomer in haar nieuwe rol tijdens het WK in Singapore. Als de samenwerking goed bevalt, blijft ze tot en met de Olympische Spelen van 2028 aan.

Heemskerk zwom vier keer op de Spelen en won talloze medailles op EK's en WK's. Na haar topsportcarrière stortte ze zich op de studie haptotherapie, die ze nu combineert met haar nieuwe functie. "Het lijkt me geweldig om mijn ervaring in te zetten om de nieuwe generatie zwemmers te ondersteunen," aldus Heemskerk.

De KNZB is trots op deze aanvulling op het begeleidingsteam.

[LEES MEER OVER DE STAP VAN FEMKE](#)





TEAMNL WEDSTRIJDZWEMMEN

Sterke TeamNL-prestaties in Parijs

Tijdens de internationale Giant Open in Parijs hebben de TeamNL zwemmers uitstekende prestaties geleverd in aanloop naar het WK in Singapore. In het nieuwe Olympisch bad – waar deze zomer het EK wordt gehouden – werd zowel gewerkt aan race-accenten als wedstrijdervaring.

Marrit Steenbergen blonk uit met vier podiumplekken, waaronder een kampioenscupsrecord op de 100 vrij (52,98).

Ook andere TeamNL-zwemmers lieten zich gelden: er waren persoonlijke records voor o.a. Yanieck Weijland (200 school), Renzo Tjon-A-Joe (50 vlinder) en sterke races van Maaïke de Waard, Sam van Nunen en Lotte Hosper. De Waard: "Het was gaaf om in zo'n bijzonder bad te racen. Ik kon mijn raceplan goed uitvoeren, ook onder vermoeidheid."

[LEES HIER MEER OVER DE DRIE-DAAGSE](#)

PARTNERSHIPS

Samenwerking met Uniek Sporten is geformaliseerd

Al jaren werkt de KNZB met veel succes samen met Uniek Sporten. Uniek Sporten biedt een portaal voor mensen met een beperking. Hun site biedt mogelijkheden om op laagdrempelige wijze te kunnen sporten, ook als je een beperking hebt. Dit gaat van video's waarin mensen thuis kunnen bewegen tot een portaal waarin sportaanbieders en sporters elkaar kunnen vinden. Ook is er een leenmogelijkheid voor aangepaste sportmaterialen. Ook biedt Uniek Sporten mogelijkheden voor bijscholingen.

Voor onze verenigingen geldt dat zij zich kunnen aanmelden als sportaanbieder op de site van Uniek Sporten. Er staat ook een informatief zwemboek online om onze zwemsport te promoten.

We zijn er trots op te melden dat onze samenwerking is vastgelegd in een



overeenkomst. We kijken uit naar verdere samenwerking.

LEES HIER MEER OVER UNIEK SPORTEN



VACATURES

Kom werken of stagelopen bij de KNZB

Ambieer jij een baan in de sport en zou je niets liever willen dan tijdens of na jouw studie aan het werk gaan in de sport? Wij hebben geregeld plaats voor stagiairs op de verschillende afdelingen binnen de KNZB, maar hebben ook weer een toffe vacature openstaan. Bekijk de vacatures via de button hieronder!

Neem een kijkje op de website

Agenda

13 juni	Algemene Ledenvergadering
12-15 juni	NK lange baan 2025
20-22 juni	NJK lange baan 2025
28-29 juni	NK sprint 2025

BEKIJK VOLLEDIGE AGENDA



arena



BeGlobal
product media

