

# Open Nederlandse Kampioenschappen 2020

## Programma & bepalingen



De Open Nederlandse Kampioenschappen is voor een groot deel van de Nederlandse zwemmers het belangrijkste piekmoment om het seizoen mee af te sluiten. De ONK wordt gehouden van 19 t/m 21 juni 2020 in het nieuwe Zwemcentrum Rotterdam. De organisatie is in handen van de KNZB in samenwerking met Rotterdam Swimming.

|  |          |
|--|----------|
| <b>1. PROGRAMMA EN LIMieten</b> .....                                  | <b>2</b> |
| 1.1. <i>Wedstrijdprogramma</i> .....                                   | 2        |
| 1.2. <i>Kwalificatie-eisen</i> .....                                   | 3        |
| <b>2. WEDSTRIJDBEPALINGEN</b> .....                                    | <b>4</b> |
| 2.1. <i>Leeftijdsgroepen</i> .....                                     | 4        |
| 2.2. <i>Serie-indeling</i> .....                                       | 4        |
| 2.3. <i>Finale-indeling &amp; reserves</i> .....                       | 4        |
| 2.4. <i>Estafettes</i> .....   | 5        |
| 2.5. <i>Prijsuitreikingen</i> .....                                    | 5        |
| 2.6. <i>Voorstart, doping &amp; massageruimte</i> .....                | 5        |
| 2.7. <i>Accreditaties</i> .....  | 6        |
| 2.8. <i>Toegangsprijzen</i> .....                                      | 6        |
| <b>3. PARAZWEMMERS</b> .....   | <b>6</b> |
| <b>4. INSCHRIJVINGEN &amp; AFMELDINGEN</b> .....                       | <b>7</b> |
| 4.1. <i>Inschrijvingen</i> .....                                       | 7        |
| 4.2. <i>Ongerechtigde, onvolledige of te late inschrijvingen</i> ..... | 7        |
| 4.3. <i>Reserves, deelnemers- en startlijsten</i> .....                | 7        |
| 4.4. <i>Startgeld</i> .....  | 8        |
| 4.5. <i>Afmeldingen</i> .....  | 8        |
| <b>5. SLOTBEPALINGEN</b> .....   | <b>8</b> |

## 1. Programma en limieten

### 1.1. Wedstrijdprogramma

#### Vrijdag ochtend (09.00u)

1500m vrije slag heren (sh)  
400m vrije slag dames  
100m rugslag heren  
200m rugslag dames  
50m schoolslag heren  
50m vrije slag dames  
*Pauze*  
200m vlinderslag heren  
100m schoolslag dames  
200m vrije slag heren  
50m vlinderslag dames  
4x100m wisselslag est. heren  
4x200m vrije slag est. dames

#### Vrijdag middag

##### B-finales

400m vrije slag dames  
100m rugslag heren  
200m rugslag dames  
50m schoolslag heren (p)  
50m vrije slag dames (p)  
200m vlinderslag heren  
100m schoolslag dames  
200m vrije slag heren  
50m vlinderslag dames (p)

##### A-finales (17.30u)

1500m vrije slag heren snelste serie  
400m vrije slag dames (p)  
100m rugslag heren (p)  
200m rugslag dames  
50m schoolslag heren  
50m vrije slag dames  
200m vlinderslag heren  
100m schoolslag dames (p)  
200m vrije slag heren (p)  
50m vlinderslag dames  
4x100m wisselslag est. heren  
4x200m vrije slag est. dames

#### Zaterdag ochtend (09.00u)

4x100m vrije slag est. gemengd  
800m vrije slag dames (sh)  
400m wisselslag heren  
100m vrije slag dames  
100m vlinderslag heren  
50m schoolslag dames  
200m schoolslag heren  
*Pauze*  
200m vlinderslag dames  
100m vrije slag heren  
100m rugslag dames  
50m rugslag heren  
200m wisselslag dames  
4x200m vrije slag est. heren  
4x100m vrije slag est. dames  
800m vrije slag heren

#### Zaterdag middag

##### B-finales

400m wisselslag heren  
100m vrije slag dames  
100m vlinderslag heren  
50m schoolslag dames (p)  
200m schoolslag heren  
200m vlinderslag dames  
100m vrije slag heren (p)  
100m rugslag dames  
50m rugslag heren  
200m wisselslag dames (p)

##### A-finales (17.30u)

4x100m vrije slag est. gemengd  
800m vrije slag dames snelste serie  
400m wisselslag heren  
100m vrije slag dames (p)  
100m vlinderslag heren (p)  
50m schoolslag dames  
200m schoolslag heren  
200m vlinderslag dames  
100m vrije slag heren  
100m rugslag dames (p)  
50m rugslag heren (p)  
200m wisselslag dames  
4x200m vrije slag est. heren  
4x100m vrije slag est. dames

#### Zondag ochtend (09.00u)

4x100m wisselslag est. gemengd  
400m vrije slag heren  
400m wisselslag dames  
50m vlinderslag heren  
50m rugslag dames  
100m schoolslag heren  
200m vrije slag dames  
200m rugslag heren  
200m schoolslag dames  
*Pauze*  
50m vrije slag heren  
100m vlinderslag dames  
200m wisselslag heren  
4x100m wisselslag est. dames  
4x100m vrije slag est. heren  
1500m vrije slag dames

#### Zondag middag

##### B-finales

400m vrije slag heren (p)  
400m wisselslag dames  
50m vlinderslag heren (p)  
50m rugslag dames  
100m schoolslag heren  
200m vrije slag dames (p)  
200m rugslag heren  
200m schoolslag dames  
50m vrije slag heren (p)  
100m vlinderslag dames  
200m wisselslag heren

##### A-finales (17.30u)

4x100m wisselslag est. gemengd  
400m vrije slag heren  
400m wisselslag dames  
50m vlinderslag heren  
50m rugslag dames (p)  
100m schoolslag heren (p)  
200m vrije slag dames  
200m rugslag heren  
200m schoolslag dames  
50m vrije slag heren  
100m vlinderslag dames (p)  
200m wisselslag heren (p)  
4x100m wisselslag est. dames  
4x100m vrije slag est. heren

*De B-finales worden tegen de A-finales geprogrammeerd, met ca. 5-10 minuten pauze er tussen. Inzwemmen start om 15.30u.*

(p) – Deze finale bevat ook de Paralympische finale.

# Open Nederlandse Kampioenschappen 2020

## Programma & bepalingen



### 1.2. Kwalificatie-eisen

- De limietperiode loopt van 1 januari 2019 t/m 7 juni 2020.
- Sporters die hebben voldaan aan onderstaande limieten in een 50m bad zijn zeker van deelname aan de ONK:

| Slag / afstand                | Dames    | Heren    |
|-------------------------------|----------|----------|
| <b>50m vrije slag</b>         | 0.27.74  | 0.24.94  |
| <b>100m vrije slag</b>        | 1.01.36  | 0.55.11  |
| <b>200m vrije slag</b>        | 2.11.97  | 2.00.79  |
| <b>400m vrije slag</b>        | 4.42.52  | 4.17.45  |
| <b>800m vrije slag</b>        | 9.33.14  | 8.54.00  |
| <b>1500m vrije slag</b>       | 18.48.94 | 17.21.90 |
| <b>50m rugslag</b>            | 0.32.65  | 0.29.33  |
| <b>100m rugslag</b>           | 1.09.33  | 1.03.47  |
| <b>200m rugslag</b>           | 2.29.49  | 2.17.94  |
| <b>50m schoolslag</b>         | 0.36.07  | 0.32.16  |
| <b>100m schoolslag</b>        | 1.18.20  | 1.09.93  |
| <b>200m schoolslag</b>        | 2.51.39  | 2.32.45  |
| <b>50m vlinderslag</b>        | 0.30.44  | 0.27.11  |
| <b>100m vlinderslag</b>       | 1.08.53  | 0.59.54  |
| <b>200m vlinderslag</b>       | 2.33.47  | 2.20.03  |
| <b>200m wisselslag</b>        | 2.31.66  | 2.17.18  |
| <b>400m wisselslag</b>        | 5.32.98  | 4.55.81  |
| <b>4x100m vrije slag est.</b> | 4.15.26  | 3.49.26  |
| <b>4x200m vrije slag est.</b> | 9.09.00  | 8.22.49  |
| <b>4x100m wisselslag est.</b> | 4.48.52  | 4.17.97  |

- Voor de gemengde estafettes 4x100m wissel- en vrije slag zijn geen limieten van toepassing. Per programmanummer worden drie series gezwommen, waarbij de beste 30 inschrijvingen worden geplaatst.
- Voor de overige estafettes kan de limiet worden behaald met opgetelde controleerbare individuele tijden of, indien met de opgetelde individuele tijden geen limiet is behaald, met een als estafette gezwommen tijd.
- Tijden gezwommen tijdens wedstrijden waarbij niet aan de KNZB reglementen is voldaan, worden niet geaccepteerd.
- Tijden van een startzwemmer in een estafette, behoudens een gemengde estafette, zullen worden geaccepteerd, indien deze in het proces-verbaal als zodanig zijn gewaarmerkt en controleerbaar zijn.
- Tussentijden (van individuele nummers) mogen gebruikt worden voor het behalen van de limiettijd. Zij zullen worden geaccepteerd indien deze in het proces-verbaal als zodanig zijn gewaarmerkt en controleerbaar zijn.

# Open Nederlandse Kampioenschappen 2020

## Programma & bepalingen



### Bonusinschrijvingen

- Sporters die niet voldoen aan de limiet, maar wel binnen de onderstaande marges tijden hebben gezwommen, kunnen alsnog inschrijven voor de ONK korte baan. Na sluiting van inschrijving worden onvolledige series aangevuld met deze 'bonusinschrijvingen'.

| Afstand             | Marge voor inschrijving |
|---------------------|-------------------------|
| <b>50 meters</b>    | + 0.50 sec.             |
| <b>100 meters</b>   | + 1.00 sec.             |
| <b>200 meters</b>   | + 2.00 sec.             |
| <b>400 meters*</b>  | + 4.00 sec.             |
| <b>800 meters**</b> | + 8.00 sec.             |
| <b>1500 meter</b>   | + 15.00 sec.            |

\* Dit is ook van toepassing voor de 4x100 meter estafettes.

\*\* Dit is ook van toepassing voor de 4x200 meter estafette.

### Parazwemmers

- Parazwemmers dienen te voldoen aan de in de [IMOAZ lijsten](#) gestelde senioren limiettijden.

## 2. Wedstrijdbepalingen

### 2.1. Leeftijdsgroepen

Er wordt gezwommen in een open categorie. Ook de Parazwemmers zwemmen in één open categorie.

### 2.2. Serie-indeling

De series worden ingedeeld aan de hand van de inschrijftijden.

### 2.3. Finale-indeling & reserves

- Tijdens het middagprogramma worden de finales gezwommen, op 8 banen.
- De 800 meter vrijeslag mannen en de 1500 meter vrijeslag vrouwen worden als rechtstreekse finale in het ochtendprogramma gezwommen. Van de 800 meter vrijeslag vrouwen en de 1500 meter vrijeslag mannen wordt de snelste serie in het finaleprogramma gezwommen.
- Alle A-finales zijn open. De B-finale is alleen voor zwemmers met de Nederlandse nationaliteit.
- De snelste 3 Nederlanders uit de A-finale ontvangen de NK medailles. Indien in de A-finale minder dan 3 Nederlandse deelnemers uitkomen, worden de resterende medailles in de B-finale verdeeld.
- B-finales worden uitsluitend gezwommen wanneer er na het verwerken van de afmeldingen 4 of meer B-finalisten zijn.
- Teneinde te voorkomen dat er finales plaatsvinden met lege banen, zullen de 2 deelnemers, die na de verwerkte afmeldingen na de gekwalificeerde zwemmers staan geplaatst, als reserve worden aangewezen voor de finale.
- Finales worden aangevuld zolang er deelnemers zijn. Deelnemers en coaches worden geacht na publicatie van de finales (na de afmeldtermijn) de startlijsten te controleren, en indien zij niet willen zwemmen zich alsnog af te melden.
- Afmeldingen voor de finales kunnen alleen schriftelijk plaatsvinden binnen een half uur na bekendmaking van de uitslag van het betreffende programmanummer op een daarvoor bestemd formulier in het wedstrijdbad.
- Afmeldingen die later worden gedaan en/of het niet gestand doen van plaatsing voor de finales zullen overeenkomstig het gestelde in artikel C 14.5 worden beboet (zie [tarievenlijst](#)).

# Open Nederlandse Kampioenschappen 2020

## Programma & bepalingen



- Nadat alle afmeldingen van een nummer zijn verwerkt, wordt de finale-indeling bekend gemaakt.
- Reserves hebben dezelfde verplichtingen als gekwalificeerde zwemmers voor een finale. Deze verplichting vervalt één uur voor de betreffende finale wordt gezwommen, mits men op dat moment niet is opgeroepen voor de finale, na dit moment zullen er geen reserves meer opgeroepen worden.

### 2.4. Estafettes

- Per programmanummer kan een zwemmer/ster slechts eenmaal in een estafetteteam uitkomen. Series én finales worden als één programmanummer gezien.
- Per vereniging kan met meer dan één estafetteploeg op een nummer worden ingeschreven.

### 2.5. Prijsuitreikingen

- Alle prijswinnaars dienen zich tijdig, in hun clubtenu met schoeisel, op aangeven van de speaker te melden bij de verzamelplaats.
- Het oplopen en aflopen naar het erepodium geschiedt gezamenlijk op aangeven van de organisatie.
- Deelnemers die zich na de oproep door de speaker niet tijdig persoonlijk melden in de voorstartruimte en deelnemers die niet deelnemen aan de huldigingceremonie zullen geen medaille en kampioenschapdiploma ontvangen.
- Coaches en/of ploegleiders dienen voorafgaand aan het evenement de sporters te informeren over dit protocol.
- Zwemmers van de winnende estafetteteams die alleen in de series hebben gezwommen nemen niet deel aan de prijsuitreiking, maar ontvangen wel achteraf een medaille.
- De prijsuitreiking van de 800 meter vrije slag voor mannen en 1500 meter vrije slag voor vrouwen vindt in de ochtend plaats aan het einde van de sessie.

### Parazwemmers

- De prijzen worden uitgereikt per programmanummer en niet per klasse, waarbij de overall winnaars (goud, zilver, brons) worden gehuldigd.
- Hiervoor zal gebruik worden gemaakt van de WPS-puntentabel waarmee de prestaties op een programmanummer tussen de verschillende klassen vergeleken c.q. gescoord kunnen worden. Op deze manier wordt één overall winnaar bepaald per programmanummer.
- Indien er geen finale wordt gezwommen in het middagprogramma, zal de uitreiking van de prijzen, in overleg met de floormanagement, in de ochtend plaatsvinden.

### 2.6. Voorstart, doping & massageruimte

#### Voorstart

Elke deelnemer dient zich uiterlijk 10 minuten voor de start te melden in de voorstartruimte en daar te verblijven tot gelegenheid wordt gegeven naar het startplatform te gaan. Het zich niet melden in de voorstartruimte kan uitsluiting tot gevolg hebben. De voorstart is uitsluitend bedoeld voor de deelnemers die hier worden verwacht.

#### Doping

Dopingcontroles zijn vastgelegd in het dopingreglement van de KNZB. Hierin worden de dopingprocedures beschreven en deze zijn van toepassing op alle wedstrijdssporters die deelnemen aan een onder verantwoordelijkheid van de KNZB en/of één of meer van haar leden georganiseerde wedstrijd en/of lid zijn van de KNZB, dan wel van een bij de KNZB aangesloten organisatie. Meer informatie vindt u op [de website van de KNZB](#).

#### Massageruimte

Dit kan uitsluitend plaats vinden in daartoe door de organisatie beschikbaar gestelde locaties.

# Open Nederlandse Kampioenschappen 2020

## Programma & bepalingen



### 2.7. Accreditaties

- Deelnemers- en ploegleiderskaarten kunnen op de wedstrijddag worden afgehaald bij de ingang van het zwembad.
- Op vertoon van de ploegleiderskaart kan de ploegleider elke sessie één nieuwe startlijst afhalen.
- Verrekening voor de startlijsten vindt plaats via een factuur.
- Het aantal ploegleiderskaarten per vereniging is als volgt vastgesteld:

|                       |                       |
|-----------------------|-----------------------|
| 1 t/m 5 deelnemers    | 1 ploegleiderskaart   |
| 6 t/m 10 deelnemers   | 2 ploegleiderskaarten |
| 11 t/m 20 deelnemers  | 3 ploegleiderskaarten |
| 21 t/m 30 deelnemers  | 4 ploegleiderskaarten |
| 31 en meer deelnemers | 5 ploegleiderskaarten |
- Deelnemers- en ploegleiderskaarten zijn strikt persoonlijk. Bij misbruik wordt de kaart ingenomen en zal eerst weer worden verstrekt na betaling van de passe-partout prijs voor toeschouwers. Bij verlies wordt er een nieuwe kaart verstrekt na betaling van de passe-partout prijs voor toeschouwers.
- Extra ploegleiderskaarten kunnen tot uiterlijk een week voor aanvang van het evenement per mail besteld worden via [nkinschrijvingen@knzb.nl](mailto:nkinschrijvingen@knzb.nl). De prijs van deze extra ploegleiderskaart is gelijk aan die van een passe-partout voor volwassenen. Verrekening vindt plaats via een factuur.
- Verenigingen met 1 t/m 5 parazwemmers kunnen 1 extra (gratis) ploegleiderskaart aanvragen, bij meer dan 5 parazwemmers kunnen 2 extra (gratis) ploegleiderskaarten worden aangevraagd. Dit dient bij de inschrijving apart aangegeven te worden.

### 2.8. Toegangsprijzen

- Wordt op een later tijdstip gepubliceerd op [de site van het kampioenschap](#).
- Officials zwemmen en licentiehouders zwemmen krijgen op vertoon van hun **geldige** KNZB legitimatie kaart of licentie korting op de prijs van een passe-partout. ([KNZB Ticketshop](#))

## 3. Parazwemmers

- Paralympische zwemmers zwemmen in de ochtendseries mee met de reguliere zwemmers.
- De finales voor paralympische zwemmers worden gezwommen met minimaal 3 zwemmers. Bij minder dan 3 zwemmers geldt de serie als rechtstreekste finale. In de finale is er plaats voor 8 zwemmers. Plaatsing is op basis van WPS-punten.
- De finale-indeling zal plaatsvinden op basis van tijd.
- Paralympische zwemmers kunnen deelnemen aan de programmanummers van de reguliere sporters, mits zij voldoen aan deze limiettijd. Parazwemmers komen dan zowel in de uitslag van het reguliere programmanummer als in de uitslag van het paralympische programmanummer.

# Open Nederlandse Kampioenschappen 2020

## Programma & bepalingen



### 4. Inschrijvingen & afmeldingen

#### 4.1. Inschrijvingen

- **De inschrijving sluit op dinsdag 9 juni 2020, 23.59u**
- U kunt uw inschrijving sturen via e-mail naar [nkinschrijvingen@knzb.nl](mailto:nkinschrijvingen@knzb.nl), met als onderwerp "Inschrijving ONK2020 + de naam van uw vereniging".
- U dient het SPLASH/Lenex-gegevens bestand, alsmede de deelnemerslijst zwemmers als pdf-bestand in te sturen. Uw inschrijving maakt u compleet met contactgegevens via Splash Team Manager, waarvoor een aparte handleiding (inschrijving NK met TM) op de KNZB website beschikbaar is. Het aantal ploegleiderskaarten vermeldt u in de inschrijvingsmail.
- Alle bestandsnamen dienen uw verenigingsnaam te bevatten volgens het volgende voorbeeld:
  - 2020-06-19=Zwemvereniging-ONK2020-inschr.lxf
  - 2020-06-19=Zwemvereniging- ONK2020-inschr.pdf
- Na het sturen van uw inschrijving krijgt u tweemaal een ontvangstbevestiging:
  - Automatisch als bevestiging dat de e-mail is aangekomen
  - Persoonlijk van de organisatie of de inschrijving correct is verlopen. Alleen met deze tweede ontvangstbevestiging is uw inschrijving definitief door de organisatie ontvangen en geaccepteerd.
- Alle inschrijftijden dienen op een voor de KNZB controleerbare wedstrijd te zijn gezwommen.
- Tijden die niet in Swimrankings of de KNZB webkalender teruggevonden kunnen worden, worden niet geaccepteerd.
- De inschrijftijden dienen altijd de snelst gezwommen tijd uit de limietperiode te zijn. Ter controle dient bij alle inschrijftijden de datum en plaats van de wedstrijd vermeld te worden.
- Bij inschrijving van een paralympische zwemmer dient in het lxf-uitnodigingsbestand de handicapcode meegestuurd te worden.
- Bonusinschrijvingen ([zie 1.2](#)) dienen te worden ingeschreven met (B)onus aangevinkt.

#### 4.2. Ongerechtigde, onvolledige of te late inschrijvingen

- Onder ongerechtigde inschrijving wordt verstaan:
  - inschrijvingen met tijden gezwommen op wedstrijden waarbij niet aan de reglementen van de KNZB is voldaan.
  - tijden die niet overeenkomen met de snelste tijd op het betreffende nummer in de limietperiode.
  - tijden uit een onderlinge wedstrijd of een training
  - tijden boven de limiet plus uitloop
- Voor ongerechtigde inschrijvingen wordt een administratieve heffing in rekening gebracht ([zie tarievenlijst](#)).
- Voor onvolledige of onjuiste inschrijvingen, die niet voor sluiting van de inschrijftermijn zijn gecorrigeerd, en voor inschrijvingen die na sluiting van de inschrijftermijn worden ontvangen wordt een administratieve heffing in rekening gebracht ([zie tarievenlijst](#)).

#### 4.3. Reserves, deelnemers- en startlijsten

- Zwemmers met een bonusinschrijving die (nog) niet zijn geplaatst, worden als reserve (RES) vermeld op de inschrijflijsten. In deze lijsten staat de B voor boven de limiet. Zij kunnen uiterlijk, vanaf vrijdag 12 juni, zelf op livetiming volgen op welke plaats zij reserve staan.
- Aanvulling is mogelijk tot 24 uur voor aanvang wedstrijd, daarna zullen niet geplaatste zwemmers uit de deelnemerslijsten worden verwijderd.
- Na publicatie van de inschrijflijsten op [livetiming](#) kunnen correcties binnen 48 uur worden doorgegeven via [nkinschrijvingen@knzb.nl](mailto:nkinschrijvingen@knzb.nl).
- Indien het bijschrijvingen betreft wordt een administratieve heffing in rekening gebracht.

# Open Nederlandse Kampioenschappen 2020

## Programma & bepalingen



- De KNZB behoudt zich het recht voor correcties te weigeren indien deze lijken te zijn ingegeven door 'competitievervalsing'. Met name in het geval van bijschrijving op een afstand met medaillekansen zal hier kritisch naar worden gekeken.

### 4.4. Startgeld

Inschrijfgeld voor de Open Nederlandse Kampioenschappen korte baan is als volgt:

|                    |                                   |
|--------------------|-----------------------------------|
| Individuele start: | € 8,85                            |
| Estafette:         | € 15,30                           |
| Startlijsten:      | € 3,50 (per ploegleider, per dag) |

De verschuldigde bedragen (inclusief eventuele administratieve heffingen) zullen in rekening worden gebracht bij de vereniging en zijn verschuldigd bij inschrijving. Bij ziek- en afmeldingen na sluiting van de inschrijving zijn inschrijfgelden verschuldigd. Er vindt geen restitutie plaats.

### 4.5. Afmeldingen

- De ONK vormen per dag één wedstrijd, wat inhoudt dat schriftelijke afschrijvingen uiterlijk voor aanvang van de eerste juryvergadering van de betreffende wedstrijddag in het bezit van de organisatie ([nkinschrijvingen@knzb.nl](mailto:nkinschrijvingen@knzb.nl)) moeten zijn.
- Deze afmeldingen worden in de uitslag als AFGEMELD verwerkt.
- Afmeldingen die later worden gedaan, zullen overeenkomstig het gestelde in artikel C 14.5 worden beboet (zie [tarievenlijst](#)) en als NG in de uitslag opgenomen worden. Voor finale-afmeldingen zijn de regels vastgelegd onder [punt 2.3](#).
- Ook zwemmers met een bonusinschrijving dienen zich op de reguliere wijze af te melden wanneer zij toch niet wensen te zwemmen. Dit geldt ook voor estafettes.
- Niet gestart (NG) en Niet gestart zonder afmelding (NG.za) wordt per start gesanctioneerd.

## 5. Slotbepalingen

De KNZB behoudt zich het recht van wijziging voor indien de omstandigheden dit noodzakelijk maken.