



Veiligheidseisen IJSzwemevenementen

IJszwemmen

IJszwemmen is een groeiende sport in Nederland en een extreme uitdaging voor ieder die het aandurft. Bij ijswemmen wordt er competitief gezwommen in watertemperaturen onder de 5°C.

Niet alleen in Nederland, maar ook wereldwijd is dit een sport met toenemende deelnemers aantallen. Op het wereldkampioenschap ijswemmen 2017 verschenen maar liefst 120 deelnemers uit 26 verschillende landen, waaronder vier Nederlanders, aan de start.

In 2009 is in Zuid-Afrika de International Ice Swimming Association (IISA) opgericht met als doel het aanmoedigen en promoten van de sport ijswemmen wereldwijd. Hun passie is het zwemmen in ijswater op elke mogelijk plek ter wereld.

De IISA introduceerde de IJs Mijl als de ultieme persoonlijke uitdaging. Hierbij wordt er een afstand van één mijl, 1609,34 meter, gezwommen.

In 2014 introduceerde de IISA het 1km evenement. Tijdens deze evenementen is het voor deelnemers mogelijk om tegen elkaar de strijd aan te gaan in de ijzige temperaturen. Op deze evenementen worden vaak ook kortere afstanden gezwommen.

Vanwege deze extreme omstandigheden gelden er strikte veiligheidseisen wat betreft het organiseren van een ijswemevenement. In dit document worden deze veiligheidseisen uiteengezet. De veiligheidseisen zijn gebaseerd op de veiligheidseisen gesteld door de IISA. Wanneer de IISA hun veiligheidseisen wijzigt zal dit leiden tot overname hiervan door IISA-Nederland. De veiligheidseisen van de IISA zullen leidend zijn.



Inhoudsopgave

1. ALGEMENE VEILIGHEID	4
2. AFSTANDEN	4
3. SPORTACCOMMODATIES	5
4. ZWEMKLEDIJ	5
5. MEDISCHE VEREISTEN	6
6. ORGANISATIE	6
7. TIJDWAARNEMERS	7
8. SECONDANT	7
9 BRIEFING	7
10 VEILIGHEIDSPAN	8



1. Algemene veiligheid

1. Deelnemers, coaches, bestuurder, officials en toeschouwers moeten beseffen dat ijszwemmen een extreme sport is die onvoorspelbaar kan zijn en risico's met zich meebrengt. Deelnemers moeten accepteren dat de organisatie van een evenement aanpassingen kan aanbrengen om de veiligheid van alle betrokkenen te garanderen.
2. Alle deelnemers, coaches, bestuurders, officials en toeschouwers moeten het gezag erkennen van de organisatie. Zij hebben het laatste woord over of en wanneer een geplande gebeurtenis plaatsvindt.
3. Deelnemers aan de 1000 meter en/of IJs Mijl zijn verplicht een secondant op kant of in de boot te hebben. Zie ook de kop '8. Secondant'.
4. Van de deelnemers wordt verwacht dat zij op de hoogte zijn van de risico's die gepaard gaan met ijszwemmen.
5. Deelname aan een evenement is te allen tijde op eigen risico.

2. Afstanden

1. De officiële afstanden bedragen:
 - 25 meter;
 - 50 meter;
 - 100 meter;
 - 200 meter;
 - 500 meter;
 - 1000 meter;
 - IJs Mijl, 1609,34 meter.
2. Afstanden van 200 meter en langer zijn alleen voorbehouden aan geregistreerde IISA-Nederland leden en internationaal geregistreerde leden.
3. Doormiddel van het volbrengen van kortere afstanden kan men zich kwalificeren voor een langere afstand. Een kwalificatie is geldig voor 18 maanden. Kwalificatie vindt als volgt plaats:
 - Door het volbrengen van een 200 meter kwalificeert men zich voor een 500 meter;
 - Door het volbrengen van een 500 meter kwalificeert men zich voor een 1000 meter;
 - Door het volbrengen van een 1000 meter kwalificeert men zich voor een IJs Mijl.



4. Voor deelname aan evenementen zijn de volgende leeftijdsbeperkingen van toepassing:
 - Voor afstanden tot en met 500 meter geldt geen leeftijdsbeperking;
 - Voor de afstanden van 501 meter tot en met 1000 meter geldt een leeftijdsbeperking van minimaal 16 jaar op de dag van het evenement. Voor deelnemers jonger dan 18 jaar is de toestemming van een ouder of voogd nodig;
 - Voor een IJs Mijl geldt een leeftijdsbeperking van minimaal 18 jaar op de dag van het evenement.
5. Voor de afstand van 1000 meter en de IJs Mijl geldt een tijdslimiet van respectievelijke 30 minuten en 45 minuten. Hiervan kan worden afgeweken op beslissing van de scheidsrechter.

3. Sportaccommodaties

1. Evenementen kunnen worden georganiseerd in natuurlijk of door de mens gemaakt natuurlijk gekoeld water. Deze wateren kunnen de volgende zijn; baaien, dammen, estuaria (riviermonding), kanalen, kreken, lagunes, meren, oceanen, reservoirs, rivieren, roeibanen, vijvers, zeeën, zeestraten en zwembaden (buitenwater).
2. In het geval van openwater evenementen zijn de volgende regels van toepassing:
 - Indien het zwemparcours niet verder dan 20 meter van het land verwijderd is, is er geen support nodig van voertuigen te water;
 - Indien het zwemparcours tussen de 20 meter en 50 meter van het land verwijderd is, is er een kajak, kano of vergelijkbaar watervoertuig per deelnemer vereist;
 - Indien het zwemparcours tussen de 50 meter en 250 meter van het land verwijderd is, is er ten minste één gemotoriseerde boot vereist naast de kajak, kano of vergelijkbaar watervoertuig per deelnemer;
 - Indien het zwemparcours meer dan 250 meter van het land verwijderd is, is een gemotoriseerde boot per deelnemer vereist.

4. Zwemkledij

1. Een standaard goedgekeurd zwempak, welk niet gemaakt is van neopreen, en welke niet lager mag komen dan de zwemmers knieën en in het geval van vrouwelijke deelnemers niet breder dan de zwemsters schouders en boven de nek.
2. Een zwembril waarbij de mond en neus vrijgehouden worden.
3. Eén standaard siliconen of latex badmuts.
4. Invetten is alleen toegestaan tegen schuurplekken.



5. Een veiligheidsriem, oordoppen en neusclips zijn alleen toegestaan voor veiligheidsdoeleinden.
6. In het geval van open water is het zwemmen met een zwemboei verplicht.
7. Andere accessoires inclusief, maar niet gelimiteerd tot, muzikspelers en verwarmende zaken zijn niet toegestaan.

5. Medische vereisten

1. Elke deelnemer aan de 1000 meter en/of IJs Mijl moet in het bezit zijn van een volledige sportmedische keuring inclusief een ECG die niet ouder is dan 6 maanden.
2. Een kopie van het keuringsrapport en een kopie van de ECG dienen bij registratie bij het evenement ingeleverd te worden bij de arts van het evenement. Het niet na leven van deze vereiste sluit de deelnemer uit van deelname aan het evenement.
3. Bij elk evenement dient een ruimte aanwezig te zijn waar de deelnemers kunnen herstellen na de wedstrijd. De ruimte dient groot genoeg te zijn voor alle herstellende deelnemers en de medische staf die hen begeleidt.

6. Organisatie

1. De organisatie van een evenement bestaat ten minste uit een hoofdorganisator, scheidsrechter, arts en IISA official.
2. De hoofdorganisator is de uiteindelijke verantwoordelijk die er voor zorg draagt dat het evenement zo veilig mogelijk verloopt en dat alle regels aangaande die veiligheid worden nageleefd.
3. De scheidsrechter draagt zorg dat de regels aangaande het wedstrijd element worden nageleefd. De scheidsrechter heeft ook het recht een deelnemer te diskwalificeren en om een deelnemer uit de wedstrijd te halen zonder tegenspraak van de deelnemer en/of zijn/haar secondant.
4. De arts heeft als taak de deelnemers van te voren medisch te keuren, te begeleiden tijdens het herstel na de wedstrijd en volledig hersteld te verklaren.
5. De IISA official is een gekwalificeerd lid van de IISA die erop toezicht houdt dat alle door de IISA opgestelde regels worden nageleefd.



7. Tijdwaarnemers

1. Tijdwaarnemers hebben de volgende taken:
 - Het registreren van de eindtijd;
 - Het registreren van de tussentijden per 100 meter en hierbij het verval monitoren;
 - Het registreren van de slagfrequentie per 100 meter en hierbij het verval monitoren;
 - Het adviseren van de scheidsrechter over de toestand van de deelnemers.

8. Secondant

1. De secondant is de begeleider van de deelnemer. Het is de taak van de secondant om de deelnemer te begeleiden voor, tijdens en na de wedstrijd. De secondant moet bekend zijn met de ijszwemmen, de regels aangaande ijszwemmen, de manier van zwemmen van de deelnemer en het herstel proces van de deelnemer.
2. Het is de taak van de secondant om de scheidsrechter te informeren over de toestand van de deelnemer.
3. Indien de deelnemer geen eigen secondant heeft, kan de organisatie hier eventueel in voorzien. Dit dient de deelnemer bij inschrijving aan de organisatie mede te delen. Een deelnemer mag niet starten zonder het hebben van een secondant. De deelnemer dient van te voren aan de secondant duidelijk te maken hoe zijn/haar manier van zwemmen is. Ook dient de deelnemer de secondant te briefen over zijn/haar manier van herstel.

9 Briefing

1. Voorafgaand aan de 1000m en de IJs Mijl is een briefing door de scheidsrechter verplicht. Tijdens de briefing komt ten minste aan bod:
 - De watertemperatuur;
 - Het parcours;
 - Startprocedure;
 - Keerpuntprocedure;
 - De taken van de scheidsrechter, het jurylid en de secondant;
 - De procedures met betrekking tot het herstel.



10 Veiligheidsplan

1. De organisatie van een evenement is verplicht een veiligheidsplan op te stellen. In dit plan moet ten minste het volgende aanbod komen:
 - Hoe de organisatie de veiligheid van deelnemers en vrijwilligers in/op het water waarborgt;
 - Hoe de organisatie de veiligheid van deelnemers en vrijwilligers op de kant waarborgt;
 - Een plattegrond incl. bewegwijzering.

2. Het veiligheidsplan van een organisatie dient goed gekeurd te worden door IISA-Nederland.

