

Kwalificatie Handboek Topzwemmen 2025-2028



Versie september 2025

KNZB kwalificatie handboek topzwemmen 2025-2028

Inhoud

Voorwoord.....	3
Algemene uitgangspunten en grondslag	4
Algemene voorwaarden	5
Kwalificatiewedstrijden en geldigheid van prestaties	6
Van kwalificatie naar uitzending	6
Wedstrijd-fit	7
Uitzendperiode.....	7
EKu23-traject	7
EJK-traject	7
EJK, EK en WK OWZ-traject.....	8
EYOF-traject	8
World Aquatics Worldcup Wedstrijden	8
Benoeming van begeleidingsteams	9
Kledingverplichtingen	9
KNZB-reglement bezwaarprocedure.....	9
EK korte baan Lublin (2 - 7 december 2025)	10
EJK Duitsland (7 - 12 juli 2026)	13
EK lange baan Parijs (10 - 16 augustus 2026)	15
EK Open Water Parijs (4 - 8 augustus 2026)	17
EJK Open Water Zwemmen Hongarije 2026 (19-21 juni)	18
Disclaimer	19

Voorwoord

Beste atleten en coaches,

Je land vertegenwoordigen op een internationaal toernooi is een hele eer en daarmee de droom van velen. Wanneer het je lukt, is de trots en blijdschap terecht heel groot en is de eerste stap gezet om onderdeel te worden of te blijven van de rijke zwemhistorie die Nederland kent.

We zeggen bewust "een eerste stap", omdat je kwalificeren een onmisbaar onderdeel is van internationaal succes en dat het directe doel daarna zal zijn om op dat internationale toernooi nog beter te zijn dan dat je in de kwalificatie al was. We weten immers dat wanneer dat gebeurt de kans op een hogere ranking, (halve) finale of medaille het grootst is. Het beste uit jezelf halen op het moment dat het ertoe doet is het ultieme doel van al onze nationale teams, zowel individueel als in teamverband.

Een goede planning en training gaan samen met één ieders motivatie, inzet en discipline is nodig om deze doelen te kunnen bereiken. Om uiteindelijk internationaal de beste versie van jezelf te kunnen zijn heb je ook een goed en sterk team om je heen nodig. Hierbij staan een veilig en optimaal prestatieklimaat en ook het kunnen omgaan met druk, verwachting en afleiding centraal. Dit is een verantwoordelijkheid van jou als atleet met je begeleiding en wij samen spelen daar de belangrijkste rol in. De druk, verwachtingen en soms lastige omstandigheden kunnen we niet weghalen, dat is inherent aan topsport en een onderdeel van "ons vak" om daarmee te leren omgaan. Hoe we met elkaar omgaan hebben we zelf in de hand.

In dit handboek vind je alle uitgangspunten, regels en afspraken voor kwalificatie van de internationale zwemtoernooien waaraan deelgenomen wordt. Zodoende is het voor alle betrokken atleten en coaches transparant hoe er binnen het Nederlandse topzwemmen om wordt gegaan met uitzendingen en de wijze van organiseren.

Rest ons jullie een geweldige voorbereiding te wensen en aarzel niet om contact op te nemen als je vragen hebt.

Sportieve groet,

Sjors Lommerts &

Jacco Verhaeren

Algemene uitgangspunten en grondslag

De Koninklijke Nederlandse Zwembond (KNZB) zendt sporters uit naar internationale zwemevenementen en stelt daartoe kwalificatie-eisen en procedures op. De uitgangspunten zijn:

Voor zomertoernooien (50m bad) -

1. Eén (1) kwalificatiewedstrijd voor ieder op hetzelfde moment en voor de elite kort (5-6 weken) voorafgaand aan het hoofdtoernooi
 - Eerlijk, voor iedereen op hetzelfde moment in hetzelfde bad.
 - Het leveren van een piekprestatie is inherent aan onze sport (1 kans onder druk), dit weegt dus automatisch mee in het selecteren van het best mogelijke team.
 - Voor de elite kort op het hoofdtoernooi om de best mogelijke selectie te hebben en een lange voorbereiding te organiseren. EJK en u23 hebben andere ontwikkelingsprioriteiten.
 - Er is geen team maximum (behalve de 52 – 26 dames/26 heren) dat vereist is door World Aquatics.
 - We nemen de tot en met 2026 World Aquatics A-tijd als limiet. Uitzondering: voor de voormalig niet-Olympische 50m nummers hanteren we in ieder geval t/m 2026 een top-8 tijd van de voorgaande toernooien. In 2026 bekijken we de ontwikkeling van deze en de traditionele Olympische nummers en de Olympische limieten voor 2028 (mits dan gepubliceerd) om te beoordelen of we overgaan op de A-tijden of tot een andere conclusie komen. Dit is enkel voor post-EJK en seniorentoernooien.

Voor de EK of WK korte baan (25m bad) -

1. Eén (1) kwalificatiewedstrijd voor ieder op hetzelfde moment in Nederland en voor de zwemmers die daarvoor kiezen de mogelijkheid tot kwalificatie via één (1) jaarlijks te bepalen World Cup (indien passend).
 - Eerlijk, iedereen op hetzelfde moment in hetzelfde bad (in Nederland).
 - Erkenning dat sommige zwemmers baat hebben bij World Cup ervaring en de financiële opbrengst die dat voor hen kan hebben. Deelname aan de World Cups is voor eigen rekening.
 - Het leveren van een piekprestatie is inherent aan onze sport (1 kans onder druk) en voor elite zwemmers een kans om internationaal te presteren. Om de kansengelijkheid zoveel mogelijk hetzelfde te houden wijzen we, indien dit past binnen de kwalificatieperiode steeds één (1) World Cup aan als kwalificatiemogelijkheid. Ook daar geldt dat dit alleen in de finale kan. Hoewel we de korte baan serieus benaderen ligt de prioriteit en het belang altijd op de lange baan.
 - In alle gevallen kort op het hoofdtoernooi om de best mogelijke selectie te hebben.
 - We nemen de tot en met 2026 World Aquatics A-tijd als limiet. Uitzondering: voor de voormalig niet-Olympische 50m nummers hanteren we in ieder geval t/m 2026 een top-8 tijd van de voorgaande toernooien, voor de niet-Olympische 100m wisselslag blijft dat zo. In 2026 bekijken we de ontwikkeling van deze nummers om te beoordelen of we overgaan op de A-tijden of tot een andere conclusie komen. Dit is enkel voor post-EJK en seniorentoernooien.
 - We stellen mogelijk een team maximaantal teamleden samen dat via World Aquatics ranking wordt vastgesteld. Indien niet vastgesteld geldt enkel het maximum dat bepaald is door EA of WA.

Algemene voorwaarden

De atleten komen uitsluitend voor uitzending in aanmerking als zij aan de volgende voorwaarden voldoen:

1. De atleet dient lid te zijn van een bij de Koninklijke Nederlandse Zwembond aangesloten vereniging.
2. De atleet dient in het bezit te zijn van de Nederlandse nationaliteit en bijbehorend geldig paspoort.
3. De atleet dient een topsportersovereenkomst 2025-2028 ondertekend te hebben om in aanmerking te komen voor internationale uitzendingen. De topsportovereenkomst kent de looptijd van een Olympische Cyclus en is vier jaar geldig.
4. De atleet dient uiterlijk 4 weken - tenzij anders op de uitnodiging voor de activiteit vermeld - voorafgaand aan het toernooi een ondertekende teamovereenkomst, inclusief akkoord op de bijbehorende reglementen Nationale selecties, beschikbaar gesteld te hebben aan de Technisch directeur topzwemmen van de KNZB. Voor elke Europese of Mondiale eindtoernooi dient er een teamovereenkomst ondertekend te worden. Dit is een verplicht onderdeel. Na ondertekening kan dit stuk per e-mail verstuurd worden naar topsport@knzb.nl tenzij er via Adobe Sign getekend kan worden.
5. De atleet is verplicht aanwezig te zijn op de teamdag, die in de regel plaatsvindt op de eerste dag na de kwalificatiewedstrijd of -selectie voor de WK, EK of Olympische Spelen langebaan.
6. Een positieve beoordeling van houding en gedrag van de sporter zowel wat betreft de inspanning om maximale prestaties te leveren ter voorbereiding op de internationale evenementen als het gedrag tijdens de sportbeoefening en daarbuiten. Dit volgens zowel normen van algemeen maatschappelijke aard als specifiek sportieve waarden en normen (waaronder het gestelde in de actuele IOC-code of Ethics). Ook wordt daarbij overwogen of de goede naam van de KNZB in het geding is.
7. De door de KNZB opgestelde procedures zijn te allen tijde onderhevig aan de reglementen en regelgeving van de (Internationale) Federaties EUROPEAN AQUATICS en WORLD AQUATICS, in het geval EYOF EOC en NOC*NSF en in het geval van Olympische spelen IOC en NOC*NSF.
8. Voor iedere sporter geldt dat er sprake dient te zijn van een optimale en professionele voorbereiding op het betreffende toernooi. Dit is ter beoordeling van de Technisch directeur zwemmen (in overleg met de selectiecommissie). Jaarplanningen en doelstellingen kunnen worden opgevraagd en ook het verzoek tot een gesprek over deze voorbereiding. De selectiecommissie wordt gevormd door de projectleider Olympisch zwemmen, Elite bondscoach Eindhoven, hoofdcoach Olympisch zwemmen, de performance strateeg, bondscoach para-zwemmen en de TD.
9. Voor iedere sporter en teamcoach geldt dat deelname aan voorbereidende activiteiten verplicht is.
10. In bijzondere gevallen, waaronder gevallen waarin het kwalificatiehandboek niet voorziet, kan de Technisch directeur sporters selecteren die niet aan de kwalificatie-eisen hebben voldaan.
11. De KNZB heeft het recht de gepubliceerde kwalificatie-eisen en -procedures aan te vullen of te wijzigen op ieder noodzakelijk moment.
12. De KNZB verplicht zich bij de uitvoering van de kwalificatie eisen en procedure steeds zorgvuldigheid en redelijkheid te betrachten.

Kwalificatiewedstrijden en geldigheid van prestaties

Op de volgende wedstrijden kan aan de kwalificatie eisen worden voldaan:

1. Wedstrijden door de KNZB aangewezen als kwalificatiewedstrijd voor het desbetreffende toernooi.
2. Kwalificatie is niet mogelijk via tussentijden op individuele zwemafstanden, in time-trials of als startzwemmer van een estafette.
3. Per toernooi kunnen aanvullende bepalingen voor kwalificatiewedstrijden en geldigheid van prestaties worden vastgesteld. Zie hiervoor zowel de internationale als nationale bepalingen van het betreffende toernooi.
4. Internationale bonden (World Aquatics, European Aquatics) kunnen eigen en afwijkende eisen stellen aan wedstrijden en geldigheid van prestaties welke onverkort gelden voor het voldoen aan de internationale eisen.

Van kwalificatie naar uitzending

1. De atleten die hebben voldaan aan alle algemene voorwaarden zijn daarmee gekwalificeerd voor deelname aan het betreffende toernooi. Deze sporters kunnen door de bondscoaches worden voorgedragen voor selectie. De selectie zoals die wordt uitgezonden naar de betreffende toernooien wordt vervolgens vastgesteld door de selectiecommissie. De Technisch directeur zwemmen is te allen tijde eindverantwoordelijk.
2. De definitieve selectie wordt na sluiting van de kwalificatieperiode zo spoedig mogelijk gepubliceerd op www.knzb.nl en in het geval van een enkele selectiewedstrijd (Trials) aangekondigd in het bad, zo kort mogelijk na het laatst gezwommen nummer.
3. Als een sporter zich voor meerdere eindtoernooien kwalificeert en deelname aan meerdere toernooien conflicterend is, zal er in overleg met de Technisch directeur zwemmen worden bepaald aan welk toernooi wordt deelgenomen.
4. In het geval van de Olympische Spelen en Europese Spelen worden gekwalificeerde sporters ter uitzending voorgedragen aan NOC*NSF. Bij meer gekwalificeerde sporters dan het maximaal aantal beschikbare startplaatsen is de interne regelgeving van toepassing op de voordracht.
5. In bijzondere gevallen, waaronder gevallen waarin het selectiereglement niet voorziet, kan de Technisch directeur zwemmen sporters selecteren die niet aan de kwalificatie-eisen hebben voldaan.

Wedstrijd-fit

1. De sporter dient, uiterlijk 4 weken voorafgaand aan de start van het desbetreffende toernooi, een verslag van een sportmedische keuring, van minder dan 12 maanden oud, ter beschikking te stellen aan de teamarts.
2. De sporter dient bij aanvang van de uitzendperiode volledig wedstrijdfit te zijn en is verplicht contact op te nemen met de teamarts als er sprake is van een blessure of ziekte.
3. Een niet van tevoren gemelde blessure of ziekte die bij aanvang van of tijdens het toernooi aan het licht komt kan aanleiding vormen tot onmiddellijke verwijdering uit het team en op het verhalen van de gemaakte kosten op de betreffende sporter.
4. Bij het niet voldoen aan de vorm eis of uitvoering van het wedstrijdplan en ook het niet wedstrijd-fit zijn kan de Technisch directeur zwemmen (in overleg met de selectiecommissie) afzien van voordracht, selectie en/of uitzending van de sporter en/of het estafetteteam.

Uitzendperiode

In de uitnodigingsbrief voor het betreffende toernooi staat de uitzendperiode vermeld. Dit is de periode waarover de sporter voor het betreffende toernooi deel uitmaakt van het Nationale Team, met verwijzing naar de genoemde voorwaarden in de topsportovereenkomst. Een teampresentatie met persbijeenkomst kan onderdeel uitmaken van de uitzendperiode.

Onder 23-traject

1. Het onder 23-traject van de KNZB is bedoeld om de transitie van jeugd naar het internationale senioren-niveau te stimuleren.
2. Er zijn prestatie-eisen geformuleerd voor de onder 23 leeftijdsgroep om te kunnen deelnemen aan het EK korte baan en de EK onder 23. In de jaren dat er geen EK onder 23 georganiseerd wordt geldt het reguliere EK als vervangend toernooi.
3. Per toernooi zijn de prestatie-eisen uitgewerkt.
4. Per toernooi bepaald de KNZB hoeveel sporters per individueel nummer worden afgevaardigd. Kwalificatie via een onder 23-prestatie-eis is alleen mogelijk indien de sporter behoort tot het aantal tijd-snelste sporters dat afgevaardigd wordt naar het toernooi.
5. Onderstaand het overzicht van leeftijden die in aanmerking komen voor het onder 23-traject. Ondergrenzen qua leeftijd worden bepaald door de regels van European Aquatics. Het betreft de leeftijd die de sporter heeft op 31 december van het jaar waarin het toernooi wordt georganiseerd.

Wedstrijd	Mannen	Vrouwen
EK korte baan	15 tot en met 22 jaar	14 tot en met 22 jaar
EK onder 23	19 tot en met 22 jaar	19 tot en met 22 jaar
EK	19 tot en met 22 jaar	19 tot en met 22 jaar

EJK-traject

1. De KNZB wil jeugd zwemmers de kans bieden om ervaring op te doen met internationale toernooien en hiermee de ontwikkeling van sporters van een impuls voorzien.
2. Het valt te verwachten dat er jaarlijks een EJK wordt georganiseerd.

EJK, EK en WK OWZ-traject

1. Open water zwemmen kent twee prestatiebepalende factoren. Zwemniveau op 400, 800 en 1500m vrije slag en ervaring in het open water. De KNZB heeft gekozen voor een kwalificatieroute die hierbij aansluit. Voor de EJK vanaf 16 jaar kwalificatie in het zwembad tot uiteindelijk voor de WK alleen kwalificatie in het open water.
2. De zwembad prestatie-eisen worden jaarlijks geëvalueerd en indien nodig aangepast.
3. De KNZB kiest voor deelname aan het EJK open water. De afgelopen Olympische cyclus was Europa het dominante continent in het open water zwemmen. Daarom wordt er niet deelgenomen aan het WJK open water.
4. Indien de datum van het internationale evenement het toelaat wordt voor kwalificatie in het zwembad één kwalificatiemoment aangewezen.
5. Een gezamenlijk traject gericht op de ontwikkeling van open water vaardigheden maakt onderdeel uit van het kwalificatietraject.

EYOF-traject

1. EYOF en vervangende-EYOF wedstrijd worden sinds seizoen 2024-2025 niet langer aangeboden. Volgens de visie op talentontwikkeling komen deze internationale wedstrijden te vroeg – onder de 15 jaar oud - en geven we de voorkeur aan nationale wedstrijden waaronder de NJK en andere activiteiten gericht op de ontwikkeling tot topsporter.

World Aquatics Worldcup Wedstrijden

In het onderstaande overzicht de uitgangspunten die de KNZB zal hanteren met betrekking tot deelname en inschrijving aan de World Cup wedstrijden.

Algemene voorwaarden voor deelname.

1. Alleen de KNZB kan de inschrijving voor een World Aquatics Worldcup verzorgen. Een aanvraag om te worden ingeschreven voor een World Aquatics Worldcup wedstrijd kan door het versturen van een mail naar topsport@knzb.nl.
2. De KNZB zal uitsluitend inschrijvingen accepteren en verwerken van sporters die 18 jaar of ouder zijn. De regels en uitgangspunten opgesteld door World Aquatics zijn leidend om voor inschrijving in aanmerking te komen.
3. Inschrijvingen dienen te worden aangeleverd in een Excel bestand en zijn voorzien van; Naam, startnummer, geboortedatum, contactgegevens vereniging (secretariaat) en de te zwemmen afstanden. Mogelijk dienen NAW-gegevens, paspoortgegevens, een pasfoto en een World Aquatics Declaration Form aangeleverd te worden omdat een betreffende zwemmer nog niet is geregistreerd in het World Aquatics GMS. Instructies hieromtrent vanuit de KNZB dienen strikt te worden opgevolgd. Wanneer de World Aquatics GMS registratie niet volledig is ingevuld is deelname aan de World Aquatics Worldcup niet mogelijk.
4. World Aquatics verlangt bij de registratie/inschrijving van sporters een dopingcertificaat van het niveau goud. Het dopingcertificaat (goud) kan worden behaald via een de dopingautoriteit door gebruik te maken van de volgende link; www.dopingautoriteit.nl/elearning. Het dopingcertificaat dient bij de inschrijving aangeleverd te worden verstuurd naar topsport@knzb.nl. Zonder dopingcertificaat (goud) is deelname aan de World Aquatics Worldcup niet mogelijk.
5. Voor de inschrijving worden geen kosten berekend. Houd er rekening mee dat de organisatie niet in lokaal transport voorziet als er in een ander hotel wordt geboekt dan door organisatie wordt aangeboden.
6. De KNZB is niet verantwoordelijk voor de acceptatie van de inschrijving door de lokale organisatie.

7. De KNZB is niet verantwoordelijk voor de organisatie van de reis, het verblijf en de begeleiding van zwemmers. De KNZB nodigt zelf geen zwemmers uit en kosten zijn voor eigen rekening.
8. Aanvullende informatie en voorwaarden over de eerste komende World Cup wedstrijden worden toegevoegd wanneer dit bekend is.

Benoeming van begeleidingsteams

1. De leden van het begeleidingsteam voor internationale toernooien worden benoemd door de Technisch directeur zwemmen.
2. De ploegbegeleiders hebben de actuele Gedragscode Topsportkader KNZB ondertekend en hebben kennisgenomen van de Handleiding Begeleiding Nationale Teams KNZB. De ploegbegeleiding tijdens Olympische Spelen en Europese Spelen wordt voorgedragen aan NOC*NSF en is afhankelijk van het aantal en type van de beschikbare en toegewezen accreditaties.
3. De hoofdcoach voor Europese en mondiale eindtoernooien wordt aangewezen door de KNZB. De selectie van de overige coaches zal plaatsvinden via een ranking en hangt o.a. af van het aantal zwemmers dat zich kwalificeert. Hierbij worden ervaring, benodigdheden voor het team (o.a. estafette coaching), het zijn van een "teamplayer", communicatie en het kunnen werken andere atleten (en coaches en staf) buiten je groep ook meegewogen.

Kledingverplichtingen

De KNZB is er trots op dat het gerenommeerde sportkledingmerk Arena de sportkledingsponsor van de KNZB is. De KNZB zal de afspraken met Arena te allen tijde volledig nakomen. Binnen deze afspraken staat dat atleten die om (prestatie)redenen in andere wedstrijdpakken dan van het merk Arena willen zwemmen, zelf verantwoordelijk (organisatie en kosten) zijn voor eigen zwemkleding binnen de voorschriften (o.a. zwart, geen ander merk zichtbaar en bedrukt door de KNZB zoals de officiële arena wedstrijdpakken).

De KNZB is verantwoordelijk voor het verstrekken van wedstrijd kleding en 'out of court kleding' bij Europese en Mondiale eindtoernooien. Het dragen van Arena kleding tijdens uitzendingen (stage/wedstrijden/internationale eindtoernooien) is een verplichting. De afspraken en uitgangspunten worden in de uitnodiging voor een specifieke activiteit opgenomen en gedeeld met atleten en stafleden. De racekleding wordt ter plaatse gecontroleerd door de stafleden. Indien deze afspraken worden geschonden kan dit betekenen dat de desbetreffende atleet niet in actie komt en eventuele boetes voor rekening komen van de atleet.

Naast Arena heeft de KNZB een grote groep aan andere belangrijke sponsors. Op out of court kleding van sporters geldt dat Nederlandse Loterij en Odido gevoerd moeten worden. Op wedstrijd kleding Nederlandse Loterij. Deze sponsors funden voor een groot deel de wedstrijdprogramma's en krijgen daarvoor deze rechten terug. We vragen onze sporters hier scherp op te zijn en hier te allen tijde zorg voor te dragen. De eventuele boetes voor het niet nakomen van deze afspraken zijn voor rekening van de atleten.

KNZB-reglement bezwaarprocedure

Het KNZB-reglement kent een mogelijkheid om bezwaar te maken tegen uitkomsten van kwalificatie. In de artikelen L35 en L36 staat beschreven hoe deze procedure verloopt.

EK korte baan Lublin (2 - 7 december 2025)

Algemeen:

- De minimale prestatie-eisen zijn gelijk aan de World Aquatics A-standaard uit 2024.
- We selecteren maximaal 4 atleten per individueel nummer.
- Bij open plekken kunnen atleten van 22 jaar en jonger deelnemen, mits zij voldoen aan de hieronder vastgestelde EK korte baan onder 23 prestatie-eisen. De minimumleeftijd bedraagt volgens de regelgeving van European Aquatics 15 jaar voor mannen en 14 jaar voor vrouwen.
- Estafettes worden samengesteld uit de teamleden die zich op basis van individuele eisen hebben gekwalificeerd. In geval van top-5 kansrijke estafettes kan de Selectiecommissie zwemmen besluiten niet individueel gekwalificeerde sporters toe te voegen aan het team. Alle sporters dienen beschikbaar te zijn van het zwemmen van series en finales.

Kwalificatie:

- Kwalificatie voor de EK korte baan in Lublin 2025 is alleen mogelijk tijdens de EK kwalificatiewedstrijd van 24-26 oktober 2025 te Rotterdam of tijdens de World Cup wedstrijd in Toronto van 23-25 oktober 2025. Er worden geen andere (internationale) wedstrijden overwogen en dezelfde kwalificatie-eisen gelden (zoals bijvoorbeeld dat kwalificatie enkel mogelijk is in de A-finale).
- Kwalificaties kunnen alleen gerealiseerd worden in de A-finales.
- Extra individuele inschrijvingen voor diegenen die zich via bovenstaande criteria al geselecteerd hebben (d.w.z. atleten die al geselecteerd zijn) worden na de bovengenoemde kwalificatiewedstrijd beoordeeld en beslist door de Selectiecommissie. Extra nummers zijn enkel mogelijk ter ondersteuning van de nummers waarop je je gekwalificeerd hebt en/of de estafettes waarvoor je geselecteerd wordt.
- Uitzonderingen op bovenstaande in het belang van het team kunnen enkel gemaakt worden door de Selectiecommissie zwemmen en zullen (indien gemaakt) transparant gecommuniceerd worden.

Prestatie-eisen EK kb 2025:

Afstand	Heren	Dames
50 vrije slag	00:21,40	00:24,44
100 vrije slag	00:47,23	00:53,78
200 vrije slag	01:44,08	01:55,60
400 vrije slag	03:42,50	04:06,95
800 vrije slag	07:45,02	08:29,17
1500 vrije slag	14:49,29	16:15,27
50 rugslag	00:23,38	00:26,54
100 rugslag	00:51,30	00:58,08
200 rugslag	01:52,66	02:05,54
50 schoolslag	00:26,57	00:30,45
100 schoolslag	00:57,63	01:05,28
200 schoolslag	02:06,23	02:23,38
50 vlinderslag	00:22,53	00:25,82
100 vlinderslag	00:50,57	00:57,40
200 vlinderslag	01:53,61	02:08,85
100 wisselslag	00:52,98	00:59,65
200 wisselslag	01:55,25	02:10,16
400 wisselslag	04:09,19	04:37,54

Prestatie-eisen EK kb 2025 voor EK onder 23 (geboren in 2004 t/m 2007):

Afstand	Heren	Dames
50 vrije slag	00:21,72	00:24,81
100 vrije slag	00:47,94	00:54,59
200 vrije slag	01:45,64	01:57,33
400 vrije slag	03:45,84	04:10,65
800 vrije slag	07:52,00	08:36,81
1500 vrije slag	15:02,63	16:29,90
50 rugslag	00:23,73	00:26,94
100 rugslag	00:52,07	00:58,95
200 rugslag	01:54,35	02:07,42
50 schoolslag	00:26,97	00:30,91
100 schoolslag	00:58,49	01:06,26
200 schoolslag	02:08,12	02:25,53
50 vlinderslag	00:22,87	00:26,21
100 vlinderslag	00:51,33	00:58,26
200 vlinderslag	01:55,31	02:10,78
100 wisselslag	00:53,77	01:00,54
200 wisselslag	01:56,98	02:12,11
400 wisselslag	04:12,93	04:41,70

EJK Duitsland (7 - 12 juli 2026)

Algemeen:

- De prestatie-eisen zijn vastgesteld op basis van wedstrijdresultaten (top-12 geschoonde lijst) van de EJK's 2023-2025
- Ieder jaar zullen de limieten opnieuw herzien worden aan de hand van de drie laatst gezwommen edities.
- Prestatie-eisen worden t.o.v. eerdere prestatie-eisen nooit langzamer gesteld

Kwalificatie:

- Kwalificatie voor EJK in Duitsland is alleen mogelijk tijdens de RQM van 17 t/m 19 april. Er worden geen andere (internationale) wedstrijden overwogen. *
- Kwalificaties kunnen alleen gerealiseerd worden in de A en jeugd-finales.
- Een tijd als startzwemmer van een estafette of een deelafstand (bv de eerste 100m van een 200m) is niet geldig.
- Extra individuele inschrijvingen voor diegenen die zich via bovenstaande criteria al geselecteerd hebben voor tenminste één onderdeel (d.w.z. atleten die al geselecteerd zijn) worden na de bovengenoemde kwalificatiewedstrijd beoordeeld en beslist door de Selectiecommissie. Extra nummers zijn enkel mogelijk ter ondersteuning van de nummers waarop je je gekwalificeerd hebt, dienen competitief voor halve finales geacht te zijn, en niet te conflicteren met eventuele estafettes.
- Kwalificatie is alleen geldig met een getekende teamovereenkomst.
- Kwalificatie is alleen mogelijk bij deelname aan de centrale voorbereidingsstage.
- Uitzonderingen op bovenstaande in het belang van het team kunnen enkel gemaakt worden door de TD/selectiecommissie zwemmen en zullen (indien gemaakt) transparant gecommuniceerd worden.

**Sporters wonend buiten Europa kunnen één wedstrijd aanvragen waarop zij zich willen kwalificeren. Deze wedstrijd dient voorafgaand van het kwalificatietoernooi in Rotterdam plaats te vinden en minstens zes (6) weken voor aanvang van de wedstrijd te zijn aangevraagd en goedgekeurd door de Selectiecommissie via topsport@knzb.nl. Deze aangevraagde wedstrijd kan enkel plaatsvinden vanaf 7 juli 2025 tot één week voor onze eigen (Nederlandse) kwalificatiewedstrijd. In geval van het niet halen van de gestelde eisen kan er niet alsnog worden meegedaan aan de Nederlandse kwalificatiewedstrijd.*

Prestatie-eisen EJK 2026:

Afstand	Jongens	Meisjes
50 vrije slag	00:23,02	00:26,00
100 vrije slag	00:50,52	00:56,32
200 vrije slag	01:50,87	02:02,32
400 vrije slag	03:54,93	04:18,32
800 vrije slag	08:10,71	08:54,20
1500 vrije slag	15:41,12	17:01,63
50 rugslag	00:26,13	00:29,29
100 rugslag	00:56,41	01:02,79
200 rugslag	02:02,64	02:16,21
50 schoolslag	00:28,50	00:32,15
100 schoolslag	01:02,95	01:10,14
200 schoolslag	02:17,03	02:32,12
50 vlinderslag	00:24,58	00:27,40
100 vlinderslag	00:54,26	01:00,67
200 vlinderslag	02:02,69	02:14,44
200 wisselslag	02:04,69	02:18,40
400 wisselslag	04:27,93	04:54,59

EK lange baan Parijs (10 - 16 augustus 2026)

Algemeen:

- De minimale prestatie-eisen zijn gelijk aan de World Aquatics A-standaard uit 2024.
- We selecteren maximaal 4 atleten per individueel nummer.
- Bij open plekken kunnen atleten geboren in 2004, 2005, 2006 of 2007 deelnemen, mits zij voldoen aan de hieronder vastgestelde EK onder 23 prestatie-eisen.
- Estafettes worden samengesteld uit de teamleden die zich op basis van individuele eisen hebben gekwalificeerd. In geval van top-5 kansrijke estafettes kan de Selectiecommissie zwemmen besluiten niet individueel gekwalificeerde sporters toe te voegen aan het team. Alle sporters dienen beschikbaar te zijn van het zwemmen van series en finales.

Kwalificatie:

- Kwalificatie voor de EK lange baan in Parijs is alleen mogelijk tijdens de trials/ NK lange baan, welke wordt gehouden in juni/juli 2026 te Eindhoven. Exacte datum en locatie nader te bepalen. Er worden geen andere (internationale) wedstrijden overwogen.
- Kwalificaties kunnen alleen gerealiseerd worden in de A-finales.
- Extra individuele inschrijvingen voor diegenen die zich via bovenstaande criteria al geselecteerd hebben (d.w.z. atleten die al geselecteerd zijn) worden na de bovengenoemde kwalificatiewedstrijd beoordeeld en beslist door de Selectiecommissie. Extra nummers zijn enkel mogelijk ter ondersteuning van de nummers waarop je je gekwalificeerd hebt en/of de estafettes waarvoor je geselecteerd wordt.
- Uitzonderingen op bovenstaande in het belang van het team kunnen enkel gemaakt worden door de Selectiecommissie zwemmen en zullen (indien gemaakt) transparant gecommuniceerd worden.

Prestatie-eisen EK 2026:

Afstand	Heren	Dames
50 vrije slag	00:22,05	00:24,86
100 vrije slag	00:48,34	00:54,25
200 vrije slag	01:46,70	01:58,23
400 vrije slag	03:48,15	04:10,23
800 vrije slag	07:48,66	08:34,62
1500 vrije slag	15:01,89	16:24,56
50 rugslag	00:25,11	00:28,22
100 rugslag	00:53,94	01:00,46
200 rugslag	01:58,07	02:11,08
50 schoolslag	00:27,33	00:30,75
100 schoolslag	00:59,75	01:06,87
200 schoolslag	02:10,32	02:25,91
50 vlinderslag	00:23,36	00:26,23
100 vlinderslag	00:51,77	00:58,33
200 vlinderslag	01:56,51	02:09,21
200 wisselslag	01:59,05	02:12,83
400 wisselslag	04:17,48	04:43,06

Prestatie-eisen EK 2026 voor EK onder 23 (geboren in 2004 t/m 2007):

Afstand	Heren	Dames
50 vrije slag	00:22,38	00:25,23
100 vrije slag	00:49,07	00:55,06
200 vrije slag	01:48,30	02:00,00
400 vrije slag	03:51,57	04:13,98
800 vrije slag	07:55,69	08:42,34
1500 vrije slag	15:15,42	16:39,33
50 rugslag	00:25,49	00:28,64
100 rugslag	00:54,75	01:01,37
200 rugslag	01:59,84	02:13,05
50 schoolslag	00:27,74	00:31,21
100 schoolslag	01:00,65	01:07,87
200 schoolslag	02:12,27	02:28,10
50 vlinderslag	00:23,71	00:26,62
100 vlinderslag	00:52,55	00:59,20
200 vlinderslag	01:58,26	02:11,15
200 wisselslag	02:00,84	02:14,82
400 wisselslag	04:21,34	04:47,31

EK Open Water Parijs (4 - 8 augustus 2026)

Afstanden (zoals bekend per juli 2025):

Dames en heren 5 km – 10 km – 25 km – 3 km knock out
Mixed (2 dames, 2 heren) 4 x 1250m

Kwalificatie:

- Kwalificatie is alleen mogelijk voor atleten die voor 9 januari 2026 hebben aangegeven in aanmerking te willen komen voor het EK open water in Parijs.
- Kwalificatie is alleen mogelijk via de 10 km. Deelname aan andere afstanden naast de 10 km is mogelijk voor gekwalificeerde atleten in overleg met de door de KNZB aangewezen coach voor deze wedstrijd.
- Kwalificatie is mogelijk door te voldoen aan de prestatiecriteria op één van de twee open water kwalificatiemogelijkheden in de periode. Deze wedstrijden kunnen pas bekend worden gemaakt na publicatie van de open water wedstrijdkalender van 2026.
- Voor zwemmers van 22 jaar en jonger is kwalificatie in het zwembad ook mogelijk door te voldoen aan de prestatiecriteria op de 400 **en** de 800 of 1500m vrije slag tijdens de trials/ NK lange baan, welke wordt gehouden op 24 t/m 28 juni 2026.
- Maximaal 3 mannen en 3 vrouwen kunnen zich kwalificeren. Indien meer dan drie atleten per gender hebben voldaan aan de prestatiecriteria worden de drie atleten geselecteerd met de snelste persoonlijk records op de 1500m vrije slag.
- Als voldoende atleten hebben voldaan aan de prestatiecriteria is deelname aan de estafette verplicht indien opgesteld door de KNZB aangewezen coach voor deze wedstrijd.
- Kwalificatie is alleen geldig met een getekende teamovereenkomst.
- Uitzonderingen op bovenstaande kunnen enkel gemaakt worden door de Selectiecommissie zwemmen en zullen (indien gemaakt) transparant gecommuniceerd worden.

Prestatiecriteria:

	400m vrije slag	800m vrije slag	1500m vrije slag
Dames 22 jaar en jonger	4:19,00	8:47,00	16:44,00
Heren 22 jaar en jonger	3:54,00	7:59,00	15:17,00
Open water wedstrijd 1	Wordt bepaald na publicatie van de internationale wedstrijdkalender.		
Open water wedstrijd 2	Wordt bepaald na publicatie van de internationale wedstrijdkalender.		

EJK Open Water Zwemmen Hongarije 2026 (19–21 juni)

Afstanden waarvoor gekwalificeerd kan worden:

Leeftijdsgroep 16 en 17 jaar	7,5 km
Leeftijdsgroep 18 en 19 jaar	10 km

Afstanden waar (eventueel) aan deelgenomen kan worden indien gekwalificeerd:

Leeftijdsgroep 16 t/m 19 jaar	3 km knock out race	
16 jaar	4 x 1250m	2 heren & 2 dames
19 jaar en jonger	4 x 1250m	2 heren & 2 dames

Kwalificatie:

- Kwalificatie is alleen mogelijk voor atleten die voor 9 januari 2026 hebben aangegeven in aanmerking te willen komen voor het EJK open water in de zomer van 2026. Dit kan per e-mail naar topsport@knzb.nl.
- Kwalificatie voor EJK open water is alleen mogelijk tijdens de wedstrijd die de KNZB organiseert in Rotterdam van 17 t/m 19 april 2026. Er worden geen andere (internationale) wedstrijden overwogen.
- Een atleet dient te voldoen aan de prestatiecriteria op de 400 **en** de 800 of 1500m vrije slag.
- Als in een leeftijdsgroep meer dan twee atleten hebben voldaan aan de prestatiecriteria worden de twee atleten geselecteerd met de meeste aquapoints op de 400 **en** de 800 of 1500m vrije slag.
- Per land mogen maximaal drie deelnemers starten in de 3 km knock out race. Als er meer dan drie deelnemers zich gekwalificeerd hebben dan bepaald de door de KNZB aangewezen coach voor deze wedstrijd welke zwemmers in aanmerking komen voor deelname. Tijdens de EJK-informatiedag wordt uitgelegd hoe de keuze gemaakt wordt.
- Als voldoende atleten hebben voldaan aan de prestatiecriteria is deelname aan de estafette verplicht indien opgesteld door de KNZB aangewezen coach voor deze wedstrijd.
- Kwalificatie is alleen geldig met een getekende teamovereenkomst.
- Kwalificatie is alleen mogelijk bij deelname aan de EJK-informatie- en trainingsdag op vrijdag 20 februari 2025 in Eindhoven.
- Uitzonderingen op bovenstaande kunnen enkel gemaakt worden door de Selectiecommissie zwemmen en zullen (indien gemaakt) transparant gecommuniceerd worden.

Prestatiecriteria:

	400m vrije slag	800m vrije slag	1500m vrije slag
16 en 17 jaar	D: 4:24,50 H: 4:04,80	D: 8:58,00 H: 8:21,41	D: 17:12,00 H: 15:56,13
18 en 19 jaar	D: 4:23,00 H: 4:00,00	D: 8:54,00 H: 8:14,00	D: 17:00,00 H: 15:42,00

Disclaimer

Dit document is geldig op het moment van publicatie. Eventuele wijzigingen in de wedstrijdkalender en/of voortschrijdende inzichten kunnen aanleiding geven om de criteria op elk moment aan te passen.