

A group of swimmers are participating in a race in a river. They are wearing blue swim caps and orange and blue inflatable rings. A bridge with blue pillars is in the background. The water is splashing around the swimmers.

**Swim
to Fight
Cancer**

**SWIM TO FIGHT
CANCER**

DEELNEMERSINFORMATIE

AMSTEL

FIGHT
cancer

Zaterdag 6 september 2025

Love life. Fight cancer.



INHOUDSOPGAVE

VOORWOORD	P.1
DE LOCATIE	P.2
BEREIKBAARHEID EN PARKEREN	P.2
PROGRAMMA	P.2
PARCOURS	P.3
REGISTRATIE	P.4
VOOR DE SWIM	P.4
DE SWIM	P.5
NA DE SWIM	P.6





VOORWOORD

Beste helden,

Wat een bijzonder moment is dit. Jullie hebben ervoor gekozen om deel te nemen aan Swim to Fight Cancer – en alleen dát is al een succes. Iedere inschrijving, iedere training en iedere donatie laat zien dat jullie veel meer doen dan een sportieve prestatie neerzetten. Jullie zetten 6 september een stap in de strijd tegen kanker en daar mogen jullie ongelooflijk trots op zijn.

Voor ons is dit evenement veel meer dan zwemmen. Het gaat om de verhalen die we met elkaar meedragen, om de emoties die in elke slag meebewegen, en om de kracht die ontstaat als we samen hetzelfde doel nastreven. Wij geloven dat er niets sterker is dan een groep mensen die zich verenigt voor een ander.

Elke meter die jullie 6 september zwemmen is er één van hoop. Elke euro die is opgehaald, is een teken van verbondenheid. Samen bouwen we aan een toekomst waarin kanker geen dodelijke ziekte meer hoeft te zijn.

Op 6 september staan we stil bij onze dierbaren, bij wat we samen kunnen bereiken en bij de kracht die ontstaat wanneer we onmacht omzetten in macht. Adem diep in, spring met volle overtuiging in het water en voel de energie van dit succes. Dit is ónze dag, jullie dag – en wij zijn ongelooflijk trots dat we dit samen mogen beleven.

Tot slot willen wij een speciaal dankwoord uitspreken aan alle vrijwilligers, sponsors en iedereen vanuit Team Amstel die dit evenement mogelijk maakt. Zonder jullie inzet, energie en steun zou deze dag niet zo groots en betekenisvol zijn. Samen maken we het verschil.

Succes met de laatste voorbereidingen.

Met groet van,

Davy & Justin Heijsteeg
Projectleider & eventmanager Swim to Fight cancer Amstel



DE LOCATIE

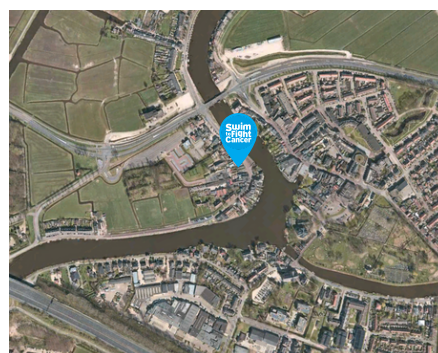
Swim to Fight Cancer Amstel wordt georganiseerd in de Amstel tussen de twee Gemeentes Amstelveen en Ouderkerk a/d Amstel. De start en finish vinden plaats bij de Amstelzijde in Amstelveen.

Adres start/finish:

Amstelzijde
1184TZ Amstelveen

Adres Registratie:

Giga Storage
Amstelzijde 85a
1184 TZ Amstelveen



BEREIKBAARHEID EN PARKEREN

Parkeren

Wij willen je verzoeken om op de fiets naar de swim te komen. Er is een mogelijkheid om de fiets dichtbij de start en finish neer te zetten. Daarnaast zijn er verschillende mogelijkheden om de auto te parkeren. De dichtstbijzijnde parkeerplaats is de Amstel Parking bij de Amstelzijde. Deze parkeerplaats is betaald parkeren, maar het goede nieuws is dat de Amstel Parking een deel van de opbrengst zal doneren aan Stichting Fight cancer.

Met het openbaar vervoer

Er zijn diverse mogelijkheden om per openbaar vervoer naar de swim te reizen. Het dichtstbijzijnde treinstation is station Bijlmer Arena. Vanaf hier kun je de bus pakken naar startlocatie. Voor een persoonlijk advies kunt u voor uw vertrek de volgende websites raadplegen:

- www.9292ov.nl
- www.connexxion.nl
- www.gvb.nl
- www.maps.google.com

PROGRAMMA

12:00 - 13:30 uur	Registratie & omkleden deelnemers
13:40 uur	Welkomstwoord & Warming-up
14:00 uur	Start swim
15:30-16:00 uur	Bekendmaking opbrengst en uitreiken cheque*
17:00 uur	Einde Swim to Fight cancer Amstel 2025

*deze tijd is een indicatie tijd. De cheque uitreiking zal plaatsvinden wanneer de laatste deelnemer gefinisht is.

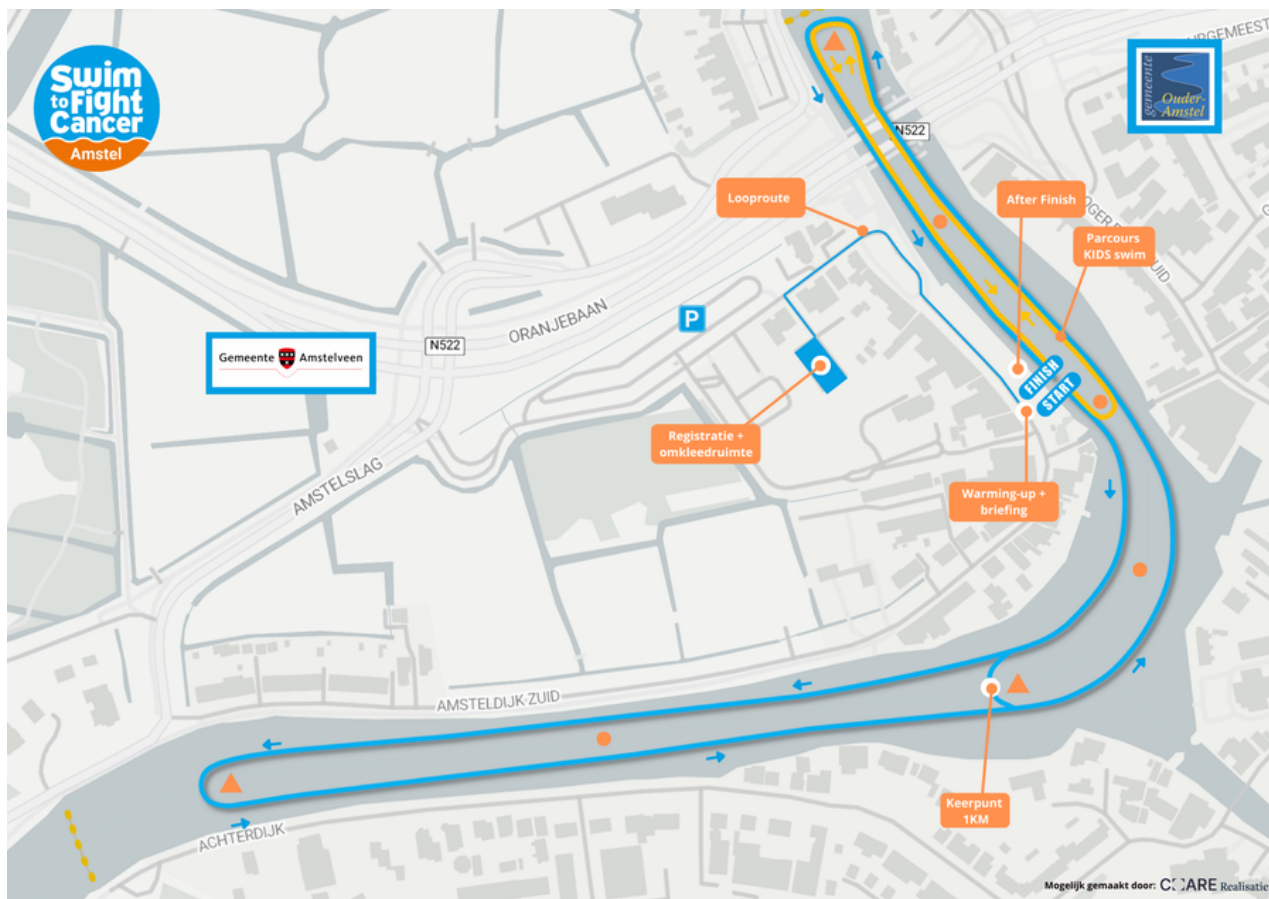


Starttijden per wave

14:00 uur	Wave 1 (2000m)
14:05 uur	Wave 2 (2000m)
14:10 uur	Wave 3 (2000m teams)
14:15 uur	Wave 4 (business teams)
14:20 uur	Wave 5 (1000m teams)
14:25 uur	Wave 6 (1000m)
14:30 uur	Wave 7 (KIDS)

*in een aparte mail staat jouw startnummer en in welke wave je bent ingedeeld

PLATTEGROND





REGISTRATIE

De registratiekit die je nodig hebt om deel te kunnen nemen aan swim kun je voor de start op halen bij de registratietent op het terrein van Giga Storage. In de registratiekit vind je onder meer een badmuts met startnummer, blauw polsbandje en een safe swimmer. **Zorg dat je bij het ophalen van je registratiekit de e-mail met je badmutsnummer en gegevens bij de hand hebt.**

Belangrijk: De registratiebalie is geopend vanaf 12:00u. Tot uiterlijk 30 minuten voor de start is er de mogelijkheid om de registratiekit op te halen. Het terrein van de registratie is gedurende de swim (13:45) afgesloten. Er is alleen toegang met het laten zien van een blauw bandje.

BADMUTS

Alle deelnemers ontvangen bij hun registratie een badmuts met daarop een startnummer welke gekoppeld is aan jouw naam. In de week van de Swim ontvang je van ons een e-mail met daarin je startnummer. Draag de badmuts met de startnummers naar de zijkant. Dit startnummer is belangrijk voor ons registratie systeem. Om te controleren of alle deelnemers zijn gestart en gefinisht houden wij bij wie wanneer het water betreedt en er weer uitkomt.

Belangrijk: De badmuts staat geregistreerd op naam en kan niet verwisseld worden met een andere deelnemer.

SAFE SWIMMER

Alle deelnemers ontvangen bij hun registratie een safe swimmer. Dit is een oranje boei die bevestigd kan worden om de middel. Je bent als deelnemer verplicht deze safe swimmer te dragen tot dat je uit het water bent bij de finish. Bij de finish lever je de safe swimmer weer in bij de organisatie.



Horeca & sanitair

Bij onze horeca partner Loetje is het mogelijk om koffie of thee te kopen. Daarnaast is daar de mogelijkheid om eventueel water bij te vullen. Wij willen je vragen om gebruik te maken van onze dixies en plaskruizen (bij de registratie) en in uiterste nood naar binnen te stappen bij restaurants.

VOOR DE SWIM

OMKLEDEN

Naast de registratietent is er voor de deelnemers de mogelijkheid om je om te kleden. Er zijn geen kluisjes dus het achterlaten van spullen is op eigen risico. Het terrein wordt daarnaast beveiligd en is gedurende de swim alleen toegankelijk voor mensen met een blauw bandje.

WELKOMSTWOORD & WARMING-UP

Om 13:40u verzamelen we met alle deelnemers bij het podium naast de start. Na een welkomstwoord zullen we een gezamenlijke warming-up doen om te zorgen dat we optimaal voorbereid zijn voor de swim. Na de warming-up zullen we in drie verschillende startwaves (2KM, 1KM & KIDS SWIM) gaan starten met de swim.



SUPPORTERS

Supporters zijn meer dan welkom tijdens de swim. Naast de start en de finish hebben de supporters de mogelijkheid om langs het zwemparcours te lopen om je ook op die manier te kunnen blijven aanmoedigen. Wij willen alle supporters wel vragen om rekening te houden met overig verkeer en de instructies te volgen van onze verkeersregelaars. Daarnaast vragen we de supporters zoveel mogelijk op de fiets te komen om parkeerdruk te voorkomen.

WETSUIT

In de dagen voor de swim zullen wij via onze social media kanalen de watertemperatuur delen. Deze is op dit moment 20 graden. Gezien de watertemperatuur in de dagen voorafgaand van de swim en de voorspelde buiten-temperatuur raden wij het aan om tijdens het zwemmen met een wetsuit te zwemmen. Wil je een wetsuit huren dan kan dat via de link in de nieuwsbrief of op de website, kies dan bij "ophalen tijdens zwemtraining; nee" en bij "Wetsuit versturen" wanneer je hem wil ontvangen."

DE SWIM

KLAAR VOOR DE START

Na de warming-up kun je klaar maken om te gaan starten. We starten in zeven verschillende waves. Vijf minuten voor de start zullen we het water in gaan.

Voordat je het water betreed loop je langs iemand van de organisatie met een tablet. Deze vrijwilliger registreert je startnummer, zodat bekend is dat je in het water bent. Na het doorgeven van je startnummer kun je het water in gaan. Om het te water gaan zo makkelijk mogelijk te maken zal onze sponsor Rixax Verhuur en KPS een trapsteiger in het water zetten.

START

Wanneer alle deelnemers van de startwave in het water zijn zal het startschot gegeven worden door de wethouder sport van Amstelveen. Na het klinken van het startschot zwem je richting de A9.

PARCOURS

Het parcours van de swim wordt aangegeven doormiddel van grote oranje boeien. De boeien houd je aan je linkerhand. Je bent zelf verantwoordelijk om te keren bij het juiste keerpunt. Bekijk de parcoustekening dus goed. De boeien bij een keerpunt zijn driehoekig en de boeien om de route aan te geven zijn cilinder vorming.



VEILIGHEID OP HET WATER

Naast de safeswimmer hebben wij extra veiligheidsmaatregelen getroffen om ervoor te zorgen dat je zo veilig mogelijk kunt zwemmen. Mocht er onderweg iets gebeuren dan varen er een aantal boten van de reddingsbrigade. Wanneer je hulp nodig hebt ga je op je rug liggen of op de safeswimmer en zwaai je naar een van de boten. Ook wanneer je ervoor kiest om te stoppen (waar wij natuurlijk niet van uit gaan) is het verplicht op je uit het water te laten halen door onze boten. De boot brengt je richting de finish, zodat onze vrijwilligers je kunnen afmelden in het systeem.

FINISH

Na 500m, 1KM of 2KM kom je aan bij de finish ter hoogte van de restaurants aan de Amstelzijde waar je groots wordt onthaald door alle supporters en vrijwilligers. Wanneer je via de trapsteiger het water uitkomt is het belangrijk dat je jezelf afmeldt bij een van onze vrijwilligers met de tablet zodat wij weten of alle deelnemers weer veilig terug zijn. Daarnaast lever je de safeswimmer weer in bij een van onze vrijwilligers.

NA DE SWIM

AFTER FINISH

Na de finish ontvang je van ons een mooie medaille en een Swim to Fight cancer handdoek. Daarnaast is er de mogelijkheid om wat eten en drinken te pakken.

OMKLEDEN & DOUCHEN

Er is een mogelijkheid om na het zwemmen te douchen (koud water) en om te kleden bij de omkleedtent op het terrein van Giga Storage.

BEKENDMAKING OPBRENGST EN CHEQUE UITREIKING

Wanneer alle deelnemers binnen zijn zullen wij gezamenlijk bekendmaken wat de opbrengst is van de Swim Fight cancer Amstel 2025 en zullen wij de cheque uitreiken aan Stichting Fight cancer.

FOTO'S & AFTER MOVIE

Om je nog meer te laten nagenieten van een geweldige zwemprestatie delen wij in de week na de swim de foto's die zijn gemaakt en de after movie. Mocht een jouw toeschouwers ook foto's maken dan ontvangen wij deze ook graag om te kunnen delen met de andere deelnemers.

Bij vragen of opmerkingen stuur een mail naar info@amstel.swimtofightcancer.nl. En houd onze socials [@swimtofightcanceramstel](https://www.instagram.com/swimtofightcanceramstel) in de gaten voor de laatste updates.

VEEL SUCCES!

Namens Team Amstel en de sponoren van Swim to Fight cancer Amstel 2025



**Swim
to Fight
Cancer**

**Swim
to Fight
Cancer**
Amstel

wordt mogelijk gemaakt door:

INTERSLOOP B.V.
RENOVATIESLOOP | BOOR- EN ZAAGTECHNIEK

Gemeente  Amstelveen

gemeente
*Ouder-
Amstel*

GIGA
STORAGE

CCARE Realisatie

CCARE Architectuur
CCARE Beheer

WECKBACHER®

WITABEN INTERIEURPROJECTEN

RIXAX VERHUUR

AMSTERDAM
SPORT EVENTS



Sprenkels



derks & zn.

KPS
STALIGERBOUW

CAZANT
BETONBOUW BV

MENN  KÖHLER

Podiatrypraktijk
OnYourFeet



JAMM FM

Loetje

MIJNZWEMCOACH
Een initiatief van de  zwembad

blowUPmedia

CGI



**BOEREN
VAN
AMSTEL**
AUTOSCHIED

TVE
RECLAMEPRODUCTIES

ABOVO
MAXLEAD


global

JEAN MINEUR
MEDIAVISION

WOT! PROMOTIONS.nl

I-MOR
CREATE MOVING CONTENT

speedo

www.swimtofightcancer.nl/amstel

@swimtofightcanceramstel