

PARA-ZWEMMEN



Een beperking hoeft je ambities niet in de weg te staan. Sport is gezond en haalt het beste bij mensen naar boven omdat het laat zien waar je mogelijkheden liggen. Door sport krijg je zelfvertrouwen, je leert jezelf kennen, je ontmoet leeftijdsgenoten. Meedoen aan zwemwedstrijden is heel goed mogelijk voor zwemmers met een lichamelijke, visuele of verstandelijke beperking. Zwemmen is een sport zonder hulpmiddelen waarin een eerlijke competitie mogelijk is tegen gelijkwaardige concurrenten. Het is een individuele sport, die in teamverband kan worden beoefend. Iedere zwemmer kan op zijn eigen niveau trainen en deelnemen aan zwemwedstrijden. Het Paralympisch zwemmen, kortweg Para-zwemmen, is geïntegreerd in de reguliere wedstrijd sport. Dat betekent dat zwemmers met een beperking mee kunnen doen aan "reguliere" wedstrijden met leeftijdsgenoten bij hun in de buurt!

Deelnemen aan reguliere wedstrijden

Zwemmers met een beperking kunnen gewoon deelnemen aan de reguliere programma's en series. Dit kan bijvoorbeeld bij Nationale- en Regionale Kampioenschappen, limietwedstrijden en de landelijke competitie. Het kan gebeuren dat de zwemmer als gevolg van zijn/haar beperking de zwemslag niet helemaal correct uitvoert of hulp nodig heeft bij de start of het keerpunt. Een zwemmer kan, om te voorkomen dat hij/zij hierdoor gediskwalificeerd wordt, een classificatie aanvragen. Hiermee kan de zwemmer dispensatie krijgen waarmee diskwalificatie tijdens wedstrijden als gevolg van de beperking wordt voorkomen. Dispensatie wordt niet verleend als gevolg van een slechte techniek. Tijdens deze wedstrijden zwemmen Para-zwemmers samen met zwemmers zonder beperking. Er wordt geen aparte indeling gemaakt.



Classificatie maakt eerlijke strijd mogelijk

Een zwemmer die gaat sporten in wedstrijdverband, wil graag een eerlijke strijd en de juiste tegenstander. Om dit mogelijk te maken, worden sporters vaak ingedeeld in categorieën met gelijkwaardige mogelijkheden: man/vrouw of leeftijdscategorieën. In de Paralympische sport is classificatie een aanvullend middel om sporters met een beperking naar gelang hun functionele mogelijkheden in te delen in klassen. Nationaal en internationaal wordt met deze classificaties gewerkt. De volgende klassen worden in het zwemmen gehanteerd:

S1 t/m S10

Voor zwemmers met een lichamelijke beperking S1 zwemmers hebben de zwaarste beperking, S10 zwemmers hebben de lichtste beperking.

S11 t/m S13

Voor zwemmers met een visuele beperking S11 zwemmers zijn blind, S13 zwemmers hebben een lichte visuele beperking.

S14

Voor zwemmers met een verstandelijke beperking.



Deelnemen aan specifieke wedstrijden voor Para-zwemmers

Zwemmers met een beperking kunnen tijdens wedstrijden ook deelnemen aan programma's die speciaal voor de doelgroep zijn uitgeschreven. Er zijn wedstrijden die uitsluitend programma's voor Para-zwemmers uitschrijven en er zijn wedstrijden die een paar nummers toevoegen aan het reguliere programma. Deelname aan deze programma's is uitsluitend mogelijk als de zwemmer beschikt over een classificatie. Specifieke wedstrijden voor zwemmers met een verstandelijk en lichamelijke beperking zijn de Paralympische Spelen of andere lokale, nationale en internationale initiatieven. Voor verstandelijk beperkte sporters worden ook de Special Olympics georganiseerd.

Nederlandse Kampioenschappen

Het NK zwemmen is een voorbeeld van een geïntegreerde wedstrijd met specifieke programma's voor Para-zwemmers met een classificatie. Deelnemers aan deze programma's halen limieten die gelden voor hun specifieke klasse. Dit zijn veelal leden van de HPC-selectie en talenten uit JCF- of junioren/jeugdselectie. De limieten worden op basis van actuele wereld en nationale ranglijsten vastgesteld. Tijdens de NK zwemmen worden de zwemmers uit verschillende klassen ingedeeld op tijd en niet op klasse. Op deze manier vindt een mooie strijd plaats. De Nederlands Kampioen is niet altijd de zwemmer die als eerste aantikt. Voor de prijsuitreikingen bij de programma's voor Para-zwemmers wordt gebruik gemaakt van een internationale puntentabel (gelijk aan FINA-puntentabel) waarbij de tijden van de zwemmers gewogen worden tegen wereldranglijsttijden in hun eigen klasse. Op deze manier wordt er één winnaar per programma bepaald. Uiteraard wordt er wel onderscheid gemaakt tussen jeugd en senioren.



De classificatie

Een sporter met een beperking die deelneemt aan bepaalde wedstrijden vraagt een classificatie aan. Classificeren is het indelen in functionele handicapklassen. Deze klasse-indelingen worden bepaald door de internationale sportfederaties en uitgevoerd door classifiers van Gehandicaptensport Nederland. Classifiers zijn deskundigen met een medische en/of sportspecifieke achtergrond. Zij hebben zich gespecialiseerd in het analyseren van de functiemogelijkheden van een sporter in relatie tot de zwemsport. Hierdoor kunnen zij bepalen in welke klasse de zwemmer mag uitkomen tijdens wedstrijden. Deze classificaties zijn voor sporters met een lichamelijke, visuele of verstandelijke beperking.

Classificaties worden uitgevoerd door de KNZB in samenwerking met NOC*NSF. Vragen met betrekking tot de classificatie kunnen toegestuurd worden naar classificatie@knzb.nl



Coaching tijdens wedstrijden

Zwemmers met een beperking hebben vaak meer assistentie nodig tijdens de wedstrijd. Om deze reden is het voor begeleiders van deze zwemmers toegestaan om het startplatform te betreden en de zwemmers te assisteren. Bij een ploeg zijn vaak meerdere begeleiders aanwezig. Vragen over het coachen bij zwemmen met een handicap kunnen altijd gesteld worden aan de begeleiders van de ploeg. Zij zijn ervaringsdeskundigen bij uitstek!



Officials tijdens wedstrijden

Bij een wedstrijd waar Para-zwemmers deelnemen wordt in de juryvergadering extra aandacht besteed aan dispensaties en classificaties. Tevens wordt besproken welke uitzonderingen er op de reglementen zijn en waar de official rekening mee moet houden. In de KNZB-reglementen zijn bijzondere bepalingen voor deze doelgroep opgenomen.



Meer informatie

Voor actuele informatie over Para-zwemmen kan je terecht op www.knzb.nl. Ben je geïnteresseerd en heb je vragen over para-zwemmen? Stel je vragen per mail naar para-meezwemmen@knzb.nl.



KNZB Paralympisch Zwemteam

Sportcomplex Amerena
De Velduil 2, 3815 XT Amersfoort

www.knzb.nl



VAN DER VALK
LEUSDEN -
AMERSFOORT

