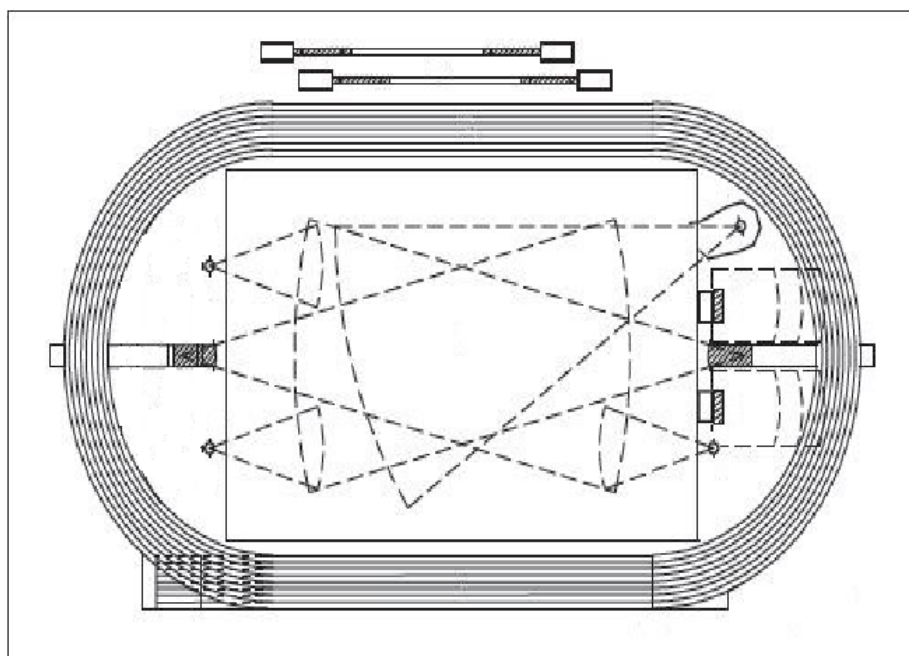


Aanpassingen van atletiekaccommodaties voor atleten met een beperking

Uitgave 2023



Atletiekunie

Adres

Papendallaan 7
6816 VD Arnhem

Telefoon

026 483 48 00

Website

www.atletiekunie.nl

E-mail

accommodatiezaken@atletiekunie.nl

Inhoudsopgave

Inleiding	3
Indeling	4
Atleten met een auditieve beperking	5
Atleten met een visuele beperking	5
Atleten met een verstandelijke beperking	6
Atleten met een lichamelijke beperking	6

Inleiding

Welke aanpassingen zijn mogelijk of nodig om een atletiekaccommodatie geschikt te maken geschikt te maken voor mensen met een beperking? Dit document gaat over aanpassingen om trainingen en wedstrijden op een goede en veilige manier te laten verlopen.

De huidige accommodaties zijn aangelegd met als uitgangspunt het *WA Track & Field Facility Manual* en de daarop gemaakte aanpassingen naar de Nederlandse situatie. Binnen de atletiek voor atleten met een beperking onderscheiden we de competitieve atletiek (wedstrijdatletiek) en de recreatieve atletiek (breedtesport). Voor competitieve atletiek wordt teruggevallen op *World Para Athletics (WPA)*. Steeds vaker stromen mensen met een beperking in bij de vereniging om atletiek op recreatief niveau te beoefenen. Leren lopen, gezamenlijk 'rollen' of lotgenoten opzoeken. Atletiek is in veel facetten toereikend voor veel verschillende doelgroepen.

Wanneer een accommodatie wedstrijdgeschikt gemaakt moet worden voor atleten met een beperking, zien we verschillen tussen de *World Para Athletics Competition Rules and Regulations* en de *WA Competition Rules*. Deze verschillen brengen we in dit document in kaart en je vindt daarnaast aanbevelingen voor andere aanpassingen als gevolg van deze verschillen.

Voor zowel wedstrijden als trainingen gelden dezelfde aanpassingen. Bij wedstrijden verwijzen we je nadrukkelijk naar het [wedstrijdreglement](#) van de Atletiekunie.

[De website van de Atletiekunie](#) biedt uitgebreide informatie over atletiek voor atleten met een beperking.

Gebouwen en terrein rondom de atletiekbaan en hun toegankelijkheid laten we in dit document buiten beschouwing. Ook gaan we niet in op materialen die noodzakelijk zijn voor een training en wedstrijd. [Het Kenniscentrum Sport & Bewegen](#) heeft daarover documentatie beschikbaar.

Indeling

In onderstaande tekst lichten we de verschillende doelgroepen nader toe. Op de pagina's die volgen, geven we aan welke aanpassingen nodig of mogelijk zijn.

1. [Auditieve beperking](#)
Het betreft hier atleten die licht slechthorend, dan wel doof zijn.
2. [Visuele beperking](#)
Hier onderscheiden we atleten die volledig blind zijn (worden altijd door iemand begeleid) tot atleten met een zeer slecht zichtvermogen (kunnen wel zelfstandig functioneren).
3. [Verstandelijke beperking](#)
Deze atleten hebben geen lichamelijke beperking en kunnen zelfstandig functioneren.
4. [Lichamelijk beperking](#)
Hier onderscheiden we twee groepen. Rolstoelgebonden atleten en atleten die zich lopend (al dan niet met een hulpmiddel) kunnen voortbewegen.

Voor de wedstrijdtechnische regels verwijzen we naar het [wedstrijdreglement](#) van de Atletiekunie waarin een hoofdstuk (*World Para Athletics*) hierover is opgenomen.

Voor de indeling van de klassen van WPA verwijzen we naar de [website](#) van de Atletiekunie.

Atleten met een auditieve beperking

Voor atleten met een auditieve beperking zijn geen specifieke aanpassingen noodzakelijk.

Atleten met een visuele beperking

Het is bij deze klasse van groot belang rekening te houden met het beperkte gezichtsvermogen. Obstakels als (verhoogde) gootdeksels, ongelijke tegels en kuilen op het middenterrein, moeten vermeden worden.

We onderscheiden binnen de atletiek twee groepen.

- Atleten met een zeer slecht gezichtsvermogen tot geen gezichtsvermogen (WPA-klasse 11 en 12)
- Atleten met een slecht gezichtsvermogen (WPA-klasse 13)

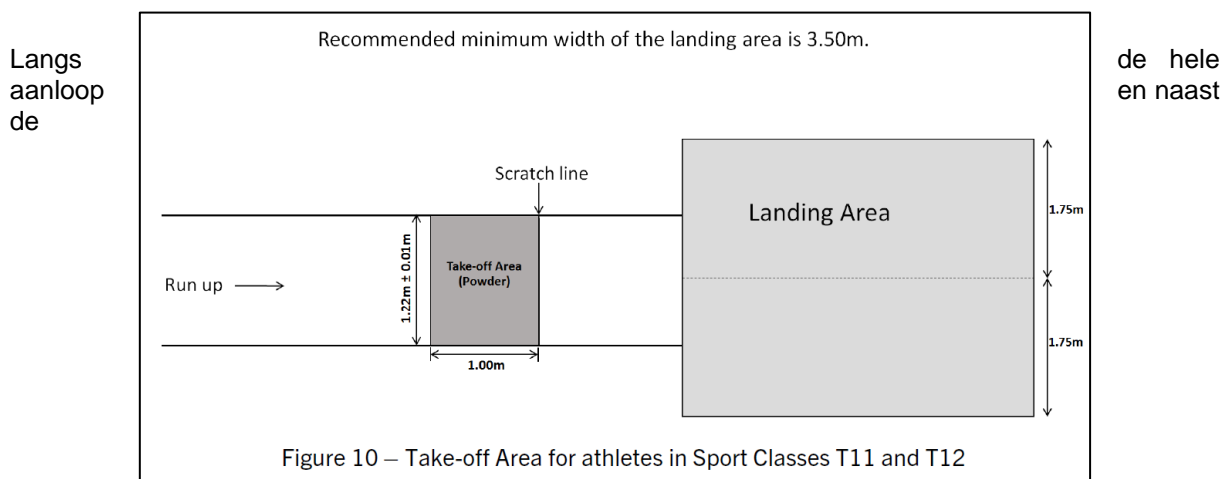
Atleten in klasse 13 vallen volledig onder dezelfde regels als ziende atleten en hebben geen speciale aanpassingen nodig.

Lopen:

Atleten in de klassen 11 en 12 (kunnen) lopen met een begeleider. Dat houdt in dat zij tijdens de wedstrijd/training (alle afstanden) samen met iemand anders lopen. Omdat deze klassen (in wedstrijden) met een begeleider lopen, worden bij de looponderdelen t/m 400m (waar in banen wordt gelopen) per atleet twee banen gereserveerd. Bij versprongen startlijnen houdt dit in dat de startlijnen over twee banen doorgetrokken worden. Voor de looponderdelen zelf zijn geen specifieke aanpassingen noodzakelijk.

Verspringen/hinkstapspringen:

Vanuit veiligheidsoverwegingen wordt aanbevolen te springen in een landingsbak van minimaal 3,50 m breed. Als dit niet mogelijk is, is de aanbeveling om langs beide zijkanten valbeschermende maatregelen te treffen (matten o.i.d.). Tevens springen deze atleten niet vanaf de balk maar vanuit een wit vlak van 100 cm lengte over de gehele breedte van de aanloop.



landingsbak moeten geen (of in ieder geval zo min mogelijk) obstakels liggen.

Werpen:

Geen aanpassingen vereist. Ook hier is van belang dat zich rond de werping of speerwerpaanloop geen obstakels bevinden.

Hoogspringen:

Geen aanpassingen vereist. Hier is ook een obstakelvrije ruimte rond de aanloop en mat van belang.

Atleten met een verstandelijke beperking

We kennen hier de klasse 20 (WPA). Deze klasse vraagt geen enkele aanpassing van de accommodatie.

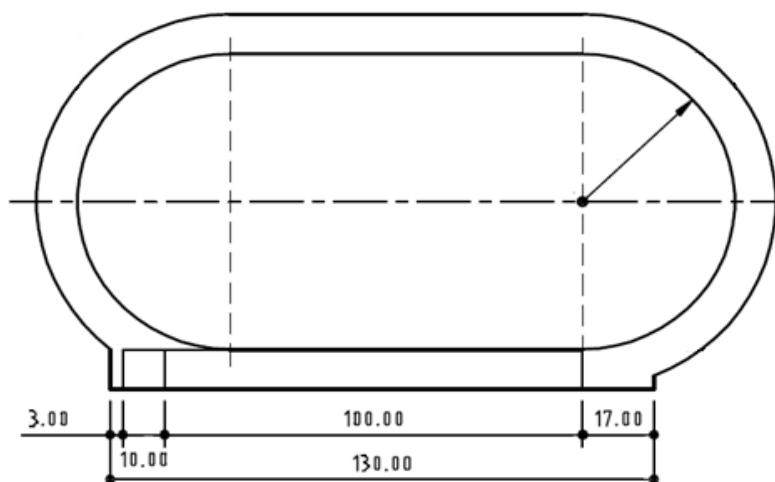
Atleten met een lichamelijke beperking

Hier onderscheiden we de rolstoelgebonden atleten (WPA-klassen 31 t/m 34 en klassen 51 t/m 58) en atleten die zich lopend kunnen voortbewegen (WPA-klassen 35 t/m 38, 40 t/m 47 en klassen 61 t/m 64). Frame Runners vallen onder de klassen 31-32.

1. Rolstoelgebonden atleten

Lopen:

Een rondbaan met een "harde" ondergrond is een vereiste voor rolstoelgebonden atleten. Verder is de rondbaan van "normale" afmetingen. Van belang is dat de atleet in zijn rolstoel (vaak aangepaste racestoel) de rondbaan eenvoudig, zonder opstaande randen kan bereiken. Zowel aan de binnen- als aan buitenzijde van de rondbaan zijn zo min mogelijk opstaande randen. Daarbij is het toegestaan dat er een binnenrand (kerb of goot met deksels) aanwezig is. Wanneer het aantal sprintbanen meer is dan het aantal rondbanen, is met name het gebied (de uitloop) na de finishlijn een aandachtspunt. Afhankelijk van de klasse van de atleet (niveau van de beperking) komen atleten met grote snelheid (≥ 7 m/sec) over de finish. Wanneer zij in de buitenste banen finishen, zal de atleet gezien zijn snelheid direct naar links in de naastgelegen baan moeten sturen. Van belang in deze situatie is dat zich de uitloop (die volgens de WA minimaal 17 meter moet zijn) geen obstakels dicht bij de baan bevinden. Een leunhek in het verlengde van de buitenste banen dient het liefst niet aanwezig te zijn. Is het er wel,



dan mag dit geen gevaarlijke situaties geven. Voorkeur gaat uit naar GEEN hek en een vlakke, vrije uitloop die langer is dan 17 meter (in Nederland wordt al 20 meter aangehouden). In het uiterste geval kan met stevige kussens gewerkt worden die een eventueel obstakel goed afschermen en de atleet min of meer afremt. Dit betreft echter geen voorkeurssituatie. Voor estafettes in deze klassen, worden, net als bij de klassen 11 en 12, steeds twee banen gebruikt per estafetteteam. Hier moeten ook alle lijnen "verlengd"

worden naar de rechtsgelegen baan (zie boven). Uiteraard in dezelfde kleur en breedte als de reguliere lijnen. Bij estafettes geldt hetzelfde voor alle lijnen (en haken) op de wisselpunten.

Springen:

Rolstoelgebonden atleten doen geen springonderdelen.

Werpen:

Rolstoelgebonden atleten werpen allemaal vanaf een werpstoel. Het is van belang dat deze stoel goed gefixeerd kan worden, zodat de atleet (met stoel) tijdens het werpen "vast" staat. Een werpstoel heeft in principe elke vorm en grondmaat (minimaal 30x30 cm). De hoogte van de stoel is maximaal 75 cm. Om een stoel goed te kunnen fixeren zal er een speciale vastzetinrichting aanwezig moeten zijn. Deze

vastzetinrichting is gesitueerd om een "normale" ring. Een werpstoel is in het algemeen specifiek voor een atleet zelf ontworpen.



Voorbeeld van een vastzet inrichting voor werpen vanuit werpstoel.
(Paralympic Games London2012)

Deze ring mag de maten van zowel 2,135m als 2,50m hebben. Dit geldt voor alle werponderdelen (dus ook **speerwerpen**). Er mag geen stootblok aanwezig zijn. Gevolg is dat bijna altijd de discusring wordt gebruikt. Voor veiligheid moet (behalve bij speer en kogel) **altijd** een (discus) kooi gebruikt worden. De vastzetinrichting dient zeer stevig te zijn aangezien er, bij het vastzetten van de werpstoel en bij het werpen zelf, enorme krachten vrijkomen.



Voorbeeld van vastzetten van werpstoel in ring.
(EC Athletics, Swansea2014)

Voorbeeld van "losse" werpinstallatie (stevige metalen plaat waarop een deel van de afwerpboog is aangebracht)
(EC Athletics Swansea2014)



Het is toegestaan een speciaal (verplaatsbaar) platform te gebruiken waarop (een deel) van de ring is aangebracht. Aan dit platform zijn fixatie-ogen gemaakt om de stoel vast te zetten. Dit platform moet een zeer stijve constructie zijn die goed gefixeerd is aan de ondergrond.



Ook is het mogelijk om vanuit bestaande ringen te werpen. Tegenwoordig zijn rond de ring bevestigingspunten aangebracht waaraan spanbanden kunnen worden bevestigd. Aan de voorzijde in de sector worden extra bevestigingspunten op ca 50 cm in de sector aangebracht. Dit kunnen ook (tijdelijk) grote grondpotten (haringen) zijn.

Om de plek van waar geworpen wordt goed te kunnen bereiken, mogen de atleten enige hulp krijgen. Echter de atleten zijn aan hun rolstoel gebonden, dus zal de route naar deze werpplek wel vlak en bij voorkeur verhard moeten zijn. Om werpstoelen goed te fixeren worden spanbanden of kettingen met spanners gebruikt. De vastzetogen om de ring moeten, met name aan de voorzijde op enige afstand van de afwerpboog worden aangebracht. Dit om de fixatie en stabiliteit van de werpstoel beter te laten plaatsvinden.

2. Niet rolstoel gebonden atleten

Voor deze klassen zijn geen speciale aanpassingen noodzakelijk op de accommodatie. Houd er wel rekening mee dat deze atleten "problemen" kunnen hebben met hun stabiliteit. De ondergrond moet dan ook zoveel mogelijk vlak te zijn.