



Normaal wat normaal kan,
speciaal wat speciaal moet!

Informatie

Als u meer informatie wilt over handboogsport voor mensen met een lichamelijke beperking, kunt u contact opnemen met de Nederlandse Handboog Bond. U krijgt dan geheel vrijblijvend informatie over de handboogsport of over verenigingen bij u in de buurt, die schutters met een handicap kunnen begeleiden.

Nederlandse Handboog Bond

Sportlaan 18A, Postbus 10101, 5240 GA Rosmalen
Tel. +31 (0)73 - 521.01.01, Fax +31 (0)73 - 521.97.85
www.handboogsport.nl, info@handboogsport.nl



Deze folder is ontworpen, geprint en gesponsord door **IVA GROEP** Rotterdam.
Voor informatie over ons SponsorPlan, www.ivagroep.nl



Handboogsport

Van de handboogsport wordt vaak gedacht dat je daar erg sterk voor moet zijn, dat het een sport is die erg veel kracht vraagt. Natuurlijk is het zo dat enige kracht in de armen, maar vooral in de rug- en schouderspieren noodzakelijk is. Maar de handboogsport is met name een technische sport waarbij souplesse, coördinatie en concentratie een veel grotere rol spelen dan kracht. De handboogsport is dan ook een uitstekende sport voor mensen met een lichamelijke beperking en kan beoefend worden door zowel jong als oud! De handboogsport biedt mensen met een beperking de mogelijkheid om op een gelijkwaardige basis met andere sporters te sporten.



Verenigingen

Sinds 1 januari 2003 valt de handboogsport voor mensen met een lichamelijke beperking onder de verantwoordelijkheid van de Nederlandse Handboog Bond.

Dat betekent dat ook deze mensen zich kunnen melden bij één van de verenigingen in Nederland. Veel verenigingen zijn volledig toegankelijk om sporters in bijvoorbeeld een rolstoel te ontvangen. Meestal kunt u daar kennismaken met de handboogsport en ontdekken welke mogelijkheden er zijn.

Sinds enkele jaren wordt bij de opleiding van trainers speciaal aandacht besteed aan de schutters met een handicap, zodat de trainers van verenigingen ook deze sporters kunnen begeleiden.

Volledig geïntegreerd

Aan de reguliere competitie en wedstrijden nemen zowel de valide schutters als schutters met een lichamelijke beperking deel. Daarom spreken we van volledig geïntegreerd.

De handboogsport wordt zowel binnen als buiten beoefend. Bij indoor wedstrijden wordt er op 25 en 18 meter geschoten. Bij outdoorwedstrijden schiet men tot 90 meter.

Tijdens wedstrijden zorgt de organisatie voor de nodige voorzieningen. Op deze manier kunnen schutters handicap ongehinderd deelnemen aan de wedstrijd. Zo mogen de schutters bijvoorbeeld aan de schietlijn blijven wanneer de pijlen gehaald worden.

**Normaal wat normaal kan,
speciaal wat speciaal moet!**



Kernploeg Aangepast Sporten

Ondanks de integratie die we in Nederland kennen, zijn er op internationaal vlak speciale wedstrijden voor aangepast sporten. Denk daarbij aan het EK en WK. Binnen de Nederlandse Handboog Bond hebben we daarvoor een Kernploeg Aangepast Sporten. De Kernploeg Aangepast Sporten wordt begeleid door een professioneel team.

De handboogsport is ook een paralympische discipline. Hier kunnen zowel recurve als compound schutters aan deelnemen.

Klasse-indeling

Bij (inter)nationale wedstrijden waaraan uitsluitend schutters met een lichamelijke

beperking deelnemen zoals EK, WK en Paralympische Spelen worden de deelnemers ingedeeld in verschillende klassen. Deze klassenindeling geldt voor zowel dames als heren. Een sporter met internationale ambities moet daarom worden gekeurd om zo in de juiste klasse te komen.

Voor de schutters kennen we de volgende klassen:

- W1 klasse voor zowel compound als recurve schutters
- W2 klasse alleen voor recurve schutters
- Staande Klasse (ST), alleen voor recurve schutters
- Open klasse, alleen voor compound-schutters



De W in deze termen staat voor wheelchair. In de W1 klasse schieten schutters met beperkingen in onder- en bovenlichaam, de W2 schutters hebben alleen beperkingen in onderlichaam. De Staande schutters zijn schutters die een beperking in hun benen hebben. Zij mogen soms tijdens het schieten een kruk gebruiken. De open (compound) klasse bevat zowel staande als zittende schutters.