



KONINKLIJKE  
NEDERLANDSE  
ZWEMBOND

Wattbaan 31-49  
3439 ML Nieuwegein

Postbus 7217  
3430 JE Nieuwegein

T: 030-7513200  
F: 030-7513201

[www.knzb.nl](http://www.knzb.nl)

Aan deze uitgave kunnen geen  
rechten worden ontleend.



# WEDSTRIJDZWEMMEN EN HANDICAP

Een eerlijke en sportieve uitdaging





**Meedoen aan zwemwedstrijden is heel goed mogelijk voor zwemmers met een lichamelijke, visuele of verstandelijke handicap. Zwemmen is een sport zonder hulpmiddelen waarin 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. Dit kunnen zowel reguliere wedstrijden zijn, als wedstrijden die specifiek worden georganiseerd voor zwemmers met een handicap.**

#### Deelnemen aan reguliere wedstrijden

De zwemmer met handicap kan gewoon deelnemen aan de reguliere programmanummers en series. Dit kan bijvoorbeeld bij Nationale Kampioenschappen, limietwedstrijden en regionale wedstrijden. Het kan gebeuren dat de sporter als gevolg van de handicap de zwems slag 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 keuring aanvragen. Hiermee kan de zwemmer dispensatie krijgen waarmee diskwalificatie tijdens wedstrijden als gevolg van de handicap wordt voorkomen. Dispensatie wordt niet verleend als gevolg van een slechte techniek. Op de classificatiepas van de sporter staat beschreven welke dispensatie is toegekend. Tijdens deze wedstrijden zwemmen gehandicapte zwemmers samen met zwemmers zonder handicap. 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 gehandicaptensport is classificatie een aanvullend middel om sporters met een handicap 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 handicap S1 zwemmers hebben de zwaarste handicap, S10 zwemmers hebben de lichtste handicap
- S11 t/m S13** Voor zwemmers met een visuele handicap S11 zwemmers zijn blind, S13 zwemmers hebben een lichte visuele handicap
- S14** Voor zwemmers met een verstandelijke handicap

#### Nederlandse Kampioenschappen

Het NK zwemmen is een voorbeeld van een geïntegreerde wedstrijd met specifieke programmanummers voor gehandicapte zwemmers met een classificatie.

Deelnemers aan deze programmanummers halen limieten die gelden voor hun specifieke klasse. Dit zijn veelal leden van de nationale selecties en talenten uit regiotrainingen en verenigingen. 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 programmanummers voor gehandicapten wordt gebruik gemaakt van een internationale puntentabel (gelijk FINA puntentabel) waarbij de tijden van de zwemmers gewogen worden tegen wereldranglijsttijden in hun eigen klasse. Op deze manier wordt er één winnaar per programmanummer bepaald. Uiteraard wordt er wel onderscheid gemaakt tussen jeugd en senioren.



#### Deelnemen aan specifieke wedstrijden voor gehandicapten

De zwemmer met handicap kan tijdens wedstrijden ook deelnemen aan programmanummers die speciaal voor de doelgroep zijn uitgeschreven. Er zijn wedstrijden die uitsluitend programmanummers voor gehandicapten uitschrijven en er zijn wedstrijden die een paar nummers toevoegen aan het reguliere programma. Deelname aan deze programmanummers is uitsluitend mogelijk als de zwemmer beschikt over een classificatie. De classificatie en bijbehorende dispensatie is vastgelegd op de classificatiepas. Specifieke wedstrijden voor verstandelijk en lichamelijk gehandicapten zijn landelijke Zwemcompetitie Gehandicapten, Paralympics of andere lokale, nationale en internationale initiatieven. Voor verstandelijk gehandicapte sporters worden ook de Special Olympics georganiseerd. De landelijke Zwemcompetitie Gehandicapten kent voor deelnemers ook een zogenaamde 'open klasse'. In deze klasse strijden zwemmers die (nog) niet beschikken over een classificatie, maar wel graag aan de wedstrijden willen deelnemen.



#### De classificatiekeuring

Een sporter met een handicap die deelneemt aan bepaalde wedstrijden vraagt een classificatiekeuring aan. Classificeren is het indelen in functionele handicapklassen. Deze klasseringen worden bepaald door de internationale sportfederaties en uitgevoerd door classificatoren van Gehandicaptensport Nederland. Classificatoren 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. Het resultaat van de keuring wordt vastgelegd in een classificatiepas voor nationale wedstrijden. Het Classificatie instituut (onderdeel van Gehandicaptensport Nederland) voert de classificatiekeuringen voor het zwemmen uit. Deze keuringen zijn voor sporters met een lichamelijke, visuele of verstandelijke beperking. Sporters met een auditieve handicap kunnen terecht bij de Koninklijke Nederlandse Doven Sport Bond.



#### Officials tijdens wedstrijden

Bij een wedstrijd waar gehandicapten 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

#### Helpen bij de start mag dat?

Als een zwemmer met een handicap niet in staat is om zelfstandig te starten, mag een begeleider de zwemmer ondersteunen door hem te helpen bij het betreden van het startblok. Het is ook mogelijk om vanuit het water te starten of om een handdoek op het startblok te leggen tegen het ruwe oppervlak bij een zittende start. Het is uiteraard niet de bedoeling dat de zwemmer voordeel heeft van de aangepaste startmethode ten opzichte van de tegenstanders.

#### Coaching tijdens wedstrijden

Zwemmers met een handicap 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!



#### Sporters

Zwemmers met een handicap zwemmen met hetzelfde doel als valide zwemmers. Een topprestatie leveren op hun eigen niveau. De tijden zijn vaak langzamer dan men gewend is, maar probeer maar eens een tijd van 1.34.00 op de 100 meter schoolslag te zwemmen zonder onderbenen. Het is gebruikelijk dat sporters tijdens de wedstrijden rekening met elkaar houden. Starten er op een wedstrijd zwemmers met een handicap, let in dat geval extra op.

#### Aanmoedigen mag!

Iedere deelnemer aan de wedstrijd gaat voor een topprestatie. Het behalen van een limiet, persoonlijk record of beste seizoenstijd mag gesteund worden.

#### Meer informatie

Voor actuele informatie over zwemmen & handicap kan je terecht op [www.knzb.nl](http://www.knzb.nl).

Ben je geïnteresseerd en heb je vragen over wedstrijdzwemmen & handicap? Stel je vragen aan het KNZB bondsbureau per mail via [gehandicaptensport@knzb.nl](mailto:gehandicaptensport@knzb.nl) of telefonisch 030-7513200.