

PARACYKLING

ET UDFORDRENDE TILVALG TIL DIT (CYKEL-) LIV

Har du en permanent fysisk funktionsnedsættelse, herunder synsnedsættelse, og har du lyst til eller kan du godt lide at cykle, så kan paracycling blive et nyt spændende element i dit liv. Også med en funktionsnedsættelse er det nemlig muligt at blive en del af eksisterende cykelklubber og få nationale og internationale konkurrencemæssige oplevelser med din cycling.

Mange danskere kører rundt med større eller mindre funktionsnedsættelser, der i varierende omfang påvirker deres muligheder for at cykle. Måske er funktionsnedsættelsen skyld i, at du har vanskeligheder ved at træde de samme watt som andre, eller måske cykler du slet ikke i dag. Gælder det dig, og kan du godt tænke dig at blive en del af et klubmiljø og køre konkurrence mod andre på lige vilkår, så vil vi meget gerne i kontakt med dig.



**PARASPORT
DANMARK**



En klassifikation vil afklare din funktionsnedsættelse

Hæmmer din fysiske nedsættelse din evne til at cykle optimalt, er der mulighed for at køre paracycling. Det kan fx handle om nedsættelser af gribefunktionen i hånden eller manglende mulighed for et cirkulært tråd. Det kan også være et synshandicap eller CP (Cerebral Parese). Flere andre ubeskrevne fysiske forhold kan klassificeres, så tøv ikke med at henvende dig. Vi kan give dig et godt bud på, om du kan falde ind i en af de mange paracykel-klasser, som findes. Tror vi på det, så har du mulighed for at blive klassificeret. Her bliver din funktionsnedsættelse vurderet af en klassifikatør, og din paracykel-klasse fastlægges. Læs mere om klassifikationsklasserne her <https://parasport.dk/idraetter/cykling/>

Paracycling er et spændende og udfordrende tilvalg

Niveauet i paracycling er højt på internationalt plan. Kravene til træning og engagementet for at begå sig blandt de bedste internationalt er tæt på det, der gælder i normal cykelsport. Hvert år afvikles en række UCI-løb for ryttere med en eller flere former for fysisk funktionsnedsættelse herunder synsnedsættelse. Det er løb, der giver UCI-point og kan bidrage til store oplevelser til World Cup, VM og de Paralympiske Lege.

Herhjemme i Danmark er der også forskellige nationale løb – herunder ikke mindst DM. Her er der både deltagere som konkurrerer internationalt, men også motionister der synes det er sjovt at konkurrere eller bare godt kan tænke sig at prøve det.



Klasser i paracycling:

- 2-hjulede: Fx arm-ben amputerede og manglende mulighed for cirkulært tråd
- Trikes (racer med to hjul bagpå): Fx personer med CP
- Tandem: For blinde og svagsynede og en partner/pilot
- Håndcykler: Fx for personer med skade på rygsøjlen.

Hvad gør du for at komme i gang?

Kontakt os og vi vil have en samtale med dig om dine fysiske udfordringer og de mål, du har for at cykle. Lyder det til, at du har mulighed for at opnå en klassifikation, så kan du i første omgang gennemføre en national klassifikation. Har du niveauet og interessen for det, kan det også komme på tale, at du bliver internationalt klassificeret, så du også kan deltage ved internationalt løb.

Kontakt:

Amalie Winther Olsen, Sportslig Ansvarlig og Landstræner i paracycling
Mobil 28 95 15 75

Teis Gröflin Corneliussen, Idrætskontakt for cykling - Parasport Danmark
Mobil 40 18 17 20

Læs mere om paracycling her: <https://parasport.dk/idraetter/cykling/>

Ny i parasporten: www.nyiparasporten.dk

