

A hand is shown holding a lit torch, with bright orange and yellow flames rising from the cup. The torch is positioned within a large, intricate, rusted metal structure that resembles a stylized chair or a decorative frame. The background is blurred, showing an outdoor setting with other people and structures.

# Projet 2024

40<sup>-ème</sup> Jeux Nationaux

Du 8 mai au 11 mai 2024  
La Louvière



**Special  
Olympics**  
Belgium

# SOMMAIRE

<b>1.</b>	<b>LES JEUX NATIONAUX SPECIAL OLYMPICS 2024</b>	<b>3</b>
<b>2.</b>	<b>DATES IMPORTANTES</b>	<b>4</b>
<b>3.</b>	<b>LE BUREAU SPORT DE SPECIAL OLYMPICS BELGIUM</b>	<b>6</b>
	3.1. LE BUT DU BUREAU SPORT	6
	3.2. LA COMMISSION TECHNIQUE	6
	3.3. LES CLUBS	6
<b>4.</b>	<b>S'INSCRIRE AUX JEUX NATIONAUX</b>	<b>8</b>
	4.1. CONDITIONS D'INSCRIPTION	8
	4.2. PROCÉDURES D'INSCRIPTION	8
	4.3. DROIT D'INSCRIPTION	11
	4.4. ÉQUITATION - BOXES	11
	4.5. HÉBERGEMENT - REPAS	11
	4.6. PAIEMENT - MODALITÉS DE PAIEMENT	12
	4.7. ASSURANCE	12
	4.8. SERVICE MÉDICAL	12
<b>5.</b>	<b>ENTRAÎNEMENT DES ATHLÈTES</b>	<b>13</b>
<b>6.</b>	<b>DÉTERMINATION DU QUOTA</b>	<b>13</b>
<b>7.</b>	<b>CATÉGORIES D'ÂGES</b>	<b>14</b>
<b>8.</b>	<b>TYPES D'ACTIVITÉS</b>	<b>15</b>
	8.1. SPORTS	15
	8.2. ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTEÉS	16
	8.3. JEUX SPORTIFS	16
	8.4. ACTIVITÉS MOTRICES	16
<b>9.</b>	<b>LE CHOIX D'ACTIVITÉS</b>	<b>17</b>
	9.1. LES SPORTS	17
	AT - ATHLÉTISME	19
	BB - BASKETBALL	21
	BD - BADMINTON	22
	BO - BOCCE	23
	BW - BOWLING	24
	CY - CYCLISME	25
	EQ - ÉQUITATION	26
	FL - FLOORBALL	27
	FO - FOOTBALL & FU - FOOTBALL UNIFIÉ	28
	GYMNASTIQUE	29
	AG - GYMNASTIQUE ARTISTIQUE	29
	RG - GYMNASTIQUE RYTHMIQUE DAMES	30
	HO - HOCKEY	31
	JU - JUDO	32
	NB - NETBALL	33
	AQ - NATATION	34
	TE - TENNIS	36
	TR - TRIATLON	37
	TT - TENNIS DE TABLE	38
	9.2. APA - ACTIVITES PHYSIQUES ADAPTÉES	39
	9.3. SG - JEUX SPORTIFS	39
	9.4. MA - ACTIVITÉS MOTRICES	39
<b>10.</b>	<b>ANIMATION</b>	<b>40</b>
<b>11.</b>	<b>HEALTHY ATHLETES PROGRAM – HAP</b>	<b>41</b>

# 1. LES JEUX NATIONAUX SPECIAL OLYMPICS 2024

**LIEU** La Louvière

**DATE** Du **8 mai** au **11 mai 2024**

La cérémonie d'ouverture aura lieu le **mercredi 8 mai 2024**.

**PARTICIPANTS** Toute personne ayant un handicap mental, âgée de 8 ans et plus (pouvant présenter un ou plusieurs handicap(s) physique(s) complémentaire(s)), membre d'un club, d'une association ou d'une institution, affiliée à Special Olympics Belgium, et pratiquant régulièrement du sport.

**NOMBRE** 3300 athlètes peuvent participer aux Jeux.



## 2. DATES IMPORTANTES

### SOB ENVOIE

- **20/09/2023**
  - 1ère RÉUNION CLUB
- **21/09/2023**
  - Quotas attribués
  - Formulaires Phase 1
  - Les données du club
  - Attestations/formulaires de consentement, skills, formulaires équitation & bowling, hébergement & Special Events
- **23/11/2023**
  - Confirmation de l'inscription Phase 1
  - Confirmation hébergement
- **01/12/2023**
  - Formulaire Food & Beverage + Lunch
- **07/12/2023**
  - Formulaire phase 2
- **01/02/2024**
  - Facture des Jeux Nationaux 2024
  - Formulaire mobilité
- **12/03/2024**
  - Confirmation de l'inscription Phase 2
  - Formulaire coaches
- **24/04/2024**
  - 2ième RÉUNION CLUB
  - Visite des sites + remise des:
    - Horaires
    - Dossards et cartes d'accréditation
    - Adresses d'hébergement, tickets repas et
    - Laissez-passer pour le parking
    - Hébergement : distribution des chambres

### DATE LIMITE CLUB:

- **12/10/2023**
  - Formulaire phase 1
  - Les données du club
  - Formulaire hébergement
  - Formulaire équitation
  - Signaler un changement de nom de club
- **30/11/2023**
  - Annoncer des différences (si nécessaire) entre la confirmation de l'inscription et les données introduites par le club lors de la Phase 1
- **04/01/2024**
  - Remise **DIGITALE** (PDF) de TOUTES les attestations/formulaires de consentement
  - Skills badminton, tennis et tennis de table
  - Formulaire bowling
- **16/01/2024**
  - Formulaire phase 2
  - Annulation/remplacement des athlètes
  - Changements pour l'hébergement et les repas
- **16/02/2024**
  - Formulaire Food & Beverage + Lunch
- **29/02/2024**
  - Paiement des droits d'inscription, de l'hébergement, des repas et le cas échéant, la location de boxes pour l'équitation
- **19/03/2024**
  - Annoncer des différences (si nécessaire) entre la confirmation de l'inscription et les données introduites par le club lors de la phase 2.
  - Formulaire coaches
  - Formulaire mobilité
  - Formulaire Special Events (l'inscription aux cérémonies d'ouverture, de clôture et au Torch Run)

**08/05/2024 - 11/05/2024**  
**LES JEUX NATIONAUX SPECIAL OLYMPICS**

Nous vous prions de remettre les documents et de poser vos questions aux services adéquats :

### **COMPTABILITÉ**

Facturation, paiements 02 774 24 23 ; [finance@specialolympics.be](mailto:finance@specialolympics.be)

### **EVENTS**

Cérémonies, Animations, Family, Shopping, Torch Run 02 774 24 45 [events@specialolympics.be](mailto:events@specialolympics.be); [animation@specialolympics.be](mailto:animation@specialolympics.be)

### **LOGISTIQUE**

Repas et hébergement 02 774 24 30 [logistics@specialolympics.be](mailto:logistics@specialolympics.be); [lodging@specialolympics.be](mailto:lodging@specialolympics.be)

### **SPORT**

Inscriptions Jeux Nationaux, annulation et remplacement, règlements, inscriptions aux épreuves sportives.

*Hayate KADDURI, assistante sport* 02 774 24 22 [servicesport@specialolympics.be](mailto:servicesport@specialolympics.be)



## 3. LE BUREAU SPORT DE SPECIAL OLYMPICS BELGIUM

### 3.1. LE BUT DU BUREAU SPORT

L'objectif de Special Olympics Belgium est d'offrir la possibilité aux personnes ayant un handicap mental de s'épanouir et de s'intégrer via le sport. Le développement et l'amélioration du sport adapté ainsi que l'organisation d'un bon nombre de rencontres sportives est une mission essentielle du Bureau Sport. Cela se fait dans le respect des directives de Special Olympics Inc. et de commun accord avec la Commission Technique.

### 3.2. LA COMMISSION TECHNIQUE

Les membres de la Commission Technique sont :

- Inge DEKIE *Mass*
- Arnold JACOBS *Centre Cerfontaine*
- Julien NOTEBOOM *Le Sésame*
- Gunter VAN DE SOMPEL *Molenkrekels*
- Katja JAREMKO *KVC Drie Linden*
- Florian DESCAMPS *Special Olympics Belgium*

Les membres sont tous des spécialistes dans le domaine des sports adaptés.

La Commission Technique étudie la réglementation des sports ainsi que ses adaptations et contrôle la conformité de ces règlements avec ceux de Special Olympics Inc.

Elle doit s'assurer :

- De les communiquer aux clubs participants ;
- D'y ajouter les règlements ou points de règlement spécifiques au programme belge ;
- De les faire appliquer pendant les Jeux Nationaux. Le jury, constitué de ses membres, devra trancher les éventuels cas litigieux ;
- Des remarques concernant les règlements sportifs peuvent toujours être transmises au Bureau Sport. Celles-ci seront traitées par la Commission Technique.

### 3.3. LES CLUBS

#### • Les responsables du club

Chaque club est représenté par un responsable de club. Son travail consiste à diriger et à coordonner toutes les activités de son équipe. Il peut déléguer certaines de ses tâches à son personnel. Entre autres choses, il devrait :

- Être la personne de contact du club auprès des organisateurs ;
- Informer à l'avance ses collègues de travail des sites où se dérouleront leurs activités ;
- Superviser la présence de ses athlètes sur le lieu des compétitions, ainsi que leur passage aux chambres d'appel ;
- S'assurer que les athlètes portent des vêtements adaptés à leur activité et aux conditions météorologiques ;
- Veillez à ce que les dortoirs soient calmes et à ce qu'ils soient laissés en bon état ;
- Prendre les mesures nécessaires pour la conservation des objets de valeur ;
- Gardez un œil sur ses athlètes et veillez à ce qu'ils ne se perdent pas ;
- Remplir le formulaire d'évaluation des Jeux.

- **Accompagnement**

Pour le bien commun, la sécurité, la santé des athlètes et le bon déroulement des Jeux, Special Olympics Belgium demande aux clubs qu'ils aient :

- Un responsable du club
- Au moins un coach pour 4 athlètes

- **Identification des personnes**

Athlète :

- A un handicap mental avec un QI inférieur ou égal à 75 ;
- Être âgé d'au moins 8 ans le 08/05/2024 ;
- Participe à un entraînement minimum toutes les deux semaines (>1 entraînement/14 jours).

Partenaire unifié :

- N'a pas de handicap mental ;
- Est âgé de 8 ans minimum au 08/05/2024 ;
- Participe à un entraînement minimum toutes les deux semaines (>1 entraînement/14 jours).

Coach :

- Être âgé de 16 ans au moins le 08/05/2024.

Les cartes d'accréditation des athlètes, des partenaires unifiés et des coaches seront délivrées lors de la 2<sup>ème</sup> réunion du club. Il leur est demandé de les porter en permanence pendant les Jeux afin de faciliter l'organisation, d'assurer la sécurité et de pouvoir distinguer clairement les athlètes, les partenaires unifiés, les coaches et les spectateurs.



## 4. S'INSCRIRE AUX JEUX NATIONAUX

Tant qu'un athlète ou un club ne satisfait pas à toutes les conditions reprises dans le règlement d'inscription, ou que ces conditions ne sont pas respectées, les organisateurs se réservent le droit de refuser la participation de l'athlète ou du club en question.

### 4.1 CONDITIONS D'INSCRIPTION

#### a) L'athlète doit :

- Avoir un handicap mental avec un Q.I. inférieur ou égal à 75 ;
- Avoir au moins 8 ans à la date du **8 mai 2024** ;
- Avoir pratiqué un entraînement d'au moins 75 heures pour les Jeux Nationaux 2024.

#### b) Le club doit :

- Être en ordre de paiement pour les Jeux Nationaux précédents ;
- Être représenté par un responsable de club qui veillera à ce que les tâches administratives nécessaires soient effectuées et à ce que la philosophie de Special Olympics soit respectée par les athlètes et les coaches, dans la préparation et pendant les Jeux Nationaux ;
- Participer aux réunions des clubs avant et après les Jeux Nationaux, via le responsable de club ou un représentant ;
- Avoir renvoyé l'intention de participation avec la demande de quota avant le **31 juillet 2023** ;
- Renvoyer les documents et les formulaires complétés et signés avant les dates limites ;
- Payer le droit d'inscription avant le **29 février 2024** ;
- Prévoir au moins un coach pour 4 athlètes (responsable de club non compris) ;
- Respecter les quotas par sport, attribués par Special Olympics Belgium ;
- Respecter les conditions liées aux sports et/ou épreuves choisies concernant le sexe, la catégorie d'âge, les performances, etc...

### 4.2 PROCÉDURES D'INSCRIPTION

Tous les documents, formulaires et attestations, ainsi que toutes les informations nécessaires vous seront remises par Special Olympics Belgium. Nous vous invitons à lire attentivement les directives et le règlement d'inscription dans ce projet avant de remplir les formulaires. À remplir LISIBLEMENT et en LETTRES MAJUSCULES !

#### • Phase 1

Chaque club renvoie **au plus tard le 12 octobre 2023** les documents suivants au bureau sport :

- Les données du club corrigées et complétées ;
- Le formulaire équitation ;
- La liste des athlètes participants et partenaires unifiés avec mention :
  - de leur nom, prénom, date de naissance, sexe, fonction et tout handicap supplémentaire ;
  - du sport auquel ils participent ;
  - photo d'identité des athlètes participants et partenaires unifiés (digitale).

Les clubs envoient **au plus tard le 12 octobre 2023** au secteur logistique :

- Le formulaire hébergement

Les clubs envoient **au plus tard le 16 février 2024** au secteur logistique :

- Le formulaire repas

Chaque club renvoie **au plus tard le 4 janvier 2024** les documents suivants au bureau sport :

- Les skills de badminton, tennis et tennis de table
- Le formulaire bowling
- Les attestations et formulaires de consentement nécessaires



- **Phase 2**

**Date limite du 16 janvier 2024** pour la remise des différents documents au bureau sport :

- Le formulaire d'inscription avec les données détaillées des épreuves et des performances escomptées pour chaque athlète ;
- Pour les sports d'équipe : le niveau de l'équipe ;
- Le formulaire annulation/remplacement ;
- Le formulaire changements hébergement et repas ;

Si le dossier (phase 1, phase 2, attestations/formulaires de consentement et document sport spécifique) d'un athlète n'est pas en ordre à cette date, il est rayé de la liste des participants aux Jeux Nationaux 2024 sans que le club puisse demander le remboursement des frais d'inscription.

**Date limite du 19 mars 2024**

- Annoncer des différences (si nécessaire) entre la confirmation de l'inscription et les données introduites par le club lors de la phase 2.
- Formulaire coaches / mobilité / Special Events (l'inscription aux cérémonies d'ouverture, de clôture et au Torch Run)

- **Remplacement/annulation**

Le remplacement d'un athlète n'est accepté que :

- Si cela se fait sur le formulaire de la phase 2. Pour ce faire, il faut barrer le nom de l'athlète sur ce formulaire et y mentionner le nom du remplaçant.
- Si le remplaçant participe au même sport.
- Si le remplacement est annoncé au plus tard le **16 janvier 2024** au bureau sport.
- Si les deux formulaires (attestation handicap mental et formulaire de consentement) du remplaçant sont en ordre le **16 janvier 2024**.

**Annulation d'un athlète après le 16 janvier 2024 ne donne pas droit à un remboursement des frais d'inscription.**

Une exception est faite pour le remplacement dans les jeux d'équipe, les relais et les épreuves en double et unifiées. Le remplacement d'un athlète qui participe à une telle épreuve est autorisé jusqu'au **8 mai 2024** à condition que le niveau ou la performance reste le même. Toutes les attestations et formulaires de consentement doivent nous parvenir en même temps que la mention du remplacement.

- **Annulation de l'événement**

Si Special Olympics Belgium, en cas de force majeure, doit annuler les jeux nationaux de 2024, les droits d'inscription seront remboursés.

- **Attestation et formulaires de consentement**

Les clubs doivent remettre digitalement toutes les attestations et formulaires de consentements nécessaires au bureau sport au plus tard le **4 janvier 2024**. Chaque formulaire doit être sauvegardée individuellement en format PDF sous cette nomination:

numéro de club\_nom de famille\_prénom\_abréviation formulaire

Abréviation formulaire: attestation handicap mental = M / formulaire de consentement athlète = AT / HAP = HAP / partenaire unifié = UP

Uniquement sous ce format, les formulaires seront acceptés ! Nous vous demandons de faire :

- Toutes les attestations handicap mental de vos nouveaux athlètes participants ;
- Tous les formulaires de consentement de vos nouveaux athlètes participants et partenaires unifiés ;
- Tous les formulaires de consentement HAP de vos nouveaux athlètes participants (facultatif).

Nom des PDF exemple : 256\_Bolt\_Usain\_AT



### *Attestation de handicap mental*

Seuls les athlètes ayant un handicap mental (IQ = ou < que 75) peuvent participer aux Jeux. Cette attestation n'est à remettre qu'une seule fois et restera valable pour toutes les activités organisées par Special Olympics Belgium.

L'attestation ne peut être complétée que par une des personnes ou un des organismes suivants :

- Un médecin;
- Un psychologue;
- Les centres psycho-médicosociaux (P.M.S.) reconnus;
- Les centres d'orientation scolaire et professionnelle reconnus;
- Les services habilités à délivrer le rapport d'inscription dans l'enseignement spécial;
- Les centres d'accompagnement reconnus;
- Les services de santé mentale;
- Les centres d'orientation professionnelle spécialisés reconnus;
- Les centres ou services de réadaptation fonctionnelle reconnus.

Nous conseillons aux clubs et aux institutions de s'adresser aux centres reconnus qui ont délivré l'attestation d'autorisation obligatoire pour l'insertion d'une personne ayant un handicap mental dans une institution.

Cette autorisation n'est à remettre qu'une seule fois. L'autorisation pourra être retirée à tout moment par lettre recommandée.

### *Formulaire de consentement athlète*

Ce formulaire doit être complété et signé par les parents ou par l'athlète majeur qui n'est pas en situation de « minorité prolongée ». Celui-ci est valable pour toutes les activités organisées par Special Olympics Belgium.

En cas d'impossibilité pour raisons familiales, juridiques ou autre, le tuteur légal ou le directeur de l'institution accomplira cette formalité.

Ce formulaire n'est à remettre qu'une seule fois. L'autorisation pourra être retirée à tout moment par lettre recommandée.

### *Formulaire de consentement partenaire unifié*

Ce formulaire doit être complété et signé par les parents ou par l'athlète unifié majeur. Celui-ci est valable pour toutes les activités organisées par Special Olympics Belgium. Cette autorisation n'est à remettre qu'une seule fois. L'autorisation pourra être retirée à tout moment par lettre recommandée.

### *Formulaire de consentement HAP*

Afin de participer aux programmes HAP, il est impératif que ce formulaire soit envoyé.

Ce formulaire n'est à remettre qu'une seule fois. Le consentement pourra être annulé à tout moment par lettre recommandée.

### 4.3 DROIT D'INSCRIPTION

#### Athlètes

- 49,00 € pour les athlètes de moins de 18 ans ;
- 56,00 € pour les athlètes dès 18 ans ;
- 27,00 € pour les athlètes qui s'inscrivent aux activités motrices.

#### Partenaires

- 49,00 € pour les partenaires de sports d'équipes de moins de 18 ans ;
- 56,00 € pour les partenaires de sports d'équipes dès 18 ans ;
- 27,00 € pour les partenaires d'autres sports.

*Les responsables de clubs et les coaches ne paient pas de droits d'inscription.*

### 4.4 ÉQUITATION - BOXES

Toute réservation doit se faire avant le 12 octobre 2023. Chaque réservation est obligatoire pour les trois jours. La location d'un box avec paille pour les 3 jours revient à 80,00 €. Les propriétaires des chevaux sont responsables de la nourriture et de l'entretien des box. Les éventuelles annulations doivent nous parvenir avant le 16 janvier 2024 pour donner droit au remboursement.

### 4.5 HÉBERGEMENT - REPAS

#### • Hébergement

Le prix pour l'hébergement du mercredi 8 mai 2024, 15h jusqu'au samedi 11 mai 2024, 9h est de 145,00 € par personne pour les 3 nuits et le petit-déjeuner inclus. Les clubs se situant dans un rayon de moins de 50km des Jeux sont demandés de ne pas réserver d'hébergement. Toutefois si vous n'avez pas d'autre solution, vous prenez le risque que votre hébergement sera plus loin des Jeux que votre club.

Les informations définitives concernant l'hébergement vous seront communiquées lors de la deuxième réunion clubs et/ ou par un courrier spécifique.

Date limite pour la réservation de l'hébergement est le **12 octobre 2023**.

Date limite d'annulation est le **19 janvier 2024**.

#### • Repas

Le service restauration prévoit des repas à partir du mercredi soir **8 mai 2024** jusqu'au samedi **11 mai 2024**.

##### Petit déjeuner :

- Compris dans l'hébergement
- Dans le Special Olympics Village, pré-réservation possible via le formulaire repas.

##### Formule Lunch :

- Réservation via le formulaire repas.

##### Foodstands

- Les foodstands dans le Special Olympic Village sont ouverts de midi jusqu'au soir.

Les tickets pour les repas commandés seront remis aux clubs :

- Pendant la deuxième réunion club au stand logistique;
- Après la deuxième réunion club au bureau sport Avenue Van Der Meerschen 166b, 1150 Brussel;
- À partir du 8 mai vous pouvez retirer au bureau sport qui se situe sur le site principal des Jeux (Louvxpo)
- Pendant les jeux dans le village Special Olympics



Pour les athlètes soumis à un régime strict (diabète, hypertension, etc.), les clubs devront prévoir eux-mêmes les repas nécessaires. L'équipe de la restauration les gardera au frigo/congélateur et se chargera de les réchauffer.

#### 4.6 PAIEMENT ET MODALITÉS DE PAIEMENT

- **Facturation**

Les factures d'inscription seront établies sur la base des informations que nous aurons reçues (phase 1).

Si des informations font défaut pour établir le montant exact de l'inscription, nous facturerons irrévocablement le montant le plus élevé.

Les factures seront envoyées aux clubs début février. Le décompte des modifications aux inscriptions effectuées jusqu'au **16 janvier 2024** ayant une incidence sur la facturation, sera réglé après les Jeux.

Après le **16 janvier 2024**, plus aucune modification ne sera remboursée.

- **Paiement tardif**

En cas de paiement tardif, les frais seront irrévocablement majorés d'un montant de 2,50 € par personne.

- **Hébergement : annulation - changement**

Si une annulation a une incidence sur la demande d'hébergement, prendre contact avec le département Hébergement.

Le paiement doit être effectué sur le compte :  
ASBL Special Olympics Belgium  
N° d'entreprise : 0420.065.131  
IBAN: BE92 2100 1301 4523  
BIC : GEBABEBB

Merci de ne payer les montants qu'après réception de la facture et de mentionner le numéro de référence (numéro de club + numéro de facture).

#### 4.7 ASSURANCE

Les athlètes et les coaches ne sont pas couverts par Special Olympics Belgium. Le club est responsable de souscrire une assurance couvrant leur responsabilité civile et les dommages corporels.

#### 4.8 SERVICE MÉDICAL

Un médecin sera présent pendant toute la durée des Jeux.

Des postes de la Croix-Rouge seront prévus sur les différents sites.

Le service médical des Jeux coordonne ses actions avec le service des urgences d'un hôpital.

Les médicaments peuvent être conservés au poste principal de la Croix-Rouge.

Les interventions de la Croix-Rouge sont gratuites. Le transport par ambulance et tout soin donné à la clinique sont à charge du club. La Croix-Rouge ne donne aucun médicament.

## 5. ENTRAÎNEMENT DES ATHLÈTES

Si les Jeux Nationaux constituent une fête pour tous les participants, coaches et visiteurs, ils n'en restent pas moins un événement sportif de tout premier ordre.

Cela suppose des infrastructures de qualité, un encadrement compétent, des horaires précis... bref, une excellente organisation.

Toutefois, les Jeux Nationaux ne seront une réussite que si les athlètes peuvent se préparer dans des conditions optimales et se concentrer pleinement sur leurs entraînements.

La préparation des athlètes est un travail de longue haleine, où régularité et qualité doivent s'associer pour les aider à donner le meilleur d'eux-mêmes. Il est donc essentiel que les coaches ne prennent pas cette tâche à la légère.

Pour pouvoir participer aux Jeux, Special Olympics demande une durée d'entraînement de 75 heures par athlète. Ceci nous paraît un minimum absolu pour enseigner à l'athlète la connaissance technique d'un sport et lui procurer la condition physique indispensable lui permettant de participer à des compétitions.

Ces 75 heures ne peuvent pas être considérées comme un but final, il faut les voir sous l'angle d'un tremplin vers la pratique permanente du sport.

## 6. DÉTERMINATION DU QUOTA

Special Olympics attribue à chaque club un quota total et un quota par sport.

Le quota accordé est basé sur :

- La demande des clubs délivrée dans les temps impartis ;
- Le nombre d'athlètes maximal que nous pouvons accepter par sport ;
- Le nombre de membres actifs du club ;
- Le bon suivi administratif des clubs.

Pour les nouveaux clubs, un quota de 4 places maximum est accordé en fonction de la disponibilité.



## 7. CATÉGORIES D'ÂGES

Déterminez la catégorie d'âge de votre athlète en fonction de sa date de naissance. Parcourez à cet effet le tableau ci-dessous.

L'âge sera déterminé le mercredi des Jeux (8 mai 2024).

Une fois la catégorie déterminée, vous trouverez l'information adéquate dans les tableaux de chaque sport.

	CATEGORIE	ÂGE	NE(E) ENTRE LE
Minimes	1	8 – 11	08/05/2016 et 09/05/2012
Cadets	2	12 – 15	08/05/2012 et 09/05/2008
Juniors	3	16 – 21	08/05/2008 et 09/05/2002
Seniors	4	22 – 29	08/05/2002 et 09/05/1994
Vétérans	5	30 et +	08/05/1994 et avant



## 8. TYPES D'ACTIVITÉS

Special Olympics Belgium veut offrir à chaque athlète, quel que soit son niveau, la possibilité de prendre part à une activité physique qui lui convienne.

Les 4 types d'activités sont les suivantes.

<b>1. Sports</b>	Gymnastique artistique et rythmique, athlétisme, basketball, badminton, bocce, bowling, cyclisme, équitation, floorball, football, hockey, judo, netball, natation, tennis, triathlon, tennis de table  <i>Sports unifiés et sports avec épreuves unifiées :</i> Athlétisme, badminton, football, netball
<b>2. Activités Physiques Adaptées</b>	Activités précompétitives
<b>3. Jeux Sportifs</b>	Jeux d'équipe(s) et relais
<b>4. Activités Motrices</b>	Activités en équipe avec ou sans aide

Les caractéristiques générales, en partant du niveau de compétence le plus haut vers le plus bas, sont les suivantes :

- Les exigences en termes de performance deviennent moindres ;
- Le règlement est de moins en moins strict et son application plus souple ;
- Le matériel devient plus spécifiquement adapté ;
- Le nombre d'activités est de plus en plus important ;
- L'intensité des activités se réduit ;
- L'encadrement (volontaires, coaches, ...) Devient de plus en plus important et spécifique ;
- L'entraînement est prévu de manière plus globale (moins spécifique) ;
- L'esprit de compétition laisse place à d'autres stimulations telles que la participation, l'encouragement des volontaires et coaches.

### 8.1 SPORTS

Les règlements officiels des sports de Special Olympics sont d'application. Ils sont issus des règlements officiels des fédérations sportives internationales. Ils sont accessibles aux athlètes qui comprennent la notion de sport. Pour certaines épreuves, un minimum de performances est exigé.

Ils impliquent une compréhension de la part de l'athlète :

- Des règles et d'une stratégie tactique d'attaque ou de défense pour les sports collectifs ;
- Pour une course de demi-fond : la capacité de doser son effort ;
- Pour un sprint : comprendre les notions telles que départ, arrivée, courir le plus vite possible, etc....

Ils demandent l'assimilation des relations sociales (partenaires, adversaires, officiels, ...).

Sont remis : une médaille d'or, d'argent et de bronze pour les premières, deuxièmes et troisièmes places et une médaille adaptée pour les 4<sup>èmes</sup> aux 8<sup>èmes</sup> places. Les disqualifiés reçoivent une médaille de participation. Les séries sont constituées de 8 personnes maximum.



## 8.2 LES ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTEÉS

- Ce sont des activités précompétitives.
- Elles peuvent être considérées comme une transition entre les jeux sportifs et les sports.
- Elles requièrent un bagage technique minimal.
- Le coach peut accompagner l'athlète pendant les épreuves, en respectant les consignes du manager.
- Le matériel est adapté.
- Les activités prévues sont diversifiées.
- Il n'y a pas de classement, chaque athlète reçoit une médaille.
- Les athlètes participent à toutes les activités.

## 8.3 LES JEUX SPORTIFS

- Au programme : des « jeux d'équipe » dont le but est de motiver les athlètes à participer à une activité physique.
- Ils prévoient des activités d'une intensité moyenne, exclusivement en groupe.
- Les équipes sont formées par les organisateurs.
- Les objectifs et motivations de l'activité doivent être concrets.
- Ils nécessitent un encadrement suffisant et expérimenté.
- Ils nécessitent une sécurité absolue, tant au niveau du matériel utilisé que de l'encadrement, du lieu, ....
- Le coach peut accompagner l'athlète pendant les épreuves, en respectant les consignes du manager.
- Il n'y a pas de classement ; chaque athlète reçoit une médaille.

## 8.4 ACTIVITÉS MOTRICES

Special Olympics Belgium propose un programme d'activités motrices destiné aux personnes dont les capacités sont trop limitées pour participer aux sports, aux activités physiques adaptées ou aux jeux sportifs.

Il s'agit d'activités organisées dans un cadre intime et sécurisant, qui nécessitent une adaptation spécifique des exercices et un encadrement très important.



## 9. LE CHOIX D'ACTIVITÉS

L'athlète doit pouvoir satisfaire aux réglementations et caractéristiques spécifiques des épreuves choisies. Le sport et les niveaux d'habileté devront donc être choisis en fonction des aptitudes de l'athlète dans la catégorie qui lui convient le mieux.

D'autre part, avec l'aide de son coach, l'athlète tâchera d'évoluer progressivement vers un niveau supérieur. Tout ceci exige de la part du coach - qui joue un rôle très important - beaucoup de travail et de préparation : établir un planning d'entraînements, réaliser un travail régulier, une intensification progressive de l'entraînement. Toutes ces étapes doivent être respectées si l'on veut atteindre le résultat escompté en temps voulu.

Un athlète ne peut être inscrit que pour un seul sport ou une seule activité.

Pour un certain nombre de sport, il faudra préciser le niveau en mentionnant le code d'épreuve adéquat.

Pour d'autres sports, il faut fournir pour chaque épreuve et sous-épreuve, une performance sous forme de temps, de distance, de points ou de niveau d'habileté.

### 9.1. LES SPORTS

- **Informations générales**

Chaque athlète peut participer uniquement à un seul sport.

Le nombre d'épreuves auxquelles l'athlète peut participer dans son sport est généralement de trois au maximum.

Pour certaines épreuves ce nombre diffère et parfois il y a des conditions supplémentaires. Dans ces cas précis, les informations sont spécifiées sur la page du sport correspondant.

Sur la base de la performance qui nous a été communiquée, les séries sont composées de façon la plus homogène possible. Cela signifie que, dans la mesure du possible, les performances des athlètes d'une même série ne s'écartent pas de plus de 15%.

- **Règle des 20%**

Cette règle est d'application pour :

- Toutes les épreuves d'athlétisme, de cyclisme et de natation ;
- La durée totale du triathlon.

Application :

Si, pendant la compétition, la performance d'un athlète est de 20% supérieure à la performance spécifiée, l'athlète en question est disqualifié. Il / elle reçoit une médaille de participation.

Pour éviter la désillusion d'un athlète, il est extrêmement important de spécifier une performance réaliste lors de l'inscription !

- **Relais**

Pour les épreuves de relais athlétisme, seule l'équipe constituée de 4 dames ou 3 dames et 1 homme est considérée comme une équipe dame. Toute autre combinaison est considérée comme une équipe homme.

La performance totale exigée est celle correspondant au sexe de l'équipe.

Pour chaque athlète de l'équipe, une performance individuelle est demandée. L'athlète le plus âgé détermine la catégorie d'âge de l'équipe.

- **Relais unifié**

Une équipe est constituée de 2 athlètes et de 2 partenaires.



- **Partenaires**

Pour l'inscription, il faut indiquer leur nom, date de naissance et sexe ainsi que la mention partenaire. Les partenaires doivent délivrer un formulaire de consentement.

- **Équipe(s)**

Chaque équipe doit avoir une lettre (A, B, ...). Donnez un niveau à l'équipe et vous indiquerez celle-ci sur le formulaire d'inscription pour chaque athlète de l'équipe.

- **Nombre d'athlètes / d'équipes par épreuve**

Un minimum de trois athlètes / d'équipes inscrites est requis pour constituer une série / réaliser le jeu. Si ce n'est pas le cas, les organisateurs pourront recourir aux solutions suivantes, en accord avec le responsable club :

- L'épreuve ainsi que la remise des médailles seront mixtes : les dames et les hommes ensemble.
- Le participant peut choisir une autre épreuve pour laquelle il répond aux exigences.

- **Explication des symboles**

— Épreuve non autorisée pour ce sexe et/ou cette catégorie d'âge.

xxx Épreuve autorisée pour tout athlète de ce sexe et de cette catégorie d'âge. Il n'y a pas d'exigences et il ne faut PAS donner de performance.

xPx Épreuve autorisée pour tout athlète de ce sexe et de cette catégorie d'âge. Il n'y a pas d'exigences mais il FAUT donner la performance qui sera attendue à la 2ème phase d'inscription.

- **Performance**

Il y a des exigences (minimum ou maximum). Il faut donner la performance attendue à la 2ème phase d'inscription.

# AT - ATHLÉTISME

Les performances indiquées représentent :

- Le temps maximal autorisé pour les courses ;
- La distance minimale à réaliser pour les sauts et les lancers ;
- Le minimum de points à réaliser pour le pentathlon ;
- Lors du choix des épreuves, veuillez respecter les combinaisons possibles de la page suivante !
- Règlement : <https://special-olympics.be/fr/notre-travail/sport/>

ÉPREUVES	CODE	CATÉGORIES D'ÂGE HOMMES					CATÉGORIES D'ÂGE DAMES				
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
<b>MARCHE / COURSE</b>											
50m Marche	AT13	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
100m Marche	AT18	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	
400m Marche	AT19	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	
50m Course	AT14	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	
100m Course	AT20	---	22"	19"	22"	24"	---	23"	21"	23"	27"
200m Course	AT21	---	45"	40"	45"	49"	---	47"	43"	47"	55"
400m Course	AT22	---	1'35"	1'25"	1'35"	1'45"	---	1'45"	1'35"	1'45"	2'00"
800m Course	AT24	---	xPx	xPx	xPx	xPx	---	xPx	xPx	xPx	xPx
1500m Course	AT31	---	7'30"	7'00"	7'00"	8'00"	---	9'00"	8'30"	8'30"	9'30"
400m Course-Marche	AT10	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
1500m Course-Marche	AT15	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
5000m Course	AT32	---	---	30'00"	30'00"	30'00"	---	---	35'00"	35'00"	35'00"
<b>RELAIS</b>											
4 x 100m*	AT23	---	---	1'35"	---	---	---	---	1'40"	---	---
4 x 200m*	AT30	---	---	3'14"	---	---	---	---	3'24"	---	---
<b>SAUT ET LANCERS</b>											
Saut en long. sans élan	AT16	60cm	60cm	70cm	60cm	50cm	55cm	55cm	65cm	55cm	45cm
Saut en longueur	AT25	1m00	1m00	1m00	1m00	1m00	1m00	1m00	1m00	1m00	1m00
Saut en longueur internat.	AT26	1m50	1m50	1m50	1m50	1m50	1m50	1m50	1m50	1m50	1m50
Saut en hauteur	AT27	0m90	0m90	0m90	0m90	0m90	---	---	---	---	---
Lancement de softball	AT17	5m50	5m50	5m50	5m50	5m00	5m00	5m00	5m00	5m00	4m50
Lancer du poids 4kg	AT28	---	---	2m00	2m00	2m00	---	---	---	---	---
Lancer du poids 3kg	AT29	---	xPx	---	---	---	---	---	2m00	2m00	2m00
Lancer du poids 2kg	AT33	---	---	---	---	---	---	xPx	---	---	---
Mini javelot 300g	AT34	xPx	xPx	---	---	---	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
Mini javelot 400g	AT35	---	---	xPx	xPx	xPx	---	---	---	---	---
<b>PENTATHLON</b>											
100m Course	AT40	---	---	900	900	900	---	---	800	800	800
100m Course	AT41	---	---	xPx	xPx	xPx	---	---	xPx	xPx	xPx
Saut en longueur	AT42	---	---	xPx	xPx	xPx	---	---	xPx	xPx	xPx
Lancer du poids	AT43	---	---	xPx	xPx	xPx	---	---	xPx	xPx	xPx
Saut en hauteur	AT44	---	---	xPx	xPx	xPx	---	---	xPx	xPx	xPx
800m Course	AT45	---	---	xPx	xPx	xPx	---	---	xPx	xPx	xPx
<b>CHAISES ROULANTES</b>											
Slalom 30m	AT51	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
100m	AT52	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
400m	AT53	---	---	xPx	xPx	xPx	---	---	xPx	xPx	xPx
Lancer du poids 2kg	AT54	---	xPx	xPx	xPx	xPx	---	xPx	xPx	xPx	xPx
<b>ÉPREUVES UNIFIÉES</b>											
4x100m*	ATU1	---	---	1'35"	---	---	---	---	1'40"	---	---
4x200m*	ATU5	---	---	3'14"	---	---	---	---	3'24"	---	---
1500m Course-Marche	ATU2	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
1500m Course	ATU3	---	xPx	xPx	xPx	xPx	---	xPx	xPx	xPx	xPx
5000m Course	ATU4	---	---	xPx	xPx	xPx	---	---	xPx	xPx	xPx

--- Non autorisé

xPx Autorisé / il FAUT donner la performance

\* 3 H + 1 D = Hommes / 2 H + 2 D = Hommes / 1H + 3 D = Dames



## COMBINAISONS POSSIBLES

Pour les 3 épreuves maximales autorisées dont **max. 2 sur la piste**, le choix des épreuves se limite à une seule combinaison de chiffre et lettre, ex. 2b. Au cas où il est marqué « ou », choisissez l'un ou l'autre, mais **jamais** les deux ensembles.

COMBINAISONS	ÉPREUVES SUR PISTE	SAUTS / LANCERS
<b>COMBINAISON 1</b>	<b>A</b> 50m Course	Saut en long. sans élan Lancement de softball
	<b>B</b> 50m Marche 100m Marche	Lancement de softball
	<b>C</b> 50m Course 1500m Course - Marche 1500m Course - Marche unifié	Saut en long. sans élan Lancement de softball
	<b>D</b> 50m Marche 100m Marche	Saut en long. sans élan
	<b>E</b> 100m Marche 400m Marche 400m Course - Marche	Saut en long. sans élan Lancement de softball
<b>COMBINAISON 2</b>	<b>A</b> 100m Course en 200m Course <b>ou</b> relais 4x200m	Mini javelot 300g, 400g <b>ou</b> Saut en longueur <b>ou</b> Saut en longueur internat.
	<b>B</b> 100m Course <b>ou</b> 200m Course <b>ou</b> relais 4x200m	Lancer du poids 4kg, Lancer du poids 3kg Lancer du poids 2kg Saut en longueur <b>ou</b> Saut en longueur internat.
	<b>C</b> 200m Course <b>ou</b> relais 4x200m	Saut en longueur <b>ou</b> Saut en longueur int. Saut en hauteur
	<b>D</b> 100m Course Relais 4x100m	Saut en longueur <b>ou</b> Saut en longueur internat.
	<b>E</b> 200m Course <b>ou</b> Relais 4x200m et 400m Course	Lancer du poids 4kg Lancer du poids 3kg Lancer du poids 2kg
	<b>F</b> 800m Course 1500m Course	Saut en longueur <b>ou</b> Saut en longueur internat. Saut en hauteur
	<b>G</b> 400m Course 800m Course	Mini javelot 300g, 400g <b>ou</b> Saut en hauteur
	<b>H</b> 800m Course Relais 4x100m <b>ou</b> Relais 4x200m	Mini javelot 300g, 400g <b>ou</b> Saut en longueur <b>ou</b> Saut en longueur internat.
<b>COMBINAISON 3</b>	<b>A</b> Relais unifié 4x100m <b>ou</b> Relais unifié 4x200m	Saut en longueur <b>ou</b> Saut en longueur internat.
	<b>B</b> 1500m Course unifié 1500m Course 5000m Course <b>ou</b> 1500m Course unifié 5000m Course unifié	Saut en longueur <b>ou</b> Saut en longueur internat.
	<b>C</b> 5000m Course Relais 4x100m <b>ou</b> Relais 4x200m unifié 1500m Course unifié 5000m Course unifié	Lancer du poids 4kg Lancer du poids 3kg Lancer du poids 2kg Saut en longueur <b>ou</b> Saut en longueur int.
	<b>D</b> 1500m Course Relais 4x100m <b>ou</b> Relais 4x200m unifié	Saut en longueur <b>ou</b> Saut en longueur int.
<b>COMBINAISON 4</b> Pentathlon (toutes épreuves obligat.)	100m Course 800m Course	Saut en longueur Lancer du poids Saut en hauteur
<b>COMBINAISON 5</b> Chaises roulantes	Slalom 30m 100m Course 400m Course	Lancer du poids 2kg

# BB - BASKETBALL

## ÉPREUVES

## CATÉGORIES D'ÂGE DAMES ET HOMMES

	1	2	3	4	5
<b>COMPÉTITIONS 5-5</b>					
Débutant (Low)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Initié (Intermediate)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Confirmé (High)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

**xxx** Autorisé / Il ne faut PAS donner la performance

Chaque équipe compte minimum 7 joueurs et maximum 10

Pendant les Jeux, le niveau définitif de l'équipe sera déterminé par le Swiss Ladder System.

Il ne sera pas tenu compte du sexe et des catégories d'âge des athlètes pour former une équipe.

Règlement: <https://special-olympics.be/fr/notre-travail/sport/>



# BD - BADMINTON

## ÉPREUVES

## CATÉGORIES D'ÂGE DAMES ET HOMMES

	1	2	3	4	5
<b>INDIVIDUELLE</b>					
Débutant (Low)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Initié (Intermediate)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Confirmé (High)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
<b>UNIFIÉ (mixte)</b>					
Débutant (Low)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Initié (Intermediate)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Confirmé (High)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

**xxx** Autorisé / Il ne faut PAS donner la performance

Un athlète ne peut s'inscrire qu'à une seule épreuve.

Pour déterminer le niveau des joueurs, vous devez utiliser les skills.

Une équipe unifiée devrait être composée d'un athlète et un partenaire de même niveau et ce conformément à la réglementation. Les partenaires unifiés ne doivent pas remplir le document skills.

Pour l'unifié la compétition se joue en mixte ou par sexe (double hommes - double femmes). Cette décision est prise par le manager, en fonction du nombre d'équipes participantes.

Règlement et skills: <https://special-olympics.be/fr/notre-travail/sport/>



# BO - BOCCE

## ÉPREUVES

## CATÉGORIES D'ÂGE DAMES ET HOMMES

	1	2	3	4	5
<b>SIMPLE</b>					
Débutant (Low)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Initié (Intermediate)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Confirmé (High)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
<b>DOUBLE (mixte)</b>					
Débutant (Low)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Initié (Intermediate)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Confirmé (High)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

**xxx** Autorisé / Il ne faut PAS donner la performance

Un athlète ne peut s'inscrire qu'à une seule épreuve.

Afin de déterminer le niveau d'un athlète, on utilise le divisioning.

Règlement: <https://special-olympics.be/fr/notre-travail/sport/>



# BW - BOWLING

## ÉPREUVES

## CATÉGORIES D'ÂGE DAMES ET HOMMES

	1	2	3	4	5
<b>INDIVIDUELLE</b>					
Bowling	---	xxx	xxx	xxx	xxx
Chaise roulante	---	xxx	xxx	xxx	xxx

--- Non autorisé  
xxx Autorisé / Il ne faut PAS donner la performance

Un athlète ne peut s'inscrire qu'à une seule épreuve.

Les athlètes doivent avoir une moyenne de 40 points pour pouvoir participer.

Veuillez envoyer au bureau sport, pour le 4 janvier 2024, les scores officiels de votre athlète sur 9 jeux. Ces 9 jeux doivent avoir eu lieu à au moins 3 dates différentes après les Jeux Nationaux de l'année précédente avec un maximum de 3 parties par jour.

Pour la composition des catégories, nous tiendrons également compte des résultats de l'an passé.

### Athlètes en chaise roulante :

Chaque athlète en chaise roulante devra être accompagné par un coach spécifique.

### Avec rampe :

L'athlète doit délivrer un certificat médical prouvant la nécessité d'utiliser une rampe. Il doit l'orienter lui-même et pousser la boule de bowling.

Règlement: <https://special-olympics.be/fr/notre-travail/sport/>





# CY - CYCLISME

## ÉPREUVES

### CATEGORIES D'ÂGE HOMMES

### CATEGORIES D'ÂGE DAMES

ÉPREUVES	CATEGORIES D'ÂGE HOMMES					CATEGORIES D'ÂGE DAMES				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
500m	---	xPx	xPx	xPx	xPx	---	xPx	xPx	xPx	xPx
1km	---	xPx	xPx	xPx	xPx	---	xPx	xPx	xPx	xPx
3km	---	10'30"	10'30"	10'30"	10'30"	---	11'00"	11'00"	11'00"	11'00"
5km	---	18'30"	18'30"	18'30"	18'30"	---	19'20"	19'20"	19'20"	19'20"
7km	---	26'00"	26'00"	26'00"	26'00"	---	27'30"	27'30"	27'30"	27'30"
10km	---	---	---	---	---	---	35'00"	35'00"	35'00"	35'00"
15km	---	55'00"	55'00"	55'00"	55'00"	---	---	---	---	---

## TRICYCLE

500m	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
1km	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx

--- Non autorisé

xPx Autorisé / il FAUT donner la performance

Les athlètes inscrits au cyclisme doivent obligatoirement participer aux compétitions de test (divisioning) qui auront lieu le jeudi matin.

Les compétitions finales, avec la composition des séries basée sur les performances des compétitions de test (divisioning), auront lieu le jeudi après-midi, vendredi après-midi et le samedi.

Un athlète peut s'inscrire à maximum 3 épreuves.

Règlement: <https://special-olympics.be/fr/notre-travail/sport/>



# EQ - ÉQUITATION

## ÉPREUVES

## CATÉGORIES D'ÂGE DAMES ET HOMMES

	1	2	3	4	5
DÉBUTANT AU PAS	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
PAS	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
TROT 1	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
TROT 2	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
GALOP 1	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
GALOP 2	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
GYMKHANA	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

xxx Autorisé / Il ne faut PAS donner la performance

### Les épreuves :

Un athlète ne peut s'inscrire qu'à une seule épreuve. Les différentes épreuves sont décrites sur le site web.

### Gymkhana :

Pour pouvoir y participer, l'athlète doit également s'inscrire à une épreuve de dressage.

Selon le choix d'épreuve de dressage, l'athlète peut s'inscrire à l'épreuve gymkhana correspondante.

### Les chevaux :

L'athlète peut venir avec son propre cheval. Dans ce cas, il faut le mentionner sur le formulaire d'équitation. Précisez également sur ce formulaire si d'autres cavaliers peuvent monter votre propre cheval.

Règlement: <https://special-olympics.be/fr/notre-travail/sport/>



# FL - FLOORBALL

## ÉPREUVES

## CATÉGORIES D'ÂGE DAMES ET HOMMES

	1	2	3	4	5
<b>COMPÉTITIONS 6-6</b>					
Débutant (Low)	---	xxx	xxx	xxx	xxx
Initié (Intermediate)	---	xxx	xxx	xxx	xxx
Confirmé (High)	---	xxx	xxx	xxx	xxx

## SKILLS

TOTAL	---	xPx	xPx	xPx	xPx
Maniement du stick	---	xPx	xPx	xPx	xPx
Tir de précision	---	xPx	xPx	xPx	xPx
Tir au but	---	xPx	xPx	xPx	xPx
Réception et transmission	---	xPx	xPx	xPx	xPx

- Non autorisé
- xPx Autorisé / il FAUT donner la performance
- xxx Autorisé / Il ne faut PAS donner la performance

Skills :

- Skills SOB : <https://special-olympics.be/nl/ons-werk/sport/>
- Chaque athlète doit obligatoirement participer aux skills individuels

Compétitions 6-6 :

- Chaque équipe est composée de minimum 7 joueurs et maximum 10 joueurs.
- N'oubliez pas de mentionner le niveau correct dans la phase 2 de l'inscription.
- Le niveau définitif d'une équipe sera déterminé pendant les Jeux, après les matchs-test et les skills du jeudi des Jeux Nationaux.

Vêtements et équipements :

- Le club est tenu de fournir et d'utiliser son propre équipement pendant les jeux nationaux ;
- La SOB ne fournit pas l'équipement et les vêtements aux clubs.

Règlement: <https://special-olympics.be/fr/notre-travail/sport/>



# FO - FOOTBALL & FU - FOOTBALL UNIFIÉ

## ÉPREUVES

## CATÉGORIES D'ÂGE DAMES ET HOMMES

	1	2*	3	4	5
<b>COMPÉTITIONS 8-8</b>					
Débutant (Low)	---	xxx	xxx	xxx	xxx
Initié (Intermediate)	---	xxx	xxx	xxx	xxx
Confirmé (High)	---	xxx	xxx	xxx	xxx
Confirmé (High +)	---	xxx	xxx	xxx	xxx
<b>COMPÉTITIONS UNIFIÉES 8-8</b>					
Initié (Intermediate)	---	xxx	xxx	xxx	xxx
Confirmé (High)	---	xxx	xxx	xxx	xxx
Confirmé (High +)	---	xxx	xxx	xxx	xxx

--- Non autorisé  
 xxx Autorisé / Il ne faut PAS donner la performance  
 \* Catégorie 2 est autorisée sous la responsabilité du club.

Chaque équipe est composée de :

- Compétitions 8-8 : minimum 10 joueurs et maximum 12
- Compétitions unifiées 8-8 : minimum 10 joueurs et maximum 12
  - une équipe de 10 joueurs : maximum 4 partenaires
  - une équipe de 11 ou 12 joueurs : maximum 5 partenaires

Une équipe peut jouer avec un maximum de 8 et un minimum de 5 joueurs pendant la compétition. Les compositions possibles dans les compétitions unifiées sont les suivantes :

- 5 athlètes et 3 partenaires
- 4 athlètes et 3 partenaires
- 4 athlètes et 2 partenaires
- 3 athlètes et 2 partenaires

Le niveau définitif d'une équipe sera déterminé pendant les Jeux, après le divisioning le jeudi des Jeux Nationaux. Les catégories d'âge ne sont pas prises en compte dans la constitution des séries. De ce fait, il est possible que des jeunes athlètes (12-16 ans) jouent contre des adolescents. Le coach d'une équipe ne peut pas jouer comme membre de l'équipe Unifiée.

Un même athlète ne peut s'inscrire à la fois aux compétitions classiques (FO) et aux compétitions unifiées (FU).

Règlement: <https://special-olympics.be/fr/notre-travail/sport/>



# GYMNASTIQUE

## AG - GYMNASTIQUE ARTISTIQUE

Un athlète qui prend part au concours de gymnastique artistique ne peut pas s'inscrire au concours de gymnastique rythmique.

Un athlète participe aux engins de son choix dans un même niveau.

Pour être éligible au classement allround, l'athlète doit participer à tous les engins du même niveau.

**Niveau B:** Exercices imposés s'adressant aux gymnastes qui présentent des problèmes ambulatoires, etc., mais sont trop avancés pour les activités physiques adaptées.

**Niveau C:** Exercices imposés s'adressant aux gymnastes qui ne sont pas en mesure d'accomplir les exercices du niveau 1. L'athlète doit participer à tous les exercices.

Règlement et plus d'informations sur les éléments et les routines avec vidéo :

<https://special-olympics.be/fr/notre-travail/sport/>

### EXERCICES

### CATEGORIES D'ÂGE HOMMES

### CATEGORIES D'ÂGE DAMES

	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
--	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

#### CONCOURS COMPLET : NIVEAU 1 (Low) - NIVEAU 2 (Intermediate) - NIVEAU 3 (High) - NIVEAU 4 (High+)

Sol	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Saut	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Barres parallèles	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
Barres asymétriques	---	---	---	---	---	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Poutre	---	---	---	---	---	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Cheval d'arçons	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
Barre fixe	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
Anneaux	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---

#### NIVEAU B - NIVEAU C

Sol	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Saut	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Barres asymétriques	---	---	---	---	---	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Poutre	---	---	---	---	---	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Cheval d'arçons	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
Barre fixe	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---

--- Non autorisé

xxx

Autorisé / Il ne faut PAS donner la performance



# GYMNASTIQUE

## RG - GYMNASTIQUE RYTHMIQUE DAMES

Un athlète qui prend part au concours de gymnastique rythmique ne peut pas s'inscrire au concours de gymnastique artistique.

Un athlète participe aux agrès de son choix dans un même niveau.  
Pour être éligible au classement allround, l'athlète doit participer à tous les agrès du même niveau.

Règlement et plus d'informations sur les éléments et les routines avec vidéo :  
<https://special-olympics.be/fr/notre-travail/sport/>

### EXERCICES

### CATEGORIES D'ÂGE DAMES

	1	2	3	4	5
<b>NIVEAU 1 (Low)</b>					
Ruban	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Ballon	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Cerceau	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Corde	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
<b>NIVEAU 2 (Intermediate)</b>					
Ruban	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Ballon	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Cerceau	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Corde	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Massue	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
<b>NIVEAU 3 (High)</b>					
Ruban	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Ballon	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Cerceau	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Massue	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
<b>NIVEAU 4 (High+)</b>					
Ruban	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Ballon	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Corde	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Massue	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

**xxx** Autorisé / Il ne faut PAS donner la performance



# HO - HOCKEY

## ÉPREUVES

## CATÉGORIES D'ÂGE DAMES ET HOMMES

	1	2*	3	4	5
<b>COMPÉTITIONS 6-6</b>					
Débutant (Low)	---	xxx	xxx	xxx	xxx
Initié (Intermediate)	---	xxx	xxx	xxx	xxx
Confirmé (High)	---	xxx	xxx	xxx	xxx

- Non autorisé  
xPx Autorisé / il FAUT donner la performance  
\* La catégorie 2 est admise sous la responsabilité du club.

### Compétitions 6-6:

- Chaque équipe est composée de minimum 7 joueurs et maximum 10 joueurs.
- N'oubliez pas de mentionner le niveau correct dans la phase 2 de l'inscription.
- Le niveau définitif d'une équipe sera déterminé pendant le divisioning le jeudi des Jeux Nationaux.

### Vêtements et équipements :

- Le club est tenu de fournir et d'utiliser son propre équipement pendant les jeux nationaux ;
- La SOB ne fournit pas l'équipement et les vêtements aux clubs.

Règlement: <https://special-olympics.be/fr/notre-travail/sport/>



# JU -JUDO

## CATÉGORIES D'ÂGE DAMES ET HOMMES

	1	2	3	4	5
<b>NIVEAUX</b>					
Débutant -	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Débutant +	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Initié	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Confirmé -	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Confirmé +	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

**xxx** Autorisé / Il ne faut PAS donner la performance

Le judo a lieu **le jeudi et le vendredi.**

Afin de déterminer le niveau définitif des athlètes, des skills et la pesée auront lieu le jeudi. La compétition aura lieu le vendredi.

Règlement: <https://special-olympics.be/fr/notre-travail/sport/>





# NB - NETBALL

## ÉPREUVES

## CATÉGORIES D'ÂGE DAMES ET HOMMES

	1	2	3	4	5
Débutant (Low)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Initié (Intermediate)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Confirmé (High)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

**xxx** Autorisé / Il ne faut PAS donner la performance

Compétitions 6-6:

Chaque équipe compte minimum 8 joueurs et maximum 10 joueurs.

Le niveau débutant (Low) est une compétition où le coach participe obligatoirement. Inscrivez-le comme partenaire Unifié et il/elle compte parmi les joueurs.

Si vous inscrivez une équipe en débutant (Low) et qu'il apparaît lors des tests matchs que cette équipe est trop forte, le manager, en concertation avec les arbitres, pourra placer votre équipe dans une catégorie plus forte. Inversement, le déplacement vers un niveau plus bas est possible également.

On ne tient pas compte de la catégorie d'âge ou du sexe pour la constitution des équipes.

Règlement: <https://special-olympics.be/fr/notre-travail/sport/>



# AQ - NATATION

ÉPREUVES	CODE	CATEGORIES D'ÂGE HOMMES					CATEGORIES D'ÂGE DAMES				
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
<b>AVEC ASSISTANCE</b> (= une assistance personnelle et éventuellement un accessoire de flottaison)											
25m ventral	AQ65	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
25m dorsal	AQ66	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
50m ventral	AQ67	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
50m dorsal	AQ68	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
<b>AVEC SUPPORT OBLIGATOIRE</b> (= un accessoire de flottaison)											
25m ventral	AQ75	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
25m dorsal	AQ76	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
50m ventral	AQ77	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
50m dorsal	AQ78	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
<b>VENTRAL /DORSAL</b>											
25m ventral*	AQ55	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
25m dorsal*	AQ56	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
50m ventral*	AQ57	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
50m dorsal*	AQ58	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
<b>ÉPREUVES</b>											
25m nage libre	AQ91	50"	45"	45"	45"	50"	55"	50"	50"	55"	1'00
25m brasse	AQ14	1'00	55"	50"	55"	1'00	1'05	55"	55"	1'00	1'10
25m dos	AQ24	1'05	1'00	55"	55"	1'05	1'15	1'05	1'00	1'10	1'15
25m papillon	AQ34	1'10	1'05	1'00	1'05	1'10	1'15	1'15	1'15	1'15	1'20
25m brasse Internationale	AQ44	55"	50"	50"	50"	55"	1'00	55"	55"	1'00	1'05
50m nage libre	AQ92	1'50	1'40	1'40	1'40	1'55	1'55	1'50	1'50	1'55	2'00
50m brasse	AQ15	2'10	1'50	1'50	1'55	2'10	2'15	2'00	2'00	2'10	2'25
50m dos	AQ25	2'15	2'10	1'55	1'55	2'15	2'20	2'15	2'10	2'15	2'35
50m papillon	AQ35	2'25	2'15	2'10	2'10	2'25	2'40	2'35	2'35	2'40	2'50
50m brasse Internationale	AQ45	1'50	1'40	1'40	1'40	1'55	2'00	1'50	1'50	1'55	2'10
100m nage libre	AQ93	---	3'00	3'00	3'00	3'15	---	3'15	3'15	3'30	3'45
100m brasse	AQ16	---	3'15	3'15	3'30	4'00	---	3'30	3'30	4'00	4'30
100m brasse Internationale	AQ46	---	3'00	3'00	3'00	3'15	---	3'15	3'15	3'30	3'45
200m nage libre	AQ97	---	6'30	6'30	6'30	7'00	---	7'00	7'00	7'30	7'45
400m nage libre	AQ94	---	14'00	14'00	14'00	14'30	---	14'30	14'30	15'30	16'00
4x25m nage libre	AQ95	xPx					xPx				

--- Non autorisé  
**xPx** Autorisé / il FAUT donner la performance

\* Les athlètes qui ont besoins de beaucoup de temps ou un encouragement supplémentaire pour aller dans l'eau doivent être inscrits en ventral/dorsal **avec assistance**. Ainsi le coach peut assister l'athlète pour aller dans l'eau.

Un athlète peut s'inscrire à maximum 3 épreuves. Pour les relais, les équipes mixtes sont autorisées. Vous devez pour ces épreuves donner le temps de l'équipe. **Lors du choix des tests, veuillez respecter les combinaisons possibles !**

Les épreuves en nage ventrale et dorsale sont destinées aux athlètes qui n'atteignent pas les minimas exigés en nage libre ou nage dos. Les athlètes inscrits aux épreuves en brasse internationale doivent pouvoir appliquer le règlement à la lettre. Seuls ces athlètes pourront participer aux compétitions internationales de brasse.

Règlement : <https://special-olympics.be/fr/notre-travail/sport/>

## COMBINAISONS POSSIBLES

L'athlète doit choisir ses épreuves (maximum 3) dans **une seule** des combinaisons ci-dessous.

COMBINAISON	ÉPREUVES
<b>COMBINAISON 1</b>	AQ65: 25m ventral avec assistance AQ66: 25m dorsal avec assistance AQ67: 50m ventral avec assistance AQ68: 50m dorsal avec assistance
<b>COMBINAISON 2</b>	AQ75: 25m ventral avec support obligatoire AQ76: 25m dorsal avec support obligatoire AQ77: 50m ventral avec support obligatoire AQ78: 50m dorsal avec support obligatoire
<b>COMBINAISON 3</b>	AQ55: 25m ventral AQ56: 25m dorsal AQ57: 50m ventral AQ58: 50m dorsal
<b>COMBINAISON 4</b>	AQ91: 25m nage libre AQ14: 25m brasse AQ24: 25m dos AQ34: 25m papillon AQ92: 50m nage libre AQ15: 50m brasse AQ25: 50m dos AQ35: 50m papillon AQ95: 4 x 25m nage libre
<b>COMBINAISON 5</b>	AQ34: 25m papillon AQ92: 50m nage libre AQ15: 50m brasse AQ25: 50m dos AQ35: 50m papillon AQ93: 100m nage libre AQ16: 100m brasse AQ97: 200m nage libre AQ94: 400m nage libre AQ95: 4 x 25m nage libre
<b>COMBINAISON 6</b>	AQ34: 25m papillon AQ44: 25m brasse Internationale AQ45: 50m brasse Internationale AQ46: 100m brasse Internationale AQ92: 50m nage libre AQ25: 50m dos AQ35: 50m papillon AQ93: 100m nage libre AQ97: 200m nage libre AQ94: 400m nage libre AQ95 :4 x 25m nage libre



# TE - TENNIS

## ÉPREUVES

## CATÉGORIES D'ÂGE DAMES ET HOMMES

	1	2	3	4	5
<b>SIMPLE</b>					
Débutant (Low)	XXX	XXX	XXX	XXX	XXX
Initié (Intermediate)	XXX	XXX	XXX	XXX	XXX
Confirmé (High)	XXX	XXX	XXX	XXX	XXX

**xxx** Autorisé / Il ne faut PAS donner la performance

Un athlète ne peut s'inscrire qu'à une seule épreuve. Pour déterminer le niveau des joueurs, vous devez utiliser les skills (voir skills SOB tennis : <https://special-olympics.be/fr/notre-travail/sport/>).

Règlement: <https://special-olympics.be/fr/notre-travail/sport/>



# TR - TRIATHLON

## ÉPREUVES

### CATEGORIES D'ÂGE HOMMES

### CATEGORIES D'ÂGE DAMES

ÉPREUVES	CATEGORIES D'ÂGE HOMMES					CATEGORIES D'ÂGE DAMES				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
<b>TRIATHLON 3 JOURS</b>	---	---	1 :10'00"00			---	---	1 :15'00"00		
250m natation	---	---	xxx			---	---	xxx		
10km cyclisme	---	---	xxx			---	---	xxx		
3km course à pied	---	---	xxx			---	---	xxx		

--- Non autorisé

xxx Autorisé / Il ne faut PAS donner la performance

Lors de l'inscription, il est nécessaire de mentionner les temps des trois épreuves ainsi que le temps total. Le total des 3 temps ne peut pas dépasser le temps total maximal autorisé (se référer au règlement SOB triathlon).

Les 3 épreuves sont réparties sur 3 jours :

- Jour 1 : natation
- Jour 2 : cyclisme
- Jour 3 : course à pied

Règlement: <https://special-olympics.be/fr/notre-travail/sport/>



# TT – TENNIS DE TABLE

## ÉPREUVES

## CATÉGORIES D'ÂGE DAMES ET HOMMES

	1	2	3	4	5
<b>INDIVIDUEEL</b>					
Débutant (Low)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Initié (Intermediate)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Confirmé (High)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

**xxx** Autorisé / Il ne faut PAS donner la performance

Pour déterminer le niveau des joueurs, vous devez utiliser les skills (voir skills SOB tennis de table : <https://special-olympics.be/fr/notre-travail/sport/>).

Règlement: <https://special-olympics.be/fr/notre-travail/sport/>



## 9.1. APA - ACTIVITES PHYSIQUES ADAPTÉES

### ÉPREUVES

### CATÉGORIES D'ÂGE DAMES ET HOMMES

	1	2	3	4	5
APA	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Initiation basketball	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Parcours unihoc	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Lancement de médecine ball	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Initiation football	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Lancement de boule de pétanque	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Endurance (6 minutes)	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
Initiation lancement du poids	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

**xxx** Autorisé / Il ne faut PAS donner la performance

**xPx** Autorisé / il FAUT donner la performance

L'athlète est tenu de participer à TOUTES les épreuves.

Règlement : <https://special-olympics.be/fr/notre-travail/sport/>

## 9.2. SG - JEUX SPORTIFS

### ÉPREUVES

### CATÉGORIES D'ÂGE DAMES ET HOMMES

	1	2	3	4	5
SG	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

**xxx** Autorisé / Il ne faut PAS donner la performance

Les Jeux Sportifs comprennent : les épreuves de relais, les épreuves d'agilité et les jeux d'équipe. Chaque athlète doit prendre part à l'ensemble des épreuves.

Les épreuves se dérouleront le premier et le deuxième jour des Jeux.

Règlement : <https://special-olympics.be/fr/notre-travail/sport/>

## 9.3. MA - ACTIVITÉS MOTRICES

### ÉPREUVES

### CATÉGORIES D'ÂGE DAMES ET HOMMES

	1	2	3	4	5
MA	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

**xxx** Autorisé / Il ne faut PAS donner la performance

Les Activités Motrices ont lieu le 3ème jour des Jeux.

Règlement : <https://special-olympics.be/fr/notre-travail/sport/>



## 10. ANIMATION

Parallèlement au sport, l'équipe Special Olympics Events propose un programme d'animations avec musiques, chants, danses, clowns, automates et beaucoup d'autres choses qui réjouissent autant les athlètes que le public.

Si votre club ou institution désire proposer une animation et ainsi vous faire connaître, n'hésitez pas à prendre contact avec notre équipe animation [animation@specialolympics.be](mailto:animation@specialolympics.be).

Nous sommes impatients de découvrir vos projets et les attendons pour **le 19 mars 2024** au plus tard.

Il y aura de la place sur la scène et autour, ou nous pouvons vous réserver un stand (pour les jeux que vous proposez, par exemple).

Nous serons enchantés de vous inclure dans le programme d'animations.





# 11. HEALTHY ATHLETES PROGRAM - HAP

Le Healthy Athletes Program de Special Olympics (HAP) a pour objectif d'évaluer la santé et la condition physique des athlètes ayant un handicap mental. Au sein du Healthy Athletes Program, les examens médicaux offerts sont sans obligation et totalement gratuits. L'athlète reçoit des conseils spécifiques à son état de santé et, si nécessaire, est redirigé vers un spécialiste pour un suivi. Après chaque évaluation, les athlètes reçoivent un beau cadeau en remerciement pour leur participation.

Les résultats permettent aux athlètes d'avoir une connaissance globale de leur condition physique et donnent aux évaluateurs professionnels et étudiants venant d'universités et hautes écoles belges – une meilleure connaissance de l'état de santé et des besoins particuliers des athlètes ayant un handicap mental.

Le Healthy Athletes Program contient les 8 programmes suivants :



## **FIT FEET**

Examens des pieds.



## **HEALTHY BODY**

Examen ostéopathique, qui vérifie la bonne position et le bon fonctionnement de toutes les structures du corps.



## **HEALTH PROMOTION**

Examen et éducation sur la promotion d'une alimentation saine, de l'exercice physique et d'un style de vie sain.



## **FUN FITNESS**

Examens de la souplesse, de l'endurance, de la force et de l'équilibre.



## **HEALTHY HEARING**

Examens des oreilles et de l'audition.



## **OPENING EYES**

Examens de la vue. Si la vue le nécessite, une paire de lunettes est fournie gratuitement.



## **SPECIAL SMILES**

Examens de la bouche. L'accent est mis sur l'évaluation globale de la santé buccale et un conseil individuel de prévention.



## **DIABETES PREVENTION**

Evaluation du risque de diabète de type 2.



## SUPERFANS



## MEDIA



## FANS



## FRIENDS



