

Project 2025

41^{ste} Nationale Spelen

Van 28 mei tot en met 31 mei 2025
Kortrijk



**Special
Olympics**
Belgium

INHOUD

1.	SPECIAL OLYMPICS NATIONALE SPELEN 2025	3
2.	BELANGRIJKE DATA	4
3.	HET SPORTBUREAU VAN SPECIAL OLYMPICS BELGIUM	6
	3.1. DOEL VAN HET SPORTBUREAU	6
	3.2. DE TECHNISCHE COMMISSIE	6
	3.3. DE CLUBS	6
4.	INSCHRIJVEN VOOR DE NATIONALE SPELEN	8
	4.1. INSCHRIJVINGSVOORWAARDEN	8
	4.2. INSCHRIJVINGSPROCEDURE	8
	4.3. INSCHRIJVINGSGELD	11
	4.4. PAARDRIJDEN - BOXEN	11
	4.5. HUISVESTING - MAALTIJDEN	11
	4.6. BETALING - BETALINGSMODALITEITEN	12
	4.7. VERZEKERING	12
	4.8. MEDISCHE VOORZIENINGEN	12
5.	TRAINING ATLETEN	13
6.	QUOTABEPALING	13
7.	LEEFTIJDSCATEGORIEËN	14
8.	TYPES VAN ACTIVITEITEN	15
	8.1. SPORTEN	15
	8.2. AANGEPASTE FYSIEKE ACTIVITEITEN	16
	8.3. SPORTSPELEN	16
	8.4. MOTORISCHE ACTIVITEITEN	16
9.	KEUZE VAN DE ACTIVITEIT	17
	9.1. DE SPORTEN	17
	AT - ATLETIEK	19
	BB - BASKETBAL	21
	BD - BADMINTON	22
	BO - BOCCE	23
	BW - BOWLING	24
	CY - WIELRENNEN	25
	EQ - PAARDRIJDEN	26
	FL - FLOORBALL	27
	FO - VOETBAL & FU - UNIFIED VOETBAL	28
	GYMNASTIEK	29
	AG - ARTISTIEKE GYMNASTIEK	29
	RG - RITMISCHE GYMNASTIEK DAMES	30
	HO - HOCKEY	31
	JU - JUDO	32
	KA - KAJAK	33
	NB - NETBAL	34
	AQ - ZWEMMEN	35
	TE - TENNIS	37
	TR - TRIATLON	38
	TT - TAFELTENNIS	39
	US - UNIFIED SAILING	40
	9.2. APA - AANGEPASTE FYSIEKE ACTIVITEITEN	41
	9.3. SG - SPORTSPELEN	41
	9.4. MA - MOTORISCHE ACTIVITEITEN	41
10.	ANIMATIE	42
11.	HEALTHY ATHLETES PROGRAM – HAP	43

1. SPECIAL OLYMPICS NATIONALE SPELEN 2025

PLAATS	Kortrijk
DATA	Van 28 mei tot en met 31 mei 2025 De openingsceremonie gaat door op woensdag 28 mei 2025 .
DEELNEMERS	Voor alle personen met een verstandelijke beperking (bijkomende beperking(en) is (zijn) toegelaten) van 8 jaar en ouder die lid zijn van een sportclub, een sportvereniging of een instelling, aangesloten bij Special Olympics Belgium, en die regelmatig sport beoefenen.
AANTAL	Er kunnen 3300 atleten deelnemen.



2. BELANGRIJKE DATA

SOB VERSTUURT:

- **25/09/2024**
 - 1ste CLUBVERGADERING
 - Toegekende quota
 - Formulier Fase 1
 - Clubdata
 - Attesten/toestemmingsformulieren, skills, formulieren paardrijden & bowling, formulieren huisvesting & Special Events
- **19/11/2024**
 - Bevestiging inschrijving Fase 1
 - Bevestiging huisvesting
- **05/12/2024**
 - Formulier Fase 2
 - Formulier Food & Beverage / Lunchbox
 - Factuur inschrijving Nationale Spelen 2025
- **31/03/2025**
 - Factuur huisvesting & maaltijden Nationale Spelen 2025
- **17/03/2025**
 - Bevestiging inschrijving Fase 2
 - Formulier coaches
- **30/04/2025**
 - 2de CLUBVERGADERING
 - Sitebezoek
 - Uurroosters
 - Rugnummers en accreditatiekaarten/bandjes
 - Adressen van huisvesting, maaltijdtickets en doorlaatpassen voor de parking
 - Kamerverdeling huisvesting
 - Formulier mobility

DEADLINE CLUB:

- **14/10/2024**
 - Formulier Fase 1
 - Clubdata
 - Formulier huisvesting
 - Formulier paardrijden
 - Melden van wijziging in clubnaam
- **26/11/2024**
 - Melden van afwijkingen tussen de bevestiging van inschrijving en de gegevens zoals door de club ingediend bij Fase 1
- **16/01/2025**
 - **DIGITAAL** (PDF) inleveren van ALLE attesten/toestemmingsformulieren
 - Skills BD, TE, TT, formulier BW
 - Formulier Fase 2
 - Wijzigingen huisvesting en maaltijden
- **24/03/2025**
 - Annulatie/vervanging van de atleten
 - Melden van afwijkingen tussen de bevestiging van inschrijving en de gegevens zoals door de club ingediend bij Fase 2
 - Formulier coaches
 - Formulier Special Events (inschrijving aan openings- en sluitingsceremonie en Torch Run)
 - Deadline bestellingen Food & Beverage

28/05/2025-31/05/2025

NATIONALE SPELEN SPECIAL OLYMPICS

Om u zo goed mogelijk te helpen, vragen wij u rechtstreeks de betrokken dienst te contacteren:

BOEKHOUDING

Facturatie, betalingen 02 774 24 23 finance@specialolympics.be

EVENTS

Ceremonies, Animaties, Family, Shopping, Torch Run 02 774 24 38 events@specialolympics.be; animation@specialolympics.be

LOGISTIEK

Catering en huisvesting 02 774 24 30 logistics@specialolympics.be; lodging@specialolympics.be

SPORT

Inschrijvingen voor de Nationale Spelen, annulaties en vervangingen, reglementen, inschrijvingen voor sportproeven.

Ana HAPCA, sport assistente 02 774 24 38 sportbureau@specialolympics.be



3. HET SPORTBUREAU VAN SPECIAL OLYMPICS BELGIUM

3.1 DOEL VAN HET SPORTBUREAU

De doelstelling van Special Olympics Belgium is om personen met een verstandelijke handicap via sport kansen te bieden tot ontplooiing en integratie. De ontwikkeling en verbetering van de aangepaste sportbeoefening en de organisatie van een ruim aanbod sportontmoetingen is dus een wezenlijke opdracht van het sportbureau. Dit gebeurt met inachtneming van de richtlijnen van Special Olympics Inc. en in samenspraak met de Technische Commissie.

3.2 DE TECHNISCHE COMMISSIE

De leden van de technische commissie zijn:

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

De leden zijn allen vakmensen op het gebied van aangepaste sport.

De Technische Commissie bespreekt de sportreglementering en de aanpassingen ervan en controleert de conformiteit van deze reglementen met die van Special Olympics Inc.

Zij zal:

- Deze overmaken aan de deelnemende clubs;
- Specifieke reglementen of onderdelen van deze reglementen toevoegen aan het programma in België;
- Erop toezien dat de reglementen toegepast worden tijdens de Nationale Spelen. De uit de leden samengestelde jury zal beslissen in geval van geschil;
- Opmerkingen met betrekking tot de sportreglementering mogen steeds overmaakt worden aan het sportbureau. Deze zullen door de technische commissie worden behandeld.

3.3 DE CLUBS

• De clubverantwoordelijken

Elke club wordt vertegenwoordigd door een clubverantwoordelijke. Zijn taak bestaat erin alle activiteiten van zijn groep te leiden en te coördineren. Hij kan daarbij sommige taken aan zijn medewerkers overdragen. Hij moet o.a.:

- Het aanspreekpunt zijn van de club tegenover de organisatoren;
- Zijn medewerkers op voorhand goed informeren over de sites waar hun desbetreffende activiteiten zullen plaatsvinden.
- Toezicht houden op de aanwezigheid van zijn atleten op de plaats van de wedstrijden, en op hun doorgang naar de oproepkamers;
- Ervoor zorgen dat de atleten de geschikte kledij dragen voor de activiteit en naargelang de weersomstandigheden;
- Ervoor zorgen dat er rust heerst in de slaapgelegenheden en dat deze in goede staat achtergelaten worden;
- De nodige maatregelen treffen voor het bewaren van waardevolle voorwerpen;
- Op zijn atleten letten en ervoor zorgen dat zij niet verdwalen;
- Het evaluatieformulier van de Spelen invullen.

- **Begeleiding**

Voor het algemeen welzijn, voor de veiligheid, de gezondheid van de atleten en het goede verloop van de Spelen, verzoekt Special Olympics Belgium de clubs het volgende te voorzien:

- Een clubverantwoordelijke
- Minstens één coach voor 4 atleten

- **Identificatie van de personen**

Atleet:

- Heeft een verstandelijke beperking met een IQ lager dan of gelijk aan 75;
- Is minimum 8 jaar oud op 28/05/2025;
- Volgt minimum tweewekelijkse training (>1 training/14 dagen).

Unified partner:

- Heeft geen verstandelijke beperking;
- Is minimum 8 jaar oud op 28/05/2025;
- Volgt minimum tweewekelijkse training (>1 training/14 dagen).

Coach:

- Is minimum 16 jaar oud op 28/05/2025;

De accreditatiekaarten voor de atleten, Unified partners en de coaches worden tijdens de 2^{de} clubvergadering afgegeven. Zij worden verzocht deze permanent te dragen tijdens de Spelen, om de organisatie te vergemakkelijken, de veiligheid te verzekeren en een duidelijk onderscheid te kunnen maken tussen atleten, Unified partners, coaches en toeschouwers.

4. INSCHRIJVEN VOOR DE NATIONALE SPELEN

Zolang een atleet of een club niet aan alle punten van de inschrijvingsvoorwaarden voldoet of zolang niet alle Fases van de inschrijvingsprocedure vervuld zijn, behouden de organisatoren zich het recht de betreffende atleet of club van deelname uit te sluiten.

4.1 INSCHRIJVINGSVOORWAARDEN

a) De atleet dient:

- Een verstandelijke handicap te hebben met een IQ lager dan of gelijk aan 75;
- Minimum 8 jaar oud te zijn op woensdag **28 mei 2025**;
- Minimum 75 uur getraind te hebben voor de Nationale Spelen van 2025.

b) De club dient:

- In orde te zijn met de betaling van deelname aan de voorgaande Nationale Spelen;
- Vertegenwoordigd te worden door een clubverantwoordelijke die zorg draagt voor het uitvoeren van alle administratieve taken en die toeziet dat de filosofie van Special Olympics in de voorbereiding van en tijdens de Nationale Spelen door atleten en coaches nageleefd wordt;
- De clubverantwoordelijke of een afgevaardigde te laten deelnemen aan de clubvergaderingen voor en na de Nationale Spelen;
- De intentie tot deelname met aanvraag voor quota uiterlijk op **05 augustus 2024** te hebben teruggestuurd;
- Alle documenten en formulieren aan Special Olympics Belgium te bezorgen uiterlijk op de limietdata;
- De inschrijvingsgelden te vereffenen voor **06 januari 2025**;
- Minimaal één coach per 4 atleten te voorzien (clubverantwoordelijke niet inbegrepen);
- De door SPECIAL OLYMPICS BELGIUM toegekende quota per sport te respecteren;
- Alle voorwaarden die bij een gekozen sport en/of proef horen qua sekse, leeftijdscategorie, prestatie enz. te respecteren.

4.2 INSCHRIJVINGSPROCEDURE

Alle nodige documenten, formulieren en attesten alsook de nodige informatie worden door Special Olympics Belgium overhandigd. Lees aandachtig de richtlijnen en de gestelde voorwaarden zoals deze in dit project vermeld staan alvorens ze in te vullen. Vul ALLES leesbaar en in DRUKLETTERS in!

• Fase 1

Uiterlijk op 14 oktober 2024 bezorgen de clubs volgende documenten aan het sportbureau:

- De gecorrigeerde en volledig aangevulde clubgegevens;
- Het formulier paardrijden;
- De lijst van de deelnemende atleten en Unified partners met vermelding van:
 - Naam, voornaam, geboortedatum, rol, sekse en eventuele bijkomende handicap;
 - De sport waaraan ze deelnemen;
 - Pasfoto van de deelnemende atleten en Unified partners (digitaal);

Uiterlijk op 14 oktober 2024 bezorgen de clubs aan de sector logistiek:

- Het formulier huisvesting

Uiterlijk op 24 maart 2025 bezorgen de clubs aan de sector logistiek:

- Het formulier maaltijden

Uiterlijk op 16 januari 2025 bezorgen de clubs volgende documenten aan het sportbureau:

- De skills badminton, tennis en tafeltennis
- Het formulier bowling
- De nodige attesten en toestemmingsformulieren

- **Fase 2**

Uiterlijk op 16 januari 2025 bezorgen de clubs volgende documenten aan het sportbureau:

- Het inschrijvingsformulier met gedetailleerde opgave van de proeven en de te verwachten prestaties voor elke atleet;
- Voor de ploegsporten het niveau van de ploeg;
- Het formulier annulering/vervanging;
- Formulier wijzigingen huisvesting

Als het dossier (Fase 1, Fase 2, bijkomende sport specifieke documenten en attesten/toestemmingsformulieren) van een atleet op die datum onvolledig is, wordt hij van de deelnemerslijst van de Nationale Spelen 2024 geschrapt zonder dat de club hiervoor enige terugbetaling kan eisen.

Uiterlijk op 24 maart 2025 bezorgen de clubs volgende documenten

- Melden van afwijkingen tussen de bevestiging van inschrijving en de gegevens zoals door de club ingediend bij Fase 2
- Formulier coaches
- Formulier Special Events (inschrijving aan openings- en sluitingsceremonie en Torch Run)
- Formulier Food & Beverage

- **Vervanging/annulering atleet**

Een vervanging van een atleet is enkel geldig:

- Als ze gebeurt op het formulier van Fase 2. Hiervoor schrapt u op dat formulier de atleet die niet zal deelnemen en voegt de atleet toe die hem/haar vervangt;
- Als ze gebeurt binnen dezelfde sport;
- Als ze uiterlijk op **24 maart 2025** aan het sportbureau gemeld wordt;
- Als de 2 formulieren (verstandelijke handicap en toestemmingsformulier) van de vervangende atleet op **16 januari 2025** volledig in orde zijn.

Annulatie van een atleet na 24 maart 2025 geeft geen recht op een terugbetaling van het inschrijvingsgeld.

Uitzondering op deze uiterste datum voor vervanging vormen de ploegsporten, de aflossingen en de proeven dubbel en Unified. Hiervoor is een vervanging toegelaten tot en met **28 mei 2025** op voorwaarde dat hierdoor het niveau of de prestatie ongewijzigd blijft. Voor de vervanger moeten alle nodige attesten en toestemmingsformulieren bij het melden van de vervanging gevoegd worden

- **Annulering evenement**

Indien Special Olympics Belgium, in geval van overmacht, de Nationale Spelen 2025 moet annuleren, worden de inschrijvingsgelden terugbetaald.

- **Attest en toestemmingsformulieren**

De clubs dienen alle nodige attesten en toestemmingsformulieren ten laatste op **16 januari 2025 digitaal** aan het sportbureau te bezorgen. Ieder formulier moet afzonderlijk opgeslagen worden in PDF formaat met volgende benaming:

clubnummer_achternaam_voornaam_afkorting formulier

Afkorting formulier: attest verstandelijke beperking = M / toestemmingsformulier atleet = AT / HAP = HAP / Unified partner = UP

Enkel onder deze vorm zullen de formulieren aanvaard worden! Wij vragen u per club:

- Alle attesten verstandelijke handicap van uw nieuwe deelnemende atleten;
- Alle toestemmingsformulieren van uw nieuwe deelnemende atleten en Unified partners;
- Alle toestemmingsformulieren HAP van uw nieuwe deelnemende atleten (optioneel).

Voorbeeld benaming PDF: 526_Bolt_Usain_AT



Attest verstandelijke handicap

Alleen atleten met een verstandelijke beperking (IQ = of < 75) mogen aan de Nationale Spelen deelnemen. Dit attest dient slechts eenmaal voorgelegd te worden en blijft geldig voor alle activiteiten georganiseerd door Special Olympics Belgium.

Het mag alleen door één der volgende instellingen of personen worden ingevuld:

- Een geneesheer;
- Een psycholoog;
- De erkende psycho-medisch-sociale-centra (CLB's);
- De erkende centra voor school- en beroepskeuze;
- De erkende centra die bevoegd zijn het inschrijvingsverslag uit te reiken voor het bijzonder onderwijs;
- De erkende begeleidingscentra;
- De erkende diensten van mentale gezondheid;
- De erkende gespecialiseerde centra voor beroepskeuze;
- De erkende centra of diensten voor functionele reclassering.

We raden de clubs en de instellingen aan om zich te wenden tot het erkende centrum dat het verplichte toelatingsattest voor de opname van een persoon met een verstandelijke beperking in een instelling uitgereikt heeft.

Dit formulier dient u slechts eenmaal in en blijft geldig tot ze ingetrokken wordt door een aangetekende aanvraag.

Toestemmingsformulier atleet

Dit formulier wordt door de ouders of de meerderjarige atleet die niet in de situatie van 'verlengde minderjarigheid' verkeert, ingevuld en getekend en is geldig voor alle activiteiten georganiseerd door Special Olympics Belgium.

Zou dit door omstandigheden van familiale, juridische of andere aard niet mogelijk zijn, is het de wettelijke voogd of de directeur van de instelling die de toelating ondertekent.

Dit formulier dient u slechts eenmaal in en blijft geldig tot ze ingetrokken wordt door een aangetekende aanvraag.

Toestemmingsformulier Unified partner

Dit formulier wordt door de ouders of de meerderjarige Unified partner ingevuld en getekend en is geldig voor alle activiteiten georganiseerd door Special Olympics Belgium. Deze toelating dient u slechts eenmaal in en blijft geldig tot ze ingetrokken wordt door een aangetekende aanvraag.

Toestemmingsformulier HAP (Healthy Program Athlete)

Om deel te kunnen nemen aan de HAP-programma's is het doorsturen van het HAP toestemmingsformulier vereist.

Dit formulier dient u slechts eenmaal in en blijft geldig tot ze ingetrokken wordt door een aangetekende aanvraag.

4.3 INSCHRIJVINGSGELD

Atleten

- 50,00 € voor atleten tot 18 jaar;
- 58,00 € voor atleten vanaf 18 jaar;
- 28,00 € voor atleten die inschrijven voor motorische activiteiten.

Partners

- 50,00 € voor partners van ploegsporten tot 18 jaar;
- 58,00 € voor partners van ploegsporten vanaf 18 jaar;
- 28,00 € voor partners van andere sporten.

Clubverantwoordelijken en coaches betalen geen inschrijvingsgeld.

4.4 PAARDRIJDEN - BOXEN

Aanvragen voor de huur van de boxen kan tot **14 oktober 2024**. Elke reservatie is verplicht voor de volledige drie dagen. De huur van de boxen met stro voor de **drie dagen bedraagt €80,00**. De eigenaars van de paarden zijn zelf verantwoordelijk voor het voederen van de paarden en het onderhoud van de boxen. Bij het annuleren van een ruiter uiterlijk op 16 januari 2025 kan er een terugbetaling gebeuren.

4.5 HUISVESTING - MAALTIJDEN

- **Huisvesting**

De prijs voor huisvesting van woensdag 28 mei 2025, 15u tot zaterdag 31 mei 2025, 9u bedraagt €145 per persoon voor de 3 nachten inclusief ontbijt. Clubs die zich binnen een straal van 50km van de Spelen bevinden, worden verzocht geen huisvesting aan te vragen. Niettemin als jullie geen andere oplossing hebben, dan nemen jullie het risico dat de huisvesting verder gelegen is van de Spelen dan de club zelf. Clubs zijn zelf verantwoordelijk voor het transport van en naar de huisvesting.

Definitieve informatie betreffende de huisvesting wordt tijdens de tweede clubvergadering, per briefwisseling en/of email overgemaakt.

De uiterste datum voor de reservatie van huisvesting is **14 oktober 2024**

De uiterste datum voor annulaties is **16 januari 2025**.

- **Maaltijden**

De cateringdienst verzorgt maaltijden vanaf woensdagavond **28 mei 2025** tot en met zaterdag **31 mei 2025**.

Ontbijt

- Ontbijt inbegrepen in de huisvesting.
- Ontbijt in de Special Olympic Village, voorbehouden mogelijk via het maaltijd formulier.

Lunchformule

- Voorbehouden via het maaltijd formulier.

Foodstands

- De foodstands in de Special Olympic Village, zijn van 's middags tot 's avonds open.

De tickets voor de bestelde maaltijden worden aan de clubs overhandigd:

- Tijdens de tweede clubvergadering op de stand logistiek;
- Na de tweede clubvergadering op het sportbureau: Van Der Meerschenlaan 166b, 1150 Brussel;
- Vanaf 28 mei kan je ze afhalen op het sportbureau, gelegen op de hoofdsite van de Spelen.
- Tijdens de spelen bij het sport bureau

Voor personen die op speciaal dieet staan (suikerziekte, hoge bloeddruk, enz.) moeten de clubs zelf de nodige maaltijden voorzien. De cateringdienst kan instaan voor bewaring en opwarming van deze maaltijden.

4.6 BETALING - BETALINGSMODALITEITEN

- **Facturatie**

De facturen worden opgemaakt op basis van de informatie die we ontvangen in Fase 1.

Als daarbij informatie ontbreekt om het correcte inschrijvingsgeld te bepalen, wordt onherroepelijk het hoogste inschrijvingsgeld aangerekend.

De facturen worden overgemaakt de **05 december 2024**. Wijzigingen aan de inschrijving uitgevoerd voor **24 maart 2025** geven recht op terugbetaling. Deze terugbetaling gebeurt na de Spelen.

Geen enkele wijziging - om welke reden dan ook - die na **24 maart 2025** gebeurt, geeft nog recht op terugbetaling van het inschrijvingsgeld.

- **Laattijdige betaling**

Bij laattijdige betaling wordt onherroepelijk een meerprijs van € 2,50 per persoon aangerekend.

- **Huisvesting: Annulering - Wijziging**

Als een annulering een weerslag heeft op huisvesting dient u deze aan de sector logistiek te melden via het specifieke formulier 'wijziging huisvesting'. Emailadres : lodging@specialolympics.be

Alle betalingen dienen uitgevoerd te worden op rekening:
Special Olympics Belgium VZW
Ondernemingsnummer: 0420.065.131
IBAN: BE92 2100 1301 4523
BIC : GEBABEBB

Gelieve pas te betalen na ontvangst van de factuur en bij betaling het referentienummer (clubnummer + factuurnummer) te vermelden.

4.7 VERZEKERING

De atleten en coaches zijn niet verzekerd door Special Olympics Belgium. De club is zelf verantwoordelijk om een verzekering af te sluiten die hun burgerlijke aansprakelijkheid en lichamelijke letsels dekt.

4.8 MEDISCHE VOORZIENINGEN

Gedurende de Nationale Spelen zal er een dokter aanwezig zijn.

Tevens worden op de verschillende sites voldoende posten van het Rode Kruis voorzien.

De medische dienst van de Nationale Spelen coördineert zijn acties met de dienst spoedgevallen van het dichtstbijzijnde ziekenhuis.

De bewaring van medicijnen kan gebeuren in de hoofdpost van het Rode Kruis.

De tussenkomsten van het Rode Kruis zijn gratis. Het transport met de ziekenwagen en alle zorgen verleend in het ziekenhuis zijn ten laste van de club. Het Rode Kruis verstrekt geen medicijnen.

5. TRAINING ATLETEN

De Nationale Spelen zijn niet alleen een feest voor de atleten, de coaches en de bezoekers maar in de eerste plaats een sportevenement.

Dit vraagt een kwalitatieve infrastructuur, een competente omkadering, precieze uurroosters, ... dus een uitstekende organisatie.

Voor de atleten kunnen de Nationale Spelen pas echt slagen als zij zich optimaal kunnen voorbereiden en volledig kunnen concentreren op hun trainingen.

Atleten voorbereiden is een werk van lange adem. Enkel regelmaat en kwaliteit kunnen hen helpen om het beste in zichzelf boven te halen. Special Olympics Belgium vraagt dan ook met aandrang aan de coaches deze taak niet te licht op te nemen.

Om deel te nemen aan de Nationale Spelen verwacht Special Olympics Belgium dat elke atleet zich engageert voor een minimum van 75 uur training. Dit lijkt ons een absoluut minimum om de atleet de nodige technische kennis en fysieke conditie bij te brengen om aan de wedstrijden deel te nemen.

Deze 75 uur mogen echter geen eindpunt zijn maar moeten een aanloop vormen naar permanente sportbeoefening.

6. QUOTABEPALING

Special Olympics Belgium kent voor elke club een totaalquota en een quota per sport toe.

Deze toekenning is gebaseerd op:

- De tijdig ingediende aanvraag van de club;
- Het aantal atleten dat wij maximaal per sport en in het totaal kunnen aanvaarden;
- Het aantal actieve leden binnen de club;
- Het correct naleven van de administratieve verplichtingen.

Aan een nieuwe club wordt een maximum totaalquota van 4 plaatsen toegekend afhankelijk van de beschikbaarheid.

7. LEEFTIJDSCATEGORIEËN

Om de juiste leeftijdscategorie van een atleet te bepalen, houdt u rekening met de geboortedatum van de atleet. Zie hiervoor de onderstaande tabel.

De leeftijd wordt berekend op de woensdag van de Nationale Spelen (28 mei 2025). Eens de categorie bepaald is, vindt u in de tabellen van elke sport de correcte informatie.

	CATEGORIE	LEEFTIJD	ATLETEN GEBOREN TUSSEN
Miniemen	1	8 – 11	08/05/2016 en 09/05/2012
Cadetten	2	12 – 15	08/05/2012 en 09/05/2008
Junioren	3	16 – 21	08/05/2008 en 09/05/2002
Senioren	4	22 – 29	08/05/2002 en 09/05/1994
Veteranen	5	30 en +	08/05/1994 en vroeger



8. TYPES VAN ACTIVITEITEN

Special Olympics Belgium wil aan elke atleet van om het even welk niveau de mogelijkheid bieden deel te nemen aan een fysieke activiteit die hem schikt.

De 4 types van activiteiten zijn in de tabel hierna opgesomd.

1. Sporten	Atletiek, basketbal, badminton, bocce, bowling, wielrennen, paardrijden, floorball, voetbal, artistieke en ritmische gymnastiek, hockey, judo, netbal, zwemmen, tennis, triatlon, tafeltennis <i>Unified sporten en sporten met Unified proeven:</i> Atletiek, netbal, voetbal, kajak, zeilen
2. Aangepaste Fysieke Activiteiten	Pre-competitieve activiteiten
3. Sportspelen	Ploeg- en aflossingssporten
4. Motorische Activiteiten	Activiteiten in ploegverband met of zonder hulp

De algemene kenmerken vanaf de hoogste behendigheidsgraad tot de laagste zijn de volgende:

- De eisen in verband met prestaties worden minder groot;
- Het reglement wordt minder streng en zijn toepassing is soepeler;
- Het materiaal wordt meer specifiek aangepast;
- Het aantal activiteiten neemt toe;
- De intensiteit van de activiteiten verlaagt;
- De begeleiding (vrijwilligers, coaches, ...) wordt belangrijker en specifiek;
- Het trainen gebeurt minder specifiek;
- De competitiegeest maakt meer plaats voor andere stimuli: deelneming, aanmoediging door vrijwilligers en coaches.

8.1. SPORTEN

De officiële sportreglementen van Special Olympics Belgium zijn van toepassing.

Deze reglementen zijn gebaseerd op de officiële reglementen van de Internationale Sportfederaties.

Deze sporten zijn toegankelijk voor atleten die notie hebben van sport.

Er worden voor bepaalde proeven minimumprestaties gevraagd.

De atleet dient notie te hebben van:

- De regels en de strategie zoals de aanval- of verdedigingstechnieken voor de ploegsporten;
- Het doseren van zijn krachtinspanning;
- Voor een wedstrijd zoals een sprint, kennis hebben van de start, de aankomst, zo snel mogelijk lopen, ...

Atleten die de 1ste, 2de of 3de plaats behalen ontvangen een gouden, zilveren of bronzen medaille. Vanaf de 4de tot en met de 8ste plaats ontvangen ze een aangepaste medaille. Bij uitsluiting is een deelnemingsmedaille voorzien. De series bestaan maximaal uit 8 atleten.

8.2. AANGEPASTE FYSIEKE ACTIVITEITEN

- Dit zijn “pre-competitieve” activiteiten.
- Ze kunnen als overgang tussen sporten en sportspelen beschouwd worden.
- Ze vragen een minimum aan technische bagage.
- De coach mag de atleet tijdens sommige proeven begeleiden maar volgt hierbij de richtlijnen van de manager.
- Het materiaal is aangepast.
- Diverse activiteiten worden aangeboden.
- Er wordt geen klassement opgemaakt. Elke atleet krijgt een medaille.
- De atleten nemen aan alle activiteiten (proeven) deel.

8.3. SPORTSPELEN

- Op het programma staat “spelen in ploegverband” met als doel de atleet te motiveren aan lichamelijke activiteiten deel te nemen.
- Er zijn enkel diverse groepsactiviteiten met een gemiddelde intensiteit voorzien.
- De groepen worden door de organisatie samengesteld.
- De doelstellingen en de motivatie van de activiteit moeten concreet zijn.
- Het is noodzakelijk voldoende en ervaren coaches te voorzien.
- Absolute veiligheid wat de keuze van het materiaal betreft, de begeleiding, het terrein enz. is noodzakelijk.
- Een meer intieme sfeer en ruimte zijn noodzakelijk. Lange verplaatsingen en uitsluiting worden vermeden.
- De coach mag de atleet tijdens de proef begeleiden zolang hij de richtlijnen van de manager naleeft.
- Er wordt geen klassement opgemaakt. Elke atleet ontvangt een medaille.

8.4. MOTORISCHE ACTIVITEITEN

Special Olympics Belgium beidt een programma van motorische activiteiten aan voor personen wiens mogelijkheden te beperkt zijn om deel te nemen aan de sporten, de aangepaste fysieke activiteiten of de sportspelen.

Er worden activiteiten georganiseerd in een intieme en veilige sfeer die een specifieke aanpassing en een speciale begeleiding vragen.

9. KEUZE VAN DE ACTIVITEIT

Elke proef heeft zijn eigen specifieke kenmerken en reglementering waaraan de atleet moet kunnen voldoen. De keuze van de activiteit (en de proef) moet volgens de individuele bekwaamheden van de atleet gebeuren.

Anderzijds zal de atleet, hierin bijgestaan door zijn trainer, progressief naar een hoger niveau trachten te groeien. Dit alles vraagt uiteraard veel werk en voorbereiding van de trainer die hier een zeer belangrijke rol vervult. De planning van de training, het systematisch werken, progressief verzwaren van de training, ... zullen noodzakelijk zijn, wil men op termijn resultaten bekomen.

Een atleet kan slechts voor één enkele activiteit of sport worden ingeschreven.

Voor een aantal sporten kiest u het juiste niveau. Voor andere sporten moet voor elke proef en/of voor alle onderdelen van een proef een prestatie opgegeven worden onder de vorm van tijden, afstanden of punten.

9.1. DE SPORTEN

- **Algemene informatie**

Elke atleet mag slechts aan één enkele sport deelnemen.

Het aantal proeven waaraan een atleet binnen deze sport mag deelnemen, is meestal maximaal drie.

Voor sporten waar dit aantal verschillend is of waar bijkomende voorwaarden gesteld worden, wordt dit bij de betreffende sport vermeld.

Op basis van de opgegeven prestatie worden de reeksen zo homogeen mogelijk samengesteld. Dit betekent dat - in de mate van het mogelijke - de prestaties van de atleten in dezelfde reeks niet meer dan 15% van elkaar verschillen.

- **20% - regel**

Deze regel is van toepassing voor:

- Alle proeven van atletiek en zwemmen;
- De totaal tijd van triatlon.

Toepassing:

Als tijdens de wedstrijd een atleet een prestatie levert die meer dan 20% beter is dan de opgegeven prestatie, wordt deze atleet uitgesloten. Hij/zij ontvangt dan een deelnemingsmedaille.

Om de atleet een mogelijke ontgoocheling te besparen, is het daarom van het allergrootste belang bij de inschrijving een realistische prestatie op te geven!

- **Aflossingen**

Voor de aflossingsproeven atletiek is enkel een ploeg bestaande uit 4 dames of 3 dames en 1 heer een damesploeg. Elke andere combinatie vormt een herenploeg.

De vereiste totaalprestatie van de ploeg is deze die overeenkomt met de "seks" van de ploeg. Voor elke deelnemende atleet van de ploeg dient de individuele prestatie opgegeven te worden. De oudste atleet in de ploeg bepaalt de leeftijdscategorie.

- **Unified aflossingen**

Een ploeg voor een Unified aflossing bestaat uit 2 atleten en 2 partners.

- **Partners**

Partners dienen te worden ingeschreven. Vermeld bij het inschrijven naast naam, voornaam, sekse, geboortedatum ook partner. Partners dienen een toestemmingsformulier te ondertekenen.

- **Ploegen**

Ken aan elke ploeg een ploegletter toe (A, B, ...), geef het niveau van de ploeg op en vermeld deze gegevens bij alle atleten van die ploeg.

- **Aantal deelnemers of ploegen per proef**

Indien er voor een proef minder dan drie deelnemers of ploegen ingeschreven zijn, maakt de organisatie in samenspraak met de clubverantwoordelijken een keuze uit volgende opties:

- De proef - alsook de medailletoekenning - gemengd te laten doorgaan; dames en heren samen.
- De deelnemer mag een andere proef kiezen voor zover aan de voorschriften voldaan is.

- **Gebruikte symbolen**

--- Deze proef is niet toegelaten voor een atleet van die leeftijdscategorie en/of sekse.
xxx Deze proef is toegelaten voor een atleet van die sekse en leeftijdscategorie. Er zijn geen eisen gesteld en u moet de te verwachten prestatie NIET opgeven.
xPx Deze proef is toegestaan voor een atleet van die sekse en leeftijdscategorie. Er zijn geen eisen gesteld maar u moet WEL de te verwachten prestatie opgeven bij Fase 2 van de inschrijving.

- **Prestatie**

Er zijn eisen gesteld (minimum of maximum) aan de toegelaten prestatie. U dient de te verwachten prestatie op te geven via de Fase 2

AT - ATLETIEK

Waar een prestatie vermeld is, betreft het:

- De maximaal toegelaten tijd voor de loopnummers;
- De minimaal te realiseren afstand voor de werp- en springnummers;
- Het minimaal totaal te behalen aantal punten voor pentatlon;
- **Respecteer bij het kiezen van de proeven de mogelijke combinaties op de volgende pagina!**
- Reglement en andere documenten: <https://special-olympics.be/nl/ons-werk/sport/>

PROEVEN	CODE	LEEFTIJDSCATEGORIE HEREN					LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES				
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
WANDELEN / LOPEN											
50m Wandelen	AT13	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
100m Wandelen	AT18	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	
400m Wandelen	AT19	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	
50m Lopen	AT14	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	
100m Lopen	AT20	---	22"	19"	22"	24"	---	23"	21"	23"	27"
200m Lopen	AT21	---	45"	40"	45"	49"	---	47"	43"	47"	55"
400m Lopen	AT22	---	1'35"	1'25"	1'35"	1'45"	---	1'45"	1'35"	1'45"	2'00"
800m Lopen	AT24	---	xPx	xPx	xPx	xPx	---	xPx	xPx	xPx	xPx
1500m Lopen	AT31	---	7'30"	7'00"	7'00"	8'00"	---	9'00"	8'30"	8'30"	9'30"
400m Lopen-Wandelen	AT10	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
1500m Lopen-Wandelen	AT15	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
5000m Lopen	AT32	---	---	30'00"	30'00"	30'00"	---	---	35'00"	35'00"	35'00"
AFLOSSINGEN											
4 x 100m*	AT23	---	---	1'35"	---	---	---	---	1'40"	---	---
4 x 200m*	AT30	---	---	3'14"	---	---	---	---	3'24"	---	---
WERP- EN SPRINGNUMMERS											
Staan de Vertesprong	AT16	60cm	60cm	70cm	60cm	50cm	55cm	55cm	65cm	55cm	45cm
Verspringen	AT25	1m00	1m00	1m00	1m00	1m00	1m00	1m00	1m00	1m00	1m00
Verspringen internationaal	AT26	1m50	1m50	1m50	1m50	1m50	1m50	1m50	1m50	1m50	1m50
Hoogspringen	AT27	0m90	0m90	0m90	0m90	0m90	---	---	---	---	---
Softbalwerpen	AT17	5m50	5m50	5m50	5m50	5m00	5m00	5m00	5m00	5m00	4m50
Kogelstoten 4kg	AT28	---	---	2m00	2m00	2m00	---	---	---	---	---
Kogelstoten 3kg	AT29	---	xPx	---	---	---	---	---	2m00	2m00	2m00
Kogelstoten 2kg	AT33	---	---	---	---	---	---	xPx	---	---	---
Mini speerwerpen 300g	AT34	xPx	xPx	---	---	---	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
Mini speerwerpen 400g	AT35	---	---	xPx	xPx	xPx	---	---	---	---	---
PENTATLON	AT40	---	---	900	900	900	---	---	800	800	800
100m Lopen	AT41	---	---	xPx	xPx	xPx	---	---	xPx	xPx	xPx
Verspringen	AT42	---	---	xPx	xPx	xPx	---	---	xPx	xPx	xPx
Kogelstoten	AT43	---	---	xPx	xPx	xPx	---	---	xPx	xPx	xPx
Hoogspringen	AT44	---	---	xPx	xPx	xPx	---	---	xPx	xPx	xPx
800m Lopen	AT45	---	---	xPx	xPx	xPx	---	---	xPx	xPx	xPx
ROLSTOELGEBRUIKERS											
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
Kogelstoten 2kg	AT54	---	xPx	xPx	xPx	xPx	---	xPx	xPx	xPx	xPx
UNIFIED PROEVEN											
4x100m*	ATU1	---	---	1'35"	---	---	---	---	1'40"	---	---
4x200m*	ATU5	---	---	3'14"	---	---	---	---	3'24"	---	---
1500m Lopen-Wandelen	ATU2	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
1500m Lopen	ATU3	---	xPx	xPx	xPx	xPx	---	xPx	xPx	xPx	xPx
5000m Lopen	ATU4	---	---	xPx	xPx	xPx	---	---	xPx	xPx	xPx

--- Niet toegelaten

xPx Toegelaten/ te verwachten prestatie WEL opgeven

* 3 H + 1 D = Heren / 2 H + 2 D = Heren / 1H + 3 D = Dames



MOGELIJKE COMBINATIES

Van de drie maximaal toegelaten proeven mogen er **maximaal 2 op de piste** plaatsvinden en dient u binnen dezelfde cijfer- en lettercombinatie te blijven. Bv. 2b. Indien er een «of» vermeld staat, kiest u voor 1 van de 2 vermelde proeven, **nooit** beiden.

COMBINATIES	PROEVEN OP DE PISTE	SPRONGEN / WERPEN	
COMBINATIE 1	A 50m Lopen	Staande Vertesprong Softbalwerpen	
	B 50m Wandelen 100m Wandelen	Softbalwerpen	
	C 50m Lopen 1500m Lopen - Wandelen 1500m Unified Lopen - Wandelen	Staande Vertesprong Softbalwerpen	
	D 50m Wandelen 100m Wandelen	Staande Vertesprong	
	E 100m Wandelen 400m Wandelen 400m Lopen - Wandelen	Staande Vertesprong Softbalwerpen	
	COMBINATIE 2	A 100m Lopen en 200m Lopen of aflossing 4x200m	Mini speerwerpen 300g, 400g of Verspringen of Verspringen internationaal
B 100m Lopen of 200m Lopen of aflossing 4x200m		Kogelstoten 4kg, Kogelstoten 3kg Kogelstoten 2kg Verspringen of Verspringen internationaal	
C 200m Lopen of aflossing 4x200m		Verspringen of Verspringen internationaal Hoogspringen	
D 100m Lopen Aflossing 4x100m		Verspringen of Verspringen internationaal	
E 200m Lopen of Aflossing 4x200m en 400m Lopen		Kogelstoten 4kg Kogelstoten 3kg Kogelstoten 2kg	
F 800m Lopen 1500m Lopen		Verspringen of Verspringen internationaal Hoogspringen	
G 400m Lopen 800m Lopen		Mini speerwerpen 300g, 400g of Hoogspringen	
H 800m Lopen		Mini speerwerpen 300g, 400g of Verspringen of Verspringen internationaal	
COMBINATIE 3		A Aflossing 4x100m Unified of Aflossing 4x200m Unified	Verspringen of Verspringen internationaal
		B 1500m Unified Lopen 1500m Lopen 5000m Lopen of 1500m Unified Lopen 5000m Unified Lopen	Verspringen of Verspringen internationaal
	C 5000m Lopen Aflossing 4x100m of Aflossing 4x200m Unified 1500m Unified Lopen 5000m Unified Lopen	Kogelstoten 4kg Kogelstoten 3kg Kogelstoten 2kg Verspringen of Verspringen internationaal	
	D 1500m Lopen Aflossing 4x100m of Aflossing 4x200m Unified	Verspringen of Verspringen internationaal	
	COMBINATIE 4 Pentatlon (alle proeven verplicht)	Verspringen Kogelstoten Hoogspringen	
COMBINATIE 5 Rolstoelgebruikers	Slalom 30m 100m Lopen 400m Lopen	Kogelstoten 2kg	

BB - BASKETBAL

PROEVEN

LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES EN HEREN

	1	2	3	4	5
WEDSTRIJDEN 5-5					
Beginner (Low)	---	xxx	xxx	xxx	xxx
Ingewijde (Intermediate)	---	xxx	xxx	xxx	xxx
Gevorderde (High)	---	xxx	xxx	xxx	xxx

--- Niet toegelaten

xxx Toegelaten / te verwachten prestatie NIET opgeven

Elke ploeg bestaat uit minimaal 7 en maximaal 10 spelers.

Tijdens de Nationale Spelen wordt het definitieve niveau van een ploeg bepaald door middel van het Swiss Ladder System.

Er wordt geen rekening gehouden met de leeftijdscategorie of de sekse van de atleten om de poules samen te stellen.

Reglement en andere documenten: <https://special-olympics.be/nl/ons-werk/sport/>



BD - BADMINTON

PROEVEN

LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES EN HEREN

	1	2	3	4	5
INDIVIDUEEL					
Beginner (Low)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Ingewijde (Intermediate)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Gevorderde (High)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
DUBBEL					
Beginner (Low)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Ingewijde (Intermediate)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Gevorderde (High)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

xxx Toegelaten / te verwachten prestatie NIET opgeven

Een atleet kan slechts aan één proef deelnemen.

Om het niveau van een atleet te bepalen, maakt u gebruik van de skills.

Bij het dubbel kan de competitie gemengd of per sekse gespeeld worden (herendubbel - damesdubbel). Deze beslissing wordt door de manager, afhankelijk van het aantal ploegen, genomen.

Reglement en andere documenten : <https://special-olympics.be/nl/ons-werk/sport/>



BO - BOCCE

PROEVEN

LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES EN HEREN

	1	2	3	4	5
INDIVIDUEEL					
Beginner (Low)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Ingewijde (Intermediate)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Gevorderde (High)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
DUBBEL (gemengd)					
Beginner (Low)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Ingewijde (Intermediate)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Gevorderde (High)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

xxx Toegelaten / te verwachten prestatie NIET opgeven

Een atleet kan zich slechts voor één enkele proef inschrijven.

Om het niveau van een atleet te bepalen, maakt men gebruik van divisioning. Dit zijn testwedstrijden die plaatsvinden op donderdagvoormiddag waarna de atleten in homogene reeksen worden geplaatst.

Reglement en andere documenten: <https://special-olympics.be/nl/ons-werk/sport/>



BW - BOWLING

PROEVEN

LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES EN HEREN

	1	2	3	4	5
INDIVIDUEEL					
Bowling	---	xxx	xxx	xxx	xxx
Rolstoelatleten en atleten met ramp	---	xxx	xxx	xxx	xxx

--- Niet toegelaten

xxx Toegelaten / te verwachten prestatie NIET opgeven

Een atleet kan zich slechts voor één enkele proef inschrijven.

De atleten moeten een gemiddelde van 40 kegels behalen om te mogen deelnemen.

Scorebladen:

Met duidelijke vermelding van naam en voornaam van de atleet en over 9 games - en de overzichtstabel dient u uiterlijk **16 januari 2025** aan het sportbureau te bezorgen. De 9 games dienen op minstens 3 verschillende data na de Nationale Spelen van het jaar ervoor gespeeld te worden met een maximum van 3 games per speeldag.

Voor het samenstellen van de categorieën houden we eveneens rekening met de behaalde resultaten van de voorgaande Nationale Spelen.

Rolstoelatleet:

Voor elke ingeschreven atleet dient u een coach te voorzien.

Gebruik van de ramp:

De atleet dient een medisch attest te bezorgen waaruit blijkt dat het gebruik van de ramp noodzakelijk is. De atleet dient zelf de ramp te oriënteren en de bowlingbal te duwen.

Reglement en andere documenten: <https://special-olympics.be/nl/ons-werk/sport/>



CY - WIELRENNEN

PROEVEN

LEEFTIJDSCATEGORIE HEREN

LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES

PROEVEN	LEEFTIJDSCATEGORIE HEREN					LEEFTIJDSCATEGORIE 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"	---	---	---	---	---
DRIEWIELERS										
500m	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
1km	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx

Niet toegelaten

xPx

Toegelaten/ te verwachten prestatie WEL opgeven

Alle atleten die inschrijven voor wielrennen zijn verplicht deel te nemen aan de testwedstrijden (divisioning) die plaatsvinden op donderdagvoormiddag.

De finale wedstrijden, waarvoor de reeksindeling gebeurt op basis van de tijden van de testwedstrijden (divisioning), vinden plaats op donderdagnamiddag, vrijdagnamiddag en zaterdag van de Spelen.

Een atleet mag zich voor maximaal 3 proeven inschrijven.

Reglement en andere documenten: <https://special-olympics.be/nl/ons-werk/sport/>



EQ - PAARDRIJDEN

PROEVEN

LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES EN HEREN

	1	2	3	4	5
Stap voor beginners	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Stap	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Draf 1	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Draf 2	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Galop 1	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Galop 2	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Gymkana	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

xxx Toegelaten / te verwachten prestatie NIET opgeven

Proeven:

Een atleet mag slechts aan één enkele dressuurproef deelnemen. De inhoud van alle proeven staat beschreven op de website.

Gymkana:

Om hier aan deel te nemen, dient een atleet ook in te schrijven voor een dressuurproef. Afhankelijk van de keuze van de dressuurproef, zal de atleet in de daarbij aansluitende gymkanaproef kunnen ingeschreven worden. De beschrijving van de gymkana staat op de website.

Paarden:

De atleet mag met zijn eigen paard komen. U dient dit duidelijk te vermelden op het formulier van paardrijden. Vermeld op dit formulier eveneens of het paard door andere atleten mag gebruikt worden. Het is mogelijk om ter plaatse een box te huren voor de 3 dagen (zie 4.4.).

Reglement en andere documenten: <https://special-olympics.be/nl/ons-werk/sport/>



FL - FLOORBALL

PROEVEN

LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES EN HEREN

	1	2	3	4	5
WEDSTRIJDEN (6x6)					
Beginner (Low)	---	xxx	xxx	xxx	xxx
Ingewijde (Intermediate)	---	xxx	xxx	xxx	xxx
Gevorderde (High)	---	xxx	xxx	xxx	xxx

SKILLS

TOTAAL	1	2	3	4	5
Dribbel	---	xPx	xPx	xPx	xPx
Nauwkeurig schieten op doel	---	xPx	xPx	xPx	xPx
Schieten op doel	---	xPx	xPx	xPx	xPx
Passen en ontvangen	---	xPx	xPx	xPx	xPx

--- Niet toegelaten

xPx Toegelaten / te verwachten prestatie WEL opgeven

xxx Toegelaten / te verwachten prestatie NIET opgeven

Skills:

- SOB floorball skills: <https://special-olympics.be/nl/ons-werk/sport/>
- Elke atleet dient aan alle individuele skills deel te nemen;

Wedstrijden 6x6:

- Elke ploeg bestaat uit minimaal 7 en maximaal 10 spelers;
- Bij de inschrijving in Fase 2 vermeldt u het correcte niveau;
- Het niveau van een ploeg wordt definitief vastgelegd na afleggen van de skills en de testwedstrijden op de donderdag van de Nationale Spelen.

Kledij en materiaal:

- De club is verplicht om zijn eigen materiaal te voorzien en te gebruiken tijdens de Nationale Spelen;
- SOB voorziet geen materiaal en kledij voor de clubs.

Reglement en andere documenten: <https://special-olympics.be/nl/ons-werk/sport/>



FO - VOETBAL & FU - UNIFIED VOETBAL

PROEVEN

LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES EN HEREN

	1	2*	3	4	5
WESTRIJDEN 8-8					
Beginner (Low)	---	xxx	xxx	xxx	xxx
Ingewijde (Intermediate)	---	xxx	xxx	xxx	xxx
Gevorderde (High)	---	xxx	xxx	xxx	xxx
Gevorderde (High +)	---	xxx	xxx	xxx	xxx
UNIFIED WESTRIJDEN 8-8					
Ingewijde (Intermediate)	---	xxx	xxx	xxx	xxx
Gevorderde (High)	---	xxx	xxx	xxx	xxx
Gevorderde (High +)	---	xxx	xxx	xxx	xxx

--- Niet toegelaten

xxx Toegelaten / te verwachten prestatie NIET opgeven

* Categorie 2 wordt toegelaten op verantwoordelijkheid van de club.

Elke ploeg bestaat uit minimaal 10 en maximaal 12 spelers.
Een Unified ploeg van 10 spelers bevat maximum 4 partners.
Een Unified ploeg van 11 of 12 spelers bevat maximum 5 partners.

Een team mag tijdens de competitie met maximaal acht en minimaal vijf spelers spelen.

Mogelijke verdelingen bij Unified wedstrijden zijn:

- 5 atleten en 3 partners
- 4 atleten en 3 partners
- 4 atleten en 2 partners
- 3 atleten en 2 partners

Het niveau van een ploeg wordt definitief vastgelegd na de divisioning op donderdag van de Nationale Spelen.

Er wordt geen rekening gehouden met de leeftijdscategorie van de atleten om de poules samen te stellen.
Hierdoor bestaat de mogelijkheid dat jongere atleten (12-16 jaar) zullen moeten concurreren tegen volwassen atleten.
De coach van een ploeg mag zelf niet als partner deelnemen aan de Unified-wedstrijden.

Een atleet kan niet tegelijk inschrijven voor de gewone competitie (FO) en de Unified competitie (FU).

Reglement en andere documenten: <https://special-olympics.be/nl/ons-werk/sport/>



GYMNASTIEK

AG - ARTISTIEKE GYMNASTIEK

Een atleet die deelneemt aan artistieke gymnastiek kan NIET deelnemen aan ritmische gymnastiek.

De atleet neemt deel aan de toestellen naar keuze binnen éénzelfde niveau. Om in aanmerking te komen voor het allround klassement, dient de atleet deel te nemen aan alle toestellen binnen éénzelfde niveau.

Niveau B: Opgelegde oefeningen voor gymnasten met ambulante problemen, etc., maar die te ver gevorderd zijn voor aangepaste fysieke activiteiten.

Niveau C: Opgelegde oefeningen voor gymnasten die niet in staat zijn oefeningen op niveau 1 uit te voeren. De atleet dient verplicht aan alle oefeningen deel te nemen.

Reglement en meer informatie over de elementen en routines met video:

<https://special-olympics.be/nl/ons-werk/sport/>

OEFENINGEN	LEEFTIJDSCATEGORIE HEREN					LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
ALLROUND KLASSEMENT: NIVEAU 1 (Low) - NIVEAU 2 (Intermediate) - NIVEAU 3 (High) - NIVEAU 4 (High+)										
Grond oefening	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Sprongen	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Brug met gelijke leggers	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
Brug met ongelijke leggers	---	---	---	---	---	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Balk	---	---	---	---	---	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Paard met bogen	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
Rekstok	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
Ringen	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---

NIVEAU B - NIVEAU C

Grond oefening	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Sprongen	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Brug met ongelijke leggers	---	---	---	---	---	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Balk	---	---	---	---	---	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Paard met bogen	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
Rekstok	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---

--- Niet toegelaten

xxx Toegelaten / te verwachten prestatie NIET opgeven



GYMNASTIEK

RG - RITMISCHE GYMNASTIEK

NIEUWE ROUTINES VOOR 2025

Een atleet die deelneemt aan ritmische gymnastiek kan NIET deelnemen aan artistieke gymnastiek.

Niveau 1 – 2 - 3

De atleet neemt deel aan de tuigen naar keuze binnen éénzelfde niveau.

Om in aanmerking te komen voor het **allround klassement**, dient de atleet deel te nemen aan 4 tuigen binnen éénzelfde niveau. 3 tuigen zijn opgelegd. Het 4^{de} tuig moet gekozen worden tussen 2 tuigen (zie tuigen in het rood). Uitzondering voor niveau 1 heren: de 4 tuigen zijn opgelegd.

Alle vrouwelijke atleten nemen deel aan een vloeroefening. Deze wordt beoordeeld maar geeft geen recht op een medaille.

Niveau C

De atleet neemt deel aan 3 gekozen tuigen. Er is geen allround klassement.

Alle vrouwelijke atleten nemen deel aan een vloeroefening. Deze wordt beoordeeld maar geeft geen recht op een medaille.

Reglement en meer informatie over de elementen en routines met video:

<https://resources.specialolympics.org/sports-essentials/sports-and-coaching/gymnastics/rhythmic-gymnastics>

OEFENINGEN	LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES					LEEFTIJDSCATEGORIE HEREN				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
NIVEAU 1 (Low)										
Touw	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Bal	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
Lint	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
Hoepel	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
Kegel	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Stok	---	---	---	---	---	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Ringen	---	---	---	---	---	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
NIVEAU 2 (Intermediate)										
Hoepel	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
Kegel	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
Lint	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
Touw	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
Bal	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
NIVEAU 3 (High)										
Touw	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
Bal	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
Kegel	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
Hoepel	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
Lint	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
NIVEAU C (Low-)										
Touw	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Hoepel	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
Bal	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
Kegel	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Lint	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	---	---	---	---	---
Stok	---	---	---	---	---	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Ringen	---	---	---	---	---	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

--- Niet toegelaten

xxx Toegelaten / te verwachten prestatie NIET opgeven

HO - HOCKEY

PROEVEN

LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES EN HEREN

	1	2*	3	4	5
WESTRIJDEN 6-6					
Beginner (Low)	---	xxx	xxx	xxx	xxx
Ingewijde (Intermediate)	---	xxx	xxx	xxx	xxx
Gevorderde (High)	---	xxx	xxx	xxx	xxx

--- Niet toegelaten

xxx Toegelaten / te verwachten prestatie NIET opgeven

* Categorie 2 wordt toegelaten op verantwoordelijkheid van de club.

Wedstrijden 6-6:

- Elke ploeg bestaat uit minimaal 8 en maximaal 10 spelers;
- Bij de inschrijving in Fase 2 vermeldt u het correcte niveau;
- Het niveau van een ploeg wordt definitief vastgelegd na de divisioning op de Nationale Spelen.

Kledij en materiaal:

- De club is verplicht om zijn eigen materiaal te voorzien en te gebruiken tijdens de Nationale Spelen;
- SOB voorziet geen materiaal en kledij voor de clubs.

Reglement en andere documenten: <https://special-olympics.be/nl/ons-werk/sport/>



JU - JUDO

LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES EN HEREN

NIVEAUS	1	2	3	4	5
Beginner -	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Beginner +	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Ingewijde	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Gevorderde -	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Gevorderde +	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

xxx Toegelaten / te verwachten prestatie NIET opgeven

Judo gaat door op **donderdag en vrijdag**.

Om het niveau definitief vast te stellen, zullen op donderdag de skills en een weging doorgaan. De finale wedstrijden gaan door op vrijdag.

Reglement en andere documenten: <https://special-olympics.be/nl/ons-werk/sport/>



KA - KAJAK

LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES EN HEREN

	1	2	3	4	5
INDIVIDUEEL					
200m Single Touring Kayak	---	xPx	xPx	xPx	xPx
200m Single Professional Kayak	---	xPx	xPx	xPx	xPx
DUBBEL					
200m Double Touring Kayak	---	xPx	xPx	xPx	xPx
200m Double Professional Kayak	---	xPx	xPx	xPx	xPx
UNIFIED					
200m Double Touring Kayak	---	xPx	xPx	xPx	xPx
200m Double Professional Kayak	---	xPx	xPx	xPx	xPx
PENDULUM RELAY					
K1 + K2 Unified + K1	---	xPx	xPx	xPx	xPx

xPx Toegelaten/ te verwachten prestatie WEL opgeven

Een 'Unified-ploeg' dient samengesteld te zijn uit één atleet en één partner van hetzelfde niveau.

Atleten moeten 25 meter kunnen zwemmen.

Reglement: <https://special-olympics.be/nl/ons-werk/sport/>



NB - NETBAL

PROEVEN

LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES EN HEREN

	1	2	3	4	5
Beginner (Low)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Ingewijde (Intermediate)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Gevorderde (High)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

xxx Toegelaten / te verwachten prestatie NIET opgeven

Wedstrijden 6-6:

elke ploeg bestaat minimaal uit 8 en maximaal uit 10 spelers.

Voor de proef beginner (low) dient er een coach verplicht aan de wedstrijden deel te nemen. U dient deze als een Unified partner in te schrijven en hij/zij telt mee voor het bepalen van het aantal spelers.

Indien een ploeg zich inschrijft voor de proef beginner (low) en tijdens de divisioning blijkt dat die ploeg een hoger niveau haalt, kan de manager in samenspraak met de scheidsrechters de ploeg in een hoger niveau indelen. Omgekeerd, naar een lager niveau is ook mogelijk.

Er wordt geen rekening gehouden met de leeftijdscategorie of de sekse van de atleten om de reeksen samen te stellen.

Reglement en andere documenten: <https://special-olympics.be/nl/ons-werk/sport/>



AQ - ZWEMMEN

PROEVEN	CODE	LEEFTIJDSCATEGORIE HEREN					LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES				
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
MET ASSISTENTIE (= met persoonlijke assistentie en eventueel een drijfmiddel)											
25m borstligging	AQ65	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
25m rugligging	AQ66	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
50m borstligging	AQ67	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
50m rugligging	AQ68	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
MET HULPMIDDEL (= enkel en alleen met een drijfmiddel)											
25m borstligging	AQ75	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
25m rugligging	AQ76	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
50m borstligging	AQ77	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
50m rugligging	AQ78	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
BORST-/RUGLIGGING											
25m borstligging*	AQ55	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
25m rugligging*	AQ56	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
50m borstligging*	AQ57	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
50m rugligging*	AQ58	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
PROEVEN											
25m vrije slag	AQ91	50"	45"	45"	45"	50"	55"	50"	50"	55"	1'00
25m schoolslag	AQ14	1'00	55"	50"	55"	1'00	1'05	55"	55"	1'00	1'10
25m rugslag	AQ24	1'05	1'00	55"	55"	1'05	1'15	1'05	1'00	1'10	1'15
25m vlinderslag	AQ34	1'10	1'05	1'00	1'05	1'10	1'15	1'15	1'15	1'15	1'20
25m schoolslag Internationaal	AQ44	55"	50"	50"	50"	55"	1'00	55"	55"	1'00	1'05
50m vrije slag	AQ92	1'50	1'40	1'40	1'40	1'55	1'55	1'50	1'50	1'55	2'00
50m schoolslag	AQ15	2'10	1'50	1'50	1'55	2'10	2'15	2'00	2'00	2'10	2'25
50m rugslag	AQ25	2'15	2'10	1'55	1'55	2'15	2'20	2'15	2'10	2'15	2'35
50m vlinderslag	AQ35	2'25	2'15	2'10	2'10	2'25	2'40	2'35	2'35	2'40	2'50
50m schoolslag Internationaal	AQ45	1'50	1'40	1'40	1'40	1'55	2'00	1'50	1'50	1'55	2'10
100m vrije slag	AQ93	---	3'00	3'00	3'00	3'15	---	3'15	3'15	3'30	3'45
100m schoolslag	AQ16	---	3'15	3'15	3'30	4'00	---	3'30	3'30	4'00	4'30
100m schoolslag Internationaal	AQ46	---	3'00	3'00	3'00	3'15	---	3'15	3'15	3'30	3'45
200m vrije slag	AQ97	---	6'30	6'30	6'30	7'00	---	7'00	7'00	7'30	7'45
400m vrije slag	AQ94	---	14'00	14'00	14'00	14'30	---	14'30	14'30	15'30	16'00
4x25m vrije slag	AQ95	xPx					xPx				

--- Niet toegelaten

xPx Toegelaten/ te verwachten prestatie WEL opgeven

* Atleten die veel tijd of extra stimulansen nodig hebben om in het water te gaan, schrijf hen in bij borst-/ rugligging met assistentie, dan kan zijn/haar coach hen meehelpen om te water te gaan.

Een atleet mag zich voor maximaal 3 proeven inschrijven. Voor de aflossingsproef zijn gemengde ploegen toegelaten. U dient voor deze proeven de totaaltijd van de ploeg op te geven. **Respecteer bij het kiezen van de proeven de mogelijke combinaties!**

De proeven borstligging en rugligging zijn bestemd voor de atleten die de limiettijd van de overeenstemmende proef vrije slag of rugslag niet behalen. Atleten ingeschreven voor proeven 'internationale' schoolslag moeten in staat zijn het reglement strikt toe te passen. Enkel deze atleten zullen kunnen deelnemen aan internationale wedstrijden voor schoolslagproeven.

Reglement en andere documenten: <https://special-olympics.be/nl/ons-werk/sport/>



MOGELIJKE COMBINATIES

De atleet dient zijn proeven (maximum 3) te kiezen binnen **een enkele** van de onderstaande combinaties.

COMBINATIES	PROEVEN
COMBINATIE 1	AQ65: 25m borstligging met assistentie AQ66: 25m rugligging met assistentie AQ67: 50m borstligging met assistentie AQ68: 50m rugligging met assistentie
COMBINATIE 2	AQ75: 25m borstligging met hulpmiddel AQ76: 25m rugligging met hulpmiddel AQ77: 50m borstligging met hulpmiddel AQ78: 50m rugligging met hulpmiddel
COMBINATIE 3	AQ55: 25m borstligging AQ56: 25m rugligging AQ57: 50m borstligging AQ58: 50m rugligging
COMBINATIE 4	AQ91: 25m vrije slag AQ14: 25m schoolslag AQ24: 25m rugslag AQ34: 25m vlinderslag AQ92: 50m vrije slag AQ15: 50m schoolslag AQ25: 50m rugslag AQ35: 50m vlinderslag AQ95: 4 x 25m vrije slag
COMBINATIE 5	AQ34: 25m vlinderslag AQ92: 50m vrije slag AQ15: 50m schoolslag AQ25: 50m rugslag AQ35: 50m vlinderslag AQ93: 100m vrije slag AQ16: 100m schoolslag AQ97: 200m vrije slag AQ94: 400m vrije slag AQ95: 4 x 25m vrije slag
COMBINATIE 6	AQ34: 25m vlinderslag AQ44: 25m schoolslag Internationaal AQ45: 50m schoolslag Internationaal AQ46: 100m schoolslag Internationaal AQ92: 50m vrije slag AQ25: 50m rugslag AQ35: 50m vlinderslag AQ93: 100m vrije slag AQ97: 200m vrije slag AQ94: 400m vrije slag AQ95: 4 x 25m vrije slag

TE - TENNIS

PROEVEN

LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES EN HEREN

	1	2	3	4	5
INDIVIDUEEL					
Beginner (Low)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Ingewijde (Intermediate)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Gevorderde (High)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

xxx Toegelaten / te verwachten prestatie NIET opgeven

Om het niveau van een atleet te bepalen, maakt u gebruik van de skills.

Reglement en andere documenten: <https://special-olympics.be/nl/ons-werk/sport/>



TR - TRIATLON

PROEVEN

LEEFTIJDSCATEGORIE HEREN

LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES

PROEVEN	LEEFTIJDSCATEGORIE HEREN					LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
TRIATLON 3 DAGEN	---	---	1:10'00"00			---	---	1:15'00"00		
250m zwemmen	---	---	xxx			---	---	xxx		
10km fietsen	---	---	xxx			---	---	xxx		
3km lopen	---	---	xxx			---	---	xxx		

--- Niet toegelaten

xxx Toegelaten / te verwachten prestatie NIET opgeven

Bij inschrijving dient de tijd van de proeven opgegeven te worden alsook de totale tijd. Deze tijd mag de vereiste maximumtotaaltijd niet overschrijden (zie SOB triatlon reglement).

De drie proeven worden als volgt gepland:

- Dag 1: zwemmen;
- Dag 2: fietsen;
- Dag 3: lopen.

Reglement en andere documenten: <https://special-olympics.be/nl/ons-werk/sport/>



TT-TAFELTENNIS

PROEVEN

LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES EN HEREN

	1	2	3	4	5
INDIVIDUEEL					
Beginner (Low)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Ingewijde (Intermediate)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Gevorderde (High)	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

xxx Toegelaten / te verwachten prestatie NIET opgeven

Om het niveau van een atleet te bepalen, maakt u gebruik van de skills.

Reglement en andere documenten: <https://special-olympics.be/nl/ons-werk/sport/>



US - UNIFIED SAILING

PROEVEN

LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES EN HEREN

	1	2	3	4	5
Unified Sailing – Level 3	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

xxx Toegelaten / te verwachten prestatie NIET opgeven

Donderdag: Divisioning

Vrijdag: 3 races per divisie

Zaterdag: Competitie

Er wordt gezeild in een Laser Bahia met 2 atleten en 1 Unified Partner.

Atleten moeten 25 meter kunnen zwemmen en zeilervaring hebben.
De Unified Partner moet een ervaren zeiler zijn met wedstrijdervaring .

Atleten: Atleten zeilen volledig zelf.

Unified Partners: UP's mogen enkel verbaal coachen op de boot. De Unified Partner bepaalt de tactiek en mag zijn gewicht gebruiken. De handelingen worden enkel gedaan door de 2 atleten, zo niet wordt het team gediskwalificeerd voor die race. Enkel in nood mag de UP ingrijpen om een aanvaring te vermijden.

De coaches: coaches mogen niet mee het water op en dienen aan de kant/steiger te blijven staan tijdens de races. Indien een UP door een reden niet meer kan deelnemen, mag de coach de volgende wedstrijden overpakken zodat alle teams kunnen blijven zeilen.



9.2 APA - AANGEPASTE FYSIEKE ACTIVITEITEN

PROEVEN

LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES EN HEREN

	1	2	3	4	5
APA	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Staande hoogtesprong	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Unihockey omloop	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Hindernissenloop	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Evenwicht en behendigheid	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Petanquebalwerpen	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
Sprint - snelheid	xPx	xPx	xPx	xPx	xPx
Kegelvoetbal	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

xxx Toegelaten / te verwachten prestatie NIET opgeven
xPx toegelaten / te verwachten prestatie WEL opgeven

De ingeschreven atleten dienen aan ALLE deelproeven deel te nemen.

Reglement en andere documenten: <https://special-olympics.be/nl/ons-werk/sport/>

9.3 SG - SPORTSPELEN

PROEVEN

LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES EN HEREN

	1	2	3	4	5
SG	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

xxx Toegelaten / te verwachten prestatie NIET opgeven

De sportspelen bestaan uit aflossingsproeven, behendigheidspoeven en spelen in ploegverband. Elke ingeschreven atleet dient aan ALLE deelproeven deel te nemen. Alle proeven gaan door tijdens de eerste en tweede dag van de Spelen.

Reglement en andere documenten: <https://special-olympics.be/nl/ons-werk/sport/>

9.4 MA - MOTORISCHE ACTIVITEITEN

PROEVEN

LEEFTIJDSCATEGORIE DAMES EN HEREN

	1	2	3	4	5
MA	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx

xxx Toegelaten / te verwachten prestatie NIET opgeven

De motorische activiteiten hebben plaats op de derde dag van de Spelen.

Reglement en andere documenten: <https://special-olympics.be/nl/ons-werk/sport/>

10. ANIMATIE

Special Olympics Belgium stelt een volledig animatieprogramma voor met muziek, dans, zang, clowns, robots en nog veel meer activiteiten die zowel de atleten als het publiek aanspreken.

Indien u op het programma wil staan met een groep artiesten en zodoende bekendheid wil verwerven, aarzel dan niet en neem contact op met het Animatie-team via animation@specialolympics.be.

Wij zijn benieuwd naar jullie projecten en verwachten deze **uiterlijk op 24 maart 2025**.

Er is plaats zowel op het podium als ernaast of we kunnen voor jullie ook een standje reserveren (voor bijvoorbeeld spelletjes die jullie voorstellen).

Wij hopen alvast jullie naam op het programma te kunnen vermelden.



11. HEALTHY ATHLETES PROGRAM - HAP

Het Special Olympics Healthy Athletes program (HAP), heeft als doel de lichamelijke gezondheid en de fysieke conditie van de atleten te evalueren. Het omvat verschillende (para-)medische onderzoeken die geheel vrijblijvend en gratis aangeboden worden. De atleet krijgt gericht advies en wordt indien nodig doorverwezen naar een specialist voor verdere opvolging. Na elke evaluatie krijgen de atleten bovendien een leuk cadeautje mee als dank voor hun deelname.

De resultaten geven de atleten een beeld van hun fysieke conditie en verschaffen de onderzoekers, professionals en studenten uit Belgische universiteiten en hogescholen, informatie over de gezondheidstoestand en noden van atleten met een verstandelijke beperking.

Om deel te nemen aan het HAP-programma moeten alle atleten het benodigde toestemmingsformulier invullen (zie "Inschrijvingsprocedure: fase 2", p9).

Het Healthy Athletes Program in België bestaat uit volgende 8 disciplines:



FIT FEET

Onderzoek van de voeten.



HEALTHY BODY

Osteopatisch onderzoek dat alle lichaamsstructuren op de juiste positie en correcte functie controleert.



HEALTH PROMOTION

Educatief screeningsprogramma rond gezonde voeding en beweging.



FUN FITNESS

Onderzoek van de flexibiliteit, uithouding, kracht en evenwicht.



HEALTHY HEARING

Onderzoek van de oren en het gehoor.



OPENING EYES

Onderzoek van de ogen. Als hun zicht dit vereist, wordt er kosteloos een bril aangeboden.



SPECIAL SMILES

Onderzoek van de mond, waarbij de nadruk gelegd wordt op een globale evaluatie van de mondgezondheid gekoppeld aan een individueel preventieadvies.



DIABETES PREVENTION

Bepalen van het risico op diabetes type 2





GAZET VAN ANTWERPEN



TOYOTA



Kiwanis



astrea



delaware



eventication



RICOH imagine. change.



WURTH



niko illuminating ideas.



Deloitte.





erima

Les Kangourous



ASBL "Notre Main"