

PARAKERGEJÕUSTIKU KLASSIFIKATSIOON

<https://www.paralympic.org/athletics/classification>

RAJAALAD JA HÜPPED (Tähis T - TRACK)

Jooksud ja hüpped (20 võistlusklassi)

Võistlusklassid (puude tüübid):

T11-13 (nägemislangus)

T15 (kuulmislangus)

T20 (intellektipuue)

T35-38 (Koordinaatsioonihäired (hüpertoonia, ataksia ja atetoos))

T40-41 (lühike kasv)

T42-44 (ühe või mitme jäseme amputatsioon, jalgade pikkuse erinevus, lihasjõu halvenemine või passiivse liikumisulatuse langus.)

T45-47 (peamised kahjustused kätes. Sportlased võistlevad ilma lisatoeta püsti. Jooksmise ja hüpete kriteeriumid erinevad veidi visete kriteeriumidest)

T61-64 (Peamised piirangud on alajäsemetes ja hõlmavad jäsemete funktsiooni piiranguid ja jalgade pikkuse erinevust. Kõik nende klasside sportlased võistlevad ilma lisatoeta püsti ja nad kasutavad proteese)

T71-72 füüsiline puue: raske koordinaatsioonihäire (hüpertoonia, ataksia, atetoos). Kasutusel jooksuraam.

Ratastoolivõidusõit (7 võistlusklassi)

Võistlusklassid (puude tüübid):

T32-34 (Koordinaatsioonihäired (hüpertoonia, ataksia ja atetoos))

T51-54 (amutatsioonid, jalgade pikkuse erinevus, langenud lihasjõud või passiivse liigesliikuvuse piirang)

HEITED (Tähis F-FIELD)

Püsti heited (19 võistlusklassi)

Võistlusklassid (puude tüübid):

F11-13 (nägemislangus)

F15 (kuulmislangus)

F20 (intellektipuue)

F35-38 (koordinatsioonihäired (hüpertoonia, ataksia ja atetoos))

F40-41 (lühike kasv)

F42-44 (alajäseme kahjustus, võisteldakse proteesita, jäseme puudulikkus, jalgade pikkuse erinevus, lihasjõu langus või passiivse liigesliikuvuse langus)

F45-46 (ülajäsemeid mõjutav jäseme puudulikkus, lihasjõu langus või passiivse liigesliikuvuse langus)

F61-64 (alajäsemete puudulikkus/amputatsioon, võisteldakse proteesiga)

HEITED ISTES (11 klassi)

Võistlusklassid (puude tüübid):

F31-34 (koordinatsioonihäired (hüpertoonia, ataksia ja atetoos))

F51-57 (jäsemete puudulikkus, jalgade pikkuse erinevus, lihasjõu langus või liigesliikuvuse langus)

DETAILSELT

NÄGEMISLANGUS: Sportlased võistlusklassides T/F11 – T/F13

T11-13 ja F11-13 - nende klasside sportlastel on nägemislangus, mis on piisavalt tõsine, et mõjutada sporti. Nad võistlevad ühes kolmest võistlusklassist rajal, hüpetes (T11-13) ja heidetes (F11-13):

T11/F11 - sportlasel on väga madal nägemisteravus ja / või valgusetaju.

T12/F12 - sportlasel on kõrgem nägemisteravus kui T11 / F11 spordiklassis võistlevatel sportlastel ja / või vähem kui 10-kraadise läbimõõduga vaateväli.

T13/F13 - sportlasel on kõige väiksem nägemispuue parakergejõustikus. Neil on parim nägemisteravus ja / või nägemisväli läbimõõduga alla 40 kraadi.

INTELLEKTIPUUE: Sportlased võistlusklassides T/F20

T20 / F20 - Sportlasel on kerge intellektipuu, mis mõjutab jooksualasid (400m - maraton), hüppeid (kaugushüpe ja kolmikhüpe) või heiteid (kuulitõuge).

RAJAALAD, RATASTOOL: T32-34 – Ratastoolivõidusõit

(Koordinatsioonihäired (hüpertoonia, ataksia ja atetoos))

T32 - Sportlasel on mõõdukas kuni raske koordinatsioonihäire, mis mõjutab kõiki nelja jäset ja kere. Tavaliselt on keha ühel küljel või jalgadel veidi parem funktsioon. Antud võistlusklassis on heited ja ratastoolis liikumine raskendatud. Kehakontroll on halb.

T33 - Sportlasel on mõõdukas kuni raske koordinatsioonihäire kolmes kuni neljas jäsemes, kuid tavaliselt on funktsionaalne kontroll kõige vähem kahjustatud kätes. Ratastoolis liikumist mõjutavad käte märkimisväärne asümmeetria ja/või halb ühe käe haare ja vabastamisfunktsioon ning kereosa piiratud liikumine.

T34 - Sportlasel mõjutatud tavaliselt kõik neli jäset, kuid rohkem jalad kui käed. Käte ja kehakontroll on suhteliselt hea funktsionaalse tugevuse ning töövõimega. Haare ja vabastamine on suhteliselt hea ning sümmeetriline.

RAJAALAD JA HÜPPED: Sportlased võistlusklassides T35-38

(Koordinatsioonihäired (hüpertoonia, ataksia ja atetoos))

T35 - Sportlasel mõjutatud tavaliselt kõik neli jäset, rohkem jalad kui käed. Jooksusamm mõõdukalt kuni tugevalt mõjutatud, sammu pikkus tavaliselt lühenenud.

T36 - Sportlasel esineb mõõdukas atetoos, ataksia ja mõnikord hüpertensioon või nende segu, mis mõjutab kõiki nelja jäset. Käed on tavaliselt sarnaselt või rohkem mõjutatud kui jalad. Tahtmatud liigutused ilmnevad selgelt üle kere ja / või jäsemetes kõikides sporditegevustes, ka siis, kui sportlane üritab paigal seista (atetoos) või konkreetse liikumise (treemori) korral.

T37 - Sportlasel on keha ühes pooles mõõdukas hüpertensioon, ataksia või atetoos. Keha teine pool võib olla minimaalselt mõjutatud, kuid see näitab jooksmisel alati head funktsionaalset võimekust. Käte tegevus on asümmeetriline. Mõningane keha asümmeetria on tavaliselt ilmne.

T38 - Sportlasel on nähtav hüpertensioon, ataksia ja / või atetoos, mis mõjutab jooksmist. Koordinaatsiooniaiured on kerged kuni mõõdukad ja võivad esineda ühes kuni neljas jäsemes. Koordinaatsioon ja tasakaal on tavaliselt kergelt mõjutatud. Üldiselt suudavad need sportlased vabalt joosta ja hüpata.

HEITED ISTUDES: sportlased võistlusklassides F31-34:

(Koordinaatsiooniaiured (hüpertoonia, ataksia ja atetoos))

F31 - Sportlasel on raske hüpertensioon või atetoos ja/või väga halb funktsionaalne kõigi nelja jäseme ning kehakontroll. Käte funktsioon on väga halb, piiratud staatiline haare, tugevalt vähenenud viskeliigutuse ja vabastamise kontroll.

F32 - Sportlasel on mõõdukas kuni raske hüpertensioon, ataksia ja/või atetoos, mis mõjutab kõiki nelja jäset ja kere. Tavaliselt on keha ühe külje või jalgade funktsioon veidi parem. Sfääriline haare on võimalik, kuid haaramine ja vabastamine heiteliigutusega on halvasti koordineeritud. Dünaamiline kehakontrolli juhtimine on halb.

F33 - Sportlasel on mõõdukas kuni raske hüpertensioon, ataksia või atetoos, mis mõjutab kolme kuni nelja jäset. Kõige vähem kahjustatud käsivarres olemas pea täielik funktsionaalne kontroll. Sportlane suudab vahendit jõuliselt visata/heita/tõugata, kuigi mittetäieliku kontrolliga. Ehkki sportlane suudab haarata vahendi, mõjutab selle vabastamist kehv sõrmeosavus. Kere liikumist takistab ülesirutus, nii et viskeliigutused toimuvad peamiselt käsivarrest.

F34 - Sportlasel on mõlema jala puhul tavaliselt mõõdukas kuni raske hüpertensioon, mis mõjutab märkimisväärselt tasakaalu ja kõndi. Käte ja kere jõud on funktsionaalselt hea. Heiteliigutusel on kätes peaaegu 100% haare, vabastus ja liigutuse kontroll. Halb peenmotoorika kätes on tavaline. Hüpertensioon keres ja jalgades võib mõjutada heiteliigutust.

HEITED ISTES: F51-57

F51 - Sportlased kasutavad vahendi viskeliigutuseks õlgade, küünarliigete painutajate ja randme sirutajate veidi vähenenud lihasjõudu. Triitsepsi lihased ei tööta ja võivad puududa. Lihasjõud kerelihastes puudub. Heitevahendite haaramine on mittetoimivate sõrmepainutajate tõttu keeruline. Mittheite käsi nõuab tavaliselt tugiposti külge kinnitamist.

F52 - Sportlastel on tavaliselt head õlalihased ning nõrgad küünarnuki- ja randmelihased, mis on vajalikud heiteliigutuseks. Sõrme painutajad ja sirutajalihased on mittefunktsionaalsed, mis muudab haarde keeruliseks. Mittheite käsi nõuab tavaliselt tugiposti külge kinnitamist.

F53 - Sportlasel on viskekäes kogu õla, küünarnuki ja randme lihasjõud. Lihasjõud sõrme painutaja ja sirutaja lihastes on hea, kuid alati on teatud nõrkus. Haare on pea 100% lähedane ja heiteliigutusel saab vahendile jõudu rakendada. Mittheite käsi haarab heitepuki küljes asuvast tugipostist. Osalise või täieliku kerelihaste kontrolliga, kuid F52 profiiliga sobiva viskekäega sportlane paigutatakse sellesse klassi.

F54 - Sportlastel on hea käte jõud ja liikuvus, kuid kõhulihastes pole jõudu ja tavaliselt on tasakaal kehv. Sportlane, kellel on osaline või täielik kerelihaste kontroll, kuid kellel on F53 profiilile sobiv käte funktsioon, on sellesse klassi paigutatud.

F55 - Sportlasel on käte täielik funktsioon ja kerelihaste osaline või täielik jõud. Alajäsemetes pole liikumist. Kahepoolse puusaliigese probleematikaga sportlased paigutatakse sellesse klassi.

F56 - Sportlasel on täielik käe- ja kerelihaste jõud. Mõni tagab vaagnapiirkonna stabiilsuse suutes põlved kokku suruda. Puusa eemaldajad ja sirutajalihased puuduvad. Sportlasel, kellel on ülaltpoole põlve kõrged amputatsioonid, on võrreldavad selle klassi sportlastega. Sellesse klassi sobivad paigutatakse sportlased, kelle alajäsemete lihasjõud on mõningane, kuid mittefunktsionaalne.

F57 - Sellesse klassi kuuluvad sportlased, kes puutuvad kokku ühe või mitme miinimumkriteeriumile vastava lihasjõu halvenemisele, jäsemete defitsiidi, passiivse liikumisulatuse ja jala pikkuse erinevuse tõttu ning kes ei sobi ühegi eelnevalt kirjeldatud profiiliga.

HEITED SEISTES: Sportlased võistlusklassides F35-38

(Koordinatsioonihäired (hüpertoonia, ataksia ja atetoos))

F35 - Sportlasel on tavaliselt rohkem mõjutatud jalad kui käed, kuid neil võib olla ka mitteheite käe oluline koordinatsioonihäire. Mõõdukas hüpertensioon jalgades piirab oluliselt kõndimise ja jooksmise. Sportlasel on hea üldine funktsionaalne jõud ja ta on võimeline haarama, vabastama ja kontrollima heitekätt.

F36 - Sportlasel esineb mõõdukas atetoos, ataksia ja mõnikord hüpertensioon või nende segu, mis mõjutab kõiki nelja jäset. Käed on tavaliselt sarnaselt või rohkem mõjutatud kui jalad. Tahtmatud liigutused on sporditegevuses selgelt nähtavad kogu keres ja / või jäsemetes nii paigal seistes (atetoos) või konkreetse liigutuse (treemor) korral.

F37 - Sportlasel on keha ühes pooles mõõdukas hüpertensioon, ataksia või atetoos. Keha teine külg võib olla minimaalselt mõjutatud ja see omab heiteliigutusel head funktsionaalset võimekust. Keharaskuse kandmine kahjustatud jalale on keeruline. Kahjustatud käsi võib mõjutada funktsionaalset võimet või liigutust. Mõningane kehahoiaku asümmeetria on tavaliselt ilmne.

F38 - Minimaalsete puude kriteeriumite vastaval hinnangul on sportlastel selged tõendid hüpertensiooni, ataksia ja/või atetoosi kohta. Vigastus on kerge kuni mõõdukas ja võib esineda ühes kuni neljas jäsemes. Koordinatsioon ja tasakaal heiteliigutustes võivad küll kergelt mõjutatud olla, kuid üldiselt suudavad need sportlased pikaajalise tehnika- ja lihastreeningute abil vabalt joosta ja sooritada heiteliigutust.

LÜHIKE KASV: sportlased võistlusklassides T40/F40 ja T41/F41.

Lühike kasv

Sõltuvalt sportlase kehapikkusest ja ülajäsemete proportsionaalsusest on siis kaks klassi.

Sportlased T40 või F40 on lühemad kui T41 and F41.

Sportlased võistlusklassides T42-47, F42-46, T51-54, F51-58, T61-64 and F61-64

Nende võistlusklasside sportlasi mõjutab ühe või mitme jäsme amputatsioon, jalgade pikkuse erinevus, lihasjõu halvenemine või passiivse liikumisulatuse langus.

RAJAALAD, JOOKSUD, HÜPPED, PÜSTI HEITED: T42/F42 – T44/F44 ja T/F 61-64

Sportlastel nendes võistlusklassides on alajäsemete kahjustused. Kõik nende klasside sportlased võistlevad püsti.

Jooksmise, hüpete ja heidete kriteeriumid on samad.

T42/F42 – Sportlasel on üks või mitu puude tüüpi, mis mõjutavad puusa- ja/või põlveliigese funktsiooni ühes või mõlemas jäsmes ning mille aktiivsus on piiratud heidete, hüpete ja jooksmise korral ilma proteesi/proteesideta võistlemisel, mis on võrreldav sportlase omaga, kellel on vähemalt üks põlve amputatsioon läbi või ülaltpoolt põlve. Sellesse klassi kuuluvad ka ülaltpoolt põlve topeltamputatsiooniga sportlased.

T43/F43 - Sportlasel on kahepoolsed alajäsemete kahjustused. Võisteldakse ilma proteesideta. Mõlemad jäsmed vastavad minimaalsetele kahjustuse kriteeriumidele ja funktsionaalse funktsiooni mõju on jalgadel, pahkludel ja / või sääritel. Aktiivsus on ligikaudu võrreldav topeltamputatsiooniga.

T44/F44 – Sportlane, kes võistleb ilma proteesita ühepoolse amputatsiooni või alajäseme kahjustuse kombinatsiooniga, kui ainult ühe jäsme kahjustus vastab minimaalsetele kahjustuse kriteeriumidele. Funktsionaalne kaotus on täheldatav ühel jalal, pahkluul ja / või säärel. Parakergejõustiku aktiivsuse piiramine on ligikaudu võrreldav sportlasega, kellel on amputatsioon pahklust / altpoolt põlve.

T61/F61 - T64/F64 – Peamised piirangud on alajäsemetes ja hõlmavad ainult jäsemete funktsiooni piiranguid ja jalgade pikkuse erinevust. Kõik nende klasside sportlased võistlevad ilma lisatoeta püsti ja nad kasutavad proteese.

T61/F61 – Ülaltpoolt või läbi põlveliigese topeltamputatsiooniga sportlane, kes võistleb proteesidega, kus on täidetud alajäseme puudulikkuse miinimumkriteeriumid (vt. [maailma parakergejõustiku klassifikatsiooni reeglid ja määrused](#)).

T62/F62 - Kahepoolse altpoolt põlve topeltamputatsiooniga sportlane, kes võistleb proteesidega, kus on täidetud alajäseme puudulikkuse miinimumkriteeriumid (vt [maailma parakergejõustiku klassifikatsiooni reeglid ja määrused](#))

T63/F63 - Ühe ülaltpoolt põlve või läbi põlveliigese amputatsiooniga sportlane, kes võistleb proteesiga, kus on täidetud alajäseme puudulikkuse miinimumkriteeriumid (vt [maailma parakergejõustiku klassifikatsiooni reeglid ja määrused](#)).

T64/F64 – Ühe altpoolt põlve amputatsiooniga sportlane, kes võistleb proteesiga, kus on täidetud alajäsemete defitsiidi ja jala pikkuse erinevuse miinimumkriteeriumid ([maailma parakergejõustiku klassifikatsiooni reeglid ja määrused](#)).

Sportlased võistlusklassides T45/F45, T46/F46, T47

Peamised kahjustused on kätes. Kõik nende klasside sportlased võistlevad ilma lisatoeta püsti. Jooksmise ja hüpete kriteeriumid erinevad veidi visete kriteeriumidest.

JOOKSUD JA HÜPPED: T45 – T47

T45 – Sportlasel on öla- ja/või küünarliigeseid mõjutavad mõlema käe kahjustused, mis on võrreldavad jooksmise ja hüppamise aktiivsuspierangutega, mis on võrreldav küünarliigese topeltamputatsiooniga sportlastel.

T46 – Sportlasel on ühepoolne ülajäseme kahjustus, mis mõjutab ühe käe öla- ja / või küünarliigest ning mis on võrreldav jooksmisel ja hüpetel pierangutega, mis on sarnane ühe küünarnuki kõrguselt amputatsiooni puhul. Sportlane, kellel on mõlema käe kahjustused, mis mõjutavad mõlemat küünarliigest ja randmeosa ning kellel on sarnased kahepoolsed randme / mõlema käe küünarliigese amputatsioonid, või sportlane, kellel on ühepoolne ülaltpoolt küünarnukki amputatsioon, kuuluvad samuti sellesse klassi.

T47 - Ühepoolse ülajäseme kahjustusega sportlane.Öla, küünarnuki ja randme funktsiooni kaotus. Kahjustus mõjutab peamiselt sprinte. Vigastuse mõju on võrreldav aktiivsuspierangutega ühepoolse randme / küünarnuki amputatsiooniga.

HEITED SEISTES: F45 – F46

F45 – Sportlasel on mõlema käe kahjustused, mis peavad vastama minimaalsetele nõuetele jäsemepuudulikkuse, passiivse liigesliikuvusamplituudi vähenemise või lihasjõu halvenemise osas niivõrd, kuivõrd mõlemad käsivarred näitavad heitevahendite haaramiseks ja / või viskamiseks märkimisväärtet pierangut.

F46 – Ühepoolse ülajäseme kahjustusega sportlane, kelle kahjustus on ligikaudu võrreldav ühe käe amputatsiooniga läbi randme või ülaltpoolt rannet ja kellel on üks terve käsi. Selles klassis võistlevad ka ülajäsemete topeltamputatsiooniga sportlased, kus üks käsi vastab ühepoolsetele kriteeriumidele ja teine kahjustatud käsi ei vasta ülaltoodud kahepoolsetele kriteeriumidele.

T51-T54 ja F51-58

Nende parakergejõustikukategooriate sportlased kasutavad võistlustel ratastoole ja heitepukke.

RATASTOOLIVÕIDUSÕIT: T51-54

T51 - Sportlasel on tavaliselt vähenenud õlalihaste võimsus ja piiratud küünarliigete sirutus, et ratastooli sõitmiseks edasi tõugata. Kerelihaste jõud piiratud. Ratastool pannakse liikuma peamiselt tõmmates, kasutades küünarnuki painutaja ja randme sirutaja lihaseid.

T52 – Sportlased kasutavad ratastooli tõukamiseks oma õla-, küünarnuki- ja randmelihaseid. Sõrmedel on kehv või puudulik lihasjõud käte siselihaste ülekoormuse tõttu. Lihasjõud kerelihastes puudub.

T53 - Sportlastel on tavaliselt käte täielik funktsioon, kuid neil pole kõhu- ega alaselja lihasjõudu (0. aste).

T54 – Sportlastel on hea lihasjõud kätes ja mõnel täielik lihasjõud kereosas. Sportlastel võib olla ka osaline jalgade funktsioon või amputatsioon.

JOOKSURAAM Frame Running (2 klassi)

T71/72 - Loe lähemalt [SIIT](#)