

PARALİMPİK
SPORLAR
EL KİTABI:
LOS
ANGELES
2028



ÖNSÖZ

Paralimpik hareket, engelli bireylerin spor yoluyla toplumsal katılımını, eşitliğini ve insan onurunu savunan evrensel bir değerler bütünüdür. Bu hareketin temelinde yatan ilke, her bireyin fiziksel koşulları ne olursa olsun sportif mükemmelliğe ulaşma hakkına sahip olduğu inancıdır. İşte bu inançla hazırlanan el kitabı, Türkiye Milli Paralimpik Komitesi'nin vizyonunu ve Türk Para spor ekosisteminin geleceğe yönelik kararlılığını somut biçimde ortaya koymaktadır.

Bu kapsamlı rehber, Paralimpik Yaz Oyunları programında bulunan tüm branşları geniş bir yelpazede ve tek bir çatı altında toplamaktadır.



Her branş için sınıflandırma sistemleri, yarışma formatları, sporcu kotaları ve Los Angeles 2028 Paralimpik Oyunları'na ilişkin güncel bilgiler titizlikle derlenmiştir. Bu yapı, yalnızca sporcular ve antrenörler için değil; sınıflandırmacılar, federasyon yöneticileri, spor bilimciler ve Para sporu tanımak isteyen herkes için vazgeçilmez bir başvuru kaynağı niteliğindedir.

Uluslararası Paralimpik Komitesi'nin belirlediği sınıflandırma ilkeleri ve adil rekabet standartları, bu el kitabının omurgasını oluşturmaktadır. Sınıflandırma, Paralimpik sporun en kritik boyutlarından biridir; çünkü sporcuların fonksiyonel kapasitelerine göre eşit koşullarda yarışmasını güvence altına alır. Bu rehberin, söz konusu karmaşık sistemi açık, anlaşılır ve uygulanabilir biçimde sunması son derece değerlidir.

Türkiye, son yıllarda Paralimpik arenada kayda değer başarılarla imza atmış ve uluslararası camiada saygın bir konum edinmiştir. Bu el kitabı, Türk Paralimpik ailesinin Los Angeles 2028 yolculuğunda stratejik bir pusula işlevi görecektir; genç yeteneklerin keşfinden elit düzeyde performans planlamasına kadar her aşamada yol gösterici olacaktır.

Spor biliminin evrensel ilkeleri ışığında hazırlanan bu eserin; Türkiye'nin Paralimpik başarı çitasını daha da yukarıya taşıyacağına ve engelli bireylerin sporla güçlenme yolculuğuna anlamlı bir katkı sunacağına yürekten inanıyorum.

Paralimpik değerler; cesaret, kararlılık, ilham ve eşitlik bu sayfaların her birinde yaşamaktadır.

Dr. Av. Murat AKSU

Türkiye Milli Paralimpik Komitesi Başkanı

GİRİŞ

Paralimpik Sporlar El Kitabı: Los Angeles 2028

1. El Kitabının Amacı ve Kapsamı

Bu el kitabı, Türkiye Milli Paralimpik Komitesi tarafından Los Angeles 2028 Paralimpik Oyunları hazırlık sürecine katkı sağlamak amacıyla hazırlanmış kapsamlı bir başvuru kaynağıdır.

El kitabının temel amacı, Paralimpik branşlarda yer alan sporcu, antrenör, yönetici ve teknik kadrolara bilimsel, güncel ve uygulanabilir bilgiler sunarak, LA 2028 yolculuğunda stratejik bir rehber işlevi görmektir.

El kitabı, Los Angeles 2028 Paralimpik Oyunları programında yer alan 23 farklı spor branşını kapsayacak şekilde tasarlanmıştır. Her branş için; Uluslararası Paralimpik Komitesi (IPC) ve ilgili uluslararası federasyonlar tarafından belirlenen sınıflandırma sistemleri, yarışma formatları, kota dağılımları, katılım kriterleri ve sporcu değerlendirme süreçlerine ilişkin detaylı bilgiler sunulmaktadır. Bu yapı sayesinde, Türk Para Spor ekosisteminin tüm paydaşları, LA 2028 hedeflerine yönelik planlama ve hazırlık süreçlerini sağlam bir bilgi temeli üzerine inşa edebilecektir.

2. Hedef Kitle

Bu el kitabı, Para spor ekosisteminin farklı kesimlerine hitap edecek şekilde hazırlanmıştır:

Antrenörler ve Teknik Direktörler: Sporcuların sınıflandırma süreçlerini anlamak, yarışma formatlarına uygun hazırlık programları oluşturmak ve takım stratejileri geliştirmek için gerekli bilgilere ulaşabilirler.

Para Sporcular: Kendi branşlarındaki sınıflandırma sistemlerini, yarışma kurallarını ve LA 2028 katılım kriterlerini öğrenerek hedef odaklı bireysel gelişim planları oluşturabilirler.

Federasyon Yöneticileri ve İdareciler: Stratejik planlama, kaynak tahsisi, sporcu seçim süreçleri ve uluslararası müsabakalara katılım organizasyonlarında veri odaklı kararlar alabilirler.

Sınıflandırmacılar ve Spor Bilimciler: IPC sınıflandırma prensiplerine ve branş bazlı fonksiyonel değerlendirme sistemlerine ilişkin bilimsel temelli bilgilere erişebilirler.

Spor Eğitimi ve Gelişim Uzmanları: Genç yeteneklerin keşfi, gelişim yolları ve uzun vadeli sporcu gelişim modelleri konusunda yol haritası elde edebilirler.

Bu el kitabı, Türkiye Milli Paralimpik Komitesi'nin LA 2028 vizyonunu hayata geçirme kararlılığının somut bir yansımasıdır. Paralimpik değerler olan cesaret, kararlılık, ilham ve eşitlik ilkeleri ışığında hazırlanan bu rehberin, Türk Para spor ailesinin başarısına anlamlı katkılar sunacağına ve Los Angeles 2028 Paralimpik Oyunları'nda ülkemizi en iyi şekilde temsil etmemize vesile olacağına inanıyoruz.

3. El Kitabı Nasıl Kullanılmalı?

Bu el kitabı hem genel bilgi edinme hem de spesifik sorulara yanıt bulma amacıyla kullanılacak modüler bir yapıya sahiptir. Kullanıcılar, ilgi duydukları spor branşına doğrudan geçerek o branşa özel bilgilere ulaşabilecekleri gibi, kitabın bütünsel yapısını inceleyerek Paralimpik sistem hakkında kapsamlı bir anlayış da geliştirebilirler.

El kitabından maksimum fayda sağlamak için önerilen kullanım yöntemleri:

Branş bazlı inceleme: Belirli bir spor branşıyla ilgileniyorsanız, doğrudan o branşın bölümüne giderek Sınıflandırma sistemi, yarışma formatı ve kota bilgilerine ulaşabilirsiniz.

Sınıflandırma odaklı kullanım: Sporcu sınıflandırma süreçlerini anlamak için her branşın sınıflandırma bölümünü detaylıca inceleyebilir, fonksiyonel değerlendirme kriterlerini öğrenebilirsiniz.

Stratejik planlama aracı: Federasyon düzeyinde LA 2028 hedefleri belirlerken, kota dağılımları ve katılım kriterlerini analiz ederek kaynak tahsisi ve önceliklendirme yapabilirsiniz.

Eğitim ve bilgilendirme materyali: Antrenör eğitim programlarında, sporcu bilgilendirme seminerlerinde ve teknik kadro toplantılarında referans kaynak olarak kullanılabilir.

Güncel referans kaynağı: IPC ve uluslararası federasyonların yayınladığı kurallar ve düzenlemeler düzenli olarak güncellenmektedir. Bu el kitabı, LA 2028 döngüsü için geçerli en güncel bilgileri içermektedir.

4. LA 2028 Hazırlık Sürecindeki Rolü

Los Angeles 2028 Paralimpik Oyunları, Türk Para sporu için tarihi bir fırsat sunmaktadır. Bu oyunlara en iyi şekilde hazırlanmak, sadece bireysel sporcu performansını değil, aynı zamanda sistemik bir yaklaşımı ve tüm paydaşların koordineli çalışmasını gerektirmektedir. Bu el kitabı, söz konusu hazırlık sürecinin temel taşlarından birini oluşturmaktadır.

El kitabının LA 2028 hazırlık sürecindeki stratejik rolleri:

Ortak bilgi platformu: Tüm paydaşların aynı güncel bilgiye erişimini sağlayarak, iletişim ve koordinasyonu güçlendirir. Hedef belirleme altyapısı: Branş bazlı kota ve katılım kriterlerinin net anlaşılmasıyla, gerçekçi ve ölçülebilir hedefler konulmasına olanak tanır.

Performans planlama rehberi: Sporcu gelişim yollarının ve sınıflandırma süreçlerinin anlaşılmasıyla, uzun vadeli performans planlarının bilimsel temelde oluşturulmasını destekler.

Kapasite geliştirme aracı: Antrenör, yönetici ve teknik kadroların Paralimpik sistem hakkındaki bilgi ve farkındalık düzeylerini artırarak, sektörel kapasitenin güçlenmesine katkı sağlar.

Şeffaflık ve hesap verebilirlik: Seçim kriterleri, katılım koşulları ve değerlendirme süreçlerinin açık şekilde paylaşılmasıyla, adil ve şeffaf bir sistem oluşturulmasına zemin hazırlar.

1

PARA ATICILIK





PARA ATICILIK

Para Atıcılık branşı farklı engel gruplarındaki sporcular tarafından yapılabilir de Paralimpik Oyunlar programında **yalnızca Bedensel Engelliler** grubunu kapsamakta olup **SH1 ve SH2** olarak sporcular **iki sınıfta** yarışmaktadır.



■ Para Atıcılık için **“Pistol (Tabanca)”** ve **“Rifle (Tüfek)”** terimleri, sporcuların kullandığı silah tipini ifade eder ve sınıflandırmayı etkileyen ana faktörlerden biridir:



SINIFLANDIRMA

SH1 Daha hafif engel grubunu temsil eder.

SH2 Daha ağır engel grubunu temsil eder.



SİLAH TİPLERİ

- **PİSTOL (TABANCA)**
Kısa menzilli, hafif
- **RİFLE (TÜFEK)**
Uzun menzilli, ağır



ANA FAKTÖRLER

- Silah tipi
- El kullanımı
- Sınıflar
- Görme engelli sınıfı
- Destek ihtiyacı
- Kritik beceri

ÖZELLİK	PİSTOL (TABANCA)	RİFLE (TÜFEK)
Silah tipi	Kısa menzilli, hafif	Uzun menzilli, ağır
El kullanımı	Tek el / iki el	İki el + omuz desteği
Sınıflar	Yalnızca SH1	SH1 veya SH2
Görme engelli sınıfı	—	SH-VI Görme Engelli Kategorisi Paralimpik Oyunlar programında yer almamaktadır.
Destek ihtiyacı	Yok	SH2’de tüfek standı
Kritik beceri	İnce motor kontrol	Gövde stabilitesi ve üst ekstremitte kuvveti



NOT: Sınıflandırma, sporcuların fonksiyonel kapasitesine göre yapılır ve uluslararası sınıflandırma kurallarına göre düzenli aralıklarla yeniden değerlendirilir. Amaç, adil ve eşit koşullarda rekabet ortamı sağlamaktır.

PARA ATICILIK – SINIFLANDIRMA SİSTEMİ (RIFLE VE PISTOL SINIFLARI)

1 SH1 (PISTOL) – TABANCA, DESTEKSİZ – DAHA HAFİF ENGEL GRUBUNU TEMSİL EDER.



- Hem ayakta hem de tekerlekli sandalyede atış yapan sporcular **SH1** kategorisinde yer alabilir. Sporcunun **alt ekstremite** ve/veya **üst ekstremite** engeli olabilir.



- Sporcu silahı kendi başına taşıyabilir ve stabilize edebilir. Sporcular atışlarını destek kullanmadan gerçekleştirir.



- Tabanca kullanan tüm sporcular **SH1** sınıfında yarışır. **SH2** sınıfında yer alan sporcular **Pistol (tabanca)** kullanmazlar.

2 SH1 (RIFLE) – TÜFEK, DESTEKSİZ – DAHA HAFİF ENGEL GRUBUNU TEMSİL EDER.



- Sporcu tüfeği kendi başına taşıyabilir ve stabilize edebilir. **Üst ekstremite** fonksiyonu yeterlidir.



- Yalnızca **alt ekstremite** engeli olan sporcular bu sınıftadır. Genellikle **parapleji** veya düşük seviyeli omurilik yaralanmalı sporcular ya da **alt ekstremite amputasyonu** olan sporcular **SH1 – Tüfek** sınıfında yarışırlar.

3 SH2 (RIFLE) – TÜFEK, DESTEKLİ – DAHA AĞIR ENGEL GRUBUNU TEMSİL EDER.



- Sporcu **üst ekstremite** fonksiyon kaybı nedeniyle tüfeği kendi başına taşıyamaz. Bu nedenle "**shooting stand**" (**destek aparatı**) kullanır.

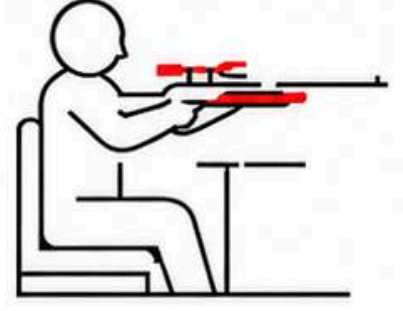


- Alt ekstremite** engeli de olabilir veya olmayabilir.



Genellikle, **tetrapleji** - yüksek seviyeli **spinal kord** yaralanmaları ve **nöromüsküler** hastalıklar (ağır kas hastaları) **SH2 – Rifle** sınıfında yarışmaktadırlar.

YARIŞMADA KULLANILAN ADAPTASYONLAR



- Tüm sınıflar için sınıflandırma paneli **gövde stabilitesini** de değerlendirir ve sırt desteği yüksekliğini belirler. Bu skorlar alt sınıflandırma olarak tanımlanır. Sonuç olarak Para Atıcılık sporcuları **örneğin; SH1A, SH2Cb gibi bir sınıflandırmaya sahip olurlar.**

GÖVDE STABİLİTESİ SKORLARI



SKOR A

İYİ GÖVDE FONKSİYONU

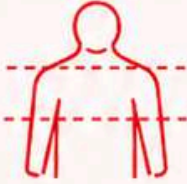
– sırt desteğine yaslanma yasak



SKOR B

ORTA DÜZEY

– sırt uzunluğunun en az %60'ı destek üzerinde olmalı



SKOR C

ZAYIF GÖVDE FONKSİYONU

– sırt desteği koltukaltından 10 cm aşağısını geçemez

SH2 SPORCULARI İÇİN KOL KUVVETİ DEĞERLENDİRMESİ VE DESTEK STANDINDAKİ YAY TİPİ

SKOR a

KOL KUVVETİ İYİ



ZAYIF YAY



SKOR b

KOL KUVVETİ ZAYIF



GÜÇLÜ YAY



Ek olarak **tetik adaptasyonu, yükleme asistanı ve yükleme cihazı** gibi uyarlamalar da sınıflandırma paneli kararıyla kullanılabilir.

LA28 PARA ATICILIK ETKİNLİK TABLOSU

(Toplam 13 adet madalya müsabakası bulunmaktadır.)

	KOD	SİLAH	POZİSYON	CİNSİYET	SINIF	AÇIKLAMA
	R1	Rifle	10m Air Rifle, Standing	Erkek	SH1	Ayakta fonksiyonel, desteksiz
	R2	Rifle	10m Air Rifle, Standing	Kadın	SH1	Ayakta fonksiyonel, desteksiz
	R3	Rifle	10m Air Rifle, Prone	Karışık	SH1	Yatarak, desteksiz
	R4	Rifle	10m Air Rifle, Standing	Karışık	SH2	Ayakta, destekli tüfek
	R5	Rifle	10m Air Rifle, Prone	Karışık	SH2	Yatarak, destekli tüfek
	R6	Rifle	50m Rifle, Prone	Erkek	SH1	Yatarak, desteksiz
	R7	Rifle	50m Rifle, Prone	Kadın	SH1	Yatarak, desteksiz
	R8	Rifle	50m Rifle, Kneeling	Erkek	SH1	Diz üstü, desteksiz
	R9	Rifle	50m Rifle, Kneeling	Kadın	SH1	Diz üstü, desteksiz
	P1	Pistol	10m Air Pistol	Erkek	SH1	Desteksiz tabanca
	P2	Pistol	10m Air Pistol	Kadın	SH1	Desteksiz tabanca
	P3	Pistol	25m Pistol	Karışık	SH1	Desteksiz tabanca
	P4	Pistol	50m Pistol	Karışık	SH1	Desteksiz tabanca
	—	Rifle	10m Air Rifle (sesli hedef)	Karışık	SH-VI	Görme engelli, sesli hedef sistemi



Para Atıcılık branşında LA28 için
SPORCU KOTASI TOPLAM 150 KİŞİDİR.

Buradaki "karma" olarak belirtilen kota sayısı, belirli bir cinsiyete ayrılmamış ve kadın veya erkek sporcuların birlikte yarışabileceği kontenjanı ifade eder.



SINIFLANDIRMA

Para Atıcılık sporcuları, gövde stabilitesi, sırt desteği, kol kuvveti ve fonksiyonel yeteneklerine göre sınıflandırılır.

- SH1 – Daha hafif engel grubunu temsil eder.
- SH2 – Daha ağır engel grubunu temsil eder.



SINIFLANDIRMA VE ADAPTASYON

SH1 ve SH2 sınıflandırmaları; gövde stabilitesi, sırt desteği, kol kuvveti ve kullanılan destek ekipmanlarına göre belirlenmektedir.

Adaptasyon sistemleri arasında;

- Yay destekleri
- Tetik adaptasyonları
- Yükleme yardımcı ekipmanları yer alabilmektedir.

TOPLAM KOTA:

150
SPORCU



ERKEK

75



KADIN

60



KARMA

15



Ek olarak SH1 ve SH2 sınıflandırmaları; gövde stabilitesi, sırt desteği, kol kuvveti ve kullanılan destek ekipmanlarına göre belirlenmektedir. Adaptasyon sistemleri arasında yay destekleri, tetik adaptasyonları ve yükleme yardımcı ekipmanları yer alabilmektedir.

2

BOCCIA





SINIFLANDIRMA SİSTEMİ

Boccia branşı, ciddi düzeyde motor fonksiyon bozukluğu olan ağır engelli sporcular için geliştirilmiş bir Paralimpik spordur. Sadece Paralimpik Oyunlar'da yer almakta olup, Bedensel Engelliler grubunda fonksiyonel kapasitelerine göre dört sınıfta (BC1-BC4) yarışılmaktadır.

AMAÇ



Beyaz hedef topa (jack) en yakın topları yerleştirmektir. Oyuncular sırayla kırmızı veya mavi topları atar ve topları jack'e en yakın şekilde yerleştirmeyi amaçlar.

Jack'e en yakın toplar hesaplanır ve en yüksek puanı alan kazanır.

Kapalı alanda, düz bir sahada oynanır.

BC1

Sporcuların bacaklarını, kollarını ve gövdelerini etkileyen ağır aktivite sınırlamaları bulunur ve genellikle elektrikli tekerlekli sandalyeye bağlıdır. Ağır etkilenen vardır ancak sporcu topu kendi atabilir.

- Serebral palsili sporcular bu sınıfta yer almaktadır.
- Sporcular topu el veya ayakla atabilir.
- Atış sırasında yardımcı (assistant) desteği alabilir.

BC2

BC1 sınıfına göre gövde ve kol fonksiyonları daha iyi seviyede olan sporcular bu sınıfta yer alır. Sporcular topu kendi başlarına atabilir ancak tüm BC sporcularında olduğu gibi tekerlekli sandalye kullanırlar.

- Sporcular topu el ile atar.
- Atış sırasında yardımcı (assistant) desteği kullanamazlar.
- Gövde kontrolü ve üst ekstremitte fonksiyonları BC1 sporcularına göre daha gelişmiştir.
- Genellikle serebral palsy veya benzer nörolojik durumlara sahip sporcular bu sınıfta yarışır.

BC3

En ağır fiziksel kısıtlılığa sahip olan engel grubunu temsil eder.

- Sporcu topu kendi atamaz.
- Sporcu topu atarken ağızıyla veya çene kuvvetiyle ramp (rampa sistemi) kullanır.
- Sporcunun atış sırasında yardımcıya ihtiyacı vardır ve yardımcı sadece ekipmanı pozisyonlar.

BC4

Merkezi sinir sistemi ile ilgili bir engele sahip olmayan ancak yine de ağır fiziksel engelle sahip sporcuların olduğu sınıftır. Sporcu topu kendi atabilir.

- Genellikle kas hastaları bu sınıfta yarışmaktadırlar.
- Elle veya ayakla atabilir, atış sırasında yardımcıya ihtiyaçları yoktur.



BOCCIA

LA28 Etkinlik Yapısı ve Kota Sistemi

MADALYA DAĞILIMI



Paralimpik Oyunlar'da Boccia branşı yalnızca Bedensel Engelliler grubunu kapsamakta olup, sporcular BC 1-4 olarak fonksiyonel kapasitelerine göre toplam dört engel sınıfında yarışmaktadır. Tüm sporcular tekerlekli sandalyede yarışırlar.

BİREYSEL MÜSABAKALAR



4 kadın 4 erkek

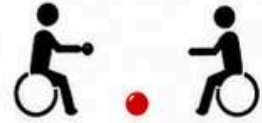
- BC1 Kadın – BC1 Erkek
- BC2 Kadın – BC2 Erkek
- BC3 Kadın – BC3 Erkek
- BC4 Kadın – BC4 Erkek

TAKIM ETKİNLİKLERİ



Takımlar –
BC1 / BC2

ÇİFTLER



- Çiftler – BC3
- Çiftler – BC4



LA28 için
toplam sporcu kotası: **128**

KATEGORİ	SAYI
Erkek	64
Kadın	64
TOPLAM	128



3

GOLBOL



GOLBOL

Görme Engelliler Paralimpik Takım Sportu

Golbol, yalnızca görme engeline sahip sporcular için geliştirilmiş, yüksek konsantrasyon ve takım stratejisi gerektiren bir Paralimpik takım sporudur.

Sporcular işitsel algı, dokunsal işaretler ve mükemmel yön duygularıyla rakip kaleye gol atmayı, kendi kalelerini savunmayı hedefler.



Yalnızca Görme Engelliler kategorisinde yer alır.

SINIFLANDIRMA SİSTEMİ

Sporcular görme düzeylerine göre üç farklı sınıfta değerlendirilir.

B1



Tam körlük veya ışık algısının olmaması

B2



Orta düzey görme kaybı

B3



Hafif düzey görme kaybı

Tüm sporcular eşit şartlarda mücadele eder.
Sahada tüm sporcular **göz bandı (Blackout)** kullanır.



MAÇ SÜRESİ

12 DK

12 DK

Devre arası: **3 dakika**



Tüm sporcular eşit görme koşulları için **göz bandı (Blackout)** kullanır.

TOKYO 2020



TOKYO 2020

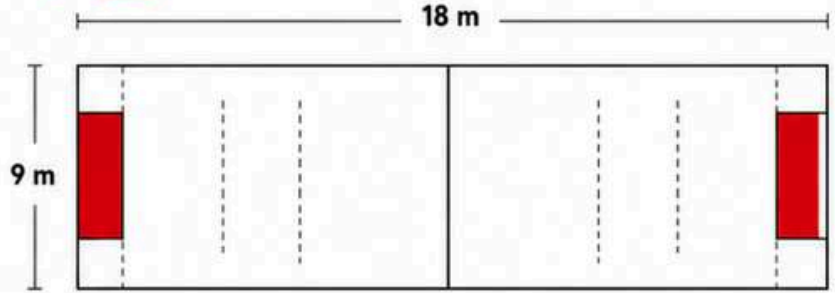


OYUN YAPISI

- Her takım sahada aynı anda 3 oyuncuyla mücadele eder.
- Takımlar yedeklerle birlikte toplam 6 sporcudan oluşur.
- Spor tamamen işitsel algıya dayanır.
- Topun içindeki zil sistemi yön tayinini sağlar.
- Oyuncular savunmayı vücutlarıyla yapar.
- Sahada dokunsal (ip bantlı) çizgiler bulunur.
- Oyun tamamen sessizlik içinde oynanır.



OYUN SAHASI



KALE ALANI
(1.30 m)

DOKUNSAK ÇİZGİLER
(İP BANTLI)

GOLBOL

Görme Engelliler Paralimpik Takım Sportu

Oyunda top her zaman yuvarlanarak atılır ve yerle temas etmesi zorunludur. Savunma yapan oyuncular topu vücutlarıyla bloke ederek golü engellemeye çalışır.

2) Oyun sırasında tam sessizlik esastır; seyirci ve kenar ekiplerin ses çıkarması yasaktır. Maçlar genellikle iki devreden oluşur ve süre kontrollü şekilde oynanır. Her devre 12 dakika sürer ve devre arasında 3 dakikalık mola bulunur. Yani normal oyun süresi toplamda 24 dakikadır (mola süreleri hariç).



LA 28 – GOLBOL ETKİNLİK TABLOSU

(Her cinsiyette toplam 8 takım yer alır ve toplam 2 madalya dağıtılır.)

KATEGORİ	ERKEK	KADIN	TOPLAM
Turnuva Sayısı	1	1	2
	<ul style="list-style-type: none">Erkekler 8 takımlı turnuva		<ul style="list-style-type: none">Kadınlar 8 takımlı turnuva
			



LA 28 SPORCU KOTASI

Turnuva 8 takımdan ve her takım 6 sporcudan oluşur.

KATEGORİ	SAYI
Erkek	48
Kadın	48
TOPLAM	96



- Golbol branşında LA 28 için sporcu kotası toplam 96 kişidir.



4

GÖRME ENGELLİLER FUTBOLU

(B1 FUTBOL)



GÖRME ENGELLİLER FUTBOLU (B1 FUTBOL)



B1 Futbol, görme engelli sporcular için düzenlenen Paralimpik takım sporlarından biridir ve yalnızca görme engelliler grubunu kapsamaktadır. Paralimpik Oyunlar programında bu branşta **yalnızca erkek sporcular** yer almakta olup kadın kategorisi bulunmamaktadır.



Takımlar, biri kaleci olmak üzere **toplam 5 oyuncudan** oluşmaktadır. Sahada **4 görme engelli saha oyuncusu** ve **1 kaleci** yer almaktadır.



Kaleci dışındaki tüm saha oyuncularının **B1 sınıfında** sınıflandırılmış olması gerekmektedir. B1 sınıfı; sporcunun hiç ışık algısının olmaması veya görme yetisine sahip olmaması, yani **tam kör** olması anlamına gelmektedir.



Sınıflandırma sistemi yalnızca görme engelli saha oyuncularına uygulanmakta olup **kaleciler sınıflandırma kapsamına dahil edilmemektedir.**



Kaleciler ise görebilen veya kısmi görme yetisine sahip sporcular arasından seçilebilmektedir. Bu nedenle kaleciler **B2 veya B3** kategorisinde olabilir ya da **görme engeli bulunmayan sporcular** da **B1 futbolda kalecilik yapabilmektedir.**



Adil rekabetin sağlanabilmesi amacıyla kaleci dışındaki tüm oyuncular, Golbol branşında olduğu gibi müsabaka sırasında **blackout mask (göz bandı)** kullanmaktadır.



Müsabakalarda kullanılan topun içerisinde ses çıkaran özel bir sistem bulunmaktadır. Oyuncular, topun çıkardığı sesi takip ederek oyunu yönlendirmektedir. Bu nedenle müsabakalar sırasında **tribünlerin sessiz olması** büyük önem taşımaktadır. Genellikle yalnızca gol anlarında veya oyun durduğunda seyircilerin ses çıkarmasına izin verilmektedir.



Takımların saha kenarında sporculara yönlendirme yapan **rehberleri** de bulunabilmektedir.



Müsabakalar toplam **50 dakika** sürmekte olup, **25'er dakikalık iki devre** halinde oynanmaktadır. Geleneksel futboldaki gibi hakem sistemi uygulanmakta ve FIFA kurallarına benzer şekilde sarı kart ile kırmızı kart sistemi kullanılmaktadır.

LA28 – B1 FUTBOL ETKİNLİK TABLOSU

ERKEK	KADIN	TOPLAM
1	0	1



Erkekler kategorisi, **8 takımlı turnuva** formatında oynanmaktadır. Paralimpik Oyunlar programında kadın sporcular yer almamaktadır.

LA28 – SPORCU KOTASI

ERKEK	KADIN	TOPLAM
64	0	64



Turnuvada her biri 8 sporcudan oluşan toplam **8 erkek takım** yer almaktadır.



B1 Futbol branşında Los Angeles 2028 Paralimpik Oyunları için toplam sporcu kotası **64 kişidir.**



Topun içindeki ses sistemi sayesinde oyuncular topu **duyarak oyunu** yönlendirir.



Seyircilerin sessiz olması büyük önem taşır. Genellikle sadece gol anlarında veya oyun durduğunda ses yapılabilir.



Hakem sistemi FIFA kurallarına benzer şekilde uygulanır, **sarı kart ve kırmızı kart sistemi vardır.**

5

OTURARAK VOLEYBOL



OTURARAK VOLEYBOL

Oturarak Voleybol, Paralimpik Oyunlar'da yer alan ve **yalnızca Bedensel Engelli sporcular** için uyarlanmış bir Paralimpik takım sporudur.



Her takım sahada **6 oyuncu** ile mücadele eder. Oyuncular oyun boyunca **oturma pozisyonunda** kalmak zorundadır.



Oyuncunun **kalça temasının sürekli yerle temas halinde** olması zorunludur.



Oturarak Voleybol oyununun amacı, topu file üzerinden geçirerek rakip sahaya düşürmek ve **sayı kazanmaktır**. Servis, smaç, blok ve pas gibi voleybol teknikleri aktif şekilde kullanılır.



Maçlar **en fazla 5 set** üzerinden oynanır, **3 set kazanan** takım maçı kazanır. Setler **25'te biter**, 2-0 beraberlik olması durumunda **altın set 15 sayı** üzerinden oynanır.



Oyun kapalı bir sahada oynanır ve saha standart voleyboldan **daha küçüktür**. Ayrıca, **file yüksekliği** standart voleybola göre **daha düşüktür**.



Oyun hem **erkekler** hem **kadınlar** kategorisinde oynanır.



DAHA AĞIR ENGEL GRUBU

- Daha ciddi fiziksel kısıtlılığı olan sporculardır.
- Kas gücü, denge ve hareket kabiliyeti daha sınırlıdır.
- Oyunda daha fazla adaptasyona ihtiyaç duyarlar.



DAHA HAFİF ENGEL GRUBU

- Daha iyi fonksiyonel kapasiteye sahip olan sporculardır.
- Daha fazla hareket ve kontrol yeteneği vardır.
- Oyun içinde daha aktif rol alabilir.



TEMEL BİLGİLER



Sporcuların fiziksel engel seviyeleri farklı olabilir ancak hepsi aynı sahada yarışabilir.



Sporcular müsabaka esnasında uygun görülen ortez/protez gibi cihazların giyebilirler yalnızca protezleri diğer uzuvlarının boyutunu geçmemelidir.



Müsabaka sırasında saha içerisinde maksimum bir VS2 sınıfında sporcu olabilir, diğer sporcular VS1 sınıfındaki sporcular olmak durumundadır.



Oyundaki tek VS2 sporcusunun oynadığı pozisyon önemli değildir.

OTURARAK VOLEYBOL – SINIFLANDIRMA SİSTEMİ

Oturarak voleybolda sporcular fonksiyonel engel düzeyine göre iki ana sınıfa ayrılır:



OTURARAK VOLEYBOL, **azim, dayanışma** ve **takım ruhunun** sahadaki en güçlü yansımasıdır. Herkes aynı zeminde, aynı kurallarla, aynı hedef için mücadele eder.





OTURARAK VOLEYBOL

ETKİNLİK TABLOSU

(Her cinsiyette toplam 8 takım yer alır ve toplam 2 madalya dağıtılır.)



LA 28 – OTURARAK VOLEYBOL ETKİNLİK TABLOSU

	ERKEK	KADIN	TOPLAM
 Turnuva Sayısı	1	1	2
 Takım Sayısı	8	8	16
 Madalya Sayısı	1	1	2
 Dağıtılacak Madalya			 2

LA 28 – TOPLAM SPORCU KOTASI

Erkekler 8 takımlı turnuva, Kadınlar 8 takımlı turnuva şeklinde oynanır. Her takım 12 sporcudan oluşur, böylelikle erkek sporcu sayısı **96** ve kadın sporcu sayısı **96** olacak şekilde LA 28 için sporcu kotası toplam **192** kişidir.

ERKEK



96

SPORCU

KADIN



96

SPORCU

TOPLAM



192

SPORCU

66



PARA BADMINTON



PARA BADMINTON

Para Badminton branşı; farklı engel gruplarından sporcular tarafından yapılabilir de Paralimpik Oyunlar programında **yalnızca Bedensel Engelli sporcuları kapsayan** Paralimpik bir raket sporudur.

WH1-WH2 (tekerlekli sandalye), SL3-SL4 (alt ekstremite engeli), SU5 (üst ekstremite engeli) ve SH6 (boy kısalığı) sınıflarında organize edilen Paralimpik bir raket sporudur. Paralimpik Oyunlar programında Para Badminton branşında **toplam 6 sınıf** vardır.



Oyun, normal badminton ile aynı temel kurallara sahiptir. Net yüksekliği standart badminton ile aynıdır. Amaç, shuttlecock'u (tüy top) rakibin sahasına düşürerek sayı kazanmaktır.



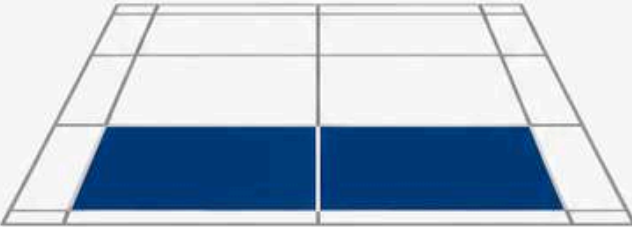
Maçlar **tekler (singles)**, **çiftler (doubles)** ve **karışık çiftler (mixed doubles)** olarak oynanabilir. Tekler, çiftler ve karışık kategorilerde düzenlenen yarışmalarda sporcular fonksiyonel kapasiteye göre sınıflandırılarak adil rekabet ortamı sağlanır.

SAHA KULLANIMI



TEKERLEKLİ SANDALYE KULLANAN SPORCULAR

YARI SAHA



STANDING (AYAKTA OYNAYAN) SPORCULAR

TAM SAHA



MAÇ FORMATI



Maçlar genellikle 3 set üzerinden oynanır.



Her set 21 sayı sistemiyle oynanır.

PARA BADMINTON

SINIFLANDIRMA SİSTEMİ

WH

WHEELCHAIR
TEKERLEKLİ
SANDALYE SINIFI



WH1



- En ağır tekerlekli sandalye sınıfıdır.
- Sporcular müsabaka sırasında tekerlekli sandalye kullanır.
- En ağır etkilenimli sınıftır.
- Gövde ve alt ekstremite fonksiyonu ciddi düzeyde etkilenmiştir.

WH2



- Daha hafif engel grubunu temsil eden tekerlekli sandalye sınıfıdır.
- Sporcular müsabaka sırasında tekerlekli sandalye kullanır.
- WH1'e göre daha az etkilenimlidir ve sporcuların daha iyi gövde kontrolü vardır.

SL

STANDING LOWER LIMB
ALT EKSTREMİTE ENGELİ,
AYAKTA OYNANIR.



SL3



- Ayakta oynar ve alt ekstremite engeli ve denge problemi vardır.
- Koşu ve hareket kabiliyeti belirgin etkilenmiştir.

SL4



- SL3'e göre daha hafif engel, daha iyi hareket ve denge kapasitesi olan sporcular.

SU

STANDING UPPER LIMB
ÜST EKSTREMİTE ENGELİ,
AYAKTA OYNANIR.



SU5



- Üst ekstremite (kol/el) engeli vardır ve alt ekstremitelerde herhangi bir engel yoktur.

SH

SHORT STATURE
BOY KISALIĞI,
AYAKTA OYNANIR.



SH6



- Boy kısalığı (dwarfism) veya akondroplazi olan sporcuların yarıştığı sınıftır.
- Tam saha kullanarak yarışırlar.
- Cüce sporcuların yarıştığı sınıflandırmadır.

LA 28 - PARA BADMINTON

ETKİNLİK TABLOSU



Toplam **16** madalya dağıtılır.

PARA BADMINTON - ERKEKLER ETKİNLİKLERİ



TEKLER
(SINGLES)

WH1

WH2

SL3

SL4

SU5

SH6



ÇİFTLER
(DOUBLES)

WH1-WH2

PARA BADMINTON - KADINLAR ETKİNLİKLERİ



TEKLER
(SINGLES)

WH1

WH2

SL3

SL4

SU5

SH6



ÇİFTLER
(DOUBLES)

WH1-WH2

PARA BADMINTON - KARIŞIK ETKİNLİKLER



KARIŞIK ÇİFTLER
(MIXED/OPEN)

SL3-SU5 ve SH6

LA 28 - PARA BADMINTON SPORCU KOTASI



ERKEK SPORCU SAYISI

60



KADIN SPORCU SAYISI

60

TOPLAM SPORCU KOTASI

120
Kişi

PARA BİNİCİLİK



PARA BİNİCİLİK



Para Binicilik (Para Dressaj) branşı; farklı engel gruplarından sporcular tarafından yapılabilsede Paralimpik Oyunlar programında yalnızca



Görme Engelli ve **Bedensel Engelli** sporcuları kapsamaktadır.



Sporcuların bedensel ve görme engel seviyelerine göre **Grade I-V** arasında sınıflandırıldığı ve at üzerinde dresaj hareketleri gerçekleştirdiği bir Paralimpik branştır, bu yüzden Para Binicilik branşı Para Dressaj olarak da bilinmektedir.



Performans değerlendirilmesi; at kontrolü, denge, ritim ve teknik doğruluk kriterlerine dayanır ve tüm sporcular **karışık (cinsiyetsiz) kategoride** yarışır. Para Binicilik'te cinsiyet önemli değildir, karma bir spordur.



At üzerindeki dresaj hareketleri ve sporcunun gösterdiği performans hakemler tarafından puanlanır. Değerlendirme tamamen binicinin at kontrolü ve teknik becerisi üzerinedir. At seçimi performansı etkileyen önemli faktördür ve sporcular atla birlikte **tek bir performans birimi** olarak değerlendirilir.

YARIŞMA KATEGORİLERİ



INDIVIDUAL (BİREYSEL)

Sporcular yalnızca kendi performanslarına göre değerlendirilir ve her sporcu kendi Grade sınıfında bireysel madalya için yarışır.



TEAM - OPEN (TAKIM)

Sporcular bireysel olarak performans sergilese de sonuçlar ülke takımı adına birleştirilir ve takım puanı oluşturulur.



Individual (Bireysel) yarışmalarda amaç kişisel derece elde etmektir;



Team - Open (Takım) kategorisinde amaç farklı sınıflandırmaya (Grade) seviyelerindeki sporcuların katkısıyla ülke adına takım başarısını elde etmektir.

ŞAMPİYONALAR ARASINDAKİ FARK

INDIVIDUAL CHAMPIONSHIP



Sporcular önceden belirlenmiş zorunlu bir test programını uygular ve tüm sporcular aynı hareketleri aynı sırayla gerçekleştirdiği için değerlendirme daha çok teknik doğruluk, kontrol ve standart hareketlerin doğru icrası üzerine yapılır.

INDIVIDUAL FREESTYLE CHAMPIONSHIP



Müzik eşliğinde yapılan serbest bir performans olup sporcuların kendi koreografilerini oluşturmalarına imkan tanır; bu nedenle teknik doğruluğun yanı sıra müzikle uyum, hareketlerin akıcılığı, zorluk seviyesi ve yaratıcılık da değerlendirmeye dahil edilir.

DEĞERLENDİRME KRİTERLERİ



HAREKETLERİN
DOĞRULUĞU



RİTİM VE
TEMPO



AT İLE UYUM
(HARMONY)

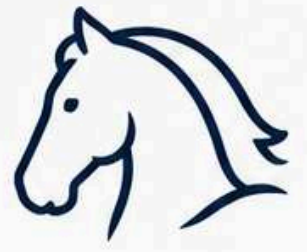


KONTROLLÜ
GEÇİŞLER



GENEL SUNUM
(PRESENTATION)

PARA BİNİCİLİK SINIFLANDIRMA SİSTEMİ



Para Binicilik'te sporcular engel derecesine göre 5 farklı Grade'e yani sınıflandırmaya ayrılır.

Grade I, en ağır düzeyde etkilenmiş binicileri temsil ederken, **Grade V** en az düzeyde etkilenmiş binicileri temsil eder. Görme Engelli sporcular ise görme seviyelerine göre **Grade IV** ve **Grade V** sınıflarında Bedensel Engelli sporcular ile birlikte yarışabilmektedir.

GRADE

I



GRADE I (EN AĞIR ENGEL SINIFI)

En ciddi fiziksel kısıtlılık ve at üzerinde çok sınırlı gövde kontrolüne sahip sporcuların yarıştığı sınıftır. Tüm ekstremiteleri ve gövdeyi etkileyen ağır düzeyde yetersizliklere sahiptir. Sporcular genellikle tekerlekli sandalye kullanır ve gövde kontrolü ve dengeleri ciddi derecede bozulmuştur.

GRADE

II



GRADE II

Orta-ileri düzey engel ve kısmi gövde kontrolüne sahip sporcuların yarıştığı sınıftır. Sporcular ya gövdeyi ciddi düzeyde etkileyen, ancak üst ekstremitelerde minimal etkilenmesi olanlar ya da gövde, üst ve alt ekstremitelerde orta düzey etkilenmesi bulunan engelli bireylerdir. Bu gruptaki sporcuların çoğu günlük yaşamda tekerlekli sandalye kullanır.

GRADE

III



GRADE III

Orta düzey engel ve daha iyi denge ve koordinasyona sahip sporcuların yarıştığı sınıftır. Her iki alt ekstremitede ciddi etkilenme, ancak gövdede minimal veya hiç etkilenme olmayan ya da gövde ile birlikte üst ve alt ekstremitelerde orta düzey etkilenmesi bulunan sporcuların yarıştığı sınıftır.

GRADE

IV



GRADE IV

(HEM GÖRME ENGELLİ HEM DE BEDENSEL ENGELLİLERİN YARIŞTIĞI SINIF)

Hafif engelle sahip (tek taraflı fiziksel etkilenim) veya her iki üst ekstremitede ciddi etkilenme ya da dört ekstremitenin tamamında orta düzey etkilenmesi olan sporcuların yarıştığı sınıftır. Bu gruptaki sporcular genellikle yürüyebilir ve günlük yaşamda tekerlekli sandalye kullanmazlar.

- Kısa boya sahip cüce ve akondroplazi (short stature) engeline sahip sporcular da bu sınıfta yarışır.
- Özellikle ileri derece görme bozukluğu olan ve çok düşük görme keskinliğine sahip (B1 düzeyine eşdeğer) görme engelli sporcular da bu sınıflandırmaya dahildir. Grade IV sınıfında yer alan Bedensel Engelli sporcular ile birlikte yarışır.

GRADE

V

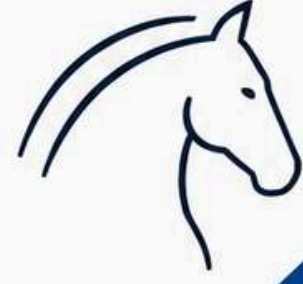


GRADE V

(EN HAFİF ENGELLİ SINIFIDIR, HEM GÖRME ENGELLİ HEM DE BEDENSEL ENGELLİLERİN YARIŞTIĞI SINIF)

En yüksek fonksiyonel kapasite ve neredeyse minimal fiziksel kısıtlılığa sahip sporcuların yarıştığı sınıftır. Ayrıca bu sınıfta: B2 düzeyine eşdeğer (B1'e göre daha yüksek görme keskinliğine sahip) görme engelli sporcular da dahildir. Grade V sınıfında yer alan Bedensel Engelli sporcular ile birlikte yarışır.

LA 28 - PARA BİNİCİLİK ETKİNLİK TABLOSU



Toplam **11** adet
madalya müsabakası vardır.



BİREYSEL ŞAMPİYONA (INDIVIDUAL CHAMPIONSHIP)

5 madalya müsabakası



GRADE I



GRADE II



GRADE III



GRADE IV



GRADE V



TAKIM ŞAMPİYONASI

1 madalya müsabakası



BİREYSEL SERBEST STİL (FREESTYLE CHAMPIONSHIP)

5 madalya müsabakası



GRADE I



GRADE II



GRADE III



GRADE IV



GRADE V

LA 28 - PARA BİNİCİLİK SPORCU KOTASI



Para Binicilik branşında cinsiyet önemli değildir
ve karma spordur.
Bu yüzden LA 28 programında cinsiyetten bağımsız
olarak toplam

78

SPORCUYA KOTA VERİLMEKTEDİR.



PARA BİSİKLET



LA 28 - PARA BİSİKLET

BRANŞ BİLGİSİ



Para Bisiklet branşı farklı engel gruplarından sporcular tarafından yapılabilir de Paralimpik Oyunlar programında yalnızca **Bedensel Engelli** ve **Görme Engelli** sporcular yarışabilir.



Paralimpik Oyunlar'da Para Bisiklet; hem **yol (road)** hem de **pist-velodrom (track)** disiplinlerinde düzenlenir.



Para Bisiklet branşı, Para Atletizm, Para Yüzme ve Para Masa Tenisi'nden sonra Paralimpik Oyunlar'a en çok kota veren **4. branş** ve Para Atletizm ile Para Yüzme'den sonra en çok madalya dağıtan **3. branştır**.



Sporcular engel türü ve fonksiyonel kapasiteye göre sınıflandırılır ve bu sınıflar dört ana bisiklet kategorisinde toplanır: **C (bisiklet)**, **H (handbike)**, **T (tricycle)** ve **B (tandem/görme engelli)**.



Kullanılan araçlar ve yarış formatı, sporcuların engel düzeyine göre uyarlanmış olup temel performans belirleyicileri **aerobik kapasite**, **kas gücü** ve **teknik sürüş becerisidir**.

SINIFLAR

C

BICYCLE



H

HANDBIKE



T

TRICYCLE



B

TANDEM /
GÖRME ENGELLİ



LA 28 - PARA BİSİKLET MADALYA KATEGORİLERİ



Erkek

28



Kadın

21



Karma / Açık

2



Toplam

51

MADALYA KATEGORİSİ

LA 28 - PARA BİSİKLET SPORCU KONTENJANI



Erkek

140



Kadın

80



TOPLAM

220
SPORCU

PARA BİSİKLET - SINIFLANDIRMA SİSTEMİ



Para Bisiklet'te sınıflandırma tamamen fonksiyonel kapasiteye göre yapılır.

1.

C SINIFI (CYCLING - NORMAL BİSİKLET KULLANANLAR)



Normal bisiklet kullanabilen ampute, uzuv kısalığı veya fonksiyonunu tam olarak yerine getiremeyen uzuv, hafif serebral palsi gibi engeli olan ancak normal bisiklet sürebilen sporcular bu kategoride yarışır. Engelle göre bisikletler modifiye edilebilir.

C1, C2, C3, C4 ve C5
olmak üzere 5 ayrı sınıflandırması vardır.



YOL YARIŞI



ZAMANA KARŞI
YARIŞ



PİST YARIŞI

C1

en ağır engel



C5

en hafif engel

2.

H SINIFI (HANDCYCLING - EL BİSİKLETİ)



H sınıfına dahil olan sporcular, istisnai engel durumları hariç, tekerlekli sandalye kullanıcısı sporcuların yer aldığı gruptur. Omurilik yaralanması, serebral palsi, bacak ampute gibi engelleri bulunan sporcular bu gruba dahildir.

H1, H2, H3, H4 ve H5
olmak üzere 5 ayrı sınıflandırması vardır.

Ampute sporcular diz üstü pozisyonda, diğer gruplar ise yatar pozisyonda bisiklet kullanarak yarışır.

H1

en ağır engel



H5

daha hafif engel

3.

B SINIFI (GÖRME ENGELLİ SPORCULAR - TANDEM BİSİKLET)



Bu kategoride görme engelli sporcular 2 kişilik tandem bisiklet ile yarışır. Önde gören rehber, arkada ise görme engelli sporcu yer alır.



YOL YARIŞI



ZAMANA KARŞI YARIŞ



PİST YARIŞI

B1 - B3

görme engelli sporcular (tandem bisiklet).

B1 - tam görme kaybı olan,
B2 - orta düzeyde görme kaybı olan,
B3 - hafif düzeyde görme kaybı olan sporcuların yarıştığı sınıflandırmalardır.

4.

T SINIFI (TRICYCLE - ÜÇ TEKERLEKLİ BİSİKLET)



Serebral palsi, nörolojik veya fiziksel engeli nedeniyle standart bisiklet üzerinde denge kuramayan sporcular üç tekerlekli bisiklet ile yarışır.



YOL YARIŞI



ZAMANA KARŞI YARIŞ

T1

en ağır engel



T2

daha hafif engel

PARA BİSİKLET SINIFLANDIRMA ÖZETİ



Normal bisiklet
kullanan sporcular
(C1 - C5)



El bisikleti kullanan
sporcular
(H1 - H5)



Görme engelli sporcular
(tandem bisiklet)
(B1 - B3)



Üç tekerlekli bisiklet
kullanan sporcular
(T1 - T2)

PARA BİSİKLET - YARIŞ PROGRAMI



PIST YARIŞLARI (TRACK EVENTS)

ERKEKLER

YARIŞ	SINIF
1 km Zamana Karşı*	C1-2-3
1 km Zamana Karşı*	C4-5
Scratch Yarışı	C1
Scratch Yarışı	C2-3
Scratch Yarışı	C4-5
Eleme Yarışı	C1-2
Eleme Yarışı	C3-5
Sprint	B
Bireysel Takip (Individual Pursuit)	B

KADINLAR

YARIŞ	SINIF
1 km Zamana Karşı*	C1-2-3
1 km Zamana Karşı*	C4-5
Scratch Yarışı	C1-3
Scratch Yarışı	C4-5
Eleme Yarışı	C1-3
Eleme Yarışı	C4-5
Sprint	B
Bireysel Takip	B

KARIŞIK

YARIŞ	SINIF
Takım Sprint	C1-5



YOL YARIŞLARI (ROAD EVENTS)

ERKEKLER

YARIŞ	SINIF
Yol Yarışı	B
Yol Yarışı	C1-2-3
Yol Yarışı	C4-5
Yol Yarışı	H1-2
Yol Yarışı	H3
Yol Yarışı	H4
Yol Yarışı	H5
Yol Yarışı	T1-2

KADINLAR

YARIŞ	SINIF
Yol Yarışı	B
Yol Yarışı	C1-2-3
Yol Yarışı	C4-5
Yol Yarışı	H1-2-3
Yol Yarışı	H4-5
Yol Yarışı	T1-2

KARIŞIK

YARIŞ	SINIF
Takım Bayrak Yarışı (Team Relay)	H1-5



ZAMANA KARŞI (TIME TRIAL)

ERKEKLER

YARIŞ	SINIF
Zamana Karşı	H1-2
Zamana Karşı	H3
Zamana Karşı	H4
Zamana Karşı	H5
Zamana Karşı	C1
Zamana Karşı	C2
Zamana Karşı	C3
Zamana Karşı	C4
Zamana Karşı	C5
Zamana Karşı	B
Zamana Karşı*	T1-2

KADINLAR

YARIŞ	SINIF
Zamana Karşı*	H1-2-3
Zamana Karşı*	H4-5
Zamana Karşı*	C1-2-3
Zamana Karşı	C4
Zamana Karşı	C5
Zamana Karşı	B
Zamana Karşı	T1-2



PIST YARIŞLARI
(TRACK EVENTS)



YOL YARIŞLARI
(ROAD EVENTS)



ZAMANA KARŞI
(TIME TRIAL)



KARIŞIK YARIŞLAR



PARA HALTER



LA 28 - PARA HALTER ETKİNLİK VE KOTA TABLOSU



Para Halter (Para Powerlifting), Olimpik halterden farklı olarak sporcuların sırtüstü yatar pozisyonda sadece **bench press (göğüs itiş)** hareketini gerçekleştirdiği bir branştır.



Paralimpik Oyunlar'da Para Halter branşı yalnızca Bedensel Engellileri kapsar ve **sınıflandırması olmayan** bir branştır. Sınıflandırma yalnızca Para Halter branşında uygun engellilik kriterlerini ve minimum engellilik kriterlerini sağlayıp sağlamamasına göre yapılır.



Sporcular bench press hareketini yaparken **kemer/bağlama sistemleri (straps) kural dahilindedir**. Bu durum bir "yardım" değil, **standartlaştırılmış bir gerekliliktir**.



Para Halter'de siklet (ağırlık) kategorileri vardır. Sporcular kilolarına göre sikletlere ayrılır ve her siklette yarışılır.



LA 28 – PARA HALTER ETKİNLİK TABLOSU



Toplam **20** adet madalya müsabakası vardır.

 BENCH PRESS	ERKEKLER	KADINLAR	
	49 kg	✓	41 kg
54 kg	✓	45 kg	✓
59 kg	✓	50 kg	✓
65 kg	✓	55 kg	✓
72 kg	✓	61 kg	✓
80 kg	✓	67 kg	✓
88 kg	✓	73 kg	✓
97 kg	✓	79 kg	✓
107+ kg	✓	86 kg	✓
+107 kg	✓	+86 kg	✓



LA 28 – PARA HALTER SPORCU KOTASI



9

SPORCU



9

SPORCU

Her iki cinsiyette de siklet başına 9 sporcu kotası bulunmaktadır.

10 siklet × 9 sporcu (erkek) = **90 sporcu**

10 siklet × 9 sporcu (kadın) = **90 sporcu**

LA 28 İÇİN TOPLAM

180 SPORCU

KOTA VERİLMEKTEDİR.

100



**PARA
JUDO**



LA 28 - PARA JUDO BRANŞ BİLGİLERİ



Para Judo, Paralimpik Oyunlar'da yalnızca Görme Engelli sporcular için düzenlenen özel bir branştır.

Olimpik judo ile benzer teknik ve kurallara büyük ölçüde sahiptir.

PARA JUDO'DA OLİMPİK JUDODAN FARKLILIKLAR



Maç başlarken sporcular birbirinin giysisinden tutarak (kumikata) başlar ve hakem burada görme engelli sporculara yardımcı olur.



Görme engeli nedeniyle sporcular müsabaka boyunca sürekli temas halinde kalır. Temas koparsa hakem "mate" (dur) komutu verir ve müsabakaya yeniden başlanır.



Sporcular yönlendirilerek tatamiye (minder alanı) getirilir. Görme engeli nedeniyle yönlendirme ve güvenlik kuralları özel olarak uyarlanmıştır.



Amaç, rakibi teknik atışlar ve kontrol teknikleriyle "ippon" olarak yenmektir. Sporcular puan sistemiyle (ippon, waza-ari ve yuko vb.) değerlendirilir.



Maç, süresi genellikle 4 dakikadır. Beraberlik durumunda, müsabaka altın skorla devam eder; bu, bir puan toplayan veya ceza alan ilk kişinin kazandığı bir uzatma süresidir.



Teknikler; atışlar (nage-waza), yer kontrolü (osaekomi-waza) ve kilitlemeler üzerine kuruludur.

PARA JUDO'DA SINIFLANDIRMA SİSTEMİ

Sporcular, görme seviyelerine göre sınıflandırılır.

Para Judo'da diğer görme engelli Paralimpik spordan farklı olarak iki görme sınıfı vardır.

J1
SINIFI



EN AĞIR GÖRME ENGEL SINIFI

Görme seviyesi çok düşük veya hiç görmeyen sporcuları kapsar. Sporcular rakibin hareketlerini görsel olarak takip edemez.

Para Judo'da J1 sporcuların isimlerinin olduğu yerde sırt kısmına kırmızı bir işaret (sticker) konulur. Bunun nedeni, onların tam görme kaybına sahip sporcular olduğunu maç sırasında net şekilde belirtmektir.

J2
SINIFI



KİSMİ GÖRME ENGEL SINIFI

Kısmi düzeyde görme engel sınıfını temsil eder.

Kısmi görme yetisine sahip sporcuları kapsar. Sporcular sınırlı düzeyde görme kapasitesine sahiptir.

AĞIRLIK - SIKLET KATEGORİLERİ



ERKEKLER

-70 kg
-81 kg
-95 kg
+95 kg



KADINLAR

-52 kg
-60 kg
-70 kg
+70 kg

LA 28 - PARA JUDO ETKİNLİK TABLOSU



Toplam **16** adet
madalya müsabakası vardır.



LA 28 – PARA JUDO ETKİNLİK TABLOSU



PARA JUDO - ERKEKLER

SIKLET	GÖRME SINIFI
-70 kg	J1
-81 kg	J1
-95 kg	J1
+95 kg	J1
-70 kg	J2
-81 kg	J2
-95 kg	J2
+95 kg	J2



PARA JUDO - KADINLAR

SIKLET	GÖRME SINIFI
-52 kg	J1
-60 kg	J1
-70 kg	J1
+70 kg	J1
-52 kg	J2
-60 kg	J2
-70 kg	J2
+70 kg	J2

LA 28 – PARA JUDO SPORCU KOTASI

Her siklet ve görme sınıfından **9 sporcu** Los Angeles 2028 için kota alabilmektedir. Böylelikle erkek ve kadın toplamına bakıldığında toplam **144 sporcuya** LA 28 için kota dağıtılmaktadır.



HER SIKLET
VE SINIFTA

9

SPORCU

×

TOPLAM KATEGORİ
(ERKEK + KADIN)

16

KATEGORİ

=

TOPLAM
SPORCU KOTASI

144

SPORCU



72

SPORCU



72

SPORCU



16 kategori × 9 sporcu = 144 sporcu kota verilmektedir.

11

**PARA
KANO**



PARA KANO

BRANŞ BİLGİLERİ

Para Kano branşı, Paralimpik Oyunlar programında yalnızca **Bedensel Engelli** sporcuları kapsamaktadır.



Yarışlar sprint formatında yapılır.



Tüm yarışlar 200 metre mesafede yapılır.



Hem KL hem de VL kategorisinde standart mesafe 200 m'dir.



TEKNE KATEGORİLERİ

KL (KAYAK TİPİ TEKNE)



- Çift palalı (double blade) kürek kullanılır.
- Kayak teknesidir.
- Sporcular öne dönük şekilde oturur.
- Gövde rotasyonu ve kol kullanımı ön plandadır.
- Olimpik kanoya benzer yapıdadır.

VL (VA'A)



- Tek kanatlı pala kullanılır.
- Yan destek şamandırası (outrigger) sayesinde daha yüksek stabilite sağlar.
- Sporcular tek taraflı kürek kullanır.
- Asimetrik yüklenme gerçekleşir.
- Gövde kontrolü sınırlı sporcular için avantaj sağlar.
- Daha ağır engel grupları için uygundur.

SINIFLANDIRMA SİSTEMİ

Sporcular, fonksiyonel kapasitelerine göre sınıflandırılır.

KL1 / VL1

EN AĞIR ENGEL GRUBU



- Sporcular gövde ve bacak fonksiyonlarını çok sınırlı veya hiç kullanamaz.
- Kürek çekiş hareketi sadece omuz ve kol gücüyle gerçekleştirilir.
- Yüksek seviyeli omurilik yaralanması olan sporcular bu grupta yarışmaktadır.

KL2 / VL2

ORTA DÜZEY ENGEL GRUBU



- Sporcular gövde hareketlerini kısmen kullanabilir ancak bacak fonksiyonları sınırlıdır.
- Gövde katkısı vardır ancak tam değildir.
- Düşük seviyeli omurilik yaralanması olan sporcular bu grupta yarışmaktadır.

KL3 / VL3

EN HAFİF ENGEL GRUBU



- Sporcular gövde ve bacaklarını aktif şekilde kullanabilir.
- Kürek çekiş tekniği olimpik kanoya daha yakındır.
- Tek taraflı amputeler ve minimal nörolojik etkilenimi olan sporcular bu grupta yarışmaktadır.



VL1 sınıfı, uluslararası organizasyonlarda yer almakla birlikte Paralimpik Oyunlar programına **dahil değildir**. Paralimpik programda yalnızca **VL2 ve VL3** sınıfları bulunmaktadır.



YALNIZCA
BEDENSEL ENGELLİ
SPORCULAR



SPRINT FORMAT
200 METRE



KL (ÇİFT PALALI)
VL (TEK PALALI +
YAN DESTEK)



3 SINIF
KL1/2/3 – VL1/2/3*



EŞİT REKABET
ADALET VE
ERİŞİLEBİLİRLİK

*VL1 sınıfı Paralimpik programda yer almaz.

LA 28

PARA KANO

ETKİNLİK TABLOSU

Toplam **10** madalya müsabakası vardır.



Erkek

5

müsabaka



Kadın

5

müsabaka



Toplam

10

müsabaka



ERKEKLER (5 MÜSABAKA)



Tekli Kayak (KL1)



Tekli Kayak (KL2)



Tekli Kayak (KL3)



Tekli Va'a (VL2)



Tekli Va'a (VL3)



KADINLAR (5 MÜSABAKA)



Tekli Kayak (KL1)



Tekli Kayak (KL2)



Tekli Kayak (KL3)



Tekli Va'a (VL2)



Tekli Va'a (VL3)

LA 28

PARA KANO

SPORCU KOTASI



Erkek

50

sporcu kotası



Kadın

50

sporcu kotası



Toplam

100

sporcu kotası



Los Angeles 2028 Paralimpik Oyunları'nda **her iki cinsiyette de 50 sporcu kotası** bulunmakta olup **toplam 100 sporcuya** kota dağıtılmaktadır.

12



**PARA
KÜREK**



PARA KÜREK



Para Kürek branşını farklı engel gruplarındaki sporcular tarafından yapılabilir de Para Kürek branşı Paralimpik Oyunlar'da yalnızca Bedensel Engelliler ve Görme Engelliler grubunu kapsamaktadır.

Bu kapsamda Para Kürek branşı **3 engel sınıfından** oluşmaktadır.

PR1

En ağır fiziksel engel grubu



- Bacak ve gövde aktif kullanılmaz.
- Kürek çekişi omuz ve kol gücüyle yapılır.
- Sabit oturma sistemi kullanılır.
- Kemer sistemine izin verilir.

PR2

Orta düzey fiziksel engel grubu



- Gövde ve kollar aktif kullanılır.
- Bacak fonksiyonları yok veya sınırlıdır.
- Hareket üst ekstremite ve gövdeden sağlanır.
- Genellikle kaydırmalı oturak kullanılmaz.

PR3

En hafif fiziksel engel grubu



- Bacak, gövde ve kollar aktif kullanılır.
- Olimpik küreğe en yakın teknik.
- Kaydırmalı oturak kullanılır.
- Engel düzeyi performansı daha az etkiler.

MADALYA YAPISI



Bireysel yarışlar yalnızca **PR1 Erkek ve Kadın** kategorilerinde yapılır.



PR2 ve PR3 yarışları **karışık takım** formatındadır.



Görme engelli sporcular sadece PR3 kategorisinde yarışabiliyorlar. B1 ve B2 olanlar hem 4 kişilik teknede hem de 2 kişilik karışık teknede yarışabiliyorlar. B3 olanlar sadece 4 kişilik teknede yarışabiliyorlar.

PARA KÜREK

ETKİNLİK TABLOSU



Toplam **16** madalya dağıtılır.

Para Kürek branşı farklı engel gruplarındaki sporcular tarafından yapılabilir de Paralimpik Oyunlar'da yalnızca Bedensel Engelliler grubunu kapsamaktadır.

Bu kapsamda Para Kürek branşı **3** engel sınıfından oluşmaktadır.



PARA KÜREK – ERKEKLER ETKİNLİKLERİ



TEKLER
(SINGLES)

PR1

PR2

PR3

PR3 4+



ÇİFTLER
(DOUBLES)

PR2 Mix2x



Erkek

1



Kadın

1



Karışık

3



Toplam

5

PARA KÜREK – KADINLAR ETKİNLİKLERİ



TEKLER
(SINGLES)

PR1

PR2

PR3

PR3 4+



ÇİFTLER
(DOUBLES)

PR2 Mix2x



Kadın

1



Karışık

2



Toplam

3

PARA KÜREK – KARIŞIK ETKİNLİKLER



DÖRT TEKNE
(MIXED/OPEN)

PR3 Mix4+



ÇİFT TEKNE
(MIXED/OPEN)

PR2 Mix2x



Karışık

3

LA 28 – PARA KÜREK SPORCU KOTASI



Erkek

52



Kadın

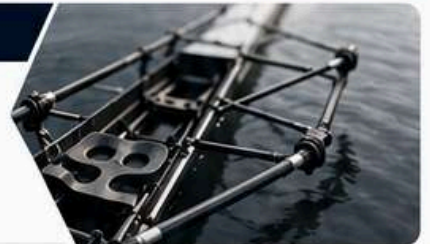
52



Toplam

104*

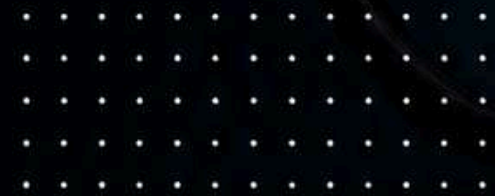
* Dümenciler bu sayıya dahil değildir. Dümenciler kadın veya erkek olabilir ve her dümencili dört teknede bir dümenci bulunur.



13



**PARA
MASA TENİSİ**



PARA MASA TENİSİ



Para Masa Tenisi, geleneksel masa tenisinin kurallarına büyük ölçüde bağlı kalan ancak engel durumuna göre uyarlanan bir Paralimpik spordur. Hem tekerlekli sandalyede oturarak hem de ayakta oynanabilir.



Para Masa Tenisi Paralimpik Oyunlar'da verdiği **280** kota ile Para Atletizm ve Para Yüzme'den sonra en fazla kota veren **3.** Paralimpik spor olarak karşımıza çıkmaktadır.



Madalya dağıtımı açısından da bakıldığında **23** Paralimpik branş içerisinde en fazla madalya dağıtan **4.** Para branştır.



Paralimpik Oyunlar programında Bedensel Engelliler ve Zihinsel Engelliler olmak üzere iki farklı engel grubunu da içeren Paralimpik branşlardan biridir.



Sporcular fonksiyonel kapasitelerine göre **Class 1-5** (tekerlekli sandalye), **Class 6-10** (ayakta) ve **Class 11** (zihinsel engelli) olmak üzere sınıflandırılır. Bu sistem sayesinde farklı engel türlerine sahip sporcular benzer performans düzeyine sahip rakiplerle yarışarak adil bir rekabet ortamı oluşturur.



Sporcular topu rakip sahaya göndererek sayı kazanmaya çalışır ve maçlar genellikle **5 set** üzerinden, her set **11 sayı** olacak şekilde oynanır.



PARİS 2024

SPORCU KOTASI



280

Para Masa Tenisi

KOTA SIRALAMASI



3.

En fazla kota veren
3. Paralimpik spor

MADALYA SIRALAMASI



4.

En fazla madalya dağıtan
4. Para branş

SINIFLANDIRMA SİSTEMİ

CLASS 1-5 (TEKERLEKLİ SANDALYE)



Tekerlekli sandalye kullanan sporcular içindir. Alt sınıflar daha yüksek düzeyde engeli, 5'e doğru gidildikçe daha az etkilenen sporcuları ifade eder.

CLASS 6-10 (AYAKTA)



Ayakta oynayan sporcular içindir. Numaralar azaldıkça engel düzeyi artar.

CLASS 11 (ZİHİNSEL ENGELLİ)



Zihinsel engelli sporcular içindir.

OYUN FORMATI



Amaç: Topu rakip sahaya göndererek sayı kazanmaktır.

5 SET

Maçlar genellikle **5 set** üzerinden oynanır.

11 SAYI

Her set **11 sayı** üzerinden oynanır.



LA 28 MADALYA ETKİNLİKLERİ

Para Masa Tenisi, LA 28 Paralimpik Oyunları'nda Bedensel Engelliler ve Zihinsel Engelliler sporcuların mücadele edeceği madalya etkinliklerinden oluşmaktadır.



PARA MASA TENİSİ ERKEKLER KATEGORİLERİ



Tekler

Sınıf 1 – 5
(Tekerlekli Sandalye)
Sınıf 6 – 10 (Ayakta)
Sınıf 11 (Zihinsel Engelli)



Çiftler

Sınıf 1 – 5
(Tekerlekli Sandalye)



Çiftler

Sınıf 6 – 10
(Ayakta)



Tekler

Sınıf 11
(Zihinsel Engelli)



PARA MASA TENİSİ KADINLAR KATEGORİLERİ



Tekler

Sınıf 1 – 5
(Tekerlekli Sandalye)
Sınıf 6 – 10 (Ayakta)
Sınıf 11 (Zihinsel Engelli)



Çiftler

Sınıf 1 – 5
(Tekerlekli Sandalye)



Çiftler

Sınıf 6 – 10
(Ayakta)



Tekler

Sınıf 11
(Zihinsel Engelli)



PARA MASA TENİSİ KARIŞIK ÇİFTLER

Sınıf 1 – 5
(Tekerlekli Sandalye)
Sınıf 6 – 10
(Ayakta)
Sınıf 11
(Zihinsel Engelli)



LA 28 – PARA MASA TENİSİ SPORCU KOTASI



ERKEK

140

SPORCU KOTASI



KADIN

140

SPORCU KOTASI

TOPLAM

280*

SPORCU KOTASI

* Dümenciler bu sayıya dahil değildir. Dümenciler kadın veya erkek olabilir ve her dümencili dört teknede bir dümenci bulunur.

PARA MASA TENİSİ

SINIFLANDIRMA SİSTEMİ

Para Masa Tenisi, sporcuların fonksiyonel kapasitelerine göre sınıflandırılarak adil ve eşit bir rekabet ortamı sunar. Paralimpik Oyunlar'da iki engel grubunu kapsar.



TEKERLEKLİ SANDALYEDE OYNAYAN SPORCULAR

SINIF 1 – 5

- **Sınıf 1** → en ağır fonksiyon kaybı
- **Sınıf 5** → daha yüksek fonksiyon

Bu sporcuların hepsi müsabaka sırasında ve günlük yaşamında tekerlekli sandalye kullanmaktadırlar.



AYAKTA OYNAYAN SPORCULAR

SINIF 6 – 10

- **Sınıf 6** → daha ağır engel
- **Sınıf 10** → en hafif engel

Alt ve/veya üst ekstremitte etkilenimi olan sporcular ve cüce sporcular bu gruptadır.



ZİHİNSEL ENGELLİ SPORCULAR

SINIF 11

Bilişsel fonksiyon kısıtlılığı olan zihinsel engelli özel sporcuları kapsar.



4. YARIŞMA FORMATI



Tekler, çiftler ve takım müsabakaları vardır.



Erkek ve kadın sporcular ayrı yarışır.



Turnuvalar grup aşaması + eleme sistemi şeklinde ilerler.



Para Masa Tenisi, Paralimpik Oyunlar'da verdiği **280 kota** ile Para Atletizm ve Para Yüzme'den sonra en fazla kota veren **3. Paralimpik spor** olarak öne çıkmaktadır.



23 Paralimpik branş içerisinde en fazla madalya dağıtan **4. Para branştır.**

14



**PARA
OKÇULUK**



PARA OKÇULUK

Para Okçuluk branşını Görme Engelli ve Zihinsel Engelli sporcular da yapmaktadır ancak; IPC Paralimpik Oyunlar programında Para Okçuluk branşında yalnızca Bedensel Engelli sporculara yer vermektedir.



Bedensel engelliler için Para Okçuluk branşı **2 engel sınıfından** oluşmaktadır.



SINIFLANDIRMA SİSTEMİ

Bedensel engelli sporcular için yapılan yeni düzenlemeye göre spor sınıfları iki kategori altında toplanmıştır: **PI-1** ve **PI-2**.

W1 ve PI-1



**DAHA AĞIR DÜZEYDE
ENGEL GRUBU**

W1 ve PI-1 grubu daha ağır engelli grubunu temsil etmektedir.



Alt ekstremitelerde ve üst ekstremitelerde fonksiyonlarını da etkileyen kısıtlılıklar bulunmaktadır.



Performans, hem gövde hem de kol fonksiyonlarındaki sınırlılıklardan belirgin şekilde etkilenir.

PI-2



**DAHA HAFİF DÜZEYDE
ENGEL GRUBU**

PI-2 ise eski Open Class (Standing + PI-2) sınıflarının birleştirilmiş halidir ve daha hafif düzeyde engel grubunu temsil eder.



Bu sınıfta hem ayakta yarışabilen sporcular hem de daha az fonksiyonel kaybı olan tekerlekli sandalye sporcuları birlikte yer alır.



PI-2 sınıfındaki sporcularda, PI-1'de olduğu gibi üst ekstremitelerde etkileyen belirgin bir tutulum bulunmaz ve performans üzerindeki etkiler daha sınırlıdır.

YARIŞMA FORMATI



Tekler, çiftler ve takım müsabakaları vardır.



Erkek ve kadın sporcular ayrı yarışır.



Turnuvalar Sıralama Turu + Eleme Sistemi şeklinde ilerler.



Para Okçuluk, Paralimpik Oyunlar programında yalnızca **Bedensel Engelli sporculara** açıktır.



Görme Engelli ve Zihinsel Engelli sporcular bu branşı yapabilmektedir ancak Paralimpik programda yer almaz.



W1 ve PI-1 daha ağır, PI-2 daha hafif fonksiyonel kayba sahip sporcuları kapsar.



Adil rekabet, fonksiyonel kapasiteye göre sınıflandırma ile sağlanır.

PARA OKÇULUK



MADALYA YARIŞLARI

Erkek 3	Kadın 3	Karışık/Açık 3
-------------------	-------------------	--------------------------

TOPLAM: 9

ERKEK

- Bireysel W1
- Bireysel Makaralı Yay Açık (Compound Open)
- Bireysel Klasik Yay Açık (Recurve Open)

KADIN

- Bireysel W1
- Bireysel Makaralı Yay Açık (Compound Open)
- Bireysel Klasik Yay Açık (Recurve Open)

KARIŞIK/AÇIK (TAKIM)

- Takım W1
- Takım Makaralı Yay (Compound)
- Takım Klasik Yay (Recurve)

SINIFLANDIRMA SİSTEMİ

- W1 (Daha Ağır Engel Grubu)**
Daha ağır düzeyde engel grubunu temsil eder.
- PI-2 (Daha Hafif Engel Grubu)**
PI2 ise eski Open Class (Standing + W2) sınıflarının birleştirilmiş halidir ve daha hafif düzeyde engel grubunu temsil eder.

SPORCU KOTASI

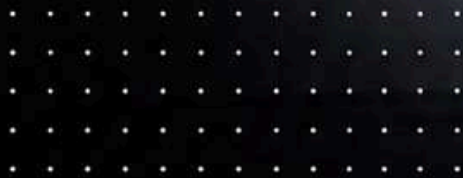
Erkek 48	Kadın 48	Cinsiyetten bağımsız 0
--------------------	--------------------	----------------------------------

TOPLAM
96
SPORCU KONTENJANI
(LA 28)

15



PARA TAEKWONDO



PARA TAEKWONDO



Para Taekwondo, üst ekstremite engeline sahip sporcular için geliştirilmiş ve K41-K44 arasında sınıflandırmaları bulunan bir dövüş sporudur. Ancak Paralimpik Oyunlar kapsamında yalnızca K44 sınıfı yer almakta olup, bu sınıf içindeki sporcular da kilo kategorilerine ayrılarak müsabakalara katılmaktadır. Bu yapı, fonksiyonel kapasite ve vücut ağırlığını birlikte dikkate alarak rekabetin adil şekilde gerçekleşmesini sağlar.



Paralimpik programda yalnızca **Bedensel Engelli sporcular** yer almaktadır.

SINIFLANDIRMA SİSTEMİ

K44

YÜKSEK FONKSİYONEL KAPASİTE

K44 sınıfı;

- Tek taraflı üst ekstremite kaybı
- Dirsek altı amputasyon
- Hafif düzey fonksiyon kaybı olan sporcuları kapsar.



YARIŞMA YAPISI



Para Taekwondo'da müsabakalar **Kyorugi** kategorisinde yapılır.



Sporcular üst ekstremite fonksiyonlarına göre sınıflandırılır.



Paralimpik seviyede yalnızca **K44** sınıfı yer alır.



Sporcular ayrıca kilo kategorilerine ayrılarak yarışır.

YARIŞMA FORMATI



Kyorugi
müsabakaları



Erkek ve kadın
kategorileri



Kilo kategorilerine
göre yarışma
sistemi



PARA TAEKWONDO

Para Taekwondo'da yalnızca sınıflandırma değil, aynı zamanda **kilo kategorileri** de performans eşitliği için kullanılır.



Üst ekstremitelerine sahip sporcular için geliştirilen Para Taekwondo, Paralimpik Oyunlar programında yalnızca **K44 sınıfını** kapsamaktadır.



PARA TEKVANDO – KİLO SİKLET KATEGORİLERİ



Para Tekvando – K44
ERKEK SİKLETLERİ

-58 kg | **-63** kg | **-70** kg | **-80** kg | **+80** kg



Para Tekvando – K44
KADIN SİKLETLERİ

-47 kg | **-52** kg | **-57** kg | **-65** kg | **+65** kg

LA 28 - MADALYA ETKİNLİKLERİ

Erkekler Kategorileri (K44)

-58 kg | **-63 kg** | **-70 kg** | **-80 kg** | **+80 kg**



Kadınlar Kategorileri (K44)

-47 kg | **-52 kg** | **-57 kg** | **-65 kg** | **+65 kg**



Toplam **10** madalya etkinliği

Kyorigi (müsabaka) kategorisinde yarışılır.

LA 28 - SPORCU KOTASI (ATHLETE QUOTA)



TOPLAM SPORCU KOTASI

120

Toplam Sporcu Kota Hakkı

ERKEK (K44)



60

Sporcu Kota Hakkı

KADIN (K44)



60

Sporcu Kota Hakkı



Her NPC ülke, maksimum kotaların %50'sine kadar sporcu ile katılım sağlayabilir.

16



PARA TIRMANIŞ



PARA TIRMANIŞ

Para Tırmanış branşı tarihte ilk kez Paralimpik Oyunlar'da yer alacak bir Paralimpik spor branşıdır. Los Angeles 2028 Paralimpik Oyunları ile birlikte ilk kez 23 Yaz Paralimpik spor branşları içerisine girmiştir.



Para Tırmanış branşı; Paralimpik Oyunlar programında hem **Görme Engelli** hem de **Bedensel Engelli** sporcuları kapsamaktadır.



PARA TIRMANIŞ DISİPLİNİ



LEAD
(Zorluk
Tırmanışı)



Sporcular **6 dakika** içerisinde zeminden başlayarak mümkün olan en yüksek noktaya ulaşmaya çalışır.



Sporcular aynı rotayı tırmanır. **6 dakika** içerisinde en yükseğe çıkan yarışçı kazanır.



Tutamak sayıları hesaplanarak sporcunun neticesi belirlenir.

Tırmanılan en yüksek noktaya ulaşıldığında, temas edilen son tutamak geçerli sayılır.

SPORCU KATEGORİLERİ



GÖRME ENGELLİ SPORCULAR

Görme engelli sporcular için sesli yönlendirme ve güvenlik standartları uygulanır.



BEDENSEL ENGELLİ SPORCULAR

Üst veya alt ekstremitte fonksiyon kaybı olan sporcular için sınıflandırma kriterleri geçerlidir.

ÖRNEK PUANLAMA



SPORCU A



35
TUTAMAK



SPORCU B



38
TUTAMAK



Yarışı daha yükseğe çıkan **38 tutamak** ile **SPORCU B** kazanmıştır.



TARİHTE BİR İLK:

Para Tırmanış, **Los Angeles 2028** Paralimpik Oyunları ile birlikte ilk kez Paralimpik Oyunlar programında yer alacaktır.



LA 28

PARA TIRMANIŞ

Para Tırmanış, Los Angeles 2028 Paralimpik Oyunları ile birlikte ilk kez 23 Yaz Paralimpik spor branşları içerisinde giren bir branştır.

Branş; Görme Engelli ve Bedensel Engelli sporcuları kapsamaktadır. Para Tırmanış "Lead" (zorluk tırmanışı) disiplininde uygulanmaktadır.



LA 28 - MADALYA ETKİNLİKLERİ (MEDAL EVENTS)



ERKEKLER



B1 LEAD

Tam görme kaybı



RP1 LEAD

Hareket açıklığı / kuvvet kısıtlılığı



AU2 LEAD

Üst ekstremité engeli



AL2 LEAD

Alt ekstremité engeli



KADINLAR



B2 LEAD

Kısmi görme



RP1 LEAD

Hareket açıklığı / kuvvet kısıtlılığı



AU2 LEAD

Üst ekstremité engeli



AL2 LEAD

Alt ekstremité engeli



Tüm kategoriler Lead (zorluk tırmanışı) disiplininde yarışır. Sporcular 6 dakika içerisinde en yüksek noktaya ulaşmaya çalışır.



LA 28 - SPORCU KOTASI (ATHLETE QUOTA)

	ERKEKLER	KADINLAR	TOPLAM
B1 / B2 LEAD	8	8	16
RP1 LEAD	8	8	16
AU2 LEAD	8	8	16
AL2 LEAD	8	8	16
TOPLAM	32	32	64

LA 28

LOS ANGELES
2028

İLK KEZ
PARALİMPİK OYUNLAR
PROGRAMINDA!

PARA TIRMANIŞ

Para Tırmanış 'ta sporcuların fonksiyonel durumlarına göre sınıflandırılma yapılmaktadır.



LEAD

Zorluk tırmanışı disiplini



6 DAKİKA

Belirli süre içerisinde en yükseğe ulaşma



AYNI ROTA

Sporcular aynı rotayı tırmanır



TUTAMAK SAYISI

En yüksek noktaya çıkan yarışçı kazanır



SINIFLANDIRMA SİSTEMİ



B

(BLIND /
GÖRME ENGELİ)

Görme engelli sporcuların yarıştığı ve görme seviyesine göre sporcuların sınıflandırıldığı bir sınıftır. Sporcular B1 ve B2 olmak üzere 2 sınıfta yarışır ancak Paralimpik Oyunlar programında; yalnızca Erkeklerde B1 ve Kadınlarda B2 kategorisine yer verilmektedir. Sporcular aşağıda konumlanan bir rehber eşliğinde tırmanır ve her sporcunun rehberi farklı olmak zorundadır.

B1 LEAD

Tam görme kaybını tanımlayan sınıftır.

B2 LEAD

Kısmi görme kaybını tanımlayan sınıftır.

LA 28 PROGRAMI



SADECE
ERKEKLER



SADECE
KADINLAR



RP

(RANGE &
POWER)

Eklem hareket açıklığı, koordinasyon veya kas gücü kısıtlılığı bulunan sporcuların yarıştığı sınıftır. RP1 ve RP2 şeklinde iki sınıf vardır ancak Paralimpik Oyunlar programında daha ağır engel grubu olan RP1 Lead sınıfı yer alır.

RP1 LEAD

Daha ciddi hareket kısıtlılığı olan kişileri tanımlayan sınıftır. Genelde eklem sertliği, ciddi kas gücü kaybı ve nöromusküler problemi olan daha ağır engelli sporcular bu sınıfta yarışır.

LA 28 PROGRAMI



SADECE
RP1 LEAD



AU

(AMPUTEE
UPPER)

Üst ekstremitelerde (kol/el) amputasyonu veya benzer fonksiyon kaybı bulunan sporcuların yarıştığı sınıftır. AU1 ve AU2 şeklinde iki sınıf vardır ancak Paralimpik Oyunlar programında daha hafif engel grubu olan AU2 Lead sınıfı yer alır.

AU2 LEAD

Daha hafif engel grubunu tanımlayan bir sınıflandırmadır ve üst ekstremitelerde belirgin kaybı olan kişiler bu sınıfta yarışmaktadır. Ön kol veya dirsek seviyesinde kayıp ya da el/parmak amputasyonu olan kişiler tek kol ile zirveye tırmanarak belirli süre içerisinde en yükseğe ulaşmaya çalışırlar. Bu sınıfta yarışan kişilerin el kavrama zayıflığı vardır.

LA 28 PROGRAMI



SADECE
AU2 LEAD



AL

(AMPUTEE
LOWER)

Alt ekstremitelerde (bacak/ayak) amputasyonu veya benzer fonksiyon kaybı bulunan sporcuların yarıştığı sınıftır.

AL2 LEAD

Alt ekstremitelerde amputasyonu veya alt ekstremitelerde fonksiyon kaybına sahip olan kişileri tanımlayan sınıflandırmadır. Diz altı veya üstü amputasyonu olan kişiler veya alt ekstremitelerde orta/kısmi kas kuvveti kaybı olan sporcular bu sınıfta yarışır.

LA 28 PROGRAMI



SADECE
AL2 LEAD

ÖRNEK PUANLAMA



SPORCU A



35

TUTAMAK

SPORCU B



38

TUTAMAK



Yarışı daha yükseğe çıkan 38 tutamak ile **SPORCU B** kazanmıştır.



Para Tırmanış branşı, **Los Angeles 2028** Paralimpik Oyunları ile birlikte tarihte ilk kez Paralimpik Oyunlar programında yer alacaktır.



17



PARA TRIATLON



PARA TRIATLON

Para Triatlon, **yüzme**, **bisiklet** ve **koşudan** oluşan ve engelli sporcular için adapte edilmiş bir dayanıklılık sporudur.



Paralimpik Oyunlar kapsamında Para Triatlon branşı **Görme Engelli** ve **Bedensel Engelli** sporcuları kapsamaktadır.

YARIŞ FORMATI

Paralimpik Oyunlar kapsamındaki Para Triatlon yarışları, geleneksel triatlon formatını takip eder ve belirli bir sırai ile gerçekleştirilir:

1. YÜZME

750 metre



Yarış yüzme etabıyla başlar. Sporcular açık suda toplu çıkış yaparak 750 metreyi tamamlar.

T1
GEÇİŞ
ALANI

2. BİSİKLET

20 kilometre



T1 geçiş alanında bisiklet ekipmanlarına geçilir. 20 kilometrelik bisiklet etabı (sınıflandırmaya göre standart bisiklet, tandem veya el bisikleti ile) gerçekleştirilir.

T2
GEÇİŞ
ALANI

3. KOŞU

5 kilometre



Bisikletin ardından T2 geçiş alanında koşu ekipmanına geçilir ve yarış 5 kilometrelik koşu etabı ile tamamlanır.

RESMİ MESAFELER



YÜZME
750 metre



BİSİKLET
20 kilometre



KOŞU
5 kilometre

LA 28 – MADALYA ETKİNLİKLERİ

Erkekler Kategorileri (K44)



1 ETKİNLİK

Kadınlar Kategorileri (K44)



1 ETKİNLİK

LA 28 – SPORCU KOTASI (ATHLETE QUOTA)



TOPLAM
SPORCU
KOTASI

120

TOPLAM SPORCU
KOTA HAKKI

ERKEK (K44)



60

SPORCU KOTA HAKKI

KADIN (K44)



60

SPORCU KOTA HAKKI

PARA TRIATLON

Para Triatlon, yüzme, bisiklet ve koşudan oluşan ve engelli sporcular için adapte edilmiş bir dayanıklılık sporudur.

PARA TRIATLON BİRİNDİ 3 FARKLI SPORCU GRUBU VARDIR:



PTWC

(Tekerlekli Sandalye)



PTS

(Ayakta Yarışanlar)



PTVI

(Görme Engelli)



1 PTWC (Tekerlekli Sandalye)

Tekerlekli sandalye kullanan sporcular (PTWC).



YÜZME



BİSİKLET

El bisikleti (handcycle)



KOŞU

Yarış sandalyesi

PTWC (WHEELCHAIR)

PTWC1

En ağır engel grubunu temsil eder.

PTWC2

Daha hafif engel grubunu temsil eder.



Aynı yarışta yarışılır ama ağır engelli olanlara zaman avantajı verilir.

2 PTS (Ayakta Yarışanlar)

Bedensel engelli (ayakta yarışan) sporcular. Protez veya yardımcı ekipman kullanabilirler. Normal bisiklet kullanabilirler veya bisikletler modifiye olabilir.



YÜZME



BİSİKLET

Normal veya modifiye



KOŞU

PTS (STANDING)

PTS 2

En ağır engel grubunu temsil eder.

PTS 3

Orta engel grubunu temsil eder.

PTS 4

Hafif-orta engel grubunu temsil eder.

PTS 5

En hafif engel grubunu temsil eder.



Her sınıf ayrı bir şekilde yarışır ve madalya dağılımı her bir sınıf için ayrıdır.

3 PTVI (Görme Engelli)

Görme Engelli sporcular (PTVI). Tüm yarış boyunca bir rehber (guide) ile yarışılır. Yüzme ve koşuda sporcu ile rehber bağlıdır. Bisiklette ise tandem bisiklet kullanılır.



YÜZME

Sporcu ve rehber bağlıdır



BİSİKLET

Tandem bisiklet



KOŞU

Sporcu ve rehber bağlıdır

PTVI (GÖRME ENGELLİLER)

PTVI1

Total körlük

PTVI2

Ciddi görme kaybı

PTVI3

Daha hafif görme kaybı



Tüm sınıflar birlikte yarışabilir, ağır engelli olanlara zaman avantajı verilir.



Para Triatlon'da sınıflandırma sistemi, sporcuların fonksiyonel kapasitesine göre eşit ve adil bir yarış ortamı sağlamak amacıyla uygulanır.

LA 28 PARA TRIATLON



ETKİNLİK TABLOSU

LA 28 Paralimpik Oyunları'nda Para Triatlon üç farklı sporcu grubunda düzenlenir. PTWC ve PTVI kategorilerinde birden fazla sınıf yer alsa da her iki kategoride de tek bir madalya dağıtılır.

SPORCU GRUBU	SINIFLAR	YARIŞMA YAPISI	MADALYA DAĞILIMI (LA 28)
 PTWC (Tekerlekli Sandalye)	<ul style="list-style-type: none">PTWC1PTWC2	PTWC1 (daha ağır engelli sporcular) zaman avantajı ile PTWC2'ler ile birlikte yarışır.	 1 MADALYA (Erkekler)  1 MADALYA (Kadınlar)
 PTS (Ayakta Yarışanlar)	<ul style="list-style-type: none">PTS2PTS3PTS4PTS5	Her sınıf ayrı yarışır. Her sınıf için ayrı madalya dağıtılır.	 4 MADALYA (Erkekler)  4 MADALYA (Kadınlar)
 PTVI (Görme Engelli)	<ul style="list-style-type: none">PTVI1PTVI2PTVI3	PTVI1 (daha ağır engelli sporcular) ve dezavantajlı gruplara zaman avantajı verilerek birlikte yarışır.	 1 MADALYA (Erkekler)  1 MADALYA (Kadınlar)



PTWC (2 sınıf) ve PTVI (3 sınıf) kategorilerinde tek madalya dağıtılır. Daha ağır engelli sporculara ve dezavantajlı gruplara zaman avantajı verilerek adil ve kapsayıcı bir rekabet ortamı sağlanır.

LA 28 – PARA TRIATLON

SPORCU KOTASI

LA 28 Paralimpik Oyunları'nda Para Triatlon branşında toplam sporcu kotası **120**'dir.



	ERKEKLER	KADINLAR	TOPLAM
 PTWC (Tekerlekli Sandalye)	60	60	120
 PTS (Ayakta Yarışanlar)	60	60	120
 PTVI (Görme Engelli)	30	30	60
TOPLAM	120	120	120

18

TEKERLEKLİ SANDALYE BASKETBOL



TEKERLEKLI SANDALYE BASKETBOLU

Tekerlekli Sandalye Basketbolu, bedensel engelli sporcular için uyarlanmış Paralimpik bir takım sporudur.

Oyun, standart basketbol kurallarına çok benzerdir. Basketbol potası ve saha ölçüleri standart basketbol ile aynıdır. Oyun 5'e 5 oynanır. Amaç, topu rakip potaya atarak sayı kazanmaktır.



OYUNUN TEMEL ÖZELLİKLERİ



STANDART SAHA VE POTA

Basketbol potası ve saha ölçüleri standart basketbol ile aynıdır.



5'E 5 OYUN

Her takım 5 oyuncu ile sahada yer alır. Amaç, topu rakip potaya atarak sayı kazanmaktır.



ÖZEL SPOR SANDALYELERİ

Yüksek manevra kabiliyeti için özel olarak eğimli (cambered) tekerlekli dir.



TEKERLEK İTME KURALI

Topu aldıktan sonra oyuncu genellikle en fazla 2 kez tekerlek itebilir. (Traveling kuralı)



BASKETBOLUN TÜM BECERİLERİ

Top sürme (dribbling), pas, şut ve ribaunt gibi tüm temel basketbol becerileri kullanılır.

SPORCU SINIFLANDIRMASI

Sporcular, fonksiyonel kapasitelerine göre puanlanır. Saha içi toplam takım puanı belirli bir sınırı geçemez.



1.0 - 4.5 PUAN

Her sporcunun fonksiyonel durumuna göre puan verilir.



SAHA İÇİ TOPLAM PUAN SINIRI: 14.0

OYUN SÜRESİ



4 X 10 DAKIKA

4 periyot
her biri 10 dakika
süreyle oynanır.



HIZ • STRATEJİ • TAKIM RUHU

Tekerlekli Sandalye Basketbolu, yalnızca fiziksel güç değil, zeka, taktik ve takım uyumu gerektirir.



EŞİTLİK VE REKABET

Dünya genelinde milyonlarca insana ilham veren, kapsayıcı ve heyecan dolu bir spor dalıdır.



PARALİMPİK OYUNLARIN GÜÇLÜ BRANSI

1996 Atlanta Paralimpik Oyunları'ndan bu yana programda yer almaktadır.

TEKERLEKLİ SANDALYE BASKETBOL

SINIFLANDIRMA SİSTEMİ

Tekerlekli sandalye basketbolunda sporcular fonksiyonel hareket kabiliyetine göre puan sistemiyle sınıflandırılır.



1 SINIFLANDIRMA PUAN SİSTEMİ



1.0 – 4.5 PUAN
arasında değerlendirilir.

Puan arttıkça
fonksiyonel kapasite artar.

1.0

En düşük
kapasite

2.5

4.5

En yüksek
kapasite

2 TAKIM KURALI (ÇOK ÖNEMLİ)*

Sahada aynı anda 5 oyuncu bulunur ve toplam sınıf puanı **14'ü geçemez.**

Toplam 14 puanı geçerse kural ihlali olur ve hakem müdahale eder.



ÖRNEK HESAPLAMA

$$2.0 + 3.0 + 1.5 + 4.0 + 3.5 = 14.0$$

✓ KURAL İÇİNDE

! 14'Ü GEÇERSE KURAL İHLALİ!



LA 28 - MADALYA YARIŞLARI (MEDAL EVENTS)

Turnuva Formatı

ERKEKLER
8 TAKIMLI
TURNUVA



KADINLAR
8 TAKIMLI
TURNUVA



LA 28 - SPORCU KOTASI (ATHLETE QUOTA)

8

ERKEK TAKIM
(8 TAKIM)

8

KADIN TAKIM
(8 TAKIM)



NOT: Her cinsiyette 8 takım yer alır, her takım 12 sporcudan oluşur.



HIZ • STRATEJİ • TAKIM RUHU

Tekerlekli Sandalye Basketbol, yalnızca bir oyun değil, eşitlik ve mücadele alanıdır.



109



TEKERLEKLİ SANDALYE ESKRİM



TEKERLEKLİ SANDALYE ESKRİM

Kategori A ve Kategori B olmak üzere iki sınıflandırma kategorisi vardır.

Tekerlekli Sandalye Eskrim, Paralimpik Oyunlar'da yalnızca Bedensel Engelliler engel grubunu kapsamakta olup, tekerlekli sandalye ile oynanır.

SINIFLANDIRMA KATEGORİLERİ

A

KATEGORİ A

Daha yüksek fonksiyonel kapasiteye sahip sporcular.

B

KATEGORİ B

Daha düşük fonksiyonel kapasiteye sahip sporcular.



OYUNUN TEMEL ÖZELLİKLERİ



TEKERLEKLİ SANDALYE KULLANIMI

Sporcuların sandalyeleri yere sabitlenir ve müsabaka alanına (pist) bağlanır.



KONUM VE MESAFE

Sporcular birbirlerine yaklaşık 110 derece açıyla konumlanır. Mesafe, kol uzunluğu daha kısa olan sporcunun erişimine göre ayarlanır.



BAŞLANGIÇ

Hakemin "Allez" (başla) komutuyla müsabaka başlar. Maç, belirlenen süre içinde mümkün olduğunca fazla puan almaktır.



SKOR SİSTEMİ

Skor sistemi elektronik olarak çalışır:
• Renkli ışıklar → geçerli (valid) tuş
• Beyaz ışık → geçersiz tuş

YARIŞ FORMATI

Paralimpik Oyunlar kapsamında Tekerlekli Sandalye Eskrim yarışları, geleneksel eskrim formatına takip eder ve belirli bir sıra ile gerçekleştirilir.

1. FLÖRE



Tek dokunuş geçerlidir.



2. EPE



Tek dokunuş geçerlidir.



3. KILIÇ



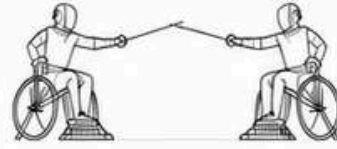
Çift dokunuş geçerlidir.



LA 28 - MADALYA YARIŞLARI (MEDAL EVENTS)

Turnuva Formatı

Erkek	Kadın	Karma/Açık	Toplam
7	7	2	16



Toplam 16 madalya etkinliği



LA 28 - SPORCU KOTASI (ATHLETE QUOTA)

Erkek	Kadın	Toplam
48	48	96

SPORCU

NOT: Her cinsiyette 8 takım yer alır, her takım 12 sporcudan oluşur.



HIZ

Hızlı refleksler, patlayıcı hareketler ve doğru zamanlama büyük önem taşır.



STRATEJİ

Rakibin zayıf noktalarını okumak ve doğru taktikleri kullanmak başarıyı getirir.



EŞİTLİK VE REKABET

Tekerlekli sandalye eskriminde amaç, adil ve eşit koşullarda en iyi olmak ve ülkeyi en iyi şekilde temsil etmektir.

2020



TEKERLEKLİ SANDALYE RAGBİ



TEKERLEKLİ SANDALYE RAGBİ

SINIFLANDIRMA SİSTEMİ

Tekerlekli Sandalye Ragbi, 4 kişilik karma takımlarla oynanan, yüksek temas içeren ve kapalı bir standart basketbol sahasında (28 x 15 m) gerçekleştirilen Paralimpik bir takım sporudur.

Tekerlekli Sandalye Ragbi Paralimpik Oyunlar'da yalnızca **Bedensel Engelliler** engel grubunu kapsamakta olup, tekerlekli sandalye ile oynanır.



KARMA SPOR
Erkek ve kadın sporcular birlikte oynar.



OYUN ALANI
Kapalı standart basketbol sahası (28 x 15 m).



AMAÇ
Topu kontrol ederek rakip gol çizgisini geçmektir.



ÖZEL SANDALYE
Yüksek temas ve manevra kabiliyeti için özel tasarlanmıştır.

SINIFLANDIRMA SİSTEMİ

0.5 - 3.5 Sporcular **0.5 - 3.5 puan** arasında sınıflandırılır.

8 Sahadaki 4 oyuncunun toplamı **8 puanı** geçemez.

♀ Oyun sırasında sahada kadın sporcu varsa, takıma **+0.5 puan** avantajı verilir.

📋 Sınıflandırma tanıya göre değil; tamamen fonksiyonel kapasiteye göre yapılır.

SPORCU PUAN ARALIĞI



♀ +0.5
Kadın sporcu avantajı



Sınıflandırmacılar sporcuları sahada gözlemleyerek fonksiyonel değerlendirme sonucunda sporcuların nihai sınıflandırmasını verir.

SINIFLANDIRMA ESNASINDA DEĞERLENDİRİLEN PARAMETRELER



Üst ekstremite gücü
Kuvvet ve itme kapasitesi



Kavrama yeteneği
Topu kontrol etme ve tutma becerisi



Gövde kontrolü
Denge, stabilite ve gövde hareketleri



Manevra kabiliyeti
Tekerlekli sandalye kontrolü



Top ile hareket
Ragbi topu ile birlikte dinamik hareket kabiliyeti

“ Tam temasın serbest olduğu bu branşta performans; üst ekstremite gücü, gövde stabilitesi ve taktiksel organizasyon üzerine kuruludur. ”

LA 28 - TEKERLEKLİ SANDALYE RAGBİ ETKİNLİK TABLOSU



KARMA (MIXED/OPEN)

8

TAKIMLI TURNUVA

Erkek-Kadın karışık olarak oynanır.

LA 28 - TEKERLEKLİ SANDALYE RAGBİ SPORCU KOTASI

8
TAKIM

12
SPORCU

HER BİRİ ON İKİ (12) SPORCUDAN OLUŞAN SEKİZ (8) TAKIM YER ALACAKTIR.



LA 28 İÇİN TOPLAM SPORCU KOTASI

96 SPORCU



TEKERLEKLİ SANDALYE TENİS



TEKERLEKLİ SANDALYE TENİS



- ▶ Paralimpik Oyunlar'da yalnızca Bedensel Engelliler engel grubunu kapsamakta olup, tekerlekli sandalye ile oynanır. **Open** ve **Quad Division** olmak üzere iki sınıflandırma kategorisi vardır. Ayakta oynanan Paralimpik Tenis şu an için Paralimpik programda yer almamaktadır.
- ▶ Kort ölçüleri, raketler veya tenis topları açısından, engelsiz tenis ile herhangi bir fark bulunmamaktadır. Temel farklar, özel olarak tasarlanmış tekerlekli sandalyeler ve "**çift sekme kuralı**"dır. Bu kurala göre top, vurulmadan önce iki kez sekebilir.
- ▶ 3 setlik bir maçın 2 setini alan oyuncu veya takım maçı kazanır. Bir seti kazanmak için oyuncu ya da takım 6 oyun kazanmak zorundadır.

1 OPEN DIVISION DAHA HAFİF ENGEL GRUBU



- ▶ Bir veya iki bacağında kalıcı engeli bulunan ancak normal kol fonksiyonlarına sahip sporcuların yer aldığı TS Tenis sınıfıdır.
- ▶ Daha hafif engel grubunu temsil eder.

2 QUAD DIVISION DAHA AĞIR ENGEL GRUBU



- ▶ Oynadıkları kollarıyla raketi tutarken ve tekerlekli sandalyeye manevra yaptırırken becerilerini fazladan sınırlayan engelleri bulunan sporcuların yer aldığı TS Tenis sınıfıdır.
- ▶ Daha ağır engel grubunu temsil eder. Quad sınıfına seçilebilmek için oyuncunun üç ya da daha fazla uzvunda fonksiyon kaybı olması gerekmektedir.
- ▶ Quad Division'da raket tutma, topu yönlendirme ve manevra yapma konusunda daha fazla zorluk yaşanabileceği için özel destekleyici donanımlar kullanılabilir.



Daha ağır engel grubunu temsil eden Quad Division'da kadın sporcu sayısı dünya genelinde yeterli sayıda olmadığı için kadın ve erkek sporcular aynı sınıflandırma içerisinde yarışmaktadırlar. Bu anlamda kadın ve erkeğin birlikte yarıştığı nadir görülen Paralimpik branşlardan biridir.



LA 28 PARALİMPİK OYUNLAR'DA - TEKERLEKLİ SANDALYE TENİS

TOPLAM 6 MADALYA MÜSABAKASI VAR

- 1 Men's Singles (Open Division)
- 2 Women's Singles (Open Division)
- 3 Men's Doubles (Open Division)
- 4 Women's Doubles (Open Division)
- 5 Quad's Singles (Quad Division)
- 6 Quad's Doubles (Quad Division)



LA 28 - TEKERLEKLİ SANDALYE TENİS SPORCU KOTASI

KATEGORİ	SPORCU SAYISI
Erkek	48
Kadın	32
Cinsiyetten bağımsız (Quad)	16
TOPLAM KOTA	96 SPORCU

2024



PARA YÜZME



PARA YÜZME



- ✓ Paralimpik Oyunlar'da Bedensel Engelliler, Görme Engelliler ve Zihinsel Engelliler olmak üzere **3 farklı engel grubunu** da içeren iki branştan biridir (diğer branş Para Atletizm).
- ✓ Kota ve madalya dağılımı sıralamasında Paralimpik Oyunlar programında yer alan branşlardan en fazla kota ve madalya dağıtan ikinci branştır.
- ✓ Para Yüzme sınıflandırma bakımından en karmaşık ve zor Paralimpik branşlardan biridir ve toplam **14 spor sınıfı** vardır.
- ✓ Para Yüzme'de sınıflandırma sistemi, sporcuların fonksiyonel kapasitesine göre adil rekabet ortamı oluşturmak amacıyla yapılandırılmıştır ve üç ana engel grubuna dayanır: bedensel, görme ve zihinsel engelliler.



1. BEDENSEL ENGELLİLER S1 – S10

Bedensel engelli sporcular için kullanılan S1–S10 aralığındaki sınıflar, sporcunun kas gücü, eklem hareket açıklığı ve koordinasyon düzeyine göre belirlenir; S1 en ağır, S10 ise en hafif fiziksel kısıtlılığı temsil eder.



2. GÖRME ENGELLİLER S11 – S12 – S13

Görme engelli sporcular S11–S13 arasında sınıflandırılır; S11 tamamen ya da tama yakın görme kaybını, S12 orta düzey görme kaybını ve S13 ise daha hafif görme kısıtlılığını ifade eder.



3. ZİHİNSEL ENGELLİLER S14

Otizm ve Mental Retardasyona sahip özel sporcular olarak bilinen zihinsel engelli sporcuların yer aldığı Para Yüzme spor sınıfıdır. Bu grup, bilişsel işlevlerde sınırlılığı olan sporcuları kapsar.

YARIŞMA KATEGORİLERİ (STİLLER)

Yarışma kategorileri ise yüzülen stile göre farklı kodlarla ifade edilir:



S SINIFLARI

Serbest, sırtüstü ve kelebek stillerini temsil eder.



SB SINIFLARI

Kurbağalama stilini temsil eder.



SM SINIFLARI

Bireysel karışık yarışları temsil eder.

Bu yapı sayesinde, farklı engel türlerine sahip sporcular benzer fonksiyonel seviyedeki rakiplerle yarışarak performanslarını en adil şekilde ortaya koyabilir.



Bir Para Yüzücünün S SB SM sınıfları değişiklik gösterebilir.

Örneğin; bir Para Yüzücünün S sınıfı S5 iken, kurbağa sınıfı SB6 ve bireysel karışık sınıfı SM5 olabilir. Bu anlamda sporcunun sınıflandırma sırasında aldığı puanlar oldukça önemlidir.

Genellikle kurbağada bacak kuvveti çok daha büyük bir itiş gücü sağladığından, alt ekstremitelerinde herhangi bir kayıp olmayan yüzücülerin kurbağa sınıfı S sınıfından daha yüksek olur.



Para Yüzme, Paralimpik Oyunlar programında yer alan branşlardan en fazla kota ve madalya dağıtan **ikinci** branştır.



Toplam **14 spor sınıfı** ile en karmaşık ve zor Paralimpik branşlardan biridir.



Bedensel, görme ve zihinsel engelli sporcuların yer aldığı, kapsayıcı ve evrensel bir spor dalıdır.



Adil rekabet ilkesiyle, her sporcunun potansiyeli doğru sınıflandırma ile ortaya çıkar.

PARA YÜZME



Yüzülen Stiller ve kodları

S Stil Kategorileri

S1 - S10 (10 Sınıf)

Serbest, sırtüstü,
kelebek

SB Stil Kategorileri

SB1 - SB9 (9 Sınıf)

Kurbağalama

SM Stil Kategorileri

SM1 - SM10 (10 Sınıf)

Bireysel karışık

Para yüzmede engelliliklere sahip sporcuların sınıfları fonksiyonel kapasitelerine göre belirlenir:

örneğin S1-S5 sporcularında gövde kontrolü ve itiş gücü sınırlı olduğu için genelde 50 m gibi kısa mesafeler yüzülür; S2-S5 belirli düzeyde kapasiteyle 200 m serbest yüzebilir; S6-S13 daha iyi koordinasyon ve dayanıklılıkla 400 m serbest gibi uzun mesafelere çıkabilir; S14 ise yüksek fonksiyonel kapasite nedeniyle hemen hemen tüm mesafelerde yarışabilir.

Bu dağılım, performansın sürdürülebilirliği ve adil rekabet için oluşturulmuştur.



ERKEKLER – Para Yüzme (Tüm Yarışlar Tek Tablo)

Stil	50 m	100 m	200 m	400 m
Serbest (S)	S1-S13	S1-S14	S2-S5, S14	S6-S13
Sırtüstü (S)	S1-S5	S6-S14	—	—
Kelebek (S)	S2-S7	S8-S14	—	—
Kurbağalama (SB)	—	SB4-SB14	—	—
Karışık (SM)	—	—	SM5-SM14	—



KADINLAR – Para Yüzme (Tüm Yarışlar Tek Tablo)

Stil	50 m	100 m	200 m	400 m
Serbest (S)	S1-S13	S1-S14	S2-S5, S14	S6-S13
Sırtüstü (S)	S1-S5	S6-S14	—	—
Kelebek (S)	S2-S7	S8-S14	—	—
Kurbağalama (SB)	—	SB4-SB14	—	—
Karışık (SM)	—	—	SM5-SM14	—



PARA YÜZME



2028 LOS ANGELES MADALYA ETKİNLİKLERİ

Erkek	Kadın	Karma/Açık	Toplam
71	64	7	142



SPORCU KOTASI

Erkek	Kadın	Toplam
325	280	605



Paralimpik Oyunlar programında yer alan branşlar arasında, kota ve madalya dağılımı açısından **en fazla kota ve madalya dağıtan ikinci branştır.**

23

PARA ATLETİZM



PARA ATLETİZM



Para Atletizm branşı Paralimpik Oyunlar'da Bedensel Engelliler, Görme Engelliler ve Zihinsel Engelliler olmak üzere 3 farklı engel grubunu da içeren iki branştan biridir (diğer branş Para Yüzme).



Para Atletizm branşı kota ve madalya dağılımı sıralamasında Paralimpik Oyunlar programında yer alan branşlar içerisinde en fazla kota ve en fazla madalya dağıtan branştır.



Para Atletizm sınıflandırma bakımından en karmaşık ve en zor Paralimpik branşlardan biridir. Sınıflandırma sistemi, sporcuların fonksiyonel kapasitesine göre adil rekabet ortamı oluşturmak amacıyla yapılandırılmıştır.



Engel sınıfları pist yarışları **T (Track)** ve saha yarışları **F (Field)** olarak ikiye ayrılır. Track yarışları, pist üzerinde koşulan tüm yarışları ifade eder ve sınıflandırmada "**T (Track)**" harfi ile gösterilir. Sprint yarışları, orta ve uzun mesafe yarışları ve bayrak yarışları bu kategoriye girer. Örnek olarak **T11-13**, görme engelli sporcuların sınıflandırmasını ve koşu yarışmasını tanımlayan bir sınıflandırmadır.



Field yarışları ise, pist dışındaki teknik branşları ifade eder ve sınıflandırmada "**F (Field)**" harfi ile gösterilir. Bu yarışlar atlama ve atma branşlarını kapsar. Atlama branşlarından uzun atlama, yüksek atlama ve üç adım atlama; atış branşlarından gülle, cirit, disk ve topuz (club throw) atma branşlarını kapsar. Örnek olarak; **F40-41** cüce sporcuların sınıfını ve atış branşlarını tanımlayan bir sınıflandırmadır. Branşlar pistte değil, saha içinde yapılır.



Para Atletizm – Engel Sınıfları

Para atletizmde sporcular 10 farklı engel sınıfına ayrılır:

- 8 fiziksel engel grubu
- 1 görme engeli grubu
- 1 zihinsel engel grubu



Not:

Pist yarışları **T (Track)**

Saha yarışları **F (Field)** ile gösterilir

PARA ATLETİZM

SINIFLANDIRMA SİSTEMİ

Engel Türü	Açıklama	Pist Sınıfları (T)	Saha Sınıfları (F)
 Görme Engelli	Her iki gözde görme kaybı ve ciddi görme alanı kısıtlılığı	T11-13	F11-13
 Zihinsel Engellilik	IQ < 75 ve günlük yaşam becerilerinde sınırlılık	T20	F20
 Hipertoni	Artmış kas tonusu nedeniyle kasların gerilme yeteneğinde azalma	T35-38, T32-34	F35-38, F31-34
 Atetoz	MSS hasarına bağlı koordinasyon bozukluğu	T35-38, T32-34	F35-38, F31-34
 Ataksi	MSS hasarına bağlı istemsiz hareketler	T35-38, T32-34	F35-38, F31-34
 Ekstremitte Eksikliği (Limb Deficiency)	Üst veya alt ekstremitelerde kemik/eklem yokluğu (tam/kısmi)	T42-44, T45-47, T61-64, T51-54	F42-44, F45-46, F61-64, F51-57
 Bacak Uzunluk Farkı	Bir bacakta en az 7 cm uzunluk farkı	T42-44, T61-64, T51-54	F42-44, F61-64, F51-57
 Kısa Boy (Short Stature)	Boy ve ekstremitte uzunluklarında belirgin kısıklık	—	F40-41
 Pasif Eklem Hareket Kısıtlılığı	En az bir eklemden kalıcı hareket kısıtlılığı	T42-44, T45-47, T51-54	F42-44, F45-46, F51-57
 Kas Kuvveti Kaybı (Impaired Muscle Power)	Ekstremitte veya gövdede kısmi/tam kas güç kaybı	T42-44, T45-47	F42-44, F45-46

PARA ATLETİZM

SINIFLAR VE AÇIKLAMALARI



GÖRME ENGELLİ ATLETLER (VISION IMPAIRMENT)

- **T/F11:** Tam görme kaybına sahip atletlerdir ve rehber kullanmak zorunludur. Bu sınıfta yarışan atletlerin müsabaka sırasında göz bandı (blackout mask) kullanması zorunludur.
- **T/F12:** Çok sınırlı görme, rehber kullanabilir. Rehber kullanmak kişiye bağlıdır.
- **T/F13:** Daha iyi görmeye sahip atletlerdir ve rehbersiz bir şekilde bağımsız yarışırlar.

* **T11-T13** sınıflarında yarışan görme engelli sporcular **aşağıda yer alan tüm bu mesafeleri** yarışabilir, ama **Paralimpik Oyunlar'da bunların sadece bir kısmı programa alınır**. Para Atletizm branşında Los Angeles 2028 programı henüz yayınlanmamıştır.

Kategori	Mesafe	T11	T12	T13
 Sprint (Kısa Mesafe)	100 m	✓	✓	✓
	200 m	✓	✓	✓
	400 m	✓	✓	✓
 Orta Mesafe	800 m	✓	✓	✓
	1500 m	✓	✓	✓
 Uzun Mesafe	5000 m	✓	✓	✓

PARA ATLETİZM

SINIFLAR VE AÇIKLAMALARI



ZİHİNSEL ENGELLİ ATLETLER (INTELLECTUAL IMPAIRMENT)

• T/F20:

Bilişsel anlamda yetersizliği olan, zeka geriliği olan zihinsel engelli özel sporcuların yarıştığı sınıflandırmadır.



KOORDİNASYON BOZUKLUKLARINA SAHİP ATLETLER (ATETÖZ, ATAKSİ, HİPERTONİ)

- T/F31–34: Oturarak yarışan sporcular
- T/F35–38: Ayakta yarışan sporcular



EKSTREMİTE EKSİKLİKLERİNE SAHİP ATLETLER (LIMB DEFICIENCY)

- ◆ Protezsiz alt ekstremite eksikliği
 - T/F42–44
- ◆ Protez ile alt ekstremite eksikliği
 - T/F62–64
- ◆ Üst ekstremite eksikliği
 - T/F45–47 (protezli veya protezsiz)



KAS KUVVETİ KAYBI / EKLEM HAREKET KISITLILIĞI

- T/F51–54, F55–57
- Genellikle oturarak yarışan sporcular



KISA BOY (SHORT STATURE)

- F40–41

KOŞU VE ATLAMA
(TRACK – “T” öneki kullanılır)
DİSİPLİN: KOŞU VE ATLAMA
(20 SINIF)



SPOR SINIFLARI (ENGEL TÜRLERİ):

T11–13:	Görme engeli
T20:	Zihinsel engel
T35–38:	Koordinasyon bozuklukları (hipertoni, ataksi, atetoz)
T40–41:	Kısa boy
T42–44:	Alt ekstremit e etkilenimi; protez kullanmadan yarışan (uzuv eksikliği, bacak uzunluk farkı, kas gücü kaybı veya pasif eklem hareket açıklığı kısıtlılığı)
T45–47:	Üst ekstremit e etkilenimi (uzuv eksikliği, kas gücü kaybı veya pasif eklem hareket açıklığı kısıtlılığı)
T61–64:	Alt ekstremit e etkilenimi; protez ile yarışan (uzuv eksikliği ve bacak uzunluk farkı)



DİSİPLİN: TEKERLEKLİ SANDALYE YARIŞLARI (7 SINIF)

Spor Sınıfları (Engel türleri):

- **T32-34:** Koordinasyon bozuklukları (hipertoni, ataksi, atetoz)
- **T51-54:** Uzunluk eksikliği, bacak uzunluk farkı, kas gücü kaybı veya pasif eklem hareket açıklığı kısıtlılığı



ATMA DALLARI (FIELD – “F” öneki kullanılır) DİSİPLİN: AYAKTA ATIŞLAR (19 SINIF)

Spor Sınıfları (Engel türleri):

- **F11-13:** Görme engeli
- **F20:** Zihinsel engel
- **F35-38:** Koordinasyon bozuklukları (hipertoni, ataksi, atetoz)
- **F40-41:** Kısa boy
- **F42-44:** Alt **ekstremit**e etkilenimi; protezsiz yarışan (uzunluk eksikliği, bacak uzunluk farkı, kas gücü kaybı veya pasif eklem hareket açıklığı kısıtlılığı)
- **F42-46:** Üst **ekstremit**e etkilenimi; (uzunluk eksikliği, kas gücü kaybı veya pasif eklem hareket açıklığı kısıtlılığı)
- **F61-64:** Alt **ekstremit**e etkilenimi; protez ile yarışan (uzunluk eksikliği ve bacak uzunluk farkı)



DİSİPLİN: OTURARAK ATIŞLAR (11 SINIF)

Spor Sınıfları (Engel türleri):

- **F31-34:** Koordinasyon bozuklukları (hipertoni, ataksi, atetoz)
- **F51-57:** Uzunluk eksikliği, bacak uzunluk farkı, kas gücü kaybı veya hareket açıklığı kısıtlılığı

2028 LOS ANGELES PARA ATLETİZM MADALYA ETKİNLİKLERİ



MADALYA ETKİNLİKLERİ

Erkekler	Kadınlar	Karma/ Açık	Toplam
84	79	1	164



SPORCU KOTASI

Erkekler	Kadınlar	Toplam
570	509	1.079

TEŞEKKÜRLER PARALİMPİK AİLEMİZ





**Türkiye
Milli
Paralimpik
Komitesi**