

Brochure Impuls Aangepast Sporten

Voor ruiters

Impulsrubrieken

Met de impulsrubrieken wil de KNHS de beginnende wedstrijdporters stimuleren en om mee te doen aan wedstrijden. Hiermee willen we de sport laagdrempelig houden. De rubrieken zijn bedoeld voor ruiters waarvoor het reguliere wedstrijd niveau (de klasse B) of het niveau van het aangepast sporten (nog) te hoog is. In de impulsrubriek draait het om mee doen en het stimuleren van paardrijden in het algemeen.

Heb je een beperking en wil je graag proeven aan de wedstrijd sport of gewoon een proef rijden? Dan ben je welkom om deel te nemen aan de impulsrubriek aangepast sporten.

Wie mogen meedoen?

Je mag meedoen aan de impulsrubriek wanneer je lid bent van de KNHS en de beschikking hebt over een paard of pony waarmee je het gevraagde in de proef kunt laten zien. Het maakt niet uit welke beperking je hebt. Je moet wel zelfstandig op een paard kunnen zitten en zelfstandig een proef kunnen rijden. Wil je meedoen? In Mijn KNHS staan de goedgekeurde wedstrijden. In de wedstrijd staat hoe je kunt inschrijven. Zie www.mijnknhs.nl

De proeven

Voor de impulsrubriek aangepast sporten dressuur zijn 10 impulsproeven (Novice Test A/B) beschikbaar. [Klik hier om naar de proeven te gaan.](#)

Je kunt kiezen uit proeven in stap, stap/draf en stap/draf/galop. Daarbij mag je zelf kiezen welke proef en van welke Grade je een proef wilt rijden. Geef bij inschrijving voor de wedstrijd aan de organisatie door welke proef of proeven je wilt rijden.

De beoordeling

De proeven worden beoordeeld door juryleden aangepast sporten dressuur. Deze juryleden hebben minimaal een Z dressuur jurylicentie met daarbij een licentie Para Dressuur. Het jurylid kan je daarnaast tips en trucs meegeven om nog beter te kunnen paardrijden.

Voor organisaties en juryleden

Aanvragen van de wedstrijd

Iedere KNHS-vereniging of FNRS-manege kan een impulsrubriek uitschrijven. Het aanvragen van de wedstrijd kan via m.vanderputten@knhs.nl. De KNHS coördineert de kalender om te zorgen voor voldoende spreiding tussen de wedstrijden. De wedstrijden kun je terug vinden in de wedstrijdkalender van [MijnKNHS](#).

Wanneer de wedstrijd datum met de KNHS is afgestemd kunt u de wedstrijd aanvraag in orde maken en de volgende gegevens mailen naar wedstrijden@knhs.nl

- Wedstrijdorganisatie en contactpersoon;
- Wedstrijdlocatie;
- Inschrijfgeld;
- Wel/niet opmaken van een klassement;
- Prijzen die uitgereikt worden.

Een medewerker van de afdeling Wedstrijden zal helpen om de wedstrijd aanvraag in orde te maken. Voor het organiseren van een impulsrubriek is geen wedstrijd opdracht verschuldigd.

Brochure Impuls Aangepast Sporten

Accommodatie

Aan een accommodatie worden eisen gesteld voordat er KNHS-wedstrijden gehouden mogen worden. Naast de reguliere eisen, zoals o.a. het veiligheidscertificaat, zijn er voor de wedstrijden aangepast sporten nog specifieke aandachtspunten. Soms is het met een aantal kleine aanpassingen mogelijk om de accommodatie geschikt of toegankelijk te maken voor deze doelgroep. Hieronder een aantal aandachtspunten op een rij.

Toegankelijkheid

Het kan zijn dat er deelnemers die rolstoel gebonden zijn, mee willen doen aan de wedstrijd. Is de accommodatie toegankelijk voor mensen in een rolstoel? Is de kantine en het secretariaat bereikbaar? Wellicht dat met kleine aanpassingen de accommodatie toegankelijk te maken is, denk bijvoorbeeld aan het maken van een hellingbaan bij trappen of het creëren van horeca mogelijkheden op de begane grond en op de hoogte van het ophangen van startlijsten en uitslagen. Daarnaast is het ook belangrijk dat het sanitair bereikbaar is voor mensen in een rolstoel. De voorkeur gaat uit naar een invalidentoilet.



Opstapperron

De KNHS beschikt over een mobiel opstapperron. Deze is gratis te leen voor wedstrijdorganisaties via de afdeling Topsport (r.derooij@knhs.nl). Met het opstapperron kunnen ruiters die rolstoel gebonden of slecht ter been zijn makkelijker op hun paard stappen. Wij adviseren organisaties om deze beschikbaar te stellen voor de ruiters zodat het voor deze doelgroep geen belemmering hoeft te zijn om mee te doen aan de wedstrijd.

Parkeergelegenheid

Net zoals bij iedere andere wedstrijd moet er voldoende parkeergelegenheid zijn. Bij een wedstrijd voor mensen met een lichamelijke beperking kan het zijn dat er sporters deelnemen die slecht ter been of rolstoel gebonden zijn. Voor deze doelgroepen gaat de voorkeur uit naar een verhard parkeerterrein, dat goed begaanbaar is en nabij de accommodatie ligt.

Officials

de proeven worden beoordeeld door een jurylid aangepast sporten dressuur. Een lijst met juryleden is voor wedstrijdorganisaties te vinden op [MijnKNHS](#).

Toelichting op de beoordeling

In alle Impulsrubrieken stimuleert de KNHS de juryleden tot het geven van mondeling toelichting, op de beoordeling, na de proef. Het belangrijkste doel hiervan is de deelnemers te stimuleren en te motiveren voor de paardensport in het algemeen. Daarnaast is het natuurlijk ook belangrijk dat de deelnemers tips en adviezen krijgen voor het verbeteren van hun rijvaardigheid. Reserveer daarom als organiserende vereniging tijd voor het geven van een toelichting.

Voor juryleden is bij het geven van een toelichting belangrijk om rekening te houden met de betreffende doelgroep en de beperkingen van de ruiters. Sommige ruiters kunnen vanwege hun beperking bepaalde dingen niet of nauwelijks anders doen. De jury benoemt wat er goed gaat en geeft opbouwende kritiek.

Verzekering

Wij adviseren u om de impulsrubriek net als reguliere wedstrijdruubrieken te verzekeren.

Brochure Impuls Aangepast Sporten

Opmaken klassement

Het opmaken van een klassement is in de Impulsrubrieken toegestaan, maar niet verplicht. De organisatie bepaalt of een klassement wordt opgemaakt en maakt dit kenbaar in de wedstrijdaanvraag. De voorkeur gaat er naar uit dat de organisatie aparte klassementen opmaakt, zodat er per proef een winnaar ontstaat van de combinaties die dezelfde proef hebben gereden. Op deze manier kunnen de combinaties zich meten met de andere combinaties, zoals bij reguliere rubrieken. Dit zorgt voor onderlinge competitie en is erop gericht dat combinaties zich blijven ontwikkelen. Het is daarnaast toegestaan om alle deelnemers van de impulsrubriek op te nemen in één klassement, ongeacht welke proef de deelnemers hebben gereden en of het een pony- of paardencombinatie betreft. Iedere organisatie die impulsrubrieken organiseert is vrij om te kiezen welk inschrijfgeld er wordt gevraagd en welk type prijzen zij geeft. Een keuze voor geldprijzen, bekercups of prijzen in de vorm van ruitersportartikelen of andere gebruiksartikelen behoren tot de mogelijkheden. Uiteraard trekt u meer ruiters door leuke prijzen beschikbaar te stellen, wellicht dat een sponsor u hierbij kan helpen. Het staat het de organisatie vrij ervoor te kiezen om geen klassement op te maken en dus ook geen prijzen uit te reiken.

Algemeen

Regels

De impulsrubrieken zijn opengesteld voor ruiters met een lichamelijke, verstandelijke en/of visuele beperking, de ruiters hoeven niet geëvalueerd te zijn. De deelnemer mag kiezen welke proef hij/zij rijdt en maakt dit bij inschrijving kenbaar aan de wedstrijdorganisatie.

Deze wedstrijdvorm is bedoeld als kennismaking met en voorbereiding op de wedstrijdsport; er worden geen prestatiepunten geregistreerd en er bestaat geen verplichting tot promoveren. Een deelnemer mag oneindig deelnemen aan de impulsrubrieken.

Voor deze rubrieken gelden dezelfde reglementaire bepalingen als voor de reguliere wedstrijdklassen aangepast sporten dressuur, het KNHS Algemeen Wedstrijdreglement en de FEI Para Dressage Rules. Meer informatie hierover kun je vinden op www.knhs.nl. Een aantal bijzonderheden en de afwijkingen bepalingen hierop worden hieronder in deze brochure toegelicht.

Criteria voor deelname van ruiter en paard

Voor deelname aan de impulsrubriek gelden de volgende voorwaarden (waar paard staat wordt ook pony bedoeld);

1. Deelnemers zijn lid van de KNHS.
Een individueel lidmaatschap van de KNHS is voldoende. Ben je nog geen lid? [Hier](#) vind je meer informatie.
2. Het is toegestaan om deel te nemen met een pony vanaf de dag waarop de deelnemer de 6 jarige leeftijd heeft bereikt. Deelnemers mogen, vanaf 1 januari van het jaar waarin de 11-jarige leeftijd bereikt wordt, uitkomen in wedstrijden voor paarden
3. Een startpas met het desbetreffende paard is niet verplicht.
4. Deelname door deelnemers die al een klassering hebben in de Gradeproeven, staat vrij.
5. Voor kadercombinaties is het niet toegestaan om deel te nemen aan de impulsrubriek. Kaderleden mogen wel starten met een paard waarmee zij geen onderdeel uitmaken van de Nationale kaders.
6. Het paard waarmee wordt deelgenomen moet in het bezit zijn van een paardenpaspoort en gevaccineerd zijn zoals bepaald in het Algemeen Wedstrijdreglement.
7. Het paard is minimaal 4 jaar (vanaf 1 april) oud.
8. Een pony hoeft niet gemeten te worden.
9. Voor deelname met een hengst gelden de bepalingen die opgenomen zijn in het Algemeen Wedstrijdreglement artikel 32.

Brochure Impuls Aangepast Sporten

Kleding

Het is verplicht een veiligheidshoofddekseel welke voldoet aan de voor de paardensport geldende veiligheidsnorm en rijlaarzen of combinatie van jodphurschoenen met gelijk kleurige glad lederen chaps te dragen.

Er bestaat geen verplichting tot het dragen van wedstrijdleding, dit wordt wel aanbevolen.

Wedstrijdleding bestaat uit:

- a. een rij-jas, type colbert.
- b. een overhemd, dressuurblouse of shirt; (overhemden/dressuurblouses/shirts moeten lange of korte mouwen hebben en een hoge boord of kol).
- c. een witte, beige of gele rijbroek.

Het is toegestaan om met een bodyprotector te rijden tijdens de wedstrijd. De bodyprotector mag boven of onder het wedstrijdtenue gedragen worden.

Harnachement

Het paard dient te zijn opgetoemd met een goed passend en in behoorlijke staat van onderhoud verkerend Engels, of hierop lijkend, zadel, hoofdstel en bit. Het zadel moet voorzien zijn van ruime beugels.

Alleen met de optomingen die zijn toegestaan in de discipline dressuur zijn toegestaan om mee te rijden in de impulsrubriek. Het is tevens toegestaan om bitloos te rijden. Alle toegestane optomingen dressuur kun je vinden in de [KNHS Harnachementgids](#). Het gebruik van stang en trens is niet toegestaan in de impulsrubriek.

Hulpmiddelen/aanpassingen

Het uitgangspunt bij de hulpmiddelen die gebruikt mogen worden is dat de ruiter geen voordeel mag hebben ten opzichte van een andere ruiter. Het hulpmiddel maakt paardrijden mogelijk en compenseert als het ware de beperking van de ruiter.

Wanneer een ruiter geïmpulsieerd is dan mogen de dispensaties die zijn weergegeven op de classificatiepas van de KNHS gebruikt worden. Hieronder de hulpmiddelen/aanpassingen die zijn toegestaan voor ruiters die niet geïmpulsieerd zijn.

Teugel

Voor ruiters met beperkingen aan hun handen/armen zijn verschillende type teugels toegestaan. Hieronder volgt een overzicht.



Voorbeeld van een éénhandsteugel. Deze mag zowel van hard als zacht materiaal gemaakt zijn.

Brochure Impuls Aangepast Sporten



Voorbeeld van een lussenteugel



Voorbeeld van een zelf gemaakte lus aan een teugel. Deze lus mag op verschillende plaatsen bevestigd zijn.

Brochure Impuls Aangepast Sporten



Voorbeeld van een borsttuig met een geleider voor een teugel. Dit mag gebruikt worden door ruiters die bijvoorbeeld korte armen hebben. Er mag geen martingaal of andere hulpteugel gebruikt worden.

Beugel

De combinatie van beugel en rijlaars/ jodphurlaars moet zodanig zijn dat in geval van nood de voet de beugel kan verlaten. Het is toegestaan om te rijden met beugelkapjes of (postbode)elastieken om de ruiter te ondersteunen. Zie hiervoor de volgende voorbeelden;



Voorbeeld van beugelkappen

Brochure Impuls Aangepast Sporten

Voorbeelden van gebruik elastieken



Sporen

Het gebruik van sporen is toegestaan mits de ruiter controle heeft over zijn/haar benen. Dit ter beoordeling van het jurylid.

Zweep

Het gebruik van een dressuurzweep is toegestaan. Indien de sporter een beperking heeft aan beide benen mogen twee dressuurzweepen gebruikt worden, aan elke zijde één.

Hulp tijdens de proef

De combinatie moet zelfstandig een proef kunnen rijden. Het meelopen naast het paard is tijdens de proef niet toegestaan. Een begeleider mag naast de ring plaats nemen om in geval van nood te kunnen ingrijpen.

Groeten alleen met het hoofd.

Indien het niet mogelijk is om op de reguliere manier te groeten dan mag de sporter beide handen aan de teugels houden en groeten met alleen het hoofd.

Brochure Impuls Aangepast Sporten

Stemhulpen

In de impulsrubrieken is het voor ruiters die een beperking hebben aan een of beide benen, bijvoorbeeld verminderde kracht of hun benen niet goed kunnen gebruiken, toegestaan om gebruik te maken van stemhulpen om hun paard te ondersteunen tijdens de proef.

Voorlezen

Alle impulsproeven mogen voorgelezen worden door een voorlezer die langs de zijlijn bij B of E plaats neemt, tenzij de jury anders bepaalt. Ruiters met een verstandelijke beperking mogen van hun voorlezer extra aanwijzingen krijgen om de proef goed uit te kunnen voeren. De aanwijzingen moeten gericht zijn op het juist rijden van de proef. Rijtechnische aanwijzingen vallen hier niet onder.

Callers

Ruiters die een visuele beperking hebben mogen gebruik maken van callers. Callers zijn personen die de dressuurletters hardop roepen op het moment dat de combinatie in de buurt van de letter is. Dit zodat de ruiter kan bepalen waar de letter staat. De ruiter moet zelf zorgen voor voldoende callers. Bij elke letter mag een caller plaats nemen. Callers mogen alleen de naam van de letter roepen en geen andere aanwijzingen geven.

Grote/andere letterborden

In overleg met wedstrijdrijdorganisatie is het toegestaan om andere letterborden mee te nemen en deze op te hangen. Dit kan bijvoorbeeld voor een ruiter met een visuele beperking, die grotere borden nodig heeft om de letters te kunnen zien. Daarnaast kan het zijn dat een ruiter met een verstandelijke beperking geholpen is bij herkenbare plaatjes. De bordjes moeten eenvoudig en goed bevestigd kunnen worden. De ruiter moet zelf de bordjes meenemen en deze op laten hangen door bijvoorbeeld een groom. Overleg dit voorafgaand aan de wedstrijd met de organisatie, wanneer er meerdere ruiters gebruik willen maken kan de organisatie dit afstemmen met de betreffende ruiters en er rekening mee houden op de startlijst.



Heb je vragen? Wil je een ander aanpassing gebruiken?

Neem dan contact op met de afdeling Sportontwikkeling via c.heijligers@knhs.nl

Ben je na het starten van een impulsrubriek enthousiast geworden voor het rijden van wedstrijden en wil je weten wat voor jou de mogelijkheden zijn? Kijk dan voor meer informatie over o.a. aangepast sporten dressuur, classificatie en het instructeursnetwerk aangepast sporten op www.knhs.nl

Foto's: Archief KNHS en FEI Fédération Equestre Internationale