

Impuls Aangepast Sporten



Voor ruiters en hun grooms

Wat is een impulsrubriek?

Impuls is de verzamelnaam voor de onderkant van de wedstrijd sport. Met de impulsrubrieken wil de KNHS de beginnende wedstrijd sporters stimuleren om mee te doen. 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 het vraagprogramma staat hoe je kunt inschrijven. Zie www.mijnknhs.nl

De proeven

Voor de impulsrubriek aangepast sporten dressuur zijn 10 impulsproeven(Introductory 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. Je mag zelf kiezen welke proef je wilt rijden. Geef bij inschrijving voor de wedstrijd aan de organisatie door welke proef je wilt rijden.

De beoordeling

De proeven worden beoordeeld door juryleden aangepast sporten dressuur. Deze juryleden hebben minimaal een Z dressuur achtergrond en jureren ook de FEI proeven 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 datum kan via l.kooiker@knhs.nl. De KNHS coördineert de kalender om te zorgen voor voldoende spreiding tussen de wedstrijden. De wedstrijden worden weergegeven in de wedstrijdkalender in Mijn KNHS.

Wanneer de wedstrijd datum met de KNHS is afgestemd kunt u het vraagprogramma in orde maken.

Graag een e-mail sturen naar wedstrijden@knhs.nl met de volgende gegevens:

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

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

Accommodatie

Aan een accommodatie worden eisen gesteld voordat er KNHS-wedstrijden gehouden mogen worden. Naast de reguliere eisen (o.a. 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 de 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 te huur voor wedstrijdorganisaties. 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 te vinden op de

website van de KNHS via "Mijn KNHS".

Het geven van een 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. Benoem wat er goed gaat en geef opbouwende kritiek.

Verzekering

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

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 het vraagprogramma. Het is 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. De organisatie kan er voor kiezen om aparte klassementen op te maken.

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, bekens of prijzen in de vorm van ruitersportartikelen of andere gebruiksartikelen behoren tot de mogelijkheden. Ook staat het de organisatie vrij ervoor te kiezen om geen klassement op te maken en dus ook geen prijzen uit te reiken.

Voor iedereen

Regels

De impulsrubrieken zijn opengesteld voor ruiters met een lichamelijke, verstandelijke en/of visuele beperking, de ruiters hoeven niet geïnclassificeerd 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 Algemeen Wedstrijdreglement KNHS en Para Dressages Rules FEI zijn van toepassing; zie www.knhs.nl) een aantal bijzonderheden en de afwijkingen op deze regels worden 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? [Meld je dan aan](#)
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 12-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 ingeënt 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.

Kleding

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

Wedstrijdkleding 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.

- d. een paar rijlaarzen of jodphurlaarsjes in combinatie met gelijk kleurige, gladleren/gladde kunstleren chaps.
- e. Het dragen van een veiligheidshoofddekseel welke voldoet aan de voor de paardensport geldende veiligheidsnorm is verplicht voor iedereen die zich te paard op het wedstrijdterrein bevindt

Het is verplicht een veiligheidshoofddekseel en rijlaarzen of combinatie van jodphurschoenen met gelijkkleurige gladlederen chaps te dragen.

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 opgetoomd 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.

Het is toegestaan om bitloos te rijden. Alleen de optomingen die zijn toegestaan in de dressuur klassen t/m M2 zijn toegestaan om te gebruiken in de impulsrubriek. Voor een overzicht van de bitloze optomingen zie [Toegestane Hoofdstellen](#)

Het gebruik van een trenshoofdstel met africhtingsneusriem, rechte neusriem, Mexicaanse neusriem, een zgn. gecombineerde neusriem en een zgn. gecombineerde keel/neusriem voorzien van een enkele trens is verplicht. Het gebruik van een gecombineerde neusriem zonder sperriem is toegestaan bij het gebruik van een enkele trens. Alle toegestane neusriemen en een overzicht van de toegestane bitten is te vinden bij het [Wedstrijdreglement Dressuur](#)
Het gebruik van stang en trens is niet toegestaan in de impulsrubriek.

Aan het materiaal en de uitvoering van de teugels worden geen eisen gesteld. De teugels mogen vastgemaakt zijn aan het bit of de neusriem. Het gebruik van dubbele teugels is niet toegestaan. In geen geval mag de ruiter vast zitten aan de teugels en moet in geval van nood vrij kunnen vallen.

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 geassocieerd 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 geassocieerd zijn.

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



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

Voorbeeld van een lussenteugel





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

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.



De combinatie van beugel en rijlaars/ jodphurlaars moet zodanig te 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 beugelkapjes



Voorbeelden van gebruik elastieken.

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

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.

Gebruik van 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 l.kooiker@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