

2020-10-12

# Introduktion Paracykel

Paracykel är en grengrupp och disciplin inom Svenska Cykelförbundet (SCF). Sporten riktar sig till personer med rörelse och synnedsättningar.

Genom att anpassa cykeln efter en persons funktionsnedsättning möjliggörs för en stor grupp att cykla

Inom sporten används det fyra cykeltyper med handcykel, racer, tandem och trike som används av aktiva beroende på förmåga och funktionsnedsättning.

- Tandem - för synskadade eller blinda
- Handcykel - amputerade eller ryggmärgsskadade
- Trike – neurologiskt och/eller muskulärt nedsatta
- Racercykel - amputerade, neurologiskt och/eller muskulärt nedsatta

Cykling är fantastiskt bra och effektiv aktivitet för personer med funktionsnedsättningar för att förbättra sin kondition och välmående. Oavsett om det är för att motionera för att må bra, för att prestera för att tävla i paracykel, eller för att kunna prestera bättre i en annan paraidrott.

Paracykel finns som tävlingsform idag på både landsväg (alla fyra cykeltyperna) och på bana (racer och tandem).

Version 2020-1



## Klassificering

Det finns 13 klasser beroende på funktionsnedsättning för både kvinnor och män i paracykel som är definierade i det Svenska Cykelförbundets regler kapitel 16.

För att tävla behövs en klassificering till vilken av de 13 klasserna man tillhör, en föreningstillhörighet och tävlingslicens.

Vi har en [Nationell klassificerings rutin](#) för att tävla på svenska tävlingar och mästerskap.

Det finns en möjlighet (från säsongen 2021) att komma igång och tävla på svenska tävlingar innan man erhållit en klassificering, i en öppen klass inom respektive cykeltyp. Då finns det möjlighet att lösa en engångslicens.

För att tävla internationellt krävs det att man klassificeras på en internationell tävling och blir registrerad på [Classification Master List](#).

## Svenska motionslopp

Paracyklister kör idag motionslopp som arrangeras runt om i landet. För att möjliggöra att fler arrangörer välkomnar paracyklister på arrangemangen har vi en checklista för paracykel med på nationella motionslopp.

## Svenska tävlingar

Grengrupp paracykel fokuserar på att det arrangeras fler tävlingar i Sverige med paracykel som disciplin på de tävlingar som arrangeras på bana och landsväg. För att få större startfält och än mer intressantare tävlingar läggs stor vikt på att det arrangeras internationella UCI tävlingar i Sverige.

Version 2020-1

Vid tempotävlingar används faktorer enligt svenska regler i kapitel 16 för att möjliggöra att oberoende av skadeklass och kön att de tävlar inom den cykeltyp de kör. Där respektive klass och kön har en procentsats som används för att beräkna sluttider och resultat per cykeltyp.

Vid jaktstart med beräkning av starttid används faktor tabellen i de svenska reglerna. Där resultat är efter när de passerat mållinjen efter de antal varv eller sträcka som är uppsatt för respektive cykeltyp.

Vid linjetävlingar startar alla samtidigt inom respektive cykeltyp. Vid större startfält kan grupperna delas upp med olika starttider per klass och kön. Där resultat är efter när de passerat mållinjen efter de antal varv eller sträcka som är uppsatt för respektive cykeltyp.

För att möjliggöra att fler arrangörer välkomnar paracyklister på arrangemangen har vi en checklista med Paracykel på nationella tävlingar.

## **Prova-på och Cykelpark**

SCF har depåer med cyklar hos föreningar för att bedriva verksamhet med träning, motion och prova-på aktiviteter i Falun (bana), Arlanda Test Track, Örebro, Lindome och Valjeviken. De finns tillgängliga för att både föreningar och aktiva ska kunna hyra dem för att komma igång.

## **Övrig cykling för personer med funktionsnedsättningar**

Det sker en utveckling med cykling för personer med funktionsnedsättningar i fler discipliner än bana och landsväg, och till fler grupper än till personer med rörelse- och synnedsättningar. Grengrupp paracykel fungerar där som ett kunskapscentrum till övriga grengrupper inom SCF och deras föreningar i utvecklandet av det.

Version 2020-1

## **Paracykels historia inom Svenska Cykelförbundet.**

- Paracykling har sin början på 80-talet och har vuxit sig starkt i Europa och Nordamerika och ingår sedan 1988 i Paralympics.
- År 2000 ställde den första svenska paracyklisten upp på en internationell tävling.
- År 2000 – 2009 tävlades det sporadiskt på internationella tävlingar, under den perioden vanns det två VM silver, ett VM brons, ett EM silver och ett EM brons.
- År 2004 var en cyklist uttagen till den svenska truppen till paralympics i Grekland.
- År 2007 blev paracykel en disciplin inom det internationella cykelförbundet UCI.
- År 2008 var en cyklist uttagen till den svenska truppen till paralympics i Kina.
- År 2011 tävlade Sverige för första gången internationellt som ett landslag.
- År 2012 var en cyklist uttagen till den svenska truppen till paralympics i Storbritannien.
- År 2013 startades projekt Paracykel med medel från Allmänna Arvsfonden, och avslutades 2016.
- År 2014 arrangerades det första SM tempot i Götene.
- År 2015 startades den första svenska cupen för paracyklister.

Version 2020-1



- År 2015 skickades den första truppen till VM bana i Nederländerna.
- År 2016 var fem cyklister uttagna till den svenska truppen till paralympics i Brasilien.
- År 2016 arrangerades första SM på bana.
- År 2016 startades projekt Paracykelakademin med medel från Allmänna Arvsfonden, och avslutades 2019.
- År 2017 vanns två guld, två silver och ett brons vid VM landsväg i Sydafrika.
- År 2018 vanns två guld på VM landsväg i Italien.
- År 2018 arrangerade SMACK den första internationella tävlingen i Sverige.
- År 2019 vanns ett brons på VM bana i Nederländerna.
- År 2019 var paracykel med som disciplin på SM sommarveckan i Malmö med jaktstart för handcykel.
- År 2019/2020 blev två cyklister förhandsuttagna till Paralympics i Japan 2021.

Version 2020-1