



**LZS** LOKOSTRELSKA  
ZVEZA  
SLOVENIJE

# **PARALOKOSTRELSTVO PROGRAM ZA LETO 2022**

Brina Božič

Koper, november 2021

## **PARALOKOSTRELSTVO - STANJE**

Paralokostrelstvo je od leta 2020 uradno sprejeta paralimpijska športna panoga v programu Zveze za šport invalidov Slovenije – Slovenskega paralimpijskega komiteja (Zveza ŠIS-SPK). Je tudi v sistemu kategorizacij Olimpijskega komiteja Slovenije.

Leta 2019 je paralokostrelca Dejan Fabčič zabeležil prvi nastop slovenskega paralokostrelca na parasvetovnem prvenstvu. Leto kasneje je preko odobrene bipartitne vloge nastopil na paralimpijskih igrah v Tokiu in zasedel 9. mesto. Z uvrstitvijo je pridobil mednarodno kategorizacijo OKS.

Paralokostrelstvo je namenjeno športnikom z različnimi gibalnimi ovirami, ki so po opravljenem procesu klasifikacije razdeljeni v kategorije, oziroma pridobijo pravico do uporabe pomožnih naprav na tekmovanju. Klasifikacijo lahko pridobijo osebe z oslABLJENO mišično močjo, zmanjšanim pasivnim obsegom giba, amputacijami, povečanim mišičnim tonusom, ataksijo in slepoto ali slabovidnostjo. Razvrsti se jih v različne kategorije:

- Kategorija OPEN je namenjena lokostrelcem z invalidnostjo v spodnjih udih. Nekateri lahko uporabljajo voziček, drugi stolček ali streljajo stoje.
- Kategorija W1 je namenjena lokostrelcem, ki so lahko na vozičkih ali stolčkih. Uporabljajo prilagojeno lokostrelsko opremo, ki ni po standardnih pravilih.
- Kategorija V1 in V2/3 je namenjena slepim in slabovidnim lokostrelcem.

## **SELEKCIJA 2022**

Selekcija je sestavljena iz treh članov. Je odprtega tipa - vanjo med letom lahko priključimo nove kandidate.

Dejan Fabčič, recurve men open, LK Budanje

Gregor Habe, recurve men open, LK Sokol Ložnica

Živa Lavrinc, recurve women open, LK Kamnik

Za zadnja dva člana klasifikacija še ni potrjena in posledično še ni določena dovoljena kategorija.

## **CILJI PROGRAMA**

### **Vsebinski:**

- izboljšanje biomehanike strela,
- dvig splošne telesne pripravljenosti,
- večja kvaliteta in kvantiteta opravljenih treningov pod strokovnim vodstvom,
- izboljšanje taktične pripravljenosti (priprava na tekmovanje, nastop, analiza nastopa),
- nakup in personalizacija vrhunske lokostrelske opreme,
- izboljšanje pomožnih naprav,
- izvedba meritev (dinamometrija).

### **Cilj sezone 2022:**

- medalja na mednarodnem tekmovanju,
- opravljen postopek klasifikacije dveh paralokostrelcev,
- pridobitev mešane ekipe za mednarodna tekmovanja,
- pridobitev novih invalidov ter integracija v lokalne klube z urejeno infrastrukturo.

## **TRENINGI IN PRIPRAVE**

### **Treningi:**

Člani selekcije bodo 2x mesečno izvajali individualne treninge pod strokovnim vodstvom.

### **Datumi priprav:**

8.-9.1.2022, priprave selekcije

4.-8.2.2022, priprave reprezentance za SP

12.-13.2.2022, priprave reprezentance za SP

19.-20.4.2022, priprave selekcije

30.4.-1.5.2022, priprave selekcije (Veronikin pokal)

11.-12.6.2022, priprave selekcije

1.-15.10.2022, priprave Zveze ŠIS-SPK, vsi parašporti

18.-20.11.2022, priprave selekcije

16.-18.12.2022, priprave selekcije

## **TESTIRANJE**

Opravili bomo meritve mišične jakosti ramenskega sklepa – izokinetiko, z namenom izboljšanja stabilnosti ramenskega sklepa na Fakulteti za šport.

## **MEDNARODNA TEKMOVANJA**

### dvoranski svetovni pokal, Nimes 20.-23.1.2022

Nastop selekcije: Dejan Fabčič, Gregor Habe, Živa Lavrinc

Spremstvo: Brina Božič, Daniel Kockel

### para svetovno prvenstvo, Dubai, 18.-27.2.2022

Reprezentanca: Dejan Fabčič

Spremstvo: Brina Božič

### para evropski pokal, Nove mesto nad Metuji, 2.-10.7.2022

Recurve men open norma: 520 krogov\*

Recurve women open norma: 500 krogov\*

### para evropsko prvenstvo, Rim, 2.-8.8.2022

Recurve men open norma: 520 krogov\*

Recurve women open norma: 500 krogov\*

### Finale para pokala, Nottingham, 13.-15.9.2022

Kdor se s strani WAE kvalificira na tekmovanje.

\*1x dosežen rezultat na v obdobju 15.2. do finalnega roka prijav na tekmovanje. Vodja programa si pridržuje pravico dopolnitve reprezentance ne glede na doseženo normo.

## **FINANČNA SLIKA PROGRAMA**

*Izvedba programa je odvisna od financiranja Zveze ŠIS-SPK ter pridobljenih sredstev iz razpisa Fundacije za šport.*