

# Parasport Längdskidor ur TD perspektiv

Ingela Kälvedal

# Tillgänglighet – Vad innebär det?

”Tillgänglighetsglasögon”

Tillgänglighet för personer med funktionsnedsättning innebär att de på lika villkor som andra har tillträde till den fysiska miljön, transporter och anläggningar, och tillgång till information, kommunikation, varor, produkter och tjänster.

<https://kunskapsguiden.se/omraden-och-teman/funktionshinder/rattigheter-for-personer-med-funktionsnedsattning/tillganglighet/>

(Kunskapsguiden är en webbplats som samlar kunskapsstödande produkter från Socialstyrelsen, andra myndigheter och aktörer.)

# Tillgänglighet forts.

## Tillgänglighet

Konventionen om rättigheter för personer med funktionsnedsättning ställer krav på att Sverige ska genomföra åtgärder för att säkerställa att personer med funktionsnedsättning, på lika villkor som andra, får tillgång till:

- den fysiska miljön
- transporter
- information och kommunikation
- informations- och kommunikationsteknik och system
- andra anläggningar och tjänster som är tillgängliga för eller erbjuds allmänheten
- både i städerna och på landsbygden.

# Hur ser det ut hos oss? Vilka utrymmen har vi?

Exempel:

- Parkering
- Omklädningsrum
- Vallabodar
- Toaletter
- Servering
- Sekretariat
- Anslutning till och från arenan/skidspåren
- Publikplatser



**SVENSKA  
SKIDFÖRBUNDET**<sup>®</sup>  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

# Att titta på – flöden

## Hur rör vi oss?

Kan vi komma fram med rullstol? - Kan vi komma fram om vi är synskadade?

Vilka vägar finns hos oss? Från Parkering till vallabyn till testspåret till tävlingsspåret, till omklädningsrum, till toaletter, till servering, till sekretariat, till starten, från målet, till prisutdelning.

- Vi har många vägar att säkerställa. Viktigt att det görs.



# Att titta på – flöden

## Hur rör vi oss?

Kan vi komma fram med rullstol? - Kan vi komma fram om vi är synskadade?

Områden att byta från rullstol till sit-ski.

Viktigt att det inte blir isigt och halt. Det här bör man kontrollera fortlöpande under dagen.

Området runt mål - att det är tillräckligt stort.

Prisutdelningen - prispall



# Att titta på – flöden

## Hur rör vi oss?



# Att titta på – flöden

## Hur rör vi oss?



**SVENSKA  
SKIDFÖRBUNDET**  
SWEDISH SKI ASSOCIATION



# Tävlingen

## Starten - Målet

Synskadade behöver höra startklockan – ibland behöver man be speakern vara tyst.  
Extra person som finns på plats och kan vara behjälplig att få rätt startordning.

Sit-ski Var byter man från rullstol till sit-ski – finns det möjlighet att lämna rullstolen under tävling och gärna under tak så att den inte är blöt när den aktive kommer tillbaka.

Målet: Extra filter vid kall väderlek, speciellt viktigt för dem i sit-ski.

# Tävlingen- Banan

Stående klass – samma banor som ”vanliga klasser”

Sit-ski - kortare och enklare banor, stigning max 12%

Tätare med banmarkeringar – speciellt kanterna

Vidare kurvor för att det kan vara svårt för sit-ski att svänga.

Man ska kunna stå i spåret hela tiden.

Pistningen – jämnhet över hela banbredden är viktig. Undvik att backa och svänga med pistmaskiner – minsta lilla ojämnheter kan få en åkare ur balans.



# Ex. Att titta på under tävling

- Den synskadades guide kan dra den aktive. Ha kontrollanter på utsatta platser som filmar.
- Sit-ski: Man får inte ha möjlighet att resa sig i sit-skin och skapa kraft.
- Stafettväxling



# Nyttiga länkar

<https://www.skidor.com/globalassets/langdakning/dokument/tavlingarrangemang/regler/2022/arrangorshandbok---langd-v3.pdf>

<https://www.skidor.com/foljoss/nyhetsflode/aktuelltfranssf/2022/sokaccelerationsstodforparaverksamhet>

<https://www.parasport.se/>

<https://www.fis-ski.com/en/para-snowsports>

<https://www.fis-ski.com/en/para-snowsports/para-nordic/documents>

Tack för er tid!  
//Ingela Kälvedal