



Reglement Radfahren



Reglement Radfahren, Version November 2019

Special Olympics
Switzerland





Inhaltsverzeichnis

1 Allgemeine Bestimmungen	3
1.1 Teilnahmerechtigung.....	3
1.2 Athleten mit einer Sinnesbeeinträchtigung.....	4
1.3 Einschränkungen.....	4
2 Disziplinen	4
3 Wettkampfregeln	5
3.1 Einrichtung.....	5
3.1.1 Fahrrad.....	5
3.1.2 Bekleidung.....	5
3.2 Wettbewerbsregeln.....	5
3.3 Low Ability Level.....	7
4 Advancement	7
5 Divisioning	8
5.1 Philosophie.....	8
5.2 Einteilungskriterien.....	8
5.3 Das Divisioning im Radfahren.....	8
5.4 Maximum Effort Rule – Maximale Leistungstoleranz.....	9
5.5 Die Verantwortung des Coaches.....	10
6 Unified Sport	10
7 Reglement und Umsetzung	10



1 Allgemeine Bestimmungen

Special Olympics ist die weltweit grösste Sportbewegung für Menschen mit geistiger Beeinträchtigung¹. Die Vision von Special Olympics Switzerland (SOSWI) ist die Wertschätzung, Gleichstellung und Akzeptanz von Menschen mit geistiger Beeinträchtigung.

Special Olympics ist bemüht, für Athleten mit unterschiedlichem Leistungsvermögen geeignete Disziplinen mit verschiedenen stufengerechten Anforderungen anzubieten.

Bei Special Olympics basiert der Sport auf zwei zentralen Grundsätzen, die sich von anderen Sportorganisationen fundamental unterscheiden:

- Advancement – eine stufengerechte individuelle Entwicklung in Training und Wettkampf²
- Divisioning – die Einteilung der Athleten in homogene Leistungsgruppen³

Als allgemeine Grundlage von Special Olympics gilt der sogenannte „Article 1“ von SOI. Das Dokument ist zu finden unter: <https://www.specialolympics.org/sports.aspx>. Dasselbst sind auch Dokumente wie die „Sport Rules“ und „Coaching Guides“ zu finden.

Grundlage des Radfahren-Reglements sind die offiziellen Regeln des Internationalen Radfahren-Verbandes (UCI). Diese können unter www.uci.ch eingesehen werden.

Das Radfahren-Reglement von SOSWI basiert auf den Special Olympics Sports Rules for Cycling von SOI. Dieses ist auf der Internetseite von SOI (siehe oben) zu finden.

Bei Abweichungen und Zielkonflikten mit den offiziellen Regeln der UCI gelten die Reglemente von SOSWI und SOI.

Dieses Reglement ist an sämtlichen Radfahren-Wettkämpfen von SOSWI gültig. An internationalen Meetings und Veranstaltungen gelten die Regeln der jeweiligen Länder beziehungsweise diejenigen von Special Olympics International (SOI).

Zur Vereinfachung und der Verständlichkeit wegen wird im Reglement immer die männliche Form verwendet. Wenn also von Athleten die Rede ist, sind stets auch die Athletinnen gemeint.

1.1 Teilnahmeberechtigung

Die Wettkämpfe von Special Olympics richten sich in erster Linie an:

- Menschen mit einer geistigen und/oder Lernbeeinträchtigung, Menschen mit Entwicklungsstörungen und Verhaltensauffälligkeiten
- Jugendliche ab 8 Jahren

Grundsätzlich sind die Wettkämpfe von SOSWI aber für alle Sportler offen. Das heisst, es ist keine Mitgliedschaft in einem Verein, keine Zugehörigkeit zu einer Institution, einer Heilpädagogischen Schule oder sonstigen Einrichtungen für Menschen mit einer Beeinträchtigung nötig.

¹ Gemeint sind Menschen mit einer geistigen und/oder Lernbeeinträchtigung, Menschen mit Entwicklungsstörungen und Verhaltensauffälligkeiten.

² Siehe Kapitel 4

³ Siehe Kapitel 5



Für Athleten mit einer Sinnesbeeinträchtigung gelten zusätzliche Bestimmungen, vgl. Kapitel 1.2.

1.2 Athleten mit einer Sinnesbeeinträchtigung

Athleten mit einer Sinnesbeeinträchtigung dürfen an Anlässen von Special Olympics teilnehmen. Falls sie im Wettkampf eine Unterstützung in Form einer Begleitung durch einen Guide benötigen oder materielle Hilfsmittel einsetzen möchten, müssen sie im Vorfeld von SOSWI eine Bewilligung einholen. Diese wird vom Sports Coordinator der entsprechenden Sportart erteilt und gilt fortan für sämtliche Anlässe. Der Sports Coordinator informiert die Sports Officials über diesen Entscheid. Diese wiederum vertreten den Entscheid an den entsprechenden Anlässen und erklären den anderen Teilnehmern und Coaches die Situation.

Eine Überprüfung der Bewilligung kann von beiden Parteien jederzeit beantragt werden. In diesem Fall erfolgt eine Neu Beurteilung der Situation.

1.3 Einschränkungen

Ein kleiner Teil der Menschen mit Trisomie 21 (ungefähr 1.5%) haben eine Instabilität zwischen den Halswirbeln C1 und C2. Diese Instabilität, auch atlanto-axiale Instabilität (folgend: AAI) genannt, kann zu Unfällen führen, wenn die Halswirbelsäule extremen Extensionen oder Flexionen ausgesetzt ist.

Athleten mit Trisomie 21 und AAI müssen sich einer entsprechenden ärztlichen Untersuchung unterziehen, um das Risiko einer erhöhten Kompression der Halswirbelsäule auszuschliessen.

SOI hat 2015 neue Regeln herausgegeben, welche die Teilnahme an Special Olympics Anlässen definiert. Athleten mit Trisomie 21 und AAI dürfen demnach grundsätzlich nicht an Wettkämpfen von Special Olympics teilnehmen. Ausser wenn nach der ersten Diagnose vom Arzt eine weitere Untersuchung durch einen Neurologen erfolgt, der den Athleten sowie die Eltern oder den Vormund über die möglichen Konsequenzen informiert. Der Athlet sowie die Eltern oder der Vormund müssen ihre Kenntnis darüber schriftlich bestätigen und ihr Einverständnis zur Teilnahme mit einer Unterschrift abgeben.

Athleten, die bereits eine Röntgenuntersuchung gemacht haben und keine AAI haben, benötigen keine weiteren Untersuchungen. Athleten mit Trisomie 21, die ab 01.01.2016 erstmals an einem Wettkampf von SOSWI teilnehmen, müssen sich einer Untersuchung wie oben beschrieben unterziehen.

Vertiefte Informationen zu diesem Thema sind im Article 1 von SOI (Addendum E - PARTICIPATION OF INDIVIDUALS WHO MIGHT HAVE SPINAL CORD COMPRESSION OR ATLANTO-AXIAL INSTABILITY) zu finden.

Für Radfahren gibt es keine besonderen Einschränkungen.

2 Disziplinen

In der Folge werden die Disziplinen aufgeführt, die an offiziellen Wettkämpfen von SOSWI ausgeschrieben und angeboten werden können. Die Übersicht ist nicht abschliessend und verpflichtend. Es steht den Veranstaltern frei, weitere von SOI aufgeführte offizielle Disziplinen anzubieten.

Offizielle Disziplinen:

	Anfänger	Mittlere	Fortgeschrittene
500 m Zeitfahren	x		



1 km Zeitfahren	x		
2 km Zeitfahren	x	x	
5 km Strassenrennen		x	
10 km Strassenrennen		x	x
15 km Strassenrennen			x
25 km Strassenrennen			x

Folgende Disziplinen sind im internationalen Reglement von Special Olympics enthalten, werden aber in der Schweiz in der Regel nicht angeboten:

- 250 m Zeitfahren
- 5 km Zeitfahren
- 10 km Zeitfahren
- 40 km Strassenrennen
- 5 km Unified Sport Tandem Strassenrennen
- 10 km Unified Sport Tandem Strassenrennen

3 Wettkampfregele

3.1 Einrichtung

3.1.1 FAHRRAD

Grundsätzlich sind alle Fahrräder zugelassen, die den allgemeinen Sicherheitsvorschriften des Strassenverkehrsgesetzes entsprechen.

Es ist wichtig, dass der Fahrradtyp den jeweiligen Fähigkeiten des Athleten sowie der Beschaffenheit der Rennstrecke angepasst ist.

Fahrräder müssen vor einem Rennen auf ihre Funktionalität geprüft worden sein.

Fahrer mit einer Sehbehinderung dürfen mit einem Begleiter Tandem fahren.

3.1.2 BEKLEIDUNG

Die Bekleidung soll zweckmässig und bequem sein.

Hosen und Leibchen sollen enganliegend sein. Das Leibchen soll die Nierengegend decken können.

Helm (nur geprüfte Modelle) ist für Training und Rennen obligatorisch.

Socken aus Naturfasern, nicht zu hoch.

Schuhen:

- Für Rennvelos: Rennschuhe mit Stahlbandeinlagen und entsprechende Pedale.
- Für restliche Fahrräder Turnschuhe mit starken Sohlen oder leichte Trekking-Schuhe.

Brille: Geeignete Sportbrille

3.2 Wettbewerbsregeln

Sämtliche Radrennen werden gemäss dem Special Olympics Reglement, welches dem Reglement des Internationalen Radsportverbandes angepasst wurde, ausgetragen.



Das Zeitfahren ist ein individuelles Rennen gegen die Zeit. Die Fahrer starten alle 30 Sekunden oder alle 60 Sekunden, entsprechend der Strecke.

Das Straßenrennen ist eine Disziplin, in der in Gruppen oder im Feld gestartet wird.

Trial-Lenker sind nur im Zeitfahren erlaubt.

Die Gruppen werden aufgrund eines Zeitfahrens, dessen Dauer der eingeschriebenen Disziplin entspricht, aufgeteilt.

Vor dem Rennen haben die Teilnehmer das Recht, sich auf der Rennstrecke einzufahren und somit die Strecke zu besichtigen.

Die Strecke:

- Die Strecke soll eine Länge von 2-5km haben. Eine Strecke von 2.5km ist ideal für die kurzen Distanzen und eine 5km lange Runde (oder mehr) eignet sich für Distanzen über 15km.
- Die Distanz für die entsprechenden Disziplinen darf eine ungefähre Annäherung sein.
- Es kann die gleiche Strecke für alle Disziplinen benutzt werden.
- Die Strecke soll immer eine Runde sein.
- Die Breite der Strecke soll immer mindestens 7m messen. In Ausnahmefällen kann die Breite 5m sein. Kurven, die Start- und Ziellinien sind grundsätzlich nie Ausnahmefälle. Ausnahmefälle müssen vom Sports Coordinator von SOSWI genehmigt werden.
- Kurven mit 180° (also sogenannte «Spitzkehren») sind prinzipiell nicht erlaubt.

Der Start:

- Beim Start wird der Starter die Zeit abzählen (15", 10", 5, 4, 3, 2, 1, weg)
- Für Athleten mit Hörbehinderung wird eine Flagge oder eine klare Handbewegung von oben nach unten gezeigt.
- Der Start wird mit einem Pistolenschuss oder einem Pfiff freigegeben.
- Beim Start kann der Fahrer mit den Füßen auf den Pedalen von einem Helfer gehalten werden.

Während dem Rennen:

- Coaches dürfen Athleten im Rennen nicht mit einem Fahrrad begleiten. Ausnahmen können nach vorheriger Absprache vom Sport Official erlaubt werden.
- Coaching am Wegrand ist erlaubt.
- Während des Rennens ist das Mitführen von Handys und Kopfhörern untersagt.
- Hörgeräte sind erlaubt.
- Bei Wiederaufsteigen nach Defekt, kann das Fahrrad bis 10m gestossen werden
- Die Rennfahrer, welche ein mechanisches Problem haben, können jegliches Teil ihres Fahrrads oder das ganze Fahrrad auswechseln, um das Rennen zu beenden.
- Das Tragen des Helmes während des Trainings und des Wettkampfes ist obligatorisch.

Zielankunft:

- Ein Fahrer ist am Ziel sobald sein Vorderrad die Ziellinie überquert hat.
- Bei Zieldurchfahrt muss der Athlet den Lenker bis zuletzt mit mindestens einer Hand berühren.
- Bei Zusammenstoss, plattem Reifen oder mechanischen Problemen kann der Athlet mit dem Fahrrad durchs Ziel rennen. Bei den Tandems müssen beide (Athlet und Begleiter) mindestens eine Hand am Tandem haben.



In den Straßenrennen von länger als 2,5 km können mehrere Serien gleichzeitig auf der Rennstrecke fahren. Die Serien müssen in Zeitabständen von 2 oder 3 Minuten starten.

In den Straßenrennen kann vor dem ersten Rennfahrer ein Motorfahrzeug oder ein Motorrad vorfahren, mit einer Sicherheitsdistanz zu den Rennfahrern.

Dem letzten Rennfahrer eines Straßenrennens oder Zeitfahrens kann ein Motorrad oder -fahrzeug folgen.

Jeder Rennfahrer benützt sein persönliches Fahrrad, dieses muss seinen Fähigkeiten angepasst und in gutem Zustand sein.

Das Tandem wird aus einem Athleten und einem Partner gebildet, sie können beliebig vorne oder hinten sitzen.

Man kann bei der Jury einen Protest erheben, wenn einem Rennfahrer aufgrund eines Organisationsfehlers geschadet wurde.

Der Sport Official⁴ von Special Olympics kann aufgrund der Infrastruktur kleine Anpassungen dieser Regeln vornehmen, solange sie die Special Olympics Philosophie nicht in Frage stellen.

3.3 Low Ability Level

LAL Disziplinen werden für Athleten mit mittel bis stark eingeschränkten motorischen Fähigkeiten angeboten. Athleten mit weniger starker Einschränkung sollen motiviert werden, sich in anderen Disziplinen anzumelden (siehe Kapitel 4 Advancement). Aus diesem Grund und in gewisse Sportarten wurden von SOI für LAL-Disziplinen maximale Leistungen definiert, die einen Anhaltspunkt liefern, wer in LAL-Disziplinen teilnehmen darf.

Im Radfahren werden in der Schweiz kurze Distanzen im Zeitfahren an Athleten mit eingeschränkten motorischen Fähigkeiten angeboten⁵.

4 Advancement

Die Coaches sind für ein Training, das den Fähigkeiten der Athleten entspricht, und für eine entsprechende Wahl der Disziplinen verantwortlich. Dabei wird auf eine individuelle Entwicklung geachtet und eine solche entsprechend gefördert. Ziel ist es zudem, die Athleten in ihrer Selbständigkeit bestmöglich zu fördern.

In der Regel ist es sinnvoll, dass die Athleten zuerst an lokalen und regionalen Wettkämpfen teilnehmen, erst dann an nationalen und allenfalls internationalen Wettkämpfen. Dabei gilt das Training als Grundlage für den Erfolg des Athleten, denn im Training kann er zeigen, ob er die notwendigen Fähigkeiten hat, um an Wettkämpfen der entsprechenden Stufe teilzunehmen.

Die Teilnahme an internationalen Anlässen unterliegt in der Regel einer Selektion, welche in der Verantwortung der Kommission Sport von SOSWI liegt. Grundsätzlich dürfen alle Athleten an internationalen Anlässen teilnehmen, wobei die Leistung nicht als limitierender und einschränkender

⁴ Der Sport Official ist eine Person die von Special Olympics Switzerland definiert ist und die Wettkampfleitung übernimmt. Mehr zu dieser Funktion unter <http://specialolympics.ch/funktionen/>

⁵ Siehe Kapitel 2



Faktor gilt. Die Kommission Sport definiert die Teilnehmerrichtlinien und die Selektionskriterien und gibt diese auf der Internetseite von SOSWI bekannt: www.specialolympics.ch

5 Divisioning

5.1 Philosophie

Im Divisioning unterscheidet sich Special Olympics grundsätzlich von allen anderen Sportorganisationen. Philosophie und Konzept von Special Olympics ermöglichen Athleten aller Leistungsstufen faire und spannende Wettkämpfe. Es gibt keine Ausscheidungswettkämpfe, sondern ausschliesslich Divisioning-Runden und Finals in verschiedenen Leistungsgruppen. Alle Athleten messen sich in den Finals entsprechend in einer homogenen Leistungsgruppe, das heisst nur mit Athleten mit einem vergleichbaren Leistungsniveau. Die Zusammenstellung dieser Leistungsgruppen, das sogenannte Divisioning, erfolgt in der Regel aufgrund der vor Ort in der Vorrunde erbrachten Leistung. Wird an einem Anlass aus zeitlichen Gründen auf eine Divisioning-Runde verzichtet (zum Beispiel an eintägigen Wettkämpfen), wird die Einteilung in die Leistungskategorien aufgrund der Meldelistungen vorgenommen.

Sieger und Rangierungen werden für jede einzelne Leistungsgruppe ermittelt.

5.2 Einteilungskriterien

Innerhalb einer Disziplin erfolgt die Einteilung der Athleten in Kategorien nach den folgenden Kriterien:

1. **Leistungsvermögen**
Anhand der Meldeleistung oder anhand der Resultate aus der Divisioning-Runde.
2. **Geschlecht**
Wenn möglich werden die Athleten nach Geschlecht getrennt. Ist die Teilnehmerzahl nicht gross genug, kann auf eine Trennung der Geschlechter verzichtet werden.
3. **Alter**
Bei einer genügend grossen Meldezahl können die offiziellen Alterskategorien angewendet werden: **8-11 / 12-15 / 16-21 / 22-29 / 30 und älter**. Ist die Teilnehmerzahl nicht gross genug, kann auf die Einteilung in Alterskategorien verzichtet werden.

Die homogenen Leistungsgruppen sollen wenn immer möglich mindestens 3 und maximal 8 Athleten umfassen. Der Leistungsunterschied innerhalb der Final-Gruppe soll im Regelfall nicht mehr als 15% betragen. Der Sport Official⁶ hat dabei die Möglichkeit, die Einteilungskriterien flexibel anzuwenden, wenn dadurch leistungsgerechtere Kategorien gebildet werden können. Je nach Grösse des Teilnehmerfeldes, der Organisation eines Wettkampfs und im Sinne von homogenen Leistungsgruppen kann auf einzelne Einteilungskriterien, namentlich Kriterium 2 (Geschlecht) und 3 (Alter), verzichtet werden. Eine diesbezügliche Entscheidung liegt beim Sport Official.

5.3 Das Divisioning im Radfahren

Die Bildung der Gruppen erfolgt aufgrund eines Zeitfahrens, dessen Dauer der eingeschriebenen Disziplin entspricht.

⁶ Der Sport Official ist technischer Leiter eines Anlasses, siehe <http://specialolympics.ch/funktionen/>.



Die Wahl der Disziplinen ist dem Athleten und seinem Coach übergeben. Um dem Coach bei seiner Entscheidung behilflich zu sein, auf welchem Niveau er seinen Athleten vorzustellen hat, wurde eine Niveau-Schätzungskarte erarbeitet.

Niveau-Schätzungskarte

1. Anfänger:
 - Grundregeln des Radsports kennen
 - Geradeaus und Kurven fahren können
 - Bremsen können
 - Auf das Fahrrad steigen und absteigen können
 - Fahren ohne die Kontrolle über das Fahrrad zu verlieren
 - Es ist möglich, ein abgeändertes Fahrrad zu benutzen (Dreiräder usw.)
2. Mittlere:
 - Mit einem Fahrrad fahren können, das mehrere Gänge hat
 - Ohne Schwierigkeiten Kurven fahren und manövrieren können
 - Eine Kurve in der angemessenen Geschwindigkeit nehmen
 - In einer Gruppe fahren können
 - Fähig sein, mit beiden Füßen auf den Pedalen zu starten, man wird von einem Helfer im Gleichgewicht gehalten
 - Fähig sein, ein plötzlich auftretendes Hindernis zu umfahren
3. Fortgeschrittene:
 - Die auf mittelmäßiger Stufe beschriebenen Fähigkeiten beherrschen
 - Fähig sein, beim Fahren um sich zu schauen
 - Fähig sein, auf einer langen Strecke seine Anstrengung einzuteilen

5.4 Maximum Effort Rule – Maximale Leistungstoleranz

Die Athleten sind gefordert, sich in ihrer Aktivität zu verbessern. Steigerungen in der Leistung zwischen Vorrunde (oder der bei der Anmeldung angegebenen Leitung) und Final sind erwünscht.

Die Athleten sind jedoch verpflichtet, bereits im Vorrunde ihre bestmögliche Leistung zu zeigen. Nur so können sie in die richtige Kategorie eingeteilt werden. Die Leistungssteigerung ist zwar erwünscht und möglich, doch darf sie nicht mehr als folgende Werte betragen:

- 15% in allen Radfahren-Disziplinen
- 20% in allen Low Level Ability-Disziplinen

Ist die Leistungszunahme grösser, widerspricht dies der üblicherweise möglichen sportlichen Leistungssteigerung, das heisst der Athlet wurde der falschen Kategorie zugeteilt. Wird die maximale Leistungs-Toleranz überschritten, wird der Athlet disqualifiziert (Maximum Effort Rule).

In der Verantwortung stehen der Athlet selber und sein Coach. Sie sind dafür zuständig, dass sowohl bei der Anmeldung wie auch in der Vorrunde realistische Leistungen erfasst werden.

Im Radfahren sind die Leistungen stark von den Wetter- und Strassenbedingungen abhängig. Bei gleichbleibenden Bedingungen kann der Sport Official die angegebenen Werte für die Maximum Effort Regel anwenden. Bei einer Veränderung der Wetterbedingungen soll hingegen der Wert der maximal zugelassenen Leistungssteigerung angepasst werden.

Materielle Hilfen, Sportutensilien oder allfällige Begleitperson von Athleten mit einer Sinnesbeeinträchtigung müssen in der Divisioning-Runde wie im Final gleichermassen eingesetzt und



genutzt werden, so dass der ganze Wettkampf unter den gleichen Bedingungen absolviert wird (vgl. Article 1, SOI).

5.5 Die Verantwortung des Coaches

Ist ein Athlet nach Einschätzung seines Coaches in einer nicht seinem potentiellen Leistungsvermögen entsprechenden Final-Serie eingeteilt, liegt es in der Verantwortung des Coaches, die Fehleinteilung der Jury zu melden. Er hat dies mittels eines „Performance Improvement Form“ zu tun, das im Wettkampfbüro erhältlich ist.

Liegt ein entsprechendes Formular nicht auf, hat der Coach die Fehleinteilung bei der Bekanntgabe der Final-Einteilung dem Sport Official (also dem Wettkampfverantwortlichen) sofort zu melden.

6 Unified Sport

Special Olympics bietet in vielen Sportarten „Unified Sport“ an – die Idee: Athleten mit und ohne geistige Beeinträchtigung nehmen gemeinsam als Team teil. Im Idealfall haben die Sportler mit und ohne Beeinträchtigung ähnliche Fähigkeiten und sind gleich alt.

Im Radsport können Wettkämpfe im Unified Sport mit dem Tandem⁷ angeboten werden.

7 Reglement und Umsetzung

Die Verantwortung des Reglements liegt beim Technical Coordinator Radfahren⁸, in Absprache mit dem Sport Director von Special Olympics Switzerland.

Die Umsetzung des Reglements an einem Meeting obliegt dem jeweiligen Sport Official, dem technischen Leiter.

SOSWI wird die Reglemente im Bedarfsfalle veränderten Gegebenheiten anpassen und auf allfällige Entwicklungen reagieren. Es besteht die Möglichkeit, Vorschläge für Regeländerungen einzureichen. In diesem Fall sollen diese per Email an folgende Adresse geschickt werden: sport@specialolympics.ch

⁷ Siehe Kapitel 2

⁸ Der Technical Coordinator ist der Sportartenverantwortliche, siehe <http://specialolympics.ch/funktionen/>.