

AD Reklamy Google

[Prześlij opinię](#) [Dlaczego ta reklama?](#)

REKLAMA

IPL | Lider Budki Suffera ma problemy zdrowotne. Przejdzie poważną operację

SPORTOWYŻA / Dziennik Łódzki / Sport / Czekamy tylko na zimę

Czekamy tylko na zimę

Akcja specjalna Sport Bez Barrier 16 grudnia 2022, 12:13



AD Reklamy Google

[Prześlij opinię](#)

[Dlaczego ta reklama?](#)

REKLAMA

Wkrótce ruszy sezon sportów zimowych. Najpopularniejsze wśród Polaków jest od lat narciarstwo i dotyczy to również osób z niepełnosprawnościami, których coraz więcej pojawia się na trasach biegowych i stokach narciarskich.


Zima otwiera przed OzN nowe możliwości aktywności fizycznej, tym bardziej, że w Polsce przybywa miejsc do uprawiania różnych form narciarstwa, co więcej infrastruktura ta jest coraz lepiej przystosowana dla różnych kategorii osób niepełnosprawnych. Dlatego narciarstwem zajmuje się coraz więcej OzN.


Część z nich wybiera narciarstwo klasyczne, na trasach można spotkać np. osoby po amputacjach czy z porażeniem kończyn dolnych, które biegają w pozycji stojącej. Coraz częstszym widokiem jest też niepełnosprawny biegacz korzystający z urządzenia zwanego sledgami – to sanki z siedziskiem wpinanym na stałe na narty biegowe, co umożliwia uprawianie tego sportu np. osobom sparaliżowanym od pasa w dół, czy pozbawionym nóg. Swoimi osiągnięciami w biegach narciarskich chwalą się w mediach społecznościowych również osoby niewidome i niedowidzące, którym na trasach pomagają przewodnicy.

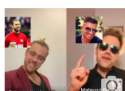
OzN, które są bardziej zaawansowane technicznie chętnie „przesiadają się” na narciarstwo alpejskie, zmagając się z trasami zjazdowymi i slalomowymi. W tym przypadku również mamy kilka odmian tego sportu w zależności od rodzaju niepełnosprawności.


- Możemy się tylko cieszyć z tego, że coraz więcej niepełnosprawnych osób uprawia narciarstwo. A jeszcze stosunkowo niedawno wydawać się mogło, że jest to dla nich niedostępny sport. Na pewno rozwojowi narciarstwa wśród OzN sprzyja dostępność sprzętu, czyli specjalnych nart, kijków. W niektórych szkołkach narciarskich czy ośrodkach rehabilitacyjnych mogą oni też korzystać z symulatorów, co pomaga im w nauce jazdy na nartach. Podobnie rzecz ma się z innymi zimowymi sportami – mówi prof. Janusz Kocki, przewodniczący Rady Naukowej Fundacji Neuron+. Fundacja prowadzi ogólnopolską kampanię społeczną Sport Bez Barrier, której celem jest


NAJNOWSZE


- 

Świątek i Hurkacz dali nam spokojny awans do półfinału United Cup
- 

Mecz reprezentacji Polski był ustawiony? UEFA wszczęła śledztwo
- 

Znakomite parodie - Stanowski, Borek, Boniek. Jak on to robi?
- 

TOP 10 ćwiczeń na płaski brzuch – ćwicz w domu, plenerze lub klubie fitness
- 

Najpiękniejsze żużlowe podprowadzające [dużo zdjęć]
- 

NA ŻYWO Polscy skoczkowie walczą o podium Pucharu Świata w Innsbrucku

propagowanie aktywności sportowej wśród niepełnosprawnych.

Coraz większą popularnością wśród OzN cieszy się biathlon, który tak jak w tradycyjnej odmianie, łączy bieg narciarski ze strzelaniem. Różnica jest tylko taka, że część zawodników z racji swojej niepełnosprawności oddaje strzały tylko w pozycji siedzącej, a ci którzy mogą – ze stojącej i leżącej. Umiejętności strzeleckie są więc tak samo cenne jak narciarskie.

Osoby zmagające się z różnymi niepełnosprawnościami uprawiają też łyżwiarstwo, a niezwykle widowiskowe i emocjonujące są choćby zawody w hokeju na sledgech – w tym przypadku są to sanki z łyżwami zamiast płóz. Ta dyscyplina jest uprawiana przez osoby z amputacją lub porażeniem przynajmniej jednej kończyny dolnej. Drużyny mogą być mieszane, a hokeiści korzystają z dwóch krótkich kijów, którymi wykonują podania i strzały oraz odpychają się od tafli lodowej, sterując kierunkiem jazdy. Jak w zwykłym hokeju, również w tej odmianie hokeiści walczą na lodowisku bark w bark, co tylko przydaje zawodom widowiskowości.

Ogólnopolska Kampania „Sport bez barier” realizowana jest przy wsparciu Fundacji Orlen, Fundacji BGK, Fundacji KGHM Polska Miedź, Totalizatora Sportowego, Fundacji PFR, Fundacji ARP.

Dofinansowano ze środków Budżetu Państwa w ramach realizacji zadania publicznego pn. „Sport bez Barier”

Dowiedz się więcej:



FACEBOOK

KONTAKT



Dołącz do nas na Facebooku!

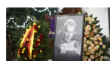
Publikujemy najciekawsze artykuły, wydarzenia i konkursy. Jesteśmy tam gdzie nasi czytelnicy!

Polub nas na Facebooku!

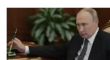
Dzieje się w Polsce i na świecie – czytaj na i.pl



Abrams dla polskiej armii. Szef MON ujawnił, kiedy czołgi trafią do wojska



Pogrzeb Emiliana Kamińskiego. Rozpoczęły się uroczystości na Powązkach



Ile dla Putina warte są rany lub śmierć na wojnie? Dyktator to wycenił



Spotkanie z Solidarną Polską ws. KPO. Minister ds. UE ujawnia szczegóły

Materiał oryginalny: Czekamy tylko na zimę - Express Ilustrowany

©

sport

sport bez barier

osoba niepełnosprawna



[WYNIKI NA ŻYWO]



Polska przegrywa z Włochami 1:2 w australijskim United Cup. Hurkacz nie dał rady



Bieg Trzech Króli już po raz siódmy. Start i meta w Manufakturze



Dzisiaj wiele radości dostarczą kibicom siatkarki ŁKS Commercecon

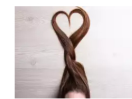
AD



Timberland

Zapisz się do Klubu
Timberland

POPULARNE



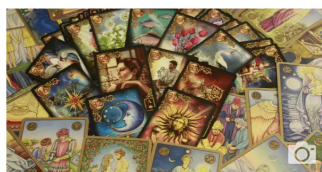
Jak określić porowatość włosów?



Sezon narciarski - sprzęt dla początkujących narciarzy

Tabela Ekstraklasy				GOL24
Lp.	Drużyna	M.	Pkt.	Bramki
1	Raków Częstochowa	17	41	35-12
2	Legia Warszawa	17	32	24-19
3	Widzew Łódź	17	29	22-17
4	Pogoń Szczecin	17	29	29-25
5	Wisła Płock	17	28	29-24
6	Lech Poznań	16	28	20-15
7	Stal Mielec	17	27	25-22
8	Cracovia	17	25	18-12
9	Warta Poznań	17	25	18-16
10	Radomiak Radom	17	23	21-23
11	Śląsk Wrocław	17	21	17-22
12	Górnik Zabrze	17	20	26-28
13	Jagiellonia Białystok	17	18	25-26
14	Lechia Gdańsk	17	17	18-30
15	Zagłębie Lubin	17	17	13-27
16	Piast Gliwice	17	16	18-22
17	Korona Kielce	17	13	17-26
18	Miedź Legnica	16	12	18-27

WYBRANE DLA CIEBIE



Wielki horoskop na nowy rok!



Nie jedz tego! Sklepy wycofują ten towar! Najnowsza lista



Szok! Zrobił zdjęcie Tatr z Góry Kamieńsk. Zobacz zdjęcia



Licytacje samochodów od komornika: styczeń 2022



Karambol pod Wrocławiem, ale bałagan! Co tam się wydarzyło? [ZDJĘCIA]



Widzew, czyli dawna wieś, która jest ważną dzielnicą Łodzi

REKLAMA

REKLAMA

POWIĄZANE



Sport: wygodna kurtka narciarska damska

Kurtka narciarska damska to jeden z ważniejszych elementów stroju na narty dla kobiety. Na co zwrócić uwagę przed zakupem odpowiedniej kurtki narciarskiej?...

4 stycznia 2023, 7:31

moda sportowa moda damska trendy okazje



Gdzie można tanio jeździć na nartach? Porównujemy ceny w Polsce i innych krajach

Sezon na narty powoli się rozkręca. Gdzie zaplanować zimową zabawę, by nie zapłacić majątku za karnet narciarski? W którym kraju skipassy są najtańsze i jak na...

2 stycznia 2023, 17:11

zima sporty zimowe gdzie na weekend gdzie na narty urlop ferie zimowe



Bielizna termoaktywna, bez której nie warto zaczynać treningu

Wygodna bielizna termoaktywna to podstawa udanego treningu lub świetnej zabawy na świeżym powietrzu. Damska bielizna termoaktywna pozwala na większy zakres...

2 stycznia 2023, 7:30

trendy ubrania moda damska moda męska moda dziecięca moda sportowa moda zima okazje



Nowa ankieta zdradza turystyczne plany Polaków na zimę 2023. Jak spędzimy ferie?

Nowa ankieta Polskiej Organizacji Turystycznej wskazuje, co planują polscy turyści na zimę 2023. Gdzie chcą spędzić ferie i urlopy? Jak zamierzają wypoczywać? Na...

30 grudnia 2022, 11:17

[zima](#) [ferie zimowe](#) [urlop](#) [podróż](#) [wypoczynek](#) [ankieta](#) [ciekawostki](#)



Wybierasz się na narty za granicę? W kryzysie jeszcze ważniejsza jest polisa OC

Mimo kryzysu, wielu rodaków wybiera się tradycyjnie na zimowy wypoczynek za granicę, zwłaszcza tam, gdzie można pojeździć na nartach lub poszaleć w inny sposób....

27 grudnia 2022, 6:44

[narty](#) [urlop zima](#) [polisa](#) [ubezpieczenie narty](#)



Na sanki w górach – najlepsze trasy saneczkowe w Polsce

Jazda na sankach to jedna z najpopularniejszych aktywności zimą – bo, jak wiadomo – sanki to ogromna frajda dla dzieci i dorosłych. Podczas sezonowych urlopów...

23 grudnia 2022, 14:30

[zima](#) [atrakcje turystyczne](#) [ciekawe miejsca w polsce](#) [tatry](#) [beskidy](#) [sanki](#)

[Powrót do góry](#)

[Tematy na czasie](#) [Kosmiczny skok](#)

Aktualności

Wiadomości
Na sygnale
Sport Łódź
Strefa Biznesu Łódź
Strefa Agro Łódź
Dziennik Łódzki Plus

Wiadomości lokalne

Wiadomości Łódź
Wiadomości Pabianice
Wiadomości Zgierz
Wiadomości Łowicz
Wiadomości Tomaszów Mazowiecki

Ogłoszenia

Samochody Łódź
Domy Łódź
Mieszkania Łódź

Serwisy regionalne

Dziennik Bałtycki
Dziennik Polski
Dziennik Zachodni
Echo Dnia
Express Bydgoski
Express Ilustrowany
[Pokaż więcej](#)

Serwisy partnerskie

Portal i.pl
Ogłoszenia
Program TV
Sport
Piłka nożna
Motoryzacja
[Pokaż więcej](#)



Aplikacja iOS
Aplikacja Android
Newsletter
RSS
Prenumerata
Kluczula PAP



[O nas](#) [Marketing](#) [Dla prasy](#) [Prywatność](#) [Reklama](#) [Regulamin](#) [Mapa serwisu](#) [Kontakt](#)

Polska Press Sp. z o. o. informuje, że wszystkie treści ukazujące się w serwisie Dziennik Łódzki [podlegają ochronie](#).

Jesteś zainteresowany kupnem treści? [Dowiedz się więcej](#).

© 2000-2023 Polska Press Sp. z o. o.

