

**Parayleisurheilun  
SM-kilpailusäännöt  
2021–2022  
Päivitetty 3.11.2020**

**Voimassa 1.1.2021 lähtien**

# Sisällysluettelo

1 Paralympurheilun Suomen mestaruuskilpailut.....	3
1.1 Kilpailutapahtumat.....	3
1.2 Ajankohdat.....	3
2 Suomen mestaruuskilpailujen järjestäjät.....	3
2.1 Edellytykset kilpailujen järjestämiselle .....	3
3 Suomen mestaruuskilpailujen kilpailusäännöt.....	4
3.1 Yleistä .....	4
3.2 Tuomarineuvosto .....	4
3.3 Osanotto-oikeus .....	5
3.3.1 Ikärajat .....	5
3.3.2 Luokittelut.....	5
3.3.3 Ulkomaalaisten osallistuminen .....	5
3.4 Ilmoittautuminen.....	5
3.5 Osanoton varmistaminen .....	6
4 Paralympurheilun Suomen mestaruuskilpailujen erityissäännöt.....	6
4.1 Ratalajit.....	6
4.1.2 Yleistä .....	6
4.1.3 Opasjuoksut.....	6
4.1.4 Kelausmatkat.....	7
4.2 Kenttälajit.....	7
4.2.1 Yleistä .....	7
4.2.2 Hyppylajit .....	7
4.2.3 Heittotuoli .....	7
4.3 Lajit ja erityispiirteet taulukoituna:.....	8
4.4 Lajit, luokat ja välinepainot .....	9

# 1 Parayleisurheilun Suomen mestaruuskilpailut

## 1.1 Kilpailutapahtumat

Seuraavilla kilpailutapahtumilla on Suomen mestaruuskilpailujen arvo:

- Suomen mestaruuskilpailut sisähallissa
- Suomen mestaruuskilpailut ulkoradalla

## 1.2 Ajankohdat

Parayleisurheilun Suomen mestaruuskilpailut pyritään järjestämään seuraavassa esitetyn aikataulun mukaisesti. Suomen Paralympiakomitealla ja Suomen Urheiluliitolla on oikeus mm. kansainvälisen kilpailukalenterin aiheuttamista syistä päättää, että mestaruuskilpailut voidaan järjestää muinakin ajankohtina.

Suosittelut ajankohdat:

*Tammikuu–helmikuu:*

- \* Parayleisurheilun SM-hallikilpailut

*Kesäkuu–syyskuu:*

- \* Ulkoratojen parayleisurheilun Suomen mestaruuskilpailut

## 2 Suomen mestaruuskilpailujen järjestäjät

Järjestäjät ilmoittavat kilpailukutsun Paralympiakomitean, SUL:n ja järjestävän seuran nettisivuilla sekä Kilpailukalenteri.fi-palvelussa viimeistään kuusi viikkoa ennen kilpailua.

### 2.1 Edellytykset kilpailujen järjestämiselle

Paralympiakomitea ja SUL myöntävät Suomen mestaruuskilpailujen järjestämisoikeudet SUL:oon kuululle seuralle tai seurayhtymälle. Paralympiakomitea, SUL ja järjestävä seura tai seurayhtymä omistavat yhdessä kilpailujen järjestämisoikeudet, mainosoikeudet ja tv-oikeudet. Tahot sopivat yhdessä kilpailujen järjestämisen tuotto- ja kulurakenteesta.

Ratkaistaessa Suomen mestaruuskilpailujen järjestämisoikeuksia on vaatimuksina pidettävä seuraavia seikkoja:

Kilpailun vaatimien suorituspaikkojen on oltava *Yleisurheilun kansainvälisten sääntöjen* ja alla olevien määräysten mukaiset.

Ulkoratojen SM-kilpailuja myönnettäessä otetaan huomioon vain ne järjestäjät, joilla on käytössään kesto-päällystekenttä, jolla on SM-kilpailujen järjestämiseen soveltuvat suorituspaikat ja vähintään kuusi (6) kiertävää rataa.

*Kommentti: Päällysten tulee olla WA:n eli World Athletics sertifioimaa materiaalia.*

Hakijan tulee varmistaa, että pitkät heitot ovat sallittuja kyseisellä kentällä. SM-kilpailuissa, joiden ohjelmassa on kiekonheitto, tulee kilpailukentällä olla WA:n kulloinkin voimassa olevat säännöt täyttävä heittohäkki.

SM-kilpailuissa on käytettävä täysin automaattisia, WA:n ja World Para Athleticsin (WPA) sääntöjen määräykset täyttäviä sähköisiä ajanottolaitteita. Kentällä on oltava ajanmukaiset tulospalvelulaitteet. SM-kilpailuissa tulee olla kilpailun luonteen mukaan mitoitettut lääkintäpalvelut ja esteettömät urheilijoiden, toimitsijoiden ja katselijoiden vaatimat tarvittavat tilat.

## **3 Suomen mestaruuskilpailujen kilpailusäännöt**

### **3.1 Yleistä**

Kilpailuissa noudatetaan WA:n ja WPA:n yleisurheilun kansainvälisiä kilpailusääntöjä, joiden lisäksi on otettava huomioon tässä sääntökirjassa mainitut Suomen mestaruuskilpailuja koskevat erityismääräykset.

Voimassa olevien mestaruuskilpailusääntöjen tulkitsijana toimii kilpailutapahtuman tuomarineuvosto (jury).

Kun kilpailussa tehdään kirjallinen vastalause (puhutaan myös ”protesteista” tai vetoomuksista) tuomarineuvoston käsiteltäväksi, tulee sitä sisään jätettäessä maksaa kisakansliaan maksu, joka palautetaan, jos vastalause tulee hyväksytyksi. Maksun suuruutena tulee käyttää sitä kansalliseen käytäntöön tarkoitettua rahasummaa, joka on mainittu Yleisurheilun kansainvälisten sääntöjen uusimmassa suomenkielisessä painoksessa.

Ulkoratojen SM-kilpailut käydään kaksipäiväisinä (la–su).

- lauantaina 100m, 400m, 1500m, korkeus, kuula, keulanheitto ja pallonheitto (elinsiirtourheilijat)
- sunnuntaina 200m, 800m, 5000m, 3000m kävely (naiset), 5000m kävely (miehet), pituus, keihäs ja kiekko

Sisä ratojen SM-kilpailut käydään yksipäiväisinä

- 60m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 5000m, 3000m kävely, pituus, korkeus, kuula, keihäs, keulanheitto

### **3.2 Tuomarineuvosto**

Paralympiakomitea, SUL ja järjestävä seura asettavat Suomen mestaruuskilpailuihin tuomarineuvoston, johon on nimettävä vähintään kolme jäsentä, joista yksi nimetään puheenjohtajaksi.

Tuomarineuvoston tehtävänä on toteuttaa kussakin Suomen mestaruuskilpailuissa tätä säännöstöä, ratkoa kilpailuja koskevat vastalauseet sekä raportoida mahdollisista epäurheilijamaisesta käytöksestä Paralympiakomitean eettisten sääntöjen mukaisesti.

Kilpailun järjestäjä nimeää muun tuomariston hyvissä ajoin ennen kilpailuja. Järjestäjän vastuulla on järjestää tarvittava lisäkoulutus niille tuomareille, joille paralympisurheilun säännöt eivät ole ennestään tuttuja.

## 3.3 Osanotto-oikeus

### 3.3.1 Ikäraajat

Miesten ja naisten sarjojen Suomen mestaruuskilpailuihin saa osallistua ko. kalenterivuotena vähintään 14 vuotta täyttävä urheilija.

M/N19-vuotiaiden sarjoihin saa osallistua ko. kalenterivuotena 19 vuotta täyttävä ja sitä nuorempi urheilija. 19 vuotta täyttänyt urheilija kuuluu oman ikäluokkansa sarjaan, mikäli samassa lajissa on sarjat yleinen ja 19 vuotta.

M/N 50-vuotiaiden sarjoihin saa osallistua ko. kalenterivuotena tasavuotia täyttävä urheilija. Tasavuotia täyttänyt urheilija kuuluu oman ikäluokkansa sarjaan, mikäli samassa lajissa on sarjat yleinen ja yli 50 vuotta.

Elinsiirtoväen luokassa on seuraavat sarjat: M/N 19-vuotiaat, M/N20–39-vuotiaat, M/N 40–49-vuotiaat, M/N 50–59-vuotiaat, M/N 60+

### 3.3.2 Luokittelut

SM-kilpailuihin saavat osallistua kaikki liikunta-, näkö- ja kehitysvammaiset sekä elinsiirron saaneet (osanotto-oikeus kaikilla elinsiirron saaneilla sekä dialyysissa olevilla). Lisäksi vuoden 2021 alusta alkaen avataan kilpailusarja myös kuulovammaisille urheilijoille. Kilpailuoikeus todennetaan tarvittaessa lääkärintodistuksella kehitysvammaisten ja elinsiirron saaneiden sekä kuulovammaisten urheilijoiden (55db raja-arvo) urheilijoiden osalta. Näkö- ja liikuntavammaisilta paralympisurheilijoilta vaaditaan joko kansallinen tai kansainvälinen luokitus. Luokittelemattomille näkö- ja liikuntavammaisille urheilijoille on mahdollista osallistua avoimeen kilpailuluokkaan. Kilpailun järjestäjät pyrkivät järjestämään kansallisen luokittelun liikuntavammaisille urheilijoille kilpailutapahtuman yhteyteen. Luokitteluun tulee ilmoittautua erikseen.

Järjestäjällä on oikeus yhdistää kilpailuluokkia osanottajien lukumäärän vähyyden vuoksi, kun osallistujia on vähemmän kuin 3. Yhdistämisen voi tehdä rinnakkaisluokkien kesken 2–3 rinnakkaisen luokan välillä (esim. luokat 12 ja 13 tai luokat 55, 56 ja 57).

### 3.3.3 Ulkomaalaisten osallistuminen

Suomen mestaruudesta voivat kilpailla vain Suomen kansalaiset sekä sellaiset Suomessa vakituisesti asuvat muun maan kansalaiset, joille kilpailun järjestävät ovat myöntäneet luvan kilpailla täysivaltaisina osanottajina Suomen mestaruuskilpailuissa.

*Kommentti: Kaksois- tai jopa useamman maan kansalaisuus ei ole este Suomen mestaruuskilpailuihin osallistumiselle, kunhan yksi näistä urheilijan kansalaisuuksista on Suomen.*

## 3.4 Ilmoittautuminen

Virallinen ilmoittautumisaika Suomen mestaruuskilpailuihin päättyy kaksi viikkoa ennen kilpailujen alkamispäivää. Kilpailun ilmoittautumismaksu on 18 euroa/laji.

Jälki-ilmoittautumisia voi tehdä viimeistään viikkoa ennen kilpailuja. Jälki-ilmoittautumisesta peritään kaksinkertainen osallistumismaksu (36 euroa/laji).

Kilpailujen järjestäjän on aina mainittava viimeinen virallinen ilmoittautumispäivä kilpailukutsussa, joka julkaistaan Paralympiakomitean, SUL:n ja järjestävän seuran kotisivuilla sekä Kilpailukalenteri.fi-palvelussa.

Ilmoittautumisen tulee tapahtua kirjallisesti. Kirjalliseksi ilmoittautumiseksi katsotaan postitse tai sähköisen ilmoittautumisjärjestelmän välityksellä suoritettu ilmoittautuminen.

Ilmoittautumismaksun/maksujen suorittaminen kuuluu kiinteästi ilmoittautumiseen. Maksu/maksut on suoritettava viimeistään kyseisten SM-kilpailujen viimeisenä virallisena ilmoittautumispäivänä.

Kilpailun järjestäjän on kilpailukutsussa ilmoitettava kyseisen kilpailun viralliset posti- ja sähköiset osoitteet, joihin ilmoittautumisia voi lähettää. **Tullakseen hyväksytyiksi täytyy ilmoittautumisten olla perillä yllä lueteltuihin määräaikoihin mennessä.**

SM-kilpailun järjestävä seura on velvollinen perustamaan tapahtumalle nettisivuilleen osion jatkuvaa tiedotusta varten. Osion tulee sisältää kaikkea osanottajien normaalisti tarvitsemää tietoa, kuten esim. aikataulu, urheilijaohjeet, majoitustiedot, ilmoittautumistiedot, kilpailun tulokset jne. Kotisivujen sisältö tulee pitää jatkuvasti päivitettyinä.

Suomen mestaruuskilpailuissa jaetaan Paralympiakomitean mestaruusmitalit kolmelle parhaalle. Viesteissä jaetaan mitalit kolmen parhaan joukkueen jäsenille.

### **3.5 Osanoton varmistaminen**

Osanoton varmistaminen on ehdoton kaikissa SM-kilpailuissa.

Varmistus osanotosta lajiin on tehtävä **viimeistään 90 minuuttia ennen kyseisen lajin alkua.**

Varmistuksen voi suorittaa kilpailija itse tai hänen edustajansa. Varmistaminen voidaan poikkeuksellisesti yrittää suorittaa myös puhelimitse.

*Kommentti: Varmistamisen suorittaminen puhelimitse ei ole mikään suositus. Siihen voi kuitenkin yrittää turvautua tilanteessa, jossa varmistaja huomaa olevansa vaarassa myöhästyä.*

Mikäli urheilija ei osallistu varmistamaansa lajiin ilman, että olisi peruuttanut varmistuksensa, hän ei voi osallistua muihinkaan lajeihin (mahdolliset viestit mukaan lukien) samana tai kyseisten mestaruuskilpailujen seuraavina päivinä, myös käynnissä olevan lajin suoritukset hylätään.

Jo tehdyn varmistuksen saa kyllä peruuttaa ilman edellä mainittuja seurauksia, mutta tällöin tuo peruuttaminen tulee tehdä viimeistään 90 minuuttia ennen lajin alkua, eli määräaika on sama kuin milloin itse varmistaminenkin voidaan viimeistään tehdä. Kilpailun järjestäjän tulee näkyvästi informoida tästä sääntökohdasta urheilijoille tarkoitetuissa kirjallisissa ohjeissaan.

## **4 Paralympilurheilun Suomen mestaruuskilpailujen erityissäännöt**

### **4.1 Ratalajit**

#### **4.1.2 Yleistä**

- luokassa T11 käytettävä läpinäkymättömiä laseja tai vastaavaa välinettä (silmäsuojat)
- luokissa T33–34 ja T51–54 kaikilla kelausmatkoilla kypärän käyttö on pakollista
- luokissa T11–12 saa avustaja saattaa urheilijan suorituspaikalle
- lähdössä voidaan tarvittaessa käyttää lippua, valomerkkiä tai urheilijan koskettamista lähtömerkin antamiseen starttipistoolin lisäksi (kuulovammaiset sekä kuurosokeat urheilijat)

#### **4.1.3 Opasjuoksut**

-luokassa T11 opasjuoksijan käyttö on pakollista ja luokassa T12 se on sallittua. Oppaan kanssa juoksevan juoksijan on juostava opaslenkin avulla. Oppaalle ja juoksijalle on varattava kaksi rataa pikajuoksuissa (60-400m).

-kilpailijan pitää ylittää maaliviiva ennen opasjuoksijaa, ja opas saa päästää urheilijan irti vasta maaliviivan ylityksen jälkeen.

-opasjuoksija ei saa vetää tai työntää kilpailijaa

-800 metrin ja sitä pidemmällä matkoilla saa olla kaksi opasjuoksijaa

#### **4.1.4 Kelausmatkat**

-kelaustuolissa tulee olla takana kaksi isoa pyörää ja edessä yksi tai kaksi pientä pyörää

-kelaustuolin kaikkien osien tulee olla etupyörän, takapyörän ja takapyörän renkaan takimmaisena osana välissä

-kaikissa kelaustuoleissa tulee turvallisuussyistä olla toimiva jarrutusjärjestelmä

-isojen pyörän suurin läpimitta on 70cm ja etupyörän suurin mitta 50cm

-mekaanisten apuvälineiden käyttö vauhdin parantamiseksi on kielletty

-peilit ovat kiellettyjä

-urheilijan on varmistettava, etteivät raajat kosketa rataa kilpailun aikana

-800 metrin ja sitä pidemmällä matkoilla lähettäjä voi uusia lähdön, jos ensimmäisen 50 metrin aikana tapahtuu törmäys tai muuta oleellisesti kilpailuun vaikuttavaa

-kilpailija on maalissa, kun kelaustuolin johtavan pyörän (leading wheel) akseli ylittää maaliviivan etureunan

### **4.2 Kenttälajit**

#### **4.2.1 Yleistä**

-luokassa F11 on käytettävä läpinäkymättömiä laseja tai vastaavaa välinettä

-luokassa F11 kilpailijaa voidaan avustaa äänimerkeillä kenttälajeissa

-luokassa F12 kilpailijaa voidaan avustaa apuvälineillä (esim. kalkki tai kartio)

-luokissa F11-12, F31-32, F51-54 saa avustaja saattaa urheilijan suorituspaikalle

-luokissa F31-34 ja F51-F53 on käden kiinnitys heittotankoon ja käsineen käyttö sallittua

#### **4.2.2 Hyppylajit**

-luokissa T11 ja T12 kilpailija saa käydä koskemassa rimaa ennen varsinaista hyppysuoritusta. Tällöin pudotettua rimaa ei lasketa pudotukseksi kilpailussa

-pituushypyssä luokissa T11 ja T12 käytetään 1.00mx1.22 ponnistusaluetta. Mittaaminen tapahtuu ponnistuskohdasta tai ponnistusalueen takareunasta, jos ponnistus lähti ponnistusalueen takaa

-pituushypyn luokissa T61-64 voi urheilija aloittaa yrityksensä uudelleen proteesin irrottua ennen ponnistusta aikarajan sallimissa rajoissa

-pituushypyn luokissa T61-64 proteesin irrotessa kilpailijan suoritus mitataan irronneesta proteesista, mikäli se on lähimpänä lankkua. Jos proteesi jää hiekkakasan ulkopuolelle, suoritus on hylätty

#### **4.2.3 Heittotuoli**

-voidaan käyttää luokissa F31-34 ja F51-57 ja avoimessa tuoliluokassa

-heittotuolin istuimen korkeus saa olla korkeintaan 75 cm ja istuimen tulee olla neliskulmainen tai suorakaiteen muotoinen, jokainen sivu vähintään 30cm pituinen

-jalkatuista ei saa olla etua suorituksessa

-vapaan käden tuki voi olla valmistettu metallista, lasikuidusta tai vastaavasta materiaalista, mutta siinä ei saa olla niveliä tai liitoskohtia

-turvallisuuden ja tasapainon parantamiseksi voidaan käyttää sivutukia

### 4.3 Lajit ja erityispiirteet taulukoituna:

	WA:n säännöt	WA/WPA:n säännöt (kelaus/heittotuoli)	WA/WPA:n säännöt (opas luokissa 11 ja 12)
60m, 100m, 200m	T 13 T 20–21 T 35–38 T 40–41 T 42–47 T 61–64 E, K + avoin pystyl.	T 51–54 T 33–34	T 11–12
400m	T 13 T 20–21 T 35–38 T 40–41 T 42–47 T 61–64 E, K + avoin pystyl.	T 51–54 T 33–34	T 11–12
800m	T 13 T 20–21 T 35–38 T 40–41 T 42–47 T 61–64 E, K + avoin pystyl.	T 51–54 T 33–34	T 11–12
1500m	T 13 T 20–21 T 35–38 T 40–41 T 42–47 T 61–64 E, K + avoin pystyl.	T 51–54 T 33–34	T 11–12
3000m kävely naiset 5000m kävely mie- het	T 13 T 20–21 T 35–38 T 40–41 T 42–47 T 61–64 E, K + avoin pystyl.		T 11–12
5000m	T 13 T 20–21 T 35–38 T 40–41 T 42–47 T 61–64 E, K + avoin pystyl.	T 51–54 T 33–34	T 11–12
Pituushyppy	T 13 T 20–21 T 35–38 T 40–41 T 42–47 T 61–64 (Huom! proteesin irtoami- nen) E, K + avoin pystyl.		T 11–12
Korkeushyppy	T 13 T 20–21 T 35–38 T 40–41 T 42–47 T 61–64 E, K + avoin pystyl.		T 11–12
Kuulantyöntö	F 13 F 20–21 F 35–38 F 40–41 F 42–46 F 61–64 E, K + avoin pystyl.	F 52–57 F 32–34 avoin tuoliluokka	F 11–12
Kiekonheitto	F 13 F 20–21 F 35–38	F 51–57 F 32–34 avoin tuoliluokka	F 11–12



	F 40–41 F 42–46 F 61–64 E, K + avoin pystyl.		
Keihäänheitto	F 13 F 20–21 F 35–38 F 40–41 F 42–46 F 61–64 E, K + avoin pystyl.	F 53–57 F 33–34 avoin tuoliluokka	F 11–12
Pallonheitto	E		
Keilanheitto		F31–32, F51	

F/T 11–13 = urheilijat, joilla näkövamma (+ avoin luokka luokittelemattomille urheilijoille)

F/T 20 = urheilijat, joilla kehitysvamma

F/T 21 = down-urheilijat

F/T 31–38 = urheilijat, joilla CP-vamma tai muu neurologinen vamma – tuoliheittoluokat (F31–34), kelausluokat (T33–34) ja pystyluokat (F/T35–38)

F/T 40–41 = lyhytkasvuiset urheilijat

F/T 42–44 = pystyurheilijat, joilla on liikuntavamma alaraajassa/-raajoissa ja eivät käytä proteesia urheilussa.

F/T 45–47 = pystyurheilijat, joilla on liikuntavamma yläraajassa/-raajoissa

T 51–54 = kelausluokat urheilijoille, joilla on esim. selkäydinvamma tai amputaatio alaraajoissa

F 51–57 = tuoliheittoluokat urheilijoille, joilla on esim. selkäydinvamma tai amputaatio alaraajoissa

F/T 61–64 = pystyurheilijat, joilla on liikuntavamma alaraajassa/-raajoissa ja käyttävät proteesia urheilussa

E = urheilijat, joille on tehty elinsiirto tai ovat dialyysihoidossa

K = urheilijat, joilla on kuulovamma (raja-arvo 55db)

Suomen mestaruuskilpailuissa voidaan järjestää myös viestit 4 x 100 m.

#### **4.4 Lajit, luokat ja välinepainot**

Luokkien F 11–64 välineet, luokat ja painot löytyvät liitteestä 1 ja ne perustuvat World Para Athleticsin uusimpiin sääntöihin. Liitteestä 1 löytyvät myös elinsiirron saaneiden ja down-urheilijoiden sekä kuulovammaisten luokkien välinepainot.