

# SLALOM

---



Asignatura: OCW. UPV/EHU. Actividad física inclusiva.  
Gomendio, M., Fuentes, M., y Zulaika, Lm.

---

# SLALOM

---

- ✓ Actividad específica para personas que se mueven en silla de ruedas, que se encarga de crear problemas de forma artificial, giros, cambios de dirección, rampas, etc. que exigen al deportista rapidez, coordinación, fuerza y técnica para hacerlo en el menor tiempo posible y cometiendo el menor nº de errores.
  - ✓ Su práctica plantea una posibilidad idónea de mantener, conservar y desarrollar el potencial físico de la persona, así como fomentar el uso al límite, del medio de desplazamiento, es decir, la silla de ruedas .
-

# SLALOM: LA PRUEBA

---

✓ Existen cinco categorías que compiten de forma independiente:

- \* División 1: Para participantes con silla impulsada eléctricamente.
- \* División 2: Impulsan la silla con los brazos.
- \* División 3: Impulsan la silla con las piernas
- \* División 4: Impulsan la silla con sus brazos.
- \* División 5: Impulsan la silla con sus brazos.

✓ Los deportistas de la división 5 son los menos afectados.

---

# SLALOM: LA PRUEBA

---

- ✓ La prueba se realiza en una pista polideportiva, ó similar con unas dimensiones mínimas de 40x25m.
  - ✓ La superficie será de madera, tartam, cemento ó cualquier otra superficie similar..
  - ✓ Las competiciones se desarrollaran tanto en pabellones cubiertos como al aire libre.
-

# LOS OBSTACULOS

---

✓ Para la división 1:

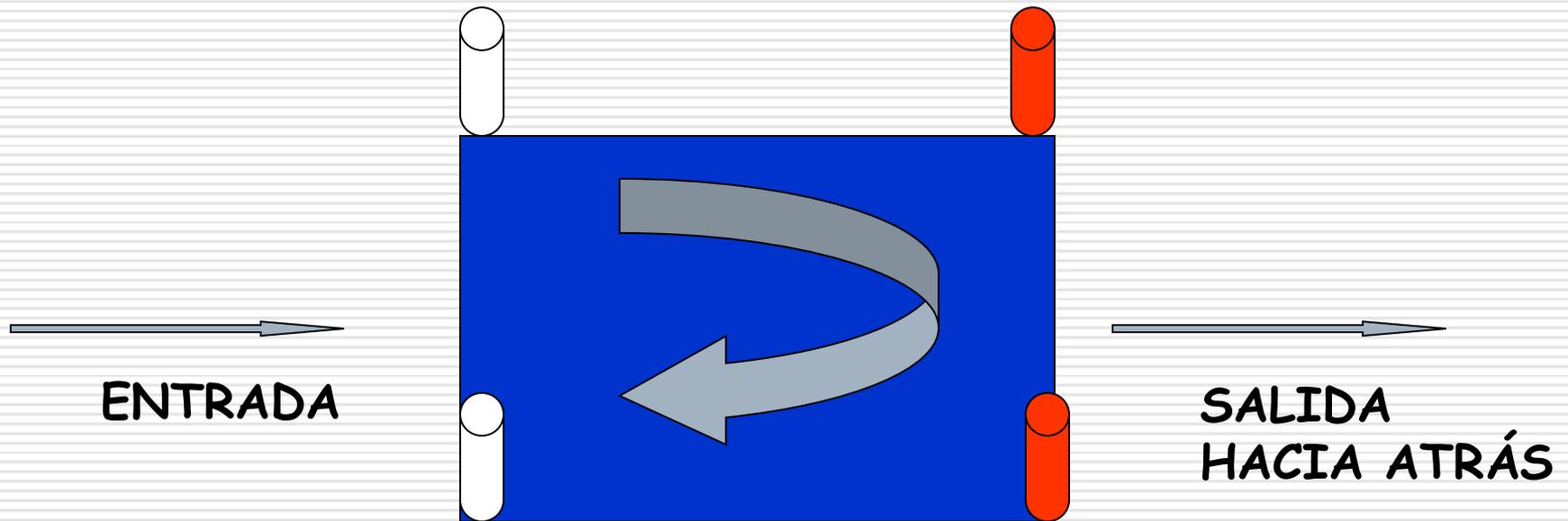
- 3 obstáculos de medio giro ( $180^\circ$ )
- 1 obstáculo de giro completo.
- 1 obstáculo en ocho
- 1 pivote de vuelta completa
- 1 rampa plataforma de subida y bajada.

✓ Para la división 2\*, 3, 4 y 5:

- 3 obstáculos de medio giro ( $180^\circ$ )
- 1 obstáculo de giro completo.
- 1 obstáculo en ocho
- 1 pivote de vuelta completa
- 1 rampa plataforma de subida y bajada (exc. Div 2).
- 1 puerta de inversión.

# LOS OBSTACULOS: MEDIO GIRO

---

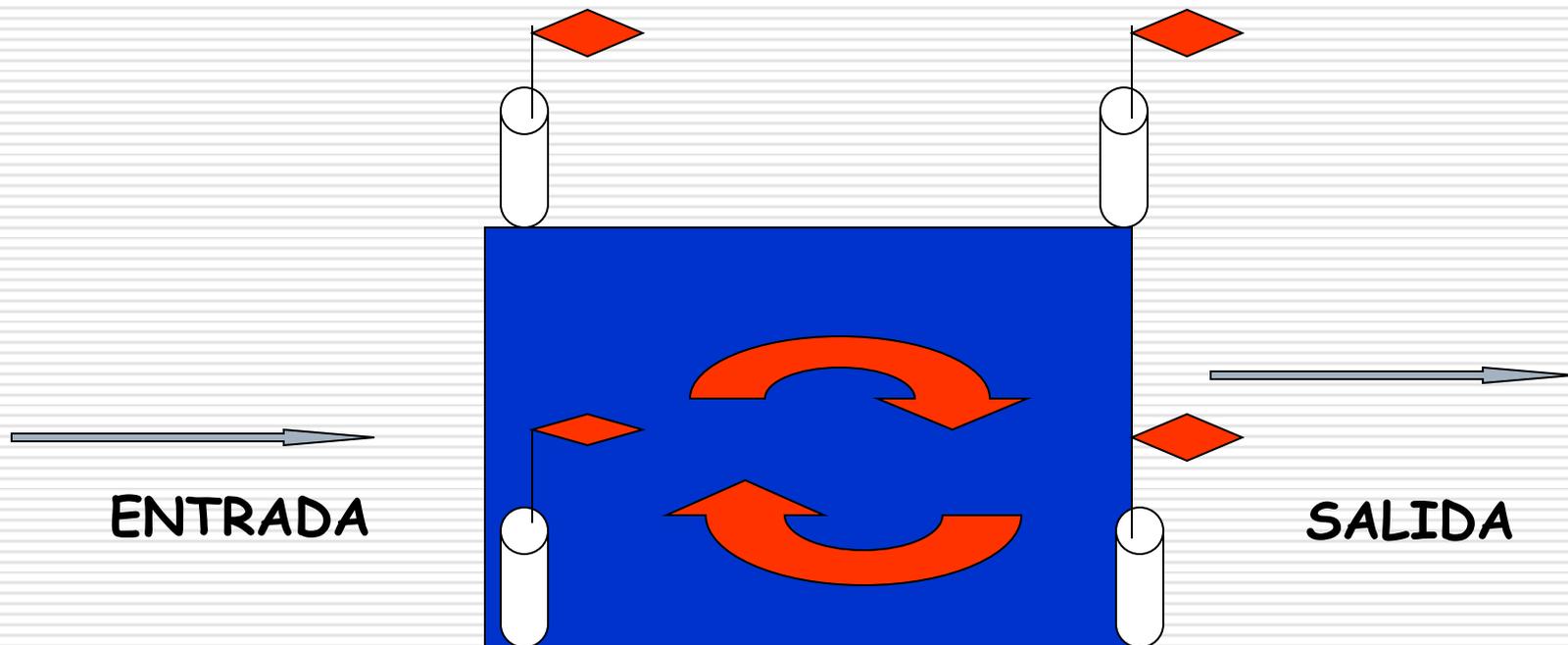


El participante deberá de entraren el obstáculo y realice un giro de  $180^{\circ}$  para salir en sentido contrario al que ha entrado

---

# LOS OBSTACULOS: GIRO COMPLETO

---

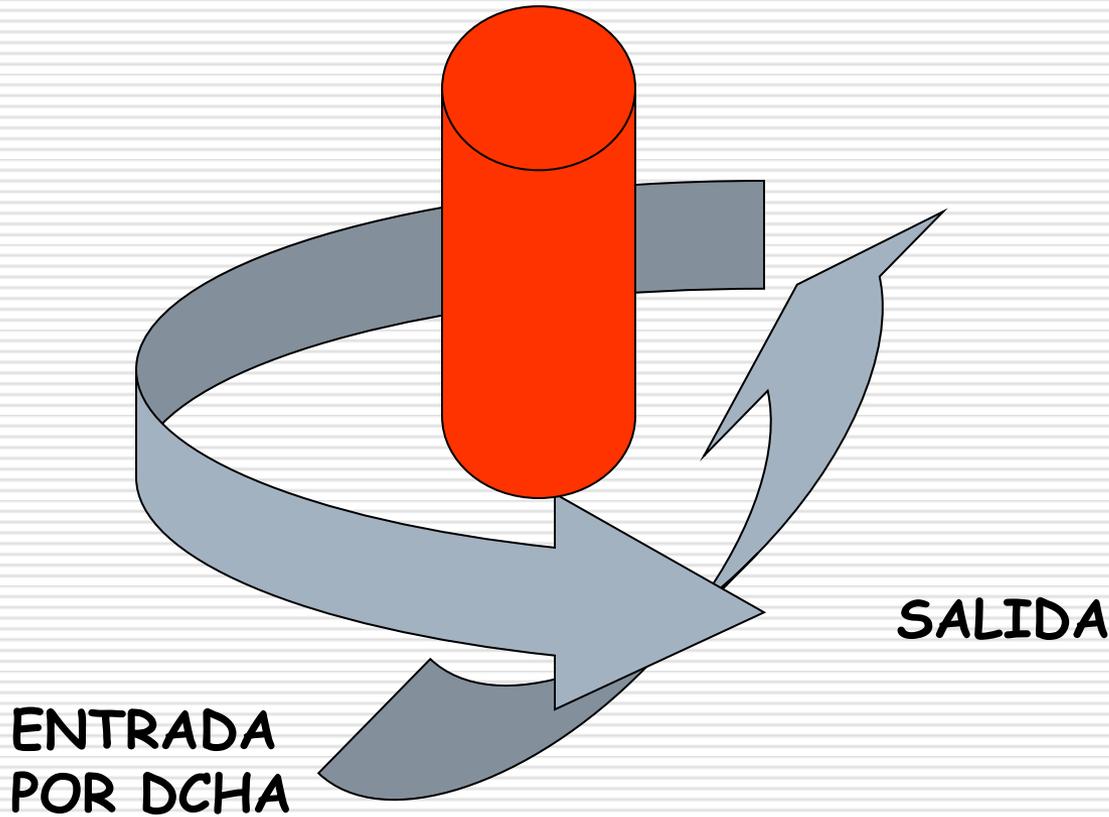


El participante deberá de entrar en el obstáculo y realizar un giro de 360°

---

# OBSTACULOS DE VUELTA COMPLETA

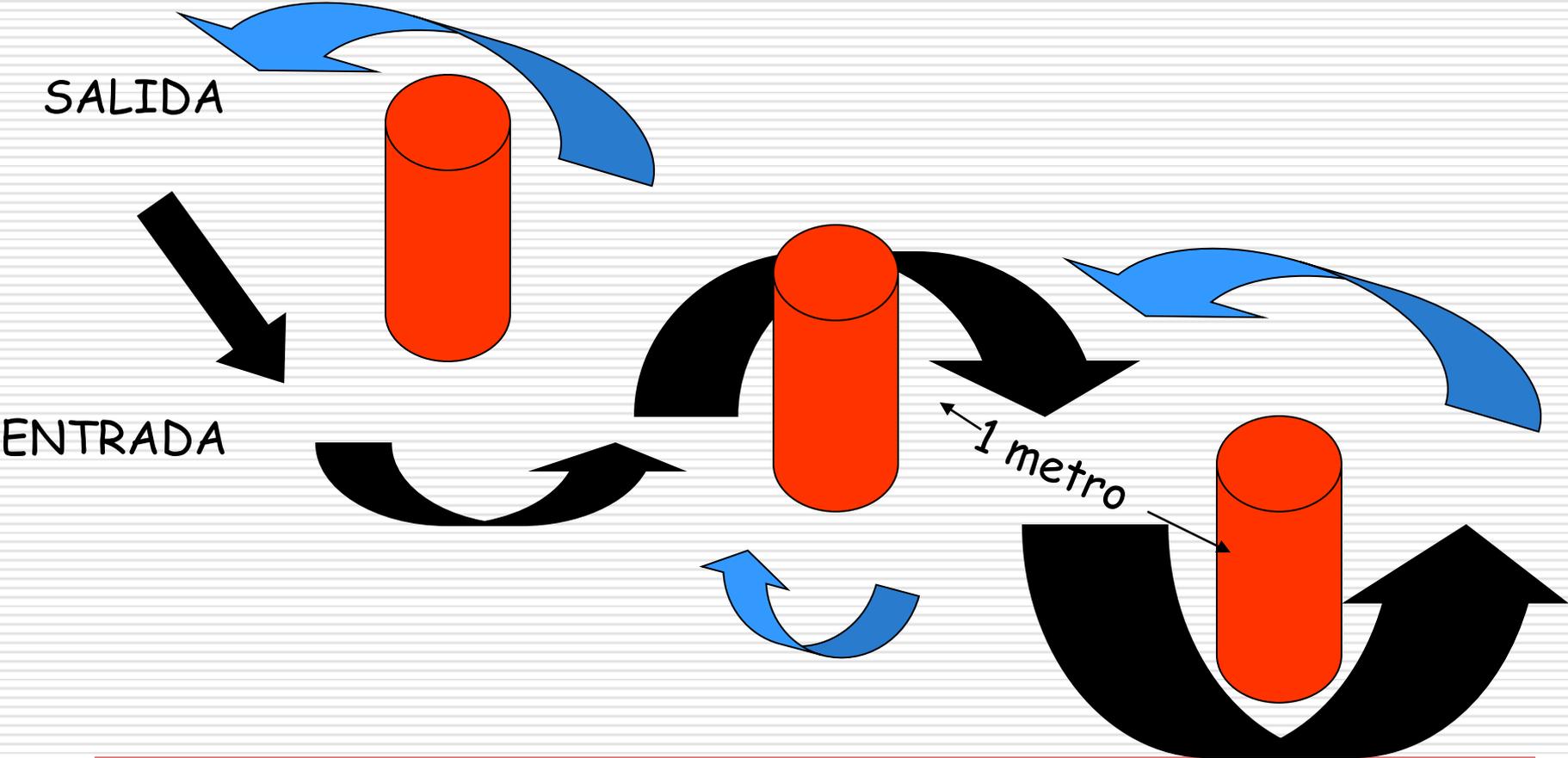
---



Completar una vuelta  
de 360°

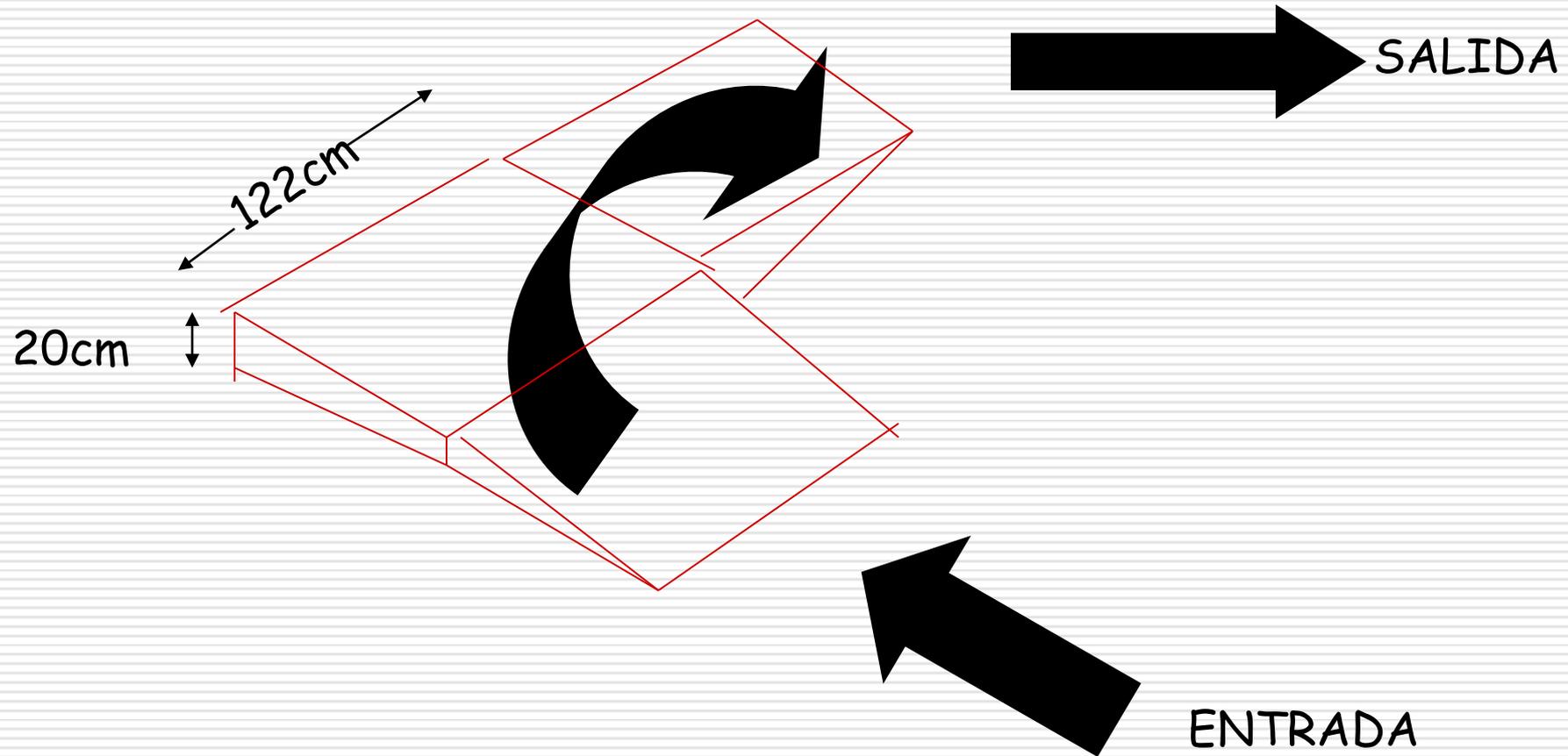
# OBSTACULOS EN OCHO

---



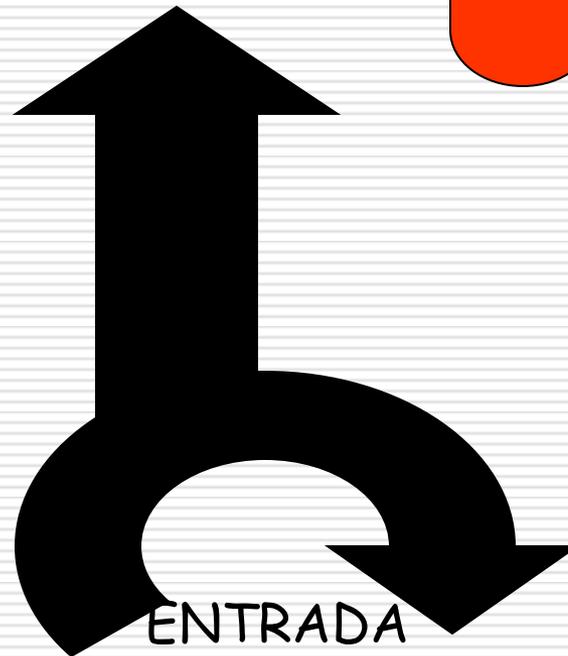
# OBSTACULOS EN RAMPA

---



# OBSTACULO DE PUERTA DE INVERSIÓN

---



El participante deberá pasar  
Entre los pivotes en sentido  
Inverso a la marcha

---



# LA COMPETICIÓN

---

- ✓ La competición consta de dos recorridos, uno obligatorio, que cuenta con un nº determinado de obstáculos en un orden fijo, y otro recorrido libre con el mismo nº de obstáculos pero cuyo orden no se conocerá como mínimo 24 horas antes de la competición.
  - ✓ Las dos mangas se corren contra reloj. A los tiempos parciales de cada manga se les añade las penalizaciones, siendo el tiempo total de cada participante el que resulte de sumar los tiempos parciales más las penalizaciones cometidas en ambos recorridos.
-

# FALTAS Y PENALIZACIONES

---

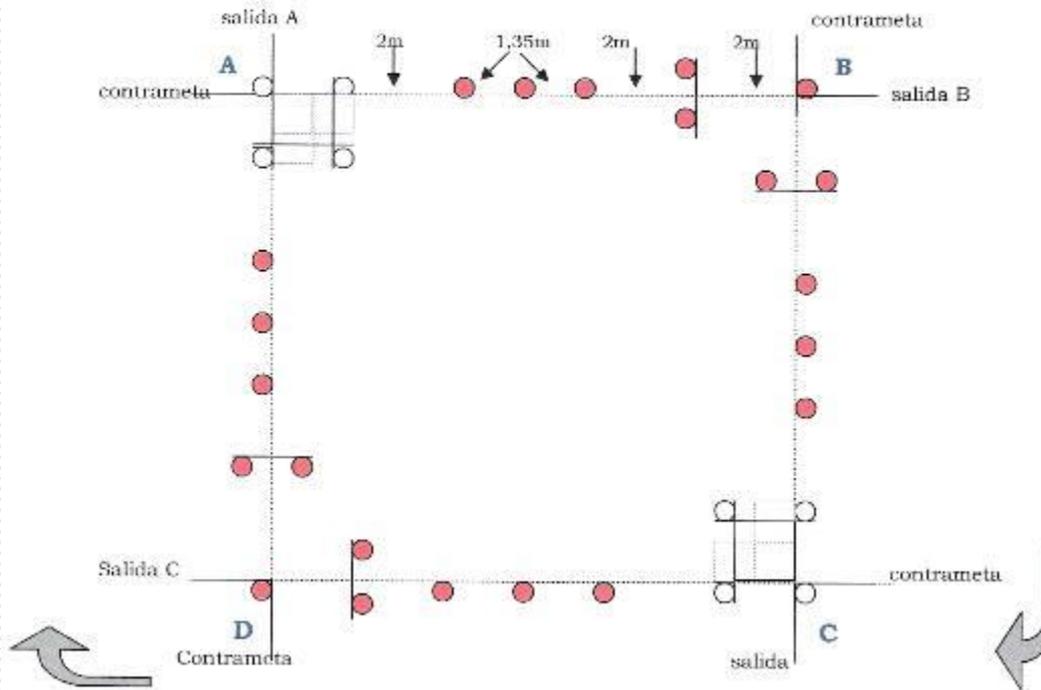
- ✓ El derribar un pivote se penaliza con 5 segundos.
  - ✓ Tocar un pivote ó línea con cualquier parte del cuerpo ó silla se penalizará con 3 segundos.
  - ✓ Cada rueda de la silla penaliza por separado, es decir, que si se toca con una rueda se penaliza 3 segundos y si es con las dos seis.
-

# LA COMPETICIÓN: PERSECUCION

---

- ✓ Cuatro participantes salen de cada una de las esquinas, con el objetivo de atrapar al participante que tiene delante y no ser atrapado por el de detrás. .
  - ✓ La prueba finaliza cuando dos participantes son atrapados ó cuando los participantes den un n° determinado de vueltas.
-

# PERSECUCION



# ELIMINACION INDIVIDUAL Y POR EQUIPOS

---

- ✓ La prueba consta de 2 recorridos exactamente iguales y paralelos entre sí. Dos participantes se enfrentan entre sí tratando de finalizar el recorrido antes que el contrario.
-