

# Les jeux paralympiques, c'est **waouh!**

Les Jeux paralympiques, ce sont 22 sports disputés par plus de 4 000 athlètes handicapés. Cette compétition nous réserve d'incroyables surprises. On t'en dévoile quelques-unes !

## LE SAIS-TU ?



Les athlètes sont classés en **CATÉGORIES** selon leur handicap et leur niveau de handicap. Pour une même épreuve, il y a donc autant de vainqueurs que de catégories. Par exemple, 29 médaillés d'or pour les épreuves du 100 mètres !



Les règles du **BASKET FAUTEUIL** sont les mêmes que celles du basket. Et le panier est à la même hauteur que pour les géants de la NBA : 3,05 mètres !

Le **CÉCIFOOT** est un football adapté aux athlètes porteurs d'un handicap visuel. Jusqu'à présent, les Brésiliens ont toujours gagné la médaille d'or.



En **PARACYCLISME**, les sportifs privés de leurs jambes utilisent le handbike, un vélo qui avance à la seule force des bras, des épaules et des abdos. Très physique !



## La natation... à la dur !

Husnah Kukundakwe, 17 ans, vient d'Ouganda (Afrique).



© Badru Katumba / AFP.

Des nageurs exceptionnels disputent la paranatation. Et le règlement leur **interdit de porter leur prothèse**, cet objet qui remplace la jambe ou le bras qui leur manque. Imagine alors la force et la technique qu'il faut pour progresser dans l'eau à toute vitesse !

## Tout le monde assis

En 2021, finale féminine États-Unis/Chine.



© Xiong Qi / Xinhua / AFP.

Ne rate pas les matchs de volleyball assis disputés par les personnes handicapées physiques. Tu verras, le terrain est plus petit qu'au volleyball, le filet est plus bas, **et les joueurs se déplacent sur les fesses à la force des bras**. Époustouflant !

## Chut, c'est l'heure du goalball

L'équipe belge lors des Jeux paralympiques de 2021.



© Rob Walbers / Belga mag / AFP.

Le **goalball** est uniquement pratiqué par des athlètes avec un handicap visuel. Il consiste à faire rouler le ballon dans le camp adverse. Le bandeau permet une égalité entre malvoyants et non-voyants. Le ballon, rempli de grelots, fait du bruit pour être repéré. Silence dans les gradins !

## Champions aussi, les guides !

Timothée Adolphe, champion français.

Charles Renard, le guide de Timothée.



© Hervio J.-M. / KMSP / AFP.

Dans les épreuves de para-athlétisme, les coureurs porteurs d'un handicap visuel sont parfois **accompagnés d'un guide**. Tous les deux courent, reliés par une cordelette. À la moindre erreur, c'est la chute. Mais en cas de victoire, **le guide reçoit lui aussi une médaille**.