

www.paralympics.lu



www.paralympics.lu



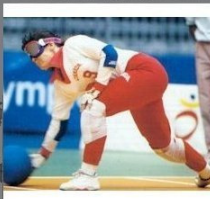
www.paralympics.lu



www.paralympics.lu



www.paralympics.lu



www.paralympics.lu



www.paralympics.lu



www.paralympics.lu

## Paracycling: le cyclisme adapté mis en vitrine

Le cyclisme luxembourgeois a récemment beaucoup fait parler de lui. Pas plus tard que lors du dernier Tour de France, la scène sportive internationale a pu prendre connaissance de la passion des Luxembourgeois pour ce sport. Il est donc grand temps de vous présenter le cyclisme adapté ou *paracycling* comme on l'appelle dans le jargon.

### Un sport devenu très populaire

Le paracycling a fait son entrée aux *Jeux Paralympiques* à Seoul en 1988. Il est actuellement pratiqué dans plus de 40 pays des 5 continents. L'évolution de ce sport au cours des dernières années a été des plus spectaculaires, avec de plus en plus de pratiquants à travers le monde, notamment beaucoup de femmes. Cette popularité est par ailleurs reflétée dans les performances sportives, records du monde et records paralympiques, vraiment impressionnantes. Mais il n'est pas nécessaire de pratiquer ce sport à un niveau international pour l'apprécier pleinement. On peut aussi se faire plaisir lors de la balade du dimanche en famille ou des sorties hebdomadaires entre copains.

### A chacun son vélo

Le cyclisme adapté peut être pratiqué sous des formes variées qui sont autant de « voies d'entrées » dans ce sport pour des personnes avec des déficiences différentes. Par exemple, on peut facilement modifier une chaise roulante en vélo-tricycle. Il suffit de fixer à l'avant sur le cadre de la chaise un système équipé d'un pédalier, d'une roue motrice (via une chaîne de vélo) et d'un changement de vitesse. Le « handbike » en est la version plus performante et convient particulièrement pour les personnes paralysées. En cas de problèmes d'équilibre, il existe le « Pétra-bike » et le tricycle, équipés de 2 roues à l'arrière. Les cyclistes malvoyants peuvent pratiquer le tandem, tandis que le vélo classique peut être utilisé par des personnes avec des atteintes d'un ou de plusieurs membres.

### Vous voulez en savoir plus ?

Si vous souhaitez vous procurer plus de renseignements sur le paracycling, consultez notre site internet [www.paralympics.lu](http://www.paralympics.lu). Vous y trouverez davantage d'informations sur ce sport passionnant, des liens internet intéressants ainsi que la liste des clubs sportifs luxembourgeois proposant cette activité. Sachez aussi que vous pouvez louer un handbike auprès du Comité Paralympique Luxembourgeois si vous avez envie de tenter l'expérience. Il suffit d'en faire la demande via notre page de contact.

Une occasion unique de découvrir ce sport en direct vous est donnée le WE du 18 et 19 septembre. C'est sur le circuit de Good-Year à Colmar-Berg que sera organisée la finale du *European Handbike Circuit*, une course internationale de paracycling. Vous aurez l'occasion d'observer et d'apprécier le handbike dans toutes ses dimensions. A bientôt alors ... !

### A l'agenda ...

4 septembre: les Luxrollers invitent à leur bal à Steinsel avec Jeans Generation - montée d'adrénaline et Saturday Night Fever !

18 et 19 septembre: course internationale de paracycling et finale du *European Handbike Circuit* à Colmar-Berg sur le circuit de Good-Year

9 octobre 2010: reprise de la saison sportive des Luxrollers (rencontres à Koblenz)

17 octobre 2010: Participation d'un cavalier de Para Riding Luxembourg aux épreuves de dressage à Bettange/Mess