



Atletiek:

Onderdelen:	100m
	200m
	400m
	800m Dames
	1500m Heren
	4 x 100m estafette
	Verspringen vanaf balk
	Verspringen vanuit stand
	Balwerpen
	Kogelstoten M 3 kg 8 -11 j
	Kogelstoten M 4 kg 12 jaar en ouder
	Kogelstoten V 2 kg 8 -11 j
	Kogelstoten V 3 kg 12 jaar en ouder
	Mini speerwerpen M/V 300g 8 - 15
	Mini speerwerpen V 300g 15 jaar en ouder
	Mini speerwerpen M 400g 15 jaar en ouder
Divisioning:	Indeling op basis van tijd, afstand / aantal banen
	min. 3 sporters en max 6 - 8 sporters in een serie
Accommodatie eisen:	min. 6 sprint en 8 rond (400m tartan of mondo)
Materiaal eisen:	Reguliere materialen



Badminton:

Onderdelen:	Enkel
	Dubbel
	Mix Dubbel
Divisioning:	Move up /
	Move down
	Baan 1 beste /
	Laatste baan zwakste
	Per baan 4 - 6 sporters
	Na divisioning herindeling
	per baan
Accommodatie eisen:	1 sportzaal
Materiaal eisen:	Reguliere materialen

Basketbal:

Onderdelen:	5 x 5
Divisioning:	Team sport
	Veld 1 beste teams
	Veld 2 zwakkere teams
	Minimaal 3 - max 5 teams
Accommodatie eisen:	1 sportzaal, min. 2 basketvelden
Materiaal eisen:	Reguliere materialen



Bocce:

Onderdelen:	Enkel
	Dubbel
Divisioning:	Indeling op basis van punten
	min. 3 sporters en max 8 sporters
	in een serie
Accommodatie eisen:	1 sportzaal, min. 3 Boccevelden
Materiaal eisen:	Bocce materiaal via Gehandicaptensport NL

Bowling:

Onderdelen:	Enkel
	Enkel + bumper
	Enkel + rolhelling
	Dubbel
Divisioning:	Indeling op basis van punten
	min. 3 sporters en max 8 sporters
	in een serie
Accommodatie eisen:	Bowlingbaan met min. 12 banen
Materiaal eisen:	Reguliere materialen
	rolhelling



Golf:

Onderdelen:	Individuele skills
	9 holes unified
Divisioning:	Indeling op basis van punten
	min. 3 sporters en max 8 sporters
	in een serie
Accommodatie eisen:	Golfbaan met aparte baan voor
	skills en 9 holes baan
Materiaal eisen:	Reguliere materialen



Gymnastiek:

Onderdelen:	Tumbling niveau A en B
	Vloer niveau A en B
	Balk niveau A en B
	Sprong niveau A en B
	Heren niveau 1 - 4
	Vloer
	Rek
	Ringen
	Paard
	Brug
	Sprong
	Dames niveau 1 - 4
	Brug ongelijk
	Vloer
	Balk
	Sprong
Divisioning:	Indeling op basis van punten
	min. 3 sporters en max 8 sporters
	in een serie
Accommodatie eisen:	1 sporthal met bevestigingspunten voor toestellen
Materiaal eisen:	Reguliere materialen



Handbal:

Onderdelen:	7 x 7
Divisioning:	Team sport
	Per poule sterk - zwak
	Minimaal 3 - max 5 teams
	Elke poule eigen comp.
Accommodatie eisen:	2 sporthallen
Materiaal eisen:	Reguliere materialen

Hockey:

Onderdelen:	6 x 6
	8 x 8
Divisioning:	Team sport
	Per poule sterk - zwak
	Minimaal 3 - max 5 teams
	Elke poule eigen comp.
Accommodatie eisen:	min. 5 hockeyvelden (10 SO Velden)
Materiaal eisen:	Reguliere materialen



Judo:

Onderdelen:	Niveau 1 Hoog niveau
	Niveau 2
	Niveau 3
	Niveau 4
	Niveau 5 Laag niveau
Divisioning:	Indeling op basis van sterkte
	binnen het niveau
	poules min. 3 - max. 8
Accommodatie eisen:	1 sporthal, 5 Judomatten
Materiaal eisen:	Reguliere materialen

Korfbal:

Onderdelen:	4 x 4
	8 x 8
Divisioning:	Team sport
	Per poule sterk - zwak
	Minimaal 3 - max 5 teams
	Elke poule eigen comp.
Accommodatie eisen:	min. 2 voetbalvelden
	voorkeur 4 korfbalvelden
Materiaal eisen:	Reguliere materialen



Paardrijden:

Onderdelen:	Dressuur
	Proef A/ AP Galop
	Proef BS / BSP / BIP / BI draf
	Proef CS / CSP / CI / CIP Stap
	Proef A - B - C
	code S = begeleiding
	code I = Individueel
	code P = fysieke beperking
Divisioning:	Indeling op basis van punten
	min. 3 sporters en max 8 sporters
	in een serie
Accommodatie eisen:	2 dressuurbakken waarvan minimaal 1 overdekt,
	min. 25 paarden gewend aan doelgroep
Materiaal eisen:	Manegepaardrijden welke gewend zijn aan de
	doelgroep, bijvoorkeur ook grotere en zwaardere
	paarden

Skeelers:

Onderdelen:	100m
	300m
	500m
	1000m
Divisioning:	Indeling op basis van tijd
	min. 3 - max 8
Accommodatie eisen:	voorkeur vast terrein anders
	parcours op asfalt, ronde 500m.
Materiaal eisen:	



Tafeltennis:

Onderdelen:	Enkel
	Dubbel
	Mix Dubbel
Divisioning:	Move up /
	Move down
	Baan 1 beste /
	Laatste baan zwakste
	Per baan 4 - 6 sporters
	Na divisioning herindeling
	per baan
Accommodatie eisen:	1 sportzaal
Materiaal eisen:	

Tennis:

Onderdelen:	Enkel
	Dubbel
	Mix Dubbel
	Unified
Divisioning:	Move up /
	Move down
	Baan 1 beste /
	Laatste baan zwakste
	Per baan 4 - 6 sporters
	Na divisioning herindeling
	per baan
Accommodatie eisen:	min. 10 tennisvelden
Materiaal eisen:	



Voetbal:

Onderdelen:	7 x 7
	Niveau 1 Hoog
	Niveau 2
	Niveau 3
	Niveau 4 Laag
Divisioning:	Team sport
	Per poule sterk - zwak
	Minimaal 3 - max 5 teams
	Elke poule eigen comp.
Accommodatie eisen:	min. 5 voetbalvelden
	(10 SO velden)
	voorkeur
	grasvelden
Materiaal eisen:	

Wielrennen:

Onderdelen:	1 km tijddrit
	5 km tijddrit
	10 km weg
	onderscheid:
	* zelfstandig
	* tandem
Divisioning:	Indeling op basis van tijd
	min. 3 - max 8
Accommodatie eisen:	voorkeur vast terrein anders
	parcours op asfalt, ronde
	1000m.
Materiaal eisen:	



Zwemmen:

Onderdelen:	<u>Categorie 1</u>
	25 m vrije slag
	25m rug slag
	4 x 25m vrije slag
	<u>Categorie 2</u>
	25m rug slag
	25m schoolslag
	50m schoolslag
	50m vrije slag
	4 x 25m vrije slag
	<u>Categorie 3</u>
	100m wissel
	200m vrije slag
	4 x 50m vrije slag
Divisioning:	Indeling op basis van tijd en aantal banen
	min. 3 sporters en max 6 - 8 sporters
	in een serie
Accommodatie eisen:	25m bad minimaal 6 banen, voorkeur 8 banen + voldoende ruimte sporters rondom het bad
Materiaal eisen:	