



MISSION

Sa mission est de mettre sur pied des programmes et développer des projets favorisant l'épanouissement des personnes ayant des limitations physiques en faisant auprès d'elles la promotion de la santé et de la vie active afin de stimuler leur processus d'intégration. De plus, elle favorise l'accès à la pratique sportive des parasports à tous les niveaux; de l'initiation à la performance.

ACTION

Parasports Québec aide à maintenir et améliorer la condition physique des personnes ayant un handicap tout en socialisant. Pouvoir dépasser ses limites et sortir de l'isolement sont des objectifs fondamentaux et universels pour toute personne qui fait de l'activité physique.

PROMOTION

Parasports Québec assure la promotion des parasports et offre une gamme de services allant de l'initiation à l'excellence sportive. Parasports Québec s'assure également de la tenue de plusieurs événements et compétitions en sol québécois.



Merci à nos partenaires



T 514 252-3108
F 514 254-9793

info@parasportsquebec.com
www.parasportsquebec.com

4545, avenue Pierre-De Coubertin
C.P. 1000, Succursale M, Montréal QC H1V 3R2



**Paraspports
Québec.com**

santé • vie active • intégration

Paraspports Québec est reconnu officiellement comme régie sportive par la Direction des sports du gouvernement du Québec depuis 1990.

Organisme sans but lucratif, Paraspports Québec regroupe plus de 350 athlètes partout au Québec.

PROGRAMME AU-DELÀ DES LIMITES

AU-DELÀ DES LIMITES est un programme de développement et de sensibilisation actif dans les centres de réadaptation, les écoles et dans la communauté. Il est le point de départ d'une vie active auprès des enfants et des nouveaux accidentés. Pour plus d'informations, consultez notre site internet.



RUGBY

Créé au Canada, le rugby est pratiqué dans une cinquantaine de pays. Mélange explosif du basketball et du rugby traditionnel, les contacts sont impressionnants. Le joueur de rugby a une limitation physique aux membres supérieurs et inférieurs. Deux équipes de quatre joueurs s'affrontent et pour marquer des points, il faut porter le ballon en zone de but adverse. Souvent présent sur les podiums paralympiques et mondiaux, le rugby canadien est très performant.



BASKETBALL

Depuis son apparition après la Deuxième Guerre mondiale, la popularité du basketball en fauteuil roulant ne cesse de grandir au Québec. Au fil du temps, ce sport est devenu un modèle d'intégration grâce à l'inclusion de personnes sans limitation physique. Les joueurs sont classifiés selon leurs capacités fonctionnelles. Au Québec, les joueurs évoluent dans différentes ligues selon leur calibre et leur âge.



HOCKEY LUGE

Inventé en Norvège au début des années 60, le hockey luge est devenu une discipline paralympique à Lillehammer en 1994. Depuis, ce sport est en progression continue à travers le monde. Au Québec, depuis les Jeux de Vancouver en 2010, l'intérêt pour ce sport connaît une ascension foudroyante. Le hockey luge intègre également dans ses alignements des joueurs n'ayant aucune limitation physique.



POWERCHAIR FOOTBALL

Ce sport a été inventé simultanément en France et au Canada à la fin des années 70. Ce n'est qu'en 2006 que les règlements internationaux uniformisés sont validés. Le powerchair football est le seul sport d'équipe exclusivement réservé aux gens se déplaçant en fauteuil roulant électrique. Il s'agit d'une modification du jeu de soccer.

Ce nouveau sport est très rapide (10 km/h) et très saisissant. Les participants utilisent un pare-choc installé sur leur fauteuil roulant électrique pour frapper un ballon qui a le double de la taille d'un ballon de soccer réglementaire. La Fédération internationale de powerchair football (FIPFA) est reconnue par l'IPC et travaille pour intégrer le mouvement paralympique.



ATHLÉTISME

Le para-athlétisme est l'une des plus anciennes disciplines parasports. Comme en athlétisme régulier, les épreuves sur piste et sur route sont les mêmes : sprints, courses de demi-fond et de fond et marathon. Les lancers du disque, du poids et du javelot constituent les épreuves sur pelouse. Les athlètes sont classés selon leurs capacités physiques. Depuis les dernières années, on observe une intégration grandissante du para-athlétisme dans les clubs réguliers et dans les compétitions tant provinciales qu'internationales.



TENNIS

Initié aux États-Unis en 1978 et au Canada en 1981, le tennis en fauteuil roulant compte plusieurs joueurs au Québec. Les règles sont identiques au tennis à une exception près; un deuxième bond de la balle est permis. Sport remarquable et étonnant, il est facile d'échanger avec des partenaires debout n'ayant pas de limitation. Le tennis connaît un essor fulgurant et son avenir est prometteur.



AUTRES DISCIPLINES

Il n'y a pas de limite à la pratique sportive! Curling, cyclisme, escrime, tennis de table, triathlon, ski de fond, ski alpin, tir à l'arc, volleyball assis et même la voile ne sont que quelques-unes des disciplines pratiquées par nos membres. En plein développement au Québec, la plupart de ces sports sont déjà inscrits aux Jeux paralympiques. Le recrutement est continu. Pour le plaisir ou la compétition, chacun y trouve son compte.

