



TSI/TaNMKY:n pyörätuolikoripallon harrastustoiminta

Tampereen TSI/TaNMKY on pitkät ja vahvat perinteet omaava koripalloseura, missä pääset mahtavan harrastuksen pariin.

Harrastuksen parissa sinua ohjaavat ammattitaitoiset valmentajat, joiden avulla pystyt määrittelemään oman harrastamisesi tason.

Tavoitteesi voi olla oman kunnon kohentamisessa ja mukavan harrastuksen harrastamisessa tai vaikka pelaamisessa pyörätuolikoripallon kansallisissa tai kansainvälisissä liigoissa sekä maajoukkueessa.

Ota yhteyttä ja tule mukaan harrastamaan!

Vesa Sydänmaa p.0400-614993

Harri Tuomaala p.050-4481588

Sp:vesa.sydänmaa(at)careha.com

(also in english / på svenska)

Lisätietoja:

tampere-ptkoris.nimenuuto.com

<http://www.tanmky.fi/koripallo/>

Merkitystä elämään.
TaNMKY.fi



Pyörätuolikoripallo
Wheelchair
basketball



Pyörätuolikoripallo lajina

Pyörätuolikoripallo on maailmalla yksi harrastetuimmista liikuntavammaisten urheilulajeista. Suomessa pyörätuolikoripalloa pelataan SM-sarja tasolla sekä harrastuksena.

Pyörätuolikoripallon säännöt ovat muutamaa poikkeusta lukuunottamatta samat kuin normaalissa koripallossa ja pelikenttä on täysin sama.

Pyörätuolikoripallossa pelaajat pisteytetään 1,0-4,5 pisteeseen toimintakyvyn mukaan. Mittä pienempi pistemäärä on, sitä rajoituneempi on toimintakyky. Kentällä olevan viisikon pistemäärä ei saa ylittää 14,5 pistettä.

Pelaajan pelituoli rakennetaan pelaajalle yksilöllisesti mittojen mukaan. Pelituolissa huomioidaan lajin vaatimat erityisominaisuudet (mm. renkaiden camber-kulmat ja kaatumisesteet).

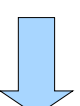


Kenelle pyörätuoli- koripallo sopii?

Pyörätuolikoripallo sopii kaikille liikunta-vammaisille, joiden käsien toimintakyky on hyvä. Se sopii harrastatuksena erinomaisesti mm. selkäydinvammaisille ja alaraaja-amputoiduille. Vastoin ennakkokäsityksiä, pyörätuolikoripallon harrastajat eivät kaikki käytä pyörätuolia arki liikumisessa. Pyörätuolikoripallossa pyörätuoli on vain harrastusväline.

Miksi aloittaisin pyörätuoli- koripallon harrastamisen?

- Lihasvoima paranee
- Onnistumisen kokemukset
- Liikeradat laajenevat
- Vuorovaikutus harrastuskavereiden kanssa
- Kunto kohenee
- Uudet ystävät / kaverit
- Vireystaso nousee
- Vertaistuki



Eläminen
ja liikkuminen
helppottuvat

- Mahdollisuus päästä pelaamaan Euroopan koviin sarjoihin ja saada pelaamisesta itselleen jopa ammatin.