

## **NATAÇÃO**

Único esporte Paralímpico a permitir somente o uso do próprio corpo na prova (as próteses são proibidas), a natação conta com mais de 600 atletas. Por ter muitas classes funcionais e diferentes estilos de nado, é também uma das disciplinas que mais distribui medalhas nos Jogos.

## **ADAPTAÇÕES**

Largadas, viradas de piscina e chegadas exigem adaptações. No início da prova, os atletas podem largar do bloco (inclusive sentados), de dentro da água ou com a ajuda de um profissional, dependendo da deficiência do atleta. Já os atletas com deficiência visual contam com o auxílio do *tapper*, bastão com ponta de espuma, para saberem quando estão próximos das bordas da piscina.

## **CLASSIFICAÇÃO**

Os nadadores são agrupados em 14 classes funcionais. Para definir que grupo integrar, os atletas passam por uma série de testes: força muscular, mobilidade articular e motora (dentro da piscina). Quanto maior o nível de comprometimento, menor a classe:

- 1 a 10 – atletas com limitações físico-motoras;
- 11 a 13 – atletas com deficiência visual;
- 14 – atletas com deficiência intelectual.

## **“MICHAEL PHELPS” DOS JOGOS PARALÍMPICOS**

A americana Trischa Zorn disputou sete edições dos Jogos, entre 1980 e 2004, tendo conquistado 46 medalhas. Ao todo, foram 32 ouros, 9 pratas e 5 bronzes. Seu melhor desempenho foi em 1992, quando subiu ao pódio 11 vezes e em apenas uma das provas não terminou como vencedora (ficou em segundo lugar).

## **SWIMMING**

The only Paralympic sport to allow only the use of the athlete's own body in the event (prostheses are forbidden), swimming includes the participation of over 600 athletes. As there are several classifications and different swimming styles, it is also one of the disciplines that distributes the most medals at the Games.

## **ADAPTATIONS**

Starts, swimming pool turns and finishes demand adaptations. At the beginning of the event, athletes can start from the block, including from a sitting position, from inside the water or with the help of a professional, depending on the athlete's impairment. Those with a visual impairment count on the help of a 'tapper', a bat with a foam tip, to know when they are approaching the edge of the swimming pool.

## **CLASSIFICATION**

Swimmers are split into 14 functional classes. To define the group in which the athlete will compete, all undergo a series of tests: muscular strength, joint and motor mobility inside the swimming pool are assessed. The greater the impairment, the smaller the class:

- 1-10 – physical and motor impairments;

11-13 – visual impairments;  
14 – intellectual impairments.

#### THE “MICHAEL PHELPS” OF THE PARALYMPIC GAMES

American Trischa Zorn participated in seven editions of the Games between 1980 and 2004, winning 46 medals. In total, she collected 32 gold, nine silver and five bronze. Her best performance came in 1992, when she climbed onto the podium 11 times, and in only one of the events was she not victorious (she came second).