Hindernisoverzicht U3 Run 2022

Nr.	Hindernisnaam	afstand (m) 5,5 km ronde	afstand (m) 4,0 km ronde	JSR15-17 2 rondes a 4 km	JSR-12-14 1 ronde a 5,5 km	JSR-10-11 1 ronde a 5,5 km	JSR-8-9 1 ronde a 4 km	11 KM 2 rondes a 5,5 km	5,5 KM 1 ronde a 5,5 km	J8-9+B 1 ronde a 4 km	Business 1 ronde a 5,5 km	Team 1 ronde a 5,5 km
S	Start	0	0									
	Swing-Over (2,5)			*	*	*	*	*	*	*	*	*
1	Ballastloop	30	30									
	Met Autoband							* *				
	Zonder Autoband			* *	*	*	*		*	*		
	Per team 1 autoband										*	*
2	Kruipbalken (2x)	200	200									
	Met Autoband							* *				
	Zonder Autoband			* *	*	*	*		*	*		
	Per team 1 autoband										*	*
3	***UDIROS Outdoor*** Swing-Overs 1											
	Net + Touw Swing-Over (4 m)			* *				* *				
	Containerklim (2,5 m)				*	*	*		*	*	*	*
4	Venema-4-kant **+ SPLITSING**	600	600									
	Net + Balk Swing-Over (3,5 m)			* *				* *				
	Net + Balk Swing-Over (2,5 m)				*	*	*		*	*	*	*
5	De Bakker Swing-Overs 1	970	X									
	18 mm + Touwladder Swing-Over (2,5m)				*	*						
	Touwladder Swing-Over (2,5m)								*		*	*
	18 mm (3,5 m) + Touwladder Swing-Over (2,5m)							* *				
6	***Outdoor Bakkeveen*** Apenhang	1300	650									
	Apenhang - Balk onderdoor - Apenhang			* *	*			* *				
	Apenhang (1 deel)					*	*		*	*	*	*
7	De Bakker Swing-Overs 2	1700	1050									
	18 mm + Dik Touw Swing-Over (2,5m) + Kort touw SO (3,5 m)			* *				* *				
	18 mm + Dik Touw Swing-Over (2,5m)				*	*						
	Dik Touw Swing-Over (2,5m)						*		*	*	*	*
8	Over & Onder	2290	1640									
	Over de hoge, onder de lage balken			* *	*			* *			*	*
	Onder alle balken door					*	*		*	*		
9	***UDIROS Outdoor*** Swing-Overs 2	2370	1720									
	Autoband Swing-Over + Paalklim (4 m)			* *				* *				
	Autoband Swing-Over + Paalklim (2,5 m)				*	*					*	*
	Autoband Swing-Over (2,5 m)						*		*	*		
10	***Mijn Makelaar*** Combi	2450	1800									
	Over alle (4) balken, onder de schutting			* *				* *				
	Over lage (2) balken, onder de schutting				*	*						
	Apenhang (1 deel)						*		*	*	*	*
11	***DW Bouw*** Combi 1	2730	2080									
	Lussen over de balk + Monkey Bars			* *				* *				
	Lussen Staand + Monkey Bars				*	*	*		*	*	*	*
12	***Heida Accountancy*** Piramide	2980	2330									
	Alle balken onderlangs			* *	*			* *				
	Alle balken bovenlangs					*	*		*	*	*	*
13	***DW Bouw*** Combi 2	3090	2440									
	Zwevende balken onderlangs + Ringen			* *	*			*				
	Zwevende balken onder- of bovenlangs + Ringen					*			*		*	*
	Zwevende balken onder- of bovenlangs						*			*		
14	De Elzen Combi	3430	2780									
	Over de balken, onder de schuttingen + Onder net + Apenhang			* *				* *				
	Via de lussen onder de schuttingen + Onder net + Apenhang				*							
	Onder net + Apenhang					*						
	Over net + Apenhang						*		*	*	*	*
15	Balkenschuttingen	3490	2840									
	Over beide schuttingen			* *	*	*	*	* *	*	*	*	*
16	Net Swing-Over **+ SPLITSING**	3950	3300									
	Net Swing-Over (4 m)			* *				* *				
	Net Swing-Over (2,5 m)				*	*	*		*	*	*	*
17	***Ponne Transporten*** Strobalen	4300	X									
	Over de strobalen				*	*		* *	*		*	*
18	De Sile Combi	4600	X									
	Over-Onder Apenhang + Tarzantouwen				*	*		* *	*		*	*
19	Buiten Gewoon Kuubkisten	4900	3350									
	Door kisten			* *	*	*	*	* *	*	*	*	*
20	Outdoor Vario-4-Kant	5000	3450									
	Bandennet + Bouwnet			* *	*	*	*	* *	*	*	*	*
21	Schuttingen	5290	3740									
	Drie schuttingen							* *				
	Twee schuttingen			* *	*				*		*	*
	Eé n Schutting					*	*			*		
22	Eindhindernis	5470	3920									
	Onder de lussen + Onderlangs net + Over de balken			* *	*			* *				
	Staand in de lussen + Bovenlangs net + Staand in de lussen					*	*		*	*	*	*
F	Finish	5500	3950									
	Over de schutting			*	*	*	*	*	*	*	*	*