

Endurance shuttle run

Bij elk signaal de lijn raken, 20 m uit elkaar en dit zo lang mogelijk volhouden.

Startpositie

- Sportschoenen
- Achter de startlijn

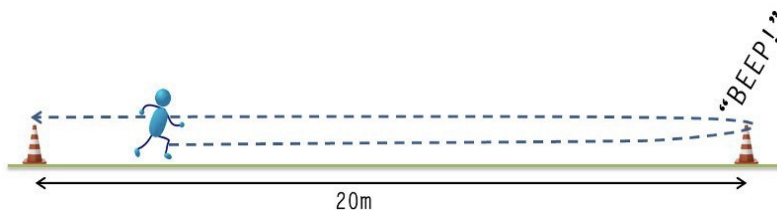
Tijd

Tijd wordt geregistreerd in minuten tot op 0,5 min. nauwkeurig

Pogingen

1 poging

- ✓ Op het signaal moet de lijn geraakt worden
- ✓ Pas vertrekken na het signaal
- ✓ Bij te laat aankomen volgen er twee waarschuwingen, na 3 keer opeenvolgend te laat komen, stopt de test



Website
sportamundi.be



Mail
info@sportamundi.be