

# SURVIVALRUN BELTRUM

## ROUTEKAART 2023



- LANGE SURVIVALRUN
- MIDDELLANGE SURVIVALRUN
- JEUGDRUN
- FIETSROUTE

START JEUGDRUN OP HET SPORTPARK DE SONDERS

START MIDDELLANGE EN LANGE SURVIVALRUN OP HET SURVIVALRUNPLEIN  
FINISH VOOR IEDEREEN OP HET SURVIVALRUNPLEIN





## STARTTIJDEN

CATEGORIE	START NUMMERS	START TIJD	START GROEP (elke x minuten)
LSR (wedstrijd)	1 t/m 330	09:15 - 09:45	3
LSR Recr. Individueel	331 t/m 400	09:48 - 10:03	3
LSR Recr. Koppel	401 t/m 455	09:48 - 10:03	3
MSR Recr. Jeugd 15-17	501 t/m 570	10:06 - 10:09	3
MSR Recr. Individueel	801 t/m 1160	10:12 - 12:30	5
MSR Recr. 4 pers. Groeps	1201 t/m 1290	10:12 - 12:30	5
KSR Recr. SSB7km - vanaf 15 jaar	1301 t/m 1360	11:25 - 11:35	5
KSR Recr. Jeugd 12-14 jaar	571 t/m 670	11:45 - 12:05	5
KSR Recr. Jeugd 10-11 jaar	671 t/m 730	12:10 - 12:20	5
KSR Recr. Jeugd SSB 8-9 jaar	731 t/m 755	12:25 - 12:25	-

\* Kleuren corresponderen met shirtkleuren

LSR: Lange Survivalrun, MSR: Middellange Survivalrun, KSR: Korte Survivalrun  
Start SSB7km en jeugd - paarse en gele shirts op sportpark De Sonders

## BEZEMLOOPTIJDEN

CATEGORIE	START	1/3	1/2	2/3	FINISH
Lange survivalrun	10:20 u	12:10 u	13:05 u	14:15 u	16:00 u
Middellange Survivalrun	12:35 u		14:20 u		16:00 u
MSR Recr. Jeugd 15-17	12:35 u		14:20 u		16:00 u
KSR Recr. Jeugd	12:35 u		13:32 u		14:30 u

## OVERZICHT HINDERNISSSEN PER CATEGORIE

NO.	NAAM HINDERNIS	LANGE RUN	HALVE RUN	JEUGD RUN
Start	Mariaplein	X	X	
Start	Sportpark De Sonders			X
1	Net	X	X	
2	Swingovers	X	X	
3	Doorklim	X	X	
4	Swingover	X	X	
5	Net Achterover - apenhang	X	X	
6	Apenhang-net-apenhang	X	X	
7	Halve Spaanse ruiter	X	X	
8	Balkswing	X	X	
9	Zelfmade swingover	X	X	
10	Pinnekesbrug	X	X	
11	Kajakken	X	X	
12	Doorwading	X	X	
13	Postmanswalk	X	X	
14	Vertikaal net - Apenhang	X	X	
15	Korte touwtjes	X	X	
16	Apenhang-net-Apenhang	X	X	
17	Dubbele catcrawl	X	X	
18	Trek naar je toe swingover - Apenhang	X		
19	Slappe apenhang	X	X	
20	Horizontaal net	X	X	
21	Triangels - bahia	X	X	
22	Hordenloop	X	X	
23	Spaanse ruiter	X	X	
24	Megazwaai - apenhang	X	X	
25	Net bungee swingover	X	X	
26	Combi	X		
27	Swingover laantje	X	X	
28	Rondje net apenhang	X	X	
29	Trek uit de sloot swingover	X	X	
30	W-net apenhang	X	X	
31	Bahia combi	X	X	
32	Swingovers	X		X
33	Takkenklim	X		
33J	Net swingover			X
34	Doorwading	X		X
35	Swingovers 2x	X		X
36	Houtsleep grote ronde	X		
37	Doorwading Brugklim Doorwading	X		

NO.	NAAM HINDERNIS	LANGE RUN	HALVE RUN	JEUGD RUN
37J	Lianenbrug			X
38	Bergloop met last	X		
38J	Kruisklim			X
39	Duiker	X		
39J	Balkswing			X
40	Duiker en Singelloop	X		
40J	Dubbele catcrawl			X
41	Net swingover	X		
42	Balk swingover	X		
43	Duiker-Balkswingover	X		X
44	Noasman Apenhang	X		
45	Noasman Combi	X		X
46	Ladder	X		X
47	Kabouter Bahia	X		X
48	Combi de Heikneuter	X		X
49	Zijwaartse Apenhang	X		
49J	Triangels			X
50	Apenhang-Rehab	X		
50J	Staplussen			X
51	Daknet	X		
51J	Balken Apenhang			X
52	Apenhang	X		
52J	Bahia			X
53	Boogschieten	X	X	X
54	Megazwaai - Apenhang	X	X	X
55	Daknet	X	X	
55J	Touw balanceren (stok)			X
56	Stamlopen	X	X	X
57	Hakken	X	X	
57J	Zagen			X
58	Strakke Klomp Swingover	X	X	
58J	Klomp swingover			X
59	Klommen	X	X	
59J	Ruiter Swingover			X
60	Vario Bahia	X	X	
60J	Swingover			X
61	Slappe Apenhang	X	X	
61J	Strakke Swingover			X
62	Finish	X	X	X