

# LUSINFORMATIE JEUGDKEILER 2026

08-05

## Algemene informatie voor alle lussen en proeven

- Op de Markt stelt elk team zich op onder de starttoren. Op aangeven van de Starter mag het team vertrekken.
- Op de Markt begint het team met de Eerste Loop lus met drie proeven, daarna loopt het team naar de Zandenplas. Bij de Zandenplas begint de Fiets lus met drie proeven en legt het team een mountainbike parcours af. Vanaf de Zandenplas begint de Tweede Loop lus en loopt het team terug naar de Markt, waar weer drie proeven worden gedaan. Hierna finisht het team.
- De proeven in de looplussen op de Markt worden in verschillende volgordes uitgevoerd zoals aangegeven op de wedstrijdkaart (proeven zijn dus niet gebonden aan Eerste of Tweede Loop lus)
- Bij de looproutes wordt het team begeleid door twee coaches (fietsend of lopend naar keuze). De looproutes gaan verplicht over het voetpad en heeft bewaakte oversteekplaatsen. Bij de spoorwegovergang wordt indien nodig de wachttijd geregistreerd.
- Bij de Zandenplas wordt de wedstrijdkaart ingeleverd bij de wedstrijdleiding (Zittend achter de tafel). Dan gaat de PAUZETIJD van 5 minuten in. Op de wedstrijdkaart staat de starttijd vermeld waarop de sporters vanuit een STARTVAK starten. Dit gebeurt op het sein van de wedstrijdleiding (starter).
- Alle 4 sporters mogen pas starten op de aangegeven starttijd.
- Wachttijd bij het spoor gaat pas in als het **volledige team met de wedstrijdkaart** zich daarvoor bij de postbemannig bij het spoor meldt.

- Elk team is **zelf** verantwoordelijk of de **paraaf op de wedstrijdkaart** is geplaatst door de proefbemanning en wachttijdregistratie bij het spoor. Denk eraan de wedstrijdkaart altijd mee te nemen. Zonder kaart kan een proef niet worden gestart.
- Elke proef moet door het volledige team worden uitgevoerd, bij een blessure mag de proef door 3 sporters worden uitgevoerd, geholpen door een coach. De wedstrijd kan dan worden volbracht, winst is daarmee echter uitgesloten.
- Een proef begint pas als het volledige team **met de wedstrijdkaart** aanwezig is. Dit geldt ook voor het ingaan van een eventuele wachttijd bij de Proef.
- Bij proeven in estafettevorm mogen deelnemende **sporters** aan een proef **in de eerste ronde elkaar niet** vervangen in deze proef.
- De proeven van de **wedstrijdklasse** zullen soms zwaarder zijn dan **de sportklasse**. Is dit het geval dan is dit in de beschrijving aangegeven en zal de proefbemanning dit aangeven en hierop toezien.
- De controlepost in de Fiets lus, is duidelijk zichtbaar opgesteld! **Stop** hier, als het team compleet is, worden de sporters geregistreerd met een sticker achter op de wedstrijdkaart! Bij het missen van de registratie bij de controlepost zal **10 minuten straf** worden berekend.
- De totale eindtijd van de drie lussen wordt bepaald door de vierde sporter van het team die de finishlijn op het marktplein passeert.
- **Zie verder het wedstrijdreglement JEUGD Keiler 2026 (apart document op de site).**
- Een overzicht van de locaties van de proeven op de Markt is aan het eind van dit document opgenomen.

Daar waar gesproken wordt over sporter wordt zowel mannelijke als vrouwelijke of gender-neutrale deelnemer bedoeld.



Lions helpen!



DE NUNSPEETSE  
JEUGDKEILER

# JUMBO

## EERSTE LOOPLUS

(proeven 1-2-3 kunnen ook 4-5-6 van Tweede Loop lus zijn)

*De Loop lus start met 3 proeven op het Marktplein. Deze proeven worden in volgorde uitgevoerd zoals op de uitgereikte wedstrijdkaart staat vermeld.*

*De start van de wedstrijd is onder de starttoren (welke tevens de Finishlijn is)  
Op het teken van de starter vertrekt ieder team op de juiste tijd.  
Zorg dat je twee minuten van tevoren klaar staat.*

### Proef 1      MOVIFIT MEGARAD PROEF

Aantal deelnemers	<b>4</b>
Uitvoering	<b>tegelijk</b>
Tijdslimiet	<b>NEE</b>
Max duur	<b>n.v.t.</b>

#### Start

Bij aankomst 4e sporter en wedstrijdkaart, loopt de tijd gewoon door en dient het team te starten. Indien men moet wachten, gaat wachttijd in.

#### Beschrijving

Op een rad zijn lampjes gemonteerd die in willekeurige volgorde oplichten. De **roze** lampjes moeten uitgeschakeld worden door ze aan te tikken.

Aan beide kanten van het rad pakt een sporter het touw. Door aan het touw te trekken rolt het wiel door de goot heen en weer, en komen lampjes binnen het bereik van de tikker.

De tikker moet de roze lampjes aantikken waardoor deze uit gaan. Daarbij moet hij op de zone met het kunstgras blijven. De overige sporters mogen zich niet op het gras begeven en/of lampjes aanraken.

Op aangeven van de proefbemanning moeten sporters wisselen als tikker, wanneer de helft van het aantal lampjes zijn uitgetikt.

De tikker mag het rad niet vasthouden.

#### **LET OP:**

Als te hard aan het touw wordt getrokken en het roze lampje wordt uitgeschakeld door een botsing met het houten frame, start het computersysteem de proef opnieuw.

Als een andere sporter (niet de tikker) op het kunstgras stapt of een lampje aantikt, moet de proef opnieuw worden gestart.

#### **Einde proef**

De proef eindigt zodra de proefbemanning het signaal geeft dat **alle** roze lampjes uitgetikt zijn.

**Sportklasse: 50 lampjes**  
**Wedstrijdklasse 60 lampjes**

## **Proef 2 KRAT STAPELEN OP DE MARKT**

Aantal deelnemers **4 sporters**  
Uitvoering **tegelijk**  
Tijdslimiet **Ja**  
Max Duur **8 minuten**

#### **Start**

Bij aankomst van de 4e sporter en inleveren van de wedstrijdkaart wordt de wedstrijdtijd stilgezet (= start wachttijd). Er wordt een instructie gegeven over de uitvoering en de veiligheid en het aantrekken van de gordel. De wedstrijdtijd gaat lopen op aanwijzing van de proefbemanning zodra de 'klimmer' veilig gezekeerd is aan het touw.

#### **Beschrijving**

Alle sporters dragen een helm ter bescherming tegen vallende kratten, deze zijn aanwezig. 1 sporter wordt ingebonden in een harnas en moet uiteindelijk zichzelf omhoog werken d.m.v. het stapelen van kratten. Hij/zij kan volgens eigen inzicht te werk gaan, echter mag zich niet aan het touw omhoogtrekken en geen stabiliserende hulp krijgen van zijn/haar teamgenoten. Een andere sporter staat ook in 'de stellage' en geeft of gooit de kratten op, aan zijn teamgenoot, die zo al stapelend omhooggaat. De overige sporters brengen de kratten 1 voor 1 over een parcours, in estafette vorm, naar de stellage op de volgende wijze:

- 1 sporter vertrekt met 1 krat over het parcours richting stellage. Daar geeft hij/zij de krat aan de sporter, die de kratten aangeeft en loopt om het parcours heen terug.

➤ Hij/zij tikt de volgende sporter aan, die daarop mag vertrekken met een krat. Indien de stelling omvalt voordat de top is bereikt dienen alle kratten terug geplaatst te worden en start het spel opnieuw. De tijd loopt door.

### Aandachtspunten

- Het is niet toegestaan om de gestapelde kratten, waarop de sporter, die zich omhoog werkt bevindt, aan te raken of vast te houden door de overige sporters.
- Het is niet toegestaan om een tweede stapel kratten of een andere constructie te bouwen naast de stapel, waarop de sporter die zich omhoog werkt, bevindt.

### Einde proef

Nadat 8/ 10 kratten op elkaar gestapeld zijn dient de sporter 3 seconden op de bovenste krat te staan, na een akkoord van de proefbemanning mag de sporter van de toren afkomen geholpen door de proefbemanning. De overige sporters moeten de kratten weer op de oorspronkelijke positie terugplaatsen. De proef is beëindigd als de proefbemanning akkoord geeft op einde proef of als er 8 minuten zijn verstreken.

**Sportklasse:** 8 kratten  
**Wedstrijdklasse:** 10 kratten.

## Proef 3 SCOUTING A-PROEF

Aantal deelnemers **4 sporters en een coach** (coach moet als vijfde deelnemer meedoen, maar mag niet in het frame staan)  
Uitvoering **tegelijk**  
Tijdslimiet **ja**  
Max Duur **8 minuten**

### Start

Bij aankomst 4e sporter en wedstrijdkaart, loopt de tijd gewoon door en dient het team te starten. Indien men moet wachten, gaat wachttijd in.  
De sporter in het frame moet een veiligheidshelm op die terplekke aanwezig is.

### Beschrijving

- Eén van de sporters gaat **in het A-frame** staan, de andere 3 sporters en 1 coach pakken elk een touw. Met de touwen houden zij het A-frame in evenwicht en door om beurten aan de touwen te trekken kan het team het A-frame laten 'lopen'.
- Op deze wijze moet vanaf de startlijn een parcours met hindernis afgelegd worden.
- De sporter die in het A-frame staat mag tijdens het parcours **de grond niet** raken. Indien de grond door hem of haar geraakt wordt, moet het hele team opnieuw beginnen, net zo lang tot het parcours foutloos is afgelegd.

- De overige vier deelnemers mogen tijdens het parcours **het frame niet aanraken**, zij mogen uitsluitend middels de touwen het A-frame voortbewegen.
- Het A-frame “loopt” met sporter van de startlijn naar de aan de overzijde liggende lijn.
- Achter deze lijn gekomen stapt de sporter uit het A-frame. Vervolgens wordt het A-frame opgetild en teruggelegd in de uitgangspositie

#### **Einde proef**

Achter de finishlijn wordt het A-frame teruggelegd in de uitgangspositie.

Ook wanneer er 8 minuten zijn verstreken eindigt de proef

**Sportklasse:** Parcours zonder hindernis.

**Wedstrijdklasse:** Tijdens het “lopen” mag de hindernis niet geraakt worden, wordt de hindernis geraakt, moet de proef opnieuw begonnen worden.



## LOOPROUTE: (Plattegrond zie Bijlage 2)

Verlaat de markt via het voetpad van de Bergakkerweg.

**VERKEERSREGELAAR AANWEZIG**

Ga linksaf en volg het voetpad van de Driestweg.

Steek de Spoorlaan over. **VERKEERSREGELAAR AANWEZIG.**

Vervolg het voetpad van de Driestweg.

Steek de Veldweg over. **VERKEERSREGELAAR AANWEZIG**, ga rechtsaf en volg het voetpad van de Veldweg.

Steek de Schoolweg over **VERKEERSREGELAAR AANWEZIG** en ga linksaf, volg het voetpad van de Schoolweg.

Ga rechtsaf het Groenelaantje op. **VERKEERSREGELAAR AANWEZIG. LOOP LINKS.**

Steek de Molijnlaan over. **LET OP COACHES MOETEN HET FIETSPAD REGELEN**

**VERKEERSREGELAARS AANWEZIG VOOR HET AUTOVERKEER EN 1 VRIJWILLIGER OP HET FIETSPAD**

Vervolg het Groenelaantje. **LOOP LINKS.** Steek het spoor over.

**LET OP MOGELIJKE WACHTTIJD. VOLG DE INSTRUCTIES VAN VERKEERSREGELAARS OP.**

Vervolg het Groenelaantje. **LOOP LINKS.**

Ga aan het eind links en volg de Gerard Vethlaan. **LOOP LINKS.**

Volg aan het eind het fietspad. **VERKEERSREGELAAR AANWEZIG**

Volg de pijlen naar de **HINDERNISPROEF** die door het hele team moet worden genomen en volg de pijlen verder naar het fietspad, welke gevolgd wordt tot de Zandenplas. **LET OP BIJ HET FIETSPAD OPGAAN VOOR PASSERENDE FIETSERS.**

Steek aan het eind het fietspad over en het volledig team meldt zich bij de wedstrijd **TAFEL.**

Aankomst Zandenplas: Lever **met 4 sporters** de wedstrijdkaart in bij de wedstrijdtafel. Op de kaart wordt de starttijd voor de Fiets lus genoteerd. Het team heeft 5 minuten pauze. Ze moeten zorgen dat ze zelf op tijd in het **STARTVAK** staan.



## FIETSLUS

### Deze lus heeft 1 controlepost

*De Fiets lus start met 3 proeven bij de Zandenplas. Deze proeven worden uitgevoerd in volgorde, zoals op de uitgereikte wedstrijdkaart staat vermeld.*

*De wedstrijdleiding(Starter) geeft het sein om te mogen starten vanuit het "STARTVAK FIETSLUS " waarna de proeven bij de Zandenplas starten en de fietsroute volgt.*

*Op de Zandepas zijn extra vrijwilligers aanwezig om de veiligheid op en rond het water te waarborgen.*

### Proef F 1 WINDY WATERS WATERSPORTPROEF

Aantal deelnemers **4 sporters**  
Uitvoering **tegelijk**  
Tijdslimiet **Nee**

#### Start

Bij aankomst 4e sporter en wedstrijdkaart en inleveren van de wedstrijdkaart wordt de wedstrijdtijd stilgezet (= start wachttijd). **De wedstrijdtijd** gaat lopen op aanwijzing van de proefbemanning zodra de teamleden hun zwemvesten hebben aangetrokken.  
Er mag alleen afgevaaren worden wanneer alle 4 de sporters aan boord zijn van het supboard.

#### Beschrijving:

De opdracht is het zo snel mogelijk varen van de afstand naar de boei en terug met een groot supboard.

De sporters gaan ieder met een peddel het water in en nemen plaats op het supboard. Het team neemt 2 frisbees mee en vaart naar de boei. Het supboard moet achter de boei blijven liggen.

Eén sporter gooit de frisbee naar een coach aan de walkant. De coach dient de frisbee te vangen en weer terug te gooien. De frisbee moet op de sup weer gevangen worden door een van de sporters. Dit is 1 poging. Wordt de frisbee niet gevangen dan moet een volgende poging worden gedaan, tot een max van 4 of 8 pogingen. Na het maximaal aantal pogingen of als het vereiste aantal frisbees is gevangen, mag teruggevaren worden naar de kant.

**LET OP:** de supboards moeten achter de boei blijven.

Op de terugweg moeten de 2 frisbees weer meegenomen worden.

### **Einde proef**

Zodra het supboard weer aan wal is en de zwemvesten, peddels en 2 frisbees op de aangewezen plek liggen en alle deelnemers aanwezig zijn, is de proef beëindigd en kan het team verder gaan.

**Sportklasse:** 1 gevangen frisbee door de coach en 1 gevangen frisbee door de sporter op de sub. Max 4 pogingen

**Wedstrijdklasse:** 2 gevangen frisbees door de coach en 2 gevangen frisbees door de sporter op de sub. Max 8 pogingen

### **Veiligheid**

De sporters zijn verplicht een zwemvest aan te trekken voordat zij het water op gaan. Het is mogelijk dat enkele sporters van de supboards afvallen. De kans dat de supboards in zijn geheel omslaan is erg klein. Daarnaast is het vrij makkelijk weer terug aan boord van de supboards te klimmen. De supboards zijn helemaal dicht en kunnen niet zinken.

## Proef F 2 ZWEM EN POLOCLUB WATERPOLO PROEF

Aantal deelnemers	<b>4 sporters</b>
Uitvoering	<b>estafette</b>
Tijdslimiet	<b>nee</b>
Max Duur	<b>n.v.t.</b>

### Start

Bij aankomst 4e sporter en wedstrijdkaart, loopt de tijd gewoon door en dient het team te starten. Indien men moet wachten, gaat wachttijd in.

### Beschrijving

1. Sporter 1 **pakt de bal** uit het balvak bij het start/finish vak en loopt naar de metalen paal bij de waterlijn.
2. De sporter zwemt/ loopt achter de lijn naar de **keerboei** en **tikt de keerboei** aan en zwemt/ loopt terug naar de **werpboei**. Vandaar moet de bal in het doel worden gegooid. Zowel bij scoren als missen wordt de bal vervolgens opgehaald en aan de volgende sporter worden gegeven.
3. **Sportklasse; Deze estafette gaat door totdat vier keer in het doel is gegooid.**
4. **Wedstrijdklasse; Deze estafette gaat door totdat zes keer in het doel is gegooid.**
5. Als de laatste sporter heeft gescoord, dient de bal in het balvak teruggelegd te worden.

### LET OP

- Dat de bal mag niet vooruit worden gegooid tijdens het zwemmen/ lopen.

### Einde proef

De proef is beëindigd wanneer alle ballen in het doel zijn gegooid en de laatste sporter de bal in het daarvoor bestemde vak heeft gelegd (niet gooien).

<b>Sportklasse:</b>	4 ballen in het doel
<b>Wedstrijdklasse:</b>	6 ballen in het doel

## Proef F 3 **YELLOW ARROWPROEF**

Aantal deelnemers	<b>4 sporters</b>
Uitvoering:	<b>tegelijk</b>
Tijdslimiet:	<b>ja</b>
Max duur:	<b>8 minuten</b>

### Start

Bij aankomst 4<sup>e</sup> sporter en wedstrijdkaart, loopt de tijd gewoon door en dient het team te starten. Als men moet wachten, gaat wachttijd in.



### Beschrijving

In het startvak op de wal liggen 15 puzzelblokken. De 15 blokken moeten in de boot over water vervoerd worden en om de boei terug naar het eindvak. Dit is een vaarronde. Tijdens het vervoer van de blokken zitten alle 4 de sporters in de boot.

Alle puzzelblokken moeten in 2 of meer vaarrondes met de boot volgens de aangegeven route naar het eindvak worden gebracht. Na een vaarronde mag de boot direct weer naar het startvak gesleept worden om resterende blokken te vervoeren met de boot.

Wanneer de 15 puzzelblokken in het eindvak liggen, kan de puzzel gemaakt worden volgens bovenstaande afbeelding. Zodra de puzzel correct gemaakt is en het hele team in het eindvak staat, geeft de proefbemanning akkoord.

### Einde proef

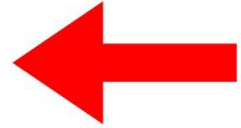
De proef eindigt als alle blokken en de boot weer zijn teruggelegd in het startvak.

**LET OP: Deze proef kan worden aangepast bij veranderende waterstand.**

### Start Fietsparcours

*Na beëindiging van de derde proef start de fietsroute en volgt het team de RODE pijlen.  
Coaches mogen de fietsen klaarzetten. Beide coaches moeten meefietsen.*

**Onderweg is een controlepost. Laat de sticker op de wedstrijdkaart plakken.**



Bij aankomst op de Zandenplas moeten alle fietsers, **sporters en coaches afstappen** bij het bord **“FIETSERS AFSTAPPEN” EN NAAR DE FIETSENSTALLING LOPEN.**

Daarna wordt de wedstrijdkaart **met 4 sporters** ingeleverd bij de wedstrijdtafel. De nieuwe starttijd wordt genoteerd. Na 5 minuten moet voor de tweede Loop lus worden gestart. De fietsen worden teruggeplaatst in het inlever vak. De organisatie plaatst ze terug in de BEVEILIGDE fietsenstalling.



## TWEEDE LOOPLUS

(proeven 4-5-6 kunnen ook 1-2-3 van Eerste Loop lus zijn)

*De Loop lus start met dezelfde looproute, maar dan van de Zandenplas naar de Markt. Op de Markt worden 3 proeven uitgevoerd in volgorde zoals op de wedstrijdkaart is aangegeven.*

*De wedstrijdleiding(Starter) geeft het sein om te mogen starten vanuit het "STARTVAK LOOP LUS" Beide coaches begeleiden het team.*

***Dit is dezelfde route als heen (Bijlage 2)***

*Volg het fietspad richting Nunspeet (Richting Gerard Vethlaan) Loop aan het eind van het fietspad verder over de Gerard Vethlaanlaan.*

*Ga rechtsaf het Groenelaantje in, naar de spoorwegovergang. LOOP LINKS*

*Steek de spoorweg over*

*LET OP MOGELIJKE WACHTTIJD. VOLG DE INSTRUCTIES VAN VERKEERSREGELAARS OP.*

*Vervolg het Groenelaantje. LOOP LINKS.*

*Steek de Molijnlaan over. LET OP COACHES **MOETEN HET FIETSPAD REGELEN.***

*VERKEERSREGELAARS AANWEZIG VOOR HET AUTOVERKEER.*

*VOLG DE INSTRUCTIES VAN VERKEERSREGELAARS OP.*

*Vervolg het Groenelaantje. LOOP LINKS.*

*Ga linksaf VERKEERSREGELAAR AANWEZIG en volg het voetpad van de Schoolweg.*

*Ga bij de kruising rechtsaf VERKEERSREGELAAR AANWEZIG en volg het voetpad van de Veldweg.*

*Ga bij de T splitsing linksaf en volg het rechter voetpad van de Driestweg.*

*Steek de Spoorlaan over. VERKEERSREGELAAR AANWEZIG.*

*Vervolg het rechter voetpad van de Driestweg.*

*Ga bij de kruising rechtsaf VERKEERSREGELAAR AANWEZIG*

*en volg het voetpad van de Bergakkerweg*

*Ga linksaf in de Dorpstraat en loop het Marktpllein op*

De looplus eindigt met 3 proeven op het Marktpllein. Deze proeven worden uitgevoerd zoals op de uitgereikte wedstrijdkaart staat vermeld.

## **Proef 4 KATAPULTBAL PROEF**

Aantal deelnemers	<b>4 sporters</b>
Uitvoering	<b>tegelijk</b>
Tijdslimiet	<b>Ja</b>
Max Duur	<b>8 minuten</b>

### **Start**

Bij aankomst 4e sporter en wedstrijdkaart loopt de tijd gewoon door en dient het team te starten. Als het team moet wachten, gaat wachttijd in.

### **Beschrijving**

Doel: 5 ballen met de katapult over de afscheiding schieten. De ballen moeten gevangen worden door twee sporters met een mand. De gevangen bal moet op een pilon worden gelegd.

- Twee sporters stellen zich op bij de katapult. De sporter die springt, legt de bal op de katapult. Vervolgens springt de sporter van een verhoging op de katapult en wordt ondersteund door een 2<sup>e</sup> sporter i.v.m. evenwicht.
- Twee andere sporters staan achter de afscheiding met de mand en moeten de bal vangen in de mand.
- De gevangen bal wordt op een pilon gelegd.
- Wordt de bal niet gevangen met de mand, dan wordt de bal naar de coach gerold.
- De coach legt de bal terug in de ballenbak bij de katapult.
- Indien een bal van een pilon valt (door welke reden dan ook), moet de bal ook naar de coach worden gerold en opnieuw in de ballenbak gelegd.

### **Einde proef**

Wanneer op elke pilon (5) een bal ligt, geeft de proefbemanning aan dat de proef klaar is en moeten alle ballen door de sporters worden teruggelegd in de ballenbak.

## Proef 5                    **SMIENK TRAPLIFT PULLING**

Aantal deelnemers	<b>4 sporters en een coach</b>
Uitvoering	<b>tegelijk</b>
Tijdslimiet	<b>nee</b>
Max Duur	<b>n.v.t.</b>

### **Start**

Bij aankomst van de 4e sporter en inleveren van de wedstrijdkaart wordt de wedstrijdtijd stilgezet (= start wachttijd). Er wordt een instructie gegeven over de uitvoering en de veiligheid.

Hierna zal de coach die boven op het plateau van de trap plaats neemt, een valbroek aantrekken en een helm op doen.

### **Beschrijving**

3 sporters pakken het touw vast en stellen zich op in het witte vierkant. Sporter 4 stelt zich op bij de opvangbak van zandzakken.

De trekkers trekken de lift iets omhoog zodat de zoemer stopt. **Zodra de zoemer stopt is de proef begonnen.** De sporter bij de opvangbak plaatst de zandzak(ken) op de traplif, waarna de trekkers de zandzak naar boven trekken. Hierbij moeten de sporters binnen het aangegeven vak blijven. De coach boven op de trap pakt deze zandzak(ken) en laat hem door de stortkoker vallen. Vervolgens laten de drie trekkers de traplif langzaam naar beneden gaan, en **houden deze op spanning boven** het eindpunt. Dit punt is ook aangegeven met tape. Zakt de lift op het eindpunt dan gaat de zoemer af en moet er een extra zak omhoog worden gelift (voor iedere keer dat de zoemer gaat dus 1 extra zak).

Er moeten **acht** zakken omhoog worden gebracht met de traplif.

**Sportklasse:**                    **roze gelabelde zakken – 10kg**  
**Wedstrijdklasse:**            **blauw gelabelde zakken – 15kg**

### **Einde proef**

De proef is beëindigd, wanneer de laatste zandzak in de opvangbak ploft. Pas dan mogen de trekkers de lift weer op de eindstop laten rusten.

## Proef 6      NESTLÉ PROEF

Aantal deelnemers	<b>4 sporters</b>
Uitvoering	<b>tegelijk</b>
Tijdslimiet	<b>ja</b>
Maximale Duur	<b>8 minuten</b>



### Start

Bij aankomst 4e sporter en wedstrijdkaart loopt de tijd gewoon door en dient het team te starten. Als het team moet wachten, gaat wachttijd in.

### Beschrijving:

Deelnemers starten door met 4 sporters op de weegschaal te gaan staan totdat deze een constant gewicht aangeeft. De postbemensing start de bepaling van het doelgewicht dat op het scherm boven het werkelijke gewicht ook wordt weergegeven in kg. Op dat moment start ook de proeftijd in het scherm, maximaal 8 minuten.

Het doelgewicht dient te worden behaald door 1 voor 1 een Nestléblik op de weegschaal bij te plaatsen. Blikken staan in het daarvoor aangegeven vak.

Blikken worden bij toerbeurt door alle 4 sporters opgepakt uit het vak en op de weegschaal geplaatst.

Sporters lopen heen en terug over de wipwap en dienen deze over de volledige lengte te gebruiken. Valt of stapt een sporter tussen de markeringen onder de wipwap, dan moet hij/zij opnieuw het parcours lopen.

Het formaat en gewicht van de blikken verschilt. Overschrijdt het werkelijke gewicht het doelgewicht dan per toerbeurt blik voor blik terugplaatsen of om ruilen in het vak.

### Let op:

- Binnen de afscherming staan uitsluitend meespelende teamleden en spelleiders. Coaches en niet deelnemende sporters blijven buiten het hekwerk
- Tijdens de proef is de toegang tot de proef afgesloten. Een spelleider opent en sluit de toegang tot de proef.

### **Einde proef:**

Het spel eindigt als het doel gewicht is behaald. Het scherm kleurt dan groen (doelgewicht is dan 5 seconden aaneengesloten bereikt) én nadat vervolgens alle gebruikte blikken rechtop zijn teruggeplaatst in het daarvoor aangegeven vak. Dit hoeft niet meer in toerbeurten kan met meer blikken tegelijkertijd. Het spel eindigt ook als de tijdslimiet van 8 minuten wordt overschreden. Na einde van de proef wordt de wedstrijdkaart afgetekend en mogen alle 4 de sporters vertrekken.

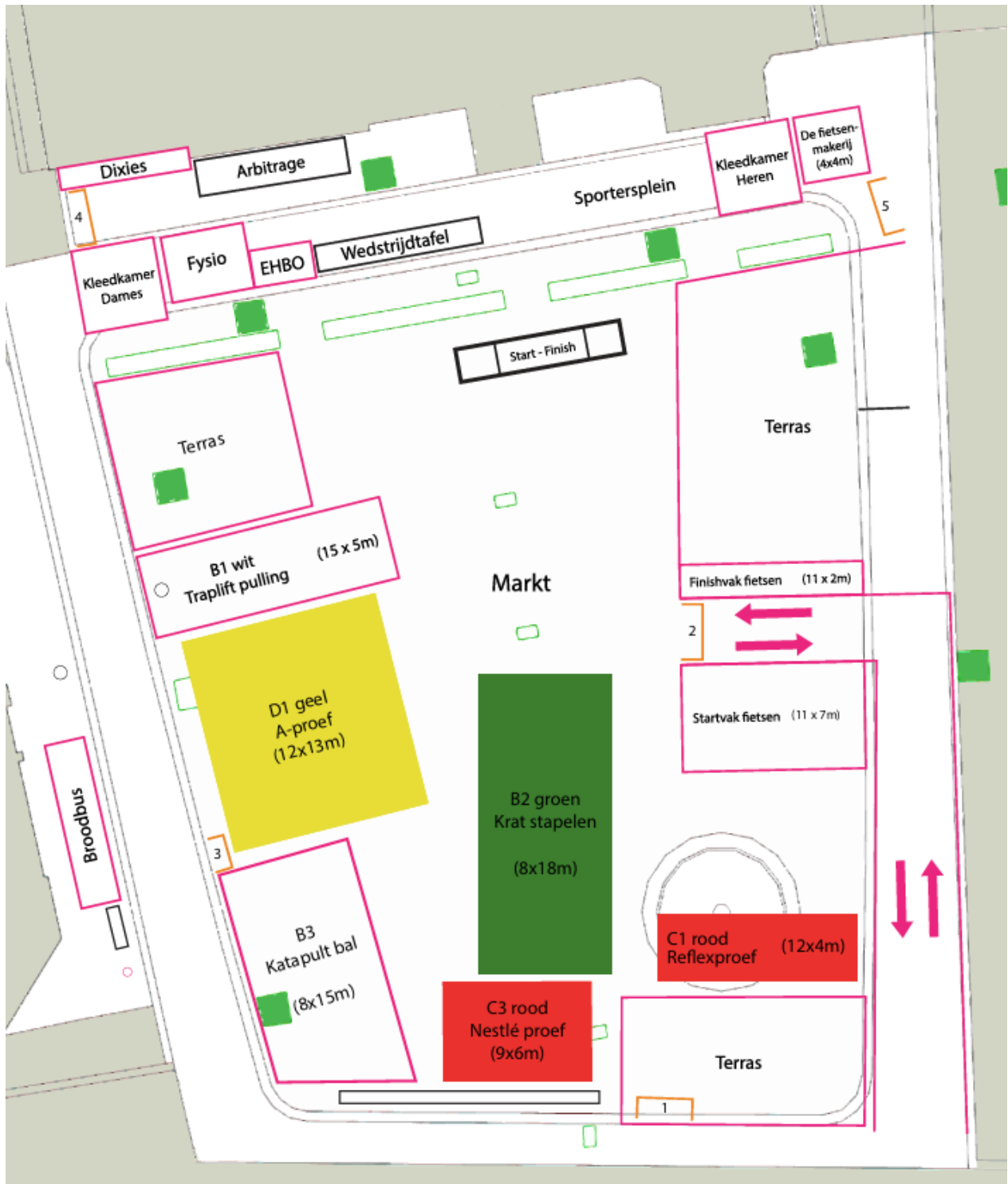
**Ook als de tijdslimiet wordt overschreden, moeten de blikken verzameld en teruggeplaatst worden!**

### **Finishen**

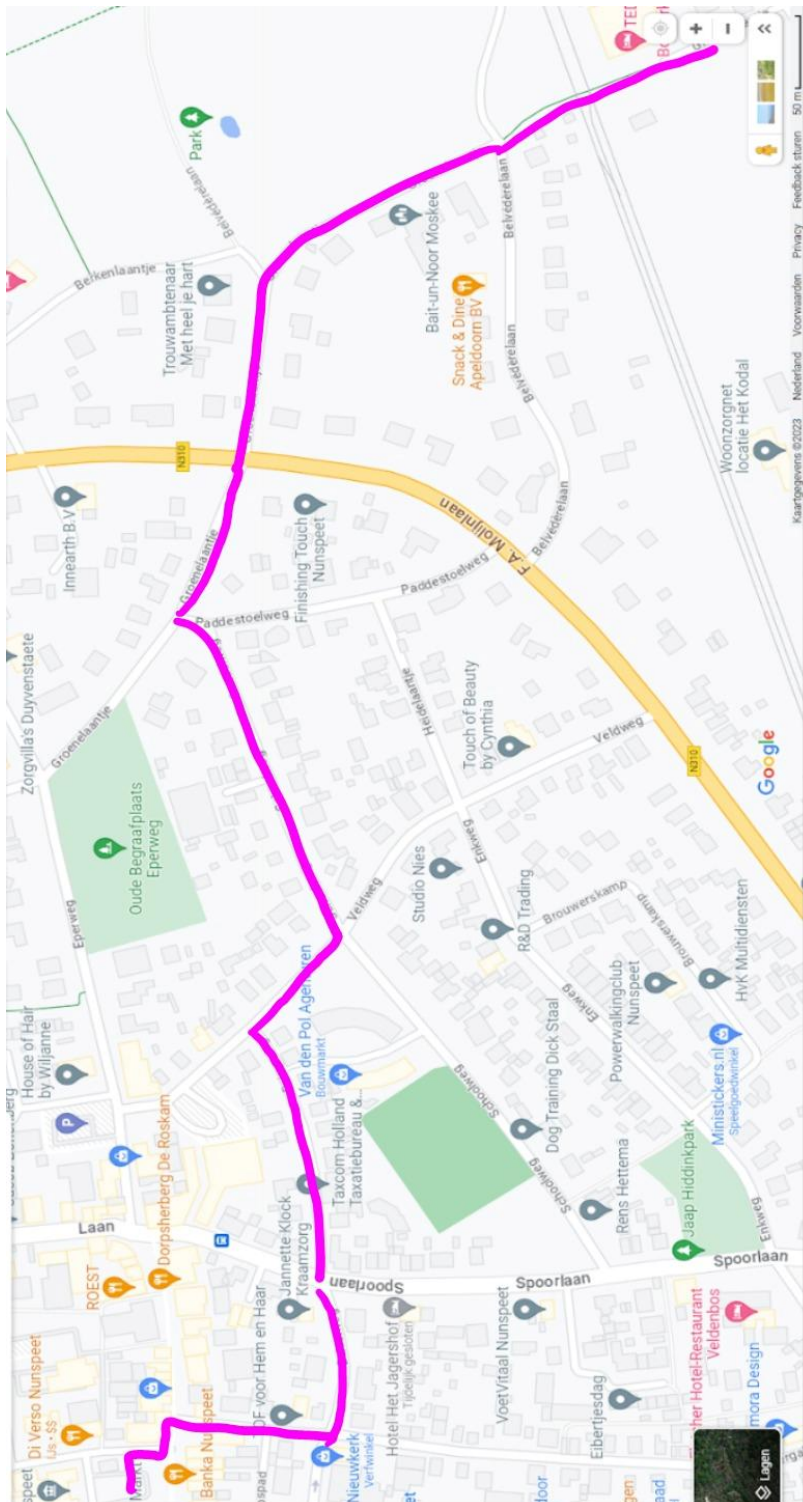
---

**Daarna afmelden door coach bij de wedstrijdtafel**

## Bijlage 1: INDELING MARKTPLEIN 2026



## Bijlage 2: LOOPROUTE Markt < - > Zandenplas



## BIJLAGE 3: INDELING ZANDENPLAS 2026

