

Honor Challenge

Name: _____

		Bronze		Silber		Gold	
		Datum/Kürzel Prüfer		Datum/Kürzel Prüfer		Datum/Kürzel Prüfer	
Obstacle	- Hindernisse müssen vollständig geschafft werden - 1 Streichergebnis möglich - High Rig Kombi und Survival Hindernis: eine vollständige Lane von einem Ende zum anderen ohne Bodenkontakt	Kleine Wall		Inverted Wall		3m Wall (mit Tritt)	
		Monkey Bars		Monkey Bars inkl. Dach		A-Frame	
		Boulderwand		Tarzan Swing (5 Übergänge)		Weaver	
		Slackline		Balance Beam		Low Rig	
		Seil		1/2 Tyrolean		Flying Monkey	
		Skitch Stange hangeln		Spartan Rig		Tyrolean ganz	
		Unter dem Netz durch		Wheels		PegBoard	
		Hurdle (Brusthöhe)		Olympus		Skitch	
		Ringe		Snake		Gibbon	
				Irish Table		Ninja Grips	
		Ninja Rings		Survival Hindernis			
				High Rig Kombi			
				Balance Sticks			
Comraderie	Ehrenamtlicher Helfereinsatz	Was/Wann/Wo					
Resilience (4 von 5)	5 km Lauf (in Min.)	Zeit/Datum					
	10 km Lauf (in Min.)	Zeit/Datum					
	21 km Lauf (in Min.)	Zeit/Datum					
	Lauf/Wanderung (ohne Zeitlimit)	Distanz/Datum					
	Höhenmeter	Distanz/Datum					
	Sandsack	Distanz/Datum					
Movement (3 von 4)	Dead Hang	Zeit/Datum					
	Burpee Test (5min AMRAP)	Anzahl/Datum					
	Chin Ups	Anzahl/Datum					
	Pull ups	Anzahl/Datum					