

SINGLE ROPE SPEED RELAY 4 X 30 SEK.

Hold _____

Bane _____

Antal hop på højre fod

Sæt venligst cirkel om tilsvarende antal

Dommer 1		0 1 2 3 4 5 6 7	Hundreder
		0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	Tiere
		0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	Enerer

Dommer 2		0 1 2 3 4 5 6 7	Hundreder
		0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	Tiere
		0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	Enerer

Dommer 3		0 1 2 3 4 5 6 7	Hundreder
		0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	Tiere
		0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	Enerer

Tyvstart JA NEJ

Forkert skift 0 1 2 3

DOUBLE DUTCH SPEED RELAY 4 X 45 SEK.

Hold _____

Bane _____

Antal hop på højre fod

Sæt venligst cirkel om tilsvarende antal

Dommer 1		0 1 2 3 4 5 6 7	Hundreder
		0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	Tiere
		0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	Enerer

Dommer 2		0 1 2 3 4 5 6 7	Hundreder
		0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	Tiere
		0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	Enerer

Dommer 3		0 1 2 3 4 5 6 7	Hundreder
		0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	Tiere
		0 1 2 3 4 5 6 7 8 9	Enerer

Tyvstart JA NEJ

Forkert skift 0 1 2 3