



# Camionette Cup

Onze camionette komt naar jouw club met  
(een deel van) onderstaande testen



## Reactiesnelheid

Heb jij de reflexen van een kat? Reageer zo snel mogelijk op licht- of geluidsignalen die gegeven worden



## Uithouding via zitfiets

Zitten er wielertalenten in onze clubs? Misschien ben jij wel zo een talent en leg je het meeste aantal kilometers af op een fietsergometer in 2 minuten.



## Uithouding via stoel- of handfiets

De nog laagdrempelige versie om je uithouding te testen: hier ga je trappen met je benen vanop een stoel, of al zittend op een stoel met je handen de trappers laten draaien



## Snelheid

Zit er een verborgen sprinter in jou? Kom het te weten in deze proef, loop of rol zo snel mogelijk 20 meter.



## Evenwicht via plankpad en app

Ervaar hoe het met jouw evenwicht gesteld is als een echte snowboarder! Links en rechts bewegen op een wankelende plank en tegelijk obstakels vermijden op je scherm.. Wie probeert?



## Evenwicht via bosu ball

Met 2 voeten blijven staan op een onstabiele ondergrond. Klinkt gemakkelijk? Dan gaan we verder op een been.



## Coördinatie

Coördinatie in hoog tempo: tap zo snel mogelijk afwisselend de platen aan weerszijden van je off hand. Ook bekend als plate tapping.



## Boksen

Hoe hard kan jij op onze boksbal meppen? We meten het met coole trackers om je polsen, en zo kom je te weten hoe veel kracht je kan zetten.



## Precisie: vissen

Welke sporter kan het best mikken met een hengel op het hoofd? Hier moet je zo snel mogelijk drie eendjes uit het water vissen.



## Precisie op gehoor

Met 2 voeten blijven staan op een onstabiele ondergrond. Klinkt gemakkelijk? Dan gaan we verder op een been.



## Precisie: golfen

Ga jij voor de hole-in-one? In deze test moet je in zo weinig mogelijk slagen proberen te scoren



## Handkracht

Welke G-sporter kan de stevigste handdruk geven? Bij deze proef krijg je een dynamometer waar je zo hard mogelijk in knijpt.

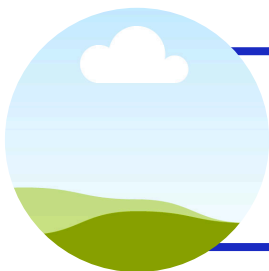


# Camionette Cup



## Kracht: kogelstoten

Test hoe krachtig je bent en stoot vanuit stand de kogel zo ver mogelijk weg



## Wordt verder aangevuld

Ongeveer elk jaar vervoegt een nieuwe test de camionette cup.  
To be continued