



BREVET SPEED 4

Naam



#weareropeskipping

Behaal op elk onderdeel de minimumscore om het brevet te behalen.

1. 30 seconden single rope speed (rechtvoet wordt geteld)

minimumscore:

70

behaalde score:

ja / nee

2. 3 minuten single rope speed (rechtvoet wordt geteld)

minimumscore:

350

behaalde score:

ja / nee

3. 45 seconden double dutch speed (rechtvoet wordt geteld)

minimumscore:

100

behaalde score:

ja / nee

Minimumscore op de 3 onderdelen behaald?

ja / nee