

Hooghouden Level Challenge

Afkortingen

RE= rechts | LI= links | V= voet | H= hoofd | AFW= afwisselend | D= dij | W= wreef | X= gekruist | BIN= binnenkant voet | BUI= buitenkant voet | B= borst | HT= heen en terug | S= schouder | BON= bonus

<u>Level</u>	<u>Bal contacten</u>	<u>Opdracht</u>	<u>Complete</u>
1	10	RE V – VANG – RE V – VANG - ... (RE V VANG)	
2	10	LI V – VANG – LI V – VANG - ... (LI V VANG)	
3	15	RE V – VANG – LI V – VANG - ... (AFW V VANG)	
4	10	RE V – VANG BOVEN H – RE V – VANG BOVEN H - ... (RE V VANG BOVEN H)	
5	10	LI V – VANG BOVEN H – LI V – VANG BOVEN H - ... (LI V VANG BOVEN H)	
6	10	RE V – VANG BOVEN H – LI V – VANG BOVEN H - ... (AFW V VANG BOVEN H)	
7	10	BOTS – RE V – VANG – BOTS – RE V – VANG - ... (BOTS RE V VANG)	
8	10	BOTS – LI V – VANG – BOTS – LI V – VANG - ... (BOTS LI V VANG)	
9	15	BOTS – RE V – VANG – BOTS – LI V – VANG - ... (AFW V BOTS VANG)	
10	10	RE V – BOTS – RE V – BOTS - ... (RE V BOTS)	
11	10	LI V – BOTS – LI V – BOTS - ... (LI V BOTS)	
12	15	RE V – BOTS – LI V – BOTS - ... (AFW V BOTS)	
13	10	RE V – RE V – VANG – LI V – LI V – VANG - ... (AFW 2X V VANG)	
14	10	RE D – RE V – VANG – RE D – RE V – VANG - ... (RE D RE V VANG)	
15	10	LI D – LI V – VANG – LI D – LI V – VANG - ... (LI D LI V VANG)	
16	15	RE D – RE V – VANG – LI D – LI V – VANG - ... (AFW D V VANG)	
17	10	RE D – LI V – VANG – RE D – LI V – VANG - ... (RE D LI V VANG)	
18	10	LI D – RE V – VANG – LI D – RE V – VANG - ... (LI D RE V VANG)	
19	15	RE D – LI V – VANG – LI D – RE V – VANG - ... (AFW D V X VANG)	
20	10	RE V – RE D – VANG – RE V – RE D – VANG - ... (RE V D VANG)	
21	10	LI V – LI D – VANG – LI V – LI D – VANG - ... (LI V D VANG)	
22	15	RE V – RE D – VANG – LI V – LI D – VANG - ... (AFW V D VANG)	
23	12	RE V – RE D – RE V – VANG – RE V – RE D – RE V – VANG - ... (RE VDV VANG)	
24	12	LI V – LI D – LI V – VANG – LI V – LI D – LI V – VANG - ... (LI VDV VANG)	
25	15	RE V – RE D – RE V – VANG – LI V – LI D – LI V – VANG - ... (AFW VDV VANG)	
26	12	RE V – LI D – RE V – VANG – RE V – LI D – RE V – VANG - ... (AFW X RE L VDV VANG)	
27	12	LI V – RE D – LI V – VANG – LI V – RE D – LI V – VANG - ... (AFW X LI RE VDV VANG)	
28	12	RE V – RE D – H – VANG – RE V – RE D – H – VANG - ... (RE VDH VANG)	
29	12	LI V – LI D – H – VANG – LI V – LI D – H – VANG - ... (LI VDH VANG)	
30	16	RE V – RE D – H – VANG – LI V – LI D – H – VANG - ... (AFW VDH VANG)	
31	20	RE V – LI D – H – VANG – LI V – RE D – H – VANG - ... (AFW VDH X VANG)	
32	20	RE V – RE V – BOTS – RE V – RE V – BOTS - ... (2x RE V BOTS)	
33	20	LI V – LI V – BOTS – LI V – LI V – BOTS - ... (2x LI V BOTS)	
34	25	RE V – RE V – BOTS – LI V – LI V – BOTS - ... (2x AFW V BOTS)	
35	20	RE V – BOTS – LI V – BOTS – RE V – RE V – BOTS – LI V – LI V – BOTS - ... (TELRAAM)	
36	20	RE V – RE D – BOTS – RE V – RE D – BOTS - ... (RE V D BOTS)	
37	20	LI V – LI D – BOTS – LI V – LI D – BOTS - ... (LI V D BOTS)	
38	25	RE V – RE D – BOTS – LI V – LI D – BOTS - ... (AFW V D BOTS)	
39	20	RE V – LI D – BOTS – RE V – LI D – BOTS - ... (RE V LI D BOTS)	
40	20	LI V – RE D – BOTS – LI V – RE D – BOTS - ... (LI V RE D BOTS)	
41	25	RE V – LI D – BOTS – LI V – RE D – BOTS - ... (VD X BOTS)	

42	20	RE V – RE D – H – BOTS – RE V – RE D – H – BOTS - ... (RE VDH BOTS)	
43	20	LI V – LI D – H – BOTS – LI V – LI D – H – BOTS - ... (LI VDH BOTS)	
44	25	RE V – RE D – H – BOTS – LI V – LI D – H – BOTS - ... (AFW VDH BOTS)	
45	20	RE V – LI D – H – BOTS – LI V – RE D – H – BOTS - ... (VDH X BOTS)	
46	20	RE V – H – BOTS – RE V – H – BOTS - ... (RE VH BOTS)	
47	20	LI V – H – BOTS – LI V – H – BOTS - ... (LI VH BOTS)	
48	20	RE V – H – BOTS – LI V – H – BOTS - ... (AFW VH BOTS)	
49	20	RE V – B – BOTS – RE V – B – BOTS - ... (RE VB BOTS)	
50	20	LI V – B – BOTS – LI V – B – BOTS - ... (LI VB BOTS)	
51	30	RE V – B – BOTS – LI V – B – BOTS - ... (AFW VB BOTS)	BON 1-6
52	20	RE – RE – RE – RE – RE – RE – RE - ... (RE)	
53	20	LI – LI – LI – LI – LI – LI – LI - ... (LI)	
54	30	RE V – LI V – RE V – LI V – RE V – LI V - ... (AFW V)	
55	30	RE V – RE V – LI V – LI V – RE V – RE V – LI V – LI V - ... (2x RE 2x LI)	
56	30	RE V – LI V – RE V – RE V – LI V – LI V - ... (TELRAAM RE LI V)	
57	20	RE D – RE D - ... (RE D)	
58	20	LI D – LI D - ... (LI D)	
59	30	RE D – LI D – RE D – LI D - ... (AFW D)	
60	20	RE D – RE D – LI D – LI D - ... (2x RE LI D)	
61	30	RE D – LI D – RE D – RE D – LI D – LI D - ... (TELRAAM)	
62	34	RE D – LI D – RE D – RE D – LI D – LI D - ... (TELRAAM 1-3 HT)	BON 7-11
63	20	RE V – RE D – RE V – RE D - ... (RE VD)	
64	20	LI V – LI D – LI V – LI D - ... (LI VD)	
65	30	RE V – RE D – LI V – LI D - ... (AFW VD)	
66	20	RE V – LI D – RE V – LI D - ... (RE V LI D)	
67	20	LI V – RE D – LI V – RE D - ... (LI V RE D)	
68	20	RE V – LI D – LI V – RE D - ... (AFW VD X)	BON 12-17
69	20	RE V – H – RE V – H - ... (RE VH)	
70	20	LI V – H – LI V – H - ... (LI VH)	
71	30	RE V – H – LI V – H - ... (AFW VH)	
72	20	RE V – B – RE V – B - ... (RE V B)	
73	20	LI V – B – LI V – B - ... (LI V B)	
74	30	RE V – B – LI V – B - ... (AFW V B)	
75	20	H – H – H – H - ... (H)	BON 18-20
76	20	RE V – RE D – LI D – LI V - ... (KLEINE RONDE)	
77	30	RE V – RE D – LI D – LI V – LI D – RE D – RE V - ... (KLEINE RONDE HT)	
78	20	RE V – RE D – H – LI D – LI V – RE V – RE D – H – LI D – LI V - ... (GROTE RONDE)	
79	20	RE V – RE D – H – LI D – LI V – LI D – H – RE D – RE V - ... (GROTE ROND HT)	
80	20	RE V – LI D – H – RE D – LI V – RE D – H – LI D – RE V - ... (GROTE RONDE HT X)	
81	20	RE BIN – RE BIN – RE BIN - ... (RE BIN)	
82	20	LI BIN – LI BIN – LI BIN - ... (LI BIN)	
83	30	RE BIN – LI BIN – RE BIN – LI BIN - ... (AFW V BIN)	
84	10	RE S – RE S – RE S - ... (RE S)	
85	10	LI S – LI S – LI S - ... (LI S)	
86	20	RE S – H RE S – H - ... (RE S H)	
87	20	LI S – H – LI S – H - ... (LI S H)	
88	20	RE S – H – LI S – H – RE S – H – LI S – H (AFW S H)	
89	20	RE S – LI S – RE S – LI S - ... (AFW S)	
90	20	RE V – RE D – RE S – H – LI S – LI D – LI V - ... (SUPER RONDE)	
91	30	RE V – RE D – RE S – H – LI S – LI D – LI V – LI D – LI S – H - ... (SUPER ROND HT)	BON 21-23

92	20	RE BIN – H – RE BIN – H – ... (RE BI H)	
93	20	LI BIN – H – LI BIN – H – ... (LI BI H)	
94	30	RE BIN – H – LI BIN – H – ... (AFW BIN H)	
95	10	RE BUI – RE BUI – RE BUI – ... (RE BUI)	
96	10	LI BUI – LI BUI – LI BUI – ... (LI BUI)	
97	20	RE BUI – LI BUI – RE BUI – LI BUI – ... (AFW V BUI)	
98	20	RE W – RE BUI – RE W – RE BUI – ... (RE W BUI)	
99	20	LI W – LI BUI – LI W – LI BUI – ... (LI W BUI)	
100	30	RE W – LI BUI – LI W – RE BUI – ... (AFW X W BUI)	
101	20	RE W – RE BUI – RE W – RE BIN – ... (RE W BUI BIN)	
102	20	LI W – LI BUI – LI W – LI BIN – ... (LI W BUI BIN)	
103	30	RE BUI – LI BUI – RE BUI – LI BUI – ... (X BUI)	BON 24-26
104	50	RE V – RE V – RE V – ... (RE V)	
105	50	LI V – LI V – LI V – ... (LI V)	
106	100	RE V – LI V – RE V – LI V (AFW V)	
107	200	RE V – LI V – RE V – RE V – LI V – LI V – ... (TELRAAM 1-10 HT)	
108	200	RE V – LI V – RE V – LI V – ... (AFW V)	
109	500	RE V – LI V – RE V – LI V – ... (AFW V)	
110	1000	RE V – LI V – RE V – LI V – ... (AFW V)	



techniektraining