
Ljeppersklub Buitenpost
Ljeppersklub Buitenpost





op afstand gehouden.

2. Aanloop
De atleet neemt een aanloop van zo'n 20 tot 25 m.

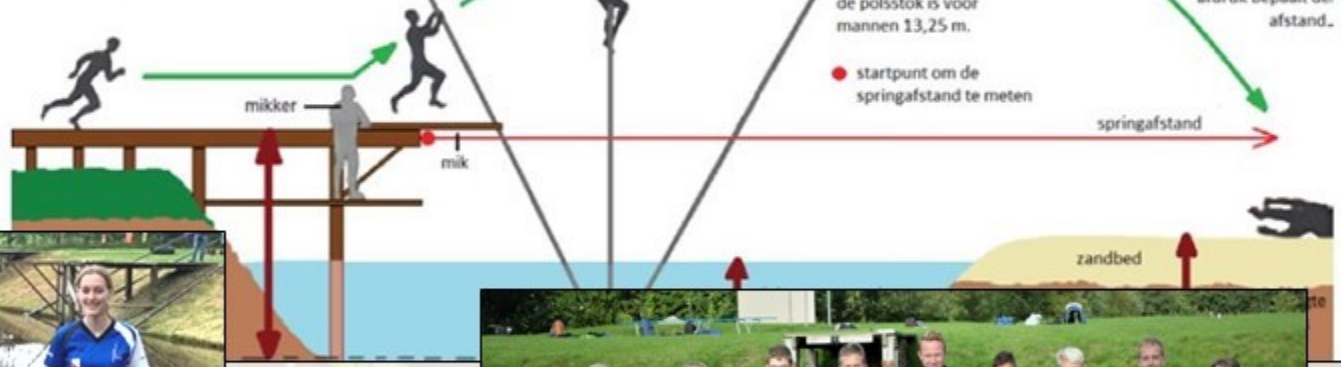
3. Insprong
De atleet springt recht naar de stok toe, grijpt met beide handen de stok en houdt deze tussen de benen.

4. Klimmen
Om de afstand te maximaliseren klimt de atleet zo hoog mogelijk langs de stok. De stok moet wel over het dode punt gaan. Anders eindigt de sprong in het water.

Maximale lengte van de polsstok is voor mannen 13,25 m.

● startpunt om de springafstand te meten

afdruk bepaalt de afstand..








Jeugdschansen
Oefenpalen
Toegang
Fierljepterrein ‘De Swadde’
Grote schansen
Accommodatie + opslag

Renovatie schansen en damwanden

+ Goede en veilige accommodatie !

+ Wedstrijdeisen van de bonden

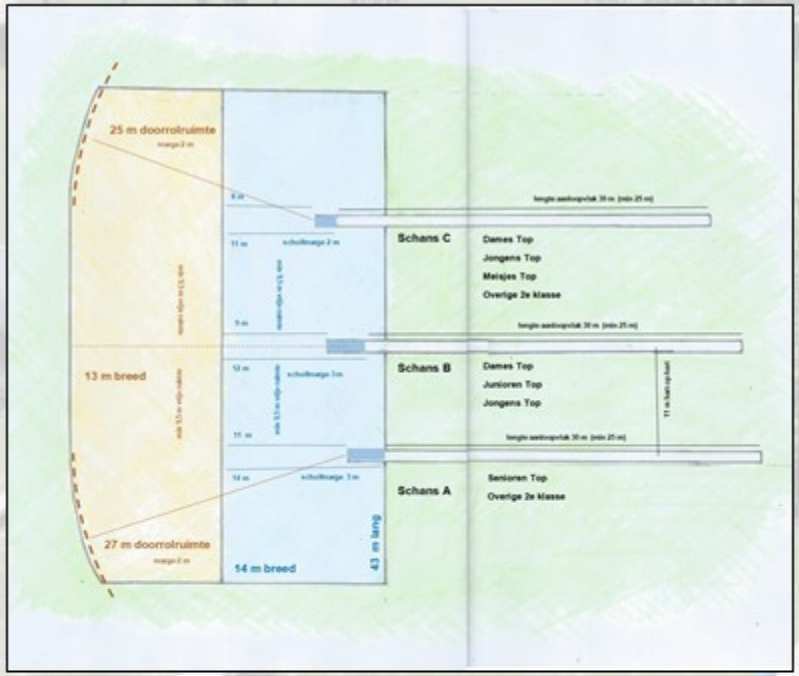
+ Wervend voor de jeugd


Afmetingen aanpassen
aan wedstrijdeisen FLB


Vaste schansen afbreken


Damwanden en beschoeiing vervangen


Goede voorbeelden…
It Heidenskip en IJlst


25 m doorrolruimte
13 m breed
27 m doorrolruimte
14 m breed
43 m lang
Schans C
Dames Top
Jongens Top
Meisjes Top
Overige 2e klasse
Schans B
Dames Top
Junioren Top
Jongens Top
Schans A
Senioren Top
Overige 2e klasse


Schuifschans


Aanloopvlak


Prolock wand

Betekenis Fierljeppen

+ Behoud traditionele Fryske sport

+ Aanbod van breedtesport, m.n. voor de jeugd

+ Organisatie NK in Buitenpost ! ! !



Traditie: Wedstrijden bij Feestweek ‘22



Kampioenen

Betekenis mienskip

+ Behoud Fryske sport

+ Wandelen langs De Swadde en buitengebied

+ Biodiversiteit door beplanting en maaibeheer







Ondersteuning en subsidies

Frysk Ljeppers Boun

zusterverenigngen Fryslân

achtkarspelen GEMEENTE

€ 35.000, =

Vrijwilligersinzet

Ljeppersklub Buitenpost

Plaatselijk Belang Buitenpost

Kleine fondsen

iepen mienskips fûns

BOSA

STIMULERING BOUW EN ONDERHOUD SPORTACCOMMODATIES


Mei elkoar fierder
Ljeppersklub Buitenpost