



## STARTUOLIO IR ALFA HERO IŠŠŪKIŲ KLIŪTYS

🔥 - 10 km trasa | ★ - 5km trasa

- 1. MIRTIES KELIAS** 🔥★ (*ropojimas/šliaužimas po ištiesta spygliuota viela*)  
Dalyvis turi prašliaužti - praropoti po ištiestomis spygliuotomis vielomis.  
  
Negalimi veiksmai: perlipti per vielos viršų.
- 2. PILIGRIMO TAKAS** 🔥★ (*ėjimas/plaukimas vandens kanalu*)  
Dalyvis turi praeiti, praplaukti, prabristi vandens kanalu iki pažymėtos išlipimo vietos.  
  
Negalimi veiksmai: eiti kanalo kraštu.
- 3. TRANSPORTERIS** 🔥 (*smėlio maišų nešimas*)  
Dalyvis turi paimti smėlio maišą ir nešti jį pažymėtu ratu. Maišą gražinti į tą pačią vietą, iš kurios paėmė. Moterų maišai yra lengvesni ir pažymėti atskiru ženkliniu.  
  
Negalimi veiksmai: vilkti maišą žeme, palikti maišą kitoje vietoje negu paėmė.
- 4. NAUJA KLIŪTIS** 🔥 (*tinklas virš kanalo*)  
Dalyvis turi įlipti į kanalą ir pralįsti po tinklo apačia, kuris pritvirtintas virš kanalo.
- 5. MAUGLIO VIRVĖS** 🔥 (*lipimas vertikaliu metaliniu vamzdžiu*)  
Dalyvis naudodamasis rankomis ir kojomis turi užlipti vertikaliu metaliniu vamzdžiu ir plaštaka paliesti ženklą, esantį kliūtis viršuje.
- 6. SAMSONO MOSTAS** 🔥 (*smėlio maišo permetimas per horizontaliai pritvirtintą lentą*)  
Dalyvis turi permesti smėlio pripildytą maišą per horizontaliai pritvirtintą lentą ir gražinti maišą į pirminę jo buvimo vietą. Moterų maišai yra lengvesni ir yra specialiai paženklininti.  
  
Negalimi veiksmai: smėlio maišo negražinimas į pirminę vietą.
- 7. ALPINISTAS** 🔥 (*nedideliame aukštyje pakabinti įvairūs elementai (žiedai, mediniai kūgiai, rutuliai)*)  
Dalyvis pradėti įveikinti kliūtį turi neperžengdamas linijos įveikti visą atstumą, naudodamasis rankomis, kojomis ir kabančiais elementais. Kliūtis yra įveikta, kai kojos žemę paliečia už pažymėtos linijos.
- 8. SPARTIETIS** 🔥 (*svorio kėlimas virve į viršų*)  
Dalyvis turi traukdamas virvę pakelti svorį iki pat viršaus ir lėtai nuleisti ant žemės. Moterų keliama svoriai yra lengvesni ir specialiai paženklininti.



Negalimi veiksmai: paleisti svorį, kad jis trenktųsi į žemę.

**9. GULIVERIO KOPĖČIOS** 🔥 (lipimas virvinėmis kopėčiomis)

Dalyvis turi virvinėmis kopėčiomis užlipti iki kliūties viršaus ir plaštaka paliesti pažymėtą vietą. Vienu metu ant vienu kopėčių gali būti tik vienas dalyvis.

**10. TARZANO ŽIEDAI** 🔥 (kliūtis įveikimas pakabintais gimnastikos žiedais)

Dalyvis turi įveikti visą kliūtį naudodamasis tik rankomis. Kliūtis yra įveikta, kai dalyvis užsikabina ant paskutinio žiedo.

**11. PINOKIS** 🔥 (kliūtis įveikimas žiedus kabinant tolyn)

Dalyvis, atbėgęs prie kliūties, pasiima 2-u žiedus iš dėžės, esančios prieš kliūtį. Jais naudodamasis įveikia kliūtį, perkabinėdamas žiedus vis tolyn. Kliūtis yra įveikta, kai dalyvis užkabina žiedą ant paskutinio kabliuko ir nulipęs nuo kliūties, žiedus padeda į dėžę.

**12. ŽIOGELIS** 🔥★ (neaukštų konstrukcinių barjerų įveikimas, perlipant per viršų ir pralendant pro apačią)

Dalyvis turi perlipti arba pralįsti pro neaukštas konstrukcijas, priklausomai kaip jos yra pažymėtos. Per aukštesnes - perlipti, o per žemesnes - pralįsti pro apačią.

Negalimi veiksmai: žemos konstrukcijos perlipimas, o aukštos pralindimas pro apačią.

**13. NAUJA KLIŪTIS** 🔥★ (pralindimas pro tinklą)

Dalyvis nuo pradžios iki pabaigos turi įveikti kliūtį rankų pagalba atkėlinėdamas tinklą, ištiestą ir pritvirtintą prie žemės.

Negalimi veiksmai: pagalba iš kitų dalyvių. Negalima perlipti per tinklo viršutinę dalį.

**14. NAUJA KLIŪTIS** 🔥★ (perlipti per padangų kalną)

Dalyvis turi perlipti per kalną, suformuotą iš padangų.

Negalimi veiksmai: padangų šalinimas/ mėtymas į šalis.

**15. LABIRINTAS** 🔥★ (medinių rąstų konstrukcijos įveikimas)

Iš medinių rąstų padaryta konstrukcija, kurioje reikia vieną rąstų sieną įveikti perlipant per viršų, o sekancią pralendant pro apačią.

Negalimi veiksmai: visų rąstų sienelių perlipimas per viršų.

**16. DRIEŽO VINGIS** 🔥★ (bėgimas kirtaviete)

Dalyviai turi bėgti pažymėta trasa per kirtavietę įveikdami kelmus, šakas ir kitokias natūralias kliūtis.



**17. VĒŽLIO URVAS** 🔥★ (lindimas tarp padangų)

Dalyvis turi pralįsti tarp apatinių ir viršutinių padangų esančiu tarpu.

Negalimi veiksmai: kliūtis įveikimas perlipant per viršutines padangas.

**18. LINKSMIEJI KALNELIAI** 🔥★ (užlipimas naudojantis elementais ir nučiuožimas)

a) Dalyvis priėjęs prie kliūtis turi užkopti iki viršutinės plokštumos kliūtis elementais, pritvirtintais prie vertikaliosios sienos.

b) Pasiekęs plokštumą turi atsisėsti ant čiuožimo šlaito ir juo nučiuožti žemyn.

Negalimi veiksmai: čiuožti atsigulus galva į priekį.

**19. BERMUDAI** 🔥★ (vertikalios sienos įveikimas naudojantis pritvirtintais elementais)

Dalyviai turi pereiti į kitą griovio pusę naudodamiesi elementais, pritvirtintais prie horizontalios sienos. Kliūtis yra įveikta, kai dalyvis žemę paliečia už linijos.

**20. AKTYVI ZONA** 🔥★ (pritūpimų ir atsispaudimų darymas)

Dalyvis turi padaryti 20 pilnų pritūpimų ir 20 pilnų atsispaudimų (moterims galima daryti nuo kelių). Dalyvis pats skaičiuoja pratimus ir kas penkis garsiai pasako skaičių. Garsiai neapasakius skaičiaus, pratimas kartojamas nuo pradžių.

**21. VORATINKLIS** 🔥★ (lindimas tarp įtemptų virvių)

Dalyvis turi pralįsti ar perlipti per įvairiomis kryptimis įtemptomis virvėmis.

**22. MILŽINŲ SIENOS** 🔥★ (sienų perlipimas)

Dalyvis turi perlipti sieną naudodamasis rankomis ir kojomis.

**23. ELEKTROŠOKAS** 🔥★ (šliaužimas po elektrinio piemenio laidais)

Dalyvis turi prašliaužti po elektrinio piemenio laidais.

**24. TANK'S** 🔥★ (lindimas po veikiančiu kariniu šarvuočiu)

Dalyvis turi pralįsti po veikiančio šarvuočio apačia.

**25. BAIMĖS TUNELIAI** 🔥★ (lindimas vamzdžiu)

Dalyvis turi pralįsti pro dviejų, vienas po kito esančių vamzdžių vidurį.

**26. LEDYNMETIS** 🔥★ (ledo konteineris)

Dalyvis turi įlipti į šalto vandens konteinerį, kuriame yra ledo, pranerti po medine užtvara ir išlipti iš konteinerio.

Negalimi veiksmai: medinio užtvaro įveikimas perlipant.

**27. GRĮŽULO RATAI** 🔥★ (padangų sienos perlipimas)

Dalyvis turi perlipti sukabintų padangų sieną.



**28. OLIMPAS** 🏹⭐ (paverstos sienos įveikimas naudojantis virve)

Dalyvis turi užlipti į paverstą sieną naudodamasis virve.

**29. MARSO KANALAI** 🏹⭐ (kanalo įveikimas atsigulus)

Dalyvis turi pralįsti pro kanalą kuriame yra vandens. Kliūtis įveikiama atsigulus ant nugaros galva į priekį, laikantis už virš kanalo pritvirtintos konstrukcijos.

**30. NAUJA KLIŪTIS** 🏹⭐ (lindimas į tunelį su vandeniu)

Dalyvis turi pralįsti pro tunelį, kuriame yra šiek tiek vandens.

**31. GUMINIS SLĖNIS** 🏹⭐ (padangų nešimas)

Dalyvis turi paimti grandinėmis sujungtas padangas ir nešti pažymėtu ratu. Padangas gražinti į tą pačią vietą, iš kurios paėmė.

Negalimi veiksmai: palikti padangas kitoje vietoje negu paėmė.

**32. NAUJA KLIŪTIS! TOROZ** 🏹⭐ (kliūties įveikimas smulkių elementų pagalba)

Dalyvis turi rankų ir kojų pagalba, kabinantis už ant konstrukcijos rėmų pritvirtintų elementų, įveikti visą kliūties ruožą.

**33. ORO BUČINYS** 🏹⭐ (šuolis nuo pakyls į vandenį)

Dalyvis turi užlipti ant pakyls ir nuo jos nušokti į vandenį. Šokti galima tik įsitikinus, kad prieš tai nušokęs dalyvis jau nuplaukė saugiu atstumu, ir gavus kliūties teisėjo leidimą. Šokti galima tik ant kojų (geriausia, kad kojos sulenktos), iš tvenkinio išlipti tam pažymėtoje vietoje.

Negalimi veiksmai: Šokti ant galvos, kūlversčiu ar kaip kitaip, išskyrus kojas.

**34. NAUJA KLIŪTIS** 🏹⭐ (perėjimas virvėmis)

Dalyvis turi persliuogti horizontaliai išstentomis virvėmis virš vandens telkinio.

**35. BEŽDŽIONIŲ TAKAS** 🏹⭐ (kopetėlių įveikimas)

Dalyvis turi įveikti horizontalias kopetėles naudodamasis tik rankomis. Kliūtis įveikta, kai kojomis dalyvis pasiekia medinį tiltelį.

Negalimi veiksmai: įveikti kliūtį kopetėlių viršumi.

**36. ALFA KALNAS** 🏹⭐ (užbėgimas į rampą)

Dalyvis turi užbėgti į rampą naudodamasis virve.

**37. DANGAUS LAIPTAI** 🏹⭐ (trikampio formos tinklas)

Dalyvis turi perlipti per trikampio formos tinklą.



**38. ČIUNGA ČIANGA** 🔥★ (*balanso kliūtis*)

Dalyvis turi pereiti du vienas po kito esančius rąstus, kurie yra pakabinti ant grandinių. Rankomis galima laikytis už grandinių.

**39. ADRENALINAS** 🔥★ (*elektros piemens kliūtis*)

Dalyvis turi prabėgti pro elektros piemens laidus.

**40. PIRAMIDĖ** 🔥★ (*užlipimas konstrukcija ir nusileidimas virve žemyn*)

Dalyvis turi užlipti piramidės formos konstrukcijomis aukštyn ir nusileisti kabančia virve žemyn.

Negalimi veiksmai: šokti nuo konstrukcijos žemyn.