



T.C. İÇİŞLERİ BAKANLIĞI
AFET VE ACİL DURUM
YÖNETİMİ BAŞKANLIĞI

AFAD®

BAŞLANGIÇ



Notlar -Parkur

1. Slalom Koşusu

2. Tünel Geçişi: Bu etapta adayların taşıması gereken ağırlık:

-Erkek adaylar için: 5 kg

-Kadın adaylar için: 3kg

3. Dikkat ve Eşleştirme

4. Kule Merdiveni: Bu etapta adayların yukarı çekmesi gereken ağırlık:

-Erkek adaylar için: 5 kg

-Kadın adaylar için: 3kg

5. Engel Geçişi

6. Ağırlık Taşıma: Bu etapta adayların taşıması gereken ağırlık:

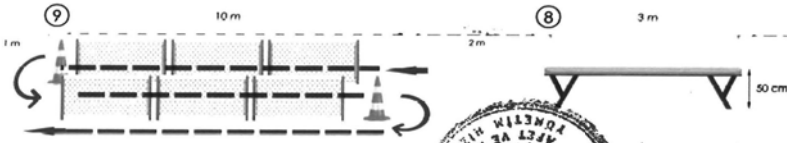
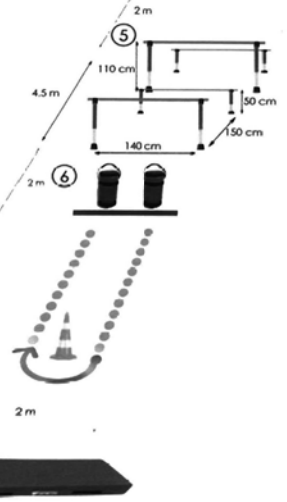
-Erkek adaylar için: 2x15 kg

-Kadın adaylar için: 2x10 kg

7. Takla Atma

8. Denge Tahtası

9. Labirent Koşusu



BİTİŞ

