



# Schommel

Niveau  
2



## INFO

### MATERIAAL

Sjorpalen:

- 6 x 1 m (paars)
- 4 x 2 m (geel)
- 7 x 3 m (groen)
- 6 x 4 m (rood)

Sjortouw:

- Min. 30 sjortouwtjes

Andere:

- Kommel (dik touw)

### GEBRUIKTE TECHNIEKEN

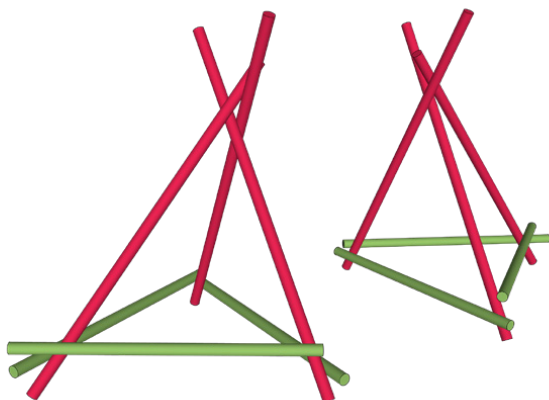
- Kruissjoring
- 8-sjoring (driepikkel)

### TIPS



- Zorg ervoor dat de bovenste paal van 3 m een zeer stevige is.
- Schommel nooit verder dan de poten van de driepikkels, anders bestaat er kans op omkantelen.

1

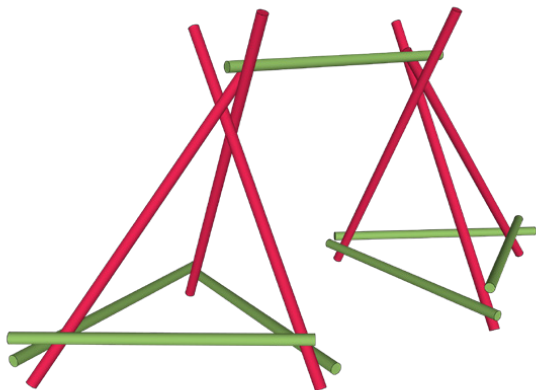


### DRIEPIKKELS MAKEN

Maak twee driepikkels. Gebruik daarvoor telkens palen van 4 m (rood) en zorg dat de middelste paal 50 cm lager vasthangt dan de buitenste. Zet je pikkels overeind. Kruis de buitenste palen zodat de paal in het midden mooi op de kruising ligt.

Het is belangrijk dat de binnenkant van de pikkels verticaal staat. Onderaan aan beide driepikkels bevestig je telkens drie palen van 3 m (groen).

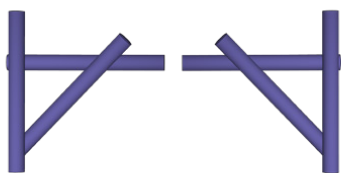
2



## DRAAGBALK

In de toppen van de pikkels komt een stevige balk van 3 m (groen). Sjør die ook goed vast.

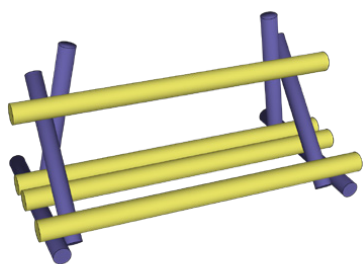
3



## FRAMES ZITBANK

Maak voor de bank twee frames met palen van 1 m (paars) die gespiegeld zijn ten opzichte van elkaar. Onder aan de verticale palen moet er ruimte zijn om nog een andere paal vast te sjoeren. Boven de schuine paal laat je ruimte voor nog twee palen en komt er een horizontale paal die verbonden wordt met de schuine.

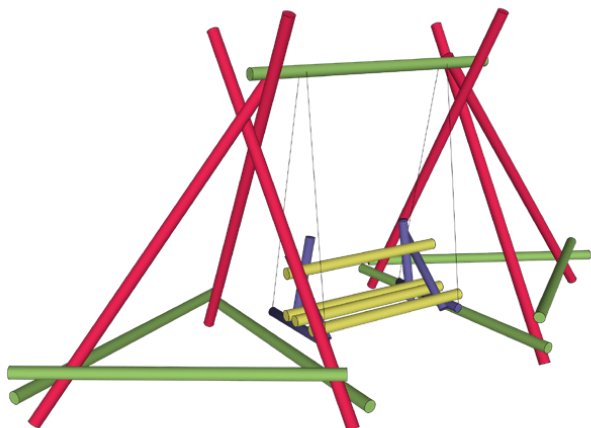
4



## ZITBANK MAKEN

Zet beide frames rechtop en verbind ze aan elkaar met palen van 2 m (geel). Gebruik er onderaan drie voor het zitvlak en bovenaan vormt de laatste de rugleuning.

5



## SCHOMMEL OPHANGEN

Bevestig de touwen aan de onderste palen van de zitbank. Van het ene uiteinde gaat het touw over de draagbalk van de constructie naar het uiteinde ertegenover. Met een ander touw gebeurt hetzelfde aan de andere kant van de zitbank. Als het touw lang genoeg is, kan je via de zitbank het eerste touw bevestigen aan de andere zijde en dat verder gebruiken.



**Waarschuwing:**  
sjoeren is niet zonder risico. Hou je aandacht erbij en gebruik je verstand.



Met vragen kan je terecht bij de mensen van Avontuur ([info@daa.chiro.be](mailto:info@daa.chiro.be)).

INFO OVER SJORREN EN DE GEBRUIKTE TECHNIEKEN VIND JE OP [CHIRO.BE/SJORREN](http://CHIRO.BE/SJORREN).

