主辦 中國香港障礙競技協會 ASSOCIATION OF CHINA HONG KONG OBSTACLE COURSE RACE

協辦 SASUKE NINJA PARK SASUKE FITNESS

贊助 AmSTRONG

中國香港障礙競技協會 主辦 Sasuke Ninja Park 及 Sasuke Fitness 協辦 AmSTRONG 贊助

香港障礙競技賽 2023 Hong Kong Obstacle Course Race 2023

第三關卡比賽成績 Stage 3 Result

比賽關卡 Obstacles	
1: Bouncing Dice	7: Multi Grips & Ring Toss*
2: Fitlight Balance Beam	8: Peg Slide Station*
3: Zipline	9: Cliffhanger
4: Floating Cubes*	10: Warped Wall
5: Flying Pull Up Bar*	
6: Sliding Cane*	*兩分項目

Stage 3 組別：9U

	1	2	3	4		5		6		7		8		9	10		分數 Point	完成時間 Finish Time	名次 Rank
7.彭楚琁	✓	X	✓	✓	✓	X	-	X	-	-	-	-	-	-	-	-	4	1:53.35	1
3.Kyle Shah	✓	X	✓	X	-	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	1:12.51	2
6.梅嘉言	✓	X	✓	X	-	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	2:26.00	3

主辦 中國香港障礙競技協會 ASSOCIATION OF CHINA HONG KONG OBSTACLE COURSE RACE

協辦 SASUKE NINJA PARK SASUKE FITNESS

贊助 AmSTRONG

中國香港障礙競技協會 主辦 Sasuke Ninja Park 及 Sasuke Fitness 協辦 AmSTRONG 贊助

香港障礙競技賽 2023 Hong Kong Obstacle Course Race 2023

第三關卡比賽成績 Stage 3 Result

比賽關卡 Obstacles	
1: Bouncing Dice	7: Multi Grips & Ring Toss*
2: Fitlight Balance Beam	8: Peg Slide Station*
3: Zipline	9: Cliffhanger
4: Floating Cubes*	10: Warped Wall
5: Flying Pull Up Bar*	
6: Sliding Cane*	*兩分項目

Stage 3 組別：11U

	1	2	3	4		5		6		7		8		9	10		分數 Point	完成時間 Finish Time	名次 Rank
10. 梁睿蕎	✓	X	✓	✓	✓	✓	✓	X	-	✓	✓	-	-	-	-	-	8	7:19.42	1
11. 關昊晉	✓	X	✓	✓	✓	X	-	✓	X	✓	✓	X	-	-	-	-	7	6:09.22	2
8. 馬兒樂	✓	X	✓	✓	✓	X	-	X	-	-	-	-	-	-	-	-	4	2:36.88	3

主辦 中國香港障礙競技協會 ASSOCIATION OF CHINA HONG KONG OBSTACLE COURSE RACE

協辦 SASUKE NINJA PARK SASUKE FITNESS

贊助 AmSTRONG

中國香港障礙競技協會 主辦 Sasuke Ninja Park 及 Sasuke Fitness 協辦 AmSTRONG 贊助

香港障礙競技賽 2023 Hong Kong Obstacle Course Race 2023

第三關卡比賽成績 Stage 3 Result

比賽關卡 Obstacles	
1: Bouncing Dice	7: One Touch*
2: Fitlight Balance Beam	8: Peg Slide Station*
3: Maze & Grip*	9: Cliffhanger & Floating Poles*
4: Floating Cubes*	10: Devil Steps & T Spine*
5: T Bar Salmon Ladder*	
6: Sliding Cane*	*兩分項目

Stage 3 組別：13U

	1	2	3		4		5		6		7		8		9		10		分數 Point	完成時間 Finish Time	名次 Rank
13. Kevin Shah	✓	X	X	-	✓	✓	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	2:21.41	1

主辦 中國香港障礙競技協會 ASSOCIATION OF CHINA HONG KONG OBSTACLE COURSE RACE

協辦 SASUKE NINJA PARK SASUKE FITNESS

贊助 AmSTRONG

中國香港障礙競技協會 主辦 Sasuke Ninja Park 及 Sasuke Fitness 協辦 AmSTRONG 贊助

香港障礙競技賽 2023 Hong Kong Obstacle Course Race 2023

第三關卡比賽成績 Stage 3 Result

比賽關卡 Obstacles	
1: Bouncing Dice	7: One Touch*
2: Fitlight Balance Beam	8: Peg Slide Station*
3: Maze & Grip*	9: Cliffhanger & Floating Poles*
4: Floating Cubes*	10: Devil Steps & T Spine*
5: T Bar Salmon Ladder*	
6: Sliding Cane*	*兩分項目

Stage 3 組別：WOMEN

	1	2	3		4		5		6		7		8		9		10		分數 Point	完成時間 Finish Time	名次 Rank
14. 黃敏婷	✓	✓	X	–	✓	✓	X	–	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	X	✓	X	12	10:24.15	/
23. 林嘉寶	✓	✓	X	–	✓	✓	X	–	✓	✓	✓	✓	✓	✓	X	–	–	–	10	7:45.87	1
21. 龔子珊	✓	X	X	–	✓	✓	✓	✓	✓	✓	X	–	–	–	–	–	–	–	7	6:40.61	2

主辦 中國香港障礙競技協會 ASSOCIATION OF CHINA HONG KONG OBSTACLE COURSE RACE　協辦 SASUKE NINJA PARK SASUKE FITNESS　贊助 AmSTRONG

中國香港障礙競技協會 主辦 Sasuke Ninja Park 及 Sasuke Fitness 協辦 AmSTRONG 贊助

香港障礙競技賽 2023 Hong Kong Obstacle Course Race 2023

第三關卡比賽成績 Stage 3 Result

比賽關卡 Obstacles		
1: Bouncing Dice 2: Fitlight Balance Beam 3: Maze & Grip*	4: Multi Grips* 5: Vertical Limit Salmon Ladder* 6: Boomerang* 7: One Touch*	8: Peg Slide Station* 9: Cliffhanger & Twister* 10: Vertical Limit & T Spine* *兩分項目

Stage 3 組別：MEN

	1	2	3		4		5		6		7		8		9		10		分數 Point	完成時間 Finish Time	名次 Rank
39. 陈宗光	✓	✓	✓	X	X	-	X	-	✓	X	✓	X	✓	✓	✓	X	X	-	8	7:11.88	1
24. 鍾衍洋	✓	✓	X	-	✓	X	X	-	✓	✓	✓	X	✓	X	✓	X	X	-	8	9:10.72	/
41. 王仲安	✓	✓	X	-	X	-	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	1:03.52	2
25. 盧遨天	✓	X	✓	X	X	-	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	2:04.54	/
40. 蕭宇辰	✓	X	✓	X	X	-	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	2:42.52	3
37. 符凱文	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4

主辦 中國香港障礙競技協會 ASSOCIATION OF CHINA HONG KONG OBSTACLE COURSE RACE

協辦 SASUKE NINJA PARK SASUKE FITNESS

贊助 AmSTRONG

中國香港障礙競技協會 主辦 Sasuke Ninja Park 及 Sasuke Fitness 協辦 AmSTRONG 贊助

香港障礙競技賽 2023 Hong Kong Obstacle Course Race 2023

第三關卡比賽成績 Stage 3 Result

比賽關卡 Obstacles		
1: Bouncing Dice 2: Fitlight Balance Beam 3: Maze & Grip*	4: Multi Grips* 5: Vertical Limit Salmon Ladder* 6: Boomerang* 7: One Touch*	8: Peg Slide Station* 9: Cliffhanger & Twister* 10: Vertical Limit & T Spine* *兩分項目

Stage 3 組別：MASTER

	1	2	3		4		5		6		7		8		9		10		分數 Point	完成時間 Finish Time	名次 Rank
42. 黃嘉安	✓	✓	✓	✓	X	-	✓	✓	✓	X	✓	✓	✓	✓	X	-	X	-	11	7:30.28	/
49. 楊盛堡	✓	X	X	-	✓	X	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	3:48.92	1