



Contact

Email: woest@wur.nl

Website WOEST: www.woestwageningen.nl

Facebook: @Wageningen Outdoor en Survivalrun team

Instagram: @Survivalwageningen

Website SWU Thymos: www.swuthymos.nl

SWU Thymos, 'Move and your body will be recharged'



Outdoor & Survivalrun

Wageningen Outdoor & Survivalrun Association



Outdoor & Survivalrun

Wageningen Outdoor En Survivalrun Team



Wageningen Outdoor En Survivalrun Team

Een woest sprookje

Er waren eens wat woeste Wageningse studenten die het niet zagen zitten om hun hele dagen te slijten in de donkere hallen van de universiteit. Ze wilden naar buiten! Zodat ze konden rennen, klimmen, en dan het water in. Weer of geen weer. Vol passie! Ze gingen aan de slag en bouwden tezamen een hindernisparcours, geschikt om zich op uit te leven. Om zoveel mogelijk studenten deelgenoot te maken van de edele kunsten van survivalrun, verenigden zij zich tot het 'Wageningen Outdoor En Survivalrun Team', oftewel WOEST, en zij trainden nog lang en gelukkig.

Over survivalrun

Survivalrun is een sport voor mensen die houden van buiten zijn, en zichzelf graag uitdagen. Tijdens een survivalrun leg je een route af, doorbossen en velden terwijl je onderweg getrakteerd wordt op

Wageningen Outdoor & Survivalrun Association

A little fairy tale

Once upon a time, there were some adventurous Wageningen students who did not like spending their whole days in the dark halls of university. They wanted to go outside! So they could run, climb, and jump into puddles. Good or bad weather, full of passion, they got to work! Together they built an obstacle course, fit to run on and started to learn the noble art of survival running. Now, united they formed the 'Wageningen Outdoor En Survivalrun Team', or WOEST, and they trained happily ever after.

About survivalrun

Survivalrun is a sport for people who love being outdoors and like to challenge themselves. During a survival run, you complete a route,

prachtige(natuurlijke) hindernissen die overwonnen moeten worden. Denk daarbij aan touwklimmen en vele creatieve variaties daarop, maar ook aan boomstammetjes sjouwen (en in stukken hakken!), doorwadingen, over netten klimmen, over kanalen slingeren, boogschieten en kanovaren. Bij WOEST geven we trainingen waarin je alle technieken leert die nodig zijn om een survivalrun te kunnen volbrengen. Naast techniek richten de trainingen zich op bevordering van uithoudingsvermogen, kracht én plezier. Ook buiten de trainingen beleven we graag gezamenlijk(sportieve) avonturen: van een nachtelijke duik in de Rijn tot (winter)barbecueën en van een weekendje Batavierenrace tot broodnodige rehydratie na de training.

Daag jezelf uit

Als jij ook energie krijgt van een intensieve fysieke uitdaging na een lange dag achter de computer, en ben je daarnaast niet bang voor een laag eelt op je handen, en dapper genoeg om over de campus rond te rennen in een legging? Dan zien we je graag zo snel mogelijk op een van onze trainingen! Het maakt helemaal niets uit of je een ervaren

through forests and fields. Along the way you are treated to beautiful (natural) obstacles to overcome along the way. Think rope climbing and many creative variations on that, but also lugging of logs (and chopping them into pieces!), running through ditches, climbing over nets, swinging across canals, archery and canoeing. At WOEST we give training courses where you learn all techniques needed to complete a survival run. Besides technique, the training sessions focus on endurance, strength and fun. Outside the training sessions, we also like to experience (sporty) adventures: from a night dive in the Rhine to (winter) barbecue over a weekend at the Batavierenrace to much-needed rehydration after training.

Join us

Challenge yourself with an intense physical challenge after a long day at the computer and build a nice layer of calluses on your hands. And are you brave enough to run around the campus running around in

survivalaar bent of dat de termen 'voetklem', 'apenhang' en 'Spaanse ruiter' geen belletje doen rinkelen, we helpen je graag de touwen in en voor je het weet zwaai je rond als een echte Tarzan of Jane.

Meer informatie

Als jij ook energie krijgt van een intensieve fysieke uitdaging na een lange dag achter de computer, en ben je daarnaast niet bang voor een laag eelt op je handen, en dapper genoeg om over de campus rond te rennen in een legging? Dan zien we je graag zo snel mogelijk op een van onze trainingen! Het maakt helemaal niets uit of je een ervaren survivalaar bent of dat de termen 'voetklem', 'apenhang' en 'Spaanse ruiter' geen belletje doen rinkelen, we helpen je graag de touwen in en voor je het weet zwaai je rond als een echte Tarzan of Jane.

leggings? Then we'd love to see you at one of our training sessions! It doesn't matter at all whether you are an experienced survivalist or the terms 'foot lock', 'monkey hang' and 'Spanish rider' don't ring a bell yet, we're happy to help to show you the ropes and before you know it, you'll be swinging around like a real Tarzan or Jane.

More information

WOEST survival run training takes place on the obstacle course next to the football pitch at the Bongerd. If you would like more information about survival run then you can take a look at the website of the Survivalrun Bond Nederland: www.survivalrunbond.nl. By the way WOEST is affiliated with the SBN as an official training group. For up-to-date information on our training times, see the website www.woestwageningen.nl, any questions? Then email woest@wur.nl.

