

CHECKLIST KLIMVAARDIGHEIDSTOETS INDOOR TOPROPE



	JA	NEE
Veiligheid & gedrag		
Kennis van de risico's van de klimsport		
Goede risicoperceptie		
Kennis van het huisreglement klimlocatie		
Cursist is zelf verantwoordelijk voor zijn veiligheid en die van de partner		
Partnercheck		
Gordel juist aangetrokken en dicht		
Knoop goed gelegd óf inbindkarabiner dicht		
Zekeringsapparaat juist ingehangen, karabiner dicht, test op werking		
Juiste touw		
Zekeren		
Remhand altijd aan touw		
Voldoende snel touw inhalen, geen touwlus		
Beheerst laten zakken		
Let altijd op tijdens zekeren		
Staat op juiste positie, hindert niemand, geen touwen over elkaar		
Kan een onverwachte topropeval houden		
Klimmen		
Setjes uithangen en weer inhangen		
Beheerst klimmen en naar beneden gaan		

- De cursist heeft laten zien alle bovenstaande competenties zelfstandig en solide te beheersen
- De cursist kent de belangrijkste risico's van het Indoor Toprope Klimmen en heeft een goede risicoperceptie
- De cursist kan op verantwoorde wijze voor de veiligheid van zichzelf en zijn klimpartner zorgen
- De cursist doet altijd een Partnercheck