

Checklist klimcursus Indoor Voorklimmen

Doc.nummer.	2017_04
Auteur	SVK
Versie	1.0
Datum	20-03-2017
Categorie	Competenties
Subcategorie	Klimcursussen

Checklist bij de SVK cursus Indoor Voorklimmen.

CHECKLIST KLIMVAARDIGHEIDSTOETS INDOOR VOORKLIMMEN

Deze checklist kan gebruikt worden als geheugensteun bij de afname van de afsluitende toets.

	Ja	Nee
Veiligheid & gedrag		
◆ Kennis van de risico's van het voorklimmen		
◆ Goede risicoperceptie		
◆ Kennis van het huisreglement		
◆ Cursist is zelf verantwoordelijkheid voor zijn veiligheid en die van partner		
Partnercheck		
◆ Gordel juist aangetrokken en dicht		
◆ Knoop goed gelegd		
◆ Zekeringsapparaat juist ingehangen, karabiner dicht, test op werking		
◆ Juiste touw, voldoende lang, knoop in einde		
Zekeren		
◆ Remhand altijd aan touw		
◆ Voldoende snel touw uitgeven, geen touwlus of te weinig touw		
◆ Let altijd op tijdens zekeren en neemt goede positie in met actieve houding		
◆ Kan een onverwachte val houden		
◆ Klimmen en vallen		
◆ Kan soepel en veilig klippen en maakt geen voetfouten		
Kan beheerst klimmen en veilig vallen		
◆ Kan op de terugweg alle setjes eenvoudig verwijderen en maakt geen onnodige		
◆ pendel		

- ◆ De cursist heeft laten zien alle bovenstaande competenties zelfstandig en solide te beheersen.
- ◆ De cursist kent de belangrijkste risico's van het Indoor Voorklimmen 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.