

## CHECKLIST

### COMPETENTIES KLIMVAARDIGHEIDSBEWIJS® 1 INDOOR TOPROPE

Naam kandidaat:		e-mail:	
Geb. datum:		Gsm:	
Organisator evaluatie:			
Evaluator:			

De competenties die in onderstaande tabel een \* hebben, zijn competenties die aanleiding kunnen geven tot veiligheidsfouten, en waarbij een veiligheidsfout aanleiding is tot niet slagen voor de evaluatie.

Omschrijving competentie		Opmerkingen bij de evaluatie
De kandidaat:		
1A	is op de hoogte van algemene en specifieke regels van de klimlocatie.	
2A	is bekend met de moeilijkheidsgraden zoals gehanteerd bij artificiële klimstructuren.	
3A	kan het belang van de 'Check and Climb' verwoorden.	*
4A	kan de eigenschappen en inzetmogelijkheden van de te gebruiken soorten karabijnen verwoorden.	*
5A	kan de eigenschappen en zekerings-mogelijkheden van de verschillende klassen van zekeringstoestellen verwoorden: tuberachtigen, autotubers en halfautomaten	*
6A	kan de onderdelen van de zekeringsketen benoemen.	
7A	is bekend met methodes en technieken welke blessures helpen voorkomen en past deze toe tijdens het klimmen.	*
8A	is zich bewust van de risico's van klimmen in het algemeen en van het indoorklimmen specifiek, en kan risicovol gedrag erkennen, ook bij andere klimmers. Hij kent de veiligheidsregels om deze risico's te beperken.	*
9A	weet op correcte wijze professionele hulp te alarmeren.	*
10A	heeft kennis van het sportklimmen in het algemeen en het indoor-sportklimmen in het bijzonder.	
11A	onderkent angst- en stressgevoelens bij zichzelf en kan daar mee omgaan (vertrouwen in materiaal).	
12A	is bekend met de klimethische aspecten van het klimmen op artificiële klimstructuren ("fairplay").	
13A	kan de heupgordel correct aantrekken, en kent de eigenschappen en inzetmogelijkheden ervan.	*
14A	begrijpt de functie van de warming up en cooling down, en kan deze uitvoeren vóór, resp. na het klimmen.	

KLIMROUTE 1		Opmerkingen bij de evaluatie
1B	kan met behulp van een doorgestoken achtknoop het klimtouw correct met de heupgordel verbinden.	*
2B	kan alle op het klimmen voorbereidende handelingen van zijn klimpartner, op correctheid en compleetheid controleren (partnercheck).	*
3B	kan een tuberachtige naar keuze correct afgewerkt aanbrengen op het klimtouw en met behulp van een geschikte karabiner aan de heupgordel verbinden.	*
4B	kan in een toprope situatie een naklimmer op correcte wijze zekeren m.b.v. een tuberachtige naar keuze.	*
5B	kan anticiperen op mogelijke probleemsituaties bij het zekeren.	*
6B	kan in een toprope situatie een naklimmer op correcte wijze laten zakken m.b.v. een tuberachtige naar keuze.	*
7B	draagt zorg voor het juiste touwverloop, zowel bij het klimmen als bij het laten zakken.	*
8B	is bekend met de touwcommando's en kan deze op correcte wijze toepassen tijdens het zekeren/klimmen aan de klimwand.	*
9B	kan de route van een minimale hoogte van +/- 10 meter naklimmen.	*

KLIMROUTE 2		Opmerkingen bij de evaluatie
1C	kan met behulp van een dubbel beveiligde karabiner de heupgordel correct verbinden met het klimtouw.	*
2C	kan alle op het klimmen voorbereidende handelingen van zijn klimpartner, op correctheid en compleetheid controleren (partnercheck).	*
3C	de kandidaat kan een autotuber of halfautomaat naar keuze correct afgewerkt aanbrengen op het klimtouw en met behulp van een geschikte karabiner aan de heupgordel verbinden.	*
4C	kan in een toprope situatie een naklimmer op correcte wijze zekeren m.b.v. een autotuber of halfautomaat.	*
5C	kan in een toprope situatie een naklimmer op correcte wijze laten zakken m.b.v. een autotuber of halfautomaat.	*
6C	draagt zorg voor het juiste touwverloop, zowel bij het klimmen als bij het laten zakken.	*
7C	kan anticiperen op mogelijke probleemsituaties bij het zekeren.	*
8C	is bekend met de touwcommando's en kan deze op correcte wijze toepassen tijdens het zekeren/klimmen aan de klimwand.	*
9C	kan de route van een minimale hoogte van +/- 10 meter naklimmen.	*

KLIMROUTE 3		Opmerkingen bij de evaluatie
1D	kan met behulp van twee tegengesteld ingehangen schroef- of twistlockkarabiners de heupgordel correct verbinden met het klimtouw.	*
2D	kan alle op het klimmen voorbereidende handelingen van zijn klimpartner, op correctheid en compleetheid controleren (partnercheck).	*
3D	kan een toestel naar keuze (tuberachtige, autotuber of halfautomaat) correct afgewerkt aanbrengen op het klimtouw en met behulp van een geschikte karabiner aan de heupgordel verbinden.	*
4D	kan in een toprope situatie een naklimmer op correcte wijze zekeren m.b.v. een toestel naar keuze (tuberachtige, autotuber of halfautomaat).	*
5D	kan in een toprope situatie een naklimmer op correcte wijze laten zakken m.b.v. een toestel naar keuze (tuberachtige, autotuber of halfautomaat).	*
6D	draagt zorg voor het juiste touwverloop, zowel bij het klimmen als bij het laten zakken.	*
7D	kan anticiperen op mogelijke probleemsituaties bij het zekeren.	*
8D	is bekend met de touwcommando's en kan deze op correcte wijze toepassen tijdens het zekeren/klimmen aan de klimwand.	*
9D	kan de route van een minimale hoogte van +/- 10 meter naklimmen.	*

**Eindbeoordeling van de kandidaat door de evaluator:**

**Geslaagd/ Niet-geslaagd**

**Handtekening evaluator:**