



Klimmen en touwtechnieken 2^e leerjaar

Rotsklimmen

Het zekeren met een acht, halve mastworp, tube en grigri
Materiaalkennis en het juiste materiaal toepassen voor de desbetreffende activiteit
Touw uithangen op artificiële wanden
Redding technieken op artificiële wanden
Naklimmen van een 5b
Het aanleggen van een standplaats
Het aanleggen van een abseil abseilen met zekertouw, shunt, Oostenrijkse- en franse prussik
Expresse
Het aanleggen van een krachtendriehoek
Op een standplaats ombouwen van klim naar abseil
Recreatieve klimvormen
Knopen en touw opschieten
Touwcomando's
Begeleiding
Planning
Touw uithangen op de rots (klimmen en abseilen)
Standplaats maken op de rots
Ombouwen op een enkele haak
Voorklimmer zekeren
Juiste inschatting maken van zekertechnieken
Seilrolle Flaschenzug
Voorklimmen van een 5a op de rots
Topo's gebruiken
Begeleiding
Planning

Canyoning

Tijdens de opleiding doet men algemene kennis en technische vaardigheden op die de basis vormen van het canyoning. Deze niveaus zijn bedoelt voor mensen die privé willen canyoning met personen van vergelijkbaar niveau. Tevens vormen deze niveaus de basis van eigen vaardigheid voor de gids- en instructeursopleidingen.

Via Ferrata

Topo's lezen
Eigen vaardigheid AD-D
Reddingstechnieken en nazekeren

Rope rescue



Raising and lowering

- Low angle rescue system Raise / Lower
- Forces
- Components- system
- Knots
- Steep angle rescue techniques
- Team roles
- Raise systems