

# EXAMENVERLOOP

Sporttechnische proef  
Initiator Muurklimmen



# EXAMENVERLOOP

## Sporttechnische proef Initiator Sportklimmen

1. ALGEMEEN .....	2
2. OMSCHRIJVING VAN DE ONDERDELEN .....	2
3. VERLOOP VAN DE PROEF .....	2
THEORIE MATERIAAL EN TECHNIEK .....	3
KNOPEN .....	4
OMBOUW TOP-ROPE .....	4
KLIMNIVEAU .....	5
4. BEOORDELING .....	6

## **1. ALGEMEEN**

Om aan het examen te kunnen deelnemen moet elke deelnemer minimum in het bezit zijn van volgend CE gekeurde persoonlijke uitrusting:

- een enkel klimtouw
- heupgordel
- 10 zekeringssetjes
- 2 HMS schroefmusketons
- een zekeringstoestel

De deelnemer dient minimum 16 jaar te zijn op de dag van de proef. Bij het slagen in de proef krijgt de deelnemer een brevet dat maximaal twee jaar geldig is op datum. Deelnemers dienen een verzekering af te sluiten voor deelname aan de proef. Door je lid te maken bij een federatie ben je verzekerd voor deze en andere klimactiviteiten.

## **2. OMSCHRIJVING VAN DE ONDERDELEN**

Indien er meerdere uitvoeringen worden vermeld per proef heeft de deelnemer de keuze welke hij toepast. Indien de volgorde van de punten kan gewisseld worden staat dit ook specifiek vermeld.

Voor het zekeren van de voorklimmer worden (mechanische) zelfblokkerende toestellen niet toegelaten, Bij het uitvoeren van de proeven dient al het nodige materiaal aan de klimgordel te hangen. De opsomming van de D scores is niet gegarandeerd volledig.

## **3. VERLOOP VAN DE PROEF**

### **TIMING**

19U30 Ontvangst deelnemers - welkomstwoord - briefing deelnemers - Controle materiaal

19U40 Start blokken 1 en 2, blok 3 start na einde blok 1.

Einde proeven: deliberatie en mededeling uitslag aan de deelnemers.

### **BESCHRIJVING BLOKKEN**

**Blok 1:** Theorie - Knopen - Ombouw top-rope

**Blok 2:** Voorklimmen - Niveau - Zekeren voorklimmer

**Blok 3:** Deelnemers die niet slaagden in één klimroute krijgen een herkansing, zij hebben de kans om een derde 5b route te klimmen

### **DETAILOMSCHRIJVING**

#### **Blok 1:**

- De deelnemer trekt zijn theorievragen, krijgt even tijd om deze op papier voor te bereiden en legt dan zijn theorie mondeling af
- De deelnemer bindt zich in om voor te klimmen, en legt de niet gebruikte knopen op vraag van de examinerator.
- De deelnemer krijgt een omlooppunt voor top-rope aangeduid, maakt hierop een zelfzekering en bouwt om naar top-rope.

**Blok 2:**

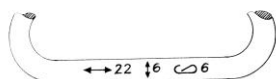
- Deze proef gebeurt op de voorziene examenroutes, de klimmer klimt zijn route en keert terug in toprope (hij laat een veiligheidsmusketon achter op de stand indien dit niet voorzien is door de zaal), op deze manier hoeft er niet omgebouwd te worden en kan alles van beneden geëxamineerd worden.

**Blok 3:**

- Deze proef gebeurt op de voorziene examenroutes, de klimmer klimt zijn route en keert terug in toprope (hij laat een veiligheidsmusketon achter op de stand indien dit niet voorzien is door de zaal), op deze manier hoeft er niet omgebouwd te worden en kan alles van beneden geëxamineerd worden.

**THEORIE MATERIAAL EN TECHNIEK**

- 1- Mondeling examen afgenomen.
- 2- Vragen komen uit onderstaande lijst. Als voorbereiding kan je de klimschoolcursus van je federatie raadplegen.
- 3- Over welke minimumuitrusting moet een beginnend klimmer beschikken om in een indoor zaal te klimmen.
- 4- Welke verschillende types van klimgordels bestaan er en welke van deze raad je een beginnende sportklimmer aan en waarom?
- 5- Welke punten verdienen je aandacht bij de aanschaf van een klimtouw? Waarop wijst je een beginner bij de aankoop van een klimtouw?
- 6- Geef de eigenschappen (voor- en nadelen) van volgende zekeringstoestellen: acht, grigri, halvemast, reverso, emmertje.
- 7- Bespreek de drie verschillende types klimtouwen
- 8- Bespreek de verschillende soorten musketons die de examinerator je toont. Geef gebruik, toepassing en eigenschappen.
- 9- Waarom moet een touw elastisch zijn?
- 10- Wat betekent de afkorting kN op een musketon? CE? Wat betekenen volgende figuren?



- 11- Wat betekent het als men zegt 'de maximale vangstoot van dit touw is 600 daN

## KNOPEN

De te kennen knopen zijn:

- achtknoop in lus
- gestoken achtknoop
- dubbele stopknoop

Alle knopen moeten correct worden gedemonstreerd. Een illustratie van alle knopen vind je hieronder.

### D SCORES =

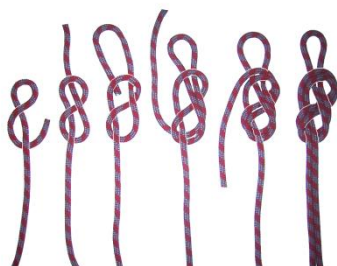
- een knoop kan niet correct worden gelegd

### **Illustratie van de knopen**

ACHTKNOOP in lus



GESTOKEN ACHTKNOOP



DUBBELE STOPKNOOP



## MOULINETTE (toprope)

Deze ombouw gebeurt op één van de volgende wijzen:

Indien de haken voldoende groot zijn:

- 1) voorklimmer maak een zelfzekering aan de relais (leeflijn: bandsling en schroefmusketon, stuk klimtouw en schroefmusketon,...)
- 2) touw dubbel door de haken steken en hierin een achtknoop leggen die men met een schroefmusketon aan de inbindlus in de gordel bevestigt
- 3) zich korter bij de stand trekken, blok vragen aan de naklimmer en de leeflijn losmaken
- 4) de originele inbindknoop losmaken
- 5) afdalen

*(de volgorde van handeling 3. en 4. mag verwisseld worden)*

Indien de haken te klein zijn in diameter:

- 1) voorklimmer maak een zelfzekering aan de relais (leeflijn: bandsling en schroefmusketon, stuk klimtouw en schroefmusketon,...)
- 2) het touw enkele meters ophalen en een achtknoop leggen die men met een schroefmusketon aan de inbindlus van de gordel bevestigt

3) de originele inbindknoop losmaken, het touw enkel door de haken steken en terug inbinden in de gordel

4) de achtknoop in de schroefmusketon aan de inbindlus losmaken

5) zich korter bij de stand trekken, blok vragen aan de naklimmer en de leeflijn losmaken

6) afdalen

### **D SCORES =**

- veiligheidsmusketons niet dichtgedraaid wanneer het systeem in werking treedt
- zekeraar heeft geen aandacht voor het gevaar van moulinette bij het laten zakken van de voorklimmer
- voorklimmer gebruikt foutieve terminologie bij het boven komen (stand/relais)

### **KLIMNIVEAU**

De klimmers moeten aantonen dat men de basistechnieken van het klimmen beheerst, door het indoor à vue voorklimmen van minimum twee van de drie routes met moeilijkheidsniveau 5b.

De routes dienen à vue te worden voorgeklommen, waarbij de setjes eigenhandig worden aangebracht. Twee van de drie routes moeten succesvol worden voorgeklommen.

Bij het voorklimmen wordt gelet op:

- correct inpikken setjes (correct touwverloop en vermijden torsie van de bandsling)
- correct hangen tussenzekeringen (afhankelijk van routeverloop)
- correct het klimtouw bevestigen in het omlooppunt aan het einde van de route (er wordt gebrieft op welke manier dit dient te gebeuren, afhankelijk van de klimzaal)
- correct klimmen (zonder te vallen, zonder zich vast te houden aan een setje, zonder in het touw te hangen, zonder andere grepen te gebruiken,...)
- veilig uit de route springen bij een eventuele voorklimmersval
- correcte touwcommando's

Bij het zekeren wordt gelet op:

- 'spotten' en dynamisch zekeren
- aandacht voor het vermijden touwspaghetti en voor het touwuiteinde
- partnercheck
- correcte touwcommando's (communicatie)

#### 4. BEOORDELING

Per onderdeel wordt elke deelnemer beoordeeld met een A, B, C of D score

Quotering	Oordeel	Verduidelijking
<b>A</b>	Zeer goed	De quotering "A" maakt duidelijk dat de deelnemer getoond heeft over meer dan de vereiste competentie te beschikken voor het betreffende onderdeel.
<b>B</b>	Voldoende (en vrijgesteld)	De examiner geeft de quotering "B" wanneer hij van oordeel is dat de deelnemer de vereiste competentie bezit. Deze quotering "B" komt niet automatisch overeen met het beheersen van de helft van de leerstof of het correct beantwoorden van de helft van de vragen.
<b>C</b>	Onvoldoende, maar delibereerbaar	De examiner geeft de quotering "C" wanneer hij van oordeel is dat de deelnemer niet beschikt over de vereiste competentie maar dat dit tekort, volgens de vooropgestelde deliberatiecriteria, gedelibereerd kan worden.
<b>D</b>	Onvoldoende en niet delibereerbaar*	De examiner geeft de quotering "D" wanneer hij van oordeel is dat de deelnemer niet beschikt over de vereiste competentie én dat dit tekort zo duidelijk is dat de deelnemer onder geen beding als geslaagd kan beoordeeld worden. Dit tekort is dus niet delibereerbaar.* D scores worden toegekend aan (zware) fouten tegen de veiligheid.

**BELANGRIJK** : indien een kandidaat een D score behaalt moet hem dit onmiddellijk gezegd worden !

Dit examenverloop is tot stand gekomen in gezamenlijk overleg tussen beide Vlaamse federaties, Natuursportvrienden en Klim en Bergsport Federatie, Hoge Scholen en Universiteiten