

# Samenvatting Regels, Richtlijnen en Aanbevelingen

## Rondom materiaalkeuze / zekeren / inbinden:

- Sinds november 2004 zijn binnen de EVI (eenheid van instructie) bij het inbinden (inbinden is het vastmaken van het touw aan de gordel van de klimmer), zowel direct als indirect inbinden toegestaan.  
De NKBV heeft weliswaar de voorkeur voor direct inbinden (het touw wordt rechtstreeks aan de gordel vastgemaakt met een gestoken achtknoop), omdat dit de enige methode van inbinden is als je verder gaat met klimmen (zoals bij voorklimmen en klimmen in de rotsen) én omdat de extra schakel in de zekerketen (een karabiner dus) een verzwakking betekent van die zekerketen.
- Sinds november 2004 kiest de NKBV voor safety-karabiners (dubbel beveiligde karabiners) voor de klimmer bij indirect inbinden. Twee tegengesteld aan de gordel bevestigde, identieke en beide vergrendelde schroefkarabiners is ook toegestaan. Over de karabinerkeuze voor de zekeraar werd in 2004 niets gezegd.
- Er mag op klimwanden gezekeerd worden met de acht, de tuber en de Grigri. Waarbij de NKBV duidelijk stelt dat de Grigri een ongeschikt zekerapparaat is voor beginnende klimmers / zekeraars, omdat het laten zakken de nodige ervaring vereist. Laten zekeren met de Grigri waarna de instructeur / docent de klimmer laat zakken kan wel en wordt in diverse klimhallen en op sommige scholen verkozen boven de tuber en de acht.
- In juni 2011 kwamen de Aanbevolen Technieken van de NKBV uit. Daarin werd vermeld dat er talloze zekerapparaten en karabiners zijn, die ze niet allemaal willen behandelen. Wel is de aanbeveling: zorg ervoor dat je verstand van zaken hebt en dat je het gezonde verstand gebruikt. Mijn gezonde verstand zegt dat voor beginnende klimmers / zekeraars (als je ervaren bent, maak je zelf eigen keuzes) het volgende geldt:
  - dat je altijd, in elke situatie bij indoor klimmen, safety-karabiners kiest.
  - dat je zo eenvoudig en eenduidig mogelijk materiaal kiest. Dat houdt o.m. in:
    - + dat je kiest voor: instructiegordels (liever dan een gewone klimgordel, want dan is er maar 1 lus voor de karabiner en geen 3),
    - + dat je kiest voor ball lock of triactlock karabiners, liever dan voor de Belay Master. Daar kan namelijk van alles bij fout gaan, zoals het klepje dat open gaat in combinatie met een tuber (dat is vooral het geval bij de eerste versie van de Belay Master waarbij je het klepje van onder naar boven kunt schuiven), of het verkeerd bevestigen aan de gordel. Hoewel een reden om toch voor de Belay Master te

kiezen kan zijn: je kunt van grotere afstand zien dat deze dicht is. Maar best vaak zie ik dat het klepje tijdens het klimmen open komt te staan.

+ voor een zo eenduidig en eenvoudig mogelijke, symmetrische tuber, zonder ongelijkheden of extra lussen of gaten. Gezond verstand betekent ook dat je ervoor zorgt dat het zekerapparaat is afgestemd op de dikte van het touw (zodat het touw niet te stroef en ook niet te soepel door de tuber loopt). Echter sinds 2013 beveelt de NKBV tubers aan met remgroeven (voor meer wrijving).

- Tot voor kort (2013) waren de acht en de tuber de 2 zekerapparaten die geschikt werden bevonden voor beginnende klimmers / zekeraars. Eind 2013 stelde de NKBV dat de acht geen geschikt zekerapparaat is vanwege een onvoldoende remwerking en voortaan een tuber(achtige) gebruikt dient te worden door beginnende klimmers (<http://www.nkbv.nl/kenniscentrum/document/NKBV+opleidingsliteratuur/124>). Gevolg is dat de acht ook niet meer hoeft (lees: niet meer mag) te worden behandeld in beginners opleidingen. De NKBV heeft de voorkeur voor een tuber met remgroeven. Het is altijd belangrijk de breedte van de sleuf of sleuven in de tuber af te stemmen op de dikte van het touw en de wrijving die het touw-omlooppunt boven aan de wand geeft (als er maar 1 haak zit, is er beduidend minder wrijving dan bij 2 haken).

Mijn redenen om de acht niet meer te gebruiken voor beginners zijn:

+ vanwege de kans dat bij de acht spontaan de ankersteek kan optreden.  
+ vanwege het mogelijk blokkeren als de acht gedraaid aan de gordel van de zekeraar is bevestigd en de 2 touwen elkaar kruisen (onderste touw boven bij klimgordels of linker touw rechts bij instructiegordels), wat veel voorkomt bij onervaren zekeraars.

+ vanwege het feit dat beide problemen bij de tuber niet optreden.

- Het is een goede gewoonte in het touw achter de zekeraar een knoop te leggen in het touw. Deze knoop heeft als functie dat bij touwen die kort zijn of als de zekeraar naar achteren loopt, de zekeraar te waarschuwen dat het touw bijna op is en dat het touw uit het zekerapparaat dreigt te glijden. Op klimwanden en in klimhallen waar indirect wordt ingebonden (met karabiner dus), zijn de achtknopen vooraf door een instructeur van de klimhal er al ingelegd. Deze mogen niet los worden gemaakt, behalve (eventueel) na overleg met het personeel. Vaak wordt in beide touweinden een (dubbele) achtknoop gemaakt. Als dat niet het geval is, kan beter niet worden gekozen voor een enkele achtknoop. Beginners zouden dan namelijk kunnen denken dat ze deze aan de karabiner moeten bevestigen. Kies dan voor de stopknoop.
- Als wordt gekozen voor de dubbele achtknoop bij indirect inbinden, moet worden opgepast als er een afbindknoopje bij de knoop wordt gelegd. Er mag tussen de

achtknoop en het afbindknoopje geen ruimte zitten. Beginnende klimmers hebben wel eens de neiging de karabiner tussen deze twee knopen te bevestigen.

### **Richtlijnen rondom lesgeven:**

- Een beginnende, maar wel gediplomeerde kliminstructeur / docent L.O. met certificaat SKBO-IT die klimles geeft, mag maximaal 3 touwgroepjes onder zijn / haar hoede hebben, waarbij een goed geïnstrueerde back-up zekeraar voor extra zekerheid zorgt. De 3 touwgroepjes moeten op ingrijpafstand en overzichtelijk naast elkaar staan. Deze regel geldt alleen als de klimwand en de groep waaraan les gegeven wordt, dit toelaat. Voor een niet gediplomeerde kliminstructeur geldt dat deze tijdens de les onder het toezicht moet staan van een gediplomeerd instructeur.
- Een beginnende kliminstructeur / docent L.O. met diploma of certificaat, mag 2 touwgroepjes onder zijn / haar hoede hebben, als zonder back-up zekeraar wordt gewerkt. De 2 touwgroepjes moeten op ingrijpafstand en overzichtelijk naast elkaar staan. Deze regel geldt alleen als de klimwand en de groep waaraan lesgegeven wordt, dit toelaat. Ook hier geldt dat niet gediplomeerde instructeurs onder direct toezicht moeten staan van een gediplomeerd instructeur.
- Een ervaren docent L.O. op het gebied van kliminstructie (met het niveau van SKBO-i.t. of hoger) mag tijdens een klimles 4 touwgroepjes onder zijn / haar hoede hebben, waarbij een goed geïnstrueerde back-up zekeraar voor extra zekerheid zorgt. De 4 touwgroepjes moeten op ingrijpafstand en overzichtelijk naast elkaar staan. Deze regel geldt alleen als de klimwand en de groep waaraan lesgegeven wordt, dit toelaat. Voor een ervaren kliminstructeur die geen docent L.O. is, geldt een maximum van 3 groepjes.
- Voor een docent L.O. zonder certificaat SKBO-i.t. op het gebied van kliminstructie zijn geen richtlijnen gegeven. Maar het lijkt gezond verstand je te houden aan geldende richtlijnen. Daar zal bij een onderzoek naar gekeken worden.
- Een opleiding die is gevolgd dient duidelijk aantoonbaar te zijn (diploma of certificaat) en op zijn minst enigszins vergelijkbaar met een certificaat SKBO-IT.

### **Rondom aansprakelijkheid:**

Het is niet verplicht een diploma te hebben om kliminstructie te verzorgen, maar wel is het zo dat een gebrek aan opleiding reden kan zijn dat een rechter de betreffende docent / instructeur aansprakelijk stelt bij een ongeluk. Vanuit het zorgvuldigheidsbeginsel wordt dan

verwijtbare nalatigheid verweten. Verder is elke gediplomeerde docent L.O. bevoegd om kliminstructie te verzorgen, maar hij of zij moet ook bekwaam zijn (voldoende aantoonbare opleiding hebben gevolgd). Overigens helpt geen enkele opleiding als de instructeur of docent een blunder maakt, zoals bijvoorbeeld een fout opgebouwde of te drukke les, onvoldoende controle op gevaarlijke situaties, het gebruik van materiaal dat niet (meer) zou mogen worden gebruikt (afgeschreven, onjuist voor de situatie of niet volgens de richtlijnen) of als de docent wegloopt van de instructie situatie.

### **Richtlijnen rondom het klimmen met kinderen:**

De NKBV hanteert hierbij leeftijdsgrenzen. Deze grenzen zijn niet absoluut, maar dienen slechts ter oriëntatie. De juiste vraag die je zou moeten stellen is niet 'vanaf welke leeftijd mogen kinderen...', maar 'vanaf welke leeftijd kunnen...'. Niet ieder kind is namelijk even geconcentreerd of heeft hetzelfde besef van verantwoordelijkheid. Houdt er rekening mee dat de meeste klimhallen een eigen huisreglement hebben wat uiteraard voorrang heeft op de aanbevelingen van de NKBV.

Leeftijdsgrenzen ter oriëntatie:

- Onder de 8 jaar kunnen kinderen onder begeleiding van volwassenen klimmen en boulderen - mits ze op de klimwand worden toegelaten.
- Vanaf 8 jaar kunnen kinderen leren zekeren of boulderen onder begeleiding van volwassenen.
- Vanaf 14 jaar kunnen kinderen zelfstandig klimmen en zekeren, mits met toestemming van de ouders/opvoeders.
- Vanaf 18 iedereen wordt geacht geheel zelfstandig te zijn en er is geen toestemming van ouders/opvoeders nodig.

Voor een uitgebreidere beschrijving, zie:

<https://www.nkbv.nl/kenniscentrum/document/Leeftijdsgrenzen+kinderen+bij+klimmen+en+zekeren/115>