

# Cursus: indoor toprope

**Start: zondag 7 september 2014**

De eerste stap in je klimcarrière maak je met het volgen van de sportklimcursus Indoor Toprope. Tijdens deze cursus in de klimhal leer je de basisprincipes van het sportklimmen. In vier lessen komen verschillende thema's aan bod waaronder: veiligheid, bewustwording van risico's, materiaal, blessurepreventie, zekeren, techniek, knopen leggen en nog veel meer.

Tijdens de laatste les wordt er een examen afgenomen. Bij een goed resultaat ontvang je het nkbt-klimvaardigheidsbewijs Indoor Toprope. Dat is een pasje met je persoonlijke gegevens. Ook ontvang je het cursusboekje Indoor Toprope waarin de belangrijkste punten uit de cursus nog eens worden samengevat.

**Instreamniveau:** -

**Uitstreamniveau:** Klimvaardigheidsbewijs Indoor Toprope: zelfstandig klimmen

**Cursusduur:** 4 lessen van 1.5 – 2 uur

**Cursusinhoud:** Het op een verantwoorde manier beoefenen van het indoor sportklimmen

**Kosten:** Euro 75,- inclusief entree, gebruik klimgordel en zekeringsmateriaal

Meld je aan via email: [info@klimcentrumalkmaar.nl](mailto:info@klimcentrumalkmaar.nl) of bel: 06-21442979 of aan de bar

