

	Вмілість	Скелелазіння
	Рівень	проба
	Дата початку здачі	
	Дата завершення	
	Прізвище, Ім'я	
Вимоги до інструктора		
Вимоги до здобувача вмілості		
☐	Пояснить що це є скелелаження/скелярство, а чим воно відрізняється від горолаження і альпіністики.	Місце для дати та підпису інструктора
☐	Вживає правильне назовництво для скелелаження.	Місце для дати та підпису інструктора
☐	Розкаже про систему оцінювання трас.	Місце для дати та підпису інструктора
☐	Вживає правильну систему зв'язку для скелелаження.	Місце для дати та підпису інструктора
☐	Знає правила безпеки та засади поведінки для скелелаження, а головню:	Місце для дати та підпису інструктора
☐	типи небезпек і як їх оминати	Місце для дати та підпису інструктора
☐	вимоги безпечної прогульки скелелаження	Місце для дати та підпису інструктора
☐	як використовувати і опікуватися линвою, стрічками, шоломами, черевиками, карабінком, альпійським поясом та приладдям до забезпечення	Місце для дати та підпису інструктора
☐	засади доброї поведінки	Місце для дати та підпису інструктора

☐		
☐	правила безпеки щодо способів скелелазіння	Місце для дати та підпису інструктора
☐	де і як шукати помічч в разі випадку	Місце для дати та підпису інструктора
☐	Розуміє яку фізичну вправність вимагає скелелазіння та продемонструє відповідні руханкові вправи до підготовки.	Місце для дати та підпису інструктора
☐	Вміє зав'язати наступні вузли та знає де їх використовувати:	Місце для дати та підпису інструктора
☐	водний	Місце для дати та підпису інструктора
☐	повторну вісімку	Місце для дати та підпису інструктора
☐	рибальський	Місце для дати та підпису інструктора
☐	подвійний рибальський	Місце для дати та підпису інструктора
☐	зашморг мунтера	Місце для дати та підпису інструктора
☐	р'ятівничу петлю	Місце для дати та підпису інструктора
☐	Відбуде одноденну прогулянку на скелю, де візьме участь в скелелазінні під опікою та за інструктажем кваліфікованого інструктора.	Місце для дати та підпису інструктора
☐	На вищезгаданій прогульці продемонструє:	Місце для дати та підпису інструктора
☐	засвоєння всіх вищезгаданих точок	Місце для дати та підпису інструктора
☐	як вбирати альпійський пояс та прив'язуватися до ланки	Місце для дати та підпису інструктора

☐	як використовувати різні опори, вирубки та зачіпки	Місце для дати та підпису інструктора
☐	способи лаження і злаження	Місце для дати та підпису інструктора
☐	як забезпечуватися	Місце для дати та підпису інструктора
☐	як робити траверз	Місце для дати та підпису інструктора
☐	як спускатися	Місце для дати та підпису інструктора