

## ALLTID KAMERATSJEKK!

Ta en god sjekk av hverandre før klatring og etter hvert taubytte.



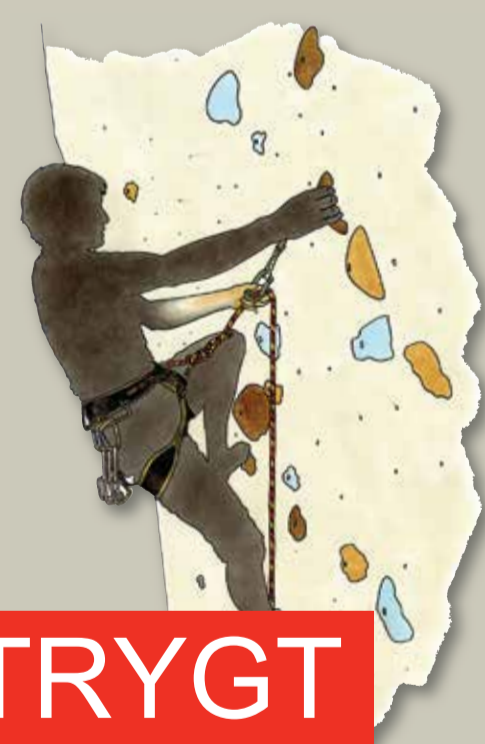
## KOMMUNISER TYDELIG!

Gi tydelige meldinger og klare svar. Alltid øyekontakt før nedfiring!



## SLIPP ALDRI BREMSEGREPET!

Alltid lukket grep rundt bremsetauet, uansett hva slags taubrems som brukes.



### LED TRYGT

- Å trekke ut mye tau er farlig lavt på veggen.
- Hold øye med faren for bakkefall.
- Legg tauet innenfra og ut gjennom karabineren.
- Unngå å få tauet bak leggen.



### VÆR SIKKER

- ...på at alt er klart før du klatrer
- ...på at sikrer er klar før du belaster tauet
- ...på at taukameraten vet hva du har tenkt å gjøre
- ...på at tauet er inne på minst to sikringspunkter ved topptauing og nedfiring



### VÆR OPPMERKSOM

- Full oppmerksomhet om den du sikrer!
- Ikke forstyrr eller la deg forstyrre under sikring.
- Ikke opphold deg der noen kan falle.
- Husk vikeplikt for klatrere over deg.

## VIS AT DU ER SIKKER!

Brattkort og Topptaukort er både ferdighetsbevis og ansvarserklæring. Alle over 13 år kan ta Brattkort eller Topptaukort ved å avlegge en ferdighetsprøve. Kortene dokumenterer at du har vist kunnskaper og sikringsferdigheter gode nok til å klatre og sikre på en trygg måte.

