技術チェックシート

【装備】

ハーネスの装着ができますか？	【　○　・　×　】

【ロープの結び方】

８の字結びができますか？	【　○　・　×　】

【トップロープ・クライミング】

トップロープのセットができますか？	【　○　・　×　】
トップロープのビレイ実践（経験）がありますか？	【　○　・　×　】
ホールドが回転した場合、締付け直せますか？	【　○　・　×　】
トップロープ・クライミングの実践（経験）がありますか？	【　○　・　×　】
トップロープ・クライミングのコールを知っていますか？	【　○　・　×　】

【リード・クライミング】

クリップができますか？	【　○　・　×　】
リード・クライミングの実践（経験）がありますか？	【　○　・　×　】
安全な墜落態勢の知識があり、実践ができますか？	【　○　・　×　】
リード・クライミングのコールを知っていますか？	【　○　・　×　】
リードのビレイができますか？	【　○　・　×　】
オンサイト	【　　】
レッドポイント	【　　】

【ボルダリング】

オンサイト	【　　】
レッドポイント	【　　】

※文章中の経験とは、安全に対し十分な理解がある範囲の実践経験をいう。

上記のとおり習得していますので、誓約書とともに提出します。

令和　　年　　月　　日

住　所 ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

氏　名 ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿