



فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی

کمیته صعودهای ورزشی

کاربرگ ثبت نتایج کارگاه حمایت صعودهای ورزشی



تاریخ برگزاری دوره: محل برگزاری دوره: باشگاه میزبان: شهر / استان برگزاری دوره:

ردیف	نام و نام خانوادگی	رشته کردن طناب		گره انتهای طناب	درست انداختن ابزار	چک کردن صعود کننده		حمایت بدنی	حمایت استاتیکی		حمایت دینامیک	عکس العمل حمایتچی		طناب دادن		پایین دادن صعود کننده		خطای بزرگ	غیر قفل شونده	قفل شونده	وضعیت
		۱	۱		۱	۱	۱		۴	۴		۳	۳	۴	۴	۱	۱				
۱																					
۲																					
۳																					
۴																					
۵																					
۶																					
۷																					
۸																					
۹																					
۱۰																					
۱۱																					
۱۲																					

انواع خطای بزرگ: (۱) رها کردن دست ترمز (۲) زمین زدن صعود کننده (۳) اشتباه انداختن طناب حمایت و ابزار

نام و نام خانوادگی مربی:

تاریخ و امضا

نام و نام خانوادگی مدرس:

تاریخ و امضا