



فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی

کمیته صعودهای ورزشی



کاربرگ ثبت نتایج دوره مبانی حمایت در سالن های سنگ نوردی

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

ردیف	نام و نام خانوادگی	رشته کردن	گره انتهایی	درست	چک کردن	حمایت	حمایت	حمایت	عکسالعمل	طناب دادن	پایین دادن	خطای بزرگ	نمره	وضعیت
		طناب	طناب	انداختن ابزار	صعود کننده	بدنی	استاتیک	دینامیک	حمایتچی	۴	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:
نام و نام خانوادگی مدرس:
تاریخ و امضا

نام و نام خانوادگی مربی:
نام و نام خانوادگی مدرس:
تاریخ و امضا