

Bouldering

Klättring är farligt!

Otillräcklig kunskap och färdighet innebär risk för skada eller för ditt och andras liv.

Utbilda dig!

På en klätterkurs med en behörig instruktör lär du dig korrekta metoder.



Var uppmärksam

Stå aldrig under någon som bouldrar. Titta alltid uppåt när du går runt hörn och liknande.



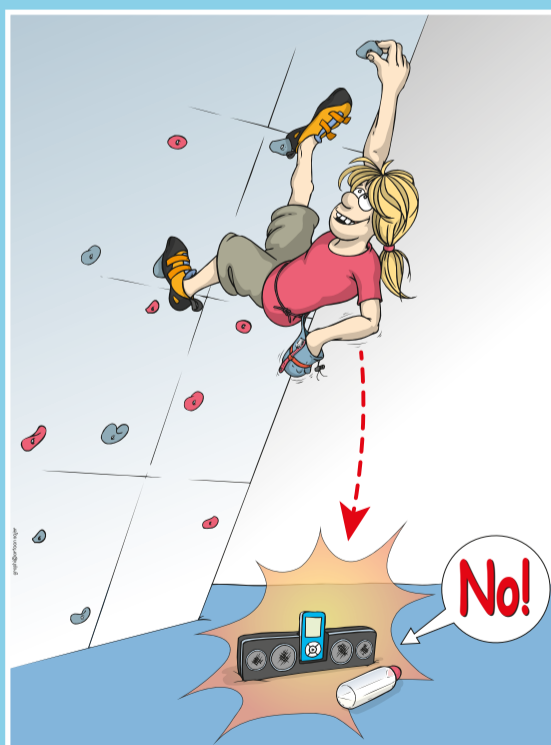
Landa på fötterna

Chansa aldrig mot ett grepp när du är högt uppe så du riskerar att falla okontrollerat. Klättra ner så långt du kan för att minska fallhöjden vid nedhopp.



Lämna företräde

Klättra aldrig under någon. Klättrare på väggen har alltid företräde.



Håll mattorna fria från föremål

Lämna aldrig utrustning på mattorna. Ta av dig selen när du bouldrar.



Spotta varandra

Inomhus är spottarens främsta uppgift att hålla landningszonen fri.



Håll uppsikt över barnen

Bouldermattorna ska aldrig användas som lekplats.