

# Partnercheck (PC)

ASVZ

## Beim Kletternden

- Gurt
- Anseilpunkt
- Knoten

## Gemeinsam

- Gewichtsunterschied inkl. Massnahmen
- Systemcheck Toprope

## Beim Sichernden

- Gurt
- Karabiner
- Sicherungsgerät
- Bremsband
- Seilende

**Der Partnercheck ist deine Lebensversicherung und er wird wichtiger, je routinierter du bist!**

## Glossary

**Gurt** – Oberhalb Becken, nichts verdreht, korrekt und vollständig geschlossen

**Anseilpunkt** – Seil geht durch beide Anseilschlaufen (Hüft und Beine)

**Knoten** – 8er korrekt geknüpft, 2er Regel

**Karabiner** – Korrekt angebracht (Sicherungsring) und geschlossen

**Sicherungsgerät** – Seil korrekt im Gerät eingelegt?

**Bremshand** – Frage: «Wo ist deine Bremshand?»

**Seilende** – Am Seilsack angebracht oder Knoten drin

## Tipps

Wenn du ein Sicherungsgerät nicht kennst, lass es dir vom Sichernden erklären. So siehst du, ob er das Gerät versteht und beherrscht.

Egal wie routiniert dein Sicherungspartner ist, du musst dich anhand des PC versichern, dass alles korrekt eingehängt und alle Sicherheitsvorkehrungen getroffen worden sind.

**Den Partnercheck musst du vor jeder Route neu machen!**