



Leuk! Je hebt een activiteit bij Neoliet geboekt. Wat moet je weten?

INTRODUCTIELES, WORKSHOP OF CLINIC

Praktische informatie:

Bij BolderStart zal onze instructeur je een uur begeleiden. De instructeur zal jou en je boulderpartners leren hoe je veilig kan boulderen en afspringen. Na dit uur mag je lekker zelf verder boulderen.

Nog een leuk extraatje:

Als je je op de dag van je introductieles (BolderStart) inschrijft voor de beginnerscursus BolderBasis krijg je 50% korting op deze cursus!

Deelnemers jonger dan 12 jaar?

Onder de 12 jaar is 1 volwassene nodig die de kinderen 1 op 1 begeleidt en toezicht houdt.

BOLDERSTART-GROEPSKENNISMAKINGSLES

Praktische informatie:

Deze groepskenismakingsles is inhoudelijk hetzelfde als de introductieles. Het enige verschil is dat de instructeur tijdens deze les voor meerdere mensen tegelijk aanwezig is op een vaste dag en tijd. Een groepsles dus. Hierdoor kunnen wij deze kennismakingsles gratis aanbieden. Je betaalt dan alleen entreekosten.

Jeugd onder de 12 jaar kan helaas niet meedoen aan deze kennismakingsles.

OOK NOG BELANGRIJK OM TE WETEN

Kleding tijdens de activiteit:

Wij adviseren om sportkleding aan te trekken. In de winter zijn een lange broek en lange mouwen prettig, omdat het fris kan zijn in de hal. Een makkelijk aan en uit te trekken trui of vestje is altijd handig tijdens het boulderen. Indien je geen klmschoenen wilt lenen/huren is het verplicht op sportschoenen met een stevige en schone (!) zool te boulderen. Sieraden moeten tijdens de activiteit af.

Nog een leuk extraatje:

Als je je op de dag van je les inschrijft voor de beginnerscursus (BolderBasis), krijg je 50% korting op deze cursus!

Betalen:

Let op! Je kunt alleen met PIN betalen. Maak je gebruik van een voucher of waardebon? Neem dan altijd de geprinte versie mee. Deze moet ingeleverd worden bij de balie. Afbeeldingen, codes e.d. op telefoons kunnen wij helaas niet accepteren.

Wijzigen / annuleren van de activiteit:

Wijzigingen van enkele deelnemers kan tot twee dagen voor de boeking. Worden het er veel meer of veel minder? Dan horen we dat graag vijf dagen van te voren omdat we dan een extra instructeur moeten inzetten of moeten afzeggen.

Annuleren van een deel of het gehele arrangement kan zonder kosten tot vijf dagen van te voren, anders zijn wij genoodzaakt het bedrag in rekening te brengen.

AKKOORD HUISREGELS EN VOORWAARDEN

Met het boeken van deze activiteit ben je akkoord gegaan met onze huisregels, veiligheidsinstructies en algemene voorwaarden. Deze zijn los verkrijgbaar aan de balie, op de muur, meegeleverd bij je boeking en op de website te vinden. Je dient zelf alle deelnemers van jouw boeking op de hoogte te stellen. Deelnemers moeten zich realiseren dat tijdens de les verantwoordelijkheid op hen wordt overgedragen. Deelnemers zijn zelf verantwoordelijk voor de eigen veiligheid en zich bewust van de risico's die de klmsport met zich mee kan brengen.

De allerbelangrijkste veiligheidsregels/veiligheidsinstructies, die je ook leert tijdens de les, hebben we alvast voor je op de achterzijde gezet. Lees ze alvast door.

Mochten er nog vragen zijn, dan horen wij dat graag.

Wij wensen je veel plezier! Meer informatie op www.neoliet.nl.



VEILIGHEIDSIINSTRUCTIE

voor bezoekers die zelfstandig of met begeleiding willen boulderen

BoulderRegels!

Je bent zelf verantwoordelijk voor jouw eigen veiligheid én die van anderen. Hanteer dus de boulderregels. Volg aanwijzingen van het Neoliet Team op. Veel plezier!

1. Let op je omgeving.

- houd afstand van anderen, min. 1,5 m links/rechts op de wand en 2,5 m achter
- zorg dat de mat leeg is van poetsborstels, pofzakken, schoenen etc.
- zorg dat je niet over de mat loopt waar andere klimmers aan het boulderen zijn

2. Let op je uitrusting.

- beweeglijke kleding en broek over de knie
- geen sieraden of andere overbodige materialen
- schone sportschoenen



3. Gedrag mag niet storen.

- luidruchtig gedrag, schreeuwen, rennen, slidings e.d. zijn niet toegestaan
- boulderen onder invloed van alcohol of drugs is niet toegestaan

4. Ben je fit genoeg?

- besef dat boulderen sterk belastend is voor gewrichten
- boulder op het niveau dat bij je past
- rugklachten en hoge bloeddruk kunnen verergeren bij deelname aan deze sport
- minimaliseer de impact door af te klimmen
- check bij de huisarts of het verantwoord is voor jou om bij ons te boulderen

5. Val veilig!

- besteed aandacht aan de techniek van het vallen
- vang je val dynamisch op door in te veren of door te rollen
- let erop dat je benen licht gebogen zijn en je knieën niet op slot
- warm je benen op voordat je gaat klimmen
- we raden af om indoor te spotten bij beginnende boulderaars

6. Volg een introles als je twijfelt.

7. Alleen toegang na ondertekening veiligheidsinstructie.



ToelatingsRegels!

Klimmen is een risicosport. Je bent zelf verantwoordelijk voor jouw eigen veiligheid én die van anderen. Hanteer dus samen de toelatingsregels!

Alleen toegang na ondertekening huisregels en veiligheidsinstructies.

Volwassen boulderaars

= ondertekening veiligheidsinstructie/huisregels of introles en ondertekening

Minderjarige boulderaars

- minderjarig < 8 jaar

= op bepaalde tijden + begeleiding

of introles + ondertekening

- minderjarig 8 - 12 jaar

= begeleiding volwassenen + ondertekening

of introles + ondertekening

- minderjarig > 12 jaar

= ondertekening veiligheidsinstructie/huisregels of introles en ondertekening



BegeleidingsRegels!

Klimmen is een risicosport. Je bent zelf verantwoordelijk voor jouw eigen veiligheid én die van de kinderen die jij begeleidt. Hanteer dus samen de begeleidingsregels!

Alleen toegang na ondertekening huisregels en veiligheidsinstructies.

Begeleiding kinderen < 12 jaar

= volwassen + ondertekening

* kind mag boulderen

* check omgeving e.d. voor elke boulder door begeleider

* begeleider blijft bij het kind

* begeleiding is verantwoordelijk

Volg de aanwijzingen van het Neoliet Team op en hanteer de huisregels en veiligheidsinstructies. Veel plezier!

