

## Handleiding en tips Monkeys

Om plezier te hebben met klimmen, boulderen, trainen of avontuur met de Monkeys, hebben we hieronder enkele tips verzameld. Uw eigen creativiteit moet natuurlijk ook tot zijn recht komen en daarom zijn wij blij met uw eigen tips die de 'fun factor' van de Monkeys nog verder vergroten en verbeteren.

### Vorbereiding

Kies voor de verschillende grepen de bijbehorende boutlengte. Er mag geen schroefdraad aan de achterzijde van de Monkey uitsteken. De klimgrepen kunnen het best thuis al op de Monkeys geschroefd worden. Positioneer de greep zo, dat hij het beste vast te houden is.

### Boomkeuze

Verzeker u er vooraf van dat het toegestaan is in de bomen klimmen. Indien niet bekend is wie de bezitter van de bomen is, kan Staatsbosbeheer u waarschijnlijk verder helpen. De dikste bomen zijn meestal het meest stabiel. Voor beginners kan het beste gekozen worden voor rechte bomen met zo min mogelijk takken en twijgjes. Als u met uw armen om de boom kan, kunt u gemakkelijk de spanband er om heen leggen. Verwijder alle voorwerpen die gevaar op kunnen leveren. Denk er ook aan dat dichtbijstaande bomen verwondingen aan het hoofd kunnen veroorzaken.

### Spanband leggen

Span de spanband zo strak aan, dat hij nog zo'n 5 centimeter van de bast af te trekken is.

### Monkeys bevestigen

Houdt de Monkey bij het onderste gedeelte vast en schuif hem van onder achter de naar voren getrokken spanband. Plaats de band in de bovenste inkeping. We raden aan om twee Monkeys per spanband te gebruiken. Na het in hangen van 1-3 Monkeys in een spanband, schuift u ze op de gewenste positie en trekt u de spanband met de hand maximaal aan. Hierbij is het belangrijk de spanband recht om de boom te hangen. Bij het aantrekken van de spanband, is het het makkelijkst om het uiteinde om een hand te draaien en met de andere hand het klemmechanisme in te drukken. Vervolgens de band krachtig aanspannen en het klemmechanisme op tijd loslaten. De afstand tot de volgende spanband wordt bepaald door de gewenste trede-afstand: ongeveer 25-55 centimeter, afhankelijk van de lichaamslengte en niveau. Indien de Monkey op een bepaalde plaats (bijvoorbeeld bij een gladde bast of een overhangende boom) niet vast genoeg zit, kan een tweede spanband bevestigd worden in het onderste gedeelte van de Monkey (optioneel). Als de boom te dik is, kunnen twee spanbanden aan elkaar gemaakt worden of voor een langere spanband gekozen worden.

### Voettreden

Gebruik geen klimgrepen voor de voeten, maar het sta-vlak van de Monkey. Hierdoor blijven de grepen schoon. Gebruik onderin de Monkeys met de minst belangrijke grepen. We raden stevige schoenen met een stabiele zool aan.

## Tot drie meter

Wanneer de bovenste spanband op borsthoogte met Monkeys is bevestigd, kun je met een truc verder. Als je maximaal tot een hoogte van drie meter gaat, is het voldoende om een spanband om uw buik te spannen en hierin een karabiner te hangen. Klim vervolgens op de Monkeys omhoog en hang de karabiner in de bovenste spanband naast de Monkey. Nu heeft u uw handen vrij om de volgende spanband om de boom te bevestigen. Wanneer al het materiaal aan de boom bevestigd is, kan met het touwvrije boulderen begonnen worden. Om het risico op ongelukken te minimaliseren, raden we nadrukkelijk het gebruik van een goede valbrekende mat (crashpad) aan.

## Hoger dan drie meter

Vanaf hier gelden de richtlijnen van de klimsport. Houd u aan de veiligheidsbepalingen. Een goedpassende klimgordel, gecertificeerde karabiner, touw en helm zijn er voor de eigen veiligheid en voor die van de klimpartner. Er moet afgezekerd worden met een genaaide bandslinge (ankersteek) en karabiners. Om de boom op een gemakkelijke, functionele manier in te richten, kunt u gebruik maken van de opbergzak. Hierin kunnen de Monkeys, inbussleutel en eventueel een snoeischaar of kleine zaag opgeborgen worden. Deze opbergzak wordt met een karabiner aan de bovenste spanband gehangen, waardoor je de gewenste grepen gemakkelijk kan uitzoeken. Tip: voor het overhangen naar de volgende spanband, zit er een 70 cm lange band met een tweede karabiner. Net zoals bij klettersteigen, wordt de opbergzak zo naar boven gezekerd. Om de uitgerolde spanbanden kan een kurzprusik (ankersteek) gehangen worden; het geheel wordt met een karabiner aan de opbergzak gehangen.

## Enkele belangrijke punten

- Monkeys inhangen vergt training, kennis en vaardigheid. Dit dient alleen gedaan te worden door bekwame personen of onder begeleiding van een instructeur.
- Zonder extra klimspecifieke afzekering is het gebruik van Monkeys alleen tot een hoogte van drie meter toegestaan.
- Er moet in elk geval een crashpad (valbrekende mat) gebruikt worden om eventuele verwondingen te voorkomen.
- De persoonlijke klimuitrusting ondergaat slijtage en moet voortdurend gecontroleerd en zo nodig vervangen worden.
- Hoger dan drie meter: met betrekking tot het partner zekeren, abseilen enzovoort gelden de gebruikelijke regels van de klimsport.
- Bij het afbreken is het belangrijk de spanband goed vast te houden bij het losse uiteinde voordat je de klem los maakt. Hoewel de Monkeys een glijbeveiliging hebben, kan het onder ongunstige omstandigheden (zware grepen, niet subtiel loslaten) voorkomen dat het te veel van de remwerking vraagt. Als alternatief is het ook mogelijk de spanbanden los te maken tot vlak bij het uiteinde van band en de spanband dan met Monkeys er aan naar beneden te laten glijden. Tijdens het afbreken mag niemand onder de bomen komen. Klimhelmen zijn ook hier om aan te bevelen.
- Laat je de Monkeys enkele dagen in een boom hangen, dan moet de boom ontlast worden door bij het afklimmen of abseilen de Monkeys ongeveer drie centimeter omhoog te duwen.
- Om de Monkeys en grepen mooi te houden, is het aan te bevelen ze na gebruik apart te verpakken.

Wij zijn niet aansprakelijk voor ongevallen die door het gebruik van Monkey gebeuren. Wij wensen je veel plezier bij het gebruik van de Monkeys!