

課程大綱

課程目的:

- 1、認識攀樹運動
- 2、了解攀樹器材及如何維護
- 3、能夠獨自架設攀樹系統
- 4、熟悉基礎攀樹技巧
- 5、實習並運用

課程內容:

- 1、認識攀樹運動
- 2、環境及樹木風險評估
- 3、攀樹裝備介紹及使用，說明 ANSI Z133.1 規範
- 4、攀樹常用繩結
- 5、如何拋繩
- 6、攀樹系統架設
- 7、如何上攀(M.B.T.，手腳推進法)及下降
- 8、器材回收及保養
- 9、其他注意事項
- 10、測驗 & 實習