

**Het uithangen van een terugtrekbare looplijn | Canyoning introductie – Les 4 - Looplijnen**

<b>Waarom?</b>	Een looplijn gebruik je om veilig bij je standplaats te kunnen komen
<b>Optie 1</b>	De looplijn en de abseil uithangen met twee aparte touwen. Begin in dit geval met de bovenkant van beide touwen (beide opties hebben hetzelfde stappenplan)
<b>Optie 2</b>	De looplijn en de abseil uithangen met hetzelfde touw. Begin in dit geval de looplijn met de onderkant van het touw. (beide opties hebben hetzelfde stappenplan)
<b>Stap 1</b>	Pak de touw uit de tas
<b>Stap 2</b>	Doe het touw door de maillons, ringen of ronde haken (denk hierbij om de terugtrekrichting)
<b>Stap 3</b>	Maak een dubbele achtknoop aan het uiteinde van het touw
<b>Stap 4</b>	Maak de dubbele achtknoop met een karabiner vast aan je belay lus, schroef de karabiner dicht
<b>Stap 5</b>	Bind jezelf nu speedrope in aan de kant van de tas, draai de karabiner dicht
<b>Stap 6</b>	Voordat je begint check je of er een goede stopknoop in de onderkant van het touw zit
<b>Stap 7</b>	Je doet een veiligheidscheck en je kijkt of je klaar bent om te gaan
<b>Stap 8</b>	Zeker jezelf naar het volgende ankerpunt toe
<b>Stap 9</b>	Passeer tussenpunten door een karabiner in het tussenpunt te hangen en vervolgens beide touwen daar in te klikken (denk hierbij om het touwverloop)
<b>Aanvulling</b>	Laat bij het inklikken van tussenpunten nooit het touw los. Als je twee handen nodig hebt bind dan altijd je afdaalapparaat af. Ook als je gebruik maakt van je leeflijn bij het klikken van je tussenpunt
<b>Stap 10</b>	Check je ankerpunt en verbind je ankerpunt eventueel door met een SAR
<b>Stap 11</b>	Als je geen SAR gebruikt, plaats dan een werkkarabiner in je ankerpunt
<b>Stap 12</b>	Maak jezelf vervolgens vast met je leeflijn
<b>Stap 13</b>	Daal vervolgens verder af op je looplijn
<b>Stap 14</b>	Je hangt nu in je zelfzekering, maak de karabiner met de achtknoop los van je gordel en hang deze in de werkkarabiner
<b>Stap 15</b>	Haal vervolgens ook het touw uit je afdaalapparaat, kijk hoe strak je de looplijn wilt hebben en maak vervolgens een hele mastworp en hang dit in de karabiner met de dubbele achtknoop. Schroef de karabiner dicht
<b>Stap 16</b>	Hang de tas zo weg dat niemand zich perongeluk op het verkeerde touw van de looplijn kan inklikken
<b>Stap 17</b>	Je looplijn is klaar je kan nu beginnen met het bouwen van je abseil
<b>Veiligheid</b>	Altijd controleer je ankerpunten en verbind haken door indien nodig
<b>Veiligheid</b>	Voor je veiligheidschecks uit

<b>Voordelen</b>	<b>Nadelen</b>
+ Je kan deze looplijn alleen uithangen	- Je hebt maar 1 hand vrij tijdens het uithangen
+ Je kan deze looplijn makkelijk vanaf je anker terugtrekken	- Je hebt 2x de touwlengte nodig van de looplijn
+ de looplijn is simpel en efficiënt	- Je hebt soms vrij veel wrijving, vooral bij lange vlakke looplijnen met meerdere tussenpunten