

1.



2.



3.



4.



Achtknoop.

Thuis oefenen? Ga naar www.reddingsbotenwijdenees.nl

1.



2.



3.



4.



5.



6.



7.



8.



Hielingknoop.

Thuis oefenen? Ga naar www.reddingsbotenwijdenees.nl

1.



2.



3.



4.



5.



6.



7.



8.



9.



10.



Paalsteek.

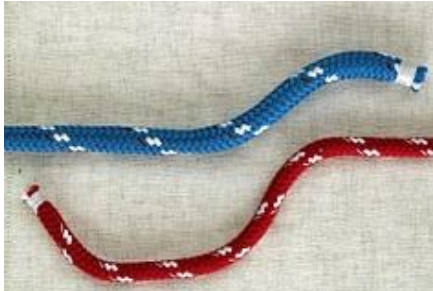
Thuis oefenen? Ga naar www.reddingsbotenwijdenees.nl



Platte knoop.

Thuis oefenen? Ga naar www.reddingsbotenwijdene.nl

1.



2.



3.



4.



5.



6.

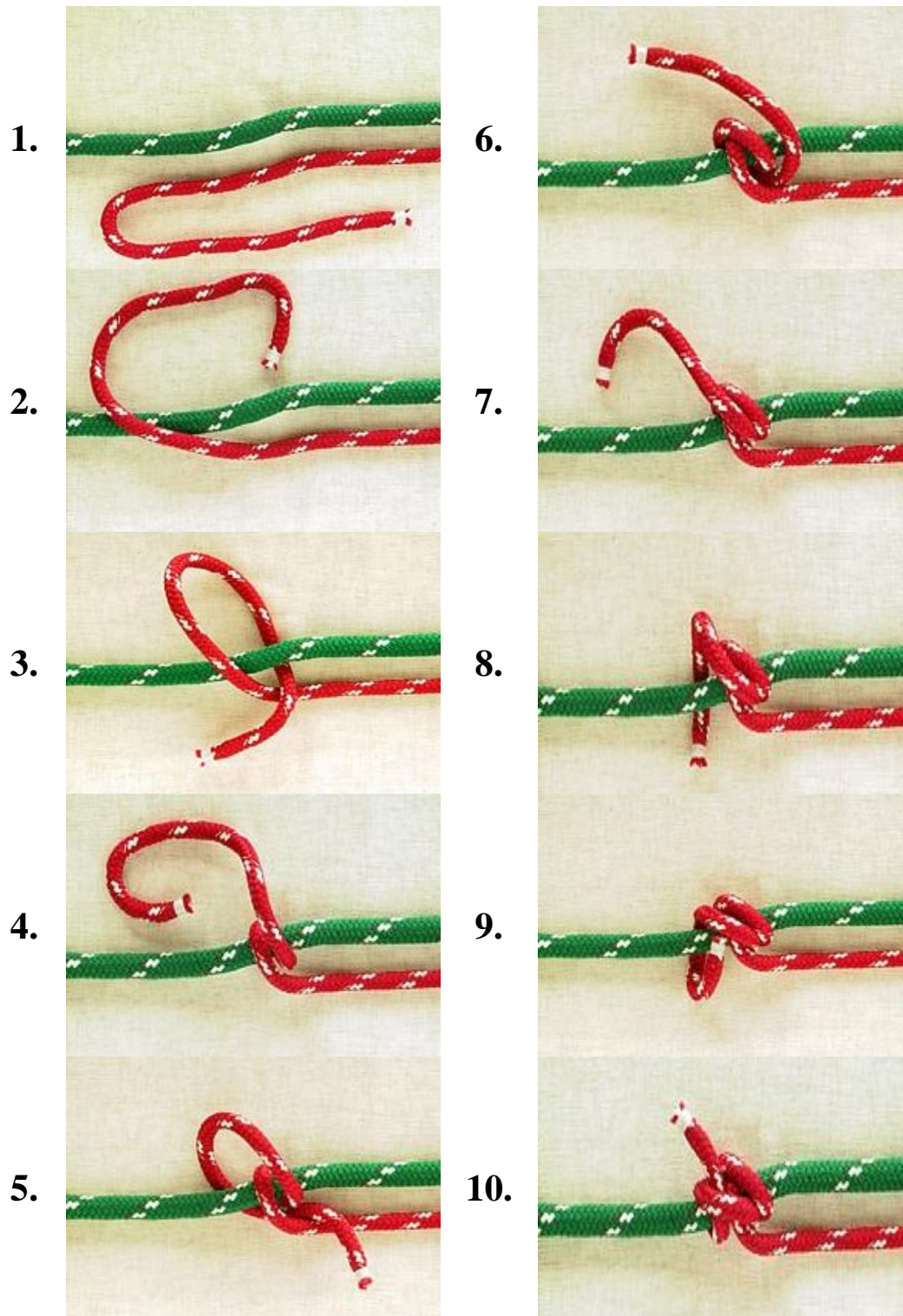


7.



Schootsteek.

Thuis oefenen? Ga naar www.reddingsbotenwijdene.nl



Schuifknoop.

Thuis oefenen? Ga naar www.reddingsbotenwijdene.nl