

Svenska Klätterförbundets norm för

# EXAMINERANDE KURS KLÄTTERLEDARE UTOMHUS

Gällande fr o m 2017



Svenska  
Klätterförbundet

---

Utbildning





# EXAMINERANDE KURS KLÄTTERLEDARE UTOMHUS

Nedan följer Svenska Klätterförbundets officiella kurs- och examinationsnorm för klätterledare utomhus. Normen är utarbetad av SKF:s Utbildningskommitté och Säkerhetskommitté och är den miniminivå som SKF:s lokalklubbar och övriga kursarrangörer uppmanas att följa på sina klätterledarkurser. Kurser med lägre nivå får inte kallas klätterledarkurs och får inte ge intryck av att ge en utbildning motsvarande den som här specificeras.

Lokalklubbarna och utbildningskommittén har länge märkt ett behov av en kurs som täcker de moment och krav gällande säkerhet som konsumentverket ställer på ledare/instruktörer inom utomhusklättring. Denna utbildning är tänkt som ett underlag för att underlätta för klubbarna att bedriva utomhusklättring med topprep i fasta förankringar på ett säkert sätt.

Under kursen kontrolleras färdighetsnivån och förståelsen för de moment som är kravet för att bli godkänd klätterledare. Kursledaren gör under kursen en formativ bedömning av aspiranten och kommunicerar ständigt med aspiranten vad denne behöver stöd och hjälp med.

Om aspiranten har för låga förkunskapskrav eller inte bedöms hinna med de moment som ingår i kursen rekommenderas att kursledaren förstärker och befäster den kompetens som finns hos aspiranten samt förbereder aspiranten vad som behöver göras om vid senare tillfälle. Se bilagan för de moment klätterledaren ska behärska och den auktoriserade instruktören kontrollera.

Denna norm vänder sig till verksamhet som bedrivs inom lokala klätterklubbar anslutna till SKF samt centralt anordnade utbildningar av SKF:s olika kommittéer. Vid kommersiella klätterutfärder är det upp till var ansvarig anordnare att använda sig av person med relevant kompetens i den terräng man ska verka i och att tillhandahålla egen ansvarsförsäkring och kunders olycksfallsförsäkring.

## Målsättning

- Kursen ska introducera och förbereda klätterledaren för uppgiften att verka som ledare vid klubbarrangerade klättringar utomhus på klubbens hemmaklippor.
- Kursen ska ge klätterledaren en introduktion till tekniker och metoder för effektiv och säker riggning av topprep och topprepsklättring utomhus i fasta förankringar vilka definieras senare i dokumentet.
- Kursen ska verka som en försäkran om att klätterledaren uppbär tillräcklig kompetens och kunskapsbas för att verka som klätterledare vid klubbarrangerade klätterutfärder utomhus till välkända klätterklippor i den nära geografiska regionen.



- Kursen ska också kunna fungera som ett led i klätterledarens utbildning mot en kommande auktorisering, inomhus, sport eller hjälpinstruktör klippa.

## Generella krav

**BENÄMNING:** Klätterledare utomhus, examinerande kurs.

**KURSENS VARAKTIGHET:** Kursens varaktighet kan variera beroende på aspiranternas förkunskaper. Vid goda förkunskaper är 8 timmars praktik en god riktlinje. Vid otillräcklig/bristande kunskap är två dagars praktik ett riktmärke.

Kursen innehåller praktiska moment med instruktör samt självstudier av angiven kurslitteratur innan kurstillfället.

**ELEV/INSTRUKTÖR:** Kursens upplägg kommer att variera beroende på kursdeltagarens förkunskaper. Rekommenderat max sex elever per instruktör.

**SÄKERHET:** Instruktören ska genom framförhållning och uppmärksamhet sätta elevernas, egen och omgivningens säkerhet som främsta prioritet. Instruktören ska föregå med gott exempel och därför i likhet med eleverna använda hjälm och skyddshandskar då situationen påkallar detta under kursen. Säkerhetsutrustning (PPE<sup>1</sup>) använd i samband med kursen ska vara CE-godkänd och ha genomgått periodisk kontroll av kompetent person.

**INSTRUKTÖRSBEHÖRIGHET:** Kursen får hållas av auktoriserad klippklätterinstruktör eller sportklätterinstruktör med aktiv licens.

**KUNSKAPSKONTROLL:** Kursledaren måste kontrollera att klätterledaren är godkänd i samtliga kompetensmoment. Denna kontroll ska ske formativt<sup>2</sup> under utbildningen.

Om aspiranten inte uppvisar de kunskaper som krävs för att bli godkänd ska kursledare informera aspiranten vad denne behöver träna på och diskutera nytt kursdatum.

Efter kursen skriver auktoriserad instruktör kursintyg till klätterledaren samt rapporterar godkänd klätterledare till SKF:s kansli där den nya klätterledaren registreras. Instruktören har rapporteringsskyldighet till SKF enligt bifogad blankett.

## Förkrav på aspiranten

- Aspiranten ska vid kurstillfället ha fyllt 18 år.
- Aspiranten ska vara medlem i klätterklubb ansluten till SKF.

---

<sup>1</sup> PPE Personal Protective Equipment.

<sup>2</sup> Formativbedömning avser att under utbildning/kurs får aspiranten kunskaper, fakta och systemtankar som ska leda till förståelse för utbildningens helhet och delar. Formativt arbetssätt möjliggör för aspiranten att genom reflektion, feedback och samtal (med instruktören) klar kursen framgångsrikt.



- Aspiranten ska ha klättrat aktivt utomhus under minst ett år.
- Aspiranten ska ha genomgått auktoriserad grundkurs i klippklättring eller sportklättring eller kunna uppvisa motsvarande kompetens erhållen på annat sätt.
- Aspiranten ska innan kursen ha grönt kort.
- Aspiranten ska ha kunskap i första hjälpen motsvarande HLR.

## Klätterledarens befogenheter efter godkänd kurs

- Planera och genomföra klubbutfärd till **lokala**<sup>3</sup> klippor i icke alpin terräng<sup>4</sup>. Vid behov och då tveksamhet råder kontakta auktoriserad klippklätterinstruktör för handledning.
- Upprätta och underhålla en risk & krisplan för klipporna som hen rör sig vid.
- Säkra sig själv under riggning på ett sådant sätt att fallolyckor undviks helt.
- Rigga topprep i fasta formationer och fasta förankringar så som träd och olika typer av borr/lim bultade ankare<sup>5</sup>.
- I samband med riggning av topprep själv kunna fira sig ned från fasta formationer eller fasta förankringar till bultat sportklätterankare under klippkant.
- Hjälpa nybörjare och barn att knyta in sig och ta på sig selen korrekt.
- Säkra nybörjare vid topprepsklättring utomhus.
- Hantera och förebygga incidenter med barn och vuxna som inte vill bli nedfirade under topprepsklättring.

## Kursmoment

### Lokalkännedom, access, planering och riskbedömning.

Kursen ska hållas vid klätterledarens hemmaklippor, där denna ska kunna verka efter genomförd kurs.

*Egen färdighet:*

- Kännedom om det lokala klätterområdet som klubben verkar i och vilka klätterförare det finns att tillgå.

<sup>3</sup> Klätterklippa som klätterledare är väl bekant med och har besökt fler än en gång och eller klätterklippa där denna utbildning sker.

<sup>4</sup> Icke alpin terräng avser samma terräng som sportklätterinstruktör verkar i.

<sup>5</sup> Dock ej pitonger eller så kallade slagbult; klippbult som appliceras med hammare i sprickor.



- Upprätta anhörig och deltagarlista. Sörja för att erforderligt försat hjälpenmateriel medtages.
- Kunskap om access, vett och etikett vid klippan, parkering, skräp, avföring samt allemansrätt.
- Riskbedömning med åtgärdsplan inför klätterutfärd.

## Kommandon

### *Lära ut:*

- Kommandon enligt den "svenska modellen", se "Stora boken om klättring" av Nils "Bobo" Gustavsson.

## Utrustning och knutar

### *Egen färdighet:*

- Kännedom om hur sittsele och helkroppssele för barn fungerar, samt varför små barn ska använda sittsele och bröstsele i kombination eller helkroppssele. Klätterledaren ska kunna hantera och hjälpa nybörjare med sittsele med spännen av autoblock karaktär samt sele med spänne av traditionell karaktär där spännen måste träs tillbaka. Klätterledaren ska också vara behjälplig i att ta på dessa typer av selar på nybörjare.
- Förtrogenhet med hur hjälm och handskar används. Kunna hantera repbroms av standardkaraktär, hjälplåsande broms samt repklämma med handtag.
- Kännedom om olika typer av klätterskor och hur krita används.
- Kunskap om dynamiska klätterrep, hållfasthet, livslängd, slitage, hantering och hur rep coils samt repmatta eller motsvarande.
- Kunskap om användning av sydda slingor i olika längder, statiskt rep i olika längder olika typer av skruvkarbiner samt expresslingor.
- Följande knutar: inknytning med dubbelåtta, dubbelåttaögla, erforderlig stoppknut, överhandsknut, dubbel överhandsknut, dubbelt halvslag, dubbel fiskarknut samt fransk prusik.

## Ankarbygge

### *Egen färdighet:*

- Sörja för egen säkerhet på klippkant där fallrisk föreligger vid riggning av topprepsankare. Kunskap om riggning av topprep i förekommande varianter av ankare borr/lim/maxifix/viaferata bult eller motsvarande artificiell konstruktion på klätterklippa samt riggning av topprepsankare i träd.



- Kännedom om de krav som ska ställas på ankare. Klätterledaren ska känna till vedertagen praxis för hur topprep riggas med egen materiell och att de fasta installationerna enbart används för nedfirning och rensning av klätterled.
- Kunna bygga topprepsankare med sydda slingor, statiskt rep och kombination med dessa i bultar och träd. Klätterledaren ska också under kursen få förevisat hur ett ej öppningsbart topprepsankare kan konstrueras för klättring främst med barn och ungdomar.
- Klätterledare ska känna igen och känna till att pitonger inte ska användas som ankarpunkter i topprepsankare.

## Firning

### *Egen färdighet:*

- Firning från fast föremål (träd) eller bultat ankare som specificerats ovan för att ta sig ner till ett ankare längre ned på väggen och rigga topprep med annat rep. Klätterledarens firningsrep måste räckta ner till marken. I samband med detta ska klätterledaren kunna bära med sig ett eller flera rep på ryggen under firning.
- Firning på enkelt eller dubbelt rep och kännedom om för- och nackdelar samt risker med de båda varianterna.
- Om repbroms av standardkaraktär används ska klätterledare kunna fira med fransk prusik som backup och känna till riskerna med om denna placeras i benslingan.
- Frihängande firning.
- Firning med hjälplåsande broms på enkelt rep och kännedom om risker med detta.

## Repklättring

### *Egen färdighet:*

- Repklättring med hjälplåsande broms och repklämma med handtag och backupmetod för egen säkerhet vid repklättring.

## Rephantering

### *Egen färdighet:*

- Metoder för reputkast. Problemförebyggning och problemlösning vid firning och topprepsklättring ska diskuteras.
- Problemlösning och riggning av topprep på överhängande klätterled med expressslingor som hindrar utpendling till och över lodlinjen och känna till riskerna med detta. Klätterledare ska också känna till riskerna med borttagning av dessa ovanifrån vid egen firning eller nedfirning.



## Klättring och säkring

### *Egen färdighet:*

- Väl fungerande säkringsmetoder vid (rephantering) vid topprepsklättring<sup>6</sup>.
- Kamratkontroll och hur detta förmedlas till andra. Klätterledare ska kunna förekomma och hantera incidenter då barn och vuxna inte kan/vill firas ned från svaklippa.

### *Lära ut:*

- Grundläggande rörelsetekniker och begrepp.

## Kurslitteratur

Rekommenderad litteratur följer här nedan. Närmare läsanvisningar ges av kursansvarig instruktör.

- Stora boken om klättring, Nils Ragnar Gustavsson
- SKF:s officiella policy om tekniker och metoder där tveksamhet råder
- Utbildningsreglemente Försvarsmakten klättring på klättervägg 2014
- SKF Checklista för utomhusaktivitet
- SKF Säkerhetsplan för Utomhusaktivitet
- SKF Accesshandboken
- SKF Klättring utomhus
- SKF Det är du som bestämmer Klättring och allemansrätt

---

<sup>6</sup> Så kallad bottomroping





# Rapporteringsblankett klätterledare

## Klätterledarens uppgifter:

<b>Namn:</b>
<b>Personnummer:</b>
<b>Adress:</b>
<b>Telefon:</b>
<b>E-post:</b>
<b>Klätterklubb:</b>

## Kontrollerade kursmoment:

Lokalkännedom, access, planering och riskbedömning.	
Kommandon	
Utrustning och knutar	
Ankarbygge	
Firning	
Repklattring	
Rephantering	
Klattring och säkring	

Härmed intygas att \_\_\_\_\_ är kontrollerad på ovanstående moment och har genomfört kurs för klätterledare med godkänt resultat.

---

Namnteckning och namnförtydligande auktoriserad klippklätterinstruktör



---

Telefon

Datum

Plats

Kursansvarig instruktör skickar denna blankett ifylld till:

Svenska Klätterförbundet, Box 11016, 10061 Stockholm.

