

Svenska Klätterförbundets norm för

# UPPKLÄTTRING

Gällande fr o m 2018



Svenska  
Klätterförbundet

---

Utbildning

# 1. Inledning

I Sverige finns ett otal olika former av klätterväggar, allt från små väggar i anslutning till skolor eller fritidsgårdar, till stora kommersiella klättergym. Gemensamt för alla väggar är att de som klättrar på väggarna måste kunna säkra och vara medvetna om riskerna i en klätterlokal.

En uppklämtrring är ett sätt att kontrollera så att alla klättrare har tillräckliga kunskaper. Det är en kontroll som verkar för att minimera risken för olyckor. Uppklämtrringen kan ses som en del i arbetet med att öka kunskapsnivån och säkerhetsmedvetandet hos alla klättrare.

I dag finns uppklämtrringar för två behörighetskort: topprepskort och ledkort.

Normen är utarbetad av Svenska Klätterförbundets (SKF:s) utbildningskommitté och är den miniminivå som SKF:s medlemsklubbar och övriga kursarrangörer uppmanas följa på sina kurser. Kurser med lägre nivå får inte ge intryck av att vara en utbildning som motsvarar denna norm.

## 2. Behörighet

Behörig att genomföra uppklämtrring för topprepskort är:

1. Topprepsinstruktör inomhus.
2. Auktoriserad klätterinstruktör inomhus, sport eller klippa.

Behörig att genomföra uppklämtrring för ledkort är:

3. Auktoriserad klätterinstruktör inomhus, sport eller klippa.

Uppklämtrring får hållas i den miljö som instruktören har behörighet för.

## 3. Åldersgräns

Vid vilken ålder en klättrare är redo att genomföra en uppklämtrring varierar kraftigt från person till person. Rekommenderad åldersgräns för att få genomföra topprepskurs och ledkurs är 13 år men detta betyder inte att alla vid 13 års ålder är redo för en

uppklättring. Ungdomar i tonåren kan ha svårt att göra riskbedömningar, så var extra noga med kontroll innan topprepskort eller ledkort delas ut.

## 4. Utförande

Uppklättringen består av en teoretisk och en praktisk del. SKF tillhandahåller till alla behöriga instruktörer ett teoriprov för den teoretiska delen samt ett protokoll för den praktiska delen, som tillsammans utgör underlag för uppklättringen.

I den teoretiska delen visar klättraren att denne har koll på klättring och är medveten om säkerhetsaspekterna vid topprepsklättring, ledklättring och bouldering, samt annan vistelse i klätterhallen. Teoriprovet måste innehålla minst de frågor som finns i SKF:s mall, det är tillåtet att inkludera fler frågor om så önskas. Instruktören kan även genomföra teoriprovet muntligen om denne finner det lämpligt, exempelvis vid läs- och skrivsvårigheter.

I den praktiska delen visar klättraren att denne kan hantera utrustning för topprepsklättring respektive ledklättring. Protokollet måste innehålla minst de punkter som finns i SKF:s mall, det är tillåtet att inkludera fler punkter om så önskas. Dessutom ska klättraren kunna visa eller berätta hur en självsäkringsanordning (autobelay) kopplas in.

## 5. Bedömning av resultat

### *5.1 Generella råd*

Att bedöma en klättrares förmåga är och förblir av subjektiv karaktär. Det är viktigt att som instruktör lita på de intuitiva känslor som upplevs vid uppklättringen. Känns inte klättraren som en säker klättrare, oavsett teknisk nivå och resultat på proven, ska denna känsla beaktas. Var inte rädd för att lita på ditt eget omdöme.

### *5.2 Kriterier för godkännande*

Avgörande för om klättraren uppnår en godkänd nivå bör vara följande:

1. Att klättraren klarar det teoretiska och det praktiska provet.
2. Att instruktören har tillit till att klättraren kommer att sköta sitt säkringsarbete på ett fullgott sätt.

3. Att klättraren med sitt handlande och sin attityd visar sig förstå klättringens faromoment.

### **5.3 Kriterier för underkännande**

Ett underkännande rekommenderas i fall:

1. Klättraren får minst ett rött resultat på antingen teoriprovet eller det praktiska provet.
2. Klättraren får minst tre gula resultat på antingen teoriprovet eller det praktiska provet.
3. Klättraren missar minst tre gröna alternativ på antingen teoriprovet eller det praktiska provet.

Resultaten på de olika proven läggs inte ihop. Det rekommenderas att klättraren först utför det teoretiska provet och därefter genomför det praktiska provet.

## **6. Utfärdande av kort**

Efter genomförd uppklättring med godkänt resultat utfärdas avsett kort med namn på klättraren samt instruktörens namnteckning. På baksidan kryssar instruktören för att klättraren genomfört en uppklättring samt om klättraren genomfört någon kurs inför uppklättringen.

## **7. Tillgång till prov**

Tillgång till teoriprov, facit och protokoll ges till behörig instruktör. Kontakta SKF:s kansli för att få tillgång till dessa dokument.

---

Datum: 2021-05-25

Ändring: Diverse layoutändringar, kapitlen numrerade, några stycken omstuvade, korrfel rättade, ett flertal meningar omformulerade och ett par nya rubriker tillsatta.

Ändrat av: Andreas Andersson