

Svenska Klätterförbundets norm för

# LEDKLÄTTERINSTRUKTÖR INOMHUS

Gällande från 1 maj 2022



Svenska  
Klätterförbundet

---

Utbildning

# 1. Definition av instruktörsnivån

Att vara ledklätterinstruktör inomhus innebär att ha blivit examinerad av en klätterinstruktör som är auktoriserad av Svenska Klätterförbundet (SKF) samt att löpande hålla sin licens aktiv.

En ledklätterinstruktör inomhus får hålla kurser och arrangemang vid den anläggning där instruktören har examinerats. Kompetensområdet omfattar bouldering, topprepsklättring och ledklättring på artificiella väggar.

En ledklätterinstruktör inomhus är behörig att utfärda topprepskort och ledkort enligt SKF:s anvisningar för uppkättring.

Att agera instruktörsnämnt innebär att vara väl förtrogen med den aktuella metoden och utföra den på ett så tydligt, effektivt och säkert sätt att den är lämplig för elever att härma.

En ledklätterinstruktör inomhus ska i sitt arbete alltid sträva efter att uppfylla tre tumregler:

- Sörja för sin egen, sina elevers och sin omgivnings säkerhet.
- Förmedla kunskap och erfarenhet utifrån elevernas behov och önskemål.
- Inspirera och entusiasmera till klättring i olika former.

## 2. Kompetenskrav

### 2.1 Förkrav

Inför examination till ledklätterinstruktör inomhus ska aspiranten uppfylla följande:

1. Ha genomfört en första hjälpen-kurs anpassad för instruktörens kursmiljö inom tre år före examination.
2. Ha fyllt 18 år.
3. Vara medlem i en förbundsansluten klätterklubb.
4. Inneha topprepskort och ledkort.
5. Ha klättrat aktivt inomhus och haft ledkort under minst ett år.

6. Vara topprepsinstruktör inomhus och i egenskap av detta ha genomfört minst två normerade topprepskurser.
7. Ha praktiserat vid minst två normerade kurser i ledklättring inomhus inom tre år före examination.

## ***2.2 Kunskapskrav***

En ledklätterinstruktör inomhus ska kunna:

1. Välja lämplig undervisningsmetodik, använda progressionsteknik i sin undervisning och förstå vikten av praktisk övning för eleverna.
2. Förstå och följa en säkerhetsplan inför klätterarrangemang inom sitt kompetensområde.
3. Vara väl förtrogen med säkerhetsarbetet, riskanalyser och incidentberedskap vid den anläggning som licensen avser.
4. Undervisa om säkerhetsrisker inom sitt kompetensområde samt hur dessa risker kan förebyggas.
5. Känna till skadeförebyggande åtgärder, till exempel uppvärmning och rörlighetsträning.
6. Vid klätterolyckor larma SOS, ge första hjälpen, åtgärda lindriga skador och samverka med räddningspersonal.
7. Känna till SKF:s incidentrapporteringsystem och hur det används.
8. Kunna ledklättra en led inomhus graderad 5c on sight, på ett instruktörmässigt sätt och med god marginal.
9. Kunna säkra och kontrollera fall på ett instruktörmässigt sätt.
10. Förevisa klätterutrustning som används vid den anläggning som licensen avser vad gäller funktion, uppbyggnad, material, livslängd, hållbarhet och testning.
11. Känna till vilka klätterväggar i anläggningen som är bra för kurser och fallträning samt vilka bult- och ankartyper som används.
12. Utföra och lära ut samtliga moment i normen för kurs i ledklättring inomhus.
13. Genomföra uppklättring för ledkort, bedöma elevernas kompetens och förklara eventuella svagheter och kunskapsbrister för dem.

### **3. Examination**

En ledklätterinstruktör inomhus provas och godkänns av en auktoriserad klätterinstruktör. Denne måste ha minst ett års erfarenhet och ha utfört minst fyra normerade kurser i ledklättring inomhus.

Examinationen kan ske separat eller föregås av en ledklätterinstruktörskurs. Vid examinationen ska aspiranten kontrolleras i normens samtliga moment. Examinationen ska ta minst fyra timmar och ske i den anläggning som licensen avser.

Examinationen ska innehålla dessa delar:

1. Egen färdighet i klättring och säkring.
2. I rollen som instruktör genomföra en normerad kurs i ledklättring inomhus samt en uppklättring för ledkort, vilket inkluderar både en teoretisk och en praktisk del. Såväl kursen som uppklättringen ska ske med autentiska elever. Aspiranten ska bedöma elevernas kunskaper och färdigheter och meddela dem om de är godkända eller ej.

Den auktoriserade klätterinstruktören rapporterar godkända ledklätterinstruktörer inomhus till SKF och intygar därmed att aspiranten har prövats och godkänts i normens samtliga moment.

### **4. Licensens giltighet**

#### ***4.1 Giltighetstid och omfattning***

Ledklätterinstruktörens licens gäller fr o m datum för godkänd examination och året ut, samt de tre följande kalenderåren. Licensen gäller endast vid den anläggning där ledklätterinstruktören har examinerats.

Vid missbruk av licensen har SKF rätt att återkalla den.

## ***4.2 Förlängning***

Licensen förlängs genom att en auktoriserad instruktör intygar till SKF att ledklätterinstruktören uppfyller samtliga kompetenskrav i normen.

För att kunna förlänga sin licens ska ledklätterinstruktören ha hållit minst sex kurser i ledklättring inomhus under de senaste tre åren.

## ***4.3 Ny anläggning***

Licensen kan utökas till att omfatta fler anläggningar.

Tillägg sker genom att en auktoriserad instruktör intygar till SKF att ledklätterinstruktören uppfyller kunskapskraven i 2.2 och punkterna 2, 3, 6, 10 och 11 även vad gäller den nya anläggningen.

---

Datum:

Ändring:

Ändrat av:

Datum:

Ändring:

Ändrat av: