



LONGYEARBYEN RØDE KORS

HJELPEKORPS

NF GRUNNKURS SKRED ALPINT – LONGYEARBYEN

Fredag 10. mars kl. 19.00 – mandag 13. mars kl. 15.00

Gjør de sikre veivalgene i fjellet! Gjennom dette grunnkurs skred oppnår du en grunnleggende forståelse av snøskred, vurdering av terreng, betydningen av den menneskelige faktor og andre forhold som påvirker skredfaren. Kurset fokuserer på turplanlegging, veivalg og risikoreduserende atferd på vinterfjellet. Temaer vil være snø- og terrengvurderinger, orientering og kameratredning (sender/mottaker utstyr). Dette kurset er for skiløpere som ferdes der snøskred kan forekomme, som ved toppturer på ski og skikjøring utenfor løypene. Dette kurset er første steg i NF sin skredstige for alpin stil, og vil følge kursmalen til Norsk Fjellsportforum.

Kursbeskrivelse og innhold

Kurset fokuserer på tursituasjonen der problemstillingene er å ferdes og oppholde seg i et mulig skredfarlig terreng. For vurdering av veivalg og leirsteder legges hovedvekten på å bruke de objektive vurderingskriterier som finnes, samt gruppedynamikken i den gruppa hvor man er turdeltaker. 3x3 filtermetoden er grunnleggende metodikk gjennom kurset.

Hovedtema

- *Turplanlegging*
- *Den menneskelige faktor i skredfaresammenheng*
- *Terrengvurdering og klassifisering*
- *Identifikasjon av alarmtegn*
- *Stabilitetsvurdering*
- *Bruk av skredvarsel, skredproblem og fareskalaen*
- *Kameratredning*
- *Veivalg, risikoreduserende adferd og tiltak i skredterreng (opp/ned)*

Program

Kursprogrammet sendes ut til deltakerne i forkant av kurset. Programmet er tentativt og vil være avhengig av vær- og føreforhold.

Kursdagene vil i stor grad være ute, men med noen økter inne i Sjøgarasjen, i hovedsak om morgenen og om kvelden.

Vi gjør oppmerksom på at det forutsettes deltakelse på hele kurset, og at det vil være lange dager. Opplegget legges opp med høy grad av deltakerinvolvering, og det forventes at deltakerne stiller forberedt og deltar aktivt og konstruktivt. Informasjon om forberedelser vil sendes ut i god tid før kurset.

Generell informasjon

Inntil 12 deltakere. Aldersgrense 18 år.

Pris

Kr. 2000,- prisen inkluderer undervisning, samt en pizza-middag.

Transport (med skuter eller bil) og all annen mat i løpet av kurset betales av den enkelte deltaker.

Forkunnskaper

Deltagerne skal ha gode ferdigheter på alpine turski (randonée) eller telemarkski. Deltakerne må ha grunnferdigheter i vinterfriluftsliv når det gjelder bruk av ski, bekledning, mat og drikke og orientering om vinteren.

Kost og losji

Overnatting i Longyearbyen ordnes individuelt. Vi vil organisere noen felles middager, og en pizza-middag er inkludert i kursavgiften. Dette kommer det mer info om. I Sjøgarasjen til LRKH serverer vi kaffe og te. Ellers må deltakerne selv stå for mat og drikke.

Utstyr

Kart: Turkart Longyearbyen 1:50.000

Skiutstyr: Ski som egner seg for nedkjøringer og med tilhørende feller (fjellski eller truger frarådes)

Turutstyr: Husk spesielt kart, kompass, førstehjelpsutstyr, vindsekk, snøbriller, termos, drikkeflaske, mat og dagstursekk. Bekledning for vintertur.

Skredutstyr: Skredsøker, snøspade og søkestang er obligatorisk utstyr. Hvis du har snøseg og klinometerkompass så ta det gjerne med.

I tillegg må gruppa totalt sett ha tilgang på skuter og bil slik at vi kan forflytte alle til aktuelle turområder.

Kontakinformasjon og vilkår

LRKH er teknisk arrangør. DNT Fjellsport har faglig ansvar. Jørgen Moland er kursleder.

Kurset holdes i henhold til standarden til Norsk Fjellsportforum. Kurslederne er kvalifisert og godkjent etter [Norsk Fjellsportforums Nasjonal Standard](#). DNT fjellsport er godkjent arrangør av skredkurs etter samme standard, som forutsetter bruk av anerkjente tekniske metoder for kursgjennomføring og opplæring.

Deltakerforsikring ordnes av den enkelte. Egenansvar ved utøvelse av bratt friluftsliv er for øvrig et tema på kurset.

Har du spørsmål angående kurset, anbefaler vi deg å ta kontakt med LRKH koordinator på telefon 45809650 eller e-post koordinator@lrkh.no.

Påmelding

På e-post til koordinator@lrkh.no innen 30. januar 2017. Aktive medlemmer har fortrinnsrett til plass på kurset. Etter påmeldingsfristen prioriterer koordinator påmeldingene og tildeler plasser, og lager venteliste om nødvendig. Når plass på kurset er bekreftet, er påmelding bindende.

Velkommen på kurs!

Hilsen Jannicke Høyem

Koordinator LRKH