

# Klipp- och bergräddningskurs

*- 2 intensive och lärarrike dagar -*



**Akademin för Natur & Friluftsliv**  
i samarbete med **Klatre-Centeret**  
*- Intensivt kurs för dom, som vill vidare*

# Klipp- och bergräddningskurs

– Ring og hör eller se kursöversikt för tid och datum etc. –

## Program

1. dag, kl. 9<sup>00</sup>

**Kurs starter.** Introduktion, presentation, förväntningar  
og tidigare erfarenheter.

Mål och struktur för kurs.

Kort genomgång av grundläggande teori.

Därefter går vi över til praxis:

### 1. Olycker på leder upp till én replängd.

A. Andramannsklättring.

B. Förstemannsklättring.

### 2. Spalträddning på glaciär.

A. Om den olycksdrabbade är medveten.

B. Om den olycksdrabbade är hjälplös.

### 3. Transport av lättare skadat person i svårt terräng.

### 4. Olycker på led av flera replängder.

A. Andramannsklättring.

B. Förstemannsklättring.

### 5. Ulycker vid klättring på kustklippor.

A. Andramannsklättring.

B. Förstemannsklättring.

### 6. Teori och genomgång om bergsräddning etc.

## 2. dag.

### 7. Olycker vid abseil.

- A. 1. abseiler.
- B. 2. abseiler

### 8. Assisterat (komplicerat) bergsräddning.

### 9. Praxisoppgaver / problemlösning.

### 10. 1.- og 2.-hjälp. Teori och uppläg.

### 11. Räddningsrelaterade 1. hjälps-uppgifter.

### 12. Evaluering.

Kursavslutning sist på eftermiddan.  
Därefter är baren öppen.

Förbehold för ändringar i  
och tillpassning av programmet.

## Du vill t.ex. komme igennem:

Repbår.

Rep-„ryggsäck”/stol.

Rebrails / stödrep.

Karabinerbroms.

Abseil förbi en knut.

Uttagning av system.

Vinschsystemer.

Höftsäkring.

Soloklättring med självsäkring.

1.-hjälps-utrustning.

Udvidgat førstehjælp eller katastrof-førstehjælp,

t.ex. köld, frostskaðor och exposure.

Signalutrustning, signalering m. fløjt, lamp, raket oa.

Proviant, ernæring och vætska, t.ex. nødproviant och  
blodsocker.

Packning av utrustning.

Klargøring for transport med helikopter.



Kurset hålls vanligtvis på en av våra 3 kursfastigheter, på  
**Kraklund** på Bornholm, DK, på **Kullanäs** eller på **Kärralund** i Sverige.



På kurset arbetar vi intensivt med kamraträddning vid klippklättring, glaciärsöverskridning och bergsklättring etc. Du kommer igenom en rad teknik, som du kan använda, om det går sned, när du är ute och klättrade. Kurset är praxisbaserad och innehåller både undervisning och vägledning och dessutom uppgifter och "cases" etc.

### Forutsättningar:

#### Du har rutin i:

Förstemannsklättring på klippor (åtminston UIAA IV)  
Klargöring av säkra standplatser  
Användning av slingor, kilar, hexer och friends etc.  
Abseil på olika sätt  
Prussik- och jumarklättring  
1. hjälp ~ utvidgat 1.-hjälpkurs (30 timmar)

#### Du tar med:

Utrustning för klättring över flera dagar, t.ex:  
– klättroutrustning  
– kokutrustning och mat etc  
– förstahjälpsutrustning  
– bivacksäck  
– sovsäck  
– ryggsäck

Våra vägledare är upptagne i Dansk Vejlederkreds, som är branschförening för professionelle vägledare i natur- og friluftsliv.



[www.vejlederkreds.dk](http://www.vejlederkreds.dk)

**Pris för kurs: SEK. 4.980,-**

**Kursen görs i samarbete med Klatre-Centeret, ☎ +45 56 95 12 21**

[www.klatrecenter.dk](http://www.klatrecenter.dk)



**Akademien för  
Natur- & Friluftsliv**  
Kärrialund, 511 95 Öxabäck, Sverige  
[post@naturakademi.com](mailto:post@naturakademi.com)  
[www.naturakademi.com](http://www.naturakademi.com)

☎ (+46) **0320-560 60**

