

## Kursusstandard for Klippeinstruktør 3 – traditionel klatring

Kursusstandarden består af følgende dele:

- **Formalia** - regler for administration af uddannelsen
- **Pensum for uddannelsen** – beskriver de elementer, der som minimum skal indgå i kurset i form af et afkrydsningsskema
- **Opbygning af kurset** – beskrivelse af det kursusforløb, som Dansk Klatreforbund udbyder
- **Beskrivelse af eksamen** – beskriver den afsluttende prøve og minimumskravene for beståelse

## Formalia

Denne kursusstandard er udarbejdet af Dansk Klatreforbund.

Kursusstandarden beskriver det forløb, som Dansk Klatreforbund anser som minimumskrav til uddannelsen til Klippeinstruktør 3.

Dansk Klatreforbund kræver, at medlemsforeninger lever op til disse minimumskrav, og det anbefales, at andre organisationer følger standarden.

### Dansk Klatreforbunds uddannelser

Dansk Klatreforbund har tre uddannelseslinjer:

- Instruktørlinjen
- Trænerlinjen
- Rutebyggerlinjen

I forhold til dette kursus er det instruktørlinjen, som er relevant.

De tre instruktørkurser, som retter sig mod indendørs klatring er:

- Instruktør 1 – topreb og bouldering
- Instruktør 2 – føring
- Instruktør 3 – ankre, abseil og rebteknikker

De tre instruktørkurser, som retter sig mod klippeklatring er:

- Klippeinstruktør 1 – sportsklatring, topreb i faste installationer og boltet multipitch
- Klippeinstruktør 2 – topankre etableret med egne sikringer
- Klippeinstruktør 3 – klippeklatring på traditionelt sikrede ruter

Klippeinstruktør 3 kan undervise på samtlige kurser på kunstige klatrevægge:

- Kursus 1 – topreb og bouldering
- Kursus 2 – føring
- Kursus i ankre og abseil
- Fra inde til ude
- Teknikker til rebklatring

Desuden kan Klippeinstruktør 3 undervise på følgende kurser eller kombinere elementerne fra disse til specialkurser målrettet kursisters specifikke behov:

- Redningskursus på boltede ruter
- Sportsklatring udendørs
- Boltet multipitch
- Traditionelt sikret multipitch
- Kursusdag 1 og 2 på Dansk Klatreforbunds kileklatrekursus
- Toprebsklatring på traditionelt udstyr

- Klippeinstruktør 3 kan også være ansvarlig for oplevelsesorienterede aktiviteter på klipper, hvor det er nødvendigt at etablere topanker med traditionelle sikringsmidler. Det kunne være abseil-arrangementer, toprebsklatring med grupper eller lignende.

## **Uddannelsens formål**

Uddannelsen til Klippeinstruktør 3 er rettet mod rutinerede instruktører, som ønsker at kunne undervise i alle typer klatreaktiviteter på klippe.

## **Klippeinstruktør 3 giver kompetence til at undervise i at klatre single- og multipitch på traditionelt sikrede ruter.**

### **Begrænsninger**

Klippeinstruktør 3 er ikke kompetent til at undervise i klatring med alpin tilgang eller nedgang eller i klatring på is og sne.

### **Hvem kan følge kurset?**

Aspiranten skal være fyldt 18 år for at blive Klippeinstruktør 3.

Aspiranten skal være Klippeinstruktør 1 eller Klippeinstruktør 2.

Aspiranten skal have erfaring med klatring på traditionelt sikrede ruter. Adgangskravet defineres som minimum 20 traditionelt sikrede ruter af 5. grad skandinavisk gradering (5c fransk gradering, VI UIAA-gradering, 5.9 Yosemite decimal system) indenfor det seneste år op til eksamen. Derudover skal aspiranten have erfaring og rutine i traditionelt sikrede multipitch typisk flere ruter af min 100m længe.

Aspiranten skal have et gyldigt 12-timers førstehjælpsbevis.

### **Meritoverførsel fra andre uddannelser**

Hvis aspiranten ikke er dansk instruktør i forvejen, men kan dokumentere stor erfaring med indholdet i Dansk Klatreforbunds uddannelser fra udenlandske instruktøruddannelser, kan hun få dispensation til at følge kurset og/eller til at gå til eksamen.

Aspiranten skal i disse tilfælde også demonstrere kendskab til Dansk Klatreforbunds anbefalede sikringsteknik, og der kan tilføjes elementer fra de forudgående instruktørkurser. Dansk Klatreforbunds sekretariat behandler dispensationsansøgninger.

### **Hvem må undervise på kurset?**

For at undervise på Klippeinstruktør 3-kurset, skal man være Klippeinstruktør 3 og godkendes af Dansk Klatreforbund som uddanner.

### **Instruktør til aspirant-ratio**

Normalt vil der højst være seks aspiranter pr. instruktør.

### **Kursets varighed**

Kurset består af følgende elementer:

**1. Undervisningsmodul**

2 dages kursus på klippe, hvor der trænes klatring på traditionelt sikrede ruter med henblik på undervisning i føring, metoder til supervision og sikring af kursister, redning på traditionelt sikrede ruter og metoder til multipitch og retræte fra multipitch

**2. Egentræning**

Aspiranten vil som regel have brug for minimum en weekends træning på klippe

**3. Praktik**

Praktikken består af et fuldt kileklatrekursus, hvor aspiranten arbejder under supervision af en erfaren Klippeinstruktør 3, og hvor aspiranten står for væsentlige dele af undervisningen

**4. Eksamen**

En dags eksamen på klippe

Aspiranten skal modtage en evaluering fra underviseren efter Klippeinstruktørkurset, så hun kan disponere sin egentræning.

Praktikken skal ligge mellem undervisningsmodulet og eksamen.

Praktikforløbet skal ses som en indføring i instruktørvirket snarere end som en eksamen.

Formålet er primært at lære aspiranten om de sikkerhedsmæssige og organisatoriske overvejelser, som ligger til grund for kursusplanlægningen.

Aspiranten skal modtage en evaluering fra underviseren efter praktikken, så hun kan disponere sin egen træning frem mod eksamen. Hvis underviser skønner at aspiranten ikke er klar til at undervise selvstændigt, skal der anbefales en ekstra praktik inden eksamen.

## Hvem udbyder kurserne?

Dansk Klatreforbund udbyder Klippeinstruktør 3-kursus, så medlemmer har mulighed for at følge et kursus.

## Eksamen

Dansk Klatreforbunds sekretariat udpeger censor. Censor må ikke have undervist aspiranten på klippeklatreinstruktørkurset. Det tilstræbes, at kursuslederen fra klippeklatreinstruktørkurset deltager som eksaminator, men det er ikke et krav.

## Certifikat

Efter bestået eksamen modtager instruktøren et eksamensbevis. Beviset gælder fra eksamensdato og året ud og derefter i tre år.

Derefter skal beviset fornys efter retningslinjerne på Dansk Klatreforbunds hjemmeside.

## Pensum for uddannelsen

### Ankre med passive sikringsmidler

<b>Topanker/ Tivolianker/ Abseilanker</b>	<input type="checkbox"/> Ligebelastet anker i 3-5 punkter <input type="checkbox"/> Ankertyper <input type="checkbox"/> Bundanker og bundsikring <input type="checkbox"/> Beskyttelse af anker over kant <input type="checkbox"/> Forståelse for trækretning og styresikringer <input type="checkbox"/> Fixreb/"gelænderreb" til sikring af kursister
<b>Materialekendskab</b>	<input type="checkbox"/> Kiler <input type="checkbox"/> Hexentrics <input type="checkbox"/> Pitoner/slagbolte <input type="checkbox"/> Stenblokke som ankerpunkter
<b>Organisering</b>	<input type="checkbox"/> Organisering på standplads <input type="checkbox"/> Sikring oppefra <input type="checkbox"/> Placering af kursister ved klippen

### Redning

<b>Rebteknikker</b>	<input type="checkbox"/> Bundsikret soloklatring med reb (friklatring eller aid) <input type="checkbox"/> Redning på travers <input type="checkbox"/> Fixreb til instruktøren: styresikringer, mellemankre, flytte ascender og Gri-Gri forbi knuder/styresikring <input type="checkbox"/> Metode til at fastgøre kursist til fixrebet m. mulighed for aflastning <input type="checkbox"/> Taljetræk: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1:2 og 1:3 samt udbygninger, med og uden mekaniske hjælpemidler.</li> <li>- Redirect (1:1 Taljetræk).</li> <li>- Hjælpetalje</li> </ul> <input type="checkbox"/> Abseil over flere reblængder med tilskadekommen makker <input type="checkbox"/> Redning ved traverser eller andre vanskelige positioner
<b>Organisering</b>	<input type="checkbox"/> Evakuering fra svært tilgængelige steder

### Klatring

<b>Praktisk klatring</b>	<input type="checkbox"/> Aspiranten fører femte grad rutineret og sikkert på traditionelle sikringsmidler <input type="checkbox"/> Aspiranten kan sætte styresikringer til toprebsklatring <input type="checkbox"/> Aspiranten kan bygge standplads med passive sikringsmidler <input type="checkbox"/> Aspiranten kan bygge "tivolianker" til toprebsarrangement med passive sikringsmidler
--------------------------	---

<b>Materialekendskab</b>	<input type="checkbox"/> Kiler <input type="checkbox"/> Hexentrics <input type="checkbox"/> Cams <input type="checkbox"/> Stiger <input type="checkbox"/> Daisy chains <input type="checkbox"/> Skyhooks <input type="checkbox"/> Mikrokiler <input type="checkbox"/> Rebklemmer <input type="checkbox"/> Selvbunden sele
<b>Multipitch m.m.</b>	<input type="checkbox"/> Ankre til retræte fra rute <input type="checkbox"/> Aid/french free <input type="checkbox"/> Klatring med tvillingreb og halvreb <input type="checkbox"/> Planlægning af tur
<b>Head point/on sight</b>	<input type="checkbox"/> Metoder til vurdering af sikkerhed ved head point <input type="checkbox"/> Taktikker til head point <input type="checkbox"/> Taktikker til onsight
<b>Opvarmning/træning</b>	<input type="checkbox"/> Opvarmning ved klippen <input type="checkbox"/> Træning til traditionel klatring

<b>Undervisning traditionel klatring</b>	
<b>Undervisning i traditionel klatring</b>	<input type="checkbox"/> Valg af klippe afhængigt af gruppe/aktivitet <input type="checkbox"/> Førstehjælpssæt, instruktør vs. egen klatring <input type="checkbox"/> Diverse overvejelser om sikkerhed, når begyndere skal lære at føre på kiler <input type="checkbox"/> Opsætning og brug af fixreb/instruktørreb <input type="checkbox"/> fastgøre kursist til fixrebet m. mulighed for aflastning <input type="checkbox"/> Test af placeringer <input type="checkbox"/> Feedback til kursister <input type="checkbox"/> Risici og handleplaner ved trad kurser <input type="checkbox"/> Organisering på standplads <input type="checkbox"/> Sikring oppefra <input type="checkbox"/> Organisering af kursus, og placering af kursister ved klippen <input type="checkbox"/> Ankre på multipich vs. singlepich <input type="checkbox"/> Sikring fra sele vs. anker <input type="checkbox"/> Risiko for faktor 2 styrt og forholdsregler

## Opbygning af kurset

Nedenfor står en skabelon for de kurser, som Dansk Klatreforbund udbyder. Aspiranternes niveau, vejr, lokale forhold og andet kan føre til ændringer i opbygningen.

Klippeinstruktør 3 kursus dag 1	Tidsforbrug 8 timer
<b>Teori</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Valg af klippe afhængigt af gruppe/aktivitet</li><li>• Sikkerhedsovervejelser</li><li>• Alarmering</li><li>• Førstehjælpssæt</li><li>• Diverse overvejelser om sikkerhed, når begyndere skal lære at føre på kiler</li></ul>	1 time
<b>Undervisning i føring af traditionelle ruter</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Opsætning og brug af fixreb</li><li>• fastgøre kursist til fixrebet m. mulighed for aflastning</li><li>• Test af placeringer</li><li>• Feedback til kursister</li><li>• Risici og handleplaner</li></ul>	4 timer
<b>Redning og rebteknikker</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Taljetræk</li><li>• Abseil med tilskadekommen</li><li>• Bundsikret soloklatring med reb (friklatring eller aid)</li></ul>	3 timer

Klippeinstruktør 3 kursus dag 2	Tidsforbrug 8 timer
<b>Organisering</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Tips og tricks til forskellige typer af kurser (kile-, multipich- og redningskursus)</li><li>• Håndtering af grupper ved forskellige aktiviteter</li><li>• Opsætning af "gelænderreb", f.eks. ved oplevelsesarrangementer</li></ul>	1 time
<b>Klatreforløb</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Head point/onsight, f.eks. forberedelse, taktik, sikkerhed, mulighed for at afbryde forsøget.</li><li>• Simpel aid/French free</li></ul>	3 timer
<b>Multipitch</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Multipitch på kiler</li><li>• Rutefinding</li><li>• Standplads ved multipitch på kiler</li><li>• Klatring med tvillingreb og halvreb</li></ul>	4 timer

# Klippeinstruktør 3 – Klippeklatreinstruktør, traditionel klatring

Version 2 – 2023



- Redning på travers/vanskelige positioner
- Diskussion af afvikling af mp forløb for kursister

Egentræning	tidsforbrug
Egentræning på klatrevæg og klippe	Efter behov

Praktik	tidsforbrug
Deltagelse som aspirant på minimum et kileklatrekursus.	2 dage

Eksamen	tidsforbrug
En dags eksamen på klippe	1 dag



## Eksamen

Eksamen består af to redningsøvelser hvor i der indgår et praktisk klatreforløb samt en eller 2 udtræknings-øvelser.

Alt hvad eksaminanderne viser til eksamen skal leve op til Dansk Klatreforbunds standarder for undervisning på relevante begynderkurser.

Eksaminanderne skal vise stort sikkerhedsmæssigt overskud og rutine i øvelserne, og de skal kunne redegøre for relevansen af de enkelte teknikker i forhold til kursusafholdelse og almen klatrepraksis.

Eksamen skal foregå på klipper. Egnede steder er f.eks. K2, Carstens Rende eller Tornerose på Kullen, Utby i Göteborg, Randkløve på Bornholm.

### Redningsøvelse 1 og 2

Redningsøvelse 1 og 2 giver aspiranten lejlighed til at vise de fleste af de færdigheder, som hun skal mestre. Redningsøvelserne fungerer samtidig som praktisk klatreforløb. Hvor aspiranten bliver vurderet på sin evne til at føre en traditionelt sikret rute sikkert og effektivt. Der er sat 60 minutter af til øvelsen. Øvelserne skal gennemføres med stor sikkerhedsmargen og med en høj grad af rutine. Væsentlige overskridelser af tidsrammen er dumpegrund, hvis det ikke skyldes logistik på klatrevæggen eller andet, som aspiranten ikke er herre over.

Øvelserne gennemføres på en velsikret rute på en klippe, som er tæt på lodret.

Censor/eksaminator skal godkende ankere/have backup-reb i aspiranterne, så sikkerheden er i orden.

### Udtræknings-øvelse

Udtrækningsøvelsen giver eksaminator og censor mulighed for at udvælge dele af pensum de ønsker at aspiranten skal vise færdigheder i. der er sat 1 time af til øvelsen per aspirant her er tiden vejledende da der kan være forskel på øvelsernes omfang, det forventes at aspiranten kan gå til opgaveløsningen hurtigt og effektivt. Afhængig af øvelse skal censor/eksaminator godkende ankere eller have backup-reb i aspiranterne, så sikkerheden er i orden.

<b>Eksamen – fuld dag på klipper</b>	<b>tidsforbrug</b>
<b>Redningsøvelse 1 (redning nedefra)</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Førstemand falder og sidder fast</li><li>• Aspirant bygger bundanker og, tager sig ud af systemet</li><li>• Aspirant klatrer rebsolo op til førstemand</li><li>• Aspirant bygger anker, abseiler ned med makker i y-slynge</li></ul>	1 timer pr. aspirant
<b>Redningsøvelse 2 (Redning oppefra)</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Førstemand klatrer til standplads og sikrer andenmand op</li><li>• Andenmand kan ikke komme videre</li><li>• Førstemand forsøger at hjælpe makkeren med taljetræk, med og uden mekaniske hjælpemidler.</li><li>• Førstemand abseiler i modvægt ned til makker og videre</li><li>• Førstemand etablerer standplads på ruten, sætter sig selv og makkeren i y-slynge og forbereder nyt abseil</li><li>• Førstemand abseiler til jorden med makkeren i y-slynge</li></ul>	1 timer pr. aspirant
<b>Udtrækningsøvelse</b> <b>Eksaminator og censor udpeger en eller flere øvelser</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Aspiranten bygger anker og sætter et fixreb/instruktør-reb, som følger en på forhånd udpeget rute og demonstrerer, at hun kan bevæge sig op og ned langs fixrebet og undervejs passerer knuder/mellemforankringer</li><li>• Abseil af overhængende / traverserende rute med styre-sikringer</li><li>• Vis simpel Aid (A0)</li><li>• Rebende sætter sig fast, når rebet trækkes ned – rebende er ikke langt nok til at føre op. (målerlarve-metoden)</li><li>• En klatrer sidder fast midt abseil grundet knude i på reb tilgang oppefra via det belastede reb</li><li>• En klatrer sidder fast midt abseil grundet knude i på reb tilgang nedefra via det belastede reb</li><li>• Opsætning af tivoli-anker som beskrevet i toprebskursusnorm</li><li>• Vis eksemplarisk MP-standplads + metoder til at undgå FF2 styrt</li></ul>	1 time pr. aspirant