

# Klatresamrådets minimumskrav

til

## begynderkurser i træklating

Norm 1: version 18-05-2013



### 1. Ansvarlig for normen

Denne norm er udarbejdet af Dansk Træklatreforening og godkendt af Klatresamrådet og kan ændres af rådet, hvis dette skønnes nødvendigt. Dispensation fra normerne kan i særlige tilfælde gives af Klatresamrådet. Sidste nye gældende version kan altid findes på Dansk træklatreforenings hjemmeside [www.dansktraeklatreforening.dk](http://www.dansktraeklatreforening.dk). Klatresamrådet kan uddelegere ansvar til institutioner og foreninger. Således uddelegeret ansvar vil fremgå af hjemmesiden.

### 2. Formål

Baggrunden for at definere fælles normer for sikkerhed og uddannelse er at sikre at kursister på sikringskurser lærer de mest basale færdigheder og teknikker ensartet og sikkert.

Herved skal kursisterne blive i stand til at klatre i træer på en sikkerhedsmæssig forsvarlig måde, sammen med andre klatrere med samme erfaringsniveau.

### 3. Anvendelse

Toprebning og instruktion af uerfarne er ikke tilladt.

Medlemmer af Dansk Træklatreforening/Klatresamrådet forpligter sig til at anbefale at man arbejder ud fra denne norm. Dansk Træklatreforening/Klatresamrådet anbefaler at øvrige personer og institutioner gør det samme.

### 4. Minimumskravene

Arrangørerne kan vedtage, at der indgår yderligere pensum i deres kurser, men alle kurser skal overholde minimumskravene. Arrangørerne kan forlange at klatrere med anden uddannelsesmæssig baggrund gennemfører et supplerende kursus.

#### 4.1. Indhold af begynderkursus

Et fuldt begynderkursus indeholder seks hovedområder:

- 4.2. Knob & stik, reb og udstyr
- 4.3. Toprebning.
- 4.4. Førning.
- 4.5. Abseil.
- 4.6. Træartskendskab
- 4.7. Adgangsregler

#### 4.2. Knob & Stik, reb og udstyr.

Kursisterne skal lære om udstyrets holdbarhed, vedligehold og hvornår det skal kasseres. Det skal omtales at der findes andre godkendte klatrereb end helreb, men at disse kræver særlig vejledning at bruge.

Kursisterne skal lære at tage klatreselen på og binde sig ind i overensstemmelse med fabrikantens anvisninger. Både den der klatrer og den der sikrer skal bindes ind i rebet. Kursisterne skal lære ikke at træde på rebet og en hensigtsmæssig måde at kvejlere reb op på.

#### 4.3. Toprebning.

Dette involverer Knob og stik, kommunikation, bundsikring, påtagning af sele, indbinding og sikring med rebbremse samt klatreteknik. Det forudsættes at en topsikring er etableret.

#### 4.4. Førning.

Kursisten skal lære at føre. Der skal lægges vægt på at sikre, så man undgår at ramme jorden/grenene. Faldfaktor forklares. Farerne ved pendulstørt omtales. Farerne ved rebtræk omtales. Kursisterne skal lære at placere slynger, klippe rebet korrekt ind i karabinerne og hvordan karabinerne skal vende. Kursisterne skal lære at etablere topsikring og standplads. Kursisterne skal lære at sikre andenmanden og at fire ham til jorden.

##### 4.4.1. Indhold af førning

Føring indeholder følgende punkter:

- 4.4.2. Sikringsmetoder
- 4.4.3. Sikringspunkter og ankre
- 4.4.4. Bevægelsesteknik
- 4.4.5. Adfærd og kommunikation

##### 4.4.2. Sikringsmetoder

Kursisterne skal lære at sikre med rebbremse af ATC-type. Fordele og ulemper ved ATC, 8tal og Gri-gri skal omtales.

##### 4.4.3. Sikringspunkter og ankre

Kursisterne skal lære kun at anvende egnede grene og stammer til sikring af standpladser/abseil. Kursisterne skal lære brugen af bundsikring.

##### 4.4.4. Bevægelsesteknik

Kursisterne skal lære grundlæggende bevægelsesteknikker for klatring. (Brug benene. Tænk på tyngdepunktet og trepunktsreglen.

# Klatresamrådets minimumskrav til begynderkurser i træklating

Norm 1: version 18-05-2013



Risici for og forebyggelse af skader skal omtales og en hensigtsmæssig måde at varme op på skal vises. Kursisterne skal lære at vurdere træ og grenes styrke og livskraft, samt at tage sig i agt for døde grene i trækrone under klatringen.

#### 4.4.5. Adfærd og kommunikation

Kursisterne skal lære hensynsfuld opførsel. De skal lære at undgå unødige råben.

Kursisten skal lære at anvende følgende udtryk:

**"Du er sikret!"** -når sikringsmanden har sikret rebet i rebbremsen.

**"Tag mig ud!"** -når han/ hun ikke har behov for at være sikret mere.

**"Du er ude!"** -når han/ hun ikke sikrer den anden mere.

**"Det er mig!"** -når rebet er stramt som opfordring til førstemanden om at sikre andenmanden.

**"Stram op!"** -når han/ hun skal fires ned eller skal hvile i rebet.

**"Slæk"** -når rebet er for stramt.

**"Reb!"** -når reb smides eller trækkes ned.

**"Gren!"** -når andet end reb falder ned.

**"Gentag!"** - Hvis der er tvivl om hvad der er blevet sagt/ råbt.

Kursisterne skal lære, at hvis der er mulighed for misforståelser, anvendes personnavne i stedet for "du" eller "jeg".

#### 4.5. Abseil.

Der skal abseiles i et roligt tempo og gøres opmærksom på faren ved ikke at gøre det. Kursisterne skal lære at abseile med hovedet opad, overkroppen lodret, ansigtet ind mod træets stamme og med fødderne spredt. Disse principper gælder også ved nedfiring af andre.

Kursisten skal lære at abseile med en egnet rebbremse, f.eks. en sticht-bremse eller et 8-tal. Instruktøren sikrer indtil det er forsvarligt at lade kursisten abseile selv med en klemknode. Kursisten skal lære at løsne en låst klemknode og en låst rebbremse. Kursisten skal lære, selv at låse rebbremsen under abseil.

#### 4.6. Træartskendskab.

Kursisterne skal lære at kende de træarter de må klatre i (Bøg, Eg, Birk, Ær og Skovfyr)  
Kursisterne skal kunne kende forskel på en død og

en levende gren

Kursisterne skal orienteres om vedets styrkeforhold og muligheder for at vurdere træernes Livskraft.

Kursisterne skal orienteres om biologiske og klimatiske forhold der har betydning for klatringen.

#### 4.7. Adgangsregler.

Kursisterne skal gøres bekendt med adgangsregler og ejerforhold i de danske skove og naturområder.

#### 4.8. Øvrigt

Kursisterne skal orienteres om mulighederne for at komme videre, finde klatremakkere og om andre kurser. Har kursisten deltaget i et kursus i et eller to hovedområder, skal muligheden for de øvrige hovedområder omtales. Danske klatreorganisationer omtales. Der skal gøres opmærksom på forskellen mellem klatring i træer og på klatrevæg/klippe.

##### 4.8.1. Praktisk afholdelse af kurset

Kurset skal ledes af en instruktør med erfaring svarende til Dansk Træklatreforenings/klatresamrådets træklatreinstruktørniveau eller mere.

##### 4.8.2. Kursusbevis

Hvis instruktøren finder, at kursisten har gennemført kurset tilfredsstillende, kan instruktøren udstede et kursusbevis.