

Svenska Klätterförbundets norm för

RÄDDNINGSKURS DEL 2

Gällande fr o m 2017



Svenska
Klätterförbundet

Utbildning

Svenska Klätterförbundets norm för

RÄDDNINGSKURS DEL 2

Nedan följer Svenska Klätterförbundets officiella kursnorm för räddningskurs del 2 med fokus på att rädda försteman och andra mer avancerade räddningstekniker.

Normen är utarbetad av SKF:s utbildningskommitté och är den miniminivå som SKF:s lokalklubbar och övriga kursarrangörer ska följa på sina räddningskurser. Kurser med lägre nivå får inte kallas räddningskurs del 2 eller liknande och får inte ge intryck av att ge en utbildning motsvarande den som här specificeras.

Förkunskaper

Förkunskaper motsvarande grundkurs i klippklättring, fortsättningskurs i klippklättring samt räddningskurs 1 och två säsongers praktisk klättring kan vara rimlig nivå för att eleven ska kunna tillgodogöra sig innehållet i räddningskurs 2. Det är också lämpligt att eleven har gjort en eller fler leder bestående av fler replängder (främst kortare replängder på mindre klippor i övningssyfte). Detta för att underlätta inläring på en högre nivå samt för att få systemförståelse. Eleverna kan också ha tillgodogjort sig motsvarande kunskaper på ett annat sätt vilket instruktören kan anse vara jämförbart.

Målsättning

- Kursen ska lära eleven mer avancerade metoder vilka kan användas separat eller kombineras för att med utrustning för klättring på naturliga säkringar (kilar, friends etc) och fasta förankringar, säkert och effektivt möta och förebygga olyckssituationer i brant klippterräng på klippor i icke alpin miljö under sommarförhållanden.
- Utbildningen ska vara sådan att eleven efter fullföljd kurs kan (utöver det eleven lärt sig vid räddningskurs del 1):
 - evakuera en immobiliserad replagskamrat i 1:e-mans- såväl som andremanssituation under försvårade omständigheter



- ta effektiviserande genvägar i situationer som medger detta
 - ta sig ner med och transportera en skadad klättrare med effektivast möjliga metod
 - göra bedömning utifrån ett räddningsscenario och rangordna fira, hissa lämna.
- Kursen ska tydliggöra faromomenten i klättring och den utsatthet som klättrarna befinner sig i. Särskilt vid klättring på klippor långt från bebyggelse och körbar väg.
 - Eleven ska också få förståelse för den tidsåtgång som ligger i att på egen hand och i grupp utföra en räddningsinsats på leder längre än repets fulla längd.
 - Kursen ska inspirera eleven att vidareutveckla sin kompetens genom kreativt användande av basmetoder inhämtade från räddningskurs del 1 såväl som de mer komplexa applikationerna ur del 2.
 - Eleven ska förstå vikten av kontinuerlig repetition för bibehållande av kunskaperna.

Generella krav

BENÄMNING: Räddningskurs del 2

TIDSLÄNGD: 2 dagar med minst 6 timmar klätterrelaterad praktik per dag. Vid mycket goda förkunskaper kan kursen genomföras på 1 dag, lämplig tidsåtgång är då minst 10 timmar. En lämplig riktlinje för detta kan vara att eleverna har mångårig erfarenhet av ledklättring med naturliga säkringar från fler olika klätterområden samt på egen hand har tränat på de moment som ingår i räddningskurs 1. Huruvida detta är möjligt bedömer instruktören från fall till fall.

ELEV/INSTRUKTÖR: Helst 2, maximalt 4 elever per instruktör. Detta för att skapa en god pedagogisk situation för eleverna och säkerhetsmässigt tillräcklig överblick för instruktören.

SÄKERHET: Instruktören ska genom framförhållning och uppmärksamhet sätta elevernas, egen och omkring varandes säkerhet som främsta prioritet. Instruktören ska föregå med gott exempel och därför i likhet med eleverna använda hjälm och handskar då situationen påkallar detta under kursen. Säkerhetsutrustning (PPE¹) använd i samband med kursen ska vara CE-godkänd och ha genomgått periodisk kontroll av kompetent person.

INSTRUKTÖRSBEHÖRIGHET: Samtliga instruktörer ska vara medlemmar i SKF. Minst en på kursen närvarande instruktör med huvudansvar ska vara av SKF auktoriserad klippklätterinstruktör oavsett om kursarrangör är lokalklubb ansluten till SKF eller annan arrangör.

¹ PPE Personal Protective Equipment.



Kursmoment

Repetition

Instruktören ska tillse att eleverna har nödvändiga förkunskaper och själva har tränat på nödvändiga moment. Instruktören kan också lägga in repetition av viktiga förkunskaper, exempelvis standplats, pruskiklättring, ta sig ur systemet samt hissar. I annat fall måste instruktören på plats omforma kursinnehållet till elevernas färdighetsnivå. Detta är extra viktigt om instruktören inte har kännedom om eleverna tidigare

Utrustning

Övningarna ska läggas upp på sådant sätt att de effektivt kan genomföras med ett utrustningssortiment som i stort motsvarar den standardutrustning som replaget medför vid friklättring på klippa. Ett tillägg från Räddningskurs 1 är att eleven ska få utföra vissa övningar med dubbel/twin rep för att på så sätt bättre förstå för och nackdelar med de olika typerna av rep². Detta också för att på ett så tillämpligt sätt inte göra avsteg från den utrustning som används vid klättring i fler replängder. Eleverna ska också påminnas under övningarna lära sig att komplettera med den skadade eller immobiliserade klättrarens utrustning då den egna medförda kanske inte räcker till. Vid behov kan instruktören låta eleverna prova olika enklare block och replämmor för att enklare beskriva hur räddningsövningarna med små medel kan förenklas.

Larmning och insatssamverkan

Kursen ska ge eleverna olycksfallberedskap genom att använda sig av SKF's Säkerhetsplan för utomhusaktivitet som underlag innan kursen startar. Eleverna ska i planen fylla i relevanta uppgifter för deras kurs och ta med sig vid kurstillfället för vidare diskussion med instruktören. Detta ska göras med omfattande än vid räddningskurs 1. Kursen ska beröra olika sätt att tillkalla hjälp i händelse av olycka och utreda vilken information som är relevant att förmedla vid larmning.

Kunskap ska förmedlas om professionell räddningspersonals sätt att arbeta vid en eventuell klätterolycka med speciell tonvikt på lokala aktörer och lokala förutsättningar. Eleven ska informeras om att i princip all räddningstjänst i Sverige saknar kompetens att rädda utsatta eller skadade klättrare i en fallriskmiljö. Undantaget är vissa lokala stationer av räddningstjänst och de två alpina fjällräddningsgrupperna. Eleven ska också informeras om hur räddning och larmning i andra länder fungerar. Eleven ska informeras om hur SLF's grundförsäkring fungerar, SKF's utökade försäkring samt själv ta reda på hur en egen försäkring fungerar.

Eleverna ska känna till att den första och främsta räddningen vid olycka sker av den egna replagskamraten och närbelägna klättrare.

² Instruktionen avgör detta i relation till elevens klättererfarenheter.



Struktur och kontakt

Kursen ska öka elevens mentala beredskap genom att strukturera dennes handlingsmönster och på så vis ge eleven en känsla för handlingarnas logiska ordningsföljd i ett räddningsarbete. Vid evakueringsövningar i klätterterräng ska alltid eleven påminnas om vikten av lämplig metodprioritering - t ex nedfirning kontra upphissning. Eleven ska under de olika övningarna förstå hur och i vilket skede han/hon ska söka kontakt med den skadade för att t ex sätta in 1:a-hjälpen. Eleven ska också förstå vikten av att kontinuerligt hålla en relevant kommunikation med en skadad eller utsatt person vid en incident/olycka och agera i enlighet med detta. Eleven ska lära sig vikten av att snabbt kunna ta sig till skadad 1:e- respektive 2:e man för att rädda liv i stället för att initialt starta firning/hissning.

Knutar

Eleven ska kunna applicera och vid exempelvis hissingsmanövrer använda ytterligare en typ av envägsbroms/backlås (t ex Garda-knut) utöver den som lärts ut på räddningskurs del 1. Eleven ska även kunna knyta av en repbroms av slot-modell med hjälp av ytterligare en avknytningsmetod (t ex knut runt det aktiva repet) utöver den som lärts ut på räddningskurs del 1. Elev ska kunna använda Mariners knot, kombination av HMS och Mariner vid upphängning av last för frigöring eller knutövergång vid nedsänkning av skadad med fler ihopskarvade rep. Andra nedsänkbara knutsystem som prusik i kombination med flätning kan också förevisas.

Standplats

Standplatsarrangemanget bör inte avvika för mycket mot vad som är normalt vid elevens privata klättring, men kan inledningsvis under kursen av pedagogiska skäl behöva göras så att de praktiska övningarna går smidigt och onödiga komplikationer undviks. Val av standplats ska göras utifrån möjligheter att förstärka upp extra säkringar för uppåtdrag.

Eleven ska göras uppmärksam på dessa omständigheters stora betydelse för arbetet vid en räddningsinsats.

Eleven ska också lära sig att hantera inkopplingspunkter som är längre än en armlängds avstånd från eleven.

Avlasta broms

Eleven ska lära sig lämpliga knutar och metoder för att på ett säkert sätt sänka ner en av två andremän som säkras i samma broms i guide läge.

Risker, säkerhet och inläring

Under alla övningar ska repet vara belastat med full kroppsvikt från klättraren som ska hissas för att påminna så mycket som möjligt om en riktig räddningssituation.

För att få en bättre pedagogisk fokus på själva momentet och de tekniska utrustningsbitarna bör all grundläggande genomgång och inläring initialt ske i icke



fallrisk miljö. Därefter kan instruktören rigga separata backupsystem då eleverna ska praktisera sin kunskap i fallriskmiljö.

Firning

Multipla firningar ska göras med skadad i horisontal-läge samt upprätt bredvid räddaren. Eleven ska vid firningar under kursen alltid vara backup-säkrad med fransk prusik.

Fira förbi knut

Eleven ska repetera från Räddningskurs 1, egen firning förbi knut och i kombination med detta skarva 2 rep för längre firning till marken. Eleven ska lära sig hur nedsänkning av annan klättrare går till med hjälp av 2 eller fler skarvade rep i kombination med HMS knut.

Fira, hissa eller lämna

Utifrån olika olycksscenarier ska eleven lära sig att prioritera vad som är möjligt att på egen hand och i grupp genomföra beroende på; skada, utsatthet, positionering på led (höjd över mark), geografisk position, ledens beskaffenhet, väder och vind samt tillgång till utrustning. **Eleven ska få förståelse för att det är enklast att fira med skadad därefter hissa upp skadad och i sista hand lämna skadad för att själv hämta hjälp.**

Skadad försteman och omlokalisering av standplats

Förutsättning: Förstemannen har fallit och skadat sig och mer än halva repet är ute. Det är inte möjligt att fira ner försteman till stand. 1:e mannen säkras med repbroms av slot modell i selen. Standplats är byggd för nedåt samt uppåtdrag.

Eleven ska lära sig:

1. Knyta av repbromsen. Förstärka standplatsen för ev uppåtdrag
2. Lastöverföring till standplats.
3. Rigga ordning för replättring och passage av säkringar. Replättring samt passage och förstärkning av viktiga säkringar.
4. Kontakt och 1:a hjälpen med 1:e mannen. Byggnation av ny standplats samt nedåtklättring till den gamla standplatsen.
5. Lastöverföring till den nya standplatsen. Prusikklättring. Därefter ska beroende på hur scenariot ser ut firning eller motviktsfirning ske.

Traversflyttningar av skadad i klätterterräng

Förutsättning: Förstemannen har fallit och skadat sig i under traversklättring. Detta omöjliggör nedfirning av 1:e mannen. 1:e mannen säkras med repbroms av slot modell i selen.

Eleven ska lära sig:

1. Knyta av repbromsen. Förstärka standplatsen för ev uppåt/sidodrag.
2. Lastöverföring till standplats.
3. Replättring samt passage och förstärkning av viktiga säkringar.



4. Kontakt och 1:a hjälpen med 1:e mannen. Inkoppling av 1:e mannen i den andra repänden.
5. Nedåtklättring till standplats och omlokalisering av 1:e mannen till standplats med hjälp av ömse firning och hissing.
6. Motviktsfirning samt firning till mark beroende på hur scenariot ser ut.

Som en extra avancerad övning kan en kombination av övningarna: Skadad försteman och omlokalisering av standplats/traversförflyttning av skadad i klätterterräng ske om instruktören anser eleverna tidigare eller under kursen på kort tid uppnått god färdighetsnivå.

Skadad andreman, omlokalisering av standplats och traversförflyttning

Under kursen ska instruktören diskutera med eleven vad som är lämpliga tillvägagångssätt då andreman skadas och repet inte räcker ner eller ledens karaktär ej möjliggör hissing eller motviktsfirning.

Säkrad soloklättring

Eleven ska lära sig teknik för säkrad soloklättring och vid vilka tillfällen inom räddning detta är tillämpligt. Eleven ska också lära sig att förstå nackdelar och faror vid denna typ av klättring.

Transport

Eleven ska lära sig att på enklare sätt transportera lättare skadad kamrat i icke fallriskterräng och samtidigt förstå komplexiteten i detta. Eleven ska också prova på att transportera kamrat i ryggsäckscoil på plan mark.

Risker, skador, försäkringar och första hjälpen

Instruktören ska tillsammans med eleven inventera klättringens många objektiva och subjektiva riskfaktorer och lista lämpliga preventiva åtgärder för att möta dessa risker. Fördelarna med problemförebyggande metoder jämfört med problemlösande ska poängteras. Skadebilden och försäkringsfrågor för klättersporten ska beröras och första hjälpen utbyggda "ABC-program" kort nämnas. Det ska tydligt framgå att momentet ej ersätter formell första hjälpen- eller HLR-kurs ledd av yrkesperson. Det står kursarrangören fritt att till denna normerade räddningskurs direkt koppla en formell första hjälpen- och/eller HLR-kurs. Hela kombinationsarrangemanget bör i det fallet utsträckas till minst en extra dag.

Allmän information

Instruktören ska informera om alternativa vägar för vidare fortbildning/information och ge feedback på vad eleven ska träna på. Eleven ska introduceras i att handha SKF:s Incidentrapport.



Kurslitteratur

- Climbing Self Rescue, av Andy Tyson and Molly Loomis
- Self – Rescue, av David J. Fasulo
- SKF:s rekommenderade tekniker (pdf) av SKF:s Säkerhetskommitté
- Stora boken om klättring, Nils Ragnar Gustavsson
- SKF:s officiella policy om tekniker och metoder där tveksamhet råder
- Utbildningsreglemente Försvarsmakten Firning Klättring 2001
- SKF Checklista för utomhusaktivitet
- SKF Säkerhetsplan för Utomhusaktivitet
- SKF Accesshandboken
- SKF Incidentrapport
- SKF Klättring utomhus
- SKF Det är du som bestämmer Klättring och allemansrätt
- The complete guide to rope techniques Nigel Shepherd
- Rock climbing essential skills & techniques Libby Peter MLTUK

