

Svenska Klätterförbundets norm för  
**AUKTORISERAD**  
**INOMHUSKLÄTTERINSTRUKTÖR**

Gällande fr o m 2018-09-16



Svenska  
Klätterförbundet

---

Utbildning

# Svenska Klätterförbundets norm för **AUKTORISERAD INOMHUSKLÄTTERINSTRUKTÖR**

Tanken med att auktorisera klätterinstruktörer är att säkerställa den höga kompetensnivå som finns bland Svenska Klätterförbundets instruktörer och skapa konsensus rörande metoder som utmärker den svenska klätterutbildningen. Auktoriseringssystemet ska generera instruktörer som på ett säkert, kunnigt och effektivt sätt kan utbilda, vägleda och inspirera sina elever. Genom att anlita en auktoriserad instruktör försäkras eleven om att instruktörens kompetens motsvarar föreliggande riksnorm. Auktorisationen ska också vara ett stöd för klättersporten vid kontakt med allmänhet, organisationer, myndigheter, företag m fl. Normen gäller fr o m 16 september 2018.

## **Definition av instruktörsnivån**

Instruktören är begränsad till att endast arbeta på artificiella klätterväggar. En auktoriserad inomhusinstruktör är en instruktör som uppfyller gällande grundkrav, d v s är godkänd av Svenska Klätterförbundet vid examination för denna behörighetsnivå och har fullgjort sina åtaganden för bibehållande av giltig licens.

En auktoriserad inomhusklätterinstruktör ska ensam och med andra kunna leda kurser och ansvara för arrangemang med klättring och därtill associerade aktiviteter på artificiell klättervägg som huvudtema. Tekniker och metoder för klättring utomhus ska inte förekomma på normerade klätterkurser inomhus. För att kunna fullgöra sina uppgifter förväntas en auktoriserad instruktör behärska alla de moment som ingår i SKF:s normerade kurser för klättring inomhus. Kursnormerna finns på SKF:s hemsida [bergssport.se](http://bergssport.se).

Instruktören förväntas ha personlig erfarenhet av och behärska alla de moment, tekniker och utrustningsdetaljer som nämns i SKF:s publicerade normer för klätterkurser, kraven nedan samt förkraven enligt Aspiranthandledningen.

## Examination och behörighet

Inomhusinstruktörer auktoriseras av SKF:s examinatoreer som ingår i Gike (gruppen för instruktörskurser och examinationer). Auktoriserad inomhusinstruktör har behörighet att hålla i topprepskurs, ledkurs och uppklattring samt utfärda toppreps- och ledkort.

Inomhusinstruktören kan i sin tur examinera topprepsinstruktörer, efter att ha hållit minst fem normerade inomhuskurser och varit auktoriserad instruktör i minst två år.

För att inneha giltig licens ska instruktören fortlöpande vara medlem i en förbundsansluten klätterklubb och minst vart tredje år delta i ett av SKF arrangerat instruktörsseminarium. Instruktören är själv skyldig att hålla sig uppdaterad om gällande normer och lagar rörande klättring inomhus.

## Kunskapskrav på instruktören

En auktoriserad inomhusklätterinstruktör ska förutom ovanstående kunna uppvisa följande kompetens.

Instruktören ska kunna lära ut och genomföra:

- Topprepsklättring och -säkring
- Ledklättring och -säkring
- Klättring med självsäkringsutrustning, exempelvis Trueblue autobelay

Vidare ska instruktören kunna lära ut/ansvara för:

- Uppklättring för toppreps- och ledkort enligt gällande norm.
- Topprepsinstruktörskurs för blivande instruktörer (efter att tillräcklig erfarenhet uppfyllts, se Examination och behörigheter).
- Klätterutrustning som används vid inomhusklättring vad gäller funktion, uppbyggnad, material, livslängd, hållbarhet, testning av utrustning. Instruktören ska även kunna visa på fördelar med olika modeller samt hur man kontrollerar att utrustningen är funktionell i enlighet med PPE. Dessutom ska instruktören kunna tipsa om inköpsställen och cirkapriser för vanligt förekommande klätterutrustning.

- Grundläggande klättert teknik.
- Uppvärmnings- och rörlighetsövningar i syfte att minska skaderisken samt öka prestationsförmågan.
- Boulderering för nybörjare.

Instruktören ska alltså ha god kompetens i samtliga moment som ingår i inomhusklättringens normerade kursers, och tillräcklig kunskap för att även besvara frågor utanför kursnormerna, exempelvis rörande utrustning.

Instruktören ska ha personlig färdighet i/kunskap om:

- Säkerhetsrisker med inomhusklättring i allmänhet samt hur dessa kan förebyggas.
- Möjliga incidenter som kan uppstå på och vid en klättervägg samt hur de kan förutses och förebyggas, samt - om inträffade - omhändertas.
- Produktsäkerhetslagen och hur den påverkar arbetet som klätterinstruktör.
- Försäkrings- och ansvarsfrågor rörande instruktörer och klättrare, samt försäkringar som klättrare omfattas av.
- Svenska klätterförbundets normer för auktoriserad inomhusklätterinstruktör och där tillhörande kurser.
- Svenska klätterförbundet och dess organisation, styrelse och kommittéer.
- Utomhusklättring; tillräckligt för att ge klättrare på artificiella väggar relevanta råd för att komma vidare till att börja klättra utomhus. Dessutom ska instruktören vara förtrogen med utrustning och tekniker som används vid klippklättring och som kan dyka upp vid inomhusväggar, exempelvis knopar såsom pålstek, HMS-knut, jumareringsutrustning etc.
- Svenska klätterförbundets normer för sportklätterkurs och klippklätterkurs i de fall elever har intresse av att fortsätta sin klättring utomhus.
- God kommunikationsförmåga med elever och andra klättrare.
- Tillämpat gruppleaderskap anpassat efter elevernas olika behov, samt viss kunskap i de teoretiska grunderna bakom detta.
- Klätterväggars konstruktion, material och hållfasthetskrav rörande delar som ankare, väggar, bultar och grepp.

- Klättring som idrott. Klättringens träning, rörlighetsträning, skaderisker, tävlingsformer, graderingssystem etc.
- De olika formerna av klättring som sker på en klättervägg, exempelvis bouldering, traversering, topprepsklättring, ledklättring samt de olika formernas egenart och specifika behov.
- Lämplig metod för repklättring vid ledbygge.
- Grundläggande aspekter att tänka på vid ledbygge med betoning på säkerhet.
- Att hålla god ordning och skick på egen säkerhetsutrustning samt på den utrustning som används vid kurs.
- PPE-inspektion, tillvägagångssätt och var informationen kan inhämtas.
- Kapacitet att ledklättra en led graderad 5c, på ett instruktörmässigt sätt och med god marginal. Med instruktörmässigt menas att instruktören ska kunna uppvisa en egen färdighet lämplig för elever att efterlikna.
- Grundläggande kunskap rörande allmän klätterhistoria och utveckling.
- Att åtgärda lindriga skador och ge första hjälpen i händelse av allvarlig olycka.

## **Instruktörens tumregler**

En av Svenska Klätterförbundet auktoriserad inomhusinstruktör ska alltid i sitt arbete sträva efter att uppfylla tre grundläggande tumregler:

**Sörja för sin egen, sin elevs och sin omgivnings säkerhet.**

**På bästa sätt förmedla kunskap och erfarenhet till den som så önskar.**

**Inspirera och entusiasmera genom ett glädjefyllt och äkta engagemang.**