



TOPPTURSKURS - LEVEL II

Vad kul att just du ska vara med på Toppturskurs! I detta dokument hoppas vi att du hittar information som gör att du kan komma förberedd till kursen. Tveka inte att höra av dig om du har frågor.

Kursen leds av certifierade fjälledare. Detta säkerställer att kursen håller högsta kvalitet och är uppdaterad efter rådande normer, samt att du vet att utbildningen går till på ett säkert sätt som Konsumentverket kräver.

Summit Guides har en önskan att minska tröskeln för vad som krävs för att vara med på våra aktiviteter och bidra till en sund syn på konsumtion. Vi uppmuntrar därför våra gäster att hyra utrustning och att välja miljövänliga transportsätt till kursen. Vi kan hjälpa till med uthyrning och ge råd om bra sätt att resa. Hör av dig om du vill ha tips!

Tid & plats

Plats: Sylarna, Jämtland

Samling dag 1: Plats för samling avtalas med Summit Guides. Samling är antingen i Åre för transport till Storulvån eller på Storulvån i god tid innan vesslans avgång till Sylarna.

Avslut dag 4: På eftermiddagen efter avslutning och utvärdering. Antingen på Storulvån eller efter transport tillbaka till Åre.

Deltagare: Minst 4 st och max 6 st/instruktör

Förväntningar från Summit Guides

- Du är minst 18 år gammal
- Du har en försäkring som täcker kursens aktiviteter (offpistiskidåkning)
- Du bör kunna åka offpist i olika snöförhållanden
- Du har tagit till dig innehållet i det här dokumentet

Under kursen kommer vi att bo på Sylarna Fjällstation. Stationen ligger på kalvfjället vid foten av Sylmassivet, 16 km från närmsta väg. Det innebär att kursens utformning och upplägg i hög grad är beroende av aktuella väder- och snöförhållanden. Är vädergudarna med oss kommer vi att ha fyra fantastiska dagar i Sylarna. Är vädret grinigt kan vi behöva lägga om kursen och retirera till Storulvån eller Åre och hålla oss i mindre väderutsatt terräng och ändå ha fantastiska dagar. Viktigt alltså att ha ett öppet sinne och vara anpassningsbar, som alltid när vi är ute på fjället!



TOPPTURSKURS - LEVEL II

Utrustning

Vi är ute på fjället under den största delen av kursen. Lämpliga kläder för vinterfjäll är därför ett måste. Ett par tofflor är skönt att ha då vi är inomhus på fjällstationen. Reselakan och handduk är något vi också rekommenderar att du tar med. Ta gärna med kompass och karta över området om du har.

Utrustning som ingår i kursen:

- Vindsäck
- Spade, sond och transeiver: Ta gärna med din egna utrustning om du har. Transeivern ska vara av digital modell med tre antenner och avflaggningsfunktion. Spaden ska vara av metall och sonden ska vara minst 240 cm lång.

Obligatorisk utrustning för alla deltagare:

- Topptursskidor eller splitboard
- Stighudar
- hjälm och goggles/solglasögon
- Rygsäck (ca 35 liter)
- Förstärkningsplagg (dun/syntet-jacka)
- Extra handskar/vantar
- Lunch, fika och varm dryck (termos) till dag 1
- Något att anteckna på
- Första förband

Under kursen kommer vi att gå igenom: Mycket tid kommer att läggas på terrängbedömning och smarta och säkra vägval på väg upp och ner för fjället. För att ha en bra plan innan vi går ut på tur kommer också mycket vikt att läggas på att planera turer. Detta gör vi med hjälp av olika kart-, väder- och lavinprognostjänster. Givetvis blir det träning med karta och kompass för att kunna orientera oss och följa våra turplaner. Sist men inte minst kommer vi att ha praktisk träning med transeiver, spade och sond för att repetera och säkerställa att alla i gruppen har grundläggande kunskaper i att använda sin lavinutrustning.

Så klart siktar vi också på att få bra åkning och gött häng tillsammans inne på fjällstationen med bastu och trevliga middagar!