



# LAVINKURS - FRIÅKNING 2

**Vad kul att just Du ska var med på lavinkurs!** 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 IFMGA aspirantguide.** 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 isåfall!

## Tid & plats

**Plats:** Enaforsholm

**Samling dag 1:** 8.30

**Avslut dag 1:** kl 17.00

**Samling dag 2:** 8.00

**Avslut dag 2:** 16.00

**Samling dag 3:** 8.00

**Avslut dag 3:** 16.00

**Deltagare:** Minst 3st max 6st /instruktör

**P.g.a rådande förhållanden så har vi vidtagit åtgärder för att minska smittspridningen. Vi har därför flyttat all teori från Haglöfsbutiken till internetet. Länk till mötet kommer när du väl bokat din kurs. Vi har även minskat antalet till 7st deltagare/grupp**

## Förkrav

- Minst 18 år gammal
- God kondition
- Hem/olycksfallsförsäkring som täcker offpistskidåkning
- Du bör kunna åka offpist i olika snöförhållanden
- Genomfört SVELAV Friåkning 1



# LAVINKURS - FRIÅKNING 2

## Utrustning

Vi är ute på fjället under en stor del av kursen. Lämpliga kläder är ett måste. Transceiver ska vara av digital modell med tre antenner. Spaden ska vara av metall.

### Utrustning som ingår i kursen:

- Vindsäck
- Första hjälpen
- Kurslitteratur
- Lavinkit (transceiver, sond, spade. Säg till i förväg om ni vill låna detta!)

### Utrustning per deltagare:

- Alpina turskidor (Randonné), Splitboard eller telemarksskidor samt stighudar
- Lavinryggsäck (airbag) omkring 40 liter
- hjälm
- Transceiver
- Sond minst 240 cm lång
- Spade med rakt och platt blad
- Snösåg och rutschblocksnöre/ECT-såg
- Klinometer (lutningsmätare) alternativt lämplig mobilapp
- Kompass, höjdmätare, GPS-mottagare
- Mobiltelefon (ev. satellittelefon, satellitnödsändare)
- Första hjälpen
- Klädsel lämplig både för aktivt och stillastående arbete i kall och blåsig fjällmiljö
- Termos, solglasögon, skidglasögon med mera