



NF- BREINSTRUKTØRKURS - METODEKURS

Deltakarane skal bli medvitne om kor viktig sikre vegval på bre og i alpint terreng er, og gjerast godt kjende med metodesett og tankegang for sikring og redning på bre, i snøbakkar og utsett terreng (ikkje klatreterreng). Deltakarane skal vise at dei kan orientering, er normalt uthaldande og meistrar rørsleteknikk i ulendt terreng, på snø og is. Etter gjennomført kurs og med tilråding frå kursleiar, skal ein vere kvalifisert til å føre grupper på tilrettelagde ruter i blåis som assisterande breførar. I tillegg er ein – etter ein praksisperiode på 5 ev. 6 dagar på brekurs – kvalifisert for opptak på Vegleiarkurset, den avsluttande delen av NF-Breinstruktørkurset.

Dag	Stad	Praksis	Teori
Søndag	Bretun kl. 20:00	Kursopning/presentasjon. Inndeling i taulag. Knutar og innbinding, kurs og føring. Standard utstyr som vegleiar/førar.	Neste dag.
Måndag	Vivakulen	Sikringsteknikk/-middel på snø. Snøbakketeknikk. Alternative sikringar Rigging av standplassar - rigging av faste tau Kile- og slyngeplassering på steingrunn Orientering	Oppsummering. Brelære. Sikringsteori brevandring Fyrstehjelp, varsling, organisert redning. Neste dag
Tysdag	Nigardsbreen	Fransk stegjarnsteknikk Sikringsteknikk. Gange i taulag (instruktørrolla på kurs og føring). Besøk på Breheimsenteret.	Oppsummering. Turplanlegging (mat/drikke, alpine farar, gange på snødekt bre). Neste dag.
Onsdag	Fåbergstølsbreen	Vegval på is og snø	Oppsummering. Standarder, lover og reglar Verdiar fjellsport-historie. Neste dag
Torsdag	Tuftebreen evt. Vivakulen	Snøredning (enkel talje og utviding av denne) Redning av skada 1:3 og 1:6 talje	Oppsummering. Sikringsteori klatring på is. Vegleiarrolla Neste dag.
Fredag	Nigardsbreen	Klatring og rapell. Div. topptau- og rapellfester. Klemknutegang, med og utan tauklemmer. Kurset samla får ei avsluttande oppgåve (case) på breen (t.d. redning av medvitslaus person).	Info om vegleiarcurset. Tilråding av litteratur. Vurdering. Oppsummering Sosialt samvær.
Laurdag	Bretun	Opprydding/vasking. Heimreise	

Dette programmet kan bli justert og rekkjefølgja av dei ulike øvingsmomenta endra, avhengig av dei praktiske tilhøva som is-, snø- og vertilhøve, sprekker etc. Kurset vil likevel i all hovudsak bli gjennomført etter dette oppsettet.



KURSINFO

- NÅR:** Kurset varer fem dagar frå søndag kveld til neste laurdag føremiddag.
- SØKNADSRIST:** 01.05
- HVOR.:** Oppmøte på Bretun I Jostedalen søndag kveld kl. 20.00. Sjå vedlagt kart.
- REISERUTAR:** For detaljert info om bussruter til Jostedalen, sjå www.ruteinfo.net og info om reiseruta med bil finn du på: <http://www.bfl.no/vegar-hit.html>
- OVERNATTING:** Bretun – med sovepose i køyesenger i fleirsengsrom.
- MAT:** Kursdeltakarane har eigen mat og steller seg sjølve. På Gjerde, 2,5 km frå Bretun, er det ein matvarebutikk som ein passerer på veg til/frå breen. **NB!** Ta med mat for søndag kveld og måndag fram til middag
- TRANSPORT:** Det er ein fordel med eigen bil til intertransporten på kurset.
- KLEDE:** Solid regntøy, vindtøy, lue, vottar, sokkar, langt undertøy, inneklede.
- FOTTØY:** Solide, stegjarnfaste fjellstøvlar. Innesko
- DIVERSE:** Ryggsekk, sovepose, liggeunderlag, termos, fyrstehjelpsaker, M711-kart (Jostedalen 1418 III og Skridulaupen 1418 I), kompass, solbriller og solkrem. Karta kan kjøpast i butikk i Jostedalen.
- BREUTSTYR:** Isøks(to stk. inkl. ei klatrøks), stegjarn, bryst- og setesele samt innbindings-slynge, 3 isskruar (min. 20 cm), 7 karabinarar (inkl. ein HMS-skrukarabinar og ein vanleg med skru), eit snøanker, hjelm samt sydde bandslynger; Me brukar to sett sydde bandslynger; sikringsslynge(2 stk) a 120cm slynge og klemknoteslynge (2 stk) a 60cm slynge. Desse slyngene kan bli kopla saman til ei fotslynge med eit ankerstikk. P.g.a lav smeltepunkt anbefaler vi ikkje rene Dyneema slynger (Polyetylen,-PE), men en balnding av Dyneema og Polyamid (PA og PE) eller evt. slynger av berre Polyamid (PA).
- KRAV:** Minimum 18 år ved opptak til instruktørkurs. Brekurs eller tilsvarande og minst to års erfaring med alpine turar samt breturar sommar og vinter med overnatting ute.
- GODKJENNING:** Stått NF-metodekurs kan gje godkjenning som NF-assisterande breførar. Meir info om breinstruktørutdanninga, finn du i NF-standarden på: www.fjellsportforum.no

NB! NF-Metodekurset er ikkje eit vidaregåande brekurs men eit kvalifiserande NF-kurs. Det betyr at ein forventar at deltakarane meistrar dei momenta ein går gjennom på kurset. Dersom ein er usikker på t.d. redningsmetodar på bre bør ein 'friske opp' kunnskapen på dette feltet før kurset tek til. Våre vegleiarar instruktørar kjem ikkje til å instruere men derimot å vegleie deltakarane. Det betyr at alle i fellesskap med minst mogleg hjelp av instruktørane skal kome fram til føremåls-tenlege tekniskar og metodar for brevandring på grunnleggande brekurs. Tilsvarande gjeld og for dei teoretiske emna. Ein bør difor lese gjennom Breboka og annan relevant litteratur før kurset tek til.

Ev. forsikring er deltakaren sitt eige ansvar. Me tilrår å teikne ei reiseforsikring som dekkar kostnadene dersom du må avlyse kurset på grunn av skade/sjukdom.

VEL MØTT TIL NF-INSTRUKTØRKURS I JOSTEDALEN!



JOSTEDALEN BREFØRARLAG AS
www.bfl.no



GENERELLE VILKÅR

PÅMELDING: Påmeldingsfrist for kurs, skiturar, eigenfører- og gruppebestillingar er tre veker før tur-/kursstart. Ved ev. påmelding etter at fristen har gått ut, ring og høyr om det framleis er ledige plassar. Påmeldinga er bindande for Jostedalens Breførarlag AS (BFL) når heile tur-/kursavgifta er motteken. Deltakarane får tilsendt detaljert tur-/kursprogram med utstyrsliste når bindande påmelding er motteken.

TINGING FOR GRUPPER/EIGENFØRAR: Etter påmeldinga sender me ei stadfesting som må signerast og returnerast til avtalt tid. Den oppførde prisen og det avtalte depositum i stadfestinga er bindande.

PRISUTREKNING: Prisane blir utrekna i høve til tilbodets form og er bindande. Dersom t.d. statlege avgifter eller transportkostnader for båten på Nigardsbrevatnet aukar, vil prisen bli automatisk justert.

AVBESTILLING: Ved avbestilling før påmeldingsfristen, vil deltakaren få attendebetalt innbetalt avgift minus kr. 300.- Etter påmeldingsfristen og fram til 10 dagar før tur-/kursstart vil deltakaren få refundert 50% av den innbetalte tur-/kursavgifta.

Private kurs og skiturar på Jostedalsbreen: Påmeldingsfrist for private kurs og skiturar er tre veker før tur-/kursstart. Påmeldinga er bindande for Jostedalens Breførarlag AS når heile tur- og kursavgifta er motteken. Ved avbestilling etter påmeldingsfristen og fram til 10 dagar før tur-/kursstart vil deltakaren få refundert 50% av den innbetalte tur-/kursavgifta.

AVLYSING: BFL kan avlyse turen/kurset grunna vanskelege is-, snø- og vertilhøve, for få påmeldingar e.l. Deltakaren skal bli orientert om ev. avlysing seinast sju -7- dagar før turen/kurset startar. Heile den innbetalte summen vil då bli attendebetalt.

ENDRINGAR: BFL vil så langt råd er gjennomføre dei oppsette turane/kursa etter programmet. Om det blir naudsynt har BFL likevel rett til å endre programmet. Slike endringar har ingen konsekvensar for prisen.

DELTAKARENS ANSVAR: Deltakaren må sjølv vurdere om han/ho fyller dei krava som tur-/kursprogrammet stiller. Deltakaren pliktar vidare å ha med seg det utstyret som er nemnt i det tilsende programmet og å rette seg etter tilvisingar gjeve av føraren. Om dette ikkje skjer kan deltakaren utelukkast frå arrangementet utan at det kan krevjast kompensasjon. Å delta på turane og kursa våre skjer på eige ansvar. Dette vil seie at BFL ikkje står ansvarleg for skader/uhell som måtte oppstå på deltakarane i tilknytning til arrangementa våre. Deltakarane må underskrive ei ansvarserklæring når turen eller kurset tek til.

FORCE MAJEURE: Ved hendingar utanfor BFL sitt herredømme som t.d. brann, naturkatastrofe ol. har BFL rett til å heve avtalen utan erstatningsplikt.

Ev. forsikring er deltakaren sitt eige ansvar. Me tilrår å teikne ei reiseforsikring som dekkar kostnadene dersom du må avlyse turen/kurset på grunn av skade/sjukdom.

TLF: +47 576 83 111
ORG-NR: 984 616 678

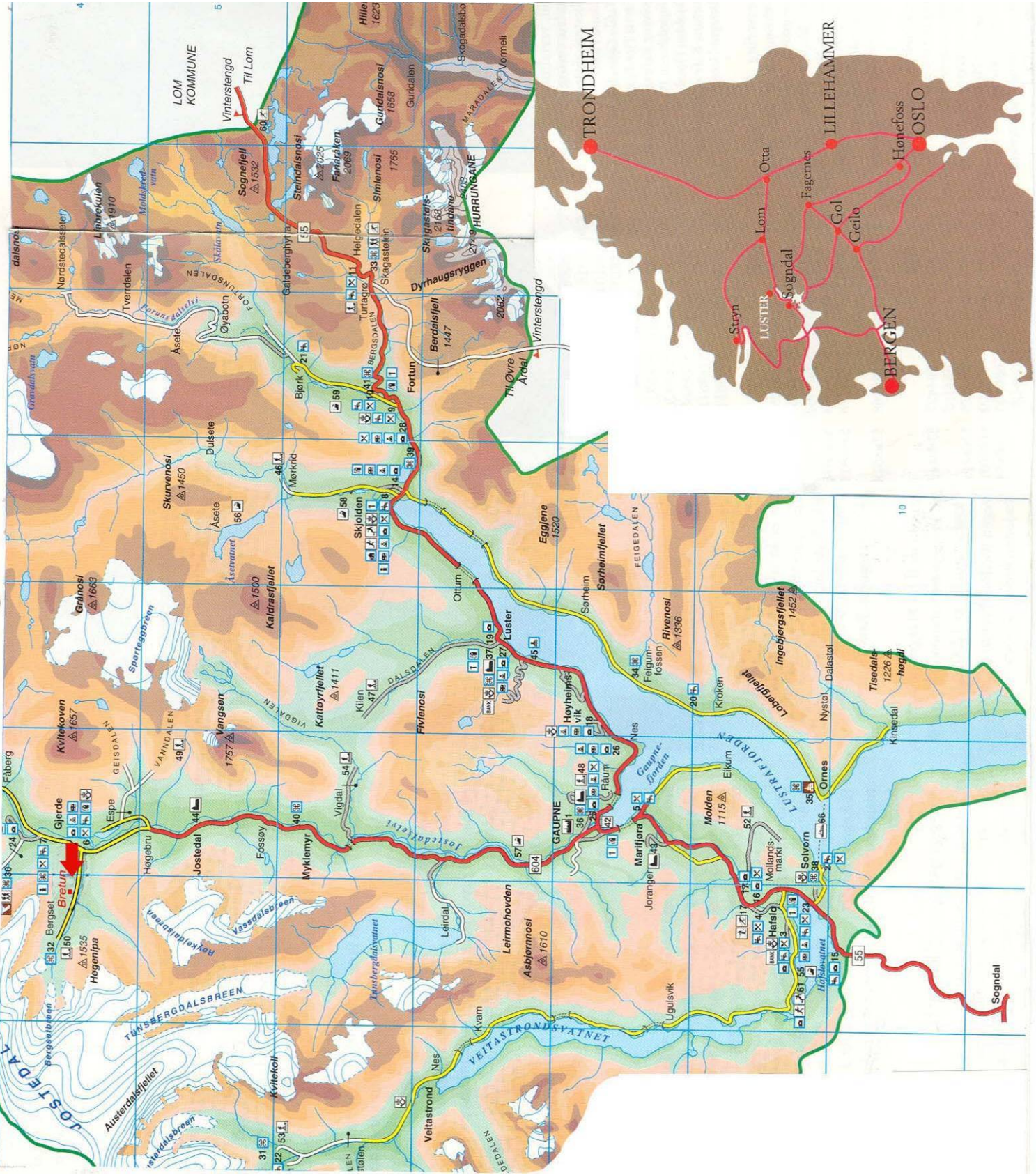
MAIL: post@bfl.no
BANK: 3785.60.83765



JOSTEDALEN BREFØRARLAG AS
www.bfl.no



Slik kjem du deg til Jostedalen :



TLF: +47 576 83 111
ORG-NR: 984 616 678

MAIL: post@bfl.no
BANK: 3785.60.83765