

T2 Skeiðs standardur

Skeiðs standardur fyri skeið T2 – At skipa eina leið (føring)

Skeiði er samansett av trimum þórtum

- **Formalia** – reglur fyri T2 skeiði hjá Klintrifelag Føroya
- **Innihald á skeiðinum** – frágreiðing um partar sum skulu verða við í skeiðinum
- **Besta mannagond** – frágreiðing um skeiðsinnihaldi, sum kann brúkast av instruktøri og skeiðsluttakarum sum eitt amboð til at minnast innihald av skeiðnum. Besta mannagond – greiður frá háttum sum Klintrifelagi viðmælur verða brúktir, av tí at tað er ein tryggur háttur og lætt at føra fram til nýbyrjarar

T2 Skeiðs standardur Formalia

Endamál

Endamál við skeiðinum er at luttakarar kunnu tryggja og føra eina leið sjálvstøðugt T2 skeiði

Instruktorurin

Fyri at undirvísa á T2 skeiðinum skal man hava lokið Instruktor útúgvung 2 ella hægri, tað er Klintrifelag Føroya sum hevur ábyrgd av at instruktørar hava røttu útúgvungina og hava dagført instruktør prógv.

Fyri at brúka logo og navn hjá Klintrifelag Føroya (KF) ella at skipa fyri skeiði ella øðrum klintrivirksemi undir navninum hjá KF skal ein instruktørur verða góðkendur av Klintrifelagnum.

Skeiðs stað

T2 skeiði snýr seg um klintring á gjørdum klintriveggi fevnur ikki um klintring á kletti.

Longd á skeiðinum

Umleið 6 tímar bytt út yvir tveir dagar. Um T1 og T2 leggjast saman er samlaða tíðin umleið 9 tímar bytt út yvir tveir til tríggjar dagar.

Skeiði er tó ikki lokið áðrenn luttakarar hava víst at teir kunnu tryggja og klintra sjálvstøðugt.

Instruktor og luttakara lutfall

Útgangstøði fyri skeiðs standardin er, at ein instruktørur hevur 2-3 luttakarar. Um fleiri luttakarar eru á einum skeiði kann tað vera neyðugt at brúka longri tíð. Tað er til ein og hvørja tíð ábyrgdin hjá instruktørinum, at allir luttakarar vælkendir við pensum áðrenn teir sjálvir kunnu tryggja sjálvstøðugt.

Aldursmark

Man skal vera 15 ár fyri at fáa T2 tryggdar skeið, tó kunnu yngri børn luttakað og læra pensum men tey kunnu ikki fáa skeiðsprógv.

T2 Skeiðs standardur

Innihald á T2 skeiðinum

Endutøku av skeið T1

- Klintriseðli
- Íbinding av seðla
- Stopknút
- Makkarakekk
- Orðaval
- Trygging við toppreipi

Útgerðskunnleiki 2

- Snarlykkjur
- Kveila reib
- Fallfaktor

Trygging av fyrstamanni

- Turrvenjing
- Trygging af fyrstamanni við bakstoppara
- Fyrimunir og vansar við botntryggin
- Sjálvstøðug trygging
- Trygging við Gri-Gri (møguleiki)

At skipa eina leið (føra)

- Venja klip frá jøðrini
- Klip frá rættari hædd
- Klip í toppakker
- Vandamikið fall (detta fyri sløður, tíðliga á leiðini, manglandi dynamiskt fall)

Fallvenjing

- Fallteknikkurt
- Dynamiskt fall
- Framferðarháttur í falli

Klintri teknikkur

- Upphiting
- Javnvág
- 3-4 klintri spøl og venjingar
- Evt. Buldring/tryggleiki við buldring

T2 Skeiðs standardur

Besta mannagongd

Útstýrskunnleiki 2

- **Reip**

Ein ella fleiri hættir at kveila reib.

Læra um reibposa, hvussu ein finnur miðuna á reibi, og reibverju til síðing.

Tey læra hvussu ein kannar reib, og nær reib skal beinast burtur.

Snarlykkjur

Skeiðlutakarirnir læra mun á karabinum við beinum og boygdum lukkarum og “wiregates”.

Skeiðlutakarirnir læra at samla eina snarlykkju rætt.

Trygging af fyrstamanninum

- **Turrvenjing.** Skeiðlutakarirnir læra at tryggja við ATC-bremsu.

Tryggingarhátturin læra tey niðri á jørðini. Hetta skal dugast væl áðrenn farið verður á vegginn

Skeiðlutakarirnir læra “sliding-hand” teknikkinn

Tað verður lagt vegt á fylgjandi:

- Hondin ið bremsar sleppur ikki reibinum tá ein “slidar”
- Hondin ið bremsar læsur reibið tá hon ikki glíður
- Hondin ið bremsar er altíð aftanfyrri bremsuna.
- Tá ein hevur at, tekur reip inn, brúkar man hondskifti eins og tá klintra verður á topp-reip
- Hondin ið bremsar má ikki koma ov tætt við bremsuna
- Hin hondin má ikki halda fast um reipið sum fer til klintraran, tí hettar mótarbeidur bremsini at fanga
- Skiftið millum at “glíða” tá ein slakar og “hondskiftið” tá ein hevur at skal lærast væl.
- Hettar kan venjast við at hála reipið út og inn.

Tá hettar er lært gjølla klintra skeiðlutakarir við við bakstoppara. Tað er instruktørurin ið tekur støðu til nær skeiðlutakarirnir eru klárir til at tryggja sjálvir.

At skipa eina leið (føring)

Skeiðlutakarar læra at klippa á jørðini áðrenn farið verður at klintra. Tey kunnast um vandarnar við “bak-klip” og “Z-klip”.

Tey kunnast um at :

- klippa í rættari hædd, umframt at klippa fyrsta bólt høgt.
- Hvussu ein setur snarlykkjuna rætt í vegginn
- Hvønn ved snarlykkjan skal venda í mun til hvønn veg ein klintrar
- Hvussu ein klippur seg í toppakker (2x karabinur)

Kunning um vandar við føra eina leið

T2 Skeiðs standardur

fall áðrenn fyrsta trygging er sett í. Tey læra at spotta og um fallmáttur. Fysta trygging skal klippast høgt.

fall áðrenn 2. Og 3. Bólt. Kunnast um at her er vandi fyri detta niður og at tað er tydningarmykið at klippa í hædd við miðuna og ikki klippa høgt. Tryggingarmaðurin skal verað serliga varin og ikki geva ov nógv út og ikki hava slaka.

At detta fyri sløður (pendulfall). Greiða frá at hettar kan koma fyri um ein klintrar við síðurnar av klintrileiðini (tað kan koma fyri í Norðadali).

Fallvenjing

Fallteknikkur: Skeilutakarirnir læra at falla á rættan hátt – við at trysta seg spakuliga út frá veginum og taka frá við fótum og hondum.

Líðandi venjing við fall: tey læra fyrst at seta seg í seðlan, síðani minni fall, og til seinast falla yvir seinastu tryggin.

Dynamisk fall: tey kunnast um háttir at tryggja dynamisk og hvønn fyrimun hettar hefur. (minni belastningur á útgerð og klintraran)