

TOPPTURKURS

Hva er den enkleste måten å komme seg inn i bindingen og hvordan låser jeg støvlene

Har du lyst til å komme i gang med å gå toppturer, men føler du mangler grunnleggende kunnskap og erfaring?

Meld deg på vår nybegynnerkurs topptur. Dette er et introkurs til å gå toppturer på ski/splittboard med fokus på gode skiopplevelser hvor trygg ferdsel, sikkerhet og skiglede står sentralt.

Du trenger ingen tidligere erfaring med toppturer men skal kunne kjøre alpint på ski eller brett. Deltakere skal være min 18 år.

Målet med denne kurset er at du skal kunne gjennomføre toppturer i enkel terreng på en trygg og sikker måte og at kunnskap nok for å kunne nyte turen. Du kommer få lære deg.

- håndtere utstyret man bruker på en topptur
- om fjellterreng, skred og vær
- hvordan man planleger en tur
- hvordan man beveger seg effektivt opp og ned for fjellet
- skiteknikk og kompiskjøring
- bevege seg som en gruppe på fjellet
- kommunikasjon og gruppedynamik på tur
- sikkerhet og Fjellvettreglene
- lese kart og måle bratthet og utløpsjoner for skred

Kurset blir gitt over 2 1/2 dager.

- Fredag 22 feb kl 17-21 i Kroken Alpinpark.
- Lørdag 23 feb kl 9-15 på tur, kl 16-19 inneøkt
- Søndag 24 feb kl 9-15 på tur

Heiskort i Kroken på fredagen er ikke inkludert i kursprisen.

Vidare informasjon og utstyrliste blir sendt ut til deltakere i forkant av kurset.

Ved spørsmål ta kontakt med turlleder Sofia Henriksson.

Kurs

Fra dato: 22. februar kl. 17:00

Til dato: 24. februar kl. 16:00

Vanskelighetsgrad: Enkel

Passer spesielt for: Voksne

Turtyper: Kurs, Skikurs, Topptur, Toppturkurs

Arrangør: Fjellsportgruppa i Troms Turlag

DNT-MEDLEM

1900,-

IKKE-MEDLEM

2400,-

Påmeldning:

<https://troms.dntfjellsport.no/aktiviteter/>

Påmeldingsfrist: 18. februar 2019

Kontaktinformasjon:

Sofia Henriksson

Tlf. 45419762

E-post: sofia.henriksson@gmail.com

