



VINTERFJÄLL



LEDARSKAP OCH FRILUFTSLIV PÅ VINTERFJÄLLET

Vill du utveckla dina kunskaper i vinterfriluftsliv och bli tryggare i att leda grupper på fjället?
Här får du kunskap, erfarenhet och trygghet för fjällivet vintertid.

DET HÄR FÅR DU MED DIG

TRYGGHET I FJÄLLMILJÖ

Lär dig planera
utifrån väder och
naturens förut-
sättningar.

PRAKTISKA FRILUFTS- KUNSKAPER

Orientering, förflytt-
ning samt planering
av lägerplats och
bivack.

ERFARENHET AV LEDARSKAP

Lär dig leda
grupper på
vinterfjället.

FÖRMÅGA ATT HANTERA RISKER

Navigering och
riskbedömning för att
vistas säkert i fjällen.

SNÖ- OCH LAVINKUNSKAP

Mer om
kursen!



FÖR DIG SOM...

- ...har erfarenhet av friluftsliv
- ...vill utvecklas i vinterfjällsmiljö
- ...är van vid skidor och turer i naturen
- ...vill bli trygg i att leda grupper ute



UPPLÄGG

Kursen består av två delar:

VINTERFJÄLL DEL 1

- Ca 40 timmar (ca 5 kursdagar)
- Teori + praktik
- Övernattning på fjället
- Grundläggande kunskaper

VINTERFJÄLL DEL 2

- Fördjupning och tillämpning
- Praktiska scenarion
- Leda grupp i fjällmiljö
- Flera nätter utomhus