



# Søknadsskjema for opptak til Tindevegleder



For å få søknaden vurdert og godkjent må søkeren oppfylle alle krav som er lista opp under. Alle sidene i dette søknadsskjemaet må være fylt ut. Vi vil anbefale søkeren å holde et så enkelt og direkte språk som mulig.

## Generelle krav til søkeren

- Søkeren må kommunisere på skandinavisk språk skriftlig og muntlig (Norsk, Svensk, Dansk)
- Gyldig helseerklæring, ikke eldre enn tre måneder
- Søkeren må ha omfattende og langvarig klatre, ski- og annen friluftslivserfaring
- Søkeren må være i god fysisk form.

Det kreves videre at søkeren skal ha ferdigheter gode nok til å mestre alle typer skiferdsel i alle typer skiterrang på alle typer snø med overskudd. Søkeren skal kunne ferdes på ski i høyfjellet under skiftende føre- og værforhold over flere dager, med overskudd. Søkerne skal kunne gjøre gode veivalg og skredfarevurderinger ved ferdsel på ski i høyfjellet. I tillegg må søkeren ha omfattende og langvarig erfaring fra tradisjonelt og spesialisert friluftsliv til alle årstider.

Søknaden med vedlegg som attester, kompetansebevis, vitnemål og helseerklæring sendes til [post@fjellfagskole.no](mailto:post@fjellfagskole.no) innen oppgitt tidsfrist.

Skriv SØKNAD TINDEVEGLEDERKVALIFISERING i emnefeltet i e-posten.

Fullt navn:

Adresse:

Fødselsdato:

Mobilnummer:

E-postadresse

## Erfaring og nivå, egen vurdering

### Generelt

| <b>Antall år aktiv</b>              |        |         |          |                 |
|-------------------------------------|--------|---------|----------|-----------------|
| Disiplin                            | 0-5 år | 5-10 år | 10-15 år | 15 år eller mer |
| Klippeklatring, naturlige sikringer |        |         |          |                 |
| Sportsklatring                      |        |         |          |                 |
| Isklatring                          |        |         |          |                 |
| Alpin klatring                      |        |         |          |                 |
| Alpine ski                          |        |         |          |                 |
| Nordiske ski                        |        |         |          |                 |

| <b>Klatregrad</b>   |  |
|---|--|
| Grad på blikk, klippeklatring på naturlige sikringer (norsk grad) |  |
| Grad på blikk, sportsklatring (Norsk eller fransk grad)           |  |
| Komfortgrad, isklatring (WI grad)                                 |  |

## Fordelt på disipliner

### Skjærende sving på preparert underlag med alpine ski

|  |   |   |  |   |  |
|--|---|---|--|---|--|
| Ingen erfaring/<br>vet ikke hva det er | Litt erfaring. Har prøvd og øvd. Får det til noen ganger. | Får det som oftest til, men det krever moderat bratt terreng og moderat fart. | Mener jeg kan dette, men ikke i svarte løyper med stor fart. | Dette mestrer jeg på det meste av underlag og bratthet. med ulike ski og ulike støvler. | Erfaring som aktiv alpinist. Mestrer konkurranse traseer med storslalomporter og konkurranse utstyr. |
|  |   |   |  |   |  |

### Skrensende sving som ender i full stopp på preparert underlag med alpine ski

|  |  |   |   |   |
|--|--|---|---|---|
| Ingen erfaring. Vet ikke hva dette er. | Litt erfaring. Får det til noen ganger, men sliter med å være i balanse. | Får det som oftest til, men sliter med å få jevnt trykk på skiene slik at svingen blir jevn og at det blir en naturlig stopp i balanse. | Får det «alltid» til. Det er bare når det er hardt og bratt at jeg sliter litt. | Får det til uansett føre og bratthet. Har erfaring som aktiv alpinist og har kjørt slalomløyper med porter. |
|  |  |   |   |   |

### Erfaring med frikjøring i nærheten av alpinanlegg

|   |  |   |   |  |
|---|--|---|---|--|
| Ingen/svært lite erfaring. Liker ikke/ har ikke tilgang på alpinanlegg og har bare/nesten bare erfaring fra alpin skitur. | Litt erfaring. Kjører mest i nærheten av de preparerte traseene på forutsigbart underlag i jevnt og oversiktlig terreng. | Gjør dette når forholdene er gode flere ganger i løpet av en skisesong. Liker å kjøre i terreng som er litt uoversiktlig. | Har godt med erfaring fra frikjøring over flere år. Mestrer det meste av terreng. Liker fart og ujevnt underlag som tidvis er uoversiktlig. | Vil betegne meg selv som en meget dyktig frikjører. Liker hopping utfor skrenter i fart. Liker også kulekjøring og frikjøring i tett uoversiktlig skog. Mestrer alt terreng i all slags snø. |
|   |  |   |   |  |

**Erfaring med alpin skiferdsel i fjellet**

|   |  |  |  |   |
|---|--|--|--|---|
| Ingen/svært lite erfaring. Liker ikke å gå på toppstur, kjører helst i alpinanlegg. | Litt erfaring. Noen toppsturer i året. Trives best i enkelt og oversiktig terreng, oftest utenom skredterreng. | Godt med erfaring. Har drevet med toppsturer i mange år, i flere ulike fjellområder. Liker å utfordre meg i litt krevende terreng. | Mye erfaring med toppsturer i mange ulike fjellområder. Hovedinteresse om vinteren. Bratthet og føre er som regel ingen begrensning. | Massiv erfaring i mange år. Liker lange traverser og ekstremt skitereng, også i KAST klasse 4 dersom forholdene tillater det. |
|   |  |  |  |   |

**Erfaring med nordiske ski (langrennski) i preparerte spor**

|   |  |   |  |  |
|---|--|---|--|--|
| Har aldri gått på langrenn i preparerte spor i voksen alder | Har noe erfaring med dette, men det er ikke noe jeg prioriterer eller synes er spesielt givende. Har ikke noe forhold til fraspark eller annen langrennsteknikk. | Gjør dette en gang iblant for trim. Klarer å gå rytmisk med fraspark i klassisk stil. Har prøvd skøytestil. | Har god rytme i skiløpingen med gode fraspark. Bruker også skøyteski og kan skøytestil | Tidligere aktiv langrennsløper. Mestrer ulike teknikker, både klassisk, staking og skøyting på et høyt nivå. |
|   |  |   |  |  |

**Erfaring med nordiske ski (fjellski) i fjellet**

|  |  |  |  |   |
|--|--|--|--|---|
| Ingen/lite erfaring. Skjønner ikke vitsen med fjellski når vi har alpine turski. | Noe erfaring fra barndommen og/eller sporadiske turer. Gjerne dagsturer eller hytte til hytte. | Har gjennomført overnattingstur i telt eller snøhule flere ganger. Ikke over mange dager (1-3) og ikke så veldig lange dagsetapper (10-15km) | Har gjennomført flere lengre overnattingssturer i telt eller snøhule. Over flere dager (4+) og med relativt lange dagsetapper (20-30 km) | Har gjennomført lange "ekspedisjoner" på nordiske ski. Eks. lengre (7-10 dager) skiturer i Norge, Svalbard på langs, Norge på langs, Grønland på tvers. |
|  |  |  |  |   |

## Erfaring med alpin klatring

|   |  |   |  |   |
|---|--|---|--|---|
| Ingen/lite erfaring. Liker best/har mest erfaring fra klatring på fast og tørt fjell under skog-grensa. | Noe erfaring. Har klatret i høyfjellet, men stort sett på tørt fjell. Har ikke noe særlig erfaring når underlaget veksler mellom stein, is og snø. | Har en del erfaring fra alpin-klatring samlet sett. Har gjennomført noen alpinklatreturer i løpet av "karrieren". Har litt erfaring fra miksklatring fra fjellet og fra klatrefelt. Har gjennomført alpinklatreturer på vinterføre. | Driver med dette hvert år og har flere års erfaring. Liker klatreterreng der underlaget veksler mellom stein, is og snø. Har gjennomført flere lange alpine klatreturer, også på vinterføre. | Av de ulike klatrestilene så definerer jeg meg mest som alpinklatrer. Jeg oppsøker aktivt krevende alpint høyfjellsterreng hele året og har gjennomført mange krevende alpine klatreturer, flere med overnatting. |
|   |  |   |  |   |

## Kurs og utdanning

| <b>Innen friluftsliv og fjellsport</b>                  |                                   |  |
|---|-----------------------------------|--|
| Norsk Fjellsportforum, Fjellkursleder                   | Fra år:                           |  |
| Norsk Fjellsportforum, metode- og veilederkurs klatring | Fra år:                           |  |
| Norsk Fjellsportforum, metode- og veilederkurs bre      | Fra år:                           |  |
| Norsk Fjellsportforum, metode- og veilederkurs skred    | Fra år:                           |  |
| Medlem av alpin redningsgruppe                          | Fra år:                           |  |
|   | Gruppe:                           |  |
| Den Norske Skiskoles instruktør trinn 2 i alpint        | Fra år:                           |  |
| Norges Skiforbund trener 2 i alpint eller telemark      | Fra år:                           |  |
| Norges klatreforbund sine utdanninger og kurs           | Navn på utdanning/kurs og fra år: |  |
|   |                                   |  |
|   |                                   |  |
| Forsvaret   | Tjeneste/avdeling                 |  |
|   | År                                |  |
| Friluftslivsfag ved folkehøyskole                       | Tjeneste/avdeling                 |  |
|   | År                                |  |
| Friluftslivsfag ved høyskole                            | Navn høyskole                     |  |
|   | Grad:                             |  |

## Annen utdanning

## **Arbeidserfaring**

*Innen friluftsliv og fjellsport*

**Annen arbeidserfaring**

















Antall vedlagte vedlegg:

Vedlagt helseerklæring

---

Sted/dato

---

Underskrift