



klättring / grundkurs



målsättning

En grundkurs i klättring är din introduktion till den vertikala världen. På ett säkert sätt vill vi visa dig att klättring är en fantastisk aktivitet och att Bohuslän är ett av Sveriges finaste områden att klättra i. Vår grundkurs är biljetten till något som kan bli ett livslångt kärleksförhållande.

kursinnehåll

Kursens innehåll följer Svenska Klätterförbundets rekommendationer för grundkurs i klippklättring. Bl.a. ingår:

- Utrustningskunskap.
- Grundläggande klätterterminologi.
- De vanligast förekommande knutarna.
- Kommandon.
- Placering och användning av fasta och naturliga säkringar i standplatser och ankare.
- Säkring av klättrare enligt de vanligast förekommande metoderna.
- Firning enligt de vanligast förekommande metoderna.
- Säkring och klättring på topprep.
- Firning på enreplängdsturer.
- Rörelseteknik.
- Gradering.
- Guideböcker (förare).
- Stil, etik och accessproblematik.

samling

Vi träffas i Upplevelseladan på Gustafsberg i Uddevalla (vägbeskrivning se nedan), kl. 18.00 på kursens första dag (vanligtvis fredag). Där har vi en teorikväll som gör dig förberedd för de två dagar (vanligtvis lördag och söndag) av praktiska övningar som följer.

förkunskaper

Du behöver inga förkunskaper för att delta i en grundkurs. Däremot skall du ha fyllt minst 15 år.



klättring / grundkurs

pris

2.500 kr. / pers. (se bokning och betalning nedan).

I priset ingår all nödvändig klätterutrustning under kursen. I avgiften ingår också medlemskap i Bohusläns Klätterklubb, vilket ger dig en klätterförsäkring genom Svenska Klätterförbundet giltig hela året samt en prenumeration på SKF:s tidning Bergsport.

I priset ingår inte persontransport till och från klippan. Har du inte tillgång till egen bil, så ta kontakt med oss så kan vi kanske lösa det. I priset ingår heller inte fika / lunch under kursen. Ta med dig eget.

utrustning

Du får låna all nödvändig klätterutrustning av oss under kurstillfället. Det här kan vara bra att packa i dagsryggsäcken för dagarna vid klippan:

- Oömma och bekväma friluftskläder.
- Regn- och vindtät jacka och byxor.
- Gympaskor eller kängor för anmarsch eller lättare klättring.
- Lunch och fika för dagarna vid klippan.
- Vatten.
- Solskydd och myggmedel.

antal deltagare

Antal deltagare på en grundkurs kan variera. I allmänhet har vi 2-4 deltagare per kurstillfälle. Vi kör aldrig kurser med fler än 4 deltagare (två replag) per instruktör.

bokning & betalning

- Bokning av alla aktiviteter med UPPLEVELSEBOLAGET är bindande.
- Vid bokning betalar du hela beloppet till plusgiro 42 66 07 - 8. När betalningen kommit oss tillhanda är din bokning definitiv.
- Om betalning inte kommit oss tillhanda senast 7 dagar efter bokning ställs din plats på aktiviteten till förfogande för andra deltagare.

avbokning

- Vid avbokning tidigare än 30 dagar före aktivitetens start återfås hela kostnaden, minus en administrationsavgift på 10% av totalpriset för din bokning, eller minst 100 kr.
- Vid avbokning 8-30 dagar före avresedagen betalar Du 25% av totalpriset för din bokning.
- Vid avbokning 1-7 dagar före avfärd betalar Du 50% av totalpriset för din bokning.
- Vid avbokning samma dag som avfärd betalar Du hela totalpriset för din bokning.



klättring / grundkurs

säkerhet

- Vi förbehåller oss rätten att av säkerhetsskäl ställa in en aktivitet om vi bedömer att det är vad omständigheterna kräver. Att ställa in är ett beslut helt förbehållet UPPLEVELSEBOLAGET.
- Vi förbehåller oss rätten att ställa in en aktivitet om deltagarantalet blir för litet. Vi genomför alltid en aktivitet med 4 deltagare, eller fler.
- Att ställa in en aktivitet kan ske fram till 24 timmar innan aktivitetens planerade start.
- Vid aktivitet som ställs in av UPPLEVELSEBOLAGET återfås hela kostnaden.
- UPPLEVELSEBOLAGET står inte för eventuella kostnader (logi, resa m.m.) som en kund kan ådra sig vid inställd aktivitet.

försäkring

- Alla deltagare på aktiviteter med UPPLEVELSEBOLAGET är olycksfallsförsäkrade. För ett försäkringsskydd för din personliga utrustning rekommenderar vi att du kontrollerar med ditt eget försäkringsbolag.

vägbeskrivning till upplevelseladan

Söderifrån:

Kör E6 norrut och sväng av motorvägen vid skylten Uddevalla S, c:a 8 km efter Ljungskile. Fortsätt c:a 5 km och sväng igen mot Uddevalla S (även Gustafsberg). Du vet att du svängt av vid rätt avfart när du ser en bilfirma (Bratteröds Bil) vid avtagsvägen. Fortsätt ett par km till en skylt visar Gustafsberg åt vänster, just före ett fält med fotbollsplaner. Kör ett par hundra meter på vägen och titta ner mot höger, där du ser en stor röd lada. Följ den lilla grusvägen fram till ladan.

Norriifrån:

Fortsätt E6 över Uddevallabron och sväng av mot Uddevalla S efter bron. Du är nu söder om stan och följer vägbeskrivning från söder. Alternativt svänger du av mot Uddevalla C vid Torp köpcentrum och fortsätter in mot centrala Uddevalla, och följer därifrån vägbeskrivningen som gäller från öster.

Österifrån:

Kör väg 44 och ta av på avfarten mot Uddevalla C. Du hamnar vid ett trafikljus mitt emot lasarettet och svänger där vänster. Fortsätt sedan rakt fram genom centrum, förbi trafikljus och rondeller. Västerlånggatan blir Göteborgsvägen och du kör ut ur stan igen, söderut. Efter de vackra Gustafsbergskurvorna, med Byfjordens vatten långt under dig på höger sida, passerar du ett fält med fotbollsplaner, också på höger sida. Sväng omedelbart höger efter det, mot Gustafsberg. Efter ett par hundra meter ser du en stor röd lada ner åt höger. Följ den lilla grusvägen fram till ladan.

Kollektivt:

Om du kommer med buss eller tåg, vilket vi starkt rekommenderar så hamnar du i centrala Uddevalla. Därifrån kan du ta dig vidare ut till Gustafsberg (c:a 3 km.) med buss, båt eller apostlahästarna, längs den jättefina strandpromenaden. Har du tagit bussen från Göteborg, kan du hoppa av vid Gustafsberg eller Bodele och promenera den sista biten.

Välkommen!

Upplevelse
BOLAGET

ÄVENTYR & PRYLAR