

## Instruks for padleturer i regi av Bergen og Hordaland Turlag

**Hovudregel:** For å lede padleaktivitet i regi av Bergen og Hordaland Turlag (BHT) er minimumskravet at turleiar er godkjent Aktivitetsleiar etter Norsk Padleforbund (NPF) sin standard. NPF Aktivitetsleiarer kan lede turer i inntil 3-stjerners forhold i henhold til stjernesystemet (blå fargekode i henhold til NPF sin gradering av padleruter). Se også vedlegg 1.

Annonsert skildring av turen, risikoanalyse og sjekklista skal ligge til grunn for turen/aktiviteten. Turleiar kan vise bort deltakarar som ikkje møter krava.

**Unntak:** Nærturar i to-stjerners farvatn og forhold kan leiast av frivillige/turleiarar som har bestått NPF sitt grunnkurs, pluss nærturleiarkurs i padling gjennom BHT, eller NPF teknikkurs

### NÆRTUR

#### To stjerners farvatn og forhold er:

- Inntil 0,5 meter bølger i snitt
- Maks om lag 3 meter i sekundet vind
- Indre skjergard
- Svært lite straum
- Lite båttrafikk

Det er viktig at padleturleiar held seg innan desse avgrensingane

#### Retningslinjer for nærturar havpadling:

- Korte turar med varigheit på 3-4 timer
- Ingen lengre kryssingar (eks. lengre krysning Askøy–Bergen)
- Ingen padling i mørket
- Ingen overnatting, med mindre nærturleiar i padling og har bestått DNT sitt grunnleggande turleiarkurs
- Turleiar til deltakar ratio er 1:6 eller 2:12.
- Må følge risikoanalyse for havpadling BHT

#### Krav til deltakar på nærturar:

- Deltakar må følge dei krav som er skildra for turen.
- Deltakar må ha grunnkurs hav for å delta.
- Deltakar må stille med utstyr og kle som krevjast for turen.
- Kle i høve til vassstemperatur - våtdrakt/tørdrakt
- Turleiar kan vise bort deltakarar som ikkje møter krav.

#### Døme på farvatn/område som kan egne seg for nærtur ved 2 stjerners forhold

Flatøyosen/ Håøyna

Skjoldabukta

Hjellestad innaskjers

Inst i Lysefjorden (ved Lysøen)

Ved Hagavik-Skeisosen

Inne i Eidsvågen

## Risikoanalyse, padleturer, Bergen og Hordaland Turlag

|                        |                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Konsekvens</b>      |                       | Fysisk skade , drukning, nedkjøling, sjukdom                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Årsaks-faktorer</b> |                       | <b>Personar</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Utstyr</b>                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Miljø</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                        |                       | Dårleg gruppekontroll/ dårleg leiing<br>Utilstrekkeleg trening<br>Utilstrekkeleg kunnskap<br>Sjukdom                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Feil/mangelfulle klede<br>Feil/mangelfullt utstyr<br>Tap av/skade på utstyr<br>Utilstrekkeleg kunnskap om utstyr                                                                                                                                                               | Vér (vind, bylgjer, tåke)<br>Spesielle forhold (straum ma.)<br>Båttrafikk<br>Luft- og vassstemperatur                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Forhåndsregler</b>  | <b>Normale tiltak</b> | <b>Turleiar:</b><br>Minimum ein hovudansvarleg turleiar med kompetanse til å leie turens nivå og ivareta sikkerheita.*<br><br>God gruppekontroll, vurdering av særskilde risikoelement, sikkerheitsinfo til alle<br><br><b>Deltakar:</b><br>Orientering om evt medisinsk tilstand                                                                                                                        | <b>Turleiar:</b><br>Fyrstehjelpssett og enkelt rep.sett<br>Telefon i vasstett pose<br>Taeline<br>Varm drikke og mat/sjokolade<br>Ekstra åre<br><br><b>Deltakar:</b><br>Kle etter vassstemperatur<br>Redningsvest<br>Tørt reservetøy<br>Korrekt utstyrt kajakk<br>Mat og drikke | <b>Gruppe:</b><br>Kvalifisert turleiar<br>God gruppekontroll<br>Vurdering av særskilde risikoelement<br>Sikkerheitsinformasjon til alle i gruppa<br>Vurdering av vêrmelding<br>Kart og kompass, evt. GPS, lokalkjennskap<br>Evakueringsrute<br>Kommunikasjonsutstyr (mobiltelefon/vhf)<br>Korrekt utstyrt gruppe |
|                        | <b>Naudssituasjon</b> | Kvalifisert og kompetent turleiar. Utstyr for redning og medisinsk kontakt.<br><br>Prosedyre for naudssituasjon: <b>Politi 112 Medisinsk 113 Brann 110</b><br>Hovudredningssentralen: 51 51 70 00 Redningsselskapet: 120<br><br>Kontakt alltid leiar for aktivitetsavdelinga eller andre i BHT-administrasjonen ved ulykker eller nesten-ulykker. Vis evt. journalistar til politiet eller dagleg leiar. |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Kompetanse</b>      |                       | <b>Turleiar*:</b> aktivitetsleiarkurs/vidaregåandekurs/veiledarkurs i samsvar med nivå på turen. For nærtur; nærturleiararkurs eller teknikkurs (minimum)<br><b>Anbefalt tilleggs-kompetanse:</b> Oppdatert førstehjelpskurs, livreddingskurs<br><br><b>Deltakar:</b> kompetanse i samsvar med nivå på turen/ etter avtale med turleiar. Anbefalt minimum; grunnkurs. For nærtur; krav om grunnkurs.     |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Siste vurdering</b> |                       | Turleiar skal holde gruppa samla, og syte for god kommunikasjon til alle. Ver merksam på om deltakarane meistrar nivået og forhalda på turen og iverkset tiltak for å trygge enkeltpadlarar/gruppa om naudsynt.                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

\*Alle turar skal ha minimum ein hovudansvarleg turleiar med kompetanse og erfaring til å leie turens nivå. Turens nivå bør vurderast etter farvatn og forhold i høve til stjernesystemet, samt turens lengde og særskilde risikofaktorar. Øvrige turleiarar kan ha lågare kompetanse. Tal turleiarar må vurderast etter tal deltakarar og turleiarens kapasitet.

## Sjekkliste før gjennomføring av padling i regi av BHT

### Før sjøsetting skal ansvarleg turleiar gjere fylgjande:

1. Tel opp tal deltakarar og kontroller om det stemmer med tal personar påmeldt. Registrer oppdatert deltakarliste. Er gruppa over 10 personar bør ansvarleg turleiar vurdere å dele inn i mindre grupper.\*
2. Kontroll av utstyr og kle. Sjekk at alle deltakarane er riktig utstyrt og at utstyr er tilpassa personen. Bruk alltid redningsvest! Benytt gjerne kameratsjekk. Kle etter vassstemperatur – våtdrakt/tørdrakt med ull under. Haust og vinter (mørke): Sjekk at alle har minimum ei lykt på kroppen (vasstett eller i pose). \*\*
3. Kort gjennomgang av vêrmelding, vurdering av forhold og padlerute/mål med alle deltakarane før sjøsetting. Vurder alltid særskilde risikoelement for kvar tur. Rute og vanskelegheitsgrad skal vere tilpassa aktuell tur \*\*\*
4. Turleiar/kurshaldar skal ha kommunikasjonsmiddel tilgjengeleg for bruk på turen (mobil/vhf)
5. Turleiar/kurshaldar skal oppfordre deltakarane til å melde i frå om dagsform/medisinsk tilstand som er relevant.

\* Deltakaravgrensing for nærturleier er 1:6 eller 2:12

\*\* Mørkepadling er ikkje aktuelt med nærturleiar

\*\*\* Vanskelegheitsgrad på turen og krav til deltakar bør vere annonsert i turskildringa.

Det visast ellers til **Risikoanalyse for turpadling - BHT**. Denne skal være kjent for turleiar.

## VEDLEGG 1

### GRADERING KAJAKKPADLING

| Fargekode <sup>1</sup><br>Int. stjerne-<br>system <sup>2</sup>                              | Anbefalt ferdighetsnivå<br>Passer for padlere med<br>kompetanse som tilsvarer<br>gjennomført kurs <sup>3</sup>                              | Farvann – beskrivelse                                                                                                                                                                                                              | Startpunkt                                             | Navigering                                     | Dagsetappe<br>– lengde               | Avstand<br>til nærmeste<br>landing            | Kryssing av<br>åpent farvann<br>– avstand                                   | Strøm                                                                     | Vind og<br>bølgehøyde                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| <br>* – ** | <b>Grunnkurs hav</b><br>Grunnleggende krav til å<br>kunne tolke vær, vind, strøm og<br>annen båttrafikk                                     | Indre skjærgård. Ingen åpne,<br>eksponerte strekninger.<br>Eks.: Maks 3 km åpent vann i en retning<br>og kun små, ubetydelige åpninger ut<br>mot åpent hav. Liten trafikk.                                                         | Enkelt,<br>naturlig eller<br>tilrettelagt,<br>skjermet | Enkel                                          | Maks<br>10 km –<br>6 nm <sup>4</sup> | Maks<br>0,5 km                                | Ingen<br>kryssing av<br>åpent<br>farvann                                    | Ryddige<br>strømforhold.<br>Normalt ikke<br>over 3 knop                   | Flau til svak vind<br>0,3–3,3 m/s,<br>sterkere vind<br>i perioder<br><br>0,1–0,5 m   |
| <br>***    | <b>Teknikkurs og<br/>aktivitetslederkurs</b><br>Behersker elementær tolking<br>av vær og vind, strømforhold<br>og annen båttrafikk          | Farvann nært land med små øyer og<br>skjær utenfor, indre fjordområder.<br>Opptil 10 km åpent vann og<br>eksponering mot storhavet på korte<br>strek, inntil 0,5 km. Annen trafikk må<br>påregnes.                                 | Naturlig<br>eller<br>tilrettelagt                      | Oversiktlig,<br>enkelte<br>krevende<br>partier | Maks<br>20 km –<br>12 nm             | Maks<br>1,0 km                                | Maks<br>1,5 km                                                              | Ryddige<br>strømforhold.<br>Normalt ikke<br>over 5 knop                   | Lett til laber bris<br>3,4–7,9 m/s,<br>sterkere vind<br>i perioder<br><br>0,5–1,25 m |
| <br>****   | <b>Videregående kurs og<br/>veilederkurs</b><br>Behersker gode ferdigheter i<br>tolking av vær, vind, strøm-<br>forhold og annen båttrafikk | Farvann nær land uten øyer og skjær<br>utenfor, fjordmunninger og åpne<br>fjordstrek. Det forekommer åpent<br>farvann over 15 km i en eller flere<br>retninger. Eksponering fra storhavet<br>underveis. Annen trafikk må påregnes. | Ingen<br>spesielle<br>krav                             | Navigering<br>kan være<br>krevende             | Ingen maks<br>lengde                 | Maks<br>5 km                                  | Maks<br>5 km                                                                | Uryddige<br>strømforhold.<br>Kortere parti<br>kan ha strøm<br>over 5 knop | Frisk bris<br>8,9–10,7 m/s,<br>sterkere vind<br>i perioder<br><br>1,25–2,5 m         |
| <br>*****  | <b>Veilederkurs</b><br>Svært rutinert<br>Behersker meget gode<br>ferdigheter i tolking av vær,<br>vind, strømforhold og<br>annen båttrafikk | Storhavet. Rom sjø eller utsatte farvann<br>langs land. Muligheter til landing svært<br>begrenset. Annen trafikk må påregnes.                                                                                                      | Ingen<br>spesielle<br>krav                             | Navigering<br>kan være<br>svært<br>krevende    | Ingen maks<br>lengde                 | Mulighet til<br>landing<br>svært<br>begrenset | Lange<br>kryssinger<br>i rom sjø<br>eller i utsatt<br>farvann langs<br>land | Partier<br>med med<br>sterk og<br>uryddig<br>strøm                        | Liten kuling<br>10,8–13,8<br>m/s, sterkere<br>vind i perioder<br><br>2,5–4,0 m       |

<sup>1</sup> Merkehåndboka

<sup>2</sup> Internasjonal stjernesystem HMS, Teknisk Komité Hav Side 16, <https://knowitsor.blob.core.windows.net/padlforbundet/1001/2011-04-05-kursshelle-risiko-hav.pdf>

\* Svært skjermet farvann  
\*\* Skjermet farvann  
\*\*\* Noe eksponert farvann  
\*\*\*\* Eksponert farvann  
\*\*\*\*\* Svært eksponert farvann

<sup>3</sup> Padleforbundets kursstige, <http://www.padling.no/kurs-og-utdanning/>

<sup>4</sup> Nautiske mil

\*Alle turar skal ha minimum ein hovudansvarleg turleiar med kompetanse og erfaring til å leie turens nivå. Turens nivå bør vurderast etter farvatn og forhold i høve til stjernesystemet, samt turens lengde og særskilde risikofaktorar. Øvrige turleiarar kan ha lågare kompetanse. Tal turleiarar må vurderast etter tal deltakarar og turleiarens kapasitet.