

SÄKERHETSPOLICY FÖR FRILUFTSFRÄMJANDET ARVIKA-SUNNE LÅNGFÄRDSSKRIDSKO

Vid skridskoturer arrangerade av Friluftsförbundet Arvika-Sunne skall ledare och deltagare gemensamt verka för att turen genomföres på ett säkert sätt. Säkerheten är avhängigt av ledarnas och deltagarnas agerande. Ledaren skall vara lyhörd för osäkerhetskänslor hos deltagare och tidigt ge akt på varningssignaler och då välja ett säkrare alternativ.

LEDAREN SKALL:

- Förlägga turer på säkra isar med avseende på isens bärighet och isytans beskaffenhet.
- Ledaren ansvar under tur omfattar val av väg, bedömning av iskvalitet och åkdisciplin.
- Ledaren bör kontrollera att åkare medför grundutrustning för åkare i enlighet med utrustningskraven.
- Ledaren bör avvisa åkare som ej uppfyller krav för korrekt utrustning för planerad tur.
- Om färdvägen förväntas innebära svårare isförhållanden, informera och diskutera med gruppen.
- Alltid utse köman. Undantag kan göras om gruppen är liten.
- Alltid utse andreman. Undantag kan göras om gruppen är liten.
(Med ansvar att hålla rätt avstånd till ledaren)

DELTAGAREN SKALL:

- Välja lämplig tur med hänsyn till egen åkförmåga.
- Följa ledarens anvisningar.
- Ha uppsikt på isen
- Alltid åka bakom ledaren och hålla avstånd till ledaren. Vid tecken från ledaren håll även avstånd till övriga deltagare.
- Vara uppmärksam på ledarens tecken och skicka alltid tecken vidare bakåt i kön.
- Påtala upplevd risk för ledaren.
- Bära den utrustning som krävs för planerad tur.
- Ej framföra pik/stav så att fara för annan deltagare föreligger.

UTRUSTNINGSKRAV

- Ryggsäck med rekommenderad volym av cirka 45 liter, höftbälte, grenrem och vattentätt packat, komplett klädombyte
- Isdubbar
- Livlina lätt åtkomlig
- Karbinkrok
- Ispik lämplig för isbedömning.
- Visselpipa

LEDARENS TECKEN

- **Fara** - Ledaren pekar mot något med hela armen. Tecknet används för att visa på t ex råkar, svaga områden eller stenar i färdriktningen. Upprepa tecknet och följ ledarens spår.
- **Stopp** - Ledaren sträcker ut båda armarna. Tecknet betyder omedelbart stopp.
- **Åk på led med avstånd** - Ledaren sträcker upp en arm i luften. Tecknet visas vanligtvis när isen är tunn och betyder att gruppen ska hålla sig på ett led med ordentligt avstånd mellan åkarna.