

Foto: Swiss Kitesurf

GRADERING AV KITE-EKSPEDISJONEN

Vi har gradert våre turer fra lett til krevende. Hensikten med det er å gi våre deltagere en forutsigbarhet i hva de kan forvente. Noe som i sin tur er med å skape trygghet. Graderingen er gjort ut fra hva vi tror vil være relevant i forhold til vår målgruppe, som er ungdom som ikke nødvendigvis har vært så mye ute i naturen. Det naturlige å tenke på momenter som å bli sliten, for det blir lange dager borte fra vante omgivelser. En kan være uvant med kulde, og det kan være rart å sove i telt. Det vil alltid være en subjektiv

oppfatning av hva som er krevende. For noen vil det å være borte fra vante omgivelser være krevende, andre igjen vil syntes det vil være krevende å ikke kunne dusje, eller gå på do som hjemme. Det kan være usikkerhet knyttet til det å ligge ute i telt om vinteren, kanskje en er mørkredd? Uansett hva en legger i det, vil vi sørge for å gjennomføre våre aktiviteter på en slik måte at vi favner om alle. Det er svært viktig for oss at våre deltagere opplever trygghet og glede.

Del 1. Kite på åker

Lørdag og Søndag på dagtid. Ingen overnatting

Del 2. Kite på åker

Lørdag og Søndag på dagtid. Ingen overnatting

Del 3. Kite på fjellet

Fredag, lørdag og Søndag med overnatting i telt på en plass

Del 4. Kite på fjellet

Torsdag, fredag, lørdag og Søndag med overnatting i telt. Forflytning til nye teltplasser.

LETT

MIDDELS

KREVENDE

HER SKAL VI VÆRE

Vi kjører samlet i to biler til fjellområdene vi skal kite i. Dersom en har behov for å kjøre hit, må en kjøre riksvei 40 til Uvdal i Nummedal. Fra Oslo er det ca. 3 timer å kjøre. Etter å ha passert Uvdal sentrum kjører en ca. 3 km. og tar til venstre over broen. Følg Brandsgardveien videre opp til toppen. I svingen på toppen er dere fremme like nedenfor noen hytter.



Camp1. Her starter vår kite-ekspedisjon og her har vi vår første overnatting. Området lettukupert og fint for å lære seg å kite. Fra teltet er det ca. 3 km ned til der bilen står parkert. Området mellom Camp1. og Camp2. består av et høydedrag som vi skal over. Dersom været tillater

det, tar vi en tur opp på noen toppe for å nyte utsikten. Terrenget er lettukupert og kitevennlig.

Camp2. Ligger nord for Sønstervatn, et område med spredt hyttebebyggelse. Også her er terrenget velegnet for kiting. Området mellom Camp2. og Camp3. byr på variert terreng hvor vi kan

velge litt ulike ruter avhengig av hva vi ønsker av utfordringer. Her er det ofte en del kitere.

Camp3. Ligger på Lufsjå. Her skal vi også isfiske. Området byr på variert terreng, og vi velger trase i forhold til utfordringer. Området mellom Camp3. og Camp1. består av noen høydedrag

som vi vil forsere med tanke på hva vi ønsker av utfordringer. Vi rigger ned kitene like over trengsen og står på ski ned til bilen.



Foto: Pia Marie Arnesen

RUTINER VED Å LIGGE I TELT OM VINTEREN

Å sove i telt på fjellet om vinteren er ikke så krevende som mange tror, men en må alltid tilpasse seg værforholdene i forhold til sikkerhet og til komfort.

Ved camp setter vi opp to telt. Et hovedtelt hvor fire deltagere og to veiledere sover. Vi sover samlet for å sikre at alle føler seg trygge og for å bygge gode relasjoner. Et mindre telt hvor en 1-2 veiledere sover.

Ved camp fordels arbeidsoppgaver. Det tar ca. 1 time å få alt på plass før vi er inne i teltet.

Vi må begynne med å trekke ned snøen med ski på beina der teltene skal stå. Dette for å lage et hardt underlag.

Vi må lage en skjerm av snøblokker der felles latrine skal være. Dette for å hindre innsyn og for å gi litt le for vinden. Den legger vi 20-30 meter unna teltet. Så setter vi opp et bærbar toalett med poser. En renslig

og praktisk løsning. Der skal det også stå håndsprit til håndvask.

Vi må sette opp teltene, og ved inngangen til teltet graver vi en kuldegrop, dette for å gjøre teltet litt varmere og fordi det har flere praktiske funksjoner når vi skal ut og inn av teltet, og ved matlaging.

Det er viktig med gode rutiner når det gjelder å bære bort eventuelt snø fra klær og sko, slik at det ikke blir vått inne i teltet. En børste ligger alltid ved inngangen.

Kiter og annet utstyr vi ikke trenger inne i teltet, legger vi i de romslige Racepulkene utenfor teltet. Viktig å alltid lukke pulkerekken, så de ikke fylles med snø.

Nå er det tid for å legge ut liggeunderlag, legge inn sekker (viktig å bærste av eventuell snø), ordne med sovepose og annet personlig utstyr.

Så skal det kokes vann, hver person fyller 2 x 0,5 liter brusflaske med kokende vann og legger den i en tykk sokk. Dette blir varmekasse om natten og drikke neste morgning. Viktig å skru korken godt på.

Middag består av frisetørret mat som kun tilsettes varmt vann. Etter å ha spist rengjøres egen tallerken og bestikk med snø og litt tørkepapir. Søppel legges i egen pose.

Samtaler om rutiner, opplever seg gjennom dagen er en hyggelig avrundning av dagen. Når en ligger slik og kikker opp på teltdukken

kommer ofte ord litt lettere frem, og gode samtaler oppstår. Det er en magisk tid når vi etter hvert blir lullet i søvn av vinden som rufser i teltduken.

Med ullstillongs og lue, samt varme- flasker i de varme soveposene, blir det godt og varmt nattevinteren gjennom.

Det er viktig å gå på do før en legger seg, slik at en slipper å stå opp for å gå på do. Om en allikevel må det er det bare å ta på seg jakken og bruke overtrekkstøvler som står i kuldegropen til bruk for de som må ut en tur.

Til frokost blir det frisetørret mat som kun tilsettes vann, te og kaffe. Vi går gjennom dagen og pakker ned camp.

FERDIGHETSNIVÅ

Gjennom progresjon har vi som mål å tilføre våre deltagere opplevelser som gir mestringsfølelse. Her er en beskrivelse av forventet progresjon i kiting.



Bildet er hentet fra langdistanse-kitekonkurransen Varanger Arctic Kite Enduro (VAKE). Deltagere kommer fra hele verden og kjemper lagvis med to personer i tre-fire dager. Deltagerne må ha med alt de trenger for å overnatte i telt. Mellom klokken 22 og 07 er det ikke lov å kite. Da må de holde seg i ro. Totalt kites det ca. 300 km. Dette er et svært krevende race med store endringer i vær- og vindforhold, som krever gode ferdigheter innen kiting og en stor grad av utholdenhet. En bør også ha god erfaring med å sove i telt om vinteren.

Etter siste tur på fjellet forventes det at de fleste vil mestre nivå 2. Noen har kanskje begynt å bevege seg opp mot nivå 3.

Ved første tur på fjellet forventes det at alle deltagere har oppnådd nivå 1, og noen beveger seg inn i nivå 2.

Gjennom Innsiktute sitt planlagte program, forventes det at de fleste deltagere vil mestre nivå 1 etter treningen på en åker.

Stå rolig med kiten i senit, sammen med andre kitere. Lese terrenget hvor det er dårlige vindforhold og skape fremdrift ved å kjøre kiten i loop. Utnytte vinden for å oppnå bedre fremdrift. Kjøre kiten 180 grader utenfor powerposen. Snu kiten når den har landet opp ned.

NIVÅ 3

Demontere og sette sammen styre- og hovedliner. Sikre kiten med snø eller annet som er egnet. Krysse opp mot vinden. La kiten dra deg i en retning, snu og komme tilbake Parkere kiten.

NIVÅ 2

Nødutløse kiten. Ta kiten opp og sikre den. Pakke opp og ned en foilkite. La kiten dra deg avgårde på ski i en retning. Kjøre kiten i luften i 8-tall. Styre kiten frem og tilbake. Få kiten til å fly.

NIVÅ 1

SIKKERHET

Vi er opptatt av å etablere trygghet for våre deltagere, og da er informasjon og forutsigbarhet viktige momenter. Vi forutsetter ikke at våre deltagere har erfaring når det gjelder å overnatte i telt i interfjellet, og det er naturlig om en kan synes at det kan virke litt skummelt.

Foto: Per Christian Gjetrang



Bilde er tatt fra vannet Lufsjå

Ved Camp3. som blir på vannet Lufsjå skal vi fiske. For å få til det må vi først grave oss ned til isen, som fort kan være en drøy meter. Deretter tar vi frem isboret og borer oss igjennom isen som skal være like tykk som snøen er dyp. Vi bruker noe som heter pilke-

stikke, en liten fiskestang på lengde med din underarm. Som agn bruker vi maggot, som er små larver som blir til fluer om de får vokse videre. Dette er godmat for røya, en veldig god fisk som tilhører laksefamilien.

- Planlegging og Forberedelse:** Vi har satt opp Camp på tre forskjellige steder. De er alle plassert på flate områder hvor det er fint å slå opp telt. Et av stedene er på vannet Lufsjå. På den tiden av året er isen trygg og vil kunne være opp til en meter tykk. Vi kommer ikke til å være i nærheten av inn- eller utløp.
- Riktig Utstyr:** Vi bruker telt som er designet for vinterforhold og alle våre deltagere har sovepose beregnet for vinterbruk, samt gode isolerende liggeunderlag. Vi sikrer også at våre deltagere har riktig bekledning i forhold til vinterfjellet.
- Snøskred:** Vi er lokalkjent i området og vet hvor vi skal ferdes slik at vi ikke kommer i skredutsatte områder eller nær skrenter.
- Leirplass:** Vi har satt opp Camp på tre forskjellige steder. De er alle plassert på flate områder hvor det er fint å slå opp telt. Et av stedene er på vannet Lufsjå. På den tiden av året er isen trygg og vil kunne være opp til en meter tykk. Vi kommer ikke til å være i nærheten av inn- eller utløp.
- Fyring i teltet:** Vi har med primus til matlaging og til å koke vann. Når det gjøres vil vi sørge for god ventilasjon for å unngå karbonmonoksidforgiftning, samt at vi vil ha kullosalarm. Vi bruker ikke primus til å holde teltet varmt.
- Nødutstyr:** Vi har med nødpeilesender for å kunne tilkalle hjelp. Vi kan også sende melding uavhengig om det er dekning, da dette går via satellitter. Vi har også førstehjelpsett til å håndtere skader og sykdom.
- Navigasjon:** Selv om vi er lokalkjent og har planlagt ruten i detalj, har vi med kart og kompass. Men vi kommer først og fremst til å bruke elektronisk navigasjon i form av GPS.
- Personlig Sikkerhet:** Vi vil tilpasse distansen til våre deltagere, og vi vil ta jevnlige pauser for å hvile og spise, spesielt i kaldt vær.

Den totale norske bestanden av villrein er anslått til å bestå av omtrent 25 000 dyr om vinteren. På Hardangervidda er det ca. 10 000 dyr som vandrer mellom store avstanser mellom ulike beite- og kalvingsområder. De beveger seg hele tiden og går helst mot vindretningen, slik at de lett fanger opp lukten av færer. Mennesker utgjør en fare for reinen, og kommer vi for nær vil de bruke unødvendig energi på å flykte. Som kiter har vi et spesielt ansvar på å være oppmerksomme på hvor vi ikke skal kite og hva vi skal gjøre dersom en ved tilfældighet skulle se eller møte en flokk reinsdyr eller annet sårbart dyreliv. Da skal vi umiddelbart snu og bevege oss i motsatt retning.

Foto: Per Skotvedt



SÅRBAR NATUR

Om våren er det kalvingstid for villreinen, perioden er fra midten av april til midten av juni. Dette er en spesielt sårbar tid hvor reinen har behov for ro, slik at simle og kalv kan få nok mat og hvile. Blir de forstyrret kan simla kaste kalven, eller kalven kan miste kontakten med flokken.

Oslo Kiteklubb har i samarbeid med Statens Naturoppsyn ukentlige oppdaterte midlertidige forbudsosoner.

Vi skal holde oss utenfor disse sonene for å beskytte reinen. Når reinen beveger seg, vil de midlertidige forbudsosonene endres tilsvarende. Les mer om dette på www.oslokiteklubb.no

INNSIKTUTE SIN MILJØFORPLIKTELSE

FNs medlemsland har vedtatt 17 globale felles mål for en bærekraftig utvikling. Vi har valgt ut 7 av målene som særlig aktuelle for oss. Les mer om det: www.innsiktute.no



Foto: Per Skotvedt