

ENNAKKOINFO JÄÄTIKKÖ- JA ALPPIKIIPEILYKURSSI STORSTEINFJELLET, NARVIK, NORJA ,4pv

Kurssin sisältö

- Vuoristo-olosuhteet
 - vuoriston eri osat
 - vuoriston jatkuva muutos
 - sään vaikutus toimintaan
- Jäätikkövaeltamisen perusteet
 - jäätikön muodostuminen
 - köysistön muodostaminen
 - railopelastus
- Alppikiipeilyn perusteet
 - lyhytköysitekniikka
 - varmistukset ja varmistaminen
 - lumiseinien kiipeäminen
- Navigointi vuoristossa ja jäätiköillä
- Reitinvalinta ja reitinsuunnittelu



1. kurssipäivä: Kurssi alkaa 26.7.2020 klo 9.00 Norjan aikaa Narvikin rautatieasemalta. Ryhmän kokoamisen ja varusteiden tarkistuksen jälkeen ajamme Storsteinfjellletin alueelle, jonne on reilun tunnin ajo Narvikista. Parkkipaikalla jaamme jäätikkövarusteet. Kun reput on pakattu, lähdemme siirtymään kävellen perusleiriimme, jonne on noin kahden tunnin kävely.

Kun saavumme perusleiriin, pystytämme teltat ja syömme pikaisen lounaan. Tämän jälkeen lähdemme Storsteinin jäätikölle harjoittelemaan jäätikkövaeltamisen perusteita.

2. kurssipäivä: Alppikiipeilyn perusteet. Lähdemme leiristä kohti läheistä huippua ja samalla harjoittelemme lyhytköysitekniikkaa, kalliolla liikkumista sekä lumiseinien kiipeämistä. Kelien salliessa huiputamme viereisen 1620m korkean huipun.



3. Kurssipäivä: Retki kohti Pohjois-Norjan korkeinta huippua – Storsteinfjället 1893m. Tämän päivän aikana sovellamme opittuja taitoja aitoon ympäristöön. Retken kesto leiristä leiriin on keleistä riippuen 10-13tuntia.

4. Kurssipäivä: 29.7.2020 Viimeisenä kurssipäivänä harjoittelemme perusleirimme lähellä railopelastuksia ja lumiankkureiden tekoa. Harjoituksen jälkeen puramme teltat ja siirrymme takaisin parkkipaikalle. Kurssi päättyy parkkipaikalle viimeistään klo 16 Norjan aikaa.

Minkälaisia olosuhteita on syytä odottaa?

Norja on keliä puolesta mielenkiintoinen maa ja jäätikköalueet entistä mielenkiintoisemmat. Jäätikkö ei synny ilman sateita, joten on todennäköistä, että kurssin aikana voi olla myös sadepäiviä.. Kelit saattavat vaihdella aurinkoisista hellepäivistä sadepäiviin, jolloin lämpötilat voivat olla nollan tuntumassa. Hyvinä nyrkkisääntönä on, että varautuu ja varustautuu suomalaiseen loppusyksyn sähän, jota voi tarpeen mukaan keventää hellekelien sattuessa. Myös tuulet voivat olla ylhäällä kovia, vaikkakin perusleirimme on hyvässä suojassa kovilta tuulilta.

Kuinka pääsen Narvikiin?

Autolla Suomesta: Tornio-Pello-Pajala-Kiiruna-Narvik

Lentäen: Helsinki-Oslo-Evenes(Harstad), josta bussilla Narvikiin.

Kimppakyydit:

Noin paria kuukautta ennen kurssin alkua saat viestin, jonka liitteenä ovat muut kurssilaiset. Tämän kautta voit alkaa kyselemään kimppakyytejä tai tarjoamaan paikkaa autostasi.

Mitä varusteita tarvitsen?

Henkilökohtaiset varusteet:

- Jäykkäpohjaiset kengät (esim. tukevat vaelluskengät tai vuoristovaelluskengät)
- Säärystimet kenkiin (suoja housuja jäärautojen piikeiltä)
- Leirikengät (esim. crocsit, ei pakolliset mutta ovat mukavat iltaisin)
- Vaihtosukat x 3 (ei mielellään puuvillaisia)
- Ulkovaatetus mielellään sateenpitävät kuorivaatteet tai sadeasu repussa
- Aluskerrasto (voi olla syksyinen keli)
- Välikerros esim. fleece



- Taukotakki (lämmin takki esim. untuva tai toppatakki)
- Hanskat x 2 (joilla voi työskennellä myös märkänä)
- Lakki (pipo ja/tai lippalakki riippuen kelistä)
- Aurinkolasit
- Aurinkorasva (vähintään 30 kertoimella)
- Rinkka 60-100 litraa
- Päiväreppu 30-40 litrainen, voit käyttää myös rinkkaa.
- Kävelysauva, jos olet tottunut sellaista käyttämään.
- Termospullo (valinnainen varuste)
- Makuualusta
- Makuupussi (comfort alue 0-+5cel)
- ruokailuastiat
- henkilökohtainen hygienia (hammasharja, lääkkeet)
- Kännykkä vesitiiviissä pussissa (perusleirissä ei ole kenttää)

Teltta/ryhmäkohtaiset varusteet:

- Vesitiivis teltta (teltta on mahdollista vuokrata myös minulta 50 € hintaan)
- Keitin + kattilat
- Vesipullo 1-2 litraa
- pieni EA-laukku (vetäjällä on kattavampi EA-varustus aina mukana)
- wc-paperi
- tulitikut/sytäkari
- hyttysmyrkky (lämpimillä keleillä hyttysset saattavat nousta leiriimme saakka)

Varusteet, joita voit ottaa mukaan, jos omistat

- Alueen kartta, Narvik, Storsteinfjället
- GPS-laite
- Kompassi

Kurssin järjestäjän puolesta tulevat varusteet

- Valjaat
- Kypärä
- Jääraudat
- Jäähakku
- Jääruuvi 1kpl (13-21cm)
- 2 kpl 120 cm nauhalenkkejä
- 1 kpl ATC -varmistuslaite
- Minitraxion ja prusikit 2 kpl
- 5 kpl ruuvisulkurenkaita
- Kalliovarmistukset, kuten kiilat ja frendit
- Dynaaminen köysi 9-11 mm, 30-50 metriä

Jos omistat kyseisiä varusteita, niin on aina parempi harjoitella omilla varusteilla



Mitä ruokia tarvitsen mukaan?

Kurssipaikalta löytyy vierestä puro, josta saa veden. Leirissä on lähellä myös usein lunta, jonne voidaan tehdä jääkaappi ruokatarvikkeille. Retkiruokia tulisi olla mukana seuraavasti:

3 kpl aamupala

4 kpl lounas (joka on mahdollista ottaa mukaan päiväretkelle. Itse suosin runsaasti täytettyjä leipiä puolen litran minigrippussiin pakattuna)

3 kpl illallinen

Snacksejä välipalaksi (muslipatukka, suklaa, pähkinät yms.)

Vakuutukset

Kurssihinta ei sisällä henkilökohtaista tapaturma tai matkavakuutusta. Kurssilaiset voivat halutessaan ottaa matka- ja/tai tapaturmavakuutuksen. Onnettomuuden sattuessa Norjassa on ilmainen pelastuspalvelu. Julkisen puolen terveydenhoito on kuten Suomessakin, joten ilman hoitoa et onnettomuuden sattuessa jää ja kustannukset ovat suurin piirtein samaa luokkaa kuin Suomessakin.

Kuinka kurssi varataan ja maksetaan?

Kurssille ilmoittauduttuasi saat laskun, jonka voit maksaa halutessasi osissa. Kurssin varaus vahvistetaan maksamalla kurssista 200€ varausmaksu. Loppumaksu tulee suorittaa vähintään 12 vk ennen kurssin alkamisajankohtaa.

Jos maksat kurssin osissa, muista laittaa jokaiseen osaan sama viitenumero laskulta.

Peruutusehdot:

Viimeistään 12vk ennen toteutusajankohdan aloitusta peruttu matka: palautetaan koko maksettu summa miinustettuna käsittelykuluilla 80 €.

8vk-12vk ennen toteutusajankohdan alkamista peruttu matka: palautetaan maksettu summa miinustettuna varausmaksulla 200€.

2vk-8vk ennen toteutusajankohdan alkamista palautetaan puolet kurssimaksusta

0-14pv ennen toteutusajankohdan alkamista peruutettu matka: veloitetaan koko osallistumismaksu.

Jos sinulla on kysyttävää kurssiin liittyen välineistä, majoituksesta, ruoista yms. älä epäröi kysyä siitä minulta. Helpoimmin saat minut kiinni sähköpostilla ja vastaan heti kun olen koneen äärellä.

Tervetuloa kurssille

Jussi Muittari UIAGM -mountain guide

tel. +35850 555 9311, jussi@mountainguide.fi

Mountain Guide Finland Oy

Pengerkuja 5, 03400 VIHTI - FIN

www.mountainguide.fi

