

HI PLAN



2022

1. Innledning	5
1.1. Forord	5
2. Status og rammebetingelser	5
2.1. Generelt	5
2.2. Flyplass og fasiliteter	5
2.3. Utdanning og rekruttering	6
2.4. Kompetanse og nøkkelpersoner	6
2.4.1. Hoppledere og godkjenninger	6
2.5. Flysituasjon	6
2.6. Materiell	7
2.7. Landingsområder	7
2.8. Tandemrigg	7
2.9. Utsprangshøyder	7
2.10. Elever	8
2.11. Hovedutfordringer	8
3. Eksterne forhold	8
4. Virksomhet	8
4.1. Plan	8
4.2. Organisering	9
Hovedinstruktør	9
4.2.1. Hoppleder	10
4.2.2. Hoppfeltleder	10
4.2.3. Hoppmester	10
4.3. Utdanning	11
4.3.1. Elevutdanning	11
4.3.2. Instruktørutdanning	11
4.3.3. Informasjonsstyring	11
4.4. Sesongen 2022	11
4.4.1. Generelt	11
4.4.2. Arrangement	12
5. Sikkerhet	12
5.1. Rusmidler	12
5.2. Hoppfeltbrief	13
5.3. Innlasting	13
	2

5.4. Utsprang	13
5.5. Trekkhøyder	13
5.6. Run	13
5.7. Frittfall	14
5.8. Tracksuit	14
5.9. Wingsuit	14
5.10. Skjermflyging	15
5.10.1. Spesielle tiltak skjermflyging	16
5.11. Skjermstørrelser og downsizing	16
5.12. Innhopp	16
5.13. Oppvisningshopping	16
5.14. Fjellflyging	16
6. Forvaltning av materiell	17
6.1. Generelt	17
6.2. Lagring	17
6.3. Innleid utstyr	17
6.4. Tandemutstyr	17
7. Styring og rapportering	17
7.1. Styring	17
7.2. Rapportering	17
7.2.1. Oppgjør	17
7.2.2. Observasjoner og hendelser	18
8. Vedlegg	18
Vedlegg 1 - HL Instruks	19
Vedlegg 2 - HM Instruks	21
Vedlegg 3 - HFL Instruks	22
Vedlegg 4 - Manifest Instruks	23
Vedlegg 5 - Instruks for fartøysjef	24
Vedlegg 6 - Innregistreringsskjema	25
Vedlegg 7 - Skjermstørrelser	26
Vedlegg 8 - HL Instruks, flytting av hoppfelt	27
Vedlegg 9 - HM Instruks, flytting av hoppfelt og innhopp	29
Vedlegg 10 - HFL Instruks, flytting av hoppfelt og innhopp	30
Vedlegg 11 - Skjermflyging i alpint terreng	31

Vedlegg 12 - Instruks for politiattester Lesjafsk	34
1. Bakgrunn	34
2. Virkeområde	34
3. Gjennomføring	34
4. Fremvisning av attest	35
5. Fornyelse	35

1. Innledning

1.1. Forord

Styret i Lesja fallskjermklubb har innstilt undertegnede som hovedinstruktør i klubben for sesongen 2022.

Dette dokumentet beskriver hvordan jeg som HI vil drive sikkerhetsarbeidet i klubben kommende sesong. Planen er en videreføring og revidering av tidligere HI sin plan og egen plan fra tidligere periode.

Denne planen er forankret i F/NLF håndbok for fallskjermhopping, og henviser til gjeldende regelverk i denne.

HI plan inneholder retningslinjer og beskrivelse av hvordan Lesja fallskjermklubb skal drive sin operative virksomhet for sesongen 2022. HI vil fokusere på operativ virksomhet mens styret driver forvaltning og administrasjon. Det vil være et tydelig skille, og HI vil være rådgivende til styret i saker som påvirker operativ virksomhet.

2. Status og rammebetingelser

2.1. Generelt

I sesongen 2020/2021 har rekrutteringen vært lav, noe som kan påvirke aktiviteten på feltet. For 2022 vil fokuset være å rekruttere flere inn i klubben og utdanne instruktører. Vi skal kunne tilby hopping for elever og erfarne hoppere samt inneha rammeverket for videre progresjon innen fallskjermhopping. Så er fokuset å fullføre utdanningen av nyutdannede instruktører og sørge for at disse skulle bli gode, og trygge i rollen. Samt sørge for at hoppledere fikk mer kompetanse og trygghet i rollen.

For sesongen 2022 så vil mye av fokuset ligge i påbygging av kompetanse hos de personer som bekler viktige operative roller i klubben. Dette ønsker jeg å gjøre gjennom kurs forberedelser med enkelte instruktører for å sørge for at disse er klare til sentrale kurs. For sesongen 2021 vil Lesja FSK fortsette å fokusere på å utdanne instruktører med gode holdninger til sikkerhet, og som holder et høyt faglig nivå.

2.2. Flyplass og fasiliteter

Lesja Fallskjermklubb forvalter en av verdens flotteste, klubb-eide flyplasser. Flyplassen består av 92 dekar med inngjerdet område som inneholder asfaltert flystripe (800m), oppvarmet hangar, klubbhus, overnattingsplasser og eget fuel-anlegg.

Klubben har festeavtale med fem grunneiere som ble fornyet i 2017. Kontrakten inneholder en klausul om fornying for 20 år av gangen.

Anlegget er blitt bygget opp gjennom møysommelig dugnadsinnsats fra 1988 til i dag. Det er høyt fokus på vedlikehold, og bygningsmassen bærer preg av dette i dag. Lesja fsk er en liten klubb, med fasiliteter som en storklubb. Slik vil vi fortsette å ha det.

Flyplassjefen er ansvarlig for drift, vedlikehold og koordinering for flyplassen. Rollen som Flyplassjef innstilles for sesongen 2021, av styret under årsmøtet .

2.3. Utdanning og rekruttering

For sesongen 2022 vil jeg fokusere mest på internutdanning innad i organisasjonen, herunder utdanne 1 stk I1, øke kompetansen på planlegging og gjennomføring av hopping og øke kompetansen på hoppfelt organisasjonen “når ting ikke går etter planen”.

Lesja fallskjermklubb utdanner elever kun gjennom line-utdanning. Vi har tidligere hatt fokus på å gjennomføre et stort kurs i påsken, samt ett mindre kurs på høsten. Dette for å spre belastningen utover i forhold til instruktører. Kurset som gjennomføres i påsken er der fremtidige I2 kandidater får sin primære trening og praksis til I2 kurset. Styret arbeider frem en avtale om årlig kurs i samarbeid med Molde Folkehøgskole V/ Idrett sky linjen. Kurset vil holdes på høsten.

2.4. Kompetanse og nøkkelpersoner

Instruktørene i klubben er den viktigste bidragsyteren til å spre kunnskap, ferdigheter og gode holdninger. Lesja fallskjermklubb har per januar 2022 tilknyttet følgende aktive ressurspersoner og instruktører:

MK: 4 stk

IE: 3 stk

I1: 3 stk.

I2: 3 stk.

I3: 13 stk.

TI: 3 stk.

TV: 5 stk.

HL (elevhopping):11 stk.

2.4.1. Hoppledere og godkjenninger

Klubben har flere medlemmer som kvalifiserer til HL for selvstendige hoppere. For HL som ikke er forhåndsgodkjent av HI, skal disse godkjennes av HI før hver enkelt gjennomføring av hoppaktivitet. Liste over godkjente HL for alminnelig hopping ved Lesja fallskjermklubb er tilgjengelig i manifest på flyplassen, og eventuelt oppdatert på forespørsel til HI.

En utfordring med tanke på hoppledere, er å få hoppere til å forplikte seg til å stille. HI vil derfor oppfordre de aktuelle hopplederne til å være tidlig ut med å sette av en helg eller to for hoppledelse.

2.5. Flysituasjon

Tidligere har Lesja fsk kjøpt flytimer av foreningen Romsdalsfly. I tidlig 2016 ble flyet som foreningen disponerte, en C206 (LN-BWV), permanent tatt ut av drift. Dette resulterte i at Lesja fsk sto uten fly, og leide inn fly fra andre klubber. I tillegg benyttet

klubben seg av "Hagestande Aviation" sin Cessna 175. Dette har vært en midlertidig løsning med redusert kapasitet i påvente av nytt fly og avtale.

I årsskiftet 2016/2017 fikk klubbens styre på plass en avtale med "Hagestande Aviation" om innkjøp av LN-VYN. Dette er en Cessna 206 som er tilpasset fallskjermhopping og ansett som et godt vedlikeholdt fly. Flyet driftes og vedlikeholdes av Hagestande, mens klubben kjøper flytimer og holder drivstoff. Styret har alt ansvar for forvaltningen av denne avtalen. Denne ordningen har fungert godt i 2017/2018/2019/2020/2021, og vil videreføres for 2022.

2.6. Materiell

Klubben eier og disponerer per 01.01.2022 følgende fallskjermmaterieill:

- Elevrigger: 5stk. 3 Javelin student og 2 Vector SE (nye).
- Utleierigger: 1stk Vector
- Tandemrigg: 1 stk Micro Sigma. (Ny i 2018)
- 6 stk treningsseletøy for bruk til utdanning.

For sesongen 2021 har styret oppnevnt Henning Båtstad som Materiellforvalter. Vedlikehold og oppfølging gjennomføres også av Henning Båtstad.

Pakkeopplæring og eksaminering

Ved gjennomføring av pakkeopplæring i regi av Lesja fallskjermklubb skal det føres pakkelogg. Denne loggen følger eleven, og skal signeres av inspiserende hopper. Det skal ikke hoppes «elevpakket» elevutstyr som ikke er loggført i vedkommende sin pakkelogg.

Eksaminering av fallskjermfolk kan kun gjennomføres av I1, eller MK.

2.7. Landingsområder

Klubben disponerer eget landingsområde utenfor klubbhangaren som er godkjent for alminnelig hopping.

I forbindelse med at det noen ganger arrangeres bilcrossløp i tilknytning til primærlandingsområdet, har vi sett behovet for å tilegne oss et "elev-landingsområde" som kan benyttes når det kreves. Jordet som ligger i ØST for flyplassen er godkjent som elevfelt. Feltet skal rekognoseres og godkjennes av HL for bruk hver dag, før elevhopping iverksettes. HL og HM gir i samråd føringer til hoppere for innflygingsmønster og landingsretning på dette området, for hver enkelt gjennomføring.

2.8. Tandemrigg

Klubben fikk levert ny tandemrigg i mars 2018. Denne er eid av klubben og driftes av styret.

2.9. Utsprangshøyder

Bjorli flyplass er lokalisert på 1912ft MSL. Dette gjør at øvre grense for normal utsprangshøyde er satt til 11088ft AGL. Det tillates dropp inntil FL150, dvs 15000ft MSL (Pressure altitude) (13088ft AGL), men dette krever at flyger benytter 1013mbar for korrekt kalibrering fra dag til dag. Håndbokens regler for utsprang skal alltid følges.

2.10. Elever

Hovedtyngden av elever blir som regel utdannet i løpet av påsken og boogien som normalt sett holdes da.

2.11. Hovedutfordringer

Påskeboogien har blitt avlyst to år på rad som følge av covid-19 utbruddet. Dette er en utfordring med tanke på at utdanningen av I2 og I3 skjer i hovedsak under dette arrangementet. I år vil vi prøve å utdanne 3 nye I3 og videreutdanne 2 til I2. Videre vil jeg sende 1 videre til I1 etter I2 kurs.

3. Eksterne forhold

Klubben har et godt forhold til lokalmiljøet, og mottar få støyklager gjennom sesongen. Klubbens tilstedeværelse er godt forankret, og kommunens reguleringsplaner legger til rette for fallskjermdrift på Bjorli. Reguleringene som ligger til grunn er tidsbegrensninger på søndag/helligdag, samt at vi er pålagt en flyfri dag i påsken. Det er viktig for klubben å opprettholde det gode forholdet til kommunen og lokalmiljøet, slik at vi tar vare på de gode rammebetingelsene klubben har i dag.

Klubben samarbeider også med bilcrossbanen som er nærmeste nabo. Spesielt viktig er dette forholdet når det arrangeres hopping parallelt med løp og trening.

4. Virksomhet

4.1. Plan

Jeg ønsker å tilrettelegge for at hopperne får et godt hoppetilbud. Der jeg vil jobbe for at hopperne skal få hoppe, så lenge det gjøres i henhold til gjeldende regelverk og instruksjer. Jeg ønsker at Lesja fallskjermklubb og Bjorli flyplass skal fortsette å være et samlingssted for alle typer fallskjermhoppere. Jeg ønsker å ivareta og bygge opp under det gode fagmiljøet som finnes per i dag, samt det sosiale. Gjennom faglig tyngde så skal kvaliteten på aktivitet ivaretas, og gjennom et godt tilbud til både elever og viderekommende ønsker vi å tiltrekke oss hoppere som ønsker å bidra inn i klubben.

Materiellkunnskap

Jeg ønsker å tilrettelegge for økt materiellkompetanse. Dette tenker jeg å gjøre gjennom å legge til rette for at flest mulig av instruktørmassen blir godkjent til å holde materiellkurs (til B prøven). Jeg tenker i tillegg i samråd med materiellsjef å sette av fagøkter etter endt hopping for å øke denne kompetansen.

HL & HFL

Gjennom sesongen 2021 så vil jeg fortsette å fokusere på oppfriskning og faglig påfyll hos godkjente hoppledere og HFL. Dette ønsker jeg å gjøre primært gjennom fagseminar som avholdes utover sesongen. Disse fagseminarene vil være rettet mot praktiske øvelser innenfor blant annet risikohåndtering, førstehjelp, lederskap og håndtering av "ikke planlagte hendelser". Dette for å øke den faglige kompetansen, selvstendigheten og tryggheten hos den enkelte, men også skape økt interesse rundt de operative rollene og ikke minst ivareta den gode sikkerhetskulturen vi har i Lesja FSK.

Rapportering

Lesja FSK har tidligere vært flinke på rapportering. Det skal vi fortsette med gjennom sesongen 2021. Bruk av ORS i klubben ser ut til å fungere, og jeg ser derfor ikke noe behov for å gjennomføre ytterligere opplæring.

4.2. Organisering

Da Lesja fsk er en liten men ressurssterk klubb med et unikt miljø, ønsker jeg som HI å bidra til å skape et tett forhold mellom meg selv, instruktørene, styret og alle hopperne. Jeg vil forsøke å videre bygge opp kompetansen og selvstendigheten til instruktørene i klubben, slik at de kan bidra aktivt i den daglige operative driften.

Hovedinstruktør

Som HI vil jeg fokusere på følgende områder:

- Forvalte operativ drift, og sikre at hopping i regi av Lesja fsk gjennomføres etter håndbokens bestemmelser. Samt fastlegge rutiner og oppgaver knyttet til dette.
- Utnevne og terminfeste HL til vakt.
- Tilrettelegge og drifte administrative systemer som følger opp den operative driften i klubben. Spesielt manifestets loggføring av elevhopping og utdanning.
- Utdanne instruktører, og følge disse opp gjennom sesongen.
- Legge til rette for seminarer som gjennomføres av ressurspersoner på relevante fagområder i forbindelse med hopping.
- Følge opp materiellsikkerheten, spesielt tiltakene fra «lessons identified 2017/2018/2019/2020» og ORS hendelser i 2017/2018/2019/2020. Disse dokumentene ligger tilgjengelig på klubbens instruktør/styre -gruppe på facebook.

4.2.1. Hoppleder

Liste over godkjente HL henger i manifest på flyplassen. Kun godkjent personell kan fungere som HL ved elevhopping. Ved hopping med selvstendige hoppere kan personell som ikke står på listen godkjennes av HI, dersom vedkommende tilfredsstillter håndbokens krav. Dette gjøres for enkeltaktivitet.

Listen over godkjente HL vil oppdateres i løpet av sesongen, ettersom flere blir kvalifisert.

HL er ansvarlig for å gjennomføre hoppfeltbrief for aktuelt personell. Hoppfeltbrief er også tilgjengelig elektronisk på klubbens sider: <https://lesjafsk.no/operativ-drift>

HL er ansvarlig for å utpeke kvalifisert HFL til drift av hoppingen.

HL er ansvarlig for å varsle om observasjoner til HI som kan være relevante for videre drift.

HL skal sette seg inn i gjeldende rutiner og regelverk for Bjorli flyplass, og etterleve disse plikter samt følge instruks for HL, vedlegg 1.

4.2.2. Hoppfeltleder

Personell som tilfredsstillter håndbokens krav til HFL, samt er godkjent av HL kan fungere i rollen som HFL. Ved drift av flere fly, skal HFL være særskilt godkjent av HI.

HFL skal sette seg inn i gjeldende rutiner og regelverk for Bjorli flyplass, og etterleve disse. HFL plikter å følge instruks for HFL, vedlegg 3.

4.2.3. Hoppmester

HM godkjennes av HL. HM skal inneha tilstrekkelig erfaring og kompetanse til å gjennomføre aktuell hoppmestring.

HM for innhopp skal være særskilt godkjent av HL, og inneha minimum C lisens.

HM plikter å følge instruks for HM, vedlegg 2.

4.3. Utdanning

Lesja Fallskjemklubb har en bred instruktørstamme i dag, men et kontinuerlig påfyll av kvalifisert personell er viktig for klubben. Klubben har en godt dimensjonert stab av instruktører som jeg vil fortsette å bygge videre på. Klubben ønsker å gjennomføre flere kurs, for å bidra til å øke fortsettelsesprosenten til B-lisens spesielt. Jeg vil fokusere på å tidlig gi ansvar til ferske hoppere, for å motivere disse til instruktørutdanning i fremtiden.

Som HI har jeg en ambisjon om å utdanne følgende hoppere og kapasiteter i løpet av sesongen 2022:

Lisens	2022
Elev line*	?
Instruktør 3	3
Instruktør 2	2
Instruktør 1	1
Materiellkontrollør	0
Tandeminstruktør	1

*Inkluderer også Aff konvertering

4.3.1. Elevutdanning

I klubben har vi en egen elevansvarlig som håndterer kursplanlegging, påmelding og informasjon til kommende elever. Dette er en særdeles viktig stilling som jeg som HI følger tett opp, sammen med styret, for å sikre rekruttering og oppfølging av elever.

4.3.2. Instruktørutdanning

Dersom mulig, skal I3 kurs gjennomføres i løpet av sesongen med 2-4 elever.

4.3.3. Informasjonsstyring

Det gjennomføres instruktørmøte i klubben før større kursvirksomhet, samt at det er etablert en egen gruppe på FB som brukes for å spre relevant informasjon knyttet til operativ drift og utdanning samt at det lages ny nettside i skrivende stund. Klubbens instruktører har også et fellesområde på FB som benyttes for felles oppdateringer og veiledninger.

4.4. Sesongen 2022

4.4.1. Generelt

Klubben har til hensikt å kalenderfeste hoppaktiviteten. Primært bedriver klubben hopping annenhver helg, men med eget fly øker fleksibiliteten til å utvide aktiviteten. Det ligger til rette for at godkjente hoppledere i Lesja fsk kan gjennomføre hoppaktivitet på eget initiativ. Det forutsettes at HI informeres i forkant av oppstart.

Det forutsettes også at denne aktiviteten skal varsles på klubbens facebook side, minimum 12 timer før oppstart. Slik at klubbens medlemmer har mulighet til å delta.

4.4.2. Arrangement

I sesongen 2022 ser det foreløpig ut som vi er tilbake til en vanlig hverdag som vil gjøre at man kan gjennomføre arrangement foruten restriksjoner. Skulle det bli satt restriksjoner igjen vil klubben følge disse som under arrangement i sesong

Dersom klubben får mulighet til å gjennomføre et grunnkurs line så vil dette være et arrangement som vil være viktig for klubben å få gjennomført. Dette for å sikre tilflyt av nye hoppere, men er også en arena for utdanning av I2 og I3.

Siste arrangement for sesongen er Beverboogie. Hensikten med dette er å samle fallskjerm Norge til en sesongavslutning med innhopp og Bever-seremoni. Dette er et krevende arrangement å gjennomføre administrativt, værmessig, og sikkerhetsmessig for klubben. Arrangementet har en egen administrativ ledelse, samt at klubbens instruktører står for den operative gjennomføringen.

Alle arrangementene evalueres og gjennomgås i etterkant. Det skrives rapport som legges på klubbens internområde. Et viktig moment med dette er at disse rapportene hentes frem og benyttes i planlegging av neste arrangement.

5. Sikkerhet

Lesja fallskjermklubb driver hoppvirksomhet i henhold til F/NLF sitt regelverk og retningslinjer. Lokale instruksjoner for klubben skal til enhver tid følges når det hoppes på Lesja fallskjermklubb sin operasjonstillatelse. Instruksene oppdateres fortløpende ved behov.

5.1. Rusmidler

Klubben har null-toleranse for bruk av alkohol, andre rusmidler og doping i forbindelse med hopping, eller i operative roller. Selv om håndboken viser til en grenseverdi på inntil 0,2 i alkoholpromille, benytter klubben 0,0 som grenseverdi. Sanksjoner vil bli tatt i bruk ved brudd på denne regelen. Personer som tidligere har vært utestengt fra klubben på grunn av misbruk, og personer som tidligere har hatt et misbruk som har krevd behandling, må dokumentere at de har hatt en adekvat rusfri periode avhengig av misbrukets omfang.

Da klubben er en idrettsklubb under Norges Idrettsforbund, kan alle klubbens medlemmer til enhver tid underkastes dopingkontroll.

Alle klubbens medlemmer har anledning til å rapportere mistanke om bruk av rusmidler direkte til HI, i valgfritt fora. Jeg legger stor vekt på at dette skal kunne gjøres anonymt, og at det ikke skal kunne få en konsekvens for den som rapporterer. Hverken operativt eller sosialt.

5.2. Hoppfeltbrief

Alle som skal hoppe i regi av Lesja fallskjermlubb skal gjennomgå hoppfeltbrief før hopping iverksettes. Dette gjennomføres av HL. HL kvitterer på innregistreringsskjema at vedkommende har mottatt Briefing. Hoppfeltbrief er tilgjengelig elektronisk på klubbens sider websider, under operativ drift fanen.

5.3. Innlasting

Hoppere møter på avtalt sted ferdig påselt, og kontrollert (egenkontroll), minimum 5 minutter før takeoff.

HM angir rekkefølge for innlasting basert på hopptype. Som hovedregel skal HM følge disse hovedpunktene:

- Store grupper før små grupper.
- Tracking-FS-FF-ELEV(full høyde)-Tandem-Tracking-Tracksuit-WS-Highpull.
- Hoppere skal være fastkroket og hjelm festet på hodet, inntil 1500ft AGL. Fastkroking gjøres til main lift web, eller beinstropper. Ikke bryststropp.

HM skal til enhver tid sørge for at ingen hoppere kommer i konflikt med farlige, eller funksjonskritiske komponenter på flyet under innlasting.

5.4. Utsprang

- Spacing i henhold til groundspeed, og gruppen foran sin hopptype. Se tabell under.

Groundspeed	Solohopp	2-5 hoppere	6+ hoppere
90knop +	4sek	6sek	10sek
80knop	5-6sek	8sek	12sek
70knop	7sek	10sek	15sek
60knop	8-9sek	12sek	16sek

Eksempel: Du skal hoppe solohopp og det er en gruppe på 3 magehoppere i flyet. Flyet dropper motvinds, og har 70kt groundspeed.

Resultat: Magehoppere går først. Du går med 10 sek spacing.

- HM er ansvarlig for at spotting gjennomføres, og at pilot har gitt klarsignal for utsprang.

5.5. Trekkhøyder

Dersom hopperen planlegger å trekke skjerm høyere enn normalt skal HFL, pilot og manifest gjøres oppmerksom på dette.

5.6. Run

Runretning er normalt 120 eller 300 grader, parallelt med rullebanen og dalføret. Det tillates andre retninger, men kun dersom det ikke er mer enn 2 grupper som skal hoppe på ett run. Ved hopping med flere enn to grupper skal runnet gå parallelt med dalføret, men sideforskyves tilstrekkelig slik at hopperne når inn til feltet. Det skal ikke droppes med åpningspunkt over høyreliggende terreng, uten at nødåpnere kalibreres for aktuell høyde.

5.7. Frittfall

Gjennomføring av frittfall i Lesja fallskjemklubb gjøres i henhold til håndbokens bestemmelser.

Ved hopp som medfører horisontal bevegelse skal disse være forhåndsplanlagt, og briefes HM før innlasting. Hoppere som skal gjennomføre trackinghopp skal sette seg inn i F/NLFs trackingkompendie. Det tillates kun to tracking grupper per run. Dersom en tracking gruppe består av mer enn to hoppere, skal denne ledes av en godkjent trackingleder. Ved to tracking grupper skal disse på forhånd avtale en buffersone mellom gruppene som sikrer at de ikke flyr inn i hverandres område. Det samme er gjeldende for wingsuithoppere.

Ved horisontal bevegelse under elevhopping skal denne foregå utelukkende på tvers av runretningen.

HM er ansvarlig for å koordinere og sørge for å unngå konflikter mellom hoppere i frittfall.

5.8. Tracksuit

Det henvises til SU møttereferat 01/18 der begrepet Onesie er besluttet regulert gjennom håndboken. Teksten er som følger:

“De siste årene har utviklingen hos wingsuitprodusentene gått mot større og større "onepiece" trackingsuits. Disse stiller lignende krav til hoppere når det kommer til påseling, nødprosedyrer, flyvemønster og trekk som ved bruk av wingsuit. Det finnes både store og mindre store "onepiecer" på markedet, og SU setter nå et skille mellom "onepiece" og todelte trackingdresser. Store trackingdresser (Onepiece) (Onsie, Sausage, rbasegXXX, BEaSt, Mutation osv) er sidestilt med wingsuit når det kommer til krav om erfaring og opplæring/utsjekk. For små todelte trackingsuiter (PF Tracksuit, Sumo osv) er det fortsatt opp til HI å styre aktiviteten i sine klubber. Håndboka vil bli oppdatert på dette punktet.”

For Lesja FSK skiller vi derfor mellom tradisjonell tracksuit og de nye “onesie” produktene. Tracksuit reguleres som før med krav om minimum 80 hopp. For “onesie” gjelder F/NLF sine bestemmelser, samt punkt 5.9 i HI plan.

5.9. Wingsuit

Det må utvises forsiktighet ved exit med wingsuit slik at man unngår sammenstøt med flyets haleror. Alle wingsuit hoppere må holde armvinger lukket til de er kommet klar av flyet. Hoppere som skal benytte wingsuit skal ha dokumentasjon på gjennomgått opplæring og utsjekk.

5.10. Skjermflyging

Etter at hopperen har fått skjerm, og konstatert FLYR, skal vedkommende straks orientere seg om andre hoppere, hoppfeltet og landingsretning. Skissen under beskriver innflygingsmønster, avhengig av landingsretning.



Det er ikke tillatt å krysse rullebanen under 1000ft.

Samtlige hoppere skal fly et forutsigbart mønster for å unngå konflikter under landing. Det er ikke tillatt å "skru" seg ned med styrehåndtak for å tape høyde under 1500ft. Gjelder også sjøl om man er "seniorhopper".

Sikk-sakk flyging på finale er ikke tillatt, med unntak av spesielle hopptyper der dette er forhåndsplanlagt.

Landingsretning anvises med "T" ved elevhopping. Alle hoppere skal følge denne, uten unntak og uavhengig av vind. Ved hopping med kun selvstendige hoppere kan "T" utelates, og landingsretning bestemmes da av første hopper. Samtlige hoppere må følge denne retningen.

Alle jorder i nærhet til hoppfeltet er egnet som alternative landingsfelt. Dersom disse må benyttes er det spesielt viktig at hopperen holder skarp utkikk etter lavspent, og eventuelle hindringer. Alternative hoppfelt gjennomgås under hoppfeltbrifen.

Dersom man ikke lander inne på hoppfeltet skal man straks gi seg til kjenne, og gi OK signal til HFL. La skjermen ligge ute ved behov for assistanse.

5.10.1. Spesielle tiltak skjermflyging

Lesja fsk vil i 2022 fortsette med å gjennomføre følgende tiltak for å øke sikkerheten ved skjermflyging på hoppfeltet:

- Gjennomføre instruktørkurs skjermflyging for aktuelle instruktører.
- Gjennomføre grunnleggende og videregående skjermflygingskurs.
- Gjennomføre "oppfriskningskurs skjermflyging" for aktuelle hoppere.
- Fokuserer på gode holdninger og systematisk trening på skjermflyging.
- Opprettholde grense på 200 hopp, samt krav om videregående skjermflygingskurs for å benytte mer enn 90 grader sving i landing.
- Opprettholde den gode kulturen for tilbakemeldinger og korrigeringer med hensyn til skjermflyging.

5.11. Skjermstørrelser og downsizing

F/NLFs bestemmelser for skjermstørrelser (vedlegg 7) skal følges av hoppere i Lesja fsk. Når man benytter tabellen må man runde opp til nærmeste kolonne over sin exitvekt for å finne riktig tall. Det skal benyttes kroppsvekt+12kg for sportshoppere, og +15kg for elever.

Dispensasjon for hopping ned mot minste tillatt størrelse vil kun bli vurdert dersom vedkommende har gjennomført og bestått minimum grunnleggende skjermkjøringskurs.

5.12. Innhopp

Klubben gjennomfører ofte innhopp i nærområdet. Alle hoppfelt som skal nyttes til dette formålet skal på forhånd godkjennes av HI. Aktuell HL for innhoppet skal i god tid sende HI en plan for gjennomføring av innhoppet. HL følger mal i vedlegg 8.

HL er ansvarlig for at HM og HFL følger instruksjer i vedlegg 9 og 10.

5.13. Oppvisningshopping

Ved gjennomføring av oppvisningshopping skal håndboken følges. Kun hoppere med gyldig Demo 2 lisens eller høyere tillates å delta i slik hopping. Gjennomføring av demonstrasjonshopping skal godkjennes av HI på forhånd. Plan for gjennomføring skal sendes HI i god tid før gjennomføring, og senest 24 timer før. Planen er også underlagt instruks for flytting av hoppfelt, vedlegg 8.

HL er ansvarlig for at HM og HFL følger instruksjer i vedlegg 9 og 10.

5.14. Fjellflyging

Ved planlegging og gjennomføring av fjellflyging skal dette ledes av I1 godkjent av HI. Den praktiske flygingen skal ledes av en HM med "fjellflygingsguide" utsjekk, samt være godkjent av HI. Utsjekker gjennomføres ved behov av HC Amlie og Jan Einar, i samråd med HI.

Flygingen skal til enhver tid tilpasses værforhold, skjermtyper, wingload og erfaringsnivået til hopperne. Fjellflygingen skal gjennomføres på en slik måte at den gir trygghet og mestringfølelse for hopperne som deltar. Fjellflyging er videre beskrevet i vedlegg 11, skjermflyging i alpint fjellterreng.

6. Forvaltning av materiell

6.1. Generelt

I Lesja fsk forvaltes alt fallskjermmateriell av materialforvalter utpekt av styret. Vedkommende er ansvarlig for loggføring og kontroll med utstyret, og rapporterer direkte til HI, som er ansvarlig for materiellsikkerheten. Materiellforvalter har opprettet et styringsdokument for fallskjermmateriell på klubbens internområde, som oppdateres jevnlig, og sørger for god statusoversikt på utstyret.

Forvaltning av flyplassens infrastruktur og tilhørende materiell forvaltes av styret.

6.2. Lagring

Alt klubbeid materiell oppbevares adskilt fra privateid. Lagring skjer inne i separat rom i hangar, som tilfredsstiller krav til lagring av fallskjermmutstyr. Lageret skal være låst når materiellet ikke er i bruk. Tilgangsstyring skal være etablert når materiellet ikke er i bruk.

6.3. Innleid utstyr

Ved bruk av innleid utstyr kontrolleres dette nøye av HL, samt at antall hopp fra nødåpner noteres, før det tas i bruk. Det skal utpekes en ansvarlig person som kontrollerer at utstyret tilbakeleveres i hensiktsmessig stand.

6.4. Tandemutstyr

Klubben ervervet ny tandemrigg i 2018. Materiellforvalter er ansvarlig for videre arbeid med kontrollrutiner og loggføring av nødvendig arbeid på tandemsystemet. Det skal opprettholdes vedlikeholds- og pakkelogg elektronisk for riggen. Her benyttes det allerede etablerte vedlikeholdssystemet for felleseid utstyr.

7. Styring og rapportering

7.1. Styring

HI vil gi tett oppfølging til HL og instruktører i klubben, spesielt ved gjennomføring av større arrangementer. Det er et mål å bygge opp hoppledere som er kompetente og erfarne nok til å gjøre selvstendige vurderinger, samt er i stand til å håndtere krevende situasjoner som kan oppstå.

Det forventes at alle hoppere i klubben benytter HI plan, og setter seg inn i denne. Den er laget for at hopperne skal finne informasjon om hvordan fallskjermtjenesten drives i Lesja fsk. HI plan er tilgjengelig for hopperne i manifest, samt på klubbens nettside under "Operativ drift". Klubben benytter også de etablerte gruppene på facebook for å diskutere og informere om aktuelle temaer for klubbens medlemmer.

7.2. Rapportering

7.2.1. Oppgjør

HL gjør opp rapport over regnskap og antall hopp etter hver hoppehelg, eller arrangement. HL behandler dette i henhold til retningslinjer i manifest, og sender produktene per post til kasserer.

7.2.2. Observasjoner og hendelser

HL har ansvar for at elektronisk hendelsesrapport opprettes i ORS så raskt som mulig og senest etter endt hopping. Webadresse: <http://app.nlf.no>

Øvrige hoppere oppfordres til å benytte samme system for å registrere observasjoner eller hendelser de oppdager.

Ved alvorlige hendelser, personskader eller FU skal HI umiddelbart informeres ved primært samtale eller sms over telefon (95438806).

F/NLF Handlingsinstruks ved ulykker er gjeldende ved all type hopping i regi av Lesja FSK. Dette henger også i manifest.

Tandeminstruktør er ansvarlig for at tandemelever blir registrert på MinIdrett.no.

Jeg som HI vil aktivt følge med på hendelser og trender, og iverksette tiltak ved behov.

8. Vedlegg

Vedlegg 1: HL Instruks

Vedlegg 2: HM Instruks

Vedlegg 3: HFL Instruks

Vedlegg 4: Manifest Instruks

Vedlegg 5: Flyger Instruks

Vedlegg 6: Innregistreringsskjema

Vedlegg 7: Bestemmelser for skjermstørrelser.

Vedlegg 8: HL instruks ved flytting av hoppfelt.

Vedlegg 9: HM instruks ved flytting av hoppfelt.

Vedlegg 10: HFL instruks ved flytting av hoppfelt.

Vedlegg 11: Skjermflyging i alpint terreng.

Vedlegg 12: Instruks for politiattest i Lesja fsk

Dovre, 24.03.2022

Hans Grindstuen

Hovedinstruktør

HL- INSTRUKS

Som tillegg til F/NLF HB (2008) Vedlegg 1 del 500 «Hopplederinstruks» gjelder følgende lokale tillegg:

- Kontrollere at materiell som er luftdyktig tas frem, og det som ikke er luftdyktig hensettes til materiellager. Materiell som ikke er luftdyktig skal merkes med RØD tape e.l, dersom det ikke er gjort. Materiellforvalter skal varsles på mail, med kopi til HI, dersom materiell tas ut av bruk.
- Gjøre klart luftdyktig materiell for bruk. Herunder:
 - Kontrollere seletøy og container.
 - Kontrollere reservelukking, pinne og plombe.
 - Kontrollere lukking av hovedskjerm og at pilotskjem er «aktivert».
 - Kontrollere at nødåpner er aktivert korrekt.
- Ansvarlig for å iverksette kontroll av papirer og sjekke innregistrering av hoppere. Herunder:
 - Sjekke betalt medlemsskap i MinIdrett.no
 - Sjekke betalt lisens/forsikring i MinIdrett.no
 - Sjekke hoppers lisens i MinIdrett.no.

Dersom hopperen nettopp har fått fornyet og skjema er i posten, må hopper selv bevise dette ved bildekopi, signatur i loggbok eller tilsvarende. Dette gjelder frem til elektronisk fornyelse er satt i kraft. Etter dette vil hopper måtte vise til lisens i MinIdrett.no.

 - Kontrollere hoppers utstyr og notere dette på innregistreringsskjema 2021.
 - Signere og arkivere innregistreringsskjema i perm i manifest.
- Angi en HFL, og kontrollere at vedkommende følger Instruks for HFL.
- Angi en manifestansvarlig.
- Kontrollere status på elever, og tildele disse en instruktør.
- Gjennomføre brief for dagen, inneholdende minimum:
 - Dagens vind, styrke og retning.
 - Værmelding.
 - Landingsretning.
 - Jumprun.
 - Start og slutt tidspunkt.
 - Andre forhold av interesse.
- Gjennomføre hoppfeltbrief for nytt personell, eller andre som måtte ha behov for dette.
- Kontrollere at fly er klart for hopping, herunder:
 - Pilotbrief

- Dør og kabin er i god stand.
- Innfestingspunkter er hele.
- Kniv tilgjengelig.
- Godkjenne hoppmestere til alle løft, og sikre at disse blir ført inn i kommentarfeltet i manifest som «HM».
- Kontrollere HFL under driften.
- Kontrollere at hoppingen gjennomføres i henhold til F/NLF håndbok sine bestemmelser om vindgrenser.
- Kontrollere manifestet etter endt hopping og korrigere eventuelle feil.
- Rapportere alle hendelser og observasjoner i ORS (app.nlf.no), herunder:
 - Starte opp rapporten så snart som mulig
 - Følge opp eventuelle medforfattere på rapporten.
 - Slutføre og sende rapporten videre til HI så snart som mulig, senest innen dagens slutt.
- Kontrollere at elevutstyr er satt til vedlikehold, eller er ferdig pakket og klart til neste hoppdag.
- Kontrollere at feltet ryddes og er klart for neste hoppdag.
- Ved innhopp, eller generell flytting av hoppfelt skal HI godkjenne dette. Instruks for flytting av hoppfelt (vedlegg 8) skal følges.

HM- INSTRUKS

Som tillegg til F/NLF HB (2008) Vedlegg 3 del 500 «Hoppmester» gjelder følgende lokale tillegg:

- Møte påselt på tarmac seinest ved 5 min call.
- Kontroll av at hoppere stemmer med manifest.
- Kontroller at setebelter og kniv er tilgjengelig i flyet.
- Gjennomgang av plan for skjermkjøring. Venteområde, innflygingsmønster, vindretning og styrke.
- Gjøre seg kjent med hopptype og høyde for alle hopperne, og fordele utsprangsrekkefølge og plassering i flyet før innlasting.
- Informere alle om retning på run, og viktigheten at alle sjekker spot.
- Informere om flygemønster for wingsuit ved to eller flere wingsuit grupper og stigende høyde på terrenget rundt flyplassen.
- Informere flyger om hvilke høyder det skal gjennomføres dropp.
- Alle skal være fastspent til 1500 fot over underliggende terreng.
- For hoppmestring av elever:
 - Forsikre seg om at elevene er tilstrekkelig drillet på nødprosedyre og gjennomføringen av aktuelt hopp.
 - Briefe venteområde, skjermflygingsmønster og landingsretning.
 - Inspisere elevene.
 - Kontroller korrekt line. 3,9m, innsydd til halv bredde.
 - Kontroller innfesting og kniv til stede i flyet.
 - Hvis liner skal løsnes mellom forskjellige run, skal de snurres opp fra HDlomme enden opp mot kroken som er festet i flyet. Deretter legges de under setet til flygeren.
 - Følge med elever fra utsprang til landing. Hvis du ikke ser skjermflygningen selv kontakte HFL for info.
 - Gi elevene positiv tilbakemelding på utsprang, frittfallmanøver og skjermflygning så fort som mulig etter gjennomført hopp.

HFL– INSTRUKS

Som tillegg til F/NLF HB (2008) Vedlegg 2 del 500 «Hoppfeltlederinstruks» gjelder følgende lokale tillegg:

Oppstart:

- På vegne av HL, være tilgjengelig for å kontrollere og registrere nye hoppere på feltet (se HL-Instruks).
- Kontrollere at vindindikator er på plass og tilstrekkelig. Betjene jordtegn ved behov.
- Kontrollere at det finnes tilstrekkelig sanitetsutstyr. Legges frem og innhold kontrolleres.
- Sjekke flysamband og batteristatus på denne. Gjennomfør sambandssjekk med flyet.

Under hopping:

- Til enhver tid ha kontroll over hoppere fra de laster inn i flyet, til de har landet trygt og meldt seg til HFL. Herunder:
 - Ha visuell kontroll på flyet under takeoff, og etter takeoff.
 - Ha kontroll på værforhold og no-drop kriterier før dropp gjennomføres.
 - Gi informasjon til flyger om endringer i vær og forhold, samt kvittere mottatt på meldinger fra flyger.
 - Kontrollere at hoppere og fly lander på angitt sted.
 - Varsle pilot ved samtidighets konflikt under landing
 - HFL skal benytte skriftlig loggføring ved flere enn 9 hoppere i luften per løft.
 - Oppstart av andre fly skal ikke forekomme etter dropp
- Varsle HL umiddelbart dersom en hendelse oppstår, eller tap av kontroll på hoppere oppstår.
- Ved utelandinger skal det sendes ut noen til å forvise seg om at alt er OK umiddelbart.
De eller den som går ut må ha mobiltelefon for tilbakemelding.
- Forvise seg om at landinger av alle hoppere forgår uten skade og eventuelt hjelpe de som trenger det.
- Sjekke at fly lander trygt.
- Gi tilbakemeldinger på landinger til HM, eller HL ved behov.

Vedlegg 4 - Manifest Instruks

MANIFEST-instruks

(til bruk ved store arrangement)

Før hopping:

- Oppstart av manifestsystem.

Under hopping:

- Ta imot hoppere og fyller ut innregistreringsskjema.
- Assistere HL i kontroll av nye hoppere som skal registreres.
- Når disse er registrert på papirskjema skal disse føres inn i manifest. Husk å legge inn medlemsnr.
- HL, eller den han bemyndiger skal signere for kontroll av innregistreringen med leselig navn.
- Kontakte HL ved «nye» hoppere for hoppfeltbrifing.
- Manifestere hoppere i Jumprun.
- Noter hvem som er HM på hvert enkelt løft. Elever skal ha minimum I3 som HM.
- Skrive ut løftelapper til HFL og HM ved flere enn 9 hoppere per løft.
- Formidle informasjon om løft over høytaleranlegg. Gi tidsangivelser for «10 min, sæl på» og «5 min, møt hoppemester».
- Støtte HFL og HL i å monitorere vindmåler.
- Kommunisere med HFL ved behov. Koordinering av fueling, shut-downs etc.
- Sørge for å sende kyndig personell til hjelp med fueling

Etter hopping:

- Kontrollere og ferdigstille dagens manifest.
- Bistå HL med oppgjør.

Vedlegg 5 - Instruks for fartøysjef

Instruks for fartøysjef

- Sjekke radioforbindelse med HFL før takeoff.
- Melde fra 2 min før hvert dropp.
- Det skal ikke droppes før man har mottatt "Clear to drop" av HFL
(Eller tilsvarende på Norsk)
- Luftfartøy har vikeplikt for alle hoppere i skjerm.
- Ved hopping utenfor feltet, gjøre deg kjent med lokale rutiner for denne typen hopping.
- Dersom tilgjengelig benytte GPS og orientere HM om data fra denne.
- Informere HM og HL om korrigerende forhold for spot og run gjennom hele dagen.
- Variere klatreområde med hensyn til bebyggelse, sikkerhet ved motorstopp og kontrollert nødlanding.
- Det skal ikke droppes over skybase, dersom man ikke kan forvise seg om at fartøyet er på korrekt punkt.

Vedlegg 6 - Innregistreringsskjema

Innregistreringsskjema for Bjorli International

Eget navn

Navn:	Email:
Adresse:	Tlf:
Poststed:	Postnr:

Nærmeste pårørende

Samboer

Familie

Annet

Navn:	Tel:
-------	------

Lisenser

Medlemsnummer NLF	Gyldig til:	Lisenstype:	Gyldig til	Antall hopp:
----------------------	-------------	-------------	------------	--------------

Utstyr

Hovedskjerm:	Seletøy:	Reserve:	Nødåpner og Lor:	Gyldig til:
--------------	----------	----------	------------------	-------------

Tillatt skjermstørrelse

Exit vekt:	Antall hopp:	Anbefalt skjerm størrelse:	Minste skjerm størrelse:	Hovedskjerm OK?
WS utsjekk?:	Type dress: (Merke/modell)		Dispensasjoner:	
Må HI godkjenne?				

Sjekket lisens, forsikring & medlemskap:
rigg:

Sjekket

Mottatt hoppfeltbrifing:

Dato:

_____ 2022

Sign:

Bestemmelser for skjermstørrelser

1.1 Tabell skjermstørrelser

EXITVEKT -> Antall hopp	Lisens	60	65	70	75	80	85	90	95	100	105	110	115	120	125
Elever ¹		190	190	190	190	190	210	210	230	230	250	250	250	270	270
21-100	A	160	160	170	180	180	190	190	190	190	210	210	230	230	240
101-200	B	140	140	150	160	160	170	170	170	170	190	190	210	210	220
201-400	B	130	135	140	150	150	160	160	160	160	170	170	190	190	200
	B ²	117	120	124	127	129	134	139	144	150	158	165	174	178	185
401-600	B	120	125	130	140	140	150	150	150	150	160	160	170	170	190
	C ²	109	111	114	117	117	120	124	128	132	140	145	154	165	170
601-800	B	110	115	120	125	130	135	135	140	140	150	150	160	160	170
	C ²	100	100	104	107	109	114	117	120	124	128	132	140	145	150
801-1000	B	105	105	110	115	120	125	125	130	130	140	140	150	150	160
	C ²	96	96	99	99	99	104	107	109	112	117	119	124	129	135
1001-1200	C	85	85	90	90	90	95	100	100	105	110	110	115	120	125
1200-1500	C	<i>Maksimal vingebelastning: 2.6 pund per kvadratfot</i>													

¹ Elever tillates kun å benytte hovedskjermer som av produsent er betegnet som "elevskjerm".

² Gjennomført og bestått videregående skjermflygingskurs samt inneha individuell godkjenning for bruk av skjerm iht. pkt 1.2.

Vedlegg 8 - HL Instruks, flytting av hoppfelt

HL-instruks ved flytting av hoppfelt og innhopp

HL er ansvarlig for å sende plan til HI for godkjenning i god tid før gjennomføring. Benytt «Step-liste» for HL plan. Denne skal minimum inneholde:

Fyll gjerne ut elektronisk og send på mail til HI per epost

Step-liste for Hoppledere plan.	
HL:	
HFL:	
Pilot:	
Fartøy:	
Hoppere (og evt andre medvirkende): <i>Ved større arr. Kan dette håndteres av manifest. Dette krever egen godkjenning fra HI.</i>	1: 2: 3: 4: 5:
Hopptype: <i>Fjellflyging krever egen godkjenning av plan. Denne kan gis muntlig.</i>	(Frittfall, skjerm, ws)
DZ: <i>Ved ny DZ skal lat/long i desimalminutter oppgis, med vedlagt kartutsnitt. Kart SKAL være orientert mot Nord.</i>	Sted:
Farlige områder:	Hindringer: Begrensninger:
Plan for innflyging:	Mønster: Landings retning:

Merking av hoppfelt:	Vindindikator: T: Andre:
Samband:	Frekvens: Backup kommunikasjon:
Tidsplan:	Når:
Plan for brief:	
Sanitet:	Plan for evakuering: Sanitetsressurser på DZ: Nærmeste sykehus:
Tillatelser (ved behov):	Grunneiere: Lokal myndighet: Politi: HI:

Etter godkjenning fra HI skal HL sørge for at HFL følger «Sjekkliste HFL» vedlegg 10.

HI skal informeres om takeoff innhopp og etter gjennomført innhopp.
Etter hopping skal HL rapportere alle hendelser, små eller store, via ORS til HI.

NB! Demohopping skal avtales særskilt med HI og er ikke et innhopp.

Vedlegg 9 - HM Instruks, flytting av hoppfelt og innhopp

HM-instruks ved flytting av hoppfelt og innhopp

- Sjekke at HFL har telefonnummeret ditt, og sjekke evt. anrop fra HFL før du gir tillatelse til utsprang
- Briefe flyger om at runnet skal gå lengst mulig unna fjell. Hvis det hoppes i trange daler skal runnet gå langs med dalen og midt i.
- Gjennomføre grundig brief om gjennomføringen av hoppet.
- Briefe hoppere om planlagt høyde og eventuelt frittfalltid.
- Spotte droppet. Støtte seg til GPS-opplysninger som blir meddelt av flyger.
- Informere alle hopperne før utsprang hvis det blir forandring av høyde, eller andre ting som kan påvirke hoppet.
- Sjekke spotten for hver enkelt hopper. Ikke under noen omstendigheter la andre hoppe etter deg selv.
- Best mulig følge med på at de andre hopperne på løftet følger avtalt frittfalltid og trekkhøyde. Rapportere til HL ved avvik.
- Melde fra til HFL ved landing dersom hopperne lander på annet sted, eller med luftfartøyet.

Vedlegg 10 - HFL Instruks, flytting av hoppfelt og innhopp

HFL-instruks ved flytting av hoppfelt og innhopp

HFL skal sette seg inn i HL plan for aktuell aktivitet. Sjekkliste HFL skal medbringes og benyttes.

Sjekkliste HFL:

Hva:	X
Før hopping	
Manifest på alle løft.	
Tlf nr til alle hoppere.	
Utstyr for merking av DZ. Minimum enten T, eller vindindikator.	
HL plan medbrakt	
Sambandsmidler. Med dekning og strøm.	
Sanitetsutstyr. Båre ved behov. HL avgjør.	
Rapporter til HL at alt er klart for hopping.	
Under hopping	
Gi klarering til pilot for dropp.	
Ha kontroll med hoppere fra exit til landing.	
Gi kvittering til pilot når HFL har kontroll på alle hoppere, og har forvisset seg om at disse lander på planlagt sted.	
Delegere oppgaver. Herunder sende andre for å plukke opp hoppere som har landet utenfor DZ. Rapportere dette til HL umiddelbart.	
Etter hopping	
Rapportere «alle hoppere og skjermer OK», til HL etter siste hopper har landet.	
Forvise seg om at Jumprun er oppdatert, og støtte HL i etterarbeidet.	

Vedlegg 11 - Skjermflyging i alpint terreng

Skjermflyging i alpint terreng

Av HC Amlie

Krav norske kjente hoppere

- 500 hopp
- C-lisens
- Hopper skal ha lest og vist forståelse for innholdet i kompendiet "Skjermflyging i fjellet"
- Hopper skal ha vært igjennom disse retningslinjene som hentet fra kompendiet
- Hopperen skal være godkjent av HI

Krav utenlandske og ukjente hoppere

- 1000 hopp
- C-sertifikat
- Hopper skal ha vært igjennom og vist forståelse for innholdet i kompendiet "Skjermflyging i fjellet"
- Hopper skal ha vært igjennom disse retningslinjene som hentet fra kompendiet
- Hopperen skal være anbefalt av hoppere HI kjenner og stoler på
- Hopperen skal være godkjent av HI

Planlegging av hoppet

- Operativt må man ivareta hoppfeltorganisasjonen og utnevne en HL, HM og HFL. HL instruks for flytting av hoppfelt skal følges.
- Kombinasjonen HFL og sjåfør tilbake til hoppfeltet er ofte en god løsning. HFL følger "HFL-instruks for flytting av hoppfelt", men må i tillegg ha informasjon om hvor de forskjellige hopperne planlegger å fly og å lande. Det kan være at fallskjermhopperne har ulike primære landingsområder.
- Merk: Ikke alle områder i fjellet har mobildekning, så ikke ha dette som falsk trygghet ved valg av alternative landingsområder.
- En god plan for hoppet er viktigere her enn ved alminnelig fallskjermhopping. Det gjør flygingen tryggere, og du får i tillegg en mer opplevelsesrik flytur. Du skal som hopper ha god kontroll både på værforholdene, terrenget du planlegger å fly i og hopperne du flyr sammen med. Som ved en demo skal område besiktiges og vurderes ut ifra de gjeldende forhold. Du skal legge en plan for hvilken trase du har tenkt å følge. Som minimum skal du bestemme deg for hvilket område du vil fly i. Valg av område må gjøres med bakgrunn i hva hopperen kan om meteorologi. I hvilken retning blåser bakkevind, og med hvilken styrke? Se på skyene i høyden og estimer høydevind og retning.

- Hvor er det turbulens i dag i forhold til vindretning og styrke?
- Hvor er det termikk?
- Kan det være rotorer i området, eventuelt hvor?
- Eksisterer det videoopptak fra andres tidligere turer i området?
- Etter at du har gjort dine vurderinger om vær og vind, lokaliserer du om det er noen fysiske hindringer i området du har planlagt å fly.
- Hvor er det kraftledninger i området, og vil disse være mellom deg og eventuelle alternative landingsområder?
- Det er mange hensyn å ta. Dette skal du være i stand til som relativt erfaren fallskjermhopper, og etter å ha lest teorien i Kompendium om skjermflyging i fjellet.

Brif av flyger

- Brif av flyger er noe mer omfattende ved fjellflyging. God planlegging av run-retning, utsprangshøyde og ønsket åpningspunkt er nødvendig. Konferer ytterligere med pilot om høydevindens retning og styrke i forhold til området dere skal fly i. Har han råd og tips? Lokale fallskjerpiloter har ofte god kjennskap til de meteorologiske forholdene i området hvor du har tenkt å fly.

Run, utsprangshøyde og åpningspunkt

- Avhengig av skydekke velger man exithøyde og åpningshøyde. Exit skal være under skybasen, og 2000 fot over høyeste fjelltopp innen en radius av 500 meter fra åpningspunktet.
- I daler bør run-retning være i lengderetning av dalen. Gjennomfør dropp midt i dalen, eller minimum 500 meter fra nærmeste fjelltopp.

Rutine etter skjermåpning

- Etter aktivering av hovedskjermen bør man:
 - lokaliser de andre hopperne rundt seg
 - kollapse slider og eventuelt feste slider
 - Løsne strammingen i bryststroppen, slik at skjermprofilen flater ut.
 - Lokaliser ditt primære og alternative landingsområder
 - Fly så inn mot din valgte trase.

Skjermflygingen

- Gi deg selv alltid utveier under flygingen slik at du kan komme ut i åpen luft. Ha alltid muligheten til å fly ut fra terrenget.
- Dette er ikke tidspunktet for å teste ut nye styringsmetoder. Nå flyr du slik du er vant til og trygg på.

- Når man flyr ned en fjellside, vil fjellsiden være brattere en glidetallet til fallskjermen din. Er den ikke det må du lande i fjellsiden, og du har valgt et dårlig sted å fly skjerm i terrenget. Når fjellet er brattere en glidetallet må fjellsiden traverseres. Vi flyr frem og tilbake og holder traseen vi har planlagt å fly. Ved å fly ned bratte fjell og traversere på denne måten har man alltid muligheten til å fly seg ut i trygghet ved å fly rett ut fra fjellet og ut i dalen. Hvordan skal du så vite om fjellsiden er bratt nok? Dette er vanskelig å bedømme ut ifra planlegging ved bruk av kart og høydekurver. Men vi er som hoppere kjent med å bruke the accuracy trick når vi henger i skjerm. Når vi flyr i en retning vil terrenget bevege seg i ulike retninger. Punktet som står i ro vil være punktet vi vil lande i hvis skjermen flyr i samme retning og vinden er konstant. Dette trikset kan vi også bruke under skjermflyging i fjellet. Man kan enkelt kontrollere om en skråning er bratt nok ved å bruke the accuracy trick. Så lenge punktet som står i ro ligger nede ved landingsområdet vil glidetallet på skjermen din føre deg ned dit du ønsker. Innflyging til traseen bør således foregå slik at man ikke må gjøre mer enn 90 grader sving for å starte ruten. Flyr man for eksempel 180 grader på planlagt trace under innflygingen har man ingen mulighet til å se når man må snu i forhold til vindforholdene og man klarer ikke å bruke the accuracy trick.
- Flyr man i terreng som kan kategoriseres som åser, kan terrenget være for slakt i forhold til glidetallet på skjermen, vindretningen og styrke. Da har man ingen annen mulighet enn å lande i åssiden. Landingen blir ofte mer vellykket om man lander på tvers av hellingen, og ikke i nedoverbakke eller motbakke. Trær er mykere enn steinrøys.

Rutine etter landing

- Etter landing må vi få kontroll på utstyret vårt og melde fra til HFL. HFL ringer tilbake til hovedhoppfeltet og melder fra til HL/HFL om status etter hoppingen. Status er som følger:
 - Menn og skjerner OK!eller
 - Foreløpig status på hopper som har landet utenfor alternative landingsområder. Har noen landet i fjellsiden, så må det vurderes hvilke tiltak som skal iverksettes. Evt. tilkalling av lokal redningstjeneste.
- Det er ofte også taktisk lurt å hilse på grunneier hvis han er i nærheten, og takke for bruk av landingsområde. Husk, det er antagelig flere etter deg som har lyst til å benytte det samme området. God kontakt med nærmiljøet er viktig for fallskjermklubben. Informere HL ved landinger utenfor landingsområdet og eventuelle skader.

Instruks for politiattester i Lesja fallskjermklubb

Instruksen omfatter følgende personell:

- Instruktører i klubben. I3 og høyere.

1. Bakgrunn

Norsk idrett skal være et trygt sted å være for alle. Idrettsstyret har derfor vedtatt at alle idrettslag plikter å innhente politiattest for personer som skal utføre oppgaver som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming.

Styret i Lesja fallskjermklubb har vedtatt at ansvaret for politiattest skal ligge hos HI. HI har besluttet at kravet om politiattest gjelder for alle instruktører i Lesja FSK.

2. Virkeområde

Det er ikke valgfritt å kreve politiattest. Det er obligatorisk. Ordningen omfatter både ansatte og frivillige, og gjelder uansett om personen får lønn for oppdraget eller ikke. Det avgjørende er hvilke oppgaver vedkommende skal ha i idrettslaget. Det er ikke enhver kontakt med mindreårige eller mennesker med utviklingshemming som gir anledning til å avkreve politiattest. For at oppgaven skal anses å innebære et tillits- eller ansvarsforhold menes det normalt at oppgaven vil gi en posisjon overfor mindreårige/mennesker med utviklingshemming som muliggjør overgrep, og at oppgaven vil gi eller sette personen i en slik posisjon over noe tid, enten sammenhengende eller flere ganger med jevne mellomrom.

3. Gjennomføring

Den som plikter å fremlegge en politiattest til idrettslaget, skal selv sende søknaden til politiet. Dette kan gjøres elektronisk eller per alminnelig post. Før vedkommende kan søke om en politiattest må han/hun få en bekreftelse fra idrettslaget på at det foreligger et behov for en politiattest. Dette skjemaet, som ligger i linkene nedenfor, skal vedlegges søknaden.

Er søker over 18 år kan vedkommende skanne inn bekreftelsen fra idrettslaget, og vedlegge dette i en elektronisk søknad om politiattest:

<https://attest.politi.no/>

Er søker under 18 år, eller av andre grunner ikke kan eller ønsker å søke elektronisk, kan følgende skjema benyttes:

[Søknad om politiattest - bokmål](#)

[Søknad om politiattest - nynorsk](#)

Skjemaet sendes til:
Politiets enhet for vandelskontroll og politiattester
Postboks 113
9951 Vardø

Link til skjema for bekreftelse fra idrettslag:
<https://www.idrettsforbundet.no/globalassets/idrett/idrettsforbundet/politiattest/bekreftelse-pa-formal-med-politiattest.pdf>

4. Fremvisning av attest

Etter at politiet har behandlet søknaden blir den returnert til søkeren selv. Når politiattesten er mottatt skal denne fremvises for HI Lesja. Vedkommende skal nedtegne opplysninger om hvilke personer som er avkrevd politiattest, at attesten er fremvist og dato for fremvisningen. Selve attesten beholdes av søkeren. HI fører elektronisk logg på hvem som er godkjent, og gyldighetsperiode.

Dersom det er anmerkninger knyttet til attesten, er det ikke anledning til å la vedkommende få utføre oppgaver for idrettslaget som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming. Det samme er tilfellet dersom attest ikke er innhentet eller ikke fremvist den politiattestansvarlige.

Ved spørsmål ta først kontakt med HI, deretter eventuelt F/NLF.
Ved andre henvendelser om selve ordningen
send e-post til politiattest@idrettsforbundet.no

5. Fornyelse

I dag er det ingen praksis fra Politiet hvor politiattester kan oppdateres automatisk. Enhver ny oppgave som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller personer med utviklingshemming, skal ha ny attest. Selv om nye oppgaver (nytt lag, ny gruppe eller ny sesong) gir en rett til en ny attest, ønsker ikke Norges idrettsforbund å gjøre det til en årlig plikt, av hensyn både til idrettslaget og til politiet. Idrettsforbundet krever at man må søke ny attest hvert tredje år, såfremt oppgaven oppfyller kravene til politiattest. Det betinger at du som søker, må vise til en ny rolle, ikke til fornyelse – tre år senere. Det løses veldig enkelt på følgende måte: Dersom du søker som I3 i 2018 og har hatt politiattest, søker du på attest som I2 i 2021.