



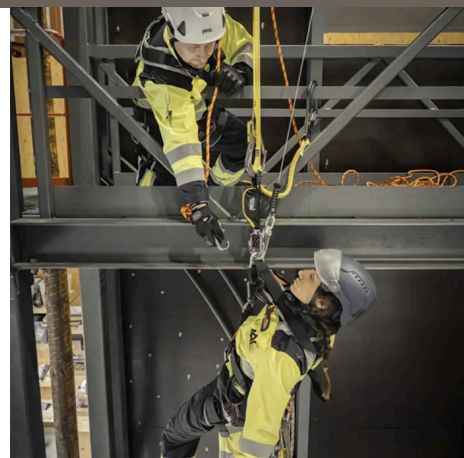
AAK Safety

# 2025-06-11-GRUNNLEGGENDE FALLSIKRING OG REDNING NS 9610

- Kursbevis og kursdokumentasjon på norsk eller engelsk
- Bruk og gjennomgang av alt nødvendig utstyr
- Gjennomføres på alle våre kurscenter

## Mål:

Det er vår ambisjon at du skal reise fra kurset med en god forståelse av det du lært, slik at du skal kunne jobbe sikkert i høyden.



## Beskrivelse

Grunnleggende fallsikring og redning NS 9610, er for deg som ønsker en generell innføring i fallsikringsfaget og som har behov for å kunne grunnleggende og aktuelle redningsmetoder.

Dette er et velegnet kurs for deg som skal bruke enkle metoder for forflytning i høyden. Kurset er iht. opplæringsplanen i NS 9610 Fallsikring, og inneholder både fallsikringsopplæring og den grunnleggende opplæringen i bruk av redningsutstyr. På Grunnleggende fallsikring er det vår ambisjon at du skal reise fra kurset med en god forståelse av det du lært, slik at du skal kunne jobbe sikkert i høyden. På Grunnleggende fallsikring og redning vektlegger vi et helhetlig program der du får lære om regelverk, utstyr, fallteori og ikke minst redning, i tillegg til de praktiske metodene.

Sentrale punkter på fallsikringskurset:

- \* Kunne benytte de passive sikringsmidlene enkel og dobbel fangline og fallblokk på en forsvarlig måte i kjente omgivelser
- \* Kunne benytte det aktive sikringsmidlet støttestropp på en forsvarlig måte i kjente omgivelser
- \* Kunne foreta enkel egenredning og kameratredning i situasjoner i kjente og relevante omgivelser
- \* Kunne foreta kameratsjekk og brukerkontroll av det utstyret du lærer om på kurset
- \* Forstå hvilke farer som er forbundet med bruken av enkelt fallsikringsutstyr
- \* Kunne oppfylle arbeidstakers og -givers forpliktelser ved bruk av fallsikringsutstyr på arbeidsplassen

## Detaljer

Kurscenter: Steinsholt

Kurs start: 11.06.2025

Kurslengde: 16 timer (2 dager)

Kurs slutt: 12.06.2025

Målgruppe: Personell som arbeider i høyden.

Forkunnskaper: Ingen krav til forkunnskaper.

**Teoretiske elementer:** Teoretisk opplæring iht. NS 9610. Du får blant annet lære om relevante regelverk og standarder, fallkrefter, verneklasser, vedlikehold av utstyr og risikovurdering.

**Praktiske elementer:** I den praktiske opplæringen blir du godt kjent med grunnleggende fallsikrings- og redningsutstyr, som for eksempel fangline, støttestropp og redningstalje.