

# UTDANNINGSPROGRAMMET

## FOR

# SPEEDGLIDING

Revisjon	Revisjonsdato	Gyldig fra dato	Signatur
2f	23.08.2021		

## REVISJONSOVERSIKT:

Revisjon 2: Omarbeidet som del av arbeidet med revisjon og deling av Utdanningsprogrammet. Det er gjort en god del forenklinger og omredigering for å lette bruken av regelverket. I tillegg er det gjort noen forandringer og tydeliggjøringer, blant annet:

- Det blir følgende kompetansetrinn:
  - SPG2 – Elev speedgliding
  - SPG3 – Lett speedgliding
  - SPG4 – Avansert speedgliding
  - SPG5 – Konkurransespeedgliding
- Det avholdes grunnkurs for nybegynnere. Kurset arrangeres på ski og fører fram til SPG2.
- For å få SPG3 kreves det bestått fotstartkurs.
- For å få SPG4 kreves det bestått kurs for avanserte manøvrer.

<b>1</b>	<b>INNLEDNING .....</b>	<b>5</b>
1.1	Generelt.....	5
1.2	Grunnkurs .....	5
<b>2</b>	<b>SPG2 - ELEV SPEEDGLIDING .....</b>	<b>6</b>
2.1	Luftvettskrav til SPG2 .....	6
2.2	Ferdighetskrav til SPG2.....	6
2.3	Kunnskapskrav til SPG2 .....	6
2.4	Erfaringskrav til SPG2 .....	8
2.5	Formålet med SPG2-trinnet.....	8
2.6	Rettigheter som SPG2.....	8
2.7	Krav til flysted, flyforhold og utstyr på SPG2-trinnet .....	8
2.8	Trening og sikkerhet som SPG2 .....	8
<b>3</b>	<b>SPG3 – LETT SPEEDGLIDING .....</b>	<b>9</b>
3.1	Luftvettskrav til SPG3 .....	9
3.2	Ferdighetskrav til SPG3.....	9
3.3	Kunnskapskrav til SPG3 .....	9
3.4	Erfaringskrav til SPG3 .....	10
3.5	Formålet med SPG3-trinnet.....	10
3.6	Rettigheter som SPG3.....	10
3.7	Krav til flysted, flyforhold og utstyr på SPG3-trinnet .....	10
3.8	Trening og sikkerhet som SPG3 .....	11
<b>4</b>	<b>SPG4 – AVANSERT SPEEDGLIDING .....</b>	<b>11</b>
4.1	Luftvettskrav til SPG4 .....	11
4.2	Ferdighetskrav til SPG4.....	11
4.3	Kunnskapskrav til SPG4 .....	11
4.4	Erfaringskrav til SPG4 .....	12
4.5	Formålet med SPG4-trinnet.....	12
4.6	Rettigheter som SPG4.....	12
4.7	Krav til flysted, flyforhold og utstyr på SPG4-trinnet .....	12
4.8	Trening og sikkerhet som SPG4 .....	12
<b>5</b>	<b>SPG5 – KONKURRANSEFLYGING .....</b>	<b>12</b>
5.1	Luftvettskrav til SPG5 .....	12
5.2	Ferdighetskrav til SPG5.....	13
5.3	Kunnskapskrav til SPG5 .....	13
5.4	Erfaringskrav til SPG5 .....	13

5.5	Formålet med SPG5-trinnet.....	13
5.6	Rettigheter som SPG5.....	13
5.7	Trening og sikkerhet som SPG5 .....	13
<b>6</b>	<b>TILLEGGSUTDANNING .....</b>	<b>14</b>
6.1	Utdanning for oppvisningsflyging (DIS) .....	14
<b>7</b>	<b>KONVERTERINGER .....</b>	<b>14</b>
7.1	Konvertering fra paragliding.....	14
7.2	Konvertering fra fallskjermhopping.....	14
7.3	Konvertering fra utenlandsk flygebevis for speedgliding.....	14
<b>8</b>	<b>INSTRUKTØRUTDANNING .....</b>	<b>15</b>
8.1	Hjelpeinstruktør (SHI).....	15
8.2	Instruktør (SI).....	15
8.3	Instruktør – tilleggsutdanning .....	16

## 1 INNLEDNING

### 1.1 Generelt

Utdanningsprogrammet Speed Pro for speedgliding er regler for opplæring av nybegynnere og viderekommende speedgliderflygere.

Formålet med Speed Pro er å utvikle sikkerhet i utøvelse av speedgliding gjennom god utdanning. Dette gjøres gjennom vekting av læringselementene luftvett, ferdigheter, kunnskaper og erfaring.

Utdanningen deles i to kategorier utøvere, elever og flygere, samt fire progresjonstrinn. Med hvert trinn følger økende rettigheter. Det betyr at man har rettigheter til flyging beskrevet for angjeldende og lavere trinn, men ikke til flyging beskrevet for høyere eller mer avanserte trinn. Selv om man har oppfylt kravene til neste trinn, har man ikke rettighetene som følger dette trinnet, før kompetansebevis er utstedt. De fire trinnene er:

- SPG2 – Elev speedgliding
- SPG3 – Lett speedgliding
- SPG4 – Avansert speedgliding
- SPG5 – Konkurransespeedgliding

I tillegg kan det gis spesielle tilleggsutdanninger og konverteringer.

Forkortelser og definisjoner er beskrevet i sikkerhetssystemet.

#### 1.1.1 Vingebelastning

Alle krav til maks vingebelastning i dette utdanningsprogram skal regnes ut etter følgende formel:  
Vingebelastning [ $\text{kg/m}^2$ ] = (Pilotens kroppsvekt [ $\text{kg}$ ] + 20) / Vingens areal [ $\text{m}^2$ ]

### 1.2 Grunnkurs

Grunnkurs i speedgliding skal gi tilbud om undervisning og instruksjon som normalt kreves fram til kompetansebevis SPG2. Målet er at elevene skal bli kvalifisert til å trene videre på egen hånd, samtidig som flysikkerheten ivaretas.

Følgende skal betales før kursoppstart:

- Medlemskap i NLF/HPS og lokal klubb for inneværende år.
- Obligatorisk ulykkes- og ansvarsforsikring i henhold til seksjonens kollektive forsikringsavtale.

Kursavgift for grunnkurs skal inkludere:

- Pensumlitteratur i henhold til gjeldende pensumliste.
- Tilgang til instruktørstyrt teoriundervisning og praktisk instruksjon.
- Bruk av skoleutstyr gjennom kurstiden.

Grunnkurs skal registreres hos NLF/HPS før kursstart i henhold til gjeldende prosedyre.

Vinger som brukes på kurs skal være av typen speedglider i henhold til kapittel 5 i sikkerhetssystemet. Minimum vingestørrelse er  $12 \text{ m}^2$  og maksimum vingebelastning er  $7 \text{ kg/m}^2$ . Hvis elev stiller med eget utstyr, skal utstyret godkjennes av instruktør ved påmelding.

Maksimum antall elever på et grunnkurs er 14 elever. Maksimum antall elever pr. instruktør på den praktiske delen av kurset er 8 elever. Dette antall kan økes med inntil 3 elever pr. instruktør/hjelpeinstruktør, opptil 14 elever.

Kurselever skal kun fly i rolige, stabile forhold. Kurselever skal ikke fly i mer enn 7 m/s vind, målt som sterkeste kast i en 10 minutters periode.

## 2 SPG2 - ELEV SPEEDGLIDING

### 2.1 Luftvettskrav til SPG2

1. Eleven skal kunne forklare hva luftvett er og hvorfor det er viktig.
2. Eleven skal kunne belyse faremomenter ved mangel på luftvett.
3. Eleven skal forstå at speedgliding er en risikosport som krever godt luftvett for å unngå skade og regelbrudd.
4. Eleven skal kunne forklare hva som skal gjøres for å opprettholde gode marginer.
5. Eleven skal kunne redegjøre for rettigheter som SPG2.

Det er elevens ansvar å overbevise instruktøren om at eleven er i stand til å ivareta sin egen og andres sikkerhet som elev i speedgliding innen de retningslinjer som er gitt.

### 2.2 Ferdighetskrav til SPG2

Eleven skal beherske følgende ferdigheter:

1. Eleven skal før flytur kunne vurdere flysted og flyforhold og kunne bedømme om det er trygt å fly på elevnivå (glideflyging fra start til landing), på flysted eleven har fått utsjekk.
2. Kontroll av utstyr, utlegging av vinge, linesjekk og pakking.
3. Fempunktsjekken.
4. Flyplan på egenhånd.
5. Kiting og bakkehåndtering på ski.
6. God startteknikk på ski.
7. Avbrutt start på ski.
8. Styring med bakrisere.
9. Innflyging med god flare og trygg landing på ski.
10. «Touch and go» på ski i terrenget og landing innenfor definert område.
11. Flyging med trim og justering av trimmere i lufta.

### 2.3 Kunnskapskrav til SPG2

#### 2.3.1 Aerodynamikk

Læreboka Paragliding, kapittel:

Del 1 – Elevfase, Aerodynamikk

Del 1 – Elevfase, Praktisk flygetrening, fra Glidetall til og med Oppsummering

#### 2.3.2 Meteorologi

Læreboka Paragliding, kapittel:

Del 1 – Elevfase, Meteorologi

Del 2 – Videregående teori, Mer meteorologi, Bølgeforld – altocumulus lenticularis skyer  
Forskjeller mellom sommer- og vinterflyging.

### 2.3.3 Materialkunnskap

Læreboka Paragliding, kapittel:

Del 1 – Elevfase, Paragliderens konstruksjon

Del 1 – Elevfase, Belastninger, skader og vedlikehold – Mer om utstyr

Del 2 – Videregående teori, Flyging med hastighetssystem

### 2.3.4 Lover og regler

1. Læreboka Paragliding, kapittel:

Del 2 – Videregående teori, Hang- og paraglidings organisering i Norge

2. Sikkerhetssystemet, kapittel:

1 Introduksjon

1.1 Sikkerhetssystemet

3 Operative bestemmelser

3.1 Krav til utøver

3.2 Utøvers rettigheter

3.3 Flysted

3.4 Flyforhold

3.5 Generelt for flyging

3.12 Speedgliding

4.3 Teoretiske og praktiske prøver

6 Flytrygging

6.1 Handlingsplan ved ulykker

6.2 Varslingsplan ved ulykker

6.3 Innsamling av erfaringsdata

3. Utdanningsprogrammet for speedgliding, kapittel:

1 Innledning

2 SPG2 – Elev speedgliding

4. Skikk og bruk: SPG folkets oppførsel på flysteder

### 2.3.5 Praktisk flyging

Læreboka Paragliding, kapittel:

Del 1 – Elevfase, Praktisk flygetrening, til og med første oppsummering

Del 1 – Elevfase, Høydeflyging

Del 1 – Elevfase, Øvelser frem til trinn 2

Del 1 – Elevfase, Kritiske situasjoner

Del 2 – Videregående teori, Flyging i løft, Krabbevinkel

### 2.3.6 Førstehjelp

Grunnleggende førstehjelp.

Mental førstehjelp.

Symptomer, behandling og skader:

a) Bevisstløshet, hodeskader, hjernerystelse.

b) Sirkulasjonssvikt.

c) Blødninger.

d) Brudd.

e) Rygg og nakkeskader.

f) Elektriske brannskader.

g) Frostskader og nedkjøling.

h) Drukningskade.

### 2.3.7 Bestått teoriprøve

10 spørsmål i hvert emne, maks 3 feil i hvert emne.

## 2.4 Erfaringskrav til SPG2

1. Minimum 6 dager med praktisk trening med speedglider. Herunder ligger bakkehåndtering og flyging med ski.
2. Minimum 50 vellykkede flyturer med speedglider. Minimum 30 av turene skal være med høydeforskjell tilstrekkelig til å gjennomføre øvelser.
3. Fløyet speedglider på minst 3 forskjellige start og landingssteder.

## 2.5 Formålet med SPG2-trinnet

Formålet med dette trinnet er å øve på å ta selvstendige trygge avgjørelser med speedglider, øve vingehåndtering og flyging i enkle flyforhold.

## 2.6 Rettigheter som SPG2

1. Vingehåndtering på flatmark.
2. Fly glideflyging (kun på ski før bestått fotstartkurs) på steder eleven har fått utsjekk på.
3. Delta på fotstartkurs, etter:
  - a. Minimum 100 loggførte flyturer med speedglider og ski, eller inneha kompetansebevis PP3 eller høyere.
  - b. Fløyet fra minst 5 forskjellige flysteder.
4. Fotstarte etter gjennomført og bestått fotstartkurs, med følgende som minimum:
  - a. Forlengsstart.
  - b. Baklengsstart.
  - c. Avbrutt start.
  - d. God flare og trygg landing.
  - e. God forståelse for faremomenter ved fotstart med speedglider.

## 2.7 Krav til flysted, flyforhold og utstyr på SPG2-trinnet

Utsjekk på nytt sted skal gjøres av instruktør eller en flyger elevens instruktør mener er kvalifisert til å kunne gi en slik utsjekk.

Elever skal ikke fly i mer enn 7 m/s vind, målt som sterkeste kast i en 10 minutters periode.

Minste tillatte vingestørrelse er 12 m<sup>2</sup>.

Maksimum tillatt vingebelastning er 7 kg/m<sup>2</sup>.

Alle vektclasser kan fly 16 m<sup>2</sup>, selv med vingebelastning over 7 kg/m<sup>2</sup>.

Vinge og seletøy skal være godkjent av instruktør.

## 2.8 Trening og sikkerhet som SPG2

Det er på dette trinnet grunnlaget for gode eller dårlige vaner legges. Det er viktig at klubbens instruktører fremdeles er involvert, slik at ferdigheter og teknikker forbedres. Teknikker for nye øvelser og krav til neste trinn skal først gjennomgås med instruktør.

Viktige øvelsesmomenter er:

- Vurdere flyforhold og ta trygge avgjørelser.
- Start, innflygingsmønster og landingsteknikk.
- Flyging med speed / trimmere.



- Flyging under forskjellige forhold og ved flere forskjellige flysteder.
- Vingehåndtering gjennom enkle øvelser, slik som rene svinger opp til 360 grader med lite høydetap.
- Bli kjent med eget utstyr.

Innflyging skal planlegges i god tid og påbegynnes i god høyde.

Det advares mot start i sidevind, medvind, urolig eller sterk vind og å fly i ustabile eller turbulente forhold. Flyging i løft skal unngås, men er ikke dette mulig så skal det flys rett igjennom (bort fra terrenget) til rolige forhold, eller snarest landes i det vanlige landingsområdet.

Vær oppmerksom på faren for snøskred.

### 3 SPG3 – LETT SPEEDGLIDING

#### 3.1 Luftvettskrav til SPG3

1. Eleven skal kunne forklare hvordan man unngår brudd på luftromsbestemmelsene, samt kunne redegjøre for hvordan man finner ut om lokale flygeregler for speedgliding.
2. Eleven skal kunne redegjøre for faremomenter under lett speedgliding og hvordan gode marginer opprettholdes.
3. Eleven skal kunne redegjøre for rettigheter som SPG3.

Det er elevens ansvar å overbevise instruktøren om at eleven er i stand til å ivareta sin egen og andres sikkerhet under lett speedgliding innen de retningslinjer som er gitt.

#### 3.2 Ferdighetskrav til SPG3

Eleven skal beherske følgende ferdigheter:

1. Kunne vurdere og bedømme flyforholdene før speedglidertur, der følgende tas med i betraktningen:
  - a. Værmelding.
  - b. Observerbare værtegn.
  - c. Lokale flygeregler.
  - d. Flystedets terreng og lokale forhold.
  - e. Startforhold.
  - f. Flyforhold i flyfasen.
  - g. Innflyging og landingsforhold.
2. God fotstartteknikk, det vil si god vingekontroll i alle akser og god kontroll på startretning uten å bruke ytterkantene av starten.
3. Godt innflygingsmønster med ca. 10 sekunders finale, rimelig god flare og god landing innenfor 60 x 60 meter Minst 2 av 3 landinger godkjent.

#### 3.3 Kunnskapskrav til SPG3

##### 3.3.1 Aerodynamikk

1. Kvadratet av hastighetsøkningen: Løft, motstand, og energi (skadepotensial).
2. Vingebelastning.
3. Sideforhold.
4. Glidetall.
5. Pendelbevegelser (rollstabilitet).

6. Flyfart, trimmere og speedbar.
7. Harde svinger / stupspiral.
8. Høydetap i sving.

### 3.3.2 Meteorologi

1. Kvadratet av (vind)hastighetsøkningen: Mekanisk turbulens.
2. Kulderas (bora).
3. Dalvinder.
4. Rotor og turbulens.

### 3.3.3 Lover og regler

1. Sikkerhetssystemet, kapittel:  
5 Tekniske bestemmelser
2. Utdanningsprogrammet for speedgliding, kapittel:  
3 SPG3 – Lett speedgliding
3. Lokale regler / flyging i skianlegg.

### 3.3.4 Praktisk flyging

1. Læreboka Paragliding, kapittel:  
Del 2 – Videregående teori, Sideforhold til og med Flyging med hastighetssystem  
Del 2 – Videregående teori, Tips til øvelser  
Del 2 – Videregående teori, Flyging i løft

### 3.3.5 Førstehjelp

Ingen nye krav.

### 3.3.6 Bestått teoriprøve

10 spørsmål i hvert emne, maks 3 feil i hvert emne.

## 3.4 Erfaringskrav til SPG3

1. Bestått fotstartkurs.
2. Innehatt SPG2 kompetansebevis i minimum 12 måneder.
3. Minimum 100 vellykkede flyturer med speedglider etter utstedt SPG2 kompetansebevis.

## 3.5 Formålet med SPG3-trinnet

Formålet med dette trinnet er å øve på å ta selvstendige trygge avgjørelser med speedglider, øve vingehåndtering og flyging i enkle flyforhold.

## 3.6 Rettigheter som SPG3

1. Speedgliding i lette forhold uten kast eller turbulens, med sikker avstand til hindringer og annen trafikk.
2. Delta på kurs for avanserte manøvrer, etter at erfaringskravene til SPG4 er oppnådd.
3. Når man nærmer seg neste kompetansetrinn, øve flyging i enkelt løft, etter å ha fått briefing og godkjenning fra instruktør.

## 3.7 Krav til flysted, flyforhold og utstyr på SPG3-trinnet

Minste tillatte vingestørrelse er 11 m<sup>2</sup>.

Maksimum tillatt vingebelastning er 8 kg/m<sup>2</sup>.

### 3.8 Trening og sikkerhet som SPG3

På dette trinnet skal det legges vekt på vingehåndtering og automatisering. Det er viktig at klubbens instruktører fremdeles er involvert, slik at ferdigheter og teknikker forbedres. Teknikker for nye øvelser og krav til neste trinn skal først gjennomgå med instruktør.

Viktige øvelsesmomenter er:

- Vurdere flyforhold og ta trygge avgjørelser.
- Øve vingehåndtering i forskjellige forhold.
- Flyging med trimsystem.
- Flyging fra flere forskjellige flysteder.

Det advares mot for rask progresjon og mot å gå for raskt over på avansert utstyr.

Man skal respektere været og være konservativ med hvilke værforhold man velger å fly i. Vær oppmerksom på faren for snøskred. For vinterturer utenfor skianlegg anbefales det å lese snøskredvarselet. For ferdsel over 30 grader i fjellet om vinteren er det behov for større kompetanse innen snøskred enn opplæringen for speedgliding gir.

## 4 SPG4 – AVANSERT SPEEDGLIDING

### 4.1 Luftvettskrav til SPG4

1. Flygeren skal kunne redegjøre for faremomenter under avansert speedgliding og hvordan gode marginer opprettholdes.
2. Flygeren skal kunne redegjøre for rettigheter som SPG4.

Det er flygerens ansvar å overbevise instruktøren om at flygeren er i stand til å ivareta sin egen og andres sikkerhet under avansert speedgliding innen de retningslinjer som er gitt.

### 4.2 Ferdighetskrav til SPG4

Flygeren skal beherske følgende ferdigheter:

1. God startteknikk og landingsteknikk i forskjellige flyforhold.
2. Bestått kurs for avanserte manøvrer, med følgende øvelser som minimum:
  - a) Sving med stort høydetap.
  - b) 360 grader sving med stort høydetap.
  - c) Presisjonslanding innenfor merket område.
  - d) Landing i høyere hastighet enn normal innflyging.
  - e) Barrel roll.

### 4.3 Kunnskapskrav til SPG4

#### 4.3.1 Aerodynamikk

Ingen nye krav.

#### 4.3.2 Meteorologi

Ingen nye krav.

#### 4.3.3 Lover og regler

1. Utdanningsprogrammet for speedgliding, kapittel:

#### 4 SPG4 – Avansert speedgliding

##### 4.3.4 Praktisk flyging

Gjennomføring og faremomenter ved avanserte manøvrer.

##### 4.3.5 Førstehjelp

Ingen nye krav.

##### 4.3.6 Bestått teoriprøve

10 spørsmål i hvert emne, maks 3 feil i hvert emne.

#### 4.4 Erfaringskrav til SPG4

1. 200 loggførte speedgliderturer etter utstedt SPG3 kompetansebevis, eller 100 loggførte speedgliderturer og 15 flytimer med speedglider etter utstedt SPG3 kompetansebevis.
2. Innehatt SPG3 kompetansebevis i 12 måneder.

#### 4.5 Formålet med SPG4-trinnet

Formålet med dette trinnet er å øve avansert speedgliding i forskjellige forhold.

#### 4.6 Rettigheter som SPG4

1. Utøve avanserte manøvrer selvstendig.
2. Stupstart på egnede steder. Første gang skal være etter briefing og godkjenning av instruktør.
3. Flyging i lette hangforhold uten kast eller turbulens, med god avstand til terreng, hindringer og annen trafikk. Flygeren skal alltid kunne gli til landing, selv om han /hun kommer i synk.

#### 4.7 Krav til flysted, flyforhold og utstyr på SPG4-trinnet

Minste tillatte vingestørrelse er 9 m<sup>2</sup>.

#### 4.8 Trening og sikkerhet som SPG4

På dette trinnet skal det legges vekt på å forbedre observasjonsevnen og flyferdigheter. Det er viktig at klubbens instruktører fremdeles er involvert, slik at ferdigheter og teknikker forbedres.

Viktige øvelsesmomenter er:

- Observere (andre flygere, vind, løft og synk, avdrift, bakkefart, skyer, terreng, luftrom, farer etc), vurdere, og ta gode avgjørelser, som en kontinuerlig prosess før og under flyging.
- Avanserte manøvrer med gode marginer.
- God vingehåndtering i mer krevende forhold.
- Trygg speedgliding sammen med andre flygere.

## 5 SPG5 – KONKURRANSEFLYGING

### 5.1 Luftvettskrav til SPG5

1. Flygeren skal kunne redegjøre for faremomenter under konkurranseflyging og hvordan gode marginer opprettholdes.
2. Flygeren skal kunne redegjøre for rettigheter som SPG5.

Det er flygerens ansvar å overbevise faglig leder om at flygeren er i stand til å ivareta sin egen og andres sikkerhet under konkurranseflyging innen de retningslinjer som er gitt.

## 5.2 Ferdighetskrav til SPG5

Flygeren skal ha meget gode ferdigheter innen speedgliding.

## 5.3 Kunnskapskrav til SPG5

### 5.3.1 Aerodynamikk

Ingen nye krav.

### 5.3.2 Meteorologi

Ingen nye krav.

### 5.3.3 Lover og regler

1. Utdanningsprogrammet for speedgliding, kapittel:  
5 SPG5 - Konkurranseflyging

### 5.3.4 Praktisk flyging

Ingen nye krav.

### 5.3.5 Førstehjelp

Ingen nye krav.

### 5.3.6 Bestått teoriprøve

10 spørsmål i hvert emne, maks 3 feil i hvert emne.

## 5.4 Erfaringskrav til SPG5

1. Minimum 200 flyturer med speedglider etter utstedt SPG4 kompetansebevis.
2. Godkjenning av faglig leder i lokal klubb.

## 5.5 Formålet med SPG5-trinnet

Formålet med dette trinnet er å videreutvikle seg som selvstendig flyger på en trygg måte, for eksempel ved konkurranseflyging og tilleggsutdanning.

## 5.6 Rettigheter som SPG5

1. Konkurranseflyging.
2. Tilleggsutdanning.

## 5.7 Trening og sikkerhet som SPG5

Som SPG5 er man ferdig med den formelle utdanningen som speedgliderflyger. Nå er det viktig å bruke det man har lært til å fortsette å ta trygge avgjørelser, samtidig som man gradvis bygger opp erfaringen og utvikler seg videre som flyger.

## 6 TILLEGGSDANNING

### 6.1 Utdanning for oppvisningsflyging (DIS)

#### 6.1.1 Luftvettskrav til oppvisningsutdanning

Det kreves meget godt luftvett og innsikt i egne ferdigheter og begrensninger. Flygeren skal kunne gjøre rede for faremomenter ved oppvisningsflyging, og hvordan disse faremomentene unngås.

#### 6.1.2 Ferdighetskrav til oppvisningsutdanning

Vurderes for hver enkelt oppvisning.

#### 6.1.3 Kunnskapskrav til oppvisningsutdanning

1. Sikkerhetssystemet, kapittel:  
3.13 Oppvisningsflyging
2. Utdanningsprogrammet for speedgliding, kapittel:  
6.1 Utdanning for oppvisningsflyging
3. Vurderes for hver enkelt oppvisning.

#### 6.1.4 Erfaringskrav til oppvisningsutdanning

1. Inneha SPG5 kompetansebevis.
2. Godkjenning av faglig leder i lokal klubb.

## 7 KONVERTERINGER

### 7.1 Konvertering fra paragliding

En paragliderflyger med kompetansebevis PP3 eller høyere, som skal konvertere til SPG, skal ta SPG grunnkurs og tilfredsstill alle krav til SPG2.

For videre utstedelse av SPG3: En paragliderflyger kan bruke sin relevante erfaring i paragliding til å oppfylle inntil 50 % av erfaringskravene gitt for SPG3.

For videre utstedelse av SPG4 og SPG5 må alle krav tilfredsstillles.

### 7.2 Konvertering fra fallskjermhopping

En fallskjermhopper med C-lisens, som skal konvertere til SPG, skal ta SPG grunnkurs og tilfredsstill alle krav til SPG2.

For videre utstedelse av SPG3: En fallskjermhopper kan bruke sin relevante erfaring i fallskjermhopping til å oppfylle inntil 50 % av erfaringskravene gitt for SPG3.

For videre utstedelse av SPG4 og SPG5 må alle krav tilfredsstillles.

### 7.3 Konvertering fra utenlandsk flygebevis for speedgliding

En flyger med utenlandsk kompetansebevis for speedgliding kan konvertere til norsk tilsvarende kompetansebevis.

Flygeren skal oppfylle alle kravene til luftvett, ferdigheter, kunnskaper og erfaring gitt under angjeldende trinn.

## 8 INSTRUKTØRUTDANNING

### 8.1 Hjelpeinstruktør (SHI)

#### 8.1.1 Luftvettskrav til hjelpeinstruktør

1. Ha godt luftvett.
2. Være en god rollemodell både i og utenfor kurssituasjonen.

#### 8.1.2 Ferdighetskrav til hjelpeinstruktør

1. God startteknikk, forlengsstart og baklengsstart, skistart og fotstart.
2. Evne til å formidle kunnskap på en enkel, forståelig og konkret måte.
3. Gode samarbeidsevner.
4. Sende ut elever fra start på en trygg måte, stoppe ved behov.
5. Guide elever ned på landing på en trygg måte, evne til å gripe inn ved behov.
6. Gi elever nyttige tilbakemeldinger etter landing (kort, positiv, konkret, forbedring/fokus til neste tur).

#### 8.1.3 Kunnskapskrav til hjelpeinstruktør

1. Gode kunnskaper innen de teoretiske fagene.
2. God til å vurdere lokale værforhold og gjøre trygge, konservative vurderinger på vegne av elevene.
3. Sikkerhetssystemet, kapittel:  
4 Utdanning
4. Utdanningsprogrammet for speedgliding, kapittel:  
8 Instruktørutdanning

#### 8.1.4 Erfaringskrav til hjelpeinstruktør

1. Ha gjennomgått et teorikurs i henhold til hjelpeinstruktørkompendiet, ledet av instruktør.
2. Ha instruert på minst et helt grunnkurs, samt vurdering av kursdeltagerne og planlegging av etterfølgende dag.
3. Ha undervist i minst ett teorifag på grunnkurs.
4. Inneha SPG3 eller høyere.
5. Anbefalt som hjelpeinstruktør av instruktør og godkjent av klubbens faglige leder.

#### 8.1.5 Rettigheter som hjelpeinstruktør

1. Assistere en instruktør på kurs.
2. Hjelpeinstruktører skal alltid arbeide under veiledning av instruktør.
3. Trene elever i start, landing og bakkegliding i skolebakke uten at instruktør er tilstede, under forutsetning av at øvelsene tidligere er instruert av instruktør.

### 8.2 Instruktør (SI)

#### 8.2.1 Luftvettskrav til instruktør

1. Ha meget godt luftvett.
2. Være en god rollemodell både i og utenfor kurssituasjonen.

#### 8.2.2 Ferdighetskrav til instruktør

1. Meget gode startferdigheter forlengs og baklengs.
2. Meget gode landingsferdigheter.

3. Evner og ferdigheter som kreves for å drive opplæring fra og med grunnkurs til og med SPG4.
4. Evner og ferdigheter som kreves for å uteksaminere kandidater fra og med grunnkurs til og med SPG4.

#### 8.2.3 Kunnskapskrav til instruktør

1. Læreboka Paragliding.
2. Sikkerhetssystemet.
3. Utdanningsprogrammet for speedgliding.
4. Bestått teoriprøve for instruktør.

#### 8.2.4 Erfaringskrav til instruktør

1. Inneha hjelpeinstruktørbevis for speedgliding.
2. Ha deltatt aktivt som hjelpeinstruktør med teoriundervisning og praksis på ett eller flere grunnkurs.
3. Inneha minimum SPG4.
4. Være anbefalt og påmeldt instruktørkurs av faglig leder i klubb man har vært medlem i minimum 2 år.
5. Ha deltatt på og bestått NLF/HPS' instruktørkurs.

#### 8.2.5 Rettigheter som instruktør

Undervise og uteksaminere kandidater fra og med grunnkurs til og med SPG4.

### 8.3 Instruktør – tilleggsutdanning

#### 8.3.1 Instruktør i avanserte manøvrer (SIAM)

Krav til instruktør på kurs for avanserte manøvrer:

1. Inneha instruktørbevis i speedgliding (SI).
2. Virke som hjelpeinstruktør på minst ett kurs i avanserte manøvrer, hvor man instruerer under veiledning av instruktør i avanserte manøvre. Som en del av utdanningen skal kandidaten videofilme elever og kommentere utførelsen av øvelsene. Materialet skal legges fram og forklares for sikkerhetskursinstruktør. Framleggingen skal være godkjent.