# Stikurset (fotrute)

*Merking, tilrettelegging, skilting og gradering av turruter til fots og på snø*

Stikurset har som mål å gi deltageren teoretisk og praktisk erfaring i å jobbe med fotruter på fjell og i skog, sommer og vinter.

Stikurset har to deler. En teoridel på 3 timer og en praktisk del på to dager. Samlet vil dette gi deltageren nok kunnskap til å kunne delta i en dugnadsgruppe sammen med andre.

## Hovedmål:

Etter endt kurs skal deltakeren:

* ha god kjennskap til Merkehåndboka og nasjonal standard for tilrettelegging av turruter
* kjenne til rutiner og regler for planlegging og tilrettelegging av turruter
* ha kjennskap til merking og skilting av turruter
* ha kjennskap til ulike metoder for tilrettelegging av sti/fotrute over fuktig terreng, elv etc
* kjenne til sikkerhet og ansvar knyttet til tilrettelegging av turruter
* Kjenne til tilrettelegging av ruter på snø, dersom det er aktuelt

Målgruppe:
Alle som skal delta i arbeid med planlegging, tilrettelegging, skilting, og merking av turruter.

Kvalifiserer til:
Deltagelse i arbeid med turruter sommer og vinter

Rammer for kurset:

**Helgekurs / 18 timer**

* Teori og praktisk del bør holdes i sammenheng med hverandre for best læringsutbytte
* Maks 10 deltakere per kursleder, fordel med mindre grupper
* Kurset må legges til et sted hvor den praktiske delen kan gjennomføres på en realistisk måte

Eller:

**2- delt kurs**

* Teoridelen, 3 timer
* Praksisdag(er) 1-2

## **Teoridel (3 timer)**

Verktøy til kurset:

* PowerPoint-presentasjon med filmer
* Merkehåndboka evt. lokale instrukser
* Gruppeoppgaver
* Et fysisk skilt
* Skiltmanualen
* GPS

Temaer for kurset:

1. **Tilrettelegging av stier**
* Rydding av vegetasjon
* Tiltak i grunnen
* Passering av myr og andre våte områder
* Passering av bekker og elver
* Passering av gjerder
* Opparbeida sti
1. **Merking, varding og skilting**
* Standard for merking
* Varding
* Skilt, stolper og staker
* Symboler og gradering
1. **Skiløyper og andre ruter på sn**ø
* Kvisting av ruter på fjellet
* Preparerte løyper

## **Praktisk del (15 timer/ 2 dager)** Kurstiden må tilpasses det aktuelle området og hvilke momenter en ønsker å ta inn i det. Det vil ofte holde med èn dag ute dersom en er i lavlandet og ikke skal ha med varding og vintermerking. En kan også velge om en ønsker å jobbe med å lage gangbaner, eller om en bare skal vise disse.

Skal en i praksis jobbe med å bygge trenger en 2 dager.

Verktøy til kurset:

* Utstyrsliste
* Nødvendig utstyr for å gjennomføre oppgavene (maling, koster, spett ++)
* Kart, kompass og GPS
* Utstyr til oppsett av skilt og stolper; drill, skruer, spett, slegge, stolpehammer etc.

Temaer for praktisk del:

* Rydding av vegetasjon
* Tilrettelegging ved myr og våte områder
* Kryssing av elv
* Kryssing av gjerder
* Varding
* Merking
* Skilting
* Tilrettelegging for ruter på snø
* Kvisting
* GPS-sporing

En kan dele inn dagene i hovedbolker
Dag 1- merking og skilting

Rydde vegetasjon: klipping og saging. Hensynsfull beskjæring
Merke i terrenget, sommer og evt. vinter
Sette opp stolper og skilt
Sette opp ulike typer varder
GPS sporing

Dag 2: Tilrettelegging av traseen

Våte områder;
gangbaner, klopper, små bruer ; vise, lage.
Drenering; se på ulike måter, steinsetting etc.
Tilrettelegging for ruter på snø
Kvisting