

# Grundkurs MC Vinter

**Kurskod: GK245M102**

## Kursens syfte

GKMC Vinter är en veckoutbildning på cirka 57 timmar som ingår i grundutbildningen av avtalspersonal i befattningar som omfattar mc-tjänst, främst mc-ordonnans och trafiksoldat. Kursen riktar sig till personer som genomfört grundläggande förarutbildning på motorcykel. För att kunna verka året runt som mc-förare krävs att man kan vidta rätt åtgärder för att skydda sig mot kyla, samt kunna manövrera motorcykeln på ett säkert och kontrollerat sätt i vinterväglag.



## Kursens mål

Efter kursen ska deltagaren trafiksäkert kunna hantera motorcykel i snö och vintermiljö, kunna vårda och underhålla motorcykeln under vinterförhållanden, samt känna till de begränsningar som finns för människa och fordon i ett kallt klimat. Deltagaren ska även tillgodogöra sig kunskaper i fordonsorientering vintertid.

## Kursbeskrivning

Kursen fokuserar på grundläggande körutbildning i vinterväglag. Syftet är att jämställa alla deltagare avseende kunskaper och förmåga så att kraven för tilläggsutbildning Vinter för motorcykel uppnås. Kursen inleds med uttag av motorcykel och montering av skidutrustning. Därefter följer utbildning i "Kallt väder", med inriktning på åtgärder för att förebygga och förhindra köldskador. Kallt-väder-utbildningen avslutas med ett skriftligt prov.

Körutbildningen påbörjas på körgård där förmågan att manövrera motorcykeln i låg hastighet på halt underlag utvecklas genom olika övningar. Nästa steg är bromsning-/kurvtagningsteknik och landsvägskörning på vinterväglag. Det ingår också övningar i bogsering av mc, och körning med passagerare. Längre fram i kursen ökas svårighetsgraden med körning i bandvagnsspår, skoterspår och ospårad djupsnö. Ett övningsmoment med körning i mörker med avskärmad/släckt belysning ingår också.

Körutbildningen examineras fortlöpande av kursens instruktörer. Tonvikten är lagd på ett trafiksäkert uppträdande. I slutet av kursen genomförs en utbildningskontroll i form av en tillämplig övning där man praktiserar det som lärts ut under kursen. Kursen avslutas med vård och inlämning av motorcyklar och annan materiel.

**GKMC Vinter** är en utbildning som präglas av tidvis högt tempo med fysiskt och psykiskt ansträngande tjänst i subarktiskt klimat. Mc-körning vintertid kräver särskild uppmärksamhet på kylans och fartvindens inverkan på individen. Man bör således vara i god fysisk form, och i god tid innan kurs träna kondition och styrka.

**Deltagare får vid kursstart inte ha några oläkta skador eller sjukdomar som kan förvärras vid vistelse i låga temperaturer eller omkullkörning, t ex benfrakturer, cirkulationsproblem eller köldskador.**



Kontakta FMCK Kansli om du är osäker.

#### **Särskilda förkunskaper/krav**

- Medlemskap i FMCK
- Genomfört Grundkurs MC, eller motsv. med lägst betyg G
- Lägst körkortsbehörighet A1
- Gällande militärt förarbevis för motorcykel.
- Inneha befattning som mc-förare.

#### **Arrangör**

Frivilliga Motorcykelkårens Riksförbund (FMCK)

<b>Vecka</b>	<b>Datum</b>	<b>Plats</b>	<b>Information</b>
06	2020-02-01--2020-02-08	Älvdalen	Sista anmälningsdatum 2019-11-08
07	2020-02-08--2020-02-15	Älvdalen	Sista anmälningsdatum 2019-11-15
08	2020-02-15--2020-02-22	Älvdalen	Sista anmälningsdatum 2019-11-22

Kursanmälan och hur den fylls i korrekt finner du här. <https://fmck.se/utbildning/>