

# Risikoanalyse

Aktivitet:

Landeveissykling

## Generell beskrivelse av aktiviteten

*Hvordan er aktiviteten lagt opp?*

Landeveissykling er sykling langs landeveien. Bør være kjent for de fleste.

## Generell beskrivelse av risikomomenter tilknyttet aktiviteten?

*Hva kan skje?*

Ubetydelige skader, som for eksempel skrubbsår, må påregnes.

Mindre alvorlige skader, som for eksempel overtråkk og i verste fall beinbrudd, kan forekomme.

Landeveissykling er en ikke en høyrisikoaktivitet, betydelige og alvorlige skader forventes normalt ikke.

Det skal etter gjeldende normer til en hver tid brukes egnet beskyttelsesutstyr (**hjelm**).

Bør det gjennomføres ROS analyse? **Ja**

Hendelse	Sannsynlighet	Konsekvens	Risiko	Tiltak	Sannsynlighet etter tiltak	Risiko etter tiltak	Kommentar
<i>Hva kan skje?</i>	<i>Hvor sannsynlig er det at hendelsen inntreffer?</i>	<i>Hvor alvorlig er det sannsynlig at utfallet av hendelsen kan bli?</i>	<i>Sannsynlighet X Konsekvens</i>	<i>Hvordan kan hendelsen forhindres?</i>	<i>Hvor sannsynlig er det at hendelsen inntreffer etter at det iverksatt tiltak?</i>	<i>Sannsynlighet X Konsekvens</i>	
Hodeskader	3 Mindre sannsynlig	5 Svært farlig	15 Uakseptabel	Det skal brukes hjelm!	2 Lite sannsynlig	10 Akseptabel	Det skal til enhver tid brukes hensiktsmessig beskyttelsesutstyr. Det <b>skal</b> brukes hjelm.
Fall	3 Mindre sannsynlig	3 Kritisk	9 Akseptabel	Tilpass terrenget til deltakeren, begrens farten og hold avstand i nedkjøringene.	3 Mindre sannsynlig	9 Akseptabel	
Påkjørsel av bil	2 Lite sannsynlig	5 Svært farlig	10 Akseptabel	Det skal sykles maks 2 i bredden der det er trafikk.	2 Lite sannsynlig	10 Akseptabel	Vanlige trafikkregler skal følges!
Overtråkk / Benbrudd / Slagskader	2 Lite sannsynlig	3 Kritisk	6 Akseptabel	Det skal brukes hensiktsmessig beskyttelsesutstyr. Farten bør begrenses i teknisk terreng/utforkjøring	2 Lite sannsynlig	6 Akseptabel	Instruktør bør ha kjennskap til førstehjelp ved benbrudd og slagskader.

## Spesielle hensyn

*Hvilke krav stilles for at aktiviteten kan gjennomføres?*

Instruktøren må, i henhold til "Sikkerhetsrutiner for Kristen Idrettskontakt", ha kjennskap til og kunne gjennomføre livreddende og skadeforebyggende førstehjelp. Instruktøren bør også kjenne til førstehjelp ved slag- og bruddskader.

Arrangement / Leir:		Ansvarlig instruktør:	
Dato:		Signatur:	

Risikoanalyse-skjema vil aldri kunne dekke alle eventualiteter, men er ment å øke bevisstheten rundt risiko, og i så måte ment å kunne forbygge uønskede hendelser. Skjemaet fylles ut i henhold til det styrende dokumentet "Bruk av risikoanalyser i KRIK". Dette kan lastes ned på [www.krik.no/sikkerhet/](http://www.krik.no/sikkerhet/) -> Sikkerhetsinstruks og skjema.