

World Climblings - krav om godkjent helseattest for deltakelse på internasjonale konkurranser

Helse og medisinsk vurdering av utøvere

Norges Klatreforbund (NKF) og WORLD CLIMBING ønsker å etterleve prinsippet om å sette utøvernes helse foran prestasjon. Medisinske vurderinger og kartlegging er sentrale tiltak for å understøtte dette prinsippet og sikre trygg deltakelse i internasjonale konkurranser.

Hensikten med vurderingene er å avdekke om en utøver har spesielle utfordringer knyttet til helse, ernæring, vekt, trening, belastning, forstyrret spiseatferd eller andre forhold som er relevante for vurderingen av om utøveren er helsemessig skikket til internasjonal representasjon.

Alle utøvere som skal vurderes for representasjonsoppgaver for NKF som krever internasjonal lisens, må avgi helseopplysninger til helsepersonell tilknyttet forbundet og WORLD CLIMBING innen den fristen som er fastsatt. WORLD CLIMBING tar den endelige avgjørelsen om hvorvidt en utøver er helsemessig skikket til å delta i konkurranser.

Dersom en utøver ikke får nødvendig godkjenning fra WORLD CLIMBING, er det ikke mulig å melde vedkommende på konkurranser som krever WORLD CLIMBING-lisens. I slike tilfeller frarådes det også deltakelse i nasjonale konkurranser.

Hvem gjelder kravene for?

Kravene gjelder for alle utøvere som skal konkurrere internasjonalt der WORLD CLIMBING-lisens og WORLD CLIMBING kartleggingsprosess er påkrevd.

Hva med parautøvere?

Per sesongene 2025/2026 er det ikke innført krav om medisinsk kartlegging eller helseattest for parautøvere.

Ulik prosedyre for landslagsutøvere og utøvere bak landslag

Det er etablert ulike prosedyrer for utøvere på landslag og utøvere bak landslag.

Prosedyrer for landslagsutøvere

Helseattest – forbundsstyret prosess

For landslagsutøvere gjennomføres helseattest som en integrert del av den ordinære oppfølgingen i regi av Norges Klatreforbund.

- Hele prosessen administreres av helsepersonell tilknyttet forbundet.
- Landslagsutøvere gjennomgår årlige utvidede medisinske undersøkelser og tester.
- Utøveren mottar nødvendig informasjon fortløpende og trenger ikke selv å søke eller fylle ut WORLD CLIMBINGs digitale kartleggingsskjema.

Dette sikrer en helhetlig og kontinuerlig vurdering av landslagsutøverens helsemessige skikkethet til internasjonal deltakelse.

Prosedyrer for utøvere utenfor landslag

Utøvere bak landslag – WORLD CLIMBING kartleggingsskjema

1. Utøvere bak landslag som sikter seg inn på deltakelse i World Climbing Series, Verdensmesterskap eller Junior Verdensmesterskap må følge WORLD CLIMBINGs kartleggingsprosess.
 - NKF registrerer utøver slik at han/hun (eller foresatte) mottar WORLD CLIMBINGs sitt digitale kartleggingsskjema per epost.
 - Det er ikke mulig å melde utøveren på ovenfor nevnte konkurranser før kartleggingsskjema er fullført og godkjent.
2. Utøvere bak landslag og som kun skal delta i kontinentale (Europacup eller European Youth Cup) konkurranser, trenger ikke gjennomgå WORLD CLIMBINGs kartleggingsprosess.
3. For øvrige utøvere:
 - Ved ønske om deltakelse i konkurranser med krav om WORLD CLIMBING-lisens må utøveren søke om deltagelse hos NKF innen fastsatte frister (senest to måneder før konkurranse).
 - Om utøver får godkjenning til å konkurrere vil NKF registrere utøver for internasjonal lisens slik at han/hun (eller foresatte) mottar WORLD CLIMBINGs sitt digitale kartleggingsskjema per epost. **Dette trengs ikke fylles ut ved kun kontinental konkurranse.**

Utfylling av WORLD CLIMBING kartleggingsskjema

Utøveren bak landslag ifølghe punkt 1 ovenfor, fyller ut skjemaet etter beste evne og sender det inn digitalt til WORLD CLIMBING.

[Veileder til utfylling av WORLD CLIMBING kartleggingsskjema – trykk her.](#)

Ved spørsmål kan Norges Klatreforbund kontaktes.

Klinisk ernæringsfysiolog (Medical Officer for Klatring) Helge Andreas Felberg i [Klinikk Kostholdsendring](#) kan også kontaktes for svar på spørsmål og veiledning. Priser for bistand er kr.535,-/30min. Faktureres via sms-lenke etter kontakt.

Noen viktige presiseringer:

- Skjemaet inneholder spørsmål om fettprosent. Slike målinger skal ikke gjennomføres dersom de ikke allerede foreligger. Forbundet oppfordrer ikke til nye målinger av fettprosent.
- Blodtrykk og puls skal måles hos fastlege eller lege tilknyttet klubb, og journalføres hos vedkommende lege.

Videre behandling hos WORLD CLIMBING

Når kartleggingsskjemaet er sendt inn, vil WORLD CLIMBING foreta en vurdering. Dette kan resultere i:

1. Godkjenning av kartleggingen, eller
2. Krav om ytterligere medisinske undersøkelser før endelig avgjørelse

WORLD CLIMBING har alltid siste ord i vurderingen av utøverens helsemessige skikkethet til internasjonal konkurranse.

Ved krav om ekstra undersøkelser i forbindelse med WORLD CLIMBING-vurdering

Dersom WORLD CLIMBING stiller krav om ytterligere undersøkelser, mottar helsepersonell tilknyttet forbundet beskjed om dette. Utøver / foresatte vil videre bli informert om status.

WORLD CLIMBING krever DXA-måling (bentetthet) og et utvalg blodprøver. Disse testene må gjennomføres og overleveres til Medical Officer.

DXA – bentetthetsmåling

- Fastlege kan henvise til spesialisthelsetjenesten, men det kan forekomme lang ventetid.
- Det er utøverens ansvar å sikre at testsvar foreligger innen gjeldende tidsfrister.

Andre muligheter for DXA-måling:

- **Oslo / Trondheim / Lillehammer:** Kontakt helsepersonell tilknyttet forbundet for bistand (se kontaktinfo under).
- **Bergen:** Evidia – henvisning fra fastlege kreves.
- **Stavanger:** Evidia – henvisning fra fastlege kreves.
- **Tromsø:** Forsøk å kontakte regionleder Olympiatoppen Nord, Håvard Klemetsen (tlf. 916 88 314).

Blodprøver

- Blodprøver kan tas hos fastlege eller privat lege.
- Aktuelle prøver:
 - T3
 - Total kolesterol
 - LDL-kolesterol

Administrasjon og kostnader ved krav om ekstra undersøkelser

Ved krav fra WORLD CLIMBING om ytterligere undersøkelser påløper en administrasjonskostnad på kr 1 200,- som ilegges utøver. Dette dekker informasjon, sikker håndtering av prøvesvar, journalføring og innsending av testsvar til WORLD CLIMBING.

Dersom utøveren ønsker bistand fra helsepersonell for å finne egnet løsning for gjennomføring av undersøkelser, kan dette avtales separat. Slik bistand kan omfatte hjelp til bestilling av DXA i Oslo, Trondheim eller Lillehammer. Ved slik bistand påløper en ytterligere kostnad på kr 1200,-som dekker tid brukt til koordinering av undersøkelse og mottak av testsvar.

Innsending av testresultater ved krav om ekstra undersøkelser

Det er helsepersonell tilknyttet forbundet som sender testresultatene videre til WORLD CLIMBING. Det er viktig at alle resultater mottas **minst tre uker før konkurransen**.

Forutsetning for å kunne bli registrert til konkurranse (WCS, VM & Jr. VM) er at helseattest blir godkjent hos WORLD CLIMBING.

Testresultater (DXA og blodprøver) er sensitive helseopplysninger og skal ikke sendes per e-post.

For koordinering av trygg og effektiv overlevering, ta kontakt med:

Helge Andreas Felberg

Klinisk ernæringsfysiolog (autorisert helsepersonell)

E-post: helge@kostholdsendring.no

Telefon: 915 29 353