



Drammen Sportsfiskere/Fluegruppa Invicta

Kurs i Praktisk Fluefiske for Begynnere



## Kurs i Praktisk Fluefiske for Begynnere – Kurspresentasjon

Målsettingen med dette kurset er å gi nybegynnere en god start på sitt praktiske fluefiske. Etter et gjennomført kastekurs vil mange fortsatt sitte igjen med spørsmål om hvordan de tilegnede teknikkene omsettes i praksis, samt “utallige” spørsmål knyttet til stenger, snører, fortom, insektliv, fiskens oppførsel osv. Mye av dette kan man tilegne seg kunnskaper om fra bøker og internett, men praktisk fiske kan kun læres ved å ta turen ut til elv og vann hvor fisken holder til.

### Målgruppe

Kurset sikter seg inn på nybegynnere som har tilegnet seg grunnleggende kunnskaper om fluekasting og ønsker å lære mer om hvordan praktisk fluefiske gjennomføres. Se også krav til deltager, **Krav til deltagere**

### Utdanningsmål

Deltagerne skal etter kurset ha tilegnet seg nok grunnleggende kunnskap til moderne fluefiske etter innlandsfisk, primært etter arter som ørret, røye, harr og sik, slik at de selvstendig er i stand til å gjennomføre en fisketur med fluestang hvor utstyr, teknikk og grunnleggende fiskeferdigheter beherskes.

Kurset er ikke et kastekurs og egentrening må påberegnes i etterkant av kurset.

### Administrativt

Dette kursopplegget tar utgangspunkt i at man har tilgang til undervisningsfasiliteter, stille- og rennende vann. Antall deltagere begrenses av antall instruktører. En instruktør bør ikke følge opp mer enn 5 elever, optimalt er tre. Kursutstyr omtales i eget punkt. Kurset kan tilpasses enklere gjennomføring hvis ønskelig.

### Kursplan

Kurset bygger på Kurs 1007 Studieforbundet Natur og Miljø. Kurset går over to dager, til sammen 14 timer. Deltagerne skal i stor grad oppleve å være på fisketur med et stort innslag av læring og sosialt samvær mellom fluefiskere.



Drammen Sportsfiskere/Fluegruppa Invicta

Kurs i Praktisk Fluefiske for Begynnere



## Dag 1 og 2

Leksjon	Innhold	Varighet	Sted	Instruktørmateriell	Deltagermaterieill
0	Oppstart/Presentasjon	30 min	Klubbhuset Sølfast		
1	Hva er moderne fluefiske?	1 time	Klubbhuset Sølfast	Stenger, Snører, Sneller, fortom, fluer og utstyr av forskjellig type	
2	Tilpassing av stang, snøre og fortom. Kartlegging av kasteferdigheter	1 time	Gressbane Sølfast	Snøre, fortom, eventuelt flaggline for knutedemo	Fluestang, snelle, snøre, fortom
3	Fluefiske Teori	1 time og 30 min	Klubbhuset Sølfast	Presentasjonsmaterieill for Insektslære, fluetype, fiskemetoder...	
4	Praktisk Fluefiskedag	10 timer	Sigdal	Personlig fiskeutrustning	Personlig fiskeutrustning

Detaljert leksjonsoversikt ligger bakerst i kursopplegget.





Drammen Sportsfiskere/Fluegruppa Invicta

Kurs i Praktisk Fluefiske for Begynnere



## Krav til deltagere

Deltagere på kurset må beherske grunnleggende fluekasting etter å ha gjennomført kastekurs eller tilsvarende. Med dette menes at man må ha kastet litt med fluestang, men på ingen måte trenger å være "ekspert" eller kunne kaste langt. Videre bør deltagerne ha følgende minimumsutstyr:

- Fluestang
- Fluesnelle
- Fluesnøre med backing
- Fortom

Dette utstyret kan lånes av Drammens Sportsfiskere. Deltagerne må selv stille med, eller låne Vadebukse og – sko.

## Gjennomføring

Kurset gjennomføres ved oppmøtet på Klubbhuset DS kl 18:00 ved kursstart. Deltagerne vil etter teorileksjonene deles i grupper med hver sin instruktør for å gjennomføre praktisk del av kurset. Praktisk fiske (dag2) vil i stor grad gjennomføres som en ganske vanlig fisketur sammen med instruktør som rettleider og hjelper til underveis i henhold til leksjonsopplegget. Det er mulig at det kan bli noe forskjell mellom gruppene, med bakgrunn i elevenes ferdigheter, på hva instruktøren faktisk får gjennomført. Kurset vil under hele gjennomføringen fokusere på at dette er et grunnleggende kurs og instruktørene vil dermed legge vekt på de grunnleggende ferdigheter hos den enkelte elev.



Drammen Sportsfiskere/Fluegruppa Invicta

Kurs i Praktisk Fluefiske for Begynnere



Kodebeskrivelse		Kode	Revidert			
Praktisk Fluefiskekurs		1007	Mars 2015			
Leksjon nr 0	Opstart og Presentasjon	Tid	20min	Sted	Klubbhuset Sølfast	
Utdanningsmål						
Elevene skal etter gjennomført leksjon ha møtt instruktørene og de andre elevene. Alle elevene skal være informert om gjennomføring av kurset og administrative forhold. Huskeliste for dag to bør deles ut.						
Undervisningsmål						
Kode/Beskrivelse						
1.	<b>Introduksjon av Praktisk Fluefiskekurs:</b> Kursansvarlig samler elever og instruktører, presenterer seg selv og gjennomgår kursopplegg og administrative forhold.					
2.	<b>Presentasjon av Instruktører og elever:</b> Instruktørene presenterer seg kort for elevene med navn og fluefiskebakgrunn. Elevene presenterer seg kort med navn og kort om hvorfor han/hun ønsker å lære mer om fluefiske.					
3.	<b>Avslutning:</b> Leksjon 0 avsluttes med å introdusere første leksjon av kurset.					



Drammen Sportsfiskere/Fluegruppa Invicta

Kurs i Praktisk Fluefiske for Begynnere



Kodebeskrivelse		Kode	Revidert		
Praktisk Fluefiskekurs		1007	Mars 2015		
Leksjon nr 1	Hva er moderne fluefiske?	Tid	1 time	Sted	Klubbhuset Sølfast
Utdanningsmål					
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Elevene skal etter gjennomført leksjon ha kjennskap til utstyr og metoder som benyttes under grunnleggende moderne fluefiske.</li><li>2. Elevene skal ha kjennskap til forskjellen på tradisjonelt og moderne fluefiske</li><li>3. Elevene skal ha fått en innføring i utstyr for moderne fluefiske.</li><li>4. Elevene skal ha fått en kort innføring i insektslære</li></ol>					
Undervisningsmål					
Kode/Beskrivelse					
1.	<b>Hva er moderne fluefiske?</b> Imitasjonsfiske kontra tradisjonelle fluemønstre				
2.	<b>Presentasjon av utstyr:</b> Instruktøren skal som et minimum, men ikke begrenset til, gjennomgå: <ul style="list-style-type: none"><li>- Forskjellige typer fluestenger og klasser</li><li>- Snøretyper og klasser</li><li>- Fortomstyper og materiale</li><li>- Tørrflue, nymfe, streamer</li><li>- Krokløsner og nipper</li><li>- Tørkepulver og andre kjekke remedier.</li></ul>				
3.	<b>Introduksjon til insektslære:</b> Døgnfluer, Steinfluer, Vårfluer, Landinsekter. Det er ikke et mål at elevene skal kunne alle disse. Insektslære vil være gjennomgående ved senere leksjoner i praktisk fluefiske				
	<b>Avslutning:</b> Leksjon 1 avsluttes med en kort oppsummering og spørsmål.				

Drammens Sportsfiskere:

Øvre Eikervei 142,

3048 Drammen



Drammen Sportsfiskere/Fluegruppa Invicta

Kurs i Praktisk Fluefiske for Begynnere



Kodebeskrivelse		Kode	Revidert			
Praktisk Fluefiskekurs		1007	Mars 2015			
<b>Leksjon nr 2</b>	Tilpassing av stang, snøre og fortom	<b>Tid</b>	1 time	<b>Sted</b>	Fritidstunet/"Klasserom"/Ute	
<b>Utdanningsmål</b>						
1. Elevene skal etter leksjonen ha kjennskap til hvordan stang og snøretyper står i forhold til hverandre. 2. Elevene skal ha kjennskap til flytesnøre, synkesnøre, glassline og skyteklump og disses bruksområder. 3. Elevene skal ha kjennskap til fortomstilpassing og fortomsknuter						
Undervisningsmål						
Kode/Beskrivelse						
1.	<b>Hvilke stangtyper finnes (aksjoner) og hvordan tilpasser man et snøre til stangen</b>					
2.	<b>Gjennomgang av forskjellige typer fluesnører</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Flytesnøre: Kjennetegn og bruksområde</li><li>- Synkesnøre: Kjennetegn og bruksområde</li><li>- Glassline: Kjennetegn og bruksområde</li><li>- Skyteklump: Kjennetegn og bruksområde</li><li>- ...</li></ul>					
3.	<b>Fortomstilpassing og fortomsknuter:</b> Gjennomgang av Kirurgknute, slukknute, blodknute, Perfection knot og nåleknute med verktøy. Vis løkkespleis, kjøpt og hjemmelaget. Gjenta knutene under praktisk fiske. Alle knutene finner man også godt forklart på YouTube.					
<b>Avslutning:</b> Leksjon 2 avsluttes med en kort oppsummering og spørsmål.						

Drammens Sportsfiskere:

Øvre Eikervei 142,

3048 Drammen



Drammen Sportsfiskere/Fluegruppa Invicta

Kurs i Praktisk Fluefiske for Begynnere



Kodebeskrivelse		Kode	Revidert			
Praktisk Fluefiskekurs		1007	Mars 2015			
<b>Leksjon nr 3</b>	Kartlegging av Kasteferdigheter	<b>Tid</b>	1 time	<b>Sted</b>	Sølfast, Gressbane	
<b>Utdanningsmål</b>						
1. Etter leksjonen skal instruktørene ha en oversikt over kursdeltagernes kasteferdigheter for og enklere kunne sette sammen grupper for resterende del av kurset.						
2. Elevene skal under kastetreningen få råd og tips fra instruktørene vedrørende egen kasteteknikk						
Undervisningsmål						
Kode/Beskrivelse						
1.	<b>Kartlegging av ferdigheter:</b> Leksjonen gjennomføres ute og har til hensikt å gi et overblikk over elevenes ferdighet innenfor overhåndskastet. Organisering av elevene er avhengig av rådene fasiliteter. Synlige feil rettes av instruktør på stedet.					
2.	<b>Avslutning:</b> Leksjon 3 kan avsluttes med en kort demonstrasjon fra beste instruktør på enkelte spesialkast for å motivere elevene for videre kastetrening.					

Drammens Sportsfiskere:

Øvre Eikervei 142,

3048 Drammen



Drammen Sportsfiskere/Fluegruppa Invicta

Kurs i Praktisk Fluefiske for Begynnere



Kodebeskrivelse		Kode	Revidert			
Praktisk Fluefiskekurs		1007	Mars 2015			
Leksjon nr 4	Fluefiske, Praktisk del	Tid	10 timer	Sted	Ute/Klasserom	
Utdanningsmål						
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Elevene skal etter gjennomført kurs ha grunnleggende kjennskap til hvordan moderne, praktisk fluefiske gjennomføres.</li><li>2. Elevene skal ha fisket sammen med en erfaren fluefisker hvor elevens ferdigheter prioriteres.</li><li>3. Elevene skal etter gjennomført praktisk fiskedag ha kjennskap til tørrflue-, nymfe-, og streamerfiske.</li><li>4. Elevene skal selvstendig ha prøvd de forskjellige fiskemetodene.</li><li>5. Elevene skal ha fisket i stille- og strømmende vann.</li></ol>						
Undervisningsmål						
Kode/Beskrivelse						
1.	Moderne Fluefiske: Hvordan lese fiskeplassen; med tanke på standplasser for fisk, kasteforhold og strøm/drift i forhold til å planlegge hvor og hvordan man presenterer fluene.					
2.	Fiske med erfaren fluefisker: Elevene skal fiske sammen med en erfare fluefisker som rettleder og hjelper elevene med teknikk- og erfaringer innenfor fluefiske.					

Drammens Sportsfiskere:

Øvre Eikervei 142,

3048 Drammen





Drammen Sportsfiskere/Fluegruppa Invicta

Kurs i Praktisk Fluefiske for Begynnere



3. Demonstrasjon og praktiske øvelser:

\*Fiske med streamere; presentasjon og inntrekkhastighet

\*Fiske med døgnfluer; klekkere, duns og spinnere

\*Fiske med vårfluer; klekkere, stripende, flytende pupper

\*Fiske med døgnfluenymfer; driftende, svømmende og klekkende

\*Fiske med vårfluepupper; svømmende pupper, frittlevende og husbyggende larver

Hele dagen legges opp som en vanlig fisketur med instruktører og elever. Kurset skal fokusere på at elevene får mest mulig praktisk erfaring i fluefiske. Felles lunch og erfaringsutveksling kl 12:00 på Fritidstunet.

Drammens Sportsfiskere:

Øvre Eikervei 142,

3048 Drammen



Drammen Sportsfiskere/Fluegruppa Invicta

Kurs i Praktisk Fluefiske for Begynnere



## Tidsplan

Dato/Klokkeslett	Hva	Hvor	Merknad
8. mai kl. 18:00-22:00	Innledende teorileksjoner og kartlegging av ferdigheter.	Klubbhuset Sølfast	Kurselever tar med eget utstyr.
9. mai kl. 09:00	Fremmøte Fritidstunet Prestfoss	Prestfoss	Transport koordineres i forkant.
9. mai kl. 09:30-12:00	Praktisk fiskeøkt 1	Sonern/Storelva	Kurselevne stiller med eget utstyr/Vadere.
9. mai kl. 12:00-13:00	Lunch, erfaringsutveksling	Fritidstunet/Lavvo	Varmlunch i regi av Fritidstunet.
9. mai kl. 13:00- 18:00	Praktisk fiskeøkt 2	Sonern/Storelva	Kurselevne stiller med eget utstyr/Vadere.
9. mai kl. 18:00-19:00	Oppsummering, Avslutning	Fritidstunet.	

Drammens Sportsfiskere:  
Øvre Eikervei 142,  
3048 Drammen



Drammen Sportsfiskere/Fluegruppa Invicta

Kurs i Praktisk Fluefiske for Begynnere



## Anbefalt Fiskeområder

Storelva, Soneren. Avklaring om fiskekort gjøres med grunneierlaget i forkant. Ansvar: Kursansvarlig.

## Anbefalt Kurslitteratur

"Insektslære for fluefiskere" (m/feltheft) Pål Krogvoll. Tun Forlag

"Fluefiske for ferskinger". Naturforlaget. Bomann-Larsen/Lænes

"Fisk med Streamer". Landbruksforlaget/TunForlag. John Merwin

## Transport

Kursdeltagerne sørger selv for transport til Fritidstunet/Soneren. Koordinering kan gjennomføres i forkant av kurset.

## Kurspakke

Kurspakke skal inneholde:

- Fiskekort for dag 2
- Kursplan
- Fortomspakke
- Fluepakke med aktuelle fluer.

## Kursavslutning

Det kan utdeles en bestemannspremie til beste elev (han/hun som får mest fisk). Tilbakemeldinger og forslag til endringer mottas med takk.

Drammens Sportsfiskere:

Øvre Eikervei 142,

3048 Drammen