

Bygg din egen klatrevegg

Kilde: nrk.no

Hva gjør du når ungene bruker sofaen som klatrestativ og gardinene som slengtau? Bygger innendørs klatrevegg, vel.



I FARTA: Det er lurt å investere i klatresko til barna. Det gir bedre grep i vegg.

Foto: Helge Kaasin



Klatreglad pappa [Helge Kaasin](#)

De fleste barn har en draging mot å klatre. De klatrer på stoler, sofaer og bord. De henger i rekkverk og etter dørhåndtak. Så hvorfor ikke gi dem et godt alternativ som gjør at familien fortsatt kan hevde å bo i et møblert hjem?

Bygg en klatrevegg hjemme, gjerne slik at du kan bruke den selv også. Her er oppskriften:

1.Bygg i moduler

Bruk kryssfinerplater som er 14 mm tykke, 244 cm lange, og 122 cm brede. Del finerplaten i to, da blir de lettere å henge opp for en person. Lag moduler med 1 meters lengde, og behold bredden på 122 cm.



VARIASJON: Man kan posisjonere finerplatene slik at man har flere muligheter til å skru ruter diagonalt.

Foto: Helge Kaasin

Bredden bør beholdes slik at klatreveggen kan skrus i stenderne – reisverket – i veggen din, eller i takbjelkene i taket ditt. Avstanden fra takbjelke til takbjelke i de aller fleste hus fra siste halvdel av 1900-tallet og frem til vår tid, er 60 cm fra midt til midt på bjelkene. Kryssfinerplaten vil da ligge 1 cm over midten på hver side, noe som gjør det lettere å få festet klatreveggen på en forsvarlig måte når den er ferdig.

2. Rammeverk rundt platene

Litt avhengig av tykkelsen på klatretakene, så vil både treskruene og maskinboltene trenge gjennom og forbi 14 mm kryssfiner. Derfor trenger du et hulrom bak platen.

Skru platen på en ramme av 3 x 4,8 cm lekter på høykant. Da får skruene og boltene 4,8 cm å boltre seg på bak kryssfineren. Pass på å sette rammen helt i kant med platekanten.



RAMME: Rammen på platene kan også brukes som klatretak.

Foto: Helga Kaasin

3. Fester til klatretak

For å kunne skru mange ulike buldreproblemer, må du lage 12 mm hull over hele kryssfinerplaten. Borr med 15 eller 20 cm avstand i et kvadratisk mønster. Det er viktig å ha hull langs kanten for å utnytte bredden. **Husk å bore hullene fra forsiden og mot baksiden, da vil utflising rundt hullet ikke bli synlig.**



BOR: Man må bore 12 mm hull over hele platene for å ha mulighet til å flytte klatretakene rundt.

Foto: Helge Kaasin

Fra baksiden bankes det deretter inn én klomutter per hull. Bruk en hammer og rapp til slik at klomutrene ikke løsner. Fortvil ikke om du ikke får banket dem helt inn, de vil bli strammet godt inntil når veggen kommer i bruk.

4. Pussing

Alle skarpe kanter og ujevnheter må pusses ned slik at man ikke kan skade seg på noe. Hvis du ønsker en enda mer avrundet kant, benytt en raspe – en grov fil – før du pusses med sandpapir. Du kan også høvle kanten på klatreveggen, både ramme og platekant. Dette får vekk noe av trestrukturen i lektene og gjør overgangen mellom plate og lekte umerkelig.

Du kan også bruke sparkelmasse for å skjule dype arr og skruerhull i plata. Da må det pusses igjen til overflaten er jevn og fin før man maler.

5. Maling og fuglesand for friksjon

Er det mye kvister – som etter en stund vil bli synlige gjennom malingen – kan det lønne seg å benytte grunning med kvistlakk. Når grunningen har tørket reiser fibrene seg på lektene, og man bør ta en ny runde med pussepapiret.

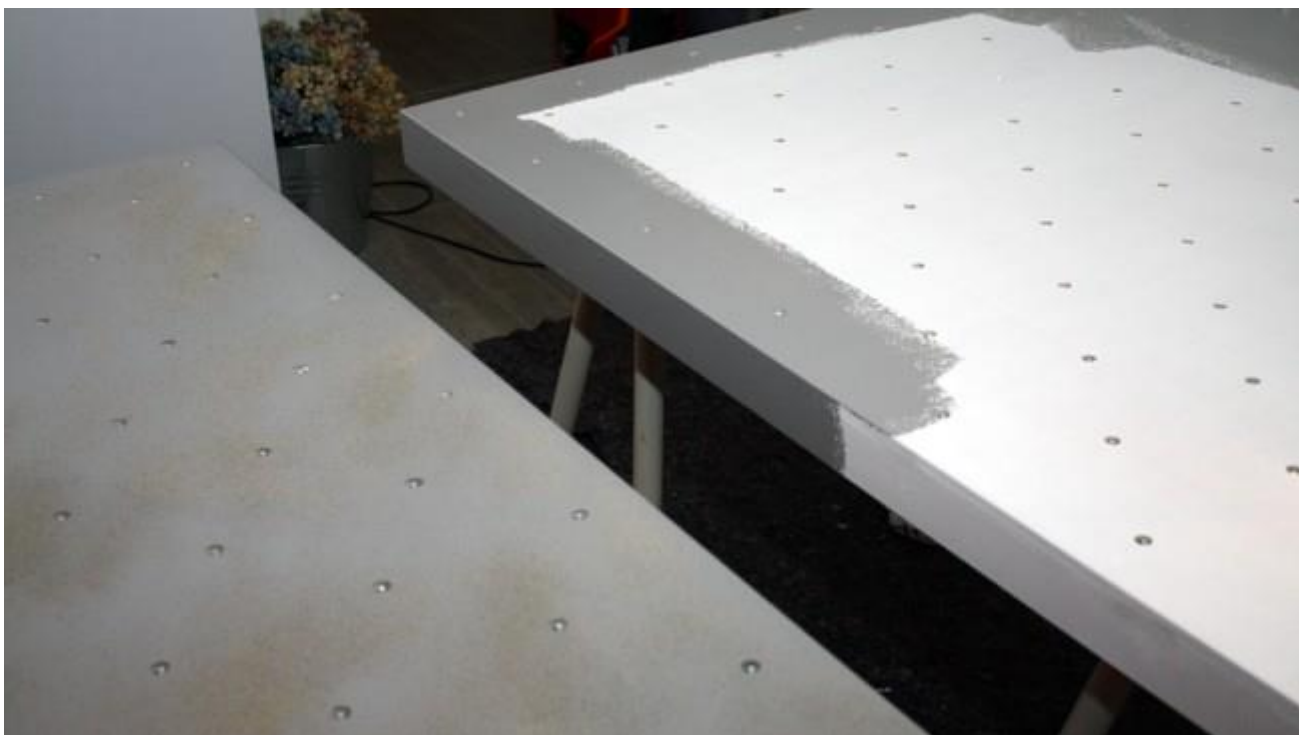


GRUNNING: Med god grunning sitter malingen lenger på veggen.

Foto: Helge Kaasin

Nå vil det også bli synlig en del sprekker langs kantene mellom plate og lekter, i hjørnene der lektene er sammenføyet, eller små hull i endesidene på platen. Bruk litt akrylmasse (ikke silikon, den er ikke overmalbar) på disse stedene slik at hele konstruksjonen synes å være støpt i ett stykke. Glatt over med en fuktig fille.

Det er nå på tide med den siste finishen. Det finnes spesialmaling iblandet sand for klatrevegger, men dette er dyrt og vanskelig å få tak i. Jeg benytter meg heller av vanlig gulvmaling, den er også mer slitesterk enn veggmaling. Bakdelen er at den renner lettere, så mal klatreveggen mens den ligger nede.



MALING: Gulvmaling på veggen.

Foto: Helge Kaasin

Strø på fin fuglesand når det første strøket akkurat er påført. Slik får veggen litt friksjon. Når malingen er støvtørr støvsuger du veggen for å fjerne overflødig sand. Mal deretter to strøk til med gulvmaling.

6. Henge opp klatreveggen

Etter et par dagers tørketid er det på tide å henge opp klatreveggen. Forsøk å måle slik at du finner midten av stenderne, eller takbjelkene hvis du skal feste klatreveggen i taket. Merk av på klatreveggen hvor innfestingen skal være. Avstand på 60 cm – eller mindre der det er mulig – er anbefalt.

På mine moduler på 1 x 1,22 m boret jeg hull for innfesting i hvert av hjørnene og i midten av alle fire sider. Disse bores 1,5 cm fra kantene til midten av hullet.

Velg solide skruer, altså skruer som er så lange at halvparten av skruen er i veggen eller taket på huset ditt. Du vil ikke falle i gulvet med klatreveggen over deg, minst av alt se ditt barn gjøre det samme.

Skruene skal sitte noenlunde løst i klatreveggen slik at den skrus inntil husveggen når skruen strammes. Om det er gjenger både i klatreveggen og husveggen vil klatreveggen ikke bli festet godt nok.

En huskeregel er at det som skrus inntil noe skal forbores med bor som har samme tykkelse som skruens ytterste gjengemål, altså fra topp til topp av

gjengene. Det det skal festes til skal forbores med bor med samme tykkelse som skruens tykkelse målt fra rot til rot – eller dal til dal – av gjengene.

Husk å bore plass til skruehodet ned i klatreveggen med et tykkere bor først, før du borer med et tynnere bor for skruens kropp. For å skjule skruehodene kan du bruke dekkpropper i plast, slike som brukes i dørkarmer for å skjule karmskruene. Hullet til skruehodet må dermed være tilpasset dekkproppene, dvs. 14 mm i diameter.

7. Skru buldreproblemer

Først og fremst må problemene skrus til målgruppen. Er det barn som skal benytte seg av problemet må det skrus tilpasset barns rekkevidde. Voksne har et større bevegelsesregister og kan i større grad kompensere for rekkevidde enn barn kan, så skal du skru for barn, skru for ditt eller dine barn.

Og den eneste – og definitivt hyggeligste og mest tilfredsstillende – måten å få dette til på er å ta med barna i prosessen med å skru.



TEAMWORK: La barna være med å skru.

Foto: Helge Kaasin

Tips:

- Når man skruer ruter til barn bør man tenke på at overkroppen bør kunne stå i lodd hele tiden. Utfordre mer etterhvert.
- Skru klatretakene slik at det er naturlig å holde i dem eller stå på dem når kroppen er posisjonert riktig.
- Utnytt veggen. Skru ruter som går diagonalt, i sikksakk og rett opp.
- Siden veggen sannsynligvis blir ganske lav, kan du lage ruter som starter sittene, med «sit start». Krever større håndtak.
- Husk at man nesten alltid kan nå lengre enn man tror når du skruer fast takene.

8. Merking av ruter

Du bør merke rutene i klatreveggen med lerretsteip slik at man kan skille rutene fra hverandre.

Det er vanlig å merke buldreruter med teip ifølge et fargesystem:

- Hvitt – enkelt
- Grønt – greit
- Blått – litt vanskelig
- Gult –vanskelig
- Rødt – hardt
- Svart – veldig hardt
- Sølv – knallhardt

Lerretsteip av den smale typen som brukes oftest koster nesten en hundrelapp per rull, så det kan være at man kommer greit ut av det med et par ruller som skiller seg fra hverandre, og bruker en tusj til å variere rutene med, som for eksempel bølgeborder, stjerner eller rundinger.

Start- og sluttakene på en rute merkes med teip i en V eller U. Husk at fottak også skal merkes på lik linje med håndtakene, men bare med en enkel remse teip.

Selvsagt bør rutene ha navn, og de kan ungene finne på. Det gir dem en utfordring og et eierskap til rutene. Navnet skrives på rutens startmerker og gjerne på slutten.

De samme klatretakene kan benyttes for et utall av ruter. Merk dem bare med teip ved siden av hverandre.



FARGERIKT: Klatretakene kan også være med å variere vanskegraden på rutene.

Foto: Helge Kaasin

Ungene vil sikkert ikke benytte seg av bare rutene du har laget, men med utgangspunkt i en rekke ruter på veggen vil de ha mange klatretak de kan benytte seg av når det rett og slett bare klatrer rundt på veggen. Og da er jo mye gjort, ikke sant?

9. Sikkerhet først!

Den dyreste delen av klatreveggen din ved siden av klatretakene blir sikkerhetsforanstaltninger. Man kan finne en leverandør av tjukkaser – store, tykke fallmadrasser – men det blir som oftest en dyr affære. Det finnes noen på Finn.no, men de blir fort revet vekk.

Hvis du har ambisjoner for deg selv eller poden om å komme deg ut for å buldre en fin sommerkveld, så bør du satse på crashpads. Du trenger uansett et par stykker om du skal buldre ute. Kjøp noen tykke og store, de finnes i forskjellig tykkelse, størrelse og utforming.

Du bør etablere noen strenge og tydelige regler når det gjelder sikkerhet så snart som mulig. For eksempel er det ikke lov å befinne seg under en som klatrer. Og det er bare lov med en person av gangen i veggen. Man skal også «spotte» for hverandre, altså støtte opp om og ta i mot den som klatrer med armene slik at den ikke faller utenfor matta.

Da er det bare å kose seg i klatreveggen!