



# YSK Yrkessjåførkompetanse

Free Practice Test — 30 Real Exam-Style Questions

with full answer key & explanations

**Unlock the full bank of 601 questions  
+ unlimited timed mock exams + mistake book**

Practice on the web: <https://certs.theorypractice.app/noysk>

\$2.99 / week · \$6.99 / month · cancel anytime

**What you unlock: all 601 questions • unlimited timed mock exams • mistake book • instant explanations**

**Study offline on the free app — search your exam on the App Store or Google Play**



**Unlock all 601 questions + timed mock exams**

→ <https://certs.theorypractice.app/noysk>

\$2.99/week or \$6.99/month · cancel anytime · scan to start



## Practice Questions

Try all 30 first, then check the answer key at the back.

Want the other 571+ questions & full timed mock exams? Unlock at  
<https://certs.theorypractice.app/noysk>

### 1. Hva er 'parkeringsbrems' og hvilken type brukes i lastebiler?

- A. Hydraulisk parkeringsbrems
- B. Elektrisk parkeringsbrems
- C. Fjærbremseanordning (spring-brake) der fjærkraft holder bremsene på ved fravær av trykkluft – aktiveres mekanisk/pneumatisk og er 'fail-safe'
- D. Friktionsbrems

### 2. Hva er korrekt om kompensasjonshvile ved forkortet ukentlig hvile?

- A. Kompensasjonsperioden skal legges til en annen hviletid senest innen 3. uke
- B. Kompensasjonshvile er ikke nødvendig
- C. Kompensasjonshvile skal tas samme uke
- D. Kompensasjonsperioden kan deles i to

### 3. Hva er korrekt om utkjøring fra privat vei til offentlig veg?

- A. Kjøretøy på offentlig veg har alltid vikeplikt for utkjørende trafikk
- B. Det gjelder høreregelene
- C. Lydsignal skal gis
- D. Den utkjørende har alltid vikeplikt for trafikken på offentlig veg

Study offline on the free app — search your exam on the App Store or Google Play

### 4. Hva er 'FN's bærekraftsmål (SDG)' som er relevante for transportbransjen?

- A. Ingen SDG er relevante for transport
- B. SDG 3 (helse og sikkerhet), SDG 9 (infrastruktur og innovasjon), SDG 11 (bærekraftige byer), SDG 13 (klimatiltak) og SDG 17 (partnerskap) er alle relevante for transportbransjen
- C. Kun SDG 13 (klima) er relevant
- D. SDG-mål gjelder kun for utviklingsland



Unlock all 601 questions + timed mock exams

→ <https://certs.theorypractice.app/noysk>

\$2.99/week or \$6.99/month · cancel anytime · scan to start

Unofficial study material · not affiliated with any certifying body



**5. Hvor mange ganger per uke kan en sjåfør forlenge daglig kjøretid til 10 timer?**

- A. Én gang per uke
- B. To ganger per uke
- C. Tre ganger per uke
- D. Det er ikke tillatt

**6. Hva er 'unntak for lokalt transport' i EF 561/2006 (art. 13)?**

- A. Alle lokale transportører er unntatt
- B. Visse nasjonale unntak tillates for transport innen 50 km fra base, f.eks. landbrukskjøretøy, brøytebiler, visse nødetakkjøretøy
- C. Alt transport under 100 km er unntatt
- D. Lastebiler under 7,5 tonn er alltid unntatt

Want the other 571+ questions & full timed mock exams? Unlock at

<https://certs.theorypractice.app/noysk>

**7. Hva er korrekt behandling ved alvorlig blødning fra et sår?**

- A. Legg is på såret
- B. Bruk alkohol til å rense såret
- C. Trykk med hånden og la den skadede bevege seg for å øke blodsirkulasjonen
- D. Trykk direkte på såret med rent tøy og oppretthold trykket til hjelp ankommer

**8. Hva er 'dobbeldekk-transport' (double-deck trailer) og hvilke begrensninger gjelder?**

- A. Ingen begrensninger
- B. Kun for tomkjøring
- C. Maks 4,5 meter høyde alltid
- D. Dobbeldekk kan øke lastekapasiteten, men krever kontroll av høydebegrensning (maks 4 meter standard, noen veier 4,5 m) og veiene sjåfør planlegger å kjøre

**9. Hva er 'kommunikasjonsplikt' ved uhell med farlig gods?**

- A. Kun ADR-sikkerhetsrådgiver skal varsle
- B. Sjåfør plikter umiddelbart å varsle nødetatene (110/112/113), oppgi gods-type og UN-nummer, og følge skriftlig instruks (written instructions)
- C. Kun mottaker varsles
- D. Ingen kommunikasjonsplikt utover eget selskap

Study offline on the free app — search your exam on the App Store or Google Play



Unlock all 601 questions + timed mock exams

→ <https://certs.theorypractice.app/noysk>

\$2.99/week or \$6.99/month · cancel anytime · scan to start

Unofficial study material · not affiliated with any certifying body



**10. Hva er en 'skriftlig instruks' (written instructions) i ADR?**

- A. Et dokument sjåføren skal ha tilgjengelig som beskriver tiltak ved ulykke med farlig gods
- B. Sjåførens underskrevne kontrakt
- C. Leveringsinstruksen for godset
- D. En intern bedriftsinstruks

**11. Hva er plikten til å stoppe og gi bistand ved trafikkulykke?**

- A. Kun plikt for medisinsk personell
- B. Kun plikt for lastebilsjåfører
- C. Alle trafikanter har bistandsplikt – stopp, varsle nødetatene, yte første hjelp etter evne jf. vegtrafikkloven § 12
- D. Frivillig – ingen lovpålagt plikt

**12. Hva er det første sjåføren bør gjøre ved mistanke om bremsesvikt?**

- A. Slå av motoren
- B. Pumpe bremspedalen og bruke motorbrems/parkeringsbrems
- C. Øke hastigheten for å komme raskest mulig til stopp
- D. Ringe transportledelsen

Want the other 571+ questions & full timed mock exams? Unlock at <https://certs.theorypractice.app/noysk>

**13. Hva er korrekt om ukentlig hvile i lastebilcabinen?**

- A. Regulær ukentlig hvile (45 timer) kan IKKE tas i lastebilcabinen
- B. Ukentlig hvile kan alltid tas i lastebilcabinen
- C. Ukentlig hvile kan tas i cabinen hvis kjøretøyet er parkert på godkjent rasteplass
- D. Ukentlig hvile i cabin er tillatt kun for utenlandske sjåfører

**14. Hva er typisk tillatt aksellast for en drivende bakaksel på norsk lastebil?**

- A. 8 tonn
- B. 9 tonn
- C. 11,5 tonn
- D. 13 tonn



Unlock all 601 questions + timed mock exams

→ <https://certs.theorypractice.app/noysk>

\$2.99/week or \$6.99/month · cancel anytime · scan to start



**15. Hva er 'frostskafer' på diesel og AdBlue og hvordan forebygges det?**

- A. AdBlue fryser ved ca.  $-11^{\circ}\text{C}$  og diesel geler ved lave temperaturer. Forebygges med varmekabler på tank/rør, oppvarmet garasje og bruk av vinterdiesel (med depresskjemikalier)
- B. AdBlue fryser ved  $0^{\circ}\text{C}$
- C. Diesel fryser aldri
- D. Ingen tiltak nødvendig om kjøretøyet er nytt

Study offline on the free app — search your exam on the App Store or Google Play

**16. Hva er 'tunnelsikkerhet' og hvilke tiltak er viktigst for sjåfører?**

- A. Kjøre så fort som mulig gjennom tunnelen
- B. Bruk lys, hold avstand, kontroller fart, kjenn til nødutganger og nødkommunikasjon, stopp aldri unødvendig i tunnel
- C. Slå av motoren for å spare drivstoff i lange tunneler
- D. Alltid bruke fjernlys i tunnel

**17. Hva er formålet med «second generation smart tachograph» (G2V2)?**

- A. Forbedret sporing med satellitt-GPS og automatisk grensekryssing-registrering
- B. Kun redusert vekt
- C. Billigere installasjon
- D. Erstatning av sjåforkort med biometrisk ID

**18. Hva er hjertestarter (AED) og hvem kan bruke den?**

- A. Kun leger kan bruke AED
- B. AED er en automatisk enhet som analyserer hjerterytme og kan gi elektrisk støt ved hjertestans – hvem som helst kan bruke den
- C. Kun brannvesen kan bruke AED
- D. AED brukes kun ved drukning

Want the other 571+ questions & full timed mock exams? Unlock at  
<https://certs.theorypractice.app/noysk>

**19. Hva er AETR-avtalen?**

- A. En internasjonal avtale om kjøre- og hviletid som gjelder utenfor EØS
- B. En EU-forordning om fartsskrivere
- C. En avtale om kabotasjekjøring i Europa
- D. En nordisk avtale om veitransport



Unlock all 601 questions + timed mock exams

→ <https://certs.theorypractice.app/noysk>

\$2.99/week or \$6.99/month · cancel anytime · scan to start

Unofficial study material · not affiliated with any certifying body



**20. Hva er 'sikker atferd' i trafikken for yrkessjåfører?**

- A. Å holde høyest mulig hastighet for å effektivisere transporten
- B. Å konkurrere med andre sjåfører om å komme frem
- C. Å ignorere tretthet for å overholde tidsfrister
- D. Å ha god risikoforståelse, holde regelverk og ta hensyn til andre trafikanter

**21. Hva er CO2 i sammenheng med transport og miljø?**

- A. En klimagass (karbondioksid) som bidrar til global oppvarming
- B. En avgass som kun er skadelig i tunneler
- C. En bensintype
- D. Et additiv i dieseldrivstoff

Study offline on the free app — search your exam on the App Store or Google Play

**22. Hva er 'fartsskriver-verkstedkort' (workshop card) og hvem bruker det?**

- A. Et sjåfør-reservekort
- B. Et politi-kontrollkort
- C. Et kort som kun brukes av godkjente fartsskriververksteder for kalibrering, aktivering og reparasjon av kjøretøyenheten
- D. Et ADR-sertifikatkort

**23. Hva skjer hvis det analoge fartsskriveren ødelegges underveis?**

- A. Sjåføren kan fortsette uten fartsskriver til neste verksted
- B. Kjøretøyet må umiddelbart stanse
- C. Det analoge fartsskriveren må erstattes med et digitalt
- D. Sjåføren kan bruke papirskjema midlertidig

**24. Hva er 'infrastrukturforskriften' og hva betyr det for valg av vei?**

- A. En byggforskrift
- B. En ADR-tunnelforskrift
- C. Statens vegvesens regelverket som setter krav til veiens bæreevne, høyde og bredde – sjåfør plikter å velge veier som er godkjent for kjøretøyets dimensjoner og vekt
- D. En miljøforskrift

Want the other 571+ questions & full timed mock exams? Unlock at <https://certs.theorypractice.app/noysk>



Unlock all 601 questions + timed mock exams

→ <https://certs.theorypractice.app/noysk>

\$2.99/week or \$6.99/month · cancel anytime · scan to start

Unofficial study material · not affiliated with any certifying body



**25. Hva er minimumsvarigheten på daglig hviletid som tas i to deler?**

- A. 3 timer + 8 timer
- B. 1 time + 10 timer
- C. 3 timer + 9 timer
- D. 2 timer + 9 timer

**26. Hva er stabilt sideleie (recovery position)?**

- A. Å legge en bevisstløs person på ryggen
- B. Å legge en bevisstløs, pustende person i sideleie for å holde luftveiene fri
- C. En øvelse for å stabilisere brudd
- D. En metode for hjerte-lunge-redning

**27. Hva er 'ADR-klasse 2' (gasser) og hva er eksempler?**

- A. Klasse 2 inkluderer alle stoffer som er i gass-tilstand ved 50°C eller med damptrykk over 3 bar ved 20°C. Eksempler: propan (UN 1978), butan (UN 1011), LPG (UN 1965), oksygen (UN 1072), acetylene (UN 1001)
- B. Klasse 2 er kun flytende gasser
- C. Klasse 2 er kun giftige gasser
- D. Klasse 2 er kun aerosoler

Study offline on the free app — search your exam on the App Store or Google Play

**28. Hva er 'gods-merking' (marking of cargo) og hvilke krav gjelder for farlig gods?**

- A. Ingen merkekrav for gods på bil
- B. Kun CMR-etikettmerking
- C. Farlig gods skal merkes med UN-nummer, korrekt fareseddel (diamond label) og evt. emballasjegodkjenningsmerke jf. ADR kap. 5.2
- D. Kun tankkjøretøyer trenger merking

**29. Hva er 'lønnspress og kjøre- og hviletid' – hva er tillatt fra arbeidsgivers side?**

- A. Arbeidsgiver kan kreve overtid uten begrensning
- B. Arbeidsgiver kan avtale alle kjøretider med tariffavtale
- C. Arbeidsgiver kan IKKE bruke bonussystemer eller prestasjonsbasert lønn som oppfordrer til brudd på kjøre/hviletid – dette er forbudt jf. EF 561/2006 art. 10
- D. Arbeidsgiver kan be sjåføren 'gjøre sitt beste'



Unlock all 601 questions + timed mock exams

→ <https://certs.theorypractice.app/noysk>

\$2.99/week or \$6.99/month · cancel anytime · scan to start

Unofficial study material · not affiliated with any certifying body



**30. Hva er 'energigjenvinning' (regenerative braking) og i hvilke kjøretøyer brukes det?**

- A. Kun i personbiler
- B. Kun i hybridbusser
- C. Kun i tog
- D. I elektriske og hybrid-lastebiler/busser: kinetisk energi ved bremsing omdannes til elektrisk energi og lagres i batteriet



**Unlock all 601 questions + timed mock exams**

→ <https://certs.theorypractice.app/noysk>

\$2.99/week or \$6.99/month · cancel anytime · scan to start



## Answer Key & Explanations

You just practised 30 of 601. Unlock every question + timed mocks at <https://certs.theorypractice.app/noysk>

**1. C — Fjærbremseanordning (spring-brake) der fjærkraft holder bremsene på ved fravær av trykkluft – aktiveres mekanisk/pneumatisk og er 'fail-safe'**

Lastebiler bruker spring-brake (fjærbremse) for parkering og nødstands. Fjæren komprimeres av trykkluft under normal kjøring. Ved trykkfall/nødstands frigis fjæren og bremsene settes automatisk.

**2. A — Kompensasjonsperioden skal legges til en annen hviletid senest innen 3. uke**

Forkortet ukentlig hvile kompenseres ved å legge den manglende hvilen til en annen hviletid senest innen utgangen av 3. uke etter forkortingen.

**3. D — Den utkjørende har alltid vikeplikt for trafikken på offentlig veg**

Ved utkjøring fra privat vei, parkeringsplass eller lignende har det utkjørende kjøretøyet alltid vikeplikt for trafikken på offentlig veg.

**4. B — SDG 3 (helse og sikkerhet), SDG 9 (infrastruktur og innovasjon), SDG 11 (bærekraftige byer), SDG 13 (klimatiltak) og SDG 17 (partnerskap) er alle relevante for transportbransjen**

FNs bærekraftsmål (Agenda 2030) er relevante for transport: SDG 3 (trafikksikkerhet er en global helseutfordring), SDG 9 (infrastruktur), SDG 11 (urban mobilitet), SDG 13 (transportens CO<sub>2</sub>-andel er ca. 25%).

**5. B — To ganger per uke**

Daglig kjøretid kan forlenges til 10 timer inntil to ganger i samme uke.

**6. B — Visse nasjonale unntak tillates for transport innen 50 km fra base, f.eks. landbrukskjøretøy, brøytebiler, visse nødetakjøretøy**

Art. 13 i EF 561/2006 gir nasjonale myndigheter mulighet til å unnta visse kjøretøytyper (f.eks. landbruk, konstruksjon, renovasjon, brannvesen) fra reglene for aktiviteter innenfor nasjonale grenser.

**7. D — Trykk direkte på såret med rent tøy og oppretthold trykket til hjelp ankommer**

Direkte trykk er den viktigste akuttbehandlingen ved blødning. Bruk rent tøy/forbinding og hold kontinuerlig trykk. Hev eventuelt den blødende kroppsdelen.

**8. D — Dobbeltdekk kan øke lastekapasiteten, men krever kontroll av høydebegrensning (maks 4 meter standard, noen veier 4,5 m) og veiene sjåfør planlegger å kjøre**

Dobbeltdekk semitrailere gir dobbelt lastevolum. Høydebegrensning er kritisk: standard veibruer er 4,0–4,5 meter. Sjåfør plikter å planlegge rute etter kjøretøyhøyde.

**9. B — Sjåfør plikter umiddelbart å varsle nødetatene (110/112/113), oppgi gods-type og UN-nummer, og følge skriftlig instruks (written instructions)**

ADR kap. 1.4 og skriftlig instruks: Ved uhell med farlig gods varsler sjåfør nødetatene umiddelbart, oppgir UN-nummer og klasse, og holder nødetatene informert. Skriftlig instruks inneholder konkrete meldingstekster.



Unlock all 601 questions + timed mock exams

→ <https://certs.theorypractice.app/noysk>

\$2.99/week or \$6.99/month · cancel anytime · scan to start

Unofficial study material · not affiliated with any certifying body



**10. A — Et dokument sjåføren skal ha tilgjengelig som beskriver tiltak ved ulykke med farlig gods**  
Skriftlige instruksjoner er et ADR-krav. Dokumentet beskriver hvilke tiltak sjåføren skal ta ved ulykke eller nødssituasjon med farlig gods.

**11. C — Alle trafikanter har bistandsplikt – stopp, varsle nødetatene, yte første hjelp etter evne jf. vegtrafikkloven § 12**

Vegtrafikkloven § 12: Alle som er involvert i eller vitne til trafikkulykke med personskade plikter å stanse, varsle 110/112/113 og yte hjelp etter evne.

**12. B — Pumpe bremsepedalen og bruke motorbrems/parkeringsbrems**

Ved bremsesvikt skal sjåføren pumpe bremsepedalen (for luftbrems), bruke motorbrems/retarder og gradvis parkeringsbrems for å bremse ned.

**13. A — Regulær ukentlig hvile (45 timer) kan IKKE tas i lastebilcabinen**

EU-reglene forbyr at regulær ukentlig hvile (minst 45 timer) tas i lastebilcabinen. Sjåføren må ha tilgang til egnet overnattingsfasilitet.

**14. C — 11,5 tonn**

Standard tillatt last på en drivende enkeltaksel i Norge er 11,5 tonn jf. vegtrafikklovgivningen. Boggiakslene har 19 tonns grense.

**15. A — AdBlue fryser ved ca. -11°C og diesel geler ved lave temperaturer. Forebygges med varmekabler på tank/rør, oppvarmet garasje og bruk av vinterdiesel (med depresskjemikalier)**

AdBlue fryser ved -11,5°C (32,5% urea-løsning er eutektisk). SCR-systemer har innebygget tank-oppvarming. Diesel med parafiner kan vokse ut ved -10 til -30°C avh. type. Vinterdiesel løser dette.

**16. B — Bruk lys, hold avstand, kontroller fart, kjenn til nødutganger og nødkommunikasjon, stopp aldri unødvendig i tunnel**

Tunnelkjøring krever lys (lavblokk), god avstand, moderat fart, kjennskap til nødutstyr (brannslukker, nødtelefon, nødbånd). Stopp aldri unødvendig i tunnel.

**17. A — Forbedret sporing med satellitt-GPS og automatisk grensekryssing-registrering**

G2V2-fartsskrivere bruker satellitt-GPS for nøyaktig posisjonssporing og registrerer automatisk grensekryssinger.

**18. B — AED er en automatisk enhet som analyserer hjerterytme og kan gi elektrisk støt ved hjertestans – hvem som helst kan bruke den**

Automatisk Ekstern Defibrillator (AED) er designet for bruk av alle. Den gir talekommandoer, analyserer hjerterytmen selv og gir støt kun ved nødvendig rytme. Ring 113 + start HLR + bruk AED.

**19. A — En internasjonal avtale om kjøre- og hviletid som gjelder utenfor EØS**

AETR er en internasjonal avtale om kjøre- og hviletid for veitransport utenfor EØS og Sveits, med i stor grad like krav.

**20. D — Å ha god risikoforståelse, holde regelverk og ta hensyn til andre trafikanter**

Sikker atferd innebærer god risikoforståelse, overholdelse av trafikkregelverk og kontinuerlig hensyn til alle trafikanter.

**21. A — En klimagass (karbondioksid) som bidrar til global oppvarming**

CO<sub>2</sub> (karbondioksid) er en viktig klimagass produsert ved forbrenning av fossile brensler, og transport er en



**Unlock all 601 questions + timed mock exams**

→ <https://certs.theorypractice.app/noysk>

\$2.99/week or \$6.99/month · cancel anytime · scan to start

Unofficial study material · not affiliated with any certifying body



vesentlig kilde.

**22. C — Et kort som kun brukes av godkjente fartsskriververksteder for kalibrering, aktivering og reparasjon av kjøretøyenheten**

Workshop card brukes av godkjente fartsskriververksteder. Det gir tilgang til å programmere og kalibrere kjøretøyenheten (VU). Misbruk av verkstedkort er et alvorlig lovbrudd.

**23. C — Det analoge fartsskriveren må erstattes med et digitalt**

Dersom analogt fartsskriver bryter sammen, skal det erstattes med et digitalt fartsskriver.

**24. C — Statens vegvesens regelverket som setter krav til veiers bæreevne, høyde og bredde – sjåfør plikter å velge veier som er godkjent for kjøretøyets dimensjoner og vekt**

Sjåfør er ansvarlig for å velge ruter der kjøretøyets vekt, bredde, høyde og lengde er innenfor tillatte grenser for veien. GPS-er for lastebiler (truck GPS) tar hensyn til disse restriksjonene.

**25. C — 3 timer + 9 timer**

Daglig hviletid kan deles i to perioder: den første på minst 3 timer, den andre på minst 9 timer – totalt minst 12 timer jf. EF 561/2006 art. 8(2).

**26. B — Å legge en bevisstløs, pustende person i sideleie for å holde luftveiene fri**

Stabilt sideleie brukes for bevisstløse personer som puster normalt, for å holde luftveiene åpne og hindre svelging av oppkast.

**27. A — Klasse 2 inkluderer alle stoffer som er i gass-tilstand ved 50°C eller med damptrykk over 3 bar ved 20°C. Eksempler: propan (UN 1978), butan (UN 1011), LPG (UN 1965), oksygen (UN 1072), acetylene (UN 1001)**

ADR Klasse 2 (gasser) deles i: 2.1 brannfarlige gasser (propan, butan, acetylene), 2.2 ikke-brannfarlige ikke-giftige gasser (N■, CO■, O■), 2.3 giftige gasser (klor, ammoniakk).

**28. C — Farlig gods skal merkes med UN-nummer, korrekt fareseddel (diamond label) og evt. emballasjegendkjenningsmerke jf. ADR kap. 5.2**

ADR kap. 5.2: Hvert kolli med farlig gods skal ha UN-nummer (4 siffer, med 'UN' foran) og korrekt fareseddel (diamantformet etikett i riktig farge med symbol og klassenummer).

**29. C — Arbeidsgiver kan IKKE bruke bonussystemer eller prestasjonsbasert lønn som oppfordrer til brudd på kjøre/hviletid – dette er forbudt jf. EF 561/2006 art. 10**

EF 561/2006 art. 10 forbyr transportforetak å bruke betalingssystemer (f.eks. bonus per tur) som oppmuntrer sjåføreren til å bryte kjøre- og hviletidsreglene.

**30. D — I elektriske og hybrid-lastebiler/busser: kinetisk energi ved bremsing omdannes til elektrisk energi og lagres i batteriet**

Regenerativ bremsing er en nøkkelfunksjon i el-kjøretøyer og hybrider som gjenbraker energi ved bremsing. Det øker rekkevidde og reduserer bremseslitasje.



**Unlock all 601 questions + timed mock exams**

→ <https://certs.theorypractice.app/noysk>

\$2.99/week or \$6.99/month · cancel anytime · scan to start

Unofficial study material · not affiliated with any certifying body



# Ready to pass?

Unlock the full YSK Yrkessjåførkompetanse bank, every explanation, and unlimited timed mock exams.

**Scan to start practising**

<https://certs.theorypractice.app/noysk>

Also on iOS & Android — search your exam name on the App Store or Google Play



**Unlock all 601 questions + timed mock exams**

→ <https://certs.theorypractice.app/noysk>

\$2.99/week or \$6.99/month · cancel anytime · scan to start