



België - Belgique P.B.
9255 Buggenhout
P 806061

't boekskken

met een berg aan informatie



Afgiftekantoor Buggenhout - driemaandelijks tijdschrift - Jaargang 26/3 - september 2020

Verantwoordelijke uitgever: Filip Binon

Retouradres: De Bergpallieters VZW - Platteput 18 - 9255 Buggenhout



MOUNTEQSHOP

adventure starts here



Season Switch

t.e.m. 31 oktober

tot 50% korting

munteqshop.be/seasonswitch



PETZL

EDELRIID



Black Diamond

MEINDL
Shoes For Actives

Jack
Wolfskin

FALL
RAVEN

* Op geselecteerde producten • Niet cumuleerbaar



12



18

KLIMMERS
OPGELET!



22



27



35



41

Inhoud

- 3 Inhoudstafel
- 5 Voorwoord
- 6 Communicatie en clubnieuws
- 7 De Bergpallietters-familie
- 8 Kalender

Clubactiviteiten

- 12 Hoe bouw ik thuis een klimmuur?
- 18 Nieuws van het KBF

Klimopleidingen

- 22 Verslag Thomas "Een onverwachts succesvolle zomer in de bergen"
- 27 KVB1 opleiding September - foto's
- 28 Overzicht opleidingen

(berg)wandelen

- 35 Verslag huttentocht Oostenrijk: Inntaler Höhenweg

Jeugdwerking

- 41 Foto's opstart jeugdwerkingsjaar

Rotswerking

- 43 Tarieven klimtoren en klimreglement
- 45 Lidgeld
- 47 Overzicht dagelijks bestuur

Clubblad van de Bergpallietters VZW
26ste jaargang; kwartaal 3 - 2020

www.klimenbergsportfederatie.be

Redactie & VU:

Redactie: Sanne Tuybens

V.U.: Filip Binon

Platteput 18 - 9255 Buggenhout

email: redactie@bergpallietters.be

Bankrelatie: Steunende leden via

BE13 9731 8434 9039

Lidgelden via KBF

Postadres / Maatschappelijke zetel:

De Bergpallietters VZW - Platteput

18, 9255 Buggenhout

Website: www.bergpallietters.be

Coverfoto: Thomas maakte het beste van een COVID-19 beperkende zomer

Openingsuren weekdays:

08.00 tot 12.00u

13.00 tot 17.30u

Zaterdag:

08.00 tot 12.00u

Holstraat 31
1840 Malderen

Tel: 052/52.27.50
Fax: 052/52.27.51

info@houthandelvanhemelrijck.be
www.houthandelvanhemelrijck.be

prik&tik
Uw drankenspecialist

**BROUWERIJ
VERCAUTEREN**

Uw partner in dranken!
Tel. 052 399 299

Malderendorp 27, 1840 Londerzeel
WWW.BROUWERIJVERCAUTEREN.BE

Beste Bergpalleters

Het jaar 2020 doet rustig voort, zonder al te veel rekening te houden met ons. De stilte na de eerste schok van wat we ondertussen als een ferm ambetant gedoe mogen omschrijven is wat gaan liggen. Er is vanalles op de langere baan geschoven, geannuleerd, gecancelled en noem maar op.

De bergen; de rotsen; de pittige, luchtige, 'sportief behaakte', subtiele, brute routes; de wijde heuvelgebieden; de zalige en rotpaden; de stoffige cabanes; de doodgewone berghutten, slaapbakken met indrukwekkend irritante snurkers inbegrepen; de berghuthotels waar het niet op kan; de campings waar horizontaal een tentje zetten een zeldzame uitzondering is, ... Het is er allemaal, maar iets verder van ons bed dan we gewoon zijn.

Maar, er is een grote maar. Ondanks 2020 worden er plannen gesmeed, contacten gelegd, dromen besproken,, afspraken en berekeningen gemaakt, beginnen klimscholen vol te lopen en blijft de jeugdwerking stampvol enthousiaste toekomstige klimmers de rotsen -ik dacht bijna het taalkundig correcte 'onveilig maken' te gebruiken, maar dat klopt hoegenaamd niet- tot een eigen biotoop te maken. Dank voor iedereen die dit mogelijk maakt.

Binnen de marges van wat mag kunnen we stilaan in dit nieuwe normaal werk maken van wat voor ons ligt. Ik wil jullie alvast uitnodigen hiervan deel uit te maken.

Filip Binon



Communicatie & Clubnieuws

We hoopten om tegen het najaar weer leuke clubactiviteiten en toffe samenklimdagen te kunnen aankondigen, maar niets is minder waar. Bij het te perse gaan van dit boekje, gaan we weer in een soort van lockdown. Daarom is dit een vrij leeg boekje.. Onze agenda is vrij leeg, maar we hopen snel jullie allemaal weer te zien!

Laat van je horen! Schrijf je graag een interessant artikel voor ons boekje, heb je zin om mee onze sociale media vorm te geven, of hou je je graag artistiek bezig,..? Laat het ons weten! Alle toffe ideetjes zijn welkom via communicatie@bergpallieters.be, of via onze sociale media.



Vacatures



Heb je na deze sociale isolatie zin om nog eens extra de handen uit de mouwen te steken voor onze organisatie? Goed nieuws, we hebben wel wat vacatures!

Voor heel wat rollen zoeken wij hulp! Dit betreft **SITEBEHEERDER / HUTTENWIRT, CREATIVE DESIGNER / BOEKSKEN, COMMUNICATIEHULP,..** Wil je een stukje opnemen, maar niet een hele lijst aan to do's, bespreek het ook met ons via info@bergpallieters.be.

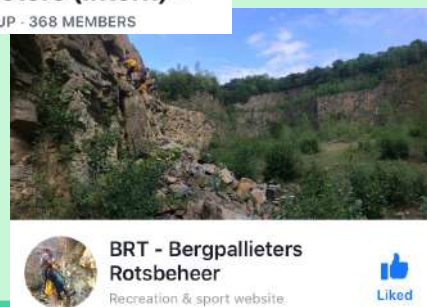
VIND ONS OP SOCIALE MEDIA!



De Bergpallieters
@debergpallieters



De Bergpallieters (intern)
CLOSED GROUP · 368 MEMBERS



Krijg voortaan 't Boeksken digitaal!

Wil je ons helpen met het reduceren van papiergebruik, of lees je graag op ipad op computer, vul dan zeker het formulier in op onze website, en krijg 't boeksken voortaan 4x per jaar in je mailbox!



Gezien het in tijden van Corona belangrijk blijft om verbonden te zijn en we misschien dit jaar onze verlofperiode in België moeten doorbrengen, lanceren we de "BP-rugzakvlag"!

Wil jij de trotse bezitter worden?

Dit kan door 8 € te storten op BE13 9731 8434 9039 met als referentie: "BP-rugzakvlag + je adres" en één van volgende dagen vind je dit hebbeding in je brievenbus.

Familienieuws



Onze voornaamste bezorgdheid is dat onze Bergpallieters familie in goede gezondheid is en blijft. Heb je vragen over onze organisatie in tijden van Corona, stuur gerust een berichtje naar info@bergpallieters.be

**BESCHERM JE TEGEN VIRUSSEN
ZOALS HET CORONAVIRUS COVID-19
OF DE SEIZOENSGRIEP!**

1 WAS REGELMATIG JE HANDEN.



2 GEBRUIK ELKE KEER EEN NIEUW PAPIEREN
ZAKDOEKJE EN GOOI HET WEG IN EEN
AFSLUITBARE VUILNISBAK.



3 HEB JE GEEN ZAKDOEKJE BIJ DE HAND?
HOEST OF NIES IN DE BINNENKANT VAN
JE ELLEBOOG.



4 BLIJF THUIS ALS JE ZIEK BENT.



ALLE INFO OP

www.info-coronavirus.be

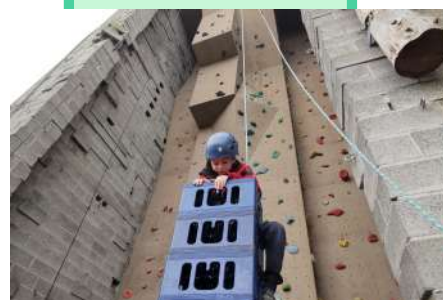
Clubkalender Oct – Dec 2020

Door de corona uitbraak organiseren wij zo goed als geen activiteiten tot eind 2020, buiten enkele klimopleidingen waarbij de social distancing verzekerd is. Ideetjes hoe we deze sociale lock down kunnen overbruggen zijn altijd welkom!



October

Maandag 5	KVB2 avond theorie
Zaterdag 10	KVB2 praktijkdag 1
Zondag 11	KVB2 praktijkdag 2
Zondag 18	Jeugdwerking - Pont à Lesse
Donderdag 29	Algemene vergadering - TBC



November

Zaterdag 14	Jeugdwerking - vervangingsactiviteit voor dropping - TBC
Maandag 16	KVB1 avond theorie
Zaterdag 21	KVB1 praktijkdag 1
Zondag 22	KVB1 praktijkdag 2
Zaterdag 28	Collectieve rotswerkdag KBF - TBC



December

Zondag 5	Jeugdwerking - in zaal
----------	------------------------

Voor deelnemers aan jeugdwerking en KVB1/2 opleidingen: bovenstaande planning is onderhevig aan wijzigingen door de COVID-19 beperkingen. Gelieve altijd de informatie in de e-mails van de klimschoolverantwoordelijken te volgen indien deze afwijken van bovenstaande planning.

BLOEMENCENTER De Maerschallck Rudy

Hanenstraat 231
9255 Buggenhout
052 / 33 31 78



CARS & TRUCKS SERVICE

HANENSTRAAT 211 - BUGGENHOUT - 052 34 55 50

IVECO

NISSAN TRUCKS

www.cartruckservice.be

BESCHERM JE TEGEN VIRUSSEN ZOALS HET CORONAVIRUS COVID-19 OF DE SEIZOENSGRIEP!

1

WAS REGELMATIG JE HANDEN.



2

GEBRUIK ELKE KEER EEN NIEUW PAPIEREN
ZAKDOEKJE EN GOOI HET WEG IN EEN
AFSLUITBARE VUILNISBAK.



3

HEB JE GEEN ZAKDOEKJE BIJ DE HAND?
HOEST OF NIES IN DE BINNENKANT VAN
JE ELLEBOOG.



4

BLIJF THUIS ALS JE ZIEK BENT.



ALLE INFO OP

www.info-coronavirus.be

SNIJ- & PLOOIWERK TOT 6 METER

V-DV METAL

BVBA

052/35 57 27

ALLE LASWERKEN

Slagerij SAERENS



BUGGENHOUT

Andy & Ilse Saerens – Lavers

Stationstraat 5

9255 Buggenhout

www.slagerijsaerens.be





VERZEKERINGEN
Van der Wildt & Van Keer BVBA

0711768380 - Verbonden agent van KBC-verzekeringen NV



KBC
Verzekeringen

Kerkstraat 58 b0001 - 9255 Buggenhout | Tel. 052 39 72 12
www.kbcagent.be/vanderwildt | buggenhout@verz.kbc.be



Hoe bouw je een klimmuur voor thuis?

Stapsgewijze instructies voor het bouwen van uw eigen klimwand voor thuis.
- Vertaling door Google translate en Sanne Tuybens -

Tijdens de lockdown werden we om de oren geslagen met innovatieve ideeën om toch maar te kunnen klimmen. Verschillenden bouwden een eigen klimwand in hun tuin of garage. Heb je het idee om voor een mogelijke volgende lockdown periode dit ook eens te proberen? Dan helpt onderstaand artikel (vertaling van het Engelstalige artikel van rei.com, geschreven door het Metollus team) je op de goede weg. Check het originele artikel, inclusief nog meer gedetailleerdere informatie via deze link: <https://www.rei.com/blog/climb/build-home-climbing-wall>

EEN HUISMUUR BOUWEN

Er is geen effectievere manier om te verbeteren bij rotsklimmen dan door uw eigen klimmuur thuis te hebben. Een muur bootst de eisen van rotsklimmen beter na dan welke andere vorm van training dan ook, en je kunt er aan techniek werken terwijl je sterker wordt. Boulderen is een fantastische training voor het hele lichaam, maar nog belangrijker: het is erg leuk.

Een klimmuur wordt op vrijwel dezelfde manier geconstrueerd als een huis met een houten frame: de individuele muren worden gevormd door een houten frame dat is bevestigd aan een bestaande structuur (bijvoorbeeld uw garagewand) of wordt ondersteund door een eigen structuur, waarna het frame wordt bekleed met multiplex..., het creëren van het klimoppervlak.

ONTWERP

Als je niet veel ervaring hebt met klimmen op binnenmuren, probeer dan zoveel mogelijk verschillende klimzalen en indoor-muren te bezoeken voordat je je eigen muur ontwerpt. Probeer enkele basismetingen vast te leggen van de muren die u mooi vindt. Hoe meer ervaring je hebt op andere muren, hoe gemakkelijker het is om je eigen muren te ontwerpen.

Evalueer uw ruimte

Kijk naar de beschikbare ruimte om uw muur te bouwen en beslis hoe u deze het meest efficiënt kunt gebruiken. Overweeg waar de ruimte nog meer voor moet worden gebruikt. Als het een garage is, moet u dan ruimte overlaten om de auto te parkeren? Is het ook een opslagruimte? Overweeg op dit punt verlichting, ventilatie en toegang.

Denk er bij het kiezen van uw ruimte aan dat vallen lawaai maakt en dat kalk overal komt. Als het binnenshuis is, probeer dan zoveel mogelijk uw woonruimte te isoleren, vooral als u uw woning deelt met niet-klimmers. Als u een buitenmuur overweegt, onthoud dan dat u deze op de een of andere manier weerbestendig moet maken, en wat u ook doet, de onderdelen zullen niet zo lang meegaan als binnen.

Bepaal hoe u uw muur gaat ondersteunen.

Door uw muur aan een bestaande structuur te bevestigen, worden enkele steunbeugels overbodig en is het gemakkelijker te ontwerpen en te construeren, maar blijft u op die locatie vastzitten. De bestaande structuur wordt onderdeel van uw ontwerp. Je moet er ook voor zorgen dat de bestaande structuur sterk genoeg is om de extra spanningen te dragen die de klimmuur eraan toevoegt.

OPMERKING: Boulderwanden zijn erg zwaar. De structuur die de muur ondersteunt, moet sterk genoeg zijn om de eigen belasting (het gewicht van de muur zelf) en levende belastingen (de klimmers) te dragen. Levende belastingen variëren niet alleen door het gewicht van de klimmers, maar ook door de tijdelijke krachten die worden veroorzaakt door de klimbewegingen. Deze krachten kunnen meerdere keren het gewicht van de klimmer zijn. Het ondersteuningssysteem, of het nu een reeds bestaande constructie is of een speciaal voor de klimmuur gebouwd bouwwerk, moet de maximale gecombineerde spanningen kunnen dragen. Raadpleeg een ingenieur en wees er absoluut zeker van dat uw constructie de belastingen zal dragen die erop worden uitgeoefend.

Een vrijstaande klimmuur zal een bestaande constructie niet beschadigen en is gemakkelijker te vervoeren als u moet verhuizen. Een vrijstaande muur is het beste als u huurt of als u geen geschikte reeds bestaande structuur heeft om in te verankeren. Het bouwen van een vrijstaande muur kost meer dan een vaste muur en is moeilijker te ontwerpen. Je moet de extra verantwoordelijkheid op zich nemen om een ondersteuningsconstructie te ontwerpen. Alle stijfheid die inherent is aan het bevestigen van de muur aan een stijve constructie, gaat verloren. Je zal dit moeten compenseren door bredere framematerialen en extra schoren te gebruiken.

Bouw een model

Nu je de ruimte waarmee je werkt begrijpt, probeer de basisvorm te visualiseren die je wilt dat je muur aanneemt. Stel je voor hoe verschillende vormen, maten en hoeken er op hun plaats zouden uitzien. Als je eenmaal de vorm, locatie en oriëntatie van

de klimwand hebt bepaald, kan je een schaalmodel met karton of piepschuim bouwen.

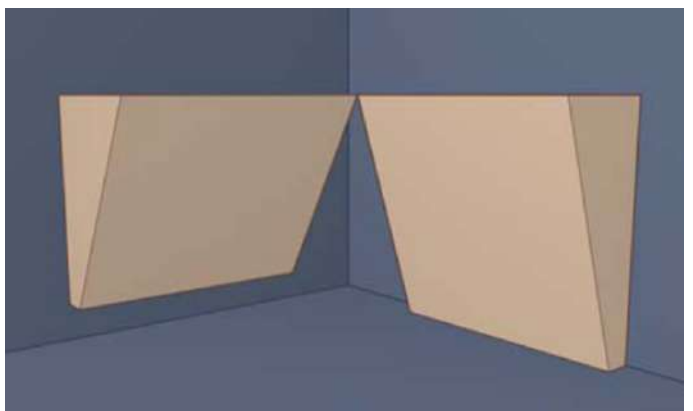
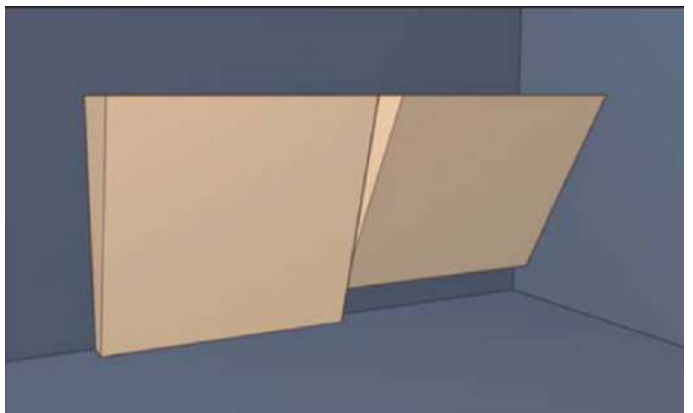
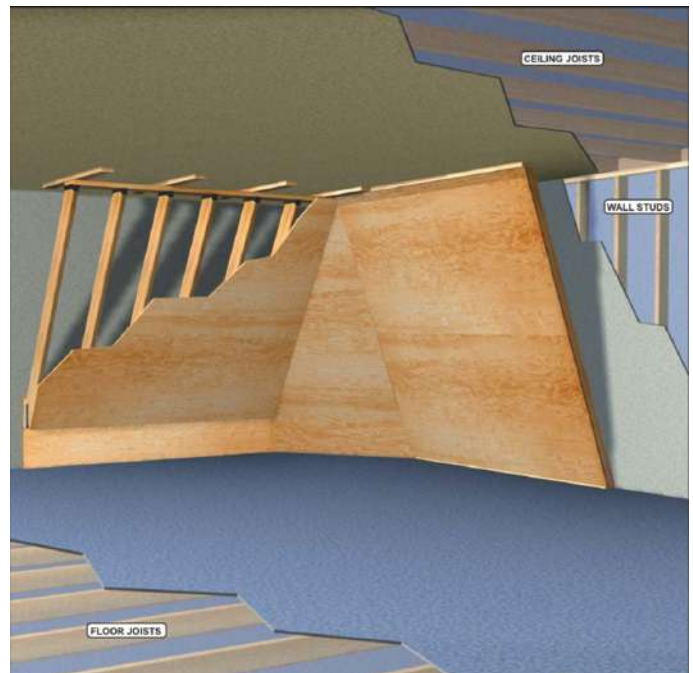
Houd er bij het kiezen van uw muurvorm rekening mee dat bepaalde vormen en hoeken de neiging hebben om vergelijkbare bewegingen te produceren en de variatie te beperken. Horizontale daken en verticale muren zijn berucht omdat ze hetzelfde voelen, ongeacht wat voor soort houvast of beweging je erop probeert te zetten. Bochten en complexe vormen kunnen ook leiden tot verstikkend homogeen klimmen als je niet oppast. Dit soort functies zien er interessant uit als ze nieuw zijn, maar worden snel saai. Vlakke, overhangende wanden tussen 20° en 45° lijken de beste variatie aan bewegingen mogelijk te maken.

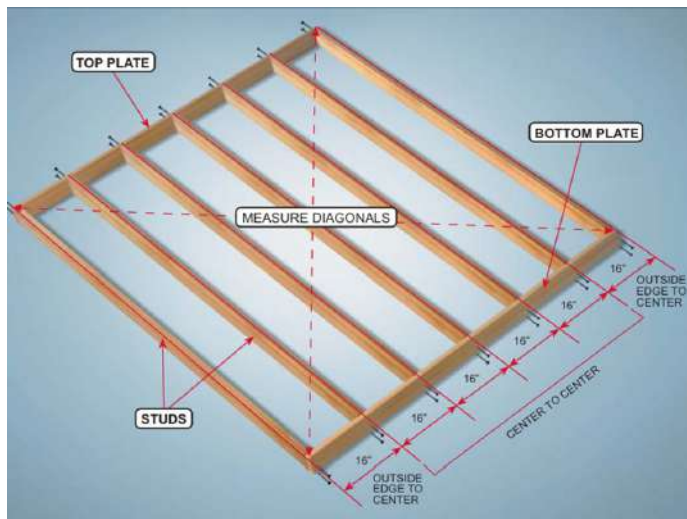
Voor muren die steiler zijn dan 20° of 30° , moet u een kort verticaal kickerpaneel aan de onderkant hebben om voldoende ruimte voor uw voeten te hebben bij het begin van boulderproblemen.

Ontwerp secundaire wanden (of panelen) om de ruimte tussen de primaire wanden op te vullen en bind ze samen tot een naadloze klimstructuur. Als uw primaire wanden tegen elkaar aansluiten, kunt u eenvoudig driehoekige panelen maken om er hoeken van 90° tussen te vormen. Als primaire wanden naar elkaar toe gericht zijn, hoeken draaien of deuren, ramen of andere constructies overbruggen, moeten de secundaire wanden mogelijk complexer van vorm zijn.

Lay-out

Breng de afmetingen van uw model over naar een tekening en gebruik vervolgens een touwtje en kopspijkers, of tape, om de posities van alle ontwerpelementen op ware grootte in uw werkelijke ruimte te markeren. Hang een schietlood aan het plafond om de rand van elke muur te markeren. Houd rekening met de breedte van de verankeringsstructuur, de dikte van de muurstijlen en de dikte van de ommanteling van multiplex. Controleer of alles past. Controleer nogmaals of alle mogelijke valpartijen of schommelingen duidelijk zijn en zorg ervoor dat alle benodigde deuren, ramen, verlichtingsarmaturen en stopcontacten toegankelijk zijn. Herhaal de eerdere vragen en zorg ervoor dat u dezelfde antwoorden krijgt: Zal er voldoende ventilatie en licht zijn? Heeft krijtstof invloed op uw leefruimte? Hoe zit





het met andere toepassingen van het gebied? Past de auto nog in de garage? Zullen uw rekken werken?

Materialenlijst

Voordat u uw lijst maakt, moet u de benodigde maten en soorten materialen bepalen en bepalen hoe elk type materiaal aan de andere zal hechten. Gebruik ACX-triplex voor de beplating. Dit is een hoogwaardig buitenmultiplex. Lagere soorten multiplex hebben meer holtes in de binnenste lagen, dus het is heel goed mogelijk om T-moeren tijdens het klimmen dwars door de beplating te scheuren.



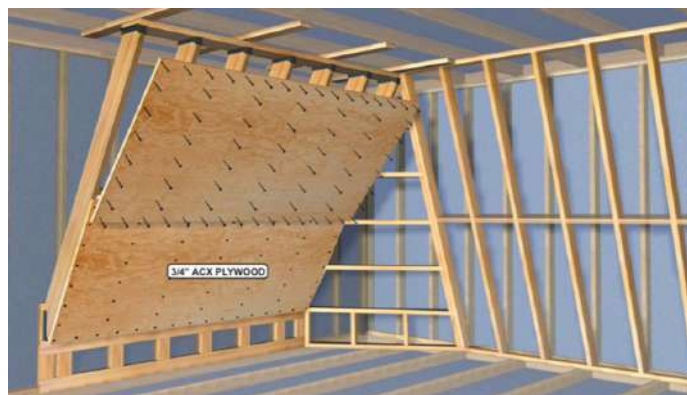
Framing-studs lopen verticaal om de 40 cm achter elke muur, evenals aan de boven- en onderkant, om het raamwerk te vormen. Terwijl korte, verticale muren kunnen worden omlijst met 5x10 CM studs, moeten voor overhangende muren bredere, sterkere framematerialen worden gebruikt. De vereiste maat van framematerialen wordt bepaald door zowel hun overspanning als de belasting die ze moeten dragen (licht overhangende muren moeten 5x15 CM of 5x20 CM studs gebruiken en steilere muren of die groter zijn dan 2,5 meter moeten 5x20 CM of 5 x25 CM studs gebruiken).



Monteer uw muur met zelfborende vlonderschroeven, die beter vasthouden en, voor het geval u een fout maakt, gemakkelijker te demonteren zijn dan spijkers. Gebruik geen gipsplaatschroeven of geharde schroeven die broos zijn en vatbaar voor defecten bij deze toepassing. Afhankelijk van uw ondersteuningsstructuur en configuratie, heeft u mogelijk een verscheidenheid aan andere materialen nodig. In het Engelstalige artikel (online) vind je een materialenlijst terug.

BOUW

In het Engelstalige artikel wordt zeer uitvoerig een veelvoorkomende constructiemethode beschreven, maar meeste informatie is van toepassing op elke klimwandconfiguratie voor thuis. Check zeker de constructietips via het online artikel! <https://www.rei.com/blog/climb/build-home-climbing-wall>.





Schilderen

Kaal multiplex is prima voor binnenmuren, maar een verflaag is cruciaal voor bescherming als de muur buiten of in een vochtige omgeving staat. Elke verf van buitenaf zal werken.

Valzone

Het gebied onder en rond uw muur moet worden beveiligd tegen vallen. Zorg ervoor dat dit gebied vrij is van voorwerpen die u bij een val kunt raken of waarop u kunt landen. Nooit over ongestoffeerd beton, asfalt, hout of een ander hard oppervlak boulderen. Direct op een onbeschermd oppervlak vallen kan ernstig hoofdletsel of zelfs de dood tot gevolg hebben. Zelfs gras en graszoden verliezen hun vermogen om de schok van een val door slijtage en weersomstandigheden op te vangen. Uw valzone moet ver genoeg reiken om u te beschermen tegen slingerende vallen of dyno's. Als uw muur steil is, kan dit betekenen dat u uw valzone enkele meters voorbij de randen van de muur moet verlengen.

Er zijn verschillende opties voor het opvullen van uw valzone, waaronder in de handel verkrijgbare klimkussens, oude matrassen of meerdere lagen tapijtvulling. Hoe u uw valzone ook voorbereidt, u moet de verantwoordelijkheid om deze veilig te maken zeer serieus nemen. Kunstmatige klimgrepen draaien of breken regelmatig, wat resulteert in gewelddadige, onbeheerste vallen. U mag uzelf of anderen nooit in een positie brengen die kan leiden tot letsel bij een onverwachte val.

Onderhoud

De meest gebruikelijke onderhoudsprocedure die u aan uw klimmuur moet uitvoeren, is het aanhalen

en inspecteren van de grepen. Verwijder beschadigde of gebarsten grepen onmiddellijk, zelfs als de scheur erg klein is. Grepen zullen met verrassende snelheid en regelmaat losraken, vooral wanneer uw muur nieuw is, na temperatuurveranderingen of in een vochtige omgeving. Draaiende of breken van grepen kan leiden tot zeer gevaarlijke valpartijen, dus het is belangrijk om ze regelmatig te inspecteren en vast te draaien.

Controleer regelmatig bouten, schroeven, verbindingen en andere hardware aan uw muur op losheid, slijtage of schade. Let op tekenen van spanning, zoals uitzetvoegen of naden, die erop kunnen wijzen dat uw muur moet worden versterkt of gerepareerd.

Grepen Inkoop

De selectie van klimgrepen is het allerbelangrijkste element van een goede klimmuur voor thuis. Grepen zijn waarschijnlijk het duurste budgetartikel voor uw muur, dus u moet ervoor zorgen dat u uw geld verstandig besteedt. Bij de inrichting van een nieuwe muur zijn voldoende houvast en voldoende afwisseling de belangrijkste overwegingen. Later, als u aan uw bestaande selectie toevoegt, zullen andere criteria belangrijker worden, maar concentreer u zich voorlopig op het maximaliseren van uw grepenverzameling om de grootst mogelijke variëteit te krijgen.

Een goede vuistregel is om ten minste één greep per 30 cm² muuroppervlak te hebben. Dat betekent dat er 32 klimgrepen per volledig stuk multiplex zijn. Als je begint, kun je rondkomen met 15 tot 20

grepen per vel, maar hoe meer grepen je hebt, hoe leuker en interessanter je muur zal zijn. Veel huismuren eindigen met meer dan 100 grepen per stuk multiplex.

Maak je voorlopig niet al te veel zorgen over de specifieke vormen, maar zorg ervoor dat je de juiste mix van type grepen hebt. Het grootste deel van uw selectie (ongeveer 60%) moet bestaan uit middelgrote grepen van elke mogelijke stijl (edges, pockets, pinches, slopers, etc.). Ongeveer 20% van uw selectie zou voetgrepen moeten zijn.

Ongeveer 10% van uw selectie moet bestaan uit kleine handgrepen. Deze zullen erg lijken op de voetpunten, maar iets groter en positiever. Een groot deel van uw selectie met een kleine greep werkt zowel als hand dan als voetgreep, dus laat u niet te veel op het verschil tussen de twee stijlen hangen. Probeer er gewoon voor te zorgen dat ongeveer 30% van uw totale selectie uit een goede variëteit aan kleine grepen bestaat. Afhankelijk van de hoek van je muur en je vaardigheidsniveau, moet 10 tot 20% van je selectie een jug bevatten (een 'bak' zoals wij zeggen). Zorg er ten slotte voor dat u een aantal speciale vormen krijgt, zoals hoekgrepen, platen en rails met laag profiel, grote slopers, enz. om dingen interessant te houden.

Check de nodige boutlengte en type dat hoort bij de grepen die je aankoopt! Meer informatie hierover kan je in het Engelstalige artikel vinden. De meeste fabrikanten leveren de juiste bout bij hun beugels, dus er is geen excuus om verkeerde hardware te gebruiken.

Koersinstelling

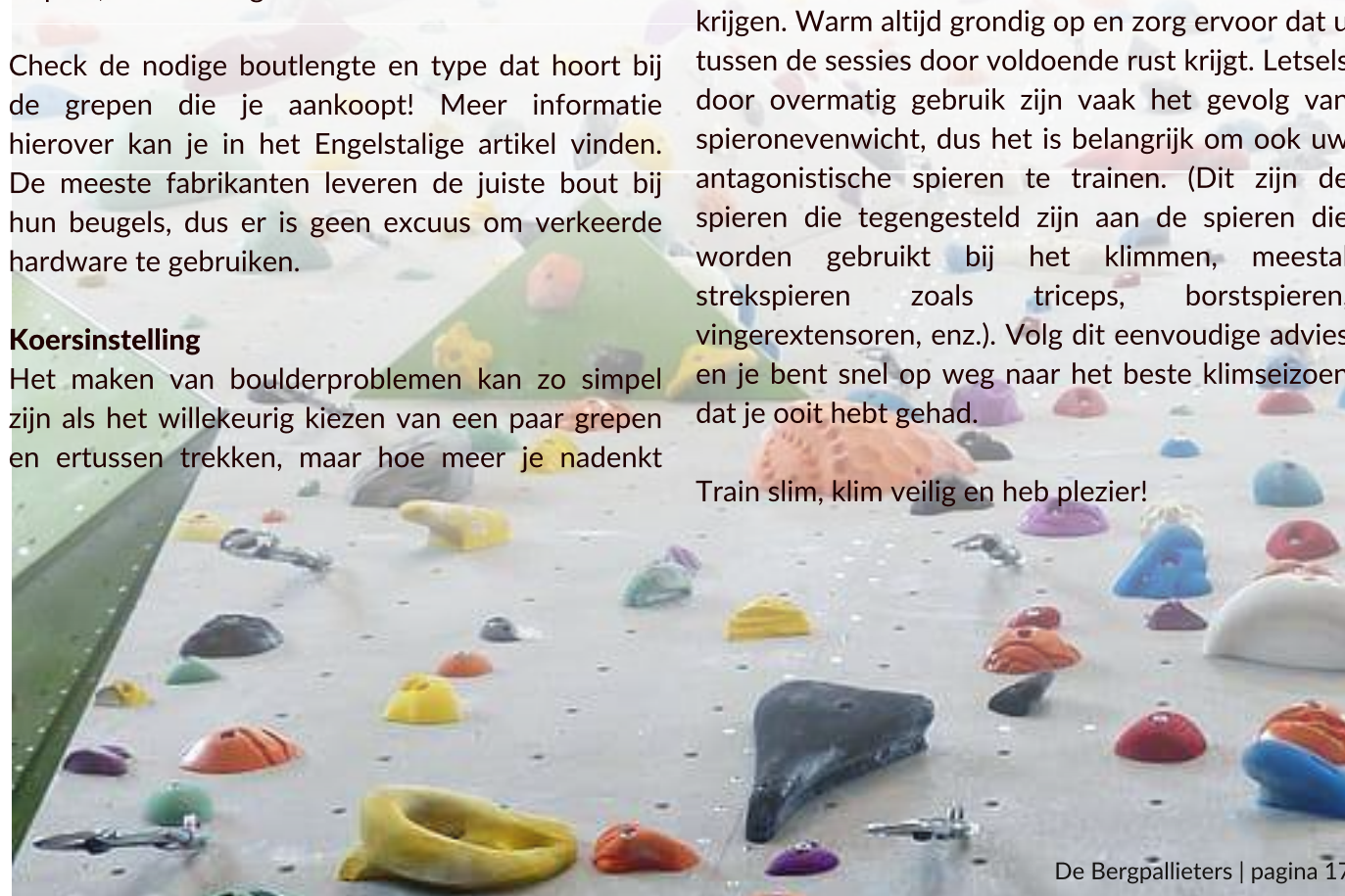
Het maken van boulderproblemen kan zo simpel zijn als het willekeurig kiezen van een paar grepen en ertussen trekken, maar hoe meer je nadenkt

over het ontwerpen van je problemen, hoe leuker ze zullen zijn. Probeer zoveel mogelijk bewegingen toe te passen; Wees niet bang om zijwaartse of zelfs neerwaartse bewegingen in uw problemen op te nemen. Beschouw elke verschillende greep als een mogelijke zijwaartse trekkracht of onderbelasting (bijv. Val niet in de normale sleur om grote handgrepen enkel neerwaarts te willen belasten). Vermijd het gebruik van grote steunpunten. Ze zullen je niet helpen je techniek te verbeteren of een goede core kracht te ontwikkelen. Experimenteer met voetenwerk door problemen aan te duiden als "open" (elke greep op de muur kan als steunpunt worden gebruikt), "volgen" (alleen de aangewezen handgrepen op het probleem kunnen als steunpunten worden gebruikt), "alleen schroeven" of voor elke beweging specifieke steunpunten aanwijzen.

Tijd om te klimmen

Met je muur af en bedwelmende visioenen van het afbranden van je klimpartners terwijl je nieuw gevonden kracht je beoordelingsvermogen vertroebelt, wil je erop springen en beginnen te trainen als een circusaap. Doe voorzichtig! Boulderwanden voor thuis zijn zo handig, efficiënt en leuk om te gebruiken dat het gemakkelijk kan zijn om verwondingen door overmatig gebruik te krijgen. Warm altijd grondig op en zorg ervoor dat u tussen de sessies door voldoende rust krijgt. Letsels door overmatig gebruik zijn vaak het gevolg van spieronevenwicht, dus het is belangrijk om ook uw antagonistische spieren te trainen. (Dit zijn de spieren die tegengesteld zijn aan de spieren die worden gebruikt bij het klimmen, meestal strekspieren zoals triceps, borstspieren, vingerextensoren, enz.). Volg dit eenvoudige advies en je bent snel op weg naar het beste klimseizoen dat je ooit hebt gehad.

Train slim, klim veilig en heb plezier!





KLIMMERS OPGELET!



KLIMMERS OPGELET!

massieven afgesloten tijdens jacht

4 oktober 2020 in Mozet
10 oktober 2020 in Sy-Vignobles
24 oktober 2020 in Beez
25 oktober 2020 in Mozet
7 november 2020 in Sy-Vignobles
15 november 2020 in Mozet
12 december 2020 in Beez
20 december 2020 in Mozet
17 januari 2021 in Mozet

WAKEDREAMS

S
P
O
N
S
O
R
S

WAKEBOARDEN

WAKESURFEN

WATERSKIËN



TEAMBUILDING
BEDRIJFSEVENTS
RONDVAARTEN

INFO@WAKEDREAMS.BE

N.V. FLOR SUYS

Stationsstraat 55
9255 Buggenhout
Tel.: 052/33 56 39
Fax.: 052/34 10 25



Het grootste aanbod van zowel bouwmaterialen
als vloer- en wandtegels in uw streek!

Grote toonzaal met:

- 80 verschillende tentoongestelde gevelstenen
- degelijke dakpannen o.a. SNELDEK, Pottelbergh, Narvik
- rechtstreekse import van verschillende merken
- verdeler VELUX ramen

Gratis prijsoffertes

Snelle leveringen



OUDE GENTBAAN 255 - 9300 AALST

053/ 705 222

INFO@TREK-KING.BE

WWW.TREK-KING.BE



Een onverwachts succesvolle zomer in de bergen



Een zomerverslag
van Thomas Merlier

Iedereen weet het intussen en heeft ook tot vervelens toe al moeten aanhoren dat het vreemde tijden zijn. Maar dat maakt het natuurlijk niet minder waar ... Het zijn effectief vreemde tijden. In het begin van het jaar waren we ons aan het voorbereiden om de Haute Route te toerskiën tijdens de paasvakantie, had ik mijzelf een paar doelen gesteld op de fiets, had ik gepland om een beginnersstage bergbeklimmen te geven en zou er aansluitend het alpiene treffen zijn in Oostenrijk. Dat waren allemaal mooie vooruitzichten.

Beetje bij beetje kwam echter het nieuws binnen gesijpeld dat er één of andere smerig virus de wereld aan het rondtrekken was en van mooie vooruitzichten gingen we van de ene op de andere dag over in een lockdown. Dit amper 3 weken voor ik zou vertrekken voor de Haute Route. Dit kon toch niet echt zijn?!! We zagen rond ons alles op slot gaan, reizen naar het buitenland werd verboden, we hadden geen vooruitzicht hoe lang dit zou aanhouden.

Ik begon in mijn hoofd wat plannetjes te smeden voor het geval er toch nog iets mogelijk zou zijn tijdens de zomer. Ik stuurde af en toe een klimideetje door naar Koen VG en mijn goede vriend Dieter bij wijze van teaser, en maakte van de vrijgekomen tijd gebruik om aan mijn fietsconditie te werken. Tijdens de voorziene

stageweek zou ik namelijk alleen thuis geweest zijn en had ik het idee om, als de maatregelen het toelieten, een weekje alleen naar de bergen te trekken om te fietsen.

Ergens in die periode vroegen Koen en Cindy mij of ik, terug indien mogelijk ..., zin had om tijdens de derde week van juli met hen mee te gaan klimmen in Chamonix. Ik vroeg wat bedenktijd, namelijk zo 'n 3 seconden. Uiteraard wou ik mee! Ik vroeg ook Dieter of die zin had om mee te gaan en ook die moest niet lang twijfelen. Plotseling hadden we weer wat vooruitzichten. Beetje bij beetje kwamen er wat versoepelingen en werd duidelijk dat we in juli terug naar het buitenland konden gaan. Ik kon eindelijk mijn plannen in een concrete vorm beginnen gieten.

5-11 juli: een weekje met mezelf, mijn fiets en de bergen

Op zondag 5 juli pakte ik mijn biezen voor een weekje fietsen in de bergen. Ik had mijn slaapmatje en slaapzak in de koffer van mijn auto gelegd, een bak eten en drinken erbij gezet, een boek erbij om de rustmomenten te vullen, mijn fiets op het fietsrek, meer had ik niet nodig om een week in absolute vrijheid mijn fietshart te kunnen luchten. Ik had vernomen dat Dries, een andere goede

vriend van mij een fietsreis zou doen diezelfde week en dat die de zondagavond aan de Mont Ventoux zou zijn. Ik besliste om ook naar daar te rijden zodat ik daar met hem eens kon afspreken. Eén van mijn fietsdoelen was namelijk de Mont Ventoux oprijden langs de 3 kanten in één rit. We zijn 's avonds samen gezellig iets gaan eten en daarna ben ik met mijn auto-hotel naar de top van de Ventoux gereden. Een unieke beleving voor de eerste nacht.

Voor de fietsleken onder jullie: je kan de Ventoux oprijden vanuit het dorp Malaucène, goed voor 21,5 km klimmen aan een gemiddeld percentage van 7,5%, vanuit Sault (26 km aan $\pm 5\%$), en vanuit Bédoin, wat als de moeilijkste van de 3 beklimmingen wordt gezien (21,5 km aan gemiddeld bijna 8% en bepaalde stukken tot 14%). Ik besliste om mijn auto op de top te laten staan en de beklimmingen in die respectievelijke volgorde af te werken. Op die manier zou ik na elke klim mijn drinkflessen eens kunnen bijvullen aan de auto. Enige nadeel: ik moest op het einde sowieso naar boven, ook als ik compleet leeggereden zou zijn. Ik daalde eerst af naar Bédoin waar ik Dries nog terug zou zien om dan met hem samen naar Malaucène te fietsen. Vandaar zouden onze wegen splitsen, hij verder noordwaarts, ik de Ventoux een eerste keer op. Ik had mij voorgenomen om goed te doseren en de eerste klim op een rustig tempo te rijden. Na een paar kilometer klimmen voelde ik echter dat mijn benen heel goed waren dus dreef ik het tempo lichtjes op binnen de grenzen van mijn hartslag. Ik kon het tempo gemakkelijk volhouden en na iets minder dan 1 uur en 40 minuten stond ik boven. Op de top stond enorm veel wind dus ik besliste om daar niet te lang te blijven staan om geen kou te krijgen en dan voorzichtig de afdaling richting Sault aan te vatten. Ik zeg voorzichtig want met die wind is afdalen geen sinecure. Ook de klim vanuit Sault verliep vrij vlot maar ik begon het nu toch al wat meer te voelen, vooral door de stukken nabij de top waar je de wind vol op kop kreeg. Bédoin zou lastig worden. Maar ik was niet naar

hier gekomen om 2 keer de Ventoux op te rijden, dus ik reed zonder twijfelen terug de afdaling richting Bédoin. Beneden in het dorp draaide ik mij om rond de fontein, de 'officiële' start van de beklimming. De eerste kilometers gingen nog redelijk, maar de combinatie van de twee eerdere beklimmingen en de hitte begon zijn tol te eisen. De laatste klim heeft uiteindelijk iets langer geduurd maar ik heb het gehaald. Goed voor een totaal van 150 kilometer met 4500 hoogtemeters en eeuwige voldoening dat ik het gedaan heb!

De volgende dag had ik gepland om wat te bekomen van mijn rit en op mijn gemak met de auto richting Alpen te rijden. Ik had echter een wegwijzer zien staan naar de Gorges de la Nesque. Ik keek snel even op de kaart. Bleek dat je in een rit van een 60-tal kilometer de Gorges kon doorrijden en terug. Ik voelde mij eigenlijk wel vrij goed hersteld van de dag ervoor, dus ik parkeerde mijn auto, nam mijn fiets eraf en vertrok onverwacht toch voor een ritje door prachtige natuur van de Gorges de la Nesque.

Daarna reed ik met de auto via mooie binnenbaantjes richting Alpen, meer bepaald Bourg d'Oisans. Een tiental jaar geleden had ik daar de befaamde Marmotte gereden, een rit van 185km en 5000 hoogtemeters over 5 alpencols, de Col de Croix de fer, Col du Glandon, Col du Télégraphe, Col du Galibier en last but not least de Alpe d'Huez. Omdat ik toen net terug kwam uit een blessure en daardoor niet echt goed voorbereid was, was dat een ware calvarietocht en heb ik er niet echt van kunnen genieten. Ik wou hem ooit opnieuw rijden mét een goede conditie.

Aangezien ze nog twee dagen mooi weer gaven leek het mij een goed idee om eerst 'iets rustigs' te doen en de dag erna de Marmotte te rijden. Na alweer een nachtje op een unieke locatie, deze keer boven op de Col du Galibier, met zicht op o.a. La Meije en de Barre des Ecrins, reed ik richting la Grave. Ik had gezien dat er daar een via ferrata was



en dat leek mij wel geschikt als 'rustige activiteit'

De dag erop maakte ik mij vroeg klaar om te vertrekken voor de Marmotte. Ze voorspelden heet weer en ik wou de hitte zoveel mogelijk voorblijven. Om 7u was ik al bezig aan mijn eerste van 5 cols die ik die dag zou doen. De benen voelden weer goed aan en ik reed op een vlot tempo overal naar boven. Puur genieten van slingerende baantjes door prachtige berglandschappen. Tijdens de 40 kilometer lange afdaling van de Col du Galibier voelde ik wel de

temperatuur met de minuut omhoog gaan. Toen ik in Bourg d'Oisans aankwam, aan de voet van Alpe d'Huez, gaf mijn fietscomputer 45°C aan. Het werd door die hitte behoorlijk afzien op de mythische col, maar ik ben er geraakt. Mijn fietsdoelen waren bereikt. Het was mooi geweest. Fietsen in de bergen heeft, ondanks de zware inspanningen, iets rustgevends, iets therapeutisch, een vorm af afziend genieten.

's Avonds heb ik nog genoten van een welverdiende pizza en ben ik terug naar huis vertrokken om daar mijn fietsgerief in te ruilen



voor mijn klimgerief.

17-26 juli: Home sweet home ... Chamonix

Een weekje later ben ik met Dieter vertrokken naar Chamonix. Koen en Cindy zouden de dag erna komen. We wouden vooral wat lange rotsroutes klimmen en als de condities hogerop het toelieten, ook wel iets alpiene presteren.

's Avonds aangekomen op de camping Les Verneys merken we dat we bekend volk als burens hadden. Bergpallietiers David en Pieter bleken een uurtje voor ons aangekomen en waren ook van plan een week te blijven om te klimmen. Een leuk toeval!

Voor de eerste dag kiezen we voor de Ravel op de Aiguilles Crochues. Een route van 12 touwlengtes met vooral 5de graads lengtes en een paar 6a'tjes. We willen niet te veel gewicht meesleuren en beslissen de aanloop op onze sportschoentjes te doen. Eénmaal boven met de lift merken we dat er toch nog behoorlijk wat sneeuw ligt in de aanlooproute. Het is op onze sportschoenen hier en daar wat glibberen maar we geraken al bij al vrij vlot aan het begin van de route. De eerste lengtes zijn weer even wennen. Door de coronatijden hebben we wat minder

kunnen klimmen en het vertrouwen moet nog wat komen. Zeker als je merkt dat in de eerste lengte (5b) de eerste haak pas na een 15-tal meter staat. De rest van de route is puur genieten. Goeie rots, mooi klimmen met een paar mooie passen. Ergens rond de 8ste touwlengte begin ik te merken dat we niet te veel gaan moeten treuzelen als we de laatste lift naar beneden willen halen. We proberen het tempo wat op te drijven want de afdaling is ook nog lang. Deze keer tot onze vreugde merken we dat er in de afdaling ook nog veel sneeuw ligt. We kiezen voor de 'poepschuiftechniek' om snel naar beneden te schuiven. Net twee kleine kinderen die losgelaten worden in de speeltuin. De hoogtemeters vliegen er zo af! Enige nadeel van deze techniek: nat en verdomd koud aan uw achterwerk! Eens van de sneeuw stappen we aan een stevig tempo richting liftstation want de tijd begint te dringen. Daarbovenop sla ik dan nog mijn voet om (een risico van met sportschoentjes in de bergen te lopen) maar tijd om te trunten is er niet dus ik bijt op mijn tanden en we lopen door. We halen uiteindelijk de laatste lift met 20 minuutjes overschot. Eens beneden merk ik dat er toch een serieus ei om mijn enkel staat. De volgende dagen zal toch op bottienen moeten gebeuren ...

Intussen waren Koen en Cindy ook aangekomen
De Bergpallietiers | pagina 24

op de camping. De volgende dag besluiten Dieter en ik aan te lopen naar de Torino hut. Op die manier kan ik mijn enkel een dagje rust gunnen en kunnen we de dag erna voor de Dent du Géant gaan, een 4013m-hoog granietblok aan de Italiaanse kant van het Mont Blanc massief. We hadden deze vroeger al twee keer proberen te beklimmen, maar moesten telkens terugkeren door slecht weer.

Na een slapeloze nacht in de hut, met dank aan de nodige ronkers in de kamer en een stapelbed waar je bij elke beweging van uw 'bedpartner' door elkaar geschud wordt, vertrekken we om 5u 's morgens richting Dent. Eerst loop je een uurtje over de gletsjer, dan moet je een klein sneeuwcouloirtje van zo 'n 50m omhoog en daarna nog eens een uur omhoog 'tsjaffelen door de lossen broel' alvorens aan de voet van de eigenlijke klim te komen. Dit zijn nog 7 touwlengtes (max 5c) maar quasi de volledige route is voorzien van een vast touw. Als purist vond ik dit wel wat jammer want het maakt de beklimming een pak minder authentiek. Aan de voet van de klim, de zogenaamde *salle à manger*, stond ook behoorlijk wat ander volk. We slagen erin om als één van de eersten te vertrekken, maar Franse gidsen staan niet echt bekend om hun geduld. In plaats van even te wachten kwamen die allemaal direct na ons naar boven waardoor we op een gegeven moment met een gigantische knoeiboel van touwen van 4 cordees door elkaar zaten. Op die manier is de fun er wel wat af en werd de weg naar boven eerder een strijd om uw plaatsje op te eisen dan dat we konden genieten van het klimmen. Het moet wel gezegd, het uitzicht op de top is fenomenaal! Ook in de afdaling worden we weer 'vriendelijk' voorbij gestoken door een Franse gids met zijn cliënte. Die wou per sé voor ons vertrekken in de rappel omdat hij dacht dat hij sneller zou zijn. Dan bleek dat hij zijn klant nog moest uitleggen hoe ze moest rappellen. We hebben hier minstens een kwartier op staan wachten. Tijdens de rappel zijn we hen terug kunnen passeren en uiteindelijk zijn we een kwartier voor hen beneden gekomen.

Door al dat tijdverlies onderweg konden we tijdens de rest van de afdaling alweer beginnen aan een race tegen de tijd om de laatste lift naar Chamonix te halen. Uiteindelijk halen we het met 9 minuten overschot!

Door het mindere weer op dinsdag wordt dit een noodgedwongen rustdag op de camping met nefaste gevolgen voor onze pastisvoorraad. Gelukkig is het de dag erna weer beter en kunnen we weer gaan klimmen. Deze keer met een grotere groep want Koen, David en Pieter gaan ook mee. We kiezen voor de Voie Gaspard 1er, een niet al te lange en moeilijke rotsroute van 7 touwlengtes met één 6a-lengte. Het is leuk en vlot klimmen en tevens de eerste keer sinds april 2017 dat ik nog eens met Koen klim. Het deed deugd om u



terug te zien klimmen Koen!

Donderdag doen Dieter, Pieter en ikzelf nog een andere mooie route, de Chapelle de la Glière. 13 touwlengtes met pittige 5b in de 4de lengte en een mooie 6a op het einde, maar vooral bekend omwille van zijn legendarische 8ste touwlengte, de zogenaamde 'razor pitch'. Met dank aan Dieter is deze route nu ook bekend als de route van de vallende walkie talkies.

Na al dat rotswerk kijken Dieter en ik om nog iets alpiene te doen. De vrijdag is het weer niet al te best maar de zaterdag zou terug een mooie dag moeten worden. Als we de vrijdag in de Cosmiques hut geraken, zouden we de zaterdag een poging kunnen doen om de Mont Blanc te beklimmen langs de Trois monts route. Normaal gezien zou ik niet staan springen om de Mont Blanc te doen omwille van de drukte op die berg, maar als er dan toch één positief aspect is aan corona, is het dat er nu veel minder volk was. Misschien wel het ideale moment om hier toch eens voor te gaan.

We pakken dus onze rugzakken en vertrekken met de lift naar de Aiguille du Midi die op dat moment wat in de wolken hangt. Eens boven merken we echter dat de omstandigheden boven een pak slechter zijn dan ze vanuit de vallei deden uitschijnen. Na een beetje getwijfel beslissen we om er toch door te proberen gaan. We vertrekken

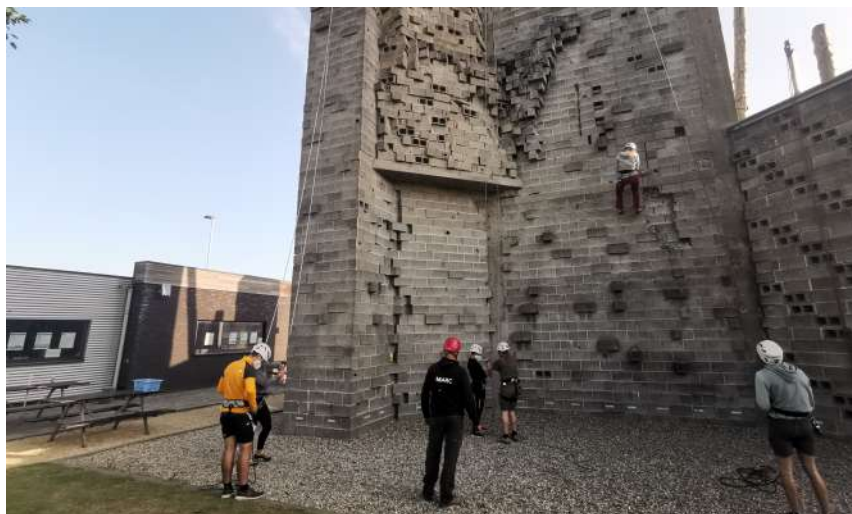
door het poortje het smalle sneeuwgraatje op. De wind giert ons om de oren, de sneeuw snijdt in ons gezicht, we zien geen twee meter ver. Wij zetten even ons verstand op nul en gaan nog even door maar bij elke stap die we nemen wordt het moeilijker en moeilijker. We ploeteren door een halve meter verse sneeuw. Op een gegeven moment trap ik de pas gevormde corniche los en zie onder mij de helft van de flank naar beneden schuiven. Dit heeft geen zin. Dichtgesneeuwde gletjerspleten en lawines zouden ook de dag erna een beklimming naar de Mont Blanc veel te gevaarlijk maken dus we besluiten ook om rechtsomkeer te maken. Ons avontuur naar de Mont Blanc is gestrand na ongeveer 300m. Het is even een reality-check hoe verraderlijk het weer in de bergen kan zijn.

Voor onze laatste dag kiezen we dan toch nog maar een rotsroute. Koen had ons Crakoukass aanbevolen. Een route van 8 touwlengtes aan de kant van de Brévent. De route is heel gemakkelijk te bereiken want begint op slechts een paar meter naast het wandelpad. Gevolg is wel dat dit een vrij populaire route is en dat onze beklimming er ééntje wordt van voornamelijk heel veel wachten op de cordées voor ons. Desalniettemin een mooie afsluiter van een heel geslaagde week in Chamonix met dank aan het fijne gezelschap van Dieter, Koen, Cindy en op het onverwachte David en Pieter.



Eindelijk konden we weer een van onze klimopleidingen laten doorgaan. We willen onze deelnemers van de KVB1 opleiding September feliciteren met het behalen van hun certificaat. Hopelijk kunnen we binnenkort al onze opleidingen weer opstarten.

KVB1 opleiding - September 2020



KVB1 - Indoor toprope klimmen

De deelnemers leren alle basistechnieken om op een veilige manier toprope te klimmen op artificiële klimstructuren, zowel indoor als outdoor.

Organisatie: De Bergpalliers

Begeleider(s): Gediplomeerde en ervaren begeleiders

Info en inschrijven:

Kristof Sarens 0494 / 87 88 06

Kristof.sarens@bergpalliers.be

inschrijvingen.klimschool@bergpalliers.be

www.bergpalliers.be

Voor iedereen toegankelijk, leden hebben voorrang.

Min. aantal deelnemers: 8.

Deelnamevereiste: lid zijn van een bij KBF aangesloten club.

KVB2 - Indoor voorklimmen

De deelnemers leren alle technieken om op een veilige manier te kunnen voorklimmen op artificiële klimstructuren, zowel indoor als outdoor.

Organisatie: De Bergpalliers

Begeleider(s): Gediplomeerde en ervaren begeleiders

Info en inschrijven:

Kristof Sarens 0494 / 87 88 06

Kristof.sarens@bergpalliers.be

inschrijvingen.klimschool@bergpalliers.be

www.bergpalliers.be

Wie kan deelnemen

Toegankelijk voor elke houder van een KVB1 pasje, leden hebben voorrang.

Min. aantal deelnemers: 8.

Deelnamevereiste: lid zijn van een bij KBF aangesloten club

KVB3 - Outdoor voorklimmen

De deelnemers leren alle technieken om op een veilige manier op zelfstandige basis te kunnen voorklimmen op goed geëquiperde massieven in België en daarbuiten. Ook wordt er belang gehecht aan onze ecologische voetafdruk en hoe we als klimmer kunnen bijdrage aan het behoud van onze sport.

Organisatie: De Bergpalliers

Volgende reeks 2020:

Periode 1: **DOORGEGAAN!**

14/09/2020 avond theorie

18 & 19/09/2020 dagen praktijk+ evaluatie

Uiterste inschrijvingsdatum: 01/09/2020

Periode 2: 16/11/2020 avond theorie

21 & 22/11/2020 dagen praktijk + evaluatie

Uiterste inschrijvingsdatum: 01/11/2020

Prijs

Prijs: leden 55 euro – niet-leden 60 euro.

Prijs omvat: begeleiding en organisatie, gebruik van klimtouwen, KVB-pasje, cursusbundel.

Niet inbegrepen: eventuele inkom klimzaal.

Vooraf te storten op BE70 9731 8434 7625

Volgende reeks 2020:

Periode 2: 05/10/2020 avond theorie

10/10/2020 dag praktijk

11/10/2020 praktijk + evaluatiemoment

Uiterste inschrijvingsdatum: 01/10/2020

2021

Periode 1: 11/01/2021 avond theorie

16/01/2021 dag praktijk

17/01/2021 praktijk + evaluatiemoment

Uiterste inschrijvingsdatum: 02/01/2021

Prijs

Prijs: leden 55 euro – niet-leden 60 euro.

Prijs omvat: begeleiding en organisatie, gebruik van klimtouwen, KVB-pasje, cursusbundel.

Niet inbegrepen: eventuele inkom klimzaal.

Vooraf te storten op BE70 9731 8434 7625

Begeleider(s): Gediplomeerde en ervaren begeleiders

Info en inschrijven:

Kristof Sarens 0494 / 87 88 06

Kristof.sarens@bergpalliers.be

inschrijvingen.klimschool@bergpalliers.be

www.bergpalliers.be

Wie kan deelnemen
Toegankelijk voor elke houder van een KVB2 pasje, leden hebben voorrang.
Min. aantal deelnemers: 8.
Deelnamevereiste: lid zijn van een bij KBF aangesloten club.

24/04/2021 Yvoir TBC
29/05/2021 MLD TBC
06/06/2021 Dave TBC
19/06/2021 Yvoir evaluatiemoment
Uiterste inschrijvingsdatum: 01/02/2021

Datums:

Februari - Juni 2021
22/02/2021 avond theorie
27/02/2021 dag praktijk aan de klimmuur te Buggenhout
06/03/2021 Durnal TBC
20/03/2021 Pont-a-Lesse TBC

Prijs

Prijs: leden 120 euro – niet-leden 125 euro.
Prijs omvat: begeleiding en organisatie, gebruik van klimtouwen, KVB-pasje, cursusbundel.
Niet inbegrepen: eventuele inkom klimzaal.
Vooraf te storten op BE70 9731 8434 7625

KVB4 - Avontuurlijk klimmen

Module Dubbel touw

De deelnemers leren klimmen, stand bouwen en zekeren met dubbel touw in avontuurlijk terrein.

Organisatie: De Bergpallietiers
Begeleider(s): Gediplomeerde en ervaren begeleiders

Info en inschrijven:

Cindy Lowie 0476 / 69 10 30
Cindy.lowie@bergpallietiers.be
inschrijvingen.klimschool@bergpallietiers.be
www.bergpallietiers.be

Wie kan deelnemen
Toegankelijk voor elke houder van een KVB3 pasje, leden hebben voorrang.

hebben voorrang.

Min. aantal deelnemers: 4.
Deelnamevereiste: lid zijn van een bij KBF aangesloten club.

Datums:

**GEANNULEERD VOOR
opleidingsjaar 2020-2021**

Prijs

Prijs: leden 55 euro – niet-leden 60 euro.
Prijs omvat: begeleiding en organisatie, gebruik van klimtouwen, cursusbundel.
Vooraf te storten op BE70 9731 8434 7625

Module Reddingen en Evacuatietechnieken

De deelnemers leren hoe ze als klimmer hun partner kunnen redden en evacueren in multipitch klimroutes.

Organisatie: De Bergpallietiers
Begeleider(s): Gediplomeerde en ervaren begeleiders

Info en inschrijven:

Van den Berghe Marc 0475 / 80 06 90
marc.vanden.berghe@bergpallietiers.be
inschrijvingen.klimschool@bergpallietiers.be
www.bergpallietiers.be

Wie kan deelnemen
Toegankelijk voor elke houder van een KVB3 pasje, en de module dubbel met positief resultaat gevolgd, leden hebben voorrang.

Min. aantal deelnemers: 4.
Deelnamevereiste: lid zijn van een bij KBF aangesloten club.

Datums:

**GEANNULEERD VOOR
opleidingsjaar 2020-2021**

Prijs

Prijs: leden 80 euro – niet-leden 85 euro.
Prijs omvat: begeleiding en organisatie, gebruik van klimtouwen, cursusbundel.
Vooraf te storten op BE70 9731 8434 7625

Module Mobiele Zekeringsmiddelen

De deelnemers leren gebruik te maken van mobiele zekeringsmiddelen en standplaats op te bouwen tijdens het klimmen in avontuurlijk terrein.

Organisatie: De Bergpallietters

Begeleider(s): Gediplomeerde en ervaren begeleiders

Info en inschrijven:

Cindy Lowie 0476 / 69 10 30

Cindy.lowie@bergpallietters.be

inschrijvingen.klimschool@bergpallietters.be

www.bergpallietters.be

Wie kan deelnemen

Toegankelijk voor elke houder van een KVB3 pasje, en de module dubbel met positief resultaat gevolgd, leden hebben voorrang.

Min. aantal deelnemers: 4.

Deelnamevereiste: lid zijn van een bij KBF aangesloten club.

Datums:

**GEANNULEERD VOOR
opleidingsjaar 2020-2021**

Prijs

Prijs: leden 45 euro – niet-leden 50 euro.

Prijs omvat: begeleiding en organisatie, gebruik van klimtouwen, mobiele zekeringsmiddelen, cursusbundel.

Vooraf te storten op BE70 9731 8434 7625

Stage Avontuurlijk Klimmen

De deelnemers leren werken met mobiele zekeringspunten en bouwen zelfvertrouwen op om dit toe te passen tijdens het klimmen van multipitch routes in avontuurlijk terrein. Bij het succesvol beëindigen van de stage behalen de deelnemers hun KVB4.

Organisatie: De Bergpallietters

Begeleider(s): Gediplomeerde en ervaren begeleiders

Info & inschrijven:

Koen Van Gyseghem 0479 / 31 99 51

Koen.van.gyseghem@bergpallietters.be

inschrijvingen.klimschool@bergpallietters.be

www.bergpallietters.be

Wie kan deelnemen

Toegankelijk voor elke houder van een KVB3 pasje die de modules dubbel touw, reddingen en mobiele zekeringstechnieken met positief resultaat heeft afgerond,

leden hebben voorrang.

Min. aantal deelnemers: 6 Max. aantal deelnemers: 10

Deelnamevereiste: lid zijn van een bij KBF aangesloten club.

**GEANNULEERD VOOR
opleidingsjaar 2020-2021**

Algemene gegevens

Uniek nummer: BP1834

Type: Stage

Niveau: Ervaring

Prijs

Prijs: 400 euro

Prijs omvat: Begeleiding en organisatie, camping

Specialisatiemodule: Big Wall technieken

Deelnemers die plannen hebben om big wall of meerdaagse beklimmingen te gaan doen en willen leren hoe ze kunnen vorderen met al hun materiaal, een moeilijke passage kunnen overwinnen, ... zullen hier hun ding zeker vinden.

Organisatie: De Bergpallietters

Begeleider(s): Gediplomeerde en ervaren begeleiders

Info en inschrijven:

Van den Berghe Marc 0475 / 80 06 90

marc.vanden.berghe@bergpallietters.be

inschrijvingen.klimschool@bergpallietters.be

www.bergpallietters.be

Toegankelijk voor elke houder van een KVB3 pasje, leden hebben voorrang.

Min. aantal deelnemers: 4. Max. aantal deelnemers: 12.
Deelnamevereiste: lid zijn van een bij KBF aangesloten club.

Datums:

**GEANNULEERD VOOR
opleidingsjaar 2020-2021**

Prijs

Prijs: leden 80 euro – niet-leden 85 euro.
Prijs omvat: begeleiding en organisatie, gebruik van touwen, al het specifiek klimmateriaal, cursusbundel.
Vooraf te storten op BE70 9731 8434 7625

Specialisatiemodule: Via Ferrata

De ideale opleiding om als klimmer zelfstandig op pad te gaan in de wereld van de via ferrata.
Hoe gaan we om met de gevaren, hoe kunnen we de gevaren aanzienlijk beperken, ...

Organisatie: De Bergpallietters

Begeleider(s): Gediplomeerde en ervaren begeleiders

Info en inschrijven:

Van den Berghe Marc 0475 / 80 06 90
marc.vanden.berghe@bergpallietters.be
inschrijvingen.klimschool@bergpallietters.be
www.bergpallietters.be

Toegankelijk voor elke houder van een KVB3 pasje, leden hebben voorrang.

Min. aantal deelnemers: 4.

Deelnamevereiste: lid zijn van een bij KBF aangesloten club.

Datums:

Jaarlijks georganiseerd – eerstvolgend weekend is onbepaald (2021)

Prijs

Prijs: leden 70 euro – niet-leden 80 euro.
Prijs omvat: begeleiding en organisatie, gebruik van via ferrata rem, touwen, cursusbundel, overnachting en maaltijden in Chaveehut (zaterdag op zondag).
Vooraf te storten op BE70 9731 8434 7625



OPTIEK CLAEYS

Kerkstraat 111
tel. 052/33.37.62

9255 Buggenhout
fax 052/34.01.79

steeds tot uw dienst :

dinsdag t.e.m. vrijdag : 09.00 - 12.00 en 14.00 - 18.30

zaterdag : 09.30 - 12.00 en 13.30 - 17.00

zondag en maandag gesloten

bezoek ons ook op: **www.optiekclaeys.com**
optiekclaeys@telenet.be

brillen - contactlenzen - hoorapparaten - low vision

S
P
O
N
S
O
R
S

Uw financiële partner in Buggenhout en Hamme

Bij Beobank maken we méér tijd voor u vrij.

Om naar u te luisteren, uw financiële vragen te beantwoorden
en u met deskundig advies bij te staan.

Walter De Wolf, agentschapsdirecteur, en zijn team helpen u graag
verder. Zij vinden voor u vast een oplossing op maat.

Kom gerust langs in het agentschap in Buggenhout of in Hamme.
Voor een adviesgesprek maakt u best een afspraak: zo hoeft u geen
kostbare tijd te verliezen.

Welkom bij Beobank

- Kerkstraat 48, 9255 Buggenhout
052/33.15.16 | agentbuggenhout@beobank.be
- Achterthof 19A, 9220 Hamme
052/47.87.98 | agenthamme@beobank.be

BVBA Walter De Wolf | Verbonden agent | FSMA 42956 A-cB

KLI3AX

Openingsuren:
 Maandag-Vrijdag: 19h tot 23h
 Zaterdag: 10h-22h
 Zondag: 10h-20h
www.bvkb.be



KLIMAX 1 - indoor klimzaal
 15,30 m hoog / 33 touwen / 1040 m² / 120 routes



KLIMAX 3 - boulderzaal
 4,5 m hoog / 570 m² / 250 boulders



KLIMAX 2 - Semi-outdoor lead & speed
 20 m hoog / 980 m² / 150 routes van 3 tot 9a



KLIMAX 4 – Speed wall
Uniek in de Benelux.

Facebook: Klimax-Puurs
 Instagram: @klimax_bvkb

C. Verschaevestraat 17, 2870 Breendonk
 Tel : 03.866.53.93 (ma-vrij 19-23h, za 12-22h, zo 10-20h)

De Bergpallietiers | pagina 33





Huttentocht Oostenrijk: Inntaler Höhenweg

Na een afgelaste huttentocht in de Dolomieten had ik me ingeschreven voor de huttentocht in Slovenië. Toen die ook niet kon doorgaan werd er op korte tijd een alternatief op poten gezet: de Inntaler Höhenweg in Oostenrijk van vrijdag 3 tot vrijdag 10 juli. Voor mij maakte het eigenlijk niet uit naar waar de reis ging, zolang we maar konden vertrekken. Een dikke pluim voor de begeleiders die op zo'n korte tijd een nieuwe huttentocht in elkaar hebben gestoken! Het is mijn eerste ervaring met een huttentocht en door Corona was er geen infomoment om op voorhand met de groep af te spreken. Toch wel spannend :-).



Vrijdag 3 juli: D-day!!!

En dan is het eindelijk zover! We hebben vrijdagavond afgesproken met de hele groep in een charmant familiehôtelletje in Tulfes (op een boogscheut van Innsbruck). Daar gaan we 's avonds overnachten en op zaterdag start dan de huttentocht. Maar voor het zover is moeten we eerst nog tot daar rijden met de auto. Ik mocht meerijden vanuit Vilvoorde met 2 sympathieke heren: Luc en Maccus. Van een saaie autorit was geen sprake. Er werd veel gebabbeld, gelachen en op tijd en stond gestopt voor een sanitaire pauze en een koffietje. Rond 19u00 kwamen we toe in het mooie, adembenemende Tulfes en werden we hartelijk verwelkomt door de groep. Na een gezamenlijk

avondmaal gaf Danny (stagiair bergwandelebegeleider) nog een briefing over het verdere verloop van de huttentocht. Naast Danny zijn er nog 2 andere begeleiders: Cris en Albert. We zijn in goede handen dus. In totaal zijn we met 13 deelnemers en 3 begeleiders. Een leuke groep. Dat belooft een mooie vakantie te worden. Tot morgen!

Zaterdag 4 juli: Wandeldag 1 – van Tulfes naar Meissnerhaus

Om 8u00 worden we verwend met een uitgebreid ontbijtbuffet door gastvrouw Dore. Er is een overvloed aan eten. We maken allemaal nog een lunchpakket en

om 9u00 stappen we naar de “Glungezerbahn” (op een boogscheut van het hotel) waar we de kabellift naar boven nemen. Na een groepsfoto gaan we van start met onze tocht die ons meevoert door naaldbossen, prachtige landschappen, mooie bergbloemetjes (waar Maccus je zeker veel meer over kan vertellen) en uiteraard ok met de nodige klimmetjes. Het is meteen al een beproeving voor de kuiten. Onze picknick plek mag er ook best wezen. Midden in het bos, omgeven door prachtige bloemetjes. Vooral de alpenroosjes (ook wel Rhododendron genoemd) vullen hier de ruimte. Na de lunchpauze volgt er nog een stevige klim die ons leidt naar een gezellige “alm” (berghut) waar we genieten van een terrasje in het zonnetje. Nadien is het nog 45 minuten afdalen naar de hut. Op 100 meter voor onze hut houden we halt om een traditie in ere te houden: onze begeleiders trakteren ons op een Oostenrijkse “schnaps”. Pittig spul die schnaps!

En daar is ze dan, onze mooie, prachtige “Meissnerhaus hütte” met een ruim zonneterras. We slapen op “lagers”, een slaapzaal met allemaal matrassen op een rij. Eén minpuntje: douchen is niet mogelijk wegens corona... dan maar een snelwasje aan de lavabo. Om 18u30 worden we verwend met een 2 gangen menu (op het dessert hebben we gewacht, maar tevergeefs....). Na het eten volgt er een briefing voor de 2de wandeldag. Morgen staan er wat bergtopjes op het menu. Rond 22u00 is het tijd om te gaan slapen. Slaapwel!

Zondag 5 juli: wandeldag 2 - Meissnerhaus naar de Glungezer Hütte

De wekker loopt af om 7u30. Na het ontbijt en klaarmaken van het lunchpakket zijn we om 9u00 vertrekkenklaar richting de Glungezer Hütte. We starten meteen met een lichte stijging op goed begaanbare wandelpaden. Het is echt genieten van het

mooie landschap. Een beetje later passeren we een deel Oostenrijkse koeien op onze wandelweg. Je weet wel, van die koeien met zo een bel rond hun nek. Dan volgt er een pittige klim en is het uitkijken voor de koeienvlaaien op de weg. De goed begaanbare wandelpaden veranderen al gauw in losse stenen en rotsblokken. Na een tijd bereiken we onze 1ste top van de dag: de Viggarspitze (2306 meter). Wat een prachtig uitzicht! En dan volgt de afdaling. Naast een klein uitschuivertje op een gladde steen verloopt de afdaling redelijk vlot. Klaar voor de 2de klim van de dag: de Neunerspitze (2285 meter). De afdaling ziet er altijd erger uit dan ze in werkelijkheid is. Als je dan helemaal beneden staat kan je moeilijk geloven dat je via die steile flank naar beneden bent gewandeld. Twee bergtoppen afgewerkt, nog 1 te gaan: de Glungezer. Van een wandelpad is er nog weinig sprake. Om zo weinig mogelijk schade aan de fauna en flora toe te brengen, wandelen we allemaal mooi achter elkaar en nemen we dezelfde weg. Er volgt een kleine passage door de sneeuw en Cris maakt er gebruik van om even een sneeuwballetje te gooien. Een pittige klim voert ons naar de Glungezer (2677 meter). Vanaf hier is onze berghut voor vanavond goed te zien, die verborgen ligt tussen de sneeuw. We zitten dan ook op een redelijke hoogte. De Glungezer is de hoogste bergtop van de Tuxer Alpen. Bij het kruis van de Glungezer houden we even halt en vertelt Danny ons een verhaaltje dat zich hier op 29 februari in 1964 heeft afgespeeld. Op die dag was er een vliegtuig met wintersporters vanuit Londen op weg naar Innsbruck. Toen het vliegtuig de daling aan het inzetten was, is het gecrasht tegen de oostflank van de Glungezer. Alle 83 inzittenden kwamen om het leven. Er is een gedenksteen neergezet voor dit tragisch ongeluk. Op onze weg van morgen gaan we dit tegenkomen. Als we de Glungezer Hütte bereiken worden we hartelijk ontvangen door Fred Bias, één van de wandelbegeleiders die ook lid is bij de bergpallietiers. Hij werkt hier in deze



hut en morgen stapt hij een deel met ons mee. De typische schnaps staat al klaar. Salut ! Douches zijn er niet, dus het wordt weer een kattenwasje aan de lavabo. Tegen 18u30 worden we verwend met een 3 gangen menu en deze keer is er wel een dessert voorzien :-). Na het eten volgt de briefing voor morgen. Gezien de slechte weersverwachtingen besluiten we om morgen om 6u30 te vertrekken. Dat wordt vroeg opstaan, dus iedereen kruipt op tijd onder de wol. De bedjes zijn hier wel wat smaller dan in de vorige berghut, dus stil blijven liggen is hier wel een must :-). Ciao!

Maandag 6 juli: wandeldag 3: Glungezer Hütte naar Lizimer Hütte

Om 5u00 loopt de wekker af. Ik voel me helemaal nog niet wakker, maar dat verandert al snel nadat alle lichten worden aangestoken. Om 5u30 worden we getrakteerd op een uitgebreid ontbijtbuffet met heerlijk vers gebakken brood. Het is nog frisjes buiten maar het zonnetje gluuert al in de verte. Het belooft een wandeldag te worden op rotsachtig terrein met steile bergkammen en met iets van de "Seven Tuxer Summits", wat wijst op het aantal bergtoppen die we vandaag gaan overwinnen. Het eerste stuk van de route wandelt Fred met ons mee. Vanaf de eerste meters laten de rotsblokken zich al zien. In het begin nog gemakkelijk om op te stappen maar dat verandert al gauw in een klimmend en klauterend parcours. We komen de gedenksteen tegen van de vliegtuigcrash van 1969. Even later is er een passage door de sneeuw die we dwars moeten oversteken. Danny legt uit hoe je deze passage het best neemt. Het parcours is vandaag echt uitdagend en pittig. Gelukkig word ik goed begeleid door Danny. Ik denk dat ik zijn hand zo wat heb plat genepen... Hij is heel rustig en zegt waar ik het best mijn voeten en handen zet. En dan was er nog de passage met de stalen kabels.

Op     van de bergtoppen is een kruis afgekraakt, zo kan je al afleiden wat er hier gebeurt als het slecht weer is... In de verte komt een mist optrekken, tijd om door te gaan. Vanaf hier keert Fred terug naar de berghut, de plicht roept om verder te werken. Er volgt nog een gevaarlijke passage door een sneeuwvlakte, maar gelukkig besluit onze begeleider Danny om een andere weg te nemen. Later vernemen we dat hier een Frans meisje naar beneden is geschoven en een snijwonde aan haar been had. De laatste 2 uren verloopt de tocht terug over een "echte" wandelweg. De vermoeidheid begint bij iedereen wat toe te slaan. Op het einde worden er nog marmotjes gespot en ze laten zich zelfs van dichtbij fotograferen. Het laatste halfuur begint het licht te druppelen maar het is de moeite niet om regenhoes en regenjas te nemen. Beetje sneller stappen zodat we voor de stortbui en het onweer in de berghut zijn.





We verblijven in Lizumer Hütte die gelegen is aan een militair domein. Het is een hele moderne en grote hut waar we een ruime kamer krijgen toegewezen. Ze hebben hier zelfs douches met heerlijk warm water! Om 18u30 kunnen we weer genieten van een heerlijk 3 gangenmenu. Morgen staat er gelukkig een minder zware wandeldag op het programma. De spierpijn is zich al goed aan het uiten. Dat belooft voor morgen. Slaapwel!

Dinsdag 7 juli: wandeldag 4: Lizumer Hütte naar Weidener Hütte

Goedemorgen! We hebben echt een “room with a view” want vanuit ons slaapkamer hebben we zicht op de mooie Zirben. “Dit is een boom genoemd naar het Italiaanse woord van die den. Die boom komt voor in de Alpen en de Karpaten tot 3000 meter hoogte. Van de kegels maakt men lekkere Zirben sauber, een soort van likeur”, vertelt Maccus. Na een stevig ontbijt vertrekken we om 9u00 richting de Weidener Hütte. Het wandelen gaat zeer moeizaam. Spierpijn alom en de benen willen niet echt mee vandaag. De eerste stukken moeten we ook wat bergriviertjes ontwijken. Nadien wordt de weg heel smal en gaat het gezapig omhoog. De zon is van de partij en het is op sommige momenten wel puffen en blazen. De middagpauze nemen we in de buurt van het “Krovenzjoch” (2450 meter) waar je de mogelijkheid hebt om nog een extra topje te beklimmen. Ik laat dit aan mij passeren en geniet van een lange middagpauze op deze mooie plaats. Heerlijk!!! Na een pauze van ongeveer 1u30 zetten we tocht verder. Vanaf nu is het grotendeels afdalen. Puur genieten van de mooie landschappen. Op het einde van de afdaling spotten we een adder op het wandelpad. Nog even wat klimmen (meer dan verwacht eigenlijk) en na een ruime tijd

bereiken we de hut voor vandaag: Weidener Hütte (Nafing) op 1799 meter hoogte. En goed nieuws, ook hier zijn er douches! Slapen doen we in 1 grote slaapzaal waar de matrassen op de grond liggen en er houten schutsel tussen de matrassen staan. Na een heerlijk 3 gangenmenu krijgen we van Danny nog een workshop over hoe je iemand kan evacueren in de bergen met behulp van 2 paar wandelstokken en 2 regenjassen. Superinteressant dat je met deze

eenvoudige dingen een draagberrie kan maken. En ohja, ik mocht het “slachtoffer” spelen dat moest weggevoerd worden. Ook hier worden we om 22u00 naar ons bed “gejaagd”. Slaapwel!

Woensdag 8 juli: wandeldag 5: Weidener Hütte naar Rästkogelhütte

Rond 8u30 vertrekken we richting Rastkogelhütte. Het lunchpakket is eerder aan de magere kant: €6 voor 1 droge boterham met 2 smeerkaasjes en een mini appel...

Er staat 1 stevige bergtop op de planning vandaag: de Rastkogel. In vergelijking met gisteren gaat het vandaag stukken beter. De benen zijn opnieuw hersteld en het wandelen gaat vlot. Het is weer gezapig stijgen, eerst nog op brede wandelwegen die nadien overgaan in smalle en steile wandelpaadjes. Even op krachten komen op de “Nafinloch” (2440 meter) en vanaf hier is het nog 1u30 tot op de top van de Rastkogel.

Het laatste stukje naar de top is weer pittig. Wandelpaden verdwijnen in rotsblokken en het is opletten waar je jouw voeten neerzet. Maar met de hulp van de groep is het gelukt en bereiken we met zijn allen de top van de Rastkogel. Prachtig uitzicht hier! Zicht op



Mayerhofen (een bekend skigebied) en op de Hintertuxer Gletsjer, waar je in de zomer in de voormiddag kan skiën!

Na een middagpauze zetten we de afdaling in. Deze is best wel uitdagend en vooral héél steil. Gelukkig is er hier ook sprake van teamwork en geraakt de hele groep veilig beneden. Toch wel wat met knikkende knieën. En dan begint de pret! We komen uit op een groot sneeuwvlak en ook hier gaat het nog naar beneden. Recht blijven is een uitdaging. Dan maar op het zitvlak naar beneden. Ooooh wat leuk dat sneeuwglijden :-). Kort daarna volgt er een workshop “sneeuwvallen” van onze begeleider Danny. Zo leuk!!! En de pret is nog niet gedaan want onderweg passeren we nog een bergmeertje waar we een verfrissende (of beter gezegd “ijskoude”) duik in het water kunnen nemen. Bart was iets te enthousiast in het water gesprongen waardoor zijn bril in het water is gevallen. Gelukkig heeft Stéphane bij een eerste duikpoging in het ijskoude water de bril teruggevonden. Na deze verfrissing is het nog een dik uurtje stappen en dan zijn we op onze slaapplek voor vannacht: Rastkogelhütte. Ook hier was het weer genieten van een heerlijk 3 gangenmenu. Om 22u30 worden we naar ons bed gejaagd. Tot morgen!

Donderdag 9 juli: wandeldag 6: Rastkogelhütte naar Tulfes

Vandaag staat de laatste wandeldag op het programma. We moeten terug afdalen naar het dal. We dalen af tot in Hochfügen, een bekend skigebied en daar houden we een stop op het zonneterras van een 4 sterren hotel! De Appelstrüdel met vanillesaus en de Johannesbere Spritz (geen bier maar een soort van sprankelend rode bessensap) hebben heerlijk gesmaakt! De naam van het terras is niet slecht gekozen, het zonnetje is hier zeker

van de partij! Als de honger gestild is en de dorst gelest, zetten we onze tocht verder richting Alpen Hubertus in Pill. Gelukkig dat we goed hebben gegeten want hier volgt een klim om “u” tegen te zeggen. Een lange, gezapige klim brengt ons verder naar de top (de naam van deze top is mij ontgaan, maar het was iets met een “zadel”). Vandaar is het enkel nog afdalen tot aan het Alpenhof, waar onze auto’s staan. Rugzakken af, schoenen uit, sandalen aan en de energievoorraad aanvullen met een lekkere “Jager croque” (een croque monsieur met champignons). Stevige portie! Met een drankje in de hand, klinken we hier op de mooie wandelvakantie en een dik applaus voor de TOP begeleiding en vooral een dikke chapeau voor Danny die deze wandelvakantie helemaal heeft begeleidt als stage voor zijn opleiding instructeur bergwandelen. Petje af! Als het van mij afhangt een dikke 10 op 10 voor zijn stage!

Eénmaal aangekomen aan het hotel van Dores trakteert Albert nog op een schnaps en krijgen we van Fred allemaal een “zirben” dennenappel zodat we thuis onze eigen schnaps kunnen maken. Na het laatste avondmaal met onze groep is er in het dorp nog een mini concertje waar er jongens dansen in typische Oostenrijkse klederdracht. Het was een geslaagde avond en een mooie afsluiter van deze prachtige vakantie!

Vrijdag 10 juli: terugkeer naar huis

Ontbijt om 7u30 en rond 8u00 vertrekt iedereen op eigen tempo naar huis. Bedankt aan Danny, Cris en Albert voor deze prachtige en supergoed georganiseerde huttentocht! Tot volgend jaar Bergpallietters! Ciao, Katleen!





Alles voor duurzaam & ecologisch bouwen

- ✓ Pro Clima luchtdichting
- ✓ Erkend cellulose IQ3-blazer
- ✓ Houtskeletbouw
- ✓ Zelfbouwpakketten houtskeletbouw
- ✓ Advies en ondersteuning

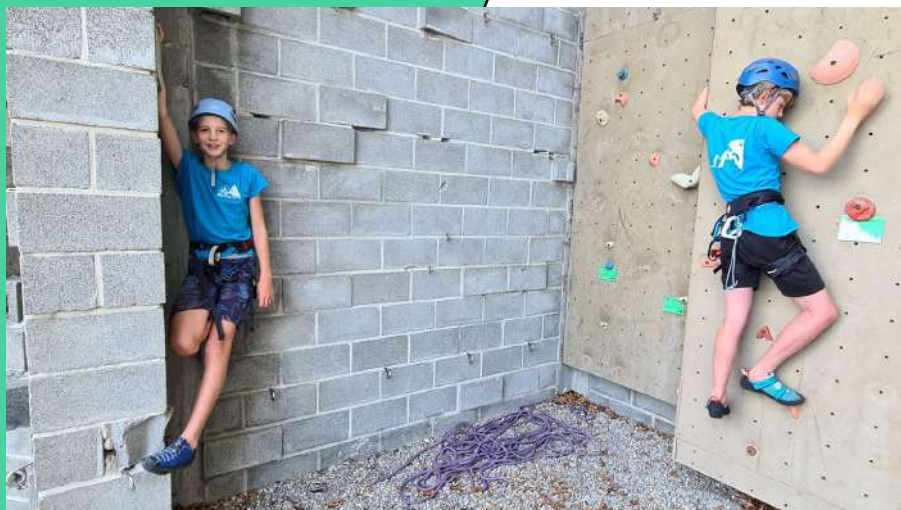
Verdeler van gekende topmerken

- ✓ Celit 3D / Celit 4D onderdakplaten
- ✓ IQ3 cellulose isolatie
- ✓ Pro Clima luchtdichtingsmaterialen
- ✓ Roto Designo passiefnormdakramen
- ✓ Döpfner hout/alu-ramen
- ✓ Claytec leemproducten
- ✓ Fermacell gipsvezelplaten en toebehoren
- ✓ Misapor glasgranulaten

Vanhuylenbroeck Rembert
Pastoriestraat 18
1761 Borchtlombeek (Roosdaal)

0475/71 28 30
info@ebiwa.be
www.ebiwa.be

Opstart Jeugdwerkingsjaar 2020 - 2021



KLIMSCHOENEN-HERSTELLEN.BE

De referentie op gebied van
klimschoenherstellingen



Liezeledorp 68
2870 Liezele
0498/84.44.27



Met gezellige koffiebar
OSCAAAR.



DE KINDER

HARDWARE

**Carrosserie
Pauwels
Plus** Evba

Carrosseriebedrijf alle merken

Schadeherstellingen aan personen- en vrachtwagens

Erkend hersteller voor verzekeringen

Carrosseriebouw op vrachtwagens

Spuitscabine tot 16 meter

!!!!Meer dan 40 jaar ervaring!!!!

Hanenstraat 211 9255 Buggenhout
TEL: 052/34.55.50



Stenenstraat 77 BUGGENHOUT - OPSTAL

Tel: 052/35.60.89

BROODAUTOMAAT 7/7



Big mountains require big skis

Info@sportina.be

dorpsstraat 49 9420 Erpe Mere

053/80 44 40



De klimtoren is gelegen in Platteput 18 te 9255 Buggenhout (nabij de sporthal en het cultureel centrum De Pit). Klimmers kunnen de sleutel van de toegangspoort steeds afhalen bij de bestuursleden, bij voorkeur bij François Suys, Stationsstraat 55, Buggenhout (Bouwmaterialen Suys, 052/33.56.39).

Wie in het weekend of tijdens het bouwverlof wil komen klimmen, neemt best vooraf telefonisch contact op. De sleutel geeft toegang tot zowel het terrein als de chalet. Zij dienen - op vraag - hun bergsportlidkaart of paspoort voor te leggen. Een kliminitiatie? Dit kan op afspraak via marc.buys@bergpallieters.be of op het nummer 0476/54.33.04.

Toegangsprijzen:

Particulier

- (Steunend) lid De Bergpallieters: gratis
- Lid UIAA: 3,50 EUR
- Geen lid UIAA: 6 EUR
- Huur klimset (geen touw): 5 EUR

Professioneel

- Vraag offerte aan via marc.buys@bergpallieters.be
- Of op het nummer 0476/54.33.04

Klimtoren

Andere KBF club/school

Met eigen gebrevetteerde begeleiders & eigen touwen

- Lid UIAA: 25 EUR + 3,5 EUR pp
- Niet UIAA: 25 EUR + 6,00 EUR pp

School/groep

Met Bergpallieters begeleiding

- 10p = 7,00 EUR pp + 60,00 EUR voor initiatie (max 1/2 dag)
- v.a. 10p = 4,00 EUR pp + 60,00 EUR voor initiatie (max 1/2 dag)
- v.a. 20p = 5,00 EUR pp all-in
- v.a. 50p = 4,5 EUR pp all-in

Gebruik leslokaal

Prijs op aanvraag bij marc.buys@bergpallieters.be of op het nummer 0476/54.33.04.

Voor aankoop/ huur van Bergpallieter (stickers, labels, vlag, kledij, horecamateriaal,...)

Voor overige info en/of opmerkingen i.v.m. het terrein en refuge kan je terecht op info@bergpallieters.be.



Het reglement - USE IT

!OPGELET!

EERST AANMELDEN

Vul een enveloppe in als toegangsbewijs (je kan deze vinden in de refuge, links na toegangsduer keuken)
Wie onze site gebruikt, verklaart zich akkoord met ons reglement (het volledige reglement hangt op in de refuge)

DAN KLIMMEN

Bij toprope steeds de maillons gebruiken
Haken enkel in neerwaartse richting belasten
Draag steeds een helm
...
(lees zeker het volledige reglement)

DAN PLEZIER

Vul jouw enveloppe steeds correct aan
Betaal gepast of teveel
Was de glazen a.u.b en zet het leeggoed in de voorziene bakken onderaan de frigo

DAN NAAR HUIS

Zijn alle lichten gedoofd (ook de buitenverlichting)?
Alles netjes achtergelaten?
Beide poorten op slot?
Tot de volgende keer!

GROEPEN (+9p) DIENEN STEEDS TE RESERVEREN

Zeefdruk Transfers Borduren

PROSHIRT.be

STERK IN ZEEFDRIJKWERK

Steenkaaistraat 13, 9200 Baasrode - info@proshirt.be 052/ 33 16 44



Promotietextiel en werkkleding



Lidgelden Klim- en Bergsportfederatie 2020

Meer info: <http://www.klimenbergssportfederatie.be/kbf/ledeninfo/lid-worden>

De verschillende lidmaatschapstarieven vindt u hieronder:

Rekeningnummer lidgeld: Klim- en Bergsportfederatie			
IBAN: BE55 0682 2479 9244		BIC: GKCCBEBB	
Omschrijving	Code	Tarief	
		Nieuw lid	Bestaand lid
Gewoon lid 19 jaar en ouder tot en met 64 jaar (geboortjaar 1955 tem 2000)	AU	91 EUR	83 EUR
Jeugdlid tot en met 18 jaar (geboortjaar 2001 of later)	JU	59 EUR	51 EUR
Seniorlid 65 jaar en ouder (geboortjaar 1954 of vroeger)	SU	79 EUR	71 EUR
Gezin: lidmaatschap voor personen die op hetzelfde adres gedomicilieerd zijn (partner, kind(eren) of anderen). Vanaf drie personen is het gezinslidmaatschap goedkoper dan de optelsom van de individuele lidgelden.	GU	219 EUR	211 EUR
Vanaf het tweede jaar onafgebroken lidmaatschap worden nieuwe leden bestaande leden, en ontvangen 8 EUR korting.			
Lid of gezin met adres in het buitenland (per uniek adres)		13 EUR	
Extra verzekering mountainbiken		6 EUR	
Extra verzekering Ski / Snowboard op de piste		12 EUR	
Met deze uitbreiding verzekert u zich voor deze sporten in België en/of voor de nabehandeling (!) in België bij ongeval bij het beoefenen van deze sporten in het buitenland.			
Verzekeringen van deze sporten in het buitenland is reeds opgenomen in het lidgeld.			
Voor een "volledige" verzekering (in binnen- en buitenland) van mountainbike, ski en snowboard op de piste is deze uitbreiding dus noodzakelijk.			
Rekeningnummer lidgeld STEUNENDE LEDEN De Bergpallieters VZW			
IBAN: BE13 9731 8434 9039			
Omschrijving	Tarief		
Steunend lid De Bergpallieters VZW - GEEN VERZEKERING	20 EUR		

Belangrijk!

1. De lidmaatschapsperiode van KBF loopt van 1 januari t.e.m 31 december. Indien je als nieuw lid aansluit vanaf 1 september geldt je lidmaatschap tot 31 december van het volgende kalenderjaar.
2. Verblijft u in het buitenland, dan betaalt u een jaarlijkse administratiekost van 13,00 EUR. Dit bedrag dient u slechts éénmaal per adres te betalen.
3. Om lid te worden van KBF, vult u het formulier in op de website van KBF. U bent pas lid na betaling van het lidgeld (= het volledige bedrag!). Alle afgeleide voordelen (bv. Verzekeringen) nemen aanvang na betaling van het lidgeld.
4. Indien u in België op de rotsen gaat klimmen dient u uw lidkaart steeds bij u te hebben.
5. Lidkaart kwijt? Stuur een mailtje naar lidmaatschap@kbfvzw.be met je gegevens, dan stuurt het KBF een nieuwe op. Voor de herdruk en administratieve kosten wordt 5 EUR gevraagd.
6. Betaalde lidmaatschappen kunnen niet geannuleerd worden.

Reclame Papyrus printing

Dagelijks bestuur

Voorzitter: Filip Binon (ad interim) > 0478 47 27 04 | filip.binon@bergpallietters.be

Penningmeester: François Suys > 052 34 10 28 | francois.suys@bergpallietters.be

Secretaris: Marc Buys > 0476 54 33 04 | marc.buys@bergpallietters.be

Communicatie: Sanne Tuybens > 0491 62 36 26 | sanne.tuybens@bergpallietters.be

Verantw STT: Hans De Brabanter > 0497 52 07 82 |
hans.de.brabanter@bergpallietters.be

Sitebeheerder: VACATURE

Webmaster: Stijn Eckeman

Facebook & Instagram: Sanne Tuybens

Clubblad: Sanne Tuybens

Algemene vraag? Info@bergpallietters.be

Sporttechnisch team

Verantwoordelijke KVB1, KVB2 en KVB3

Kristof Sarens | 0494 87 88 06 | kristof.sarens@bergpallietters.be

Verantwoordelijke KVB4 modules dubbel touw en mobiele zekeringen

Cindy Lowie | 0476 69 10 30 | cindy.lowie@bergpallietters.be

Verantwoordelijke KVB4 module reddingen

Marc Van den Berghe | 0475 80 06 90 | marc.vanden.berghe@bergpallietters.be

Verantwoordelijke alpinisme & KVB4

Koen Van Gyseghem | 0479 31 99 51 | koen.van.gyseghem@bergpallietters.be

Verantwoordelijke specialisatiemodules Big Wall (artif) en Via Ferrata

Marc Van den Berghe | 0475 80 06 90 | marc.vanden.berghe@bergpallietters.be

Verantwoordelijke alpinisme stage

Thomas Merlier | 0473 74 77 29 | thomas.merlier@bergpallietters.be

Verantwoordelijke jeugdwerking

Barbra Peeters | 0499 30 39 24 | jeugdwerking@bergpallietters.be

Verantwoordelijke rotsbeheer

Pieter Van Pamel | rotsbeheer@bergpallietters.be

Cell Bergwandelen / wandelen

Bob De Smet | 0476 24 87 56 | bergwandelen@bergpallietters.be



Outdoor uitrusting voor alle seizoenen



De Berghut, Plezantstraat 11, 9220 Hamme
tel. 052/47.85.22, info@berghut.be, <https://berghut.be>