www.terhoeveuitgevers.nl

powered by
actueel gezond & fit
Politie 5' beeld

HIKING & ADVENTURES

AVONTUUR VOOR IEDEREEN!

INHOUDSOPGAVE
HIKING & ADVENTURES

9 VERSLAG MINI ADVENTURE RACE

23 FJALLRAVEN CLASSIC BRANIMIR

42 PROGRAMMA 2019

COLOFON

Website:
www.terhoeveuitgevers.nl
www.hiking-adventures.nl
www.politieinbeeld.nl

Redactie:
Hiking & Adventures
Ter Hoeve Uitgevers
e-mail: info@terhoeveuitgevers.nl
Antwoordnummer 175
6880 VB Velp

Vormgeving:
Djamilla Elijzen
Ter Hoeve Uitgevers

DTP & Advertentieopmaak:
Djamilla Elijzen , Chiara Pesulima
Cedric Huurnink

Advertentieverkoop:
Soraya Janssen
Ter Hoeve Uitgevers
tel: 026 - 361 59 59

Algemene voorwaarden
Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opname of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Uitgever en auteurs verklaren dat deze uitgave op zorgvuldige wijze en naar beste weten is samengesteld, evenwel kunnen uitgever en auteurs op geen enkele wijze instaan voor de juistheid of volledigheid van de informatie. Uitgever en auteurs aanvaarden dan ook geen enkele aansprakelijkheid voor schade, van welke aard ook, die gevolg is van handelingen en/of beslissingen die gebaseerd zijn op bedoelde informatie. Gebruikers van deze uitgave wordt met nadruk aangeraden deze informatie niet geïsoleerd te gebruiken, maar af te gaan op hun professionele kennis en ervaring en de te gebruiken informatie te controleren.

VOORWOORD

De metrologische herfst is al weel lang begonnen, de astrologische ook en tegelijkertijd de discussie over de permanente zomer of wintertijd. Ach wat maakt het uiteindelijk uit. Ieder heeft zo zijn eigen mening.

Buiten beginnen de bladeren te kleuren, de pompoenen staan klaar voor Halloween, het bos staat vol felgekleurde paddenstoelen, de eikels en beukennootjes vallen om verzameld te worden als wintervoorraad voor alle bosdieren. Prachtig de herfst! Buitenmensen zijn er dol op. Zeker degenen die houden van bushcraft-adventures.

Na een mooie ‘Indian Summer” en de eerste nachtvorst kan de openhaard worden opgepookt en is het tijd voor reflectie en het mijmeren over nieuwe avonturen. Wat is er een hoop gebeurd het afgelopen jaar. Mooie tochten naar de sneeuw in Noorwegen, de beklimming van de Toubkal in Marokko, zwerven door de Schotse Hooglanden, badderen in warmwaterbronnen in IJsland, bushcraft voor “kids en parents”, de beklimming van de Mont Blanc, een hiking door de ruige natuur van Corsica, deelname aan de Fjallraven Classic in het uiterste Noorden van Lapland en als laatste event de “Miniadventurerace” op Texel. In dit blad lees je de verslagen van de deelnemers aan deze expedities en evenementen. Mooie ervaringen, soms loodzwaar maar na afloop het gevoel gevend iets bijzonders beleefd te hebben.

Het team Hiking & Adventures kijkt met een tevreden gevoel terug op het afgelopen jaar maar blijft niet stil staan. Er zijn volop nieuwe plannen. Voor nieuwe samenwerkingsverbanden en voor nieuwe expedities. Zo wordt er gewerkt aan een heel bijzondere wandeltrektocht in het hooggebergte van Nepal en een expeditie naar een van de “seven summits” de Kilimanjaro in Tanzania.
Genoeg te beleven volgend jaar!

Wij ontmoeten jullie graag bij een van onze activiteiten.

Buitengroet van het

Team Hiking & Adventures

www.hiking-adventures.nl

HIKING & ADVENTURE?

Wij zijn Hiking & Adventures. Ondernemende en avontuurlijke politiemensen. We zijn dol op het buitenleven en avontuurlijke reizen. Daarom organiseren we tal van activiteiten in Nederland en Europa (soms ook wat verder weg). Wandelen met rugzak en tent door de wildernis in IJsland, mountainbiken in Marokko of een sneeuwschoenentrektocht door Zweeds Lapland. Maar ook bushcrafting op de Veluwe of een avonturenrace op Texel of in de Biesbosch. De meeste deelnemers aan onze tochten werken bij de Nederlandse Politie. In alle voorkomende rangen en functies. Daarnaast staat deelname open voor medewerkers van defensie en ketenpartners zoals brandweer en ambulance. En natuurlijk ook voor familieleden.

Speciale collega's

Sommige deelnemers zijn super fit, anderen hebben een paar krasjes opgelopen. Een ongeval op het werk, een (overwonnen) ernstige ziekte of een handicap zoals autisme bijvoorbeeld. Maar iedereen heeft zin in een actief leven met andere uitdagingen. Over en weer is er veel herkenning in wat we zoal meemaken in ons werkzame leven. Dit zorgt bij al onze activiteiten voor kameraadschap en een warm 'familiegevoel'.

Samen beleven we fantastische avonturen. In augustus bijvoorbeeld deden ook een paar PTSS collega's (met buddy-hond) mee aan de Fjällräven Classic in Zweeds Lapland.

Ook voor 2019 hebben we weer tal van sportieve en uitdagende avonturen op ons programma staan.

Interesse om mee te doen? Kijk op onze website en laat wat van je horen! ▪

www.hiking-adventures.nl

Met vriendelijke groet,

Micha de Heus (penningmeester)
Joost Ruijter (secretaris)
Hans Robijn (voorzitter)

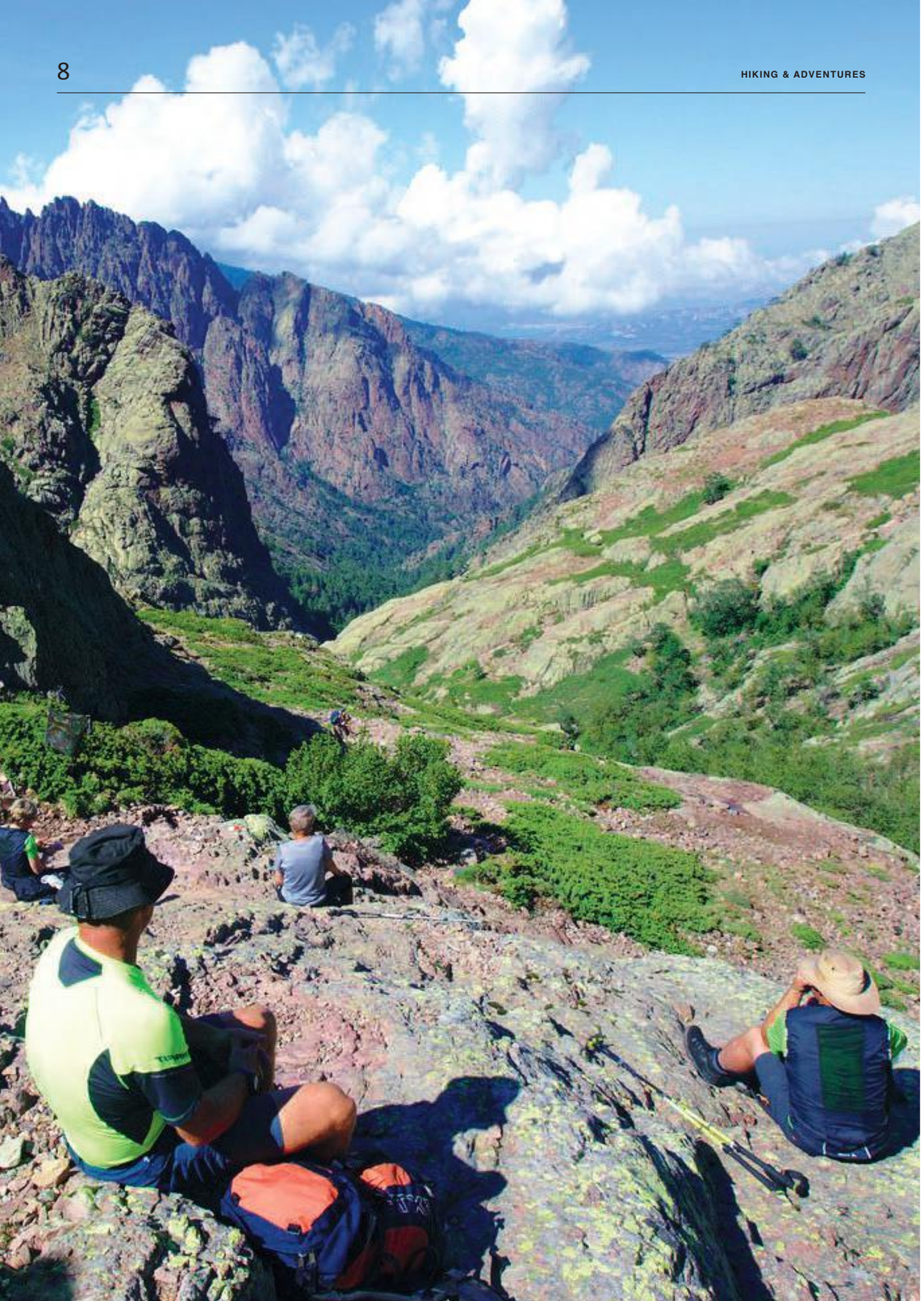
MINI ADVENTURE RACE 2018

Op vrijdag 21 en zaterdag 22 september werd de 12e Mini Adventure Race gehouden. Dit jaar op Texel, normaal een van de zonnigste plekken van ons land. Zon, zee en strand. Beetje fietsen, hardlopen en misschien een stukje zwemmen. Kortom: sportief genieten van wat ons mooie land te bieden heeft. Maar dit jaar zou het iets anders verlopen. “Vooral in het noordwesten een stormachtige wind en buien met soms hagel en onweer.” Met deze veelbelovende woorden uit De Bilt reden de deelnemers uit alle hoeken van Nederland én België naar Den Helder. We mochten parkeren op een van de terreinen van de Koninklijke Marine, recht tegenover de haven waar onze ‘eigen’ veerboot lag afgemeerd. Het inschepen liep zeer efficient: bagage in de bagagewagen, fietsen klaarzetten op het dek en tijdens de overvaart genieten van de woelige baren en de wind in je haren. De zwemvesten mochten voorlopig in de auto blijven, want het weer maakte het onverantwoord om te gaan zwemmen in de zee. En die zee was inderdaad best wel wat ruw. Zo ruw, dat de veerboot heen en weer zwierde en een enkeling zich afvroeg of de bagagewagen, die los voor op het dek stond, de overkant wel zou halen. Na een enerverende vaart, ging de veerboot in de NIOZ-haven voor de kade. Nu ging het snel: van boord fietsen, verzamelen en ‘uitluisteren’. Na de start rennend richting het eerste wisselpunt. Vandaar stepten we de duinen in en via een kort toeristisch rondje kwamen we weer terug bij de haven. Intussen was de organisatie druk in de weer met het aanpassen van het parcours. Want dit was behoorlijk gewijzigd. Alles was prima voorbereid, maar nu moesten er in allerijl spandoeken worden verplaatst en enkele nieuwe controleposten worden klaargemaakt.Bij de haven werd de step ingewisseld voor een ATB en nu ging het fietsend richting het strand. Het opkomende water zorgde dat je al snel niet meer over de stevige vloedlijn kon fietsen. Dat betekende hoger op het strand fietsen. Maar door het mulle zand fietste het een stuk zwaarder. Ondertussen blies de stormwind de regen (die soms met bakken uit de hemel viel) horizontaal. Het werd er niet echt aangenamer door toen de regen gepaard ging met de nodige hagelstenen. Gelukkig mochten we even ‘taggen’ bij een verplicht Controle Punt, een flink stuk de relatief warme zee in. Tenslotte richting de camping waar we een prachtig kampeerveldje vonden tussen de duintoppen. Het was echt een zware proloog en in de avond warmden we ons aan een welverdiende pastamaaltijd.

Tenslotte was het tijd voor elkaars sterke verhalen en natuurlijk het lokale bier: Texels Schuumkoppe.
Op zaterdag was het gelukkig beter weer. Vanaf de camping ging het per step dwars over Texel richting de haven van Oudeschild. Nu mochten de zwemvesten aan, want onze eerste Speciale Opdracht was ‘suppen’. Kriskras door de haven naar de diverse CP’s aan een steiger of bovenop een (via een touw te beklimmen) hoge kademuur. Diverse Texelaars hadden de moeite genomen om te komen kijken naar de individuele deelnemers die kriskras in de haven dreven en de efficiente 8-tallen die snel en doelgericht naar de volgende tag peddelden. Na de haven stepten we verder naar Den Burg voor de volgende SO: boogschieten. In de warme hal van de boogschieters hing een serene rust. Voor iedere gemiste pijl kreeg je een stip op de hand. Elke stip betekende een bonusrondje lopen, al dan niet met je maatje of een leeg bierfust op je schouders. Er waren overigens opvallend veel deelnemers zonder stippen. Opgewarmd ging het verder richting de bossen van Nationaal Park Duinen van Texel waar we het nog wat warmer kregen bij de SO ‘houthakken’. Even later mochten we via een touwladder een uitkijktoren op om deze daarna weer ab te seilen. Sommige deelnemers gingen zeer gemakkelijk de toren af; anderen vonden het wel wat spannend. Inmiddels hadden we de step weer ingeruild voor onze ATB’s waarmee we razendsnel over single tracks door de bossen richting de laatste CP’s fietsten. Vanaf de bunker in de duinen kon je de finish op de camping al zien liggen. Hierdoor dachten sommigen dat de race er al bijna opzat en zij fietsten direct naar de finish. Maar de routeaanwijzingen en de kaart gaven toch duidelijk aan dat je eerst nog richting het kerkje van Den Hoorn moest voor het laatste controlepunt. Vandaar was het nog een klein stukje naar de finish en de warme douches op de camping. De Mini zat er weer op. De tentjes werden afgebroken, de bagage werd in de bagagewagen geladen en rond half acht vertrokken de meesten weer richting de haven. Daar wachtte ons nog een laatste speciale opdracht: binnen 10 minuten alle bagage uitladen en sorteren en een eindsprint naar de veerboot die om 20:00 stipt vertrok.

Al met al kijken we terug op een geslaagde Mini! ■

Tot volgend jaar.



CORSICA

Dag 1 - 20 juni 2018

Na een voorspoedige vlucht met tussenstop in Parijs bleek bij aankomst op het vliegveld van Ajacio dat de bagage niet was meegekomen. Als het goed is wordt dat vanavond nagezonden en ontvangen we het morgenochtend. Nu eerst langs een supermarkt voor tandenborstels en tandpasta.

Dag 2 - 21 juni 2018

Na een heerlijk verblijf in een zeer nostalgisch hotel en een rijk ontbijt begonnen we aan onze eerste dag. Gelukkig was de bagage uit Marseille ook op tijd gearriveerd. Deze eerste dag was ons “verkocht” als inloop dag. Maar het tempo zat er aan het begin goed in. De zon deed ook aardig z’n best, dus de temperatuur was prima. Langs de route troffen we op een gegeven ogenblik een rustig stuk ik de beek aan, waar gezwommen werd door een andere groep lopers. Een enkeling zwom een stukje en een aantal anderen hebben de voeten even gekoeld. Een paar van ons liep direct door naar het hutje waar charcuterie en andere versnaperingen te koop waren. Het duurde even voordat de groep weer compleet was waarna we met z’n allen genoten van de lunch die we bij aankomst op het vliegveld hadden meegekregen van onze “gidsen” die we na het vliegveld nooit weer hebben gezien. Na deze pauze begon het “echte” werk. Klimmen, klimmen en nog eens klimmen over rotsen en stenen. Maar liefst 1400 meter hebben we geklommen. Wat een ‘inloop’ zeg. Het was best wel afzien en een enkeling van ons had het erg zwaar. Wat is het dan een heerlijk moment om alle tentjes en de berghut Refuge de Petra Piana te zien waar dan na een dag klimmen genoten kan worden van een koel biertje of iets anders. Heerlijk gegeten en nu lekker slapen en afwachten wat de dag van morgen brengt…..

Dag 3 - 21 juni 2018

Om 05:30 u ging de wekker waarna een ontbijtje. Vervolgens een lange tocht over grote hoogten en diverse sneeuwvelden. Het was een zeer technische dag met stevige klimpartijen en heel veel sneeuw passages. Voor enkele deelnemers iets te technisch en wederom een heel zware dag. Maar we hebben een fijne groep die veel voor elkaar over heeft en elkaar meetrekt de passages over. De stemming is goed en het groepsgevoel top. Na een flinke dag op pad te zijn geweest kwamen we aan in de Refugio Mangano, vermoeid maar met een verfrissend biertje wat prima smaakte na zo een zware dag. Het spoelde de vermoeidheid snel weer weg. De hutten zijn basic, de bar heeft dus lekker bier, de tentjes met matjes erin……dus vanavond gaan er veel materialen uit de rugzak. Die kunnen we mee geven met de volgbus die we om de paar dagen weer ontmoeten op een afgesproken plek. Minder bagage is toch prettig op de langste, zwaarste en hoogste tocht in Europa. Nu weer lekker in de rust en morgen een wat kortere etappe met minder hoogte meters. →

Dag 4 - 22 juni 2018

Vandaag de derde etappe dag op Corsica. Na twee zware dagen mocht het vandaag wat rustiger: over een afstand van 17 kilometer naar de Refuge Casto di Vergio. Qua hoogte meters noteerden we 500 meter stijging en 700 meter daling. De dag voerde ons door twee dalen waar we, omringd door de Corsicaanse bergen, tussen de koeien en paarden en langs prachtige meertjes onze weg zochten. Was het al niet genoeg; onderweg liepen we door oeroude bossen, al dan niet tegen de steile bergwand geplakt. Hoe mooi kan het worden. Ook van boven kwam er smeltwater. Om de meters te maken liepen we dit water tegemoet om via de bergkam de dalen aaneen te schakelen. De verrassing was daar toen de Refuge ook nog eens een winkeltje had.

Dag 5 - 23 juni 2018

Vanmorgen konden we uitslapen, het ontbijt was pas om 7 uur beschikbaar. Half acht vertrokken we over het asfalt, om de weg bij de eerste haarspeldbocht te verlaten en het bos in te gaan. Na wat dalen kwam het onvermijdelijke stijgen door verschillende soorten bos. Via een bruggetje een stroompje over en de vallei in met een fantastisch uitzicht op het einde. Na een korte pauze aan het water weer verder met een flink stuk stijgen. Bij de refuge geluncht. De toilet is het vermelden waard; het beste uitzicht ooit bij het openen van de deur, de hele vallei aan je voeten.Na de lunch nog een stukje verder omhoog, vervolgens stevig dalen op zeer alpien terrein. We hebben met zijn allen alle technieken uit de kast gehaald om iedereen veilig naar beneden te krijgen. De afdaling was lang en oneffen, voor een aantal nog een pauze aan/in het water. Het laatste stuk was langer en heuvelachtiger dan verwacht, maar uiteindelijk was iedereen na 16.00 bij Ballone, onze overnachtingsplaats voor vannacht. Er zijn een aantal mooie poeltjes met watervalletjes om de poedelen, maar helaas is de zon al weg. Morgen staat er voor een aantal de zware tocht naar Haut Asco op het programma, de anderen gaan lopend naar de bus.

Dag 6 - 24 juni 2018

Vandaag ongeveer 10 uur lopen met een uitstap naar de Monte Cinto 2708 meter. Aangezien er nog veel ijs en sneeuw ligt zijn we gewaarschuwd dat de kant die wij oplopen in het ijsveld naar beneden gaat. (Je kan de GR 20 van noord maar zuid en andersom lopen) wij lopen hem naar het zuiden omdat je dan eindigt in de badplaats Calvi, zodat we kunnen zwemmen in zee! Het wordt een pittige dag met veel sneeuw en over verraderlijke ijsvlakten. Wij hebben met zijn allen besloten om geen risico te nemen met de sneeuw en ijsvlakten. Voor velen is het al een ‘spoedcursus’ bergwandelen extreem geweest dus vandaag gaan 4 van de 10 leden over dit gevaarlijke stuk van de GR20. De andere 6 dalen in 3 uur af naar een dorpje om vandaar met de bus naar het eindpunt te reizen.

Dag 7 - 25 juni 2018

Vandaag de laatste loopdag. We vertrekken om 06:30 uur vanaf het ski-station Haut Asco. We hebben heerlijk ontbeten. Eindelijk weer eens yoghurt bij het ontbijt. Achter het ski-station pikken we de GR 20 weer op. Gelijk 600 meter stijgen. En geen eenvoudige maar technisch stijl. Bovenop de Bocca di Stagnu hebben we pauze en genieten van de ruigheid van de omgeving. Beneden ligt ons volgende doel: Lac de Muvrella. En de rest van de lange technische afdaling. Dat heet in gewoon Nederlands een moeilijke en daardoor ook zware afdaling met veel hoogte verschil, grote stappen en schuine stappen die op wrijving genomen moeten worden.Prachtige ruige rotsformaties met talloze watervalletjes en stroompjes. Bij schuine passages zijn er kettingen aangebracht om ernstig vallen te voorkomen. Dit zijn ook de passages waar je graag langer zou willen blijven om te genieten van de omgeving. Tijdens de afdaling steken we meerdere malen het riviertje over. Soms eenvoudig, soms met hulp van je maatje of via een kabelbrug. Op een van deze bruggetjes zien we bloeddruppels liggen. Aan het einde van dit bloedspoor treffen we Piet. Die zijn hand heeft opengehaald aan het staalkabel eind. Arme jongen scherpe stenen wisten ook al zijn schenen te vinden. Kusje erop. Aan het einde van de route staat Rob ons op te wachten. Het was een prachtige, ruige bergtocht met vele stukken waar ik graag langer had willen blijven. Geweldige mooie leefwereld waarvan we met onze foto’s nog van kunnen nagenieten. Op weg naar het bier van maisson Forestiere de Bonifatu. Nu snel met de taxi naar het hotel en gelijk naar het strand van Calvi.

Het is tijd om bij te komen van de inspanningen van de afgelopen dagen.

IJSLAND 2018

Dag 1

Eindelijk was het zover, na maanden voorbereiding is alles gereed en gaan we getraind op pad. De rugzakken zitten vol met adventure food en de rest van onze kampeer uitrusting. Het grootste deel van de groep verzameld om 11.30 uur bij het meetingpoint. Hier wordt iedereen welkom geheten door Joost en Micha, de teamleiders van deze week. Daarna nog de laatste spullen uitdelen en naar de incheckbalie nr 1. We zijn niet de enige die naar IJsland gaan. Een lange rij staat al te wachten maar toch gaat alles redelijk snel. Bij de douane onze Hiking schoenen uit en ook die werden gescand. Daarna naar de Gates. We vlogen namelijk met twee vliegtuigen tegelijkertijd naar IJsland. Na 3 uur vliegen zijn we geland op Kevlavik AirPort. Daar heeft Micha de kaartjes gekocht voor de Flybus naar de camping in Reykjavik. Onderweg zien we uitgestrekte gestolde lavavlaktes met daarop prachtig bloeiende paarse Lupines. Het is ongeveer 1 uur rijden naar de camping. Daar worden we al opgewacht door 4 andere groepsleden die een dag eerder vertrokken zijn. Zij hebben vandaag rond gelopen in Reykjavik en zijn met een speedboot op walvissen watching geweest. We hebben de tentjes staan en de warme maaltijd naar binnen gewerkt. Het is hier 2 uur vroeger dan in Nederland en nog volop licht buiten. Tijd om zo lekker de slaapzak in te kruipen. Tot morgen →

Dag 2

Vanmorgen met een flauw zonnetje op de tent wakker geworden. Het is de hele nacht licht geweest en dat is een vreemde gewaarwording. Iedere keer als je even wakker ben denk je dat het tijd is om op te staan. Het is droog en dat is prettig als we de eerste keer de tent en rugzak inpakken. We hebben ruim de tijd om te ontbijten en nog even te wandelen in Reykjavik. Vandaag vertrekken we naar Landmannalaugar, de startplaats van onze hike. De weersvoorspelling in dat gebied zijn heftig. Er is veel sneeuw gevallen en er het is foggy. Het is de vraag of we de geplande route kunnen lopen. Echter Joost en Micha hebben een alternatief plan bedacht. Om 13.00 uur vertrekt de bus naar Landmannalaugar. We rijden eerste door een groen glooiend landschap. Na de pauze bij een tankstation gaan we het binnenland in. Eerst nog over een verharde weg langs boerderijen met de typische IJslandse pony's en daarna gaan we over een onverharde weg de binnenland in. Prachtige gele velden worden afgewisseld door zwarte lavavelden. De bus heeft toch flink de gang erin. Af en toe op de remmen voor een enkele tegenligger of een diepe kuil. Omstreeks 16.45 uur komen we aan in Landmannalaugar waar het flink waait maar droog is. We zetten onze tenten op, de lijnen verzwaren we met rotsblokken zodat de tenten stevig blijven staan in de wind. Daarna is het tijd voor ontspanning. Sommige gaan direct de warmwaterbron in andere duiken de koffietruck in. Rick en Joost verkennen vast een stukje van de route voor morgen. Eerst 150 meter omhoog klimmen en daarna door de lavavelden. Het is een bijzonder landschap en dat zullen we vast nog een keer tegen elkaar zeggen.
Nu eten en op tijd de slaapzak in.
Tot morgen.

Dag 3

Vanmorgen zijn we om 08.00 uur vertrokken uit landmannagevur richting onze eindbestemming van deze dag Alfavatan. Een wandeling van ongeveer 23 km onder andere over een pas?. De weersverwachting was vanaf 11.00 uur regen tot ongeveer 15.00 uur daarna zou de zon gaan schijnen. Op het laatste moment is er beslist om deze tocht toch te maken gezien de eerdere weersberichten. Veiligheid staat voorop. Maar uiteindelijlk zijn we vertrokken vertrokken. Het eerste gedeelte verliep goed. Met mooie uitzichten, stoom wat uit de berg kwam en een goed aangegeven route.Uiteindelijk kwamen bij de pas. Alleen maar sneeuw en mist. Dus goed de route volgen en bij elkaar blijven. Uiteindelijk kwamen om 12.35 uur aan bij de erste hut waar we uiteindelijk konden rusten en eten want onderweg was er nauwelijks een geschikte plek voor. Het hoogste punt was bereikt. Na het eten dachten we allemaal dat we omlaag gingen. Eindelijk maar dat bleek niet zo te zijn. We moeste nog een stuk over uitgestrekte sneeuwvelden. De vermoeidheid begon er in te sluipen. En een expeditie lid had het ontzettend moeilijk ivm een blessure . Maar deze bleef met veel karakter en doorzettingsvermogen doorgaan. Op een gegeven moment dachten we dat de sneeuw eindelijk achter ons hadden gelaten maar dat was maar gedeeltelijk waar. We moesten nog een klein stukje. Eindelijk liepen we over grind paden en zagen we de mooie vallei met de mooie kleuren zoals op de foto's . Toen begon de pittige afdaling naar het meer Alftavatn en uiteindelijk kwamen we om 20.00 uur op de overnachtings camping. Het groene tentenkamp werd opgezet en de warme maaltijd klaar gemaakt. Daarna onze slaapzak in en de dag nog eens doornemen. →

Dag 4

Porsmork naar Skógar.

Vandaag staat de laatste etappe op het programma een wandeling van ongeveer 24 km. We vertrekken om 8 uur vanaf de liefelijk gelegen camping te Porsmork. Maar niet nadat er eerst lang zal die leven is gezongen voor Joost die jarig is. Het eerste stuk gaat over de uitgesleten gletsjer uitloper naar een brug over de rivier. Daar komen we aan op camping Basar waar de klim naar het eerste plateau begint. We moeten vandaag een ruime 600 meter omhoog. Via smalle kronkelige paden in het begin nog gelegen tussen de berken bomen klimmen ee omhoog. Wat een prachtige uitzichten hebben we als we hoger komen richting het pad achter ons maar ook naar de bergtop en gletsjer voor ons. Het is een forse klim naar het eerste plateau wat een grote stenen vlakte is. Daar achter licht de echte top van de berg Fimvorduhals. Wederom klimmen we omhoog over smalle paden, sommige stukken beveiligd door een ketting die vast gemaakt is in de rotswand. De top is verstopt in een dikke laag mist en bedekt met sneeuw en ijs. We vervolgen de route over een sneeuw vlakte en volgen de gele markeringspalen. Ook het kompas is nodig om goed en veilig te navigeren. We gaan in zuidelijke richting en na twee km komen we bij de berghut uit waar het heerlijk warm binnen is en we onze natte kleding uit kunnen doen en genieten van een warme adventure food maaltijd, aangevuld met een cola en mars. Na de pauze blijkt dat een van de deelnemers vertrokken is op de verkeerde schoenen. Na een km in de achtervolging kon hij terug gestuurd worden om te wisselen. We beginnen aan de lange afdaling naar Skógar. Eerst op de kale rotsachtige hoogvlakte maar heel geleidelijk wordt het landschap steeds groener. We lopen langs de route met 25 watervallen, wat een prachtig natuur geweld. Vele malen stoppen we om foto s en film te maken. Omstreeks 19 uur komen we aan in Skógar bij de skogafoss waterval. Enorm en prachtig om te zien. Langs een lange stalen trap gaan we naar beneden naar de camping. Maar geen groepslid te zien. Die blijken allen in het burger restaurant te zitten aan een jawel potje bier. Dus maar ff aangesloten voor een heerlijke hamburger met een biertje. Daarna nog ff de tent opzetten en slapen. De tocht zit erop.

3-7-2018

Vandaag een rust/reisdag. De prachtige tocht door het ruige IJslandse landschap zit erop. We zijn moe maar zeer voldaan van alle prachtige indrukken en emoties die we hebben opgedaan. Het is mooi droog weer op de camping en bij de camping tafel ontbijten we. Rick, Emmy en Ingrid hadden gister boodschappen gedaan en brood met beleg mee genomen. Dat is heerlijk genieten en het brood was snel op. Daarna tenten inpakken en de traditionele groepsfoto maken. De groene shirts kleurden goed bij de waterval van Skógar. De busreis naar Reykjavik verliep vlot en daar kwamen we Jim, Gwen en Jan weer tegen. Zij vertelde ons hun belevenissen van de afgelopen dagen. Hun reis per 4-wheel drive door de zwarte woestijn en gesprekken met de locals. De renten werden weer opgezet op het grote veld. Daar stond ook een geel Vaude dorp met 25 dezelfde tentjes, leuk om te zien. Bij de maaltijd werd volop bij gepraat over de afgelopen week. Mogen de laatste dag die vrij te besteden is voor een ieder. We gaan whale watchen, de Geysir bezoeken en de stad in. ■

FJÄLLRÄVEN CLASSIC BRANIMIR

Dagen door weer en wind, uren sjouwen over keien met een zware bepakking op de rug en 's nachts bibberend van de kou in je tentje. Branimir heeft PTSS en liep samen met collega's en zijn buddyhond Goof de 110 kilometer lange Fjallraventocht in Zweden.

Dag 1

'Ik vervloek de keien. In alle Youtube filmpjes die ik ter voorbereiding op deze toch heb gekeken zag ik alleen maar mooie bergen en beekjes, maar niemand filmde dit stomme keien pad waar je overheen moet strompelen. De stenen zijn zo groot dat ze bij Goof tot zijn oksels komen. Hij mag niet loslopen en zit met een buggykoord aan mij vast. Maar als we gaan klauteren, komt het touw al snel strak te staan. Klote dit. Ik probeer van de omgeving te genieten en ontdooi een beetje, de stress die het vliegen met zich meebracht (teveel prikkels en mensen) en daarnaast nog een heel gedoe om je hond mee te krijgen in de cabine, kan ik langzaam loslaten. Omdat iedereen een ander looptempo heeft, lopen we niet als groep, vanavond zullen we elkaar weer ontmoeten als we de tent opslaan. De zestien kilo aan slaapspullen, kleding en hondenvoer zorgen voor pijn in mijn schouder. We buffelen door. Goof wordt moe en ik struikel een paar keer bijna over hem. Ik vraag me vertwijfeld af of we dit wel gaan halen. Heel laat komen we aan bij het kamp. Mijn natte kleren worden uitgedaan, ik krijg eten en anderen zetten voor mij de tent op. Doodmoe rol ik mijn slaapzak in.'

Dag 2

'Wat een wereld van verschil nu ik besloten heb om Goof gewoon los te laten lopen. Nu kan ik mijn eigen tempo lopen en dat gaat steeds beter. Uren sjouwen we verder. Onderweg zijn er eetpunten en ik werk een rendierenburger naar binnen. Na een uur of drie lopen begint de pijn in voeten en schouders, een pijn die niet weggaat. Maar we geven niet op. Goof trekt enorm veel bekijks, er zijn allemaal Chinezen die met ons op de foto willen.' →

" IK HEB HET GEWOON GEFLIKT "

MTB CLINIC LIMBURG

Een heerlijk weekend door de herfstbossen van Limburg. Via uitdagende klimmetjes trekken we de heuvels in. Over spectaculaire single-tracks crossen we weer naar beneden. Tussendoor oefenen we handige 'skills' om onze ATB's nog beter te beheersen. We overnachten op een bijzondere plaats…

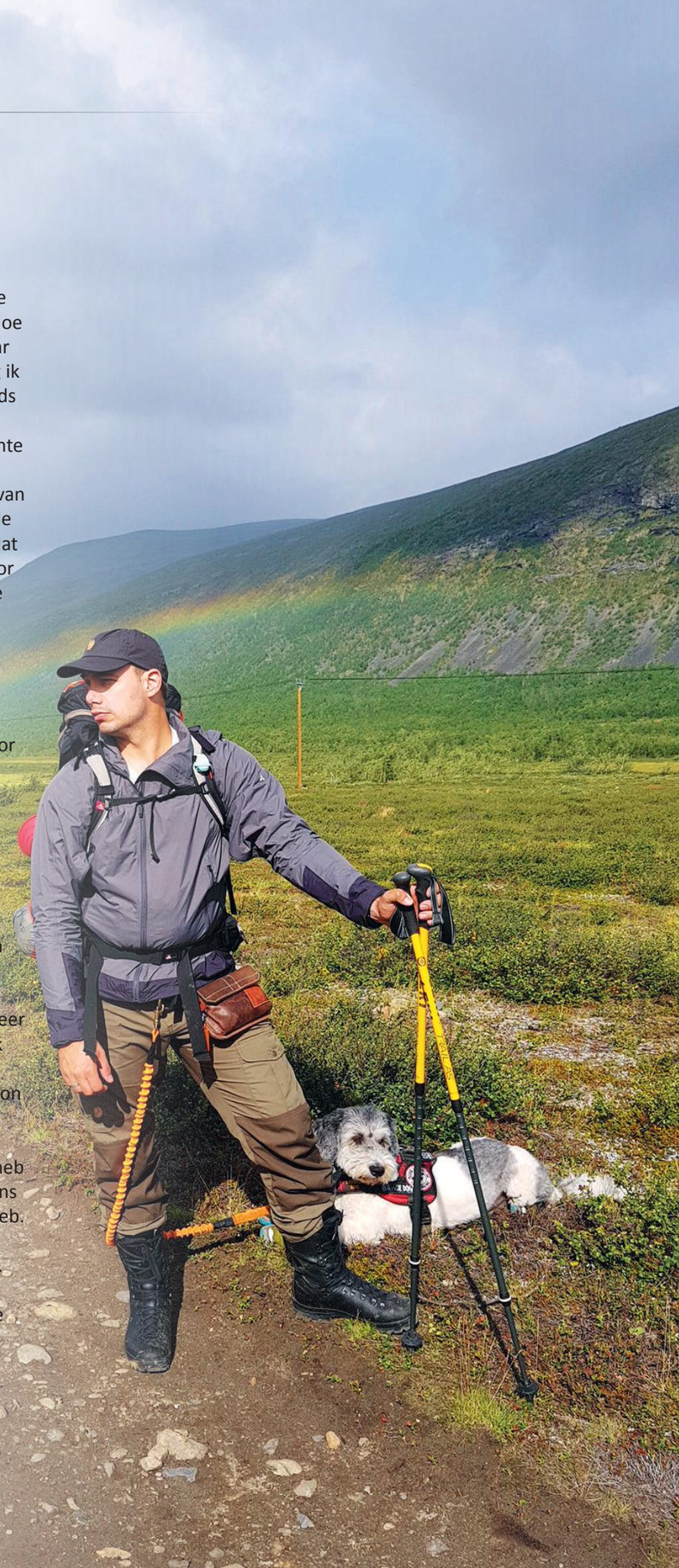
Wanneer: 3 en 4 november 2018

Waar: Rocca Buitensportbedrijf te Gulpen

Voor wie: Beginners & Gevorderden

Deelnamekosten: €80,00

MEER INFO: WWW.HIKING-ADVENTURES.NL/MTB-CLINIC



Dag 3

'Regen en wind striemen al urenlang tegen m'n gezicht. Ik ben nat en koud, heb overal pijn. Ook Goof loopt te rillen van de kou. We moeten maar liefst 28 kilometer vandaag. Hoe dan? Ik veeg tranen uit mijn ogen, ik wil naar huis. Waarom doe ik dit eigenlijk? Toch krijg ik ergens energie vandaan. Ik merk dat ik steeds sneller ga lopen en haal iedereen in. "Zie je nou wel, ik kan dit gewoon", zeg ik in gedachte tegen al die mensen die me door mijn PTSS hebben afgeschreven. Ja, ik ben veranderd van een stoere agent in een man die niet eens de supermarkt in durft. Maar vandaag voel ik dat ik gegroeid ben. Fysiek, door het trainen voor deze tocht, maar ook mentaal. Die realisatie maakt me emotioneel. Ze denken dat ik niks meer kan, maar nu loop ik maar mooi iedereen voorbij.'

Dag 4

'De speciale schoentjes à 130 euro die ik voor Goof kocht, beginnen een beetje te snijden in zijn vel, dus vanaf vandaag mag hij op blote pootjes verder. De ergste dag hebben we immers gehad. Elke keer word ik meer vastberaden: we gaan het gewoon halen.'

Dag 5

'Juichend kom ik over de finish. Alle mensen die op de eindcamping zitten en ons zien aankomen, beginnen te applaudisseren. Binnen bij de receptie plof ik op een bank neer en kom er de eerste drie uur niet meer af. Ik heb het gewoon gehaald, dat moet ik echt even verwerken. Ik zit hier en heb het gewoon geflikt!

Voor mij is dit echt een mijlpaal. Jarenlang heb ik gevochten om terug te komen en nu ineens merk ik dat ik weer uithoudingsvermogen heb. Het begon al met de trainingen, ik merkte dat ik steeds sterker werd, steeds meer kon. Fysiek maar vooral ook mentaal. Deze tocht is voor mij pure winst geweest, een mentale overwinning.
Ik kan weer gaan bouwen.' ▪

Geschreven door Maaike Boersma.

MONT BLANC EXPEDITIE 2018

29-6-2018
Op 29 juni 2018 vertrokken we (André en Martijn) om 03.30 uur met bestemming Chamonix, Mont Blanc in de Franse Alpen. Na een ontspannen autorit over de franse tolwegen kwamen we om 14.30 uur aan bij de prachtig gelegen B&B Ice and Orange. Niet veel later ontmoetten we onze gids, Guy Mévellec. Een ervaren, licht cynische en zeer fitte, 63 jaar jonge gids die ons de komende dagen over de bergtoppen zal leiden.

30-6-2018
Op 30 juni, na het ontbijt begon onze eerste klim van de week. Om 11 uur eerst even met de skilift van het dorpje Le Tour naar het beginpunt van de hike naar de hut 'Le premier Albert (2706m)'. Vanaf de skilift hiken we naar het eerste sneeuwveld waar Guy ons de wandel- en pickel technieken laat zien om deze sneeuwvelden veilig te kunnen doorlopen. Daarna begint de af en toe steile maar zeer indrukwekkende hike naar de hut. Na geluncht te hebben op een berghelling met uitzicht op de gletsjer en gletsjerwatervallen, test Guy ons nog even op een steil stuk sneeuwhelling. Hierna bereiken we de hut en genieten we van het uitzicht over het enorme sneeuwveld en de top van de Chardonnay. Morgen gaan we door naar de top van de Aguille de tour!!

1-7-2018
Op 1-07 stond de beklimming van de Aguille du tour (3540m) op het programma. Na een slaapruimte te hebben gedeeld met 9 anderen vertrekken we om 05.30 uur, enigszins vermoeid van al dat gesnurk om ons heen, vanaf de Premier Albert hut. Het eerste uur is hiken door de sneeuw met de stijgijzers aan en gezekerd door een touw. De temperatuur is aangenaam, het zonnetje schijnt en we kunnen lekker doorlopen. De vermoeidheid maakt al snel plaats voor prachtige vergezichten en goede sneeuwcondities. Vervolgens een steile klim naar een hoge passage. Met het hart in de keel komen we boven en genieten van een weergaloos uitzicht over de gletsjer. Aan de linkerzijde de imponerende, scherpe, top van de Aguille du tour. Na 45 minuten hiken over de gletsjer staan we aan de voet van de rotsachtige Aguille. De gids kiest voor de moeilijke route wat betekend dat we zonder stijgijzers gaan free klimmen. De route is uitdagend, steil en met beangstigende afgronden maar we bereiken voldaan de top! Daar hebben we een prachtig uitzicht op de Mont Blanc. Onze gids neemt eerst even de tijd om een belletje te plegen op wat de meest unieke werkplek ter wereld moet zijn. We maken nog wat foto's en dalen vervolgens af naar de gletsjer. Daar begint onze lange wandeling naar de 'Refuge du Trient' die net over de grens in Zwitserland ligt. De rest van de middag en avond verblijven we in de hut om te wennen aan de hoogte.

2-7-2018
Op 2-7 staan we om 05.00 uur op en lopen we het hele stuk terug naar de auto. Het weer is nog steeds fantastisch dus moeiteloos bereiken we ons doel en rijden we naar de B&B Ice and Orange. De rest van de dag vullen we met ontspanning en indoor klimmen en we maken ons klaar om morgen aan de beklimming van de Mont Blanc te beginnen!! →

3-7-2018

Op dinsdag 3-7 was het dan zover! De beklimming van de Mont Blanc stond op het punt te beginnen. We waren goed geacclimatiseerd, fit en verheugden ons op wat komen ging. Een regenbui in de ochtend maakte al snel plaats voor het inmiddels vertrouwde zonnetje. Om 11 uur namen we de kabelbaan naar het treintje welke ons naar het beginpunt, Nid d'Aigle zou brengen. Eenmaal in het treintje omhoog bleek deze ons echter maar tot halverwege te brengen….. piepend en schrapend kwam het treintje uiteindelijk tot stilstand en voor ons was dat het moment waarop wij starten met anderhalf uur extra lopen naar het beginpunt. Het zomerse weer en de bloeiende alpenweides zorgden ervoor dat we er snel waren. Vervolgens een drie uur durende wandeling de hoogte in waarbij het landschap langzaam veranderde van rotsachtig naar met sneeuw bedekte hellingen. Omstreeks 15.30 kwamen we aan in de 'Refuge de Tête Rousse' waar we vriendelijk welkom werden geheten. Hier zouden we de rest van de dag en nacht doorbrengen om de volgende dag om 04.30 uur te vertrekken.

4-7-2018

Op woensdag 4-7 om 04.00 uur mochten we dan eindelijk uit bed na een hele nacht geluisterd te hebben naar een orkest van snurkende spanjolen. De adrenaline liet ons deze slapeloze nacht snel vergeten want kort na het ombinden van de stijgijzers moesten we door het "grand couloir". Deze passage heeft inmiddels al een aantal slachtoffers geeist door vallende rotsblokken. De gids was gespannen en liet ons met versnelde pas oversteken. Niets aan de hand. Vervolgens zetten we handen en voeten in voor een twee uur durende, steile klim over rotsblokken naar de Aiguille du Goûter (3817 m), waar we even pauzeren bij Refuge du Goûter. De klim ging goed en in de hut namen we even de tijd om van kleding te wisselen voor een tocht over de eeuwige sneeuwvelden leidend naar de top van de Mont Blanc. Deze tocht bleek een vier uur durende, uitputtende hike door een waanzinnig sneeuwlandschap. Steile hellingen en smalle richels volgden elkaar op. Elke stap bracht ons dichter bij ons doel en we werden aangemoedigd door alpinisten die de top al hadden bereikt en op de terugweg waren. Bergop voelden we de kuitspieren branden terwijl we in de steeds ijler wordende lucht omhoog liepen. De laatste pauze was in een vierkanten, metalen hut waar we de laatste krachten verzamelden om door te gaan naar de top. Verlangend keken we naar die top. De hike die volgde bleek zwaar en met versnelde ademhaling bewogen we ons langzaam voort. De zon bleef schijnen aan een blauwe hemel maar de wind trok aan. De temperatuur dook verder onder het vriespunt en de kou drong zelfs door de dikke schoenen heen. Wat volgde was het moment waar we zo hard naar toe gewerkt hadden, de TOP van de Mont Blanc (4808,73 meter hoog). Overweldigende gevoelens van voldoening, vreugde, uitputting en ontzag voor de berg overvielen ons. Dat betekende kippenvel! Na het maken van foto's verlieten we deze inspirerende plek en begonnen we aan de terugweg richting de Refuge du Goûter. Tijdens de gehele terugweg genoten we van onze overwinning. We verbleven de avond en nacht in de Refuge du Goûter.

5-7-2018

Na een goede nachtrust stonden we om 05.30 uur op daalden we af naar Chamonix. Goedgehumeurd ging de afdaling vlot en soepel ondanks het feit dat het die nacht gesneeuwd had en de rotsblokken glad waren. Om 10.00 waren we beneden en konden we naar de B&B Ice en Orange. Hier komen we bij van het avontuur en genieten van een warme douche en schone kleren. 's Avonds stond er nog een heerlijk diner klaar, alle mooie ervaringen van de afgelopen week passeren nog een keer de revue. De Mont Blanc expeditie zit er op. Morgen gaan we terug naar Nederland, een prachtige ervaring rijker.

Wij willen Hiking and Adventures, Mountain Network, B&B Ice and Orange en in het bijzonder onze gids Guy Mévellec bedanken voor een onvergetelijke week. ▪

Groet, André en Martijn.

FJÄLLRÄVEN CLASSIC 2018

Mijn hele gezin brengt me naar Schiphol. Dat vind ik leuk want ik had niet verwacht dat m'n beide dochters zo vroeg hun bed wilden uitkomen. Onderweg is er dan ook wel wat ochtendhumeur te bespeuren. Op de Kiss & Ride plek zeggen we elkaar kort gedag. Vanuit mijn ooghoeken zie ik al wat bekende gezichten van mijn reisgezelschap. Dat maakt dat ik met stevige pas hun richting op stap, zodat ik niet op mezelf ben aangewezen bij de voor mij onbekende wereld van het digitaal inchecken. Alles verloopt echter voorspoedig en wanneer we naar de gate lopen zie ik steeds meer bekende gezichten. In de wachtruimte is het een en al herkenning. De sfeer is goed en ik krijg er echt zin in. We krijgen van Hans en Joost nog wat korte uitleg over de eerste dagen en dan kunnen we aan boord van de KLM Boeing.Gelukkig heb ik geen angst en zit ik de hele vlucht ontspannen in mijn stoel. De KLM serveert zelfs nog een ontbijtje: een lekkere sandwich met eiersalade en een beker thee. We landen op Stockholm Arlanda.

Met de bus gaan we naar het hotel waar we die nacht slapen en waar we onze spullen al kunnen achterlaten. De middag hebben we om naar eigen invulling door de stad te slenteren en de toerist uit te hangen. Ik vind Stockholm een leuke, rustige stad. De zon schijnt dus we doen een terrasje en lopen wat door het oude gedeelte. De afspraak is dat we avonds met z'n allen verzamelen in een pizzeria en ons te goed doen aan een heerlijke pizza. Daarna weer richting hotel. De volgende dag, donderdag 16 augustus, vliegen we naar Lapland. Deze keer met een vliegtuig van Norwegian. Het vliegtuig zit vol en ik denk dat 98% deelnemers zijn van de wandeltocht. Herkenbaar aan diverse kenmerken zoals een sporthorloge om, bergschoenen en/of wandeloutfit aan. We landen op Kiruna. Een kleine luchthaven met een korte start- en landingsbaan. Met andere woorden: bij het landen komen we met onze neuzen tegen de rugleuning van de voorganger. Wanneer we onze spullen hebben gaan we per bus richting de camping. Wat mij opvalt aan de bussen in Zweden is, dat die allemaal per stoel een oplaadpunt hebben voor je GSM. Hier wordt dan ook volop gebruik van gemaakt.

Tijdens de busrit moet ik toch echt constateren dat deze stad er grauw en saai uitziet. Veel industrie en weinig leefplezier. Wanneer we op de camping arriveren en ik mijn spullen bijeen gepakt heb, besluit ik eerst mijn tentje op te zetten. Hierna kunnen we ons deelnemersbewijs ophalen. Daarmee kunnen we dan weer een gastankje, een vuilniszakje en droogvoedselpakketten krijgen. Voedselpakketten zijn er in veel smaken dus het is even nadenken welke we meenemen. Er hangt een gezellige sfeer en er zijn echt deelnemers uit alle hoeken van de wereld. Ik ben alleen en merk dat ik dat wel fijn vind. Ik ga waar ik wil en wanneer ik wil. Natuurlijk moet ik me in grote lijnen aan het plan van de reisorganisatie houden. Dus kan ik nu lekker een grote beker thee gaan drinken. Tijdens dat bakkie vraagt iemand "Where are you from"? Ik antwoord in mijn steenkolen Engels "From Holland" "Oooh" zegt die gast, "dan kunnen we gewoon Hollands praten, haha".

Er is in deze omgebouwde gymzaal ook een soort braderie(tje). Hier is van alles te koop tegen een goedkopere prijs dan in de winkel. Broeken, messen, rugzakken en shirtjes. De rij voor de kassa is lang. Tot mijn verbazing zie ik ook mensen nieuwe wandelschoenen kopen. Zouden ze die echt komende dagen gaan gebruiken?Wat ook fijn is, is dat je een tas met spullen die je tijdens de hike niet nodig heb, mag achterlaten. De organisatie zorgt dat die weer voor je klaar staat na de finish. In deze tas stop ik dus mijn gewone kleding en schoenen. Maar ook shampoo en douchefris, want douchen is er de komende dagen niet bij. De mevrouw bij het inleverpunt moet lachen wanneer ik tegen mijn tas zeg "Goodbye shampoo." 'S avonds eten we bij een lokaal Thais eettentje een heerlijke, pittige maaltijd. Dit afhaaltentje heeft de hoogste omzet van het jaar zo enorm druk is het. Maar het eten is prima. De eerste nacht in de tent. Ik ga al vroeg mijn slaapzak in. Wanneer ik eindelijk naar mijn zin lig merk ik dat ik er klaar voor ben. Laat maar komen die wandeltocht! De nacht is wat rommelig. Veel korte slaapjes, wat geroezemoes om me heen, snurkgeluiden en toch wel wat frisjes. →

Lost in translation?

Wij helpen u graag verschillen in taal en cultuur te overbruggen

Neem voor een tolk- of vertaaldienst contact met ons op via:

info@livewords.com

+31 (0)20 820 28 20

LIVEWORDS
CONNECTING CULTURES

HIKING & ADVENTURES

www.hiking-adventures.nl

Race Director:
Hans Robijn 06-51054491

Course Director:
Rob Bouman 06-2242 3738

Medische Hulp Texel:
Centrale Huisartsenpost
0222-321143

Nood: **112**

Geen nood: **0900-8844**

Start & finish:
Texelcamping Loodsmansduin
Rommelpot 19
1797 RN Den Hoorn
0222 - 390112

Vrijdag 17 augustus

Het gaat beginnen! De eerste wandeldag. We hebben eerst een heerlijk uitgebreid ontbijtbuffet in de kantine van de camping. Dan gaan we in de bus naar de start van de Fjallraven Classic 2018. Er is even wat onduidelijkheid over de tijd en plaats van verzamelen. Dat veroorzaakt wat spanning. Gelukkig werkt onze telefoon hier nog en stappen we met een complete groep in de bus. Uiteindelijk komen we na ongeveer drie kwartier aan in Nikkaluokta. De weersomstandigheden zijn eigenlijk prima om te lopen. Had ik andere bezigheden dan had ik gezegd dat het koud, nat en winderig was. We krijgen de eerste stempel in ons paspoort, maken drie groepsfoto's… ja drie! Een met een groen shirtje (voor sponsor een) een met een wit shirtje (voor sponsor twee) en de derde met de jas die we van de organisatie hebben gekregen. Onze groep bestaat uit mannen en vrouwen tussen 22 en 72 jaar. Omdat deze organisatie is opgestart via de politiesportbond is 75% van ons gezelschap dan ook werkzaam bij de politie. Dat is vooral te merken wanneer er een briefing is en er wordt geroepen

"IK VOEL EEN KLEINE KRIEBEL IN MIJN BUIK"

"Luister uit mensen……" Daar staan we dan. Ik voel een kleine kriebel in mijn buik, zo van; heb ik wel een goede voorbereiding gedaan? Heb ik de juiste spullen in mijn rugzak? Je zult het vast herkennen. Uiteindelijk beginnen we met aftellen. 3, 2, 1…START! Daar gaan we. Ik word op sleep genomen door twee meiden in mijn leeftijdsklasse, Christien en Sandra. Binnen de eerste km zijn er al veel mensen die stoppen om hun kleding aan te passen. Te warm of te koud gekleed. We lopen met z'n drieën een gelijk tempo dus dat is fijn. Dit stuk bestaat voornamelijk uit kletsen, lopen, pauzeren, lopen, kletsen, eten, lopen, enzovoorts. Zij lopen deze tocht voor de tweede keer dus geven antwoord op de vele vragen die ik ze stel. De bestemming van dit eerste stuk is Kebnekaise bergstation. Het landschap is enorm. Wat kleine berkenbomen, je weet wel…die met die witte stammetjes, struiken en veel stenen, rotsen en keien. Je kunt heel ver kijken omdat de vlaktes wijd zijn en de bergen groot. Ik zoek iets van leven. Eenden in het meer, vogels in de lucht, knaagdieren of misschien wel rendieren. Maar ik kan niets vinden.

We komen als eerste dames aan bij de stempelpost. Maar we mogen nog niet naar binnen. De helikopter komt wat spullen brengen. De enige mogelijkheid van vervoer hier is door de lucht is, vandaar dat de colablikjes en andere benodigdheden op deze manier arriveren. Maar ook als er door een deelnemer wordt afgehaakt tijdens de tocht is de heli de enige manier om naar de bewoonde wereld te komen. Nadat we de stempel in het paspoort hebben staan trakteert Christien op een heerlijke beker thee. Ondertussen laden we onze telefoon op. Ik geniet! Wanneer wij bijgekomen en de telefoons opgeladen zijn, hijsen we ons weer in de warme, waterdichte kleding en gaan op pad naar de plek waar we de eerste nacht in de natuur mogen doorbrengen. Tussen de bergen is er een weiland waar we ons kamp opslaan. Ik ben ondertussen al behoorlijk handig geworden en zet mijn bungalow in rap tempo neer. Wanneer ik met een steen de haringen in de grond sla hoor ik "ssssssst….kijk, rendieren" iedereen is stil.

Er is wat onrust omdat er nog een aantal lopers van onze groep niet binnen zijn. Dat had eigenlijk allang gemoeten. Gelukkig komen ze gezond en beetje moe een voor een binnen. Alles is in orde voor de nacht dus ik steek mijn gasbrandertje aan en bereid mijn avondeten, Pulled Pork. Ik verwacht er niet te veel van en neem voorzichtig een hapje. Het blijkt een smakelijke voedzame maaltijd te zijn. Onder het eten bedenk ik me dat ik deze eerste tocht lekker heb gelopen. Geen klachten, geen pijntjes dus we kunnen morgen weer enthousiast van start.

Ik ga vroeg liggen zodat mijn benen maximaal kunnen rusten. Er wordt de komende dagen tenslotte nog wat van ze verlangd. Ik heb een lampje gekregen wat nuttig dienst doet als algehele tent verlichting. Hiermee kan ik nog wat lezen in het boekje van Daphne Deckers dat ik heb meegenomen. Uiteindelijk knip ik het lampje uit. Wanneer ik daar zo in mijn eentje in mijn tentje lig, voelt het een beetje als vroeger. Als in mijn brandweerbedje. Ik word verdrietig als ik daaraan terug denk. De brandweer is mijn passie en naar mijn mening is dat op een gemene manier van me afgepakt. Ik draai me om en ga bewust aan leuke dingen denken om in slaap te vallen, dat lukt al vrij snel. Deze dag 23,7 km, 692 hoogte meters in 9,30 uur.

Zaterdag 18 augustus

De nacht was beter dan gisteren maar wel weer wat onrustig. Dit komt voornamelijk door de koude. Ik heb een mummieslaapzak en wat is dan het geval. Er zit een capuchon aan dat is heerlijk warm in je nek en om je hoofd. Maar wanneer je je omdraait blijft de slaapzak liggen en eindig je met je gezicht in de capuchon. In alle rust word ik wakker, kleed me aan en ga mijn ontbijtje bereiden. Cruesli chocolade. Klinkt lekker…klinkt. Is echt niet te vreten! haha. Ik gooi het weg en neem een Zweeds broodje. Dat is zoveel lekkerder. Het blijkt dat de rendieren die nacht dicht bij onze tenten geweest zijn. Er liggen namelijk verse drolletjes in het gras. Om 08.30 uur startklaar verzamelen, korte uitleg over de route en de stempelpost daarna weer van start.

Sandra neemt de functie van bezemwagen op zich om op die manier te proberen de groep wel wat bij elkaar te houden. Christien en ik lopen samen verder. Zowaar zie ik iets vliegen: een soort meeuw. Ik moet een beetje lachen omdat ik blij ben een vogel te zien. We lopen in een heerlijk tempo. Regelmatig een korte pauze, geen lange pauzes meer. Dit is fijner. Op een gegeven moment zie ik een hamster onder een houten stellage vandaan kruipen en zich verstoppen voor ons. Wat een grappig diertje. Ook komen we een mooie, dikke rups tegen wanneer we omhoog lopen. Ergens boven op een berg staat de herkenbare blauwe Fjallraven tent. De stempelpost. Altijd fijn als je die in je vizier krijgt. Hier krijgen we een soort wrap met aardappelpuree, jam en rendiervlees. We gaan in het zonnetje op een rotsblok zitten om dit op te eten.

Het vlees heeft een wat sterke smaak maar we smikkelen lekker. Ook even de schoenen en sokken uit om de voeten te luchten. Wanneer ik om me heen kijk zie ik mensen met pleisters, tape of verband om hun voeten. Gelukkig heb ik nergens last van. Ik ben echt enorm blij met mijn Meindl schoenen. De paden bestaan uit stenen, rotsen of keien. De zool van mijn schoen beschermt de zool van mijn voet tegen de harde, ongelijke ondergrond. Ook kan ik gewoon door de beekjes lopen in plaats van onhandig van steen naar steen te hinken omdat mijn schoenen waterdicht zijn. Mijn enkels zwikken regelmatig maar dat wordt ook goed opgevangen door deze geweldige schoenen. Mede door de speciale vetertechniek blijft mijn voet op z'n plaats in de schoen bij klimmen en afdalen. Dat is fijn en zorgt dat ik geen blauwe teennagels krijg. We lopen weer verder.

Het regent maar ook daarvoor hebben we goede kleding. Een regenbroek met ritsen aan de zijkant zodat die over onze bergschoenen heen kan als we 'm aan- of uittrekken. Scheelt een hoop gedoe! Uiteindelijk komen we aan op de camping in Salka. Het regent dat het giet en dit is nu juist waar ik zo tegenop zag; tent opzetten in de regen…! Ik vraag of er tips zijn maar men zegt "Gewoon neerzetten." Dat doe ik dus ook. Ik moet eerlijk toegeven dat ik herhaaldelijk dat graftakkepestpleurisweer de tyfus wenste maar uiteindelijk stond alles toch op zijn plaats. Ik laat één van de mannen nog even controleren of mijn bungalow stormvast staat, want er wordt voor de nacht een harde wind verwacht. Daarna gaat die natte rugzak in de tent, trek mijn natte broek en natte jas uit en leg die strategisch over mijn natte rugzak zodat ik ze morgen weer (nat) kan aantrekken. Uit mijn rugzak pak ik warme thermokleding en fleece vest om aan te trekken. Dat voelt beter. Nu nog in de stortregen mijn eten op zien te warmen. In de tent het gasbrandertje aangestoken en daarna buiten gezet. Al snel kookte het water. Genoeg voor een maaltijd en een flinke beker warme thee. Als je thee drinkt…moet je plassen! Er was een toilet dus ik trek mijn natte broek en mijn natte jas maar aan en ren naar het houten gebouwtje. Nu moet je geen zwakke maag hebben maar ik ga omschrijven hoe een Laplands toilet werkt. W(ater) C(loset) kan je het niet noemen want er komt geen druppel water aan te pas. Normaal gesproken zie je dat een toilet vrij is als het slot wit is en rood bij bezet. Hier moet je door het raampje bovenaan de deur kijken of je een hoofd ziet, zo ja… dan is ie bezet. Zo niet… dan is ie vrij.ik trek de deur open en schrik een beetje. Ik moet een deksel pakken van de houten stellage met een van isolatie piepschuim gemaakte wc bril, neem plaats en doe je ding. Wanneer je nieuwsgierig bent kijk je onder de deksel, ik dus. Dan zie je drie meter lager voornamelijk de kleur bruin, afgewisseld met wat papier. Deze mesthoop wordt regelmatig afgedekt met een laagje zand of kalk tegen stankoverlast.

Wanneer de poep & pies teveel is, wordt het helemaal begraven en het toilet gebouw enkele meters verplaatst. Afijn, ik ren weer terug naar mijn tentje en trek de natte zooi weer uit en ga mijn met mijn thermo kleding de slaapzak in. Ik hoor dat een paar laatkomers ook zijn gearriveerd. Gelukkig bestaat onze groep voornamelijk uit hulpverleners. Dat maakt dat er mensen zijn die in de regen helpen met tenten op te zetten voor de laatkomers en die in de regen water koken om hun reisgenoten van een warme maaltijd te voorzien. Dat vind ik geweldig! Omdat ik voorgaande nachten als vrij koud heb ervaren kruip ik met thermokleding en fleece vest mijn mummie slaapzak in. Deze dag 23,58 km, 668 hoogte meters in 6,53 uur.

Zondag 19 augustus

De nacht is steenkoud! In de nacht heb ik een buff als sjaaltje om mijn nek maar ook een als muts op mijn hoofd gezet brrrr. Wanneer ik wakker word hoor ik weer druppels! Ohh My God, weer regen. Ik trek de natte kleding van gisteren weer aan en ruim zoveel mogelijk op in mijn tentje. Neem als ontbijt een paar Zweedse broodjes en een Snickers. We hebben vandaag de langste tocht en de meeste hoogte meters dus ik wil graag op tijd klaar staan. Ik ga in de regen mijn natte tent in elkaar vouwen en aan mijn rugzak bevestigen. Voor we vertrekken hebben we een briefing. Twee deelnemers stoppen de tocht. De reden hiervan is dat het niet meer gaat. PTSS maakt het te zwaar voor ze. Ik voel en baal met ze mee. Daar gaan we weer, nu richting het hoogste punt en nog vele wandel kilometers verder. Een bijzondere klim door het ruige gebied, de Tjakta pas. De groep loopt wat uit elkaar. De minder snelle lopers zijn wat eerder gestart en de snelle lopers mogen wat later. Ik ga me wat afzonderen van de groep, wil wat kilometers alleen maken. Het hoogste punt is al na acht kilometer. Het laatste stukje is het meest steile en ook echt effe klimmen. Ik vind het leuk om lekker te bikkelen. De mannen die het eerste boven zijn gooien hun rugzak af en lopen terug naar beneden om de laatste wandelaars te helpen. De weersomstandigheden zijn zwaar. Niet alleen regen maar ook behoorlijke wind maken het niet makkelijk. Voorbij dit hoogste punt ga ik alleen het pad volgen. Dit is niet moeilijk omdat de route wordt aangegeven door grote rode klodders verf op een steen of rots. Vanuit de verte lijken dat kaboutermutsjes. Verdwalen is zo goed als onmogelijk. In m'n uppie leg ik achttien kilometer af. Ik denk tijdens deze afstand veel aan de afgelopen tijd. Hoeveel pech, hoeveel tegenstand, hoeveel negativiteit kan een mens handelen. Ik denk na over het gezegde "vergeten en vergeven". Trek de conclusie dat er niets vergeten wordt en zeker niet vergeven.

Ik denk over het verliezen van mijn vader. Ik weet zeker dat ie trots op me zou zijn. Maar hij zal niet aan de finish staan omdat te laten zien. Maar ook dat ik trots op mezelf ben. Geholpen met de zwanen wassen. Begonnen aan deze tocht en dat ik met nieuw werk kan beginnen. Daar heb ik echt veel zin in! Streep onder het verleden en aan de slag met de toekomst. Ondertussen stormt het behoorlijk en waait de regen om mijn oren. Ik ben dik ingepakt en dat maakt dat ik er niet veel last van heb. Zoals menig outdoor mens zegt: "Slecht weer bestaat niet, slechte kleding wel." Soms stop ik even met lopen.

"SLECHT WEER BESTAAT NIET, SLECHTE KLEDING WEL."

Dit is om dat ik even de tijd wil nemen om rondom me heen te kijken. Wat een wijds uitzicht en een bijzonder landschap. Tijdens het lopen moet je geconcentreerd zijn waar je je voeten neerzet. Op een steen, op een rots of juist er tussen.

Ik merk dat dat nu, als ik een hoger tempo loop, makkelijker gaat. Niet teveel nadenken maar neerzetten die schoen en doorgaan. Ik heb veel plezier van mijn wandelstokken. Dat had ik niet gedacht. Maar de ongelijke paadjes en de zeventien kilogram op mijn rug zorgen soms voor wat onbalans. De stokken vangen dit weer op. Ik merk dat ik alleen loop. Echt alleen! Alleen is ook alleen. Niemand voor me en niemand achter me. Ik ben omgeven door bergen en uitgestrekt gebied. Het maakt me op een of andere manier blij. Ik zet mijn rugzak op de grond en ga op een stuk rots zitten. Ik drink wat en eet nog een van de energieblocks die Mud & Sweat store mij heeft aangeraden. Ik ga weer verder en kom na een half uurtje bij de stempelpost aan. Hier krijg ik een geweldig stuk van een chocolade brownie. Ik loop super lekker. De man met de hamer zie ik in de verte staan. Ik lach vriendelijk naar hem en geef 'm een duimpje. Ik laat me niet uit mijn tempo halen en ga door. In de verte zie ik een regenboog wat me dan weer laat denken aan mijn vader. "Ja Pa ik hou het wel vol hoor"! En ik ga weer door. Als ik goed kijk zie ik een paar houten huisjes waarvan ik weet dat daar de camping is. Eindbestemming Alesjaure. Ik wandel nog zeker anderhalf uur over keien en rotsen met als afsluiter een behoorlijke klim. Ik ben blij dat ik op de eindbestemming arriveer. Met een elegante zwaai gooi ik mijn natte rugzak neer, trek mijn baggerschoenen uit (dat moet) en loop naar binnen. →

Hoe blij kan je zijn met een warm plekkie in een café!? Er zijn al een aantal mannen binnen die zie ik met cola en snickers. Goed idee. Ik koop dat ook en schuif bij hun aan tafel. Opwarmen! Heerlijk suiker en chocolade. Mijn neus wordt ook weer een beetje warm. Het is gezellig en geen van allen hebben we ergens last van. Geen pijntjes of blaren. Alleen Goofy, de hond, heeft het behoorlijk koud. Zijn baasje lost dat op door hem toe te dekken met een fleece trui. Later krijgt hij zelfs nog een warme deken van de cafébaas. Gelukkig is het een jonge hond die wel wat kan hebben. Stuk voor stuk druppelen, letterlijk en figuurlijk, de wandelaars binnen. We komen tot de conclusie dat we zo onze tenten weer moeten gaan opzetten. De tent die nog nat is van de vorige dag moeten we nu weer in de regen gaan opzetten. Op een gegeven moment zie ik een stukje blauwe lucht aankomen. Hiervan maak ik gebruik. Het is even droog en ik zet snel mijn tentje op. Zo! Dat heb ik even mooi voor elkaar! Vanuit mijn tentje zie ik nog wat bikkels de regen trotseren. Ik steek mijn gasbrandertje aan en maak mijn warme maaltijd. Deze moet acht minuten intrekken en afkoelen. In die tijd maak ik van het overgebleven water weer een lekkere kop thee. 25,97 km, 633 hoogte meters en 6.18 uur.

Maandag 20 augustus

Ik heb een helse nacht gehad. Het was zo enorm koud dat ik het isolatie folie dekentje uit mijn EHBO set heb gepakt. Dit heb ik om me heen gewikkeld en ben zo mijn slaapzak ingekropen. Als een soort loempia lag ik nu in mijn tentje. Maar het werkte wel. Het bleek ook dat het die nacht maar drie graden was dus inderdaad een beetje koud. Maar wat hoor ik, alweer regendruppels. ooooh nee he! Ik heb er behoorlijk de balen in en laat dat ook merken aan mijn medereizigers. Maar iemand zegt me dat ik dit moet zien als het lopen van de marathon. Er zijn momenten dat het enorm leuk is en goed gaat.

Maar er zijn ook, net als nu dus, momenten dat het gewoon klote is. Maar…. zo zegt ie, als je straks over de finish loopt voelt het zo enorm geweldig dat je dit heb kunnen volbrengen. Dat voorbeeld klinkt reëel en hou ik dus ook maar voor ogen. Ook bespreek ik mijn “koude-nachten-probleem” en zeg hem dat er op mijn slaapzak toch echt staat aangegeven tot min vijf graden. Hij raadt me aan mijn slaapzak goed op te schudden voor het slapen zodat er lucht tussen de donsveertjes kan komen en dan met alleen een shirtje er in te gaan. Dus dat doen we vannacht dan maar. Alle natte zooi is weer ingepakt en ik ben weer klaar voor vertrek. Het weer zou vandaag beter gaan worden en de afstand is wat korter dan gisteren. De route van vandaag is veel over houten planken die zijn aangebracht om het ons af en toe makkelijker te maken maar ook om bepaalde planten te beschermen tegen dat gestamp van wandelaars. Er zijn drie deelnemers uit onze groep die hun hond hebben meegenomen. Daar ben ik dus best jaloers op! Suzie had dit reuze leuk gevonden. Wel had ik dan meer gewicht mee moeten sjouwen in mijn rugzak aan voertjes en dekentjes. Maar het was ook warmer geweest in mijn tentje en mogelijk zelfs in mijn slaapzak. Het weer wordt inderdaad beter en mijn wandeltocht gaat nog steeds geweldig. Dat geeft aan dat mijn voorbereiding goed is geweest. Het enige wat ik niet heb kunnen trainen in ons koude kikkerlandje zijn de paden van rots en steen. Dat was wel even wennen maar ook nu heb ik die onder controle. Ik mag mezelf nu dan ook een ervaren bergwandelaar noemen. Weet je wat ook een mooie ervaring is, wanneer je een klimmetje doet en je komt bovenop de berg aan dat je dan even al leunend op je stokken staat uit te hijgen en het enige wat je hoort is je hartslag.

Onderweg is er weer een zoete traktatie. Drie dikke, kleine pannenkoekjes met jam en veeeeeeel slagroom. Het is droog dus we gaan op een steen zitten en genieten van het moment. Er wordt me verteld dat er nog een deelneemster heeft moeten afhaken. Een oude blessure aan haar knie ging weer opspelen en belemmerde haar verder te lopen. Ze is ergens halverwege het parcours opgehaald door de heli. Daarop heeft ze wel drie lange uren moeten wachten in de kou en regen. We kijken naar onszelf en hebben nog steeds geen overdreven pijn klachten. Ik vertel dat ik al een tijd magnesium en glucosamine slik om kramp en pijntjes in mijn oude lijf te voorkomen. Het spreekwoord “na regen komt zonneschijn” is hier wel heel letterlijk want zo in het zonnetje lijkt deze tussenstop wel op een gezellig samenkomen. Maar de tocht moet vervolgd worden. Samen met een maatje loop ik verder. Hij heeft zijn hond mee. Het is een Buddyhond. De hond heeft hij nodig in zijn leven omdat hij is getraumatiseerd door gebeurtenissen tijdens zijn werk bij de politie. Hij heeft PTSS. Ik luister naar hem en denk terug aan een bepaalde periode in mijn eigen leven. Gelukkig heb ik kunnen leren waar mijn grenzen liggen en kan ik dat aangeven. Samen gaan we relaxt verder. Het is nog steeds mooi weer en stiekem hopen we dat het zo blijft. Via een metalen brug komen we aan op de camping in Abiskojaure. De zon schijnt en iedereen is vrolijk. We hangen alle natte spullen in de bomen. Tent, slaapzak, jas en shirtjes. Zelf nemen we plaats aan een van de picknicktafels en gaan we cola drinken en snickers eten. Onderwerp van gesprek is het missen van luxe. Al vijf dagen hebben we niet gedoucht. We ruiken dan ook behoorlijk. Iemand roept “We stinken niet naar zweet maar veel erger, naar zwerver haha”! De camping stroomt langzaam vol en ook onze achterblijvers arriveren. Het is grappig hoeveel verschillende talen er te horen zijn. Twee mannen staan met de tenten naast elkaar en stellen zich voor. De een uit Denemarken en de ander uit Hongarije. Ook zijn er veel lopers uit Korea en andere oosterse landen. Een bonte verzameling mensen met het zelfde doel; Hiken. 20,47 km, 247 hoogte meters in 4.46 uur.

Dinsdag 21 augustus

Deze nacht was minder heftig dan de voorgaande. Ik heb mijn foliedeken nog wel in mijn slaapzak maar heb hem niet de hele nacht gebruikt, gelukkig. Ik heb pasta als ontbijt maar het is wat veel. Gelukkig slaapt Goofy in de tent naast me en hij mag de rest hebben. Zijn voerbak wordt gevuld met een heerlijke warme maaltijd. Hij smult en wanneer hij klaar is kijkt ie met een oranje snor tevreden in het rond. Ik ben mijn rugzak aan het vullen en trek de conclusie dat ik de juiste spullen heb meegenomen. Ik heb veel plezier van mijn losse mouwtjes, mijn tubes (kousen zonder voeten), thermokleding en de hele tocht heb ik een buff op mijn hoofd gehad. Maar mijn regenbroek vond ik het meest geweldig. Deze heeft ritsen aan de zijkant zodat ik niet mijn schoenen hoef uit te trekken wanneer ik die broek aan- of uittrek. Toch had een van mijn wandelmaatjes iets wat ik volgende keer (als die er komt) zeker ook ga meenemen, een zakflesje met sterke drank. In mijn geval zal dat dan een heerlijk Jägermeistertje worden. Daar had ik zo af en toe wel een slokje van gelust. Vandaag gaan we ons klaarmaken voor de laatste loopdag met de kortste afstand. We gaan richting de finish. De langzame groep start om 08.00 uur en wij mogen een half uurtje later. Onderweg kijk ik terug op een bijzondere week waarin ik heb genoten en heb moeten afzien, waarin ik veel heb mogen glimlachen maar ook heb moeten doorzetten. Waarin ik menig traantje heb laten biggelen maar waar er door mijn loopmaatjes ook aandacht was voor mijn verhaal en mijn verdriet. En zij lieten mij beseffen dat deze vakantie een nieuw begin is. Streep onder dat wat geweest is en alles inzetten op een mooie toekomst. Ook heb ik plezier heb beleefd aan alle medelopers tijdens de hele tocht. Geweldig! Maar ook dat de organisatie van de Fjallraven Classic 2018 prima geregeld was. De organisatie van “onze” groep lopers was goed. Regelmatig kreeg je een compliment. Men noemde mij een bescheiden doorzetter die goed presteert. Wanneer we vier kilometer voor de finish zijn is de groep compleet. Gezamenlijk gaan we verder. Iemand roept heel hard: “Kijk nou een auto.” Haha die hebben we al vij dagen niet gezien. 200 meter voor de finish stellen we ons op. Dat kost even wat tijd en aandacht maar uiteindelijk staan we in rijen van vieren marcheren als vermoeide soldaten licht chaotisch naar de finish in Abisko touriststation. Wanneer we over de finish komen, zetten we onze rugzak in een hoek en we gaan in een kring staan. Om de beurt krijgt ieder onder een luid applaus zijn medaille uitgereikt. Wat een gaaf moment. Er zijn veel emoties, ieder zo de zijne. Er wordt gezoend, handen geschud en geknuffeld.

We hebben het toch maar gedaan! We pakken onze spullen en gaan in de lobby van het hotel zitten. Warm worden, thee drinken, bijkomen maar ook het thuisfront op de hoogte stellen dat de trip volbracht is. Veel medelopers kiezen ervoor om de laatste nacht in het hotel een kamer te huren en niet nog een nacht in de tent te kruipen. Natuurlijk maak ik die overweging ook maar besluit om toch de laatste nacht ook in mijn tentje te verblijven. Het is gezellig op het terrein. Christien en Sandra nemen me weer mee op sleeptouw. We brengen onze schoenen weg naar de schoenenpoetstent. En er staat een grote tent waar we een broodje rendier kebab bestellen. Dat smaakt wel. Dan ga ik weer naar de lobby om mijn telefoon aan de oplader te hangen. Nu wordt ik even onrustig want hij laadt niet op. Ik word geholpen met andere snoertjes maar die maken ook geen contact. Hmmm…wat nu. Gelukkig is er een radio zendamateur die mij uit de brand helpt. Hij heeft een snoertje met iets meer power en dus zak ik ontspannen achterover in een van de luie stoelen. Er is een douche op het terrein maar daar ga ik morgenochtend pas onder. Mijn tent, slaapzak en andere kleding stinkt tenslotte allemaal naar zweet. Tijdens het eten van het broodje rendiervlees zag ik dat er een tattooshop op het terrein stond. Ik ga naar binnen en leg de tattoeerster uit wat ik wil. De grafiek van de te lopen route van de Fjallraven Classic 2018, van 0 – 110 km, de rustplaatsen erbij en boven de finish een sterretje. Dat sterretje doet me denken aan mijn vader die als trouwe supporter mij vaak bij de finish van een bijzondere sportiviteit opwachtte. 14,47 km, 192 hoogte meters in 3.17 uur.

Fjallraven Woensdag 22 augustus

Om 05.10 uur word ik wakker. Redelijk goede laatste nacht gehad in de tent. Ik pak mijn klaar gelegde spullen en sluip tussen de tentjes door naar het douche gebouwtje, eindelijk douchen! Ik moet in de rij gaan staan, oepsie. Maar als ik er dan onder sta is dat toch wel even genieten. Ik was mijn haar en zie dat de shampoo lichtbruin van kleur is, getver. Mijn haar wordt dus twee keer geshamponeerd. Eindelijk mag ik mijn spijkerbroekie en gympen weer aan. Dat voelt dan zo fijn. Tent voor de laatste keer inpakken, rugzak voor de laatste keer inladen en nu naar het luxe ontbijtbuffet in het hotel waar ik ruim de tijd heb om van alles te eten en drinken. Om 09.30 uur stappen we in de bus om aan te terugreis te beginnen. Ik begon aan deze trip met het idee mijn hoofd leeg te maken, het verleden af te sluiten en daarmee plaats te maken voor nieuwe ervaringen, het leren kennen van nieuwe mensen en met een positief gevoel de toekomst in gaan. Dat is zeker gelukt!

Dank je wel Hans en Joost voor de begeleiding en dank je wel **www.hiking-adventures.nl** voor de organisatie.■

PROGRAMMA 2019

NOORWEGEN SNEEUWSCHOENEN TREKTOCHT MAART 2019

Een huttentrektocht op sneeuwschoenen door de ongerepte natuur van Noorwegen, waarbij genieten op nummer één staat. In deze 5-daagse tocht laten wij jou een prachtig stukje natuur van Noorwegen zien. Van prachtige meertjes tot mooie bergtoppen met unieke uitzichten. Te voet trekken we met onze rugzakken van hut naar hut. In principe komen we geen bevoorradingspunt tegen, dus we dragen ons eten zelf mee. Water is er in de prachtige natuur genoeg te vinden. Tijdens deze tocht leer je onderweg de basics over survival, de natuur en het hiken. We beginnen en starten deze week met een overnachting in een hotel waarbij diner en ontbijt zijn inbegrepen.

NEPAL ANNAPURNA TREKKING 20 MAART - 7 APRIL 2019

Adembenemend mooie reis naar Nepal met als hoogtepunt een 10-daagse trektocht naar Annapurna Basecamp (4.160m). Van daaruit heb je uitzicht over een fenomenaal landschap met enorme gletsjers en bergwanden rondom die nog eens 3.000-4.000m hoger zijn! We overnachten in eenvoudige, maar comfortabele guesthouses (2 persoons kamers).
Een prachtige reis langs diverse hoogtepunten:
• Poon Hill (3.210m - prachtige zonsopkomst over Himalaya);
• kleurrijke dorpjes met vriendelijke mensen;
• oeroude wouden met diverse soorten apen, vlinders en vogels;
• wandelen door diepe ravijnen, over hangbruggen en langs kliffen.
• Annapurna Basecamp (4.160m) met Annapurna Sanctuary

Voor en na de 10-daagse trekking is er ruimte voor de culturele hoogtepunten van Kathmandu Valley.

ZWEDEN: SNEEUWSCHOENEN TREKTOCHT 1 APRIL - 9 APRIL 2019

Kungsleden is een lange wandelroute door de schitterende natuur van Zweeds Lapland. Bij velen van ons wel bekend van de Fjällräven Classic in augustus. Nu gaan we terug in de winter! De meren zijn bevroren en vormen een kaarsrechte en horizontale weg: alles bedekt met een dikke laag sneeuw. we trekken op onze sneeuwschoenen door de bossen van Abisko en over vlaktes tussen prachtig uitgesleten bergen. We dragen onze rugzak met daarin onze slaapzak en kleren, het eten gaat met de hondenslee. Aan het eind van de dag warmen we ons bij de houtkachel in schitterend gelegen berghutten waar we ook overnachten. Daarnaast hebben we een grote kans dat we ‘aurora borealis’, het noorderlicht te zien krijgen. Aan het eind van de trekking maken we nog een korte tocht met een sneeuwscooter.

MAROKKO: TREKKING TOUBKAL 6 APRIL - 13 APRIL 2019

Toubkal in de Marokkaanse Atlas is de hoogste berg van Noord-Afrika. We beginnen in Marrakech en bezoeken de Souks met talloze slangenbezweeders en kleur- en geurrijke eetkraampjes. Daarna beginnen we aan het echte avontuur: een trekking door de hoge Atlas, waar het droge en toch groene landschap je zal verrassen. Net als de schitterende uitzichten en de vriendelijke lokale bevolking. We overnachten in pittoreske Berberdorpjes waar de tijd lijkt te hebben stilgestaan.De laatste dagen gaan we echt de hoogte in. Na een pittige dagwandeling de berg op overnachten we in een berghut in de sneeuw. De volgende ochtend lopen we onder begeleiding de Toubkal op.

SCHOTLAND: WEST HIGLAND WAY MEI 2019

Trekking door misschien wel de mooiste gebieden van Schotland. Langs meren en over heuvels trekken we deze klassieke route. Onderweg passeren we schapenweides en over uitgestrekte heidevelden. We doorwaden een paar riviertjes en overnachten in schitterend gelegen guesthouses. Aan het eind beklimmen we de Ben Nevis waarna we genieten van een biertje in het prachtige Fort William. Een prachtige reis door een van de mooiste gebieden van Europa!

IJSLAND RUGZAKTREKKING JULI 2019

De Laugavegur ('weg naar de warme bronnen') is een zeer populaire wandelroute in IJsland waar jaarlijks vele wandelaars uit de hele wereld naartoe komen. Dit grote succes dankt deze tocht aan de geweldige landschappelijke variatie. In amper zes dagen tijd maak je kennis met de meest uiteenlopende aspecten van het eiland: je snuift de geur van de heerlijke berkenbossen in Þórsmörk op, blikt in de bodemloze diepten van de canyon Markarfljótsgljúfur, ontdekt de geweldige gletsjers van Eyjafjallajökull en Mýrdalsjökull en doorkruist pikzwarte woestijnen en sombere lavavelden. En altijd weer zijn er die grillig gevormde bergen, die zo als decor voor de film ‘Lord of the rings’ zouden kunnen dienen. En als apotheose heb je de ryolietbergen met hun schitterende kleuren, geheimzinnige kloven, solfataren en warme bronnen, die ieder jaar vele bezoekers naar Landmannalaugar lokken.

ZWEDEN FJALLRAVEN CLASSIC AUGUSTUS 2019

Veel deelnemers komen jaarlijks terug voor deze tocht, dus het is niet verwonderlijk dat velen dit de mooiste trekking in de wereld noemen. Vandaar dat deze tocht ook voor Hiking & Adventures inmiddels een ‘classic’ is!
Vijf dagen wandelen door het prachtige noord Zweedse landschap. Bergen, sneeuwvelden, riviertjes waaruit je zo kan drinken. Prachtige vergezichten. Alles perfect georganiseerd door het Zweedse Fjällräven: onderweg kun je je voorraad voedsel aanvullen en af en toe staat er een kraampje waar je wordt verrast met een lekkernij. Voorafgaand aan de trekking brengen we een middag door in Stockholm. We sluiten af met een knallend eindfeest in de ‘Trekker’s Inn’ in Abisko.

BUSHCRAFT DATUM VOLGT

Bij Bushcraft draait het om het leren van vaardigheden om comfortabel in de vrije natuur te kunnen leven.
Denk aan het zelf maken van vuur. Daar komt veel bij kijken: selectie van het juiste hout en tondelmateriaal bijvoorbeeld. En de vaardigheden om zelf een vuurboog te maken: touw maken van planten die je vindt en het uitsnijden van de houten boog. En nu nog vuur maken...
Dit weekend is ook bijzonder geschikt voor kinderen (8+). Een unieke kans om samen met je vader (of moeder, oom, tante en noem maar op) vuur te maken, touwen te knopen, te leren snijden met een mes, te speuren naar wilde dieren en slape onder de sterren.
Maar iedere volwassene zonder kind kan zich natuurlijk ook aanmelden.
Zie voor een impressie ons kanaal op youtube: youtu.be/W-dkxPmZ_cc

KILIMANJARO NAJAAR 2019

Een epische tocht naar het hoogste punt van het Afrikaanse continent. De beklimming van de Kilimanjaro (5.895m) is een pittige, maar onvergetelijke reis. In een lange karavaan lopen we, vergezeld door dragers, de berg op. We passeren verschillende klimaatzones en genieten van prachtige vergezichten op het Afrikaanse landschap. 's Avonds slaan we ons kamp op en laten we ons verrassen door de inventieve en gastvrije koks.
Na afloop kun je nog een paar hoogtepunten bijboeken:

- Safari door de Serengeti of Arusha National Park
- Korte strandvakantie op de witte koraalzanden van Zanzibar.

KANO SURVIVAL TREKTOCHT ZWEDEN 5 - 12 OKTOBER 2019

Omdat georganiseerd survival nooit een echte survival situatie is bieden wij de combi aan met kanoën. Best of both worlds. Lekker met een kano de (semi) wildernis in op een wat primitieve manier en vooral genieten van de natuur. De natuur is simpelweg te mooi om alleen maar bezig te zijn met 'survival'. Daarnaast is onze filosofie om deze avonturen zo laagdrempelig mogelijk te maken. Onze doelgroep is in principe, iedereen die het leuk vindt. Wij vragen dan ook een 'gewoon' goede conditie van de deelnemers en een goed humeur. Er zullen mensen meegaan met wat meer ervaring en mensen zonder ervaring. Juist deze mix maakt het leuk. Iedereen kan op deze manier van elkaar leren. Ons idee is dan ook om de deelnemers zoveel mogelijk zelf te laten doen. Zelf navigeren met kaart en kompas, zelf vuur maken, zelf een mooi locatie kiezen om te slapen. Zo komt iedereen aan zijn of haar trekken. Mochten we het idee hebben dat we verkeerd varen kunnen we altijd ingrijpen. Tussentijds is er voldoende tijd voor uitleg of instructie.

WWW.HIKING-ADVENTURES.NL