

Technische fiche gevorderdenstage bergbeklimmen

17 tot/met 22 juni 2024 – Chamonix en omgeving (6 stagedagen)

Chamonix-Mont-Blanc koppen de toeristische folders, want de identiteit van dit sterk uit de voegen gebarsten bergsportdorp in de Franse Haute-Savoie is nauw verbonden met de hoogste berg van de Alpen. De stad is een van de drukst bezochte niet-culturele, toeristische bestemmingen van de wereld geworden en noemt zichzelf -niet geheel onterecht- de wereldhoofdstad van het alpinisme. Vroeger was het nog Chamouny, maar met de opkomst van het alpinisme en de wintersport werd het dus Chamonix, waarbij die 'nix' komt van het Latijn voor sneeuw.

Vanuit deze vallei zijn de mogelijkheden voor rots- en bergbeklimmen bijzonder uitgebreid... Je zou er een heel leven kunnen klimmen en telkens een andere route doen (als je klimniveau én de berg het toelaat). Vaak laten kabelbanen en hooggelegen berghutten het toe om de aanlooptijden sterk te reduceren, waardoor er meer actieve 'klimtijd' over is én de kansen om bij te leren groot zijn.

DOEL VAN DE STAGE

Deze stageweek is bedoeld voor wie reeds eerder een beginnersstage en eventueel ook al een ervaringsstage bergbeklimmen deed -of gelijkwaardige ervaring heeft opgebouwd in beklimmingen tot niveau PD+ à AD-. Je volbracht ook reeds enkele hoogalpiene beklimming op zelfstandige basis en bent vertrouwd is met multipitch rotsklimmen.

Tijdens deze stage gaan we stapje verder... Je leert bijkomende klim- en zekertechnieken voor moeilijker of steiler terrein, reddingstechnieken op de gletsjer bij een tweemanstouwgroep en efficiënter vorderen in gemengd terrein. De beklimmingen worden in onderling overleg gekozen en door de deelnemers zelf voorbereid.

We kiezen beklimmingen van verschillend karakter, zowel échte rotsbeklimmingen als mixte/sneeuw en ijs komen aan bod. Het alpiene niveau is ongeveer AD, in rotsterrein kan het zijn dat we tot niveau D gaan.



Figure 1- Arête De Cosmiques

INHOUD

Volgende basiscompetenties werden normaal eerder reeds aangeleerd en worden in de praktijk opgefrist:

- Sneeuwterrein: remoefeningen op sneeuw 30-35° en zekeringstechnieken
- Staptechniek met stijgijsers op steiler terrein.
- Gebruik van springtouw bij sneeuwgraten.
- Rotsterrein: vorderen in 4^{de} graads terrein op bergschoenen, in hoger niveau op klimschoenen, vnl. graatbeklimmingen
- Zekeringstechnieken en basisgebruik klemblokken en friends.
- Klimmen op steilere firn en ijs tot 55°
- Vorderen in touwgroep van 2 op de gletsjer en bijhorende reddingstechnieken
- Oriëntatie met GPS, oriëntatie-apps, kaart en kompas
- Tochtvoorbereiding o.a. meteo, 3x3 risicomanagement, topo en materiaal
- Doorgedreven risicomanagement en besluitvorming.
- Bivakkeren in de bergen.



Figure 2 - Chardonnet



CURSUSMATERIAAL

De cursustekst voor deze stage is het in 2023 gepubliceerde KBF-handboek "Gevorderden Bergbeklimmen", te koop via de KBF-webshop of via de stageleiding.

DAGSCHEMA

Heenreis: zondag 16 juni (of dag eerder, voor wie wat wil inlopen)
Eerste stagedag: maandag 17 juni
Laatste stagedag: zaterdag 22 juni

VERLOOP VAN DE STAGE

Programma samen te stellen in overleg met de groep. Alvast enkele voorbeelden van mogelijke beklimmingen:

- Arête de Cosmiques (AD)
- Midi-Plan Traversee (AD)
- Aiguille Du Tour – Arête de la Table (AD, 5a) of Couloir de la Table (AD-, 45°)
- Tête Blanche – noordwand (AD, 55°)
- Aiguille Purtscheller – zuidgraat (AD, 5a)
- Chardonnet – Arête Forbes (AD, 4b, 45°)
- Aiguilles d'Entreves (AD, 4c)
- Tour Ronde ZO-graat (AD, 4b)
- Dent du Géant -ZW-wand (AD+,4c) of Geant Branché (D-,5b)

Zaterdag is de laatste stagedag, vanaf de late namiddag kan je doorreizen of huiswaarts vertrekken

LAATSTE INSCHRIJVINGSDATUM

14 mei 2024 (tenzij eerder volzet) [via ...](#)



Figure 3 Traversee Midi-Plan

DEELNAMEVOORWAARDEN

Het betreft een ervaringsstage, daarom gelden er enkele specifieke deelnamevoorwaarden (aanvullend op de algemene deelnamevoorwaarden):

- Eerder een beginnersstage en/of ervaringsstage bergbeklimmen gevolgd hebben én ook reeds zelfstandige ervaring op hoogalpiene beklimmingen van minstens niveau PD (indien dit niet het geval is, dan kan met de stageleider bekeken worden of je elders verworven ervaring volstaat)
- Voorafgaande uitvoerige rotsklimervaring is noodzakelijk, je behaalde via klimschool of stages minstens een klimvaardigheidsbewijs 3 – outdoor voorklimmen en hebt voorbije jaren enkele meertouwlengteroutes (minstens 4 pitches) op rots geklommen van minstens niveau 5b.
- Een goede fysieke en mentale conditie hebben. Bergtochten met meer dan 1000 stijgmeters vormen geen probleem voor je, noch 8 uren fysieke inspanning.
- Belangrijk is dat je tevens over een goede stap- en stijgjzertechniek beschikt en een flinke portie bergwandelervaring hebt.
- Minstens 18 jaar zijn voor aanvang van de stage
- Actief lidmaatschap van KBF voor 2024 (dient uiterlijk tegen het voorbereidingsmoment in orde te zijn !)
- Een sociale, flexibele en verantwoorde ingesteldheid.

De deelnamevoorwaarden worden getest op het voorbereidingsmoment, de stageleiding heeft steeds het recht iemand de deelname aan de stage te ontzeggen als het vereiste niveau op vlak van fysiek, klimmen of touwtechnische vaardigheden niet volstaat.

VERVOER HEEN EN TERUG EN TER PLAATSE

Alle deelnemers staan in voor eigen vervoer naar de stageplaats. Reken op ongeveer 900 km

van Brussel. Uiteraard kan er tijdens het voorbereidingsmoment en vooraf onderling worden afgesproken om te carpoolen.

VERZEKERING

Als KBF-lid geniet je van het verzekeringspakket UNIQA. Het UNIQA pakket is een volwaardige reisbijstandsverzekering die naast uw bergsportactiviteiten ook al uw vrijetijdsactiviteiten verzekert. Het is één van de allerbeste bergsportverzekeringen in Europa.

De volledige polis kan u vinden op <http://klimenbergsportfederatie.be>. Indien je nog vragen hebt over de polis contacteer je het secretariaat van de KBF op info@klimenbergsportfederatie.be of op 03/830 75 00.

VOORBEREIDINGSAVOND EN -DAG

Op vrijdagavond **24 mei om 20:30u** treffen we elkaar in Freyr om kennis te maken en het programma te bespreken, aangezien jullie daar veel inspraak bij hebben én (in duo's) de nodige tochtvoorbereidingen en reservaties te maken hebben. Op zaterdag **25 mei** trekken we naar een klimmassief, waar we de hele dag gaan oefenen op technieken van vorderen op rots, rappel en gebruik van mobiele zekeringsmiddelen.

Wat neem je mee?

- Klimgerief: gordel, setjes, zekeringsapparaat, enkele schroefmusketons en 2 safebiners (bijv. ballocks), hulptouwtjes 1-3-5m, 2 bandlussen 120cm, klimhelm, microtraxion
- Bergschoenen (stijgijzervaste C of D-schoenen)
- lidkaart KBF 2024 en identiteitskaart
- Alle materiaal voor de stage waarover je eventueel nog twijfelt of het wel zal volstaan
- Eten en drank
- Geschikte kledij aangepast aan de weersomstandigheden
- Tent, slaapmatje, slaapzak, hoofdlamp
- Ontbijt & lunch

TECHNIEKENAVOND

Op dinsdagavond **4 juni om 19:00u** aan de buitenklimmuur in Breeven (Bornem) gaan we enkele touwtechnieken herhalen en erop verder bouwen. De focus ligt op reddingstechnieken op gletsjer en standplaatsopbouw op rots. Einde voorzien rond 22:00u.

Wat neem je mee?

- Klimgerief: gordel, zekeringsapparaat, enkele schroefmusketons en 2 safebiners (bijv. ballocks), hulptouwtjes 1-3-5m, 2 bandlussen 120cm, microtraxion
- Geschikte kledij aangepast aan de weersomstandigheden

Aanwezigheid op deze voorbereidende dagen is noodzakelijk voor een vlot en veilig verloop van de stage, uitzonderingen dienen vooraf besproken te worden met de stageleiding.



WAT NEEM JE MEE OP STAGE?

Tijdens het voorbereidingsmoment overlopen we al het materiaal en de kledij. Heb je nog twijfels bij de aankoop of huur, wacht dan tot na het voorbereidingsmoment.

Materialen kan je eventueel voordeliger aankopen door tussenkomst van de stageleiding en de organiserende club.

STAGEPRIJS

Inbegrepen in de stageprijs is enkel de vergoeding van de lesgever en zijn verplaatsingskosten. Alle uitgaven ter plaatse (verblijf in camping of berghutten, maaltijden HP, kabelbanen) dienen door de cursisten betaald te worden, dus zowel voor zichzelf als voor de stageleiding. Hierdoor is er een grotere flexibiliteit in het programma mogelijk.

Een overnachting in HP in een Franse hut kost ongeveer 65€, in een Zwitserse hut is dat minstens 75€ en dit zonder overige consumpties. Reken op 4 à 5 nachten in berghutten, eventueel 1 bivaknacht en 2 keer op camping.

STAGEBEGELEIDING

Bart Smets is VTS initiator rots- en bergbeklimmen, UIAA Instructor Alpine Climbing, volgde de outdoor-EHBO opleiding Wilderness First Responder en professioneel onder de naam B-Kairos actief als reis Leider, coach & trainer en voor KBF als coördinator rotsklimmen, canyoning en via ferrata. Hij begeleidt al vele jaren stages in verschillende disciplines voor Bleau.

Bart Vaganée is UIMLA International Mountain Leader, werkzaam als trekking- en gletsjergids op IJsland en tevens UIAA Instructor Alpine Climbing en Wilderness First Responder. Als stageleider is hij een vertrouwde compagnon van de andere Bart.

NOG VRAGEN OF MEER INFO NODIG?

Organisatie:

...

Bleau Climbing Team

contact stagebegeleiding:

Bart Smets

0476/98 18 74

bart@b-kairos.be