# Toerskistage Beginners

## Data:

8 tot 13 maart (5 effectieve stagedagen)

## Regio/uitvalsbasis:

Névache / Vallée de la Clarée, Oostenrijk

## Doelgroep

Beginnende toerskiërs die zeer vlot een rode piste kunnen afskiën, op zwarte pistes ook aardig hun plan trekken én in de zomer ook graag lange bergtochten maken te voet. Uiteraard ben je ook lid van KBF en je bent meerderjarig bij aanvang van de stage.

Voorafgaande deelname aan zowel een theoretische als praktische **workshop lawinekunde** is verplicht. De stageleider richt zelf zo'n workshops in op vrijdagavond 15 januari (theorie in Puurs-Sint-Amands) en zaterdag 16 januari (praktijk in Mechelen) waarbij die middag ook als **voorbereidingsmoment** voor de stage ingepland staat.

Opmerking: deze stage is bedoeld voor beginnende toerskiërs, als je eerdere stage-ervaring hebt, gelieve je dan eerder te wenden tot een ervarings- of gevorderdenstage. Toerboarders kunnen deelnemen, maar weet dat het terrein zich niet altijd leent voor toerboards doordat er vaak vlakkere passages zijn.



## Doelstellingen

Tijdens een beginnersstage leer je de basis om zelf eenvoudige tochten te ondernemen. Het in de praktijk inschatten van het lawinerisico, tochtvoorbereiding, gebruik van het specifieke ski- en veiligheidsmateriaal, de eerste keren 'Spitzenkehren', het terrein lezen… een heel pakket aan kunde, die nodig is om met genoeg marge in te schatten welke tocht in welke omstandigheden mogelijk is. Geen skiliften, maar op eigen kracht de bergen intrekken en daarbij soms in een berghut overnachten.

Een greep uit het programma: tochtvoorbereiding, strategie (stop or go, snowcard), lawine-berichtgeving, simulatie lawineongeval, LVS-oefeningen, sneeuwprofiel, leggen van een spoor, skitips bij de afdaling… Zoals steeds integreren we het opleidingsaspect in onze tochten.

Voor deze opleidingen verlangen we een prima skiniveau. Minstens zo belangrijk is een bergspirit, het in groep kunnen functioneren en een goede fysieke en mentale conditie.

## Programma:

(ter indicatie, wordt aangepast naar omstandigheden en noden van de groep)

1. Avond – Afspraak Maison Carail in Névâche: Avondmaaltijd, briefing én materiaalcheck
2. Dagtocht om wat in te komen en eventueel pisteski - basisgebruik lawinemateriaal, gewenning aan stijgen op toerskies en eerste keer Spitzenkehren oefenen.
3. We laten de liften achter ons en vellen vanuit Névache het gletsjervrije dal van de Haute Clarée in. We stijgen door het open dennenbos omhoog naar de gezellige Refuge de Ricou (2.115m): verfijning stijgtechnieken, avond lesmoment theorie (stop-or-go)
4. Een schitterende hoogalpiene etappe langs de bevroren Laramon- en Serpent-meren. We trekken over de flanken van de Roche du Chateau en maken een prachtige, kilometerslange afdaling in de brede noordkommen richting de Refuge des Drayères (2.180m). Onderweg leer je een sneeuwprofiel graven en 's avonds volgt een grondiger introductie in risicomanagement en tochtvoorbereiding.
5. Meerdere opties vandaag, afhankelijk van condities en noden van de groep maken we onze keuze voor een dagtocht vanuit de berghut. Het hoogst mogelijke doel is via de Col des Muandes naar de gletsjervrije top van de Mont Thabor (3.178m). Het laatste stuk naar de top kent korte passages tot 33° steilte. Daarna volgt een magistrale, eindeloze afdaling door ongerepte kommen terug naar Drayères.
6. We klimmen naar de Col des Rochilles (2.496m) langs de indrukwekkende, bevroren bergmeren. Na de bergpas vellen we nog een korte flank op onder de Pic de la Grave voor een laatste mooie afdaling, om vervolgens in één lange, vloeiende lijn door de Vallée de la Clarée helemaal terug naar Névache te skiën.
7. Rit huiswaarts?

# Logies:

**8 tot 10 maart (2 nachten): Maison Carail in Névâche**

Maison Carail in Névache is het sfeervolle startpuntvan ons toerski-avontuur in de Vallée de la Clarée. Vanuit dit historische herenhuis stap je zó op de ski's om de omliggende, besneeuwde lariksbossen en machtige bergwanden te verkennen. Een klassieker is de tocht naar de nabijgelegen Croix Carail, waar je geniet van een schitterende klim en een uitdagende afdaling in diepe poedersneeuw. Na een intensieve dag in de kou biedt de gîte met zijn traditionele open haard en comfortabele vloerverwarming de perfecte plek om heerlijk op te warmen. Het combineert zo het pure avontuur van de Franse Alpen met de warmte van een gezellig thuisfront.

**10 tot 13 maart (3 nachten): Refuges de Ricou en des Drayères**

Gelegen op een zonnige helling, is de authentieke Refuge Ricou de ideale eerste stop vanuit Névache om direct hoogte te winnen. Toerskiërs gebruiken deze gezellige hut vaak als uitvalsbasis voor kortere maar adembenemende tochten naar de bevroren meren Lac Laramon en Lac du Serpent.




Helemaal aan het einde van de vallei ligt de grotere Refuge des Drayères, beheerd door de Franse alpenclub (CAF). Deze strategische berghut is de ultieme toegangspoort tot het hooggebergte en het ruige massief van de Cerces en Thabor. Toerskiërs strijken hier neer om indrukwekkende, hoogalpiene klassiekers te trotseren, waaronder de beklimming van de iconische Pointe des Cerces (3097m) of de oversteek richting de flanken van de Mont Thabor.



## Begeleiding:



**Bart Smets**, DAV Trainer C Skibergsteigen, AÖ Übungsleiter Skitouren en UIAA Instructor Snowshoeing, actief als stageleider in diverse bergsportdisciplines, sinds 10-tal jaren ook op sneeuwschoentochten en toerskiën sinds 2021.

Bart Vaganée, UIMLA Mountain Leader en Ijslands skigids, is het hele jaar door actief in de bergsport. Heeft al heel wat toerskireizen op zijn conto staan, vaak ook samen met andere Bart.

## Deelnamegeld:

Het deelnamegeld betreft de onkostenvergoeding van de begeleiding voor verblijf, maaltijden en transport. Alle eigen reiskosten zijn extra te rekenen, gaande van vervoer, verblijf, maaltijden en dranken, eventueel één dag skipas. Lokale begeleidersonkosten voor kabelbanen, lokaal openbaar vervoer of taxi's worden gedeeld onder de deelnemers. Reken hiervoor op een budget van minstens 350€.

Materiaalhuur is eveneens zelf te regelen, dat betreft minstens het volgende:

- Toerskischoenen
- Toerskies en pin-bindingen (met stoppers)
- Stijgvellen op maat van je ski's én 'Harscheisen'
- Verstelbare skistokken met grote sneeuwschotel
- LSZA- recent model 'lawinebieper' met alkaline batterijen minstens 85%
- Sonde minstens 240cm
- Aluminium lawineschop

Huren van materialen in België kan oa bij: Republik Snow (Antwerpen), Avventura (Gent), Outdoor Animation (Leuven), Skipastory (Wezemael), Mountain Lab (Leuven), Galy Sport (Sint-Agatha-Berchem), Patrisport (Waterloo)… Wees er op tijd bij!

Ter plaatse huren kan in Briancon ook, maar dan best vooraf reserveren en tijdig afhalen op aankomstdag – is bovendien nog minstens 30 minuten rijden vanaf ons logies!

Een uitgebreidere materiaallijst volgt nog.