

# Infofiche trad climbing in Ecrins

29 juli tot 2 augustus 2024 (met vrije klimdagen ervoor en erna)

---

In het grootse en uitgestrekte Parc National des Ecrins zijn vooral dorpjes heel gekend onder rotsklimmers: Ailefroide en La Bérarde. Het klimmen hier draait voornamelijk, maar niet uitsluitend, om avontuurlijke multipitches tussen 150 en 700m, naast enkele sportklimmassieven en boulders. De lager gelegen routes zijn meestal goed behaakt, hogerop vaker niet of semi-behaakt, maar dan vaak met wat grotere haakafstanden. Ook de aanloop en afdaling zijn vaak avontuurlijk en vergen soms de nodige tijd en vaardigheden.

## DOEL VAN DE STAGE

Spreekt het klimmen van langere multipitches in avontuurlijk niet- of semibehaakt terrein je aan? Deze stage vormt het sluitstuk van een opleidingstraject dat voortbouwt op 'Advanced Multipitch', en in vangt aan in mei met de Start to trad! (singlepitch) driedaagse in Ettringen.

Tijdens deze stage gaan we vooral eerder geleerde vaardigheden toepassen en breiden we de kennis nog uit met bijkomende touwtechnieken, standplaatsopbouw met krachtenverdeling en een sterker doorgedreven tochtvoorbereiding en -risicomanagement. Geen haken te volgen, betekent ook bijleren in het lezen van de route en omgaan met onvoorziene situaties. Ook de aanloop en afdaling zijn doorgaans wat uitdagender en vergen de nodige inspanning.

De beklimmings worden in onderling overleg gekozen en door de deelnemers zelf voorbereid. Alhoewel er ook les- en oefenmomenten zijn, ligt de nadruk op klimmen én zélf ervaren, initiatief nemen en beslissingen leren maken, waarbij de stageleiding meer een coachende rol heeft. Tegelijkertijd geldt deze stage ook als permanente evaluatie voor het trad-klimvaardigheidsbewijs, waarbij er dagelijks feedback wordt gegeven.

*Tips voor topo's: 'Oisans Moderne – Oisans Sauvage. 250 Escalades', 'Massif Des Ecrins' (Glénat), Plaisir West (Vertical Life), 'Escalades Plaisirs – Alpes Françaises du Nord', ...*



## INHOUD

Nieuwe leerstof of een uitbreiding op wat je eerder al leerde vormt:

- Actief gebruik van mobiele zekeringsmiddelen (friends & nuts, touwtjes en bandlussen, slaghaken) in langere multipitches
- Standplaatsopbouw met krachtenverdeling
- Halftouwtechniek bij het zekeren
- Simultaan klimmen en touwtechniek voor eenvoudigere graatoverschrijvingen
- Tochtvoorbereiding
- Risicomanagement en besluitvorming
- Route vinden en topogebruik

Volgende basiscompetenties worden als gekend beschouwd en in praktijk toegepast:

- Voorklimmen en zekeren in multipitch
- Basisgebruik klemblokken en friends
- Afdaalmethoden (laten zakken en rappel)
- Basis evacuatietechnieken

## DAGSCHEMA

Bedoeling is minstens een klimweek samen te hebben, waarvan er 4 dagen echt stage gegeven wordt... maar het ten eerste aangeraden is dat je eerder ter plaatse bent om reeds (behaakte) multipitches te klimmen.

- Heenreis: zelf te bepalen – bedoeling dat je minstens 1-2 dagen samen al lange routes kan klimmen
- Eerste stagedag: maandag 29 juli
- Laatste stagedag: vrijdag 2 augustus
- Terugreis – zelf te bepalen

Programma wordt ter plaatse verfijnd, afhankelijk van de groepsamenstelling, weersomstandigheden en leerbehoeften.

Vrijdag is de laatste formele stagedag, maar kan de moeite zijn om op zaterdag nog een extra beklimming in groep te maken.

## DEELNAMEVOORWAARDEN

Volgende deelnamevoorwaarden gelden (aanvullend op de algemene deelnamevoorwaarden):

- In bezit van minstens een KVB3 outdoor voorklimmen en volgde eerder de opleiding Advanced Multipitch, of deed deze de week voordien mee (of eventueel elders verworven ervaring volstaat, kan besproken worden met de stageleiding).
- Voldoende eigen rotsklimervaring is absoluut noodzakelijk. Je hebt minstens 5-tal langere (goed behaakte) meertouw lengteroutes op rots geklommen (niveau 'obligatoire' 5c of meer).
- Je hebt een goede fysieke en mentale conditie hebben.
- Belangrijk is dat je tevens over een goede staptechniek en tredzekerheid beschikt.
- Je bent minstens 18 jaar voor aanvang van de stage
- Actief lidmaatschap van KBF voor 2024
- Een sociale, flexibele en verantwoordelijke ingesteldheid.

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

Vervoer naar de stageplaats is niet inbegrepen in de deelnameprijs. Je staat zelf in om dit te organiseren, allicht is dit het beste in afstemming met de andere deelnemers om eventueel samen te rijden. Afspraken worden gemaakt op het online kennismakingsmoment.

## VERBLIJF EN MAALTIJDEN TER PLAATSE

We verblijven in de vallei op camping. Indien keuze valt om een hogergelegen meer alpiene route te klimmen, kan het zijn dat er ook eens in een berghut overnacht wordt. Op camping koken we zelf of gaan we uit eten.

## 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](mailto:info@klimenbergsportfederatie.be) of op 03/830 75 00.

## ONLINE INFO- EN KENNISMAKINGSMOMENTEN

Op donderdag 6 mei om 21:00u is er een online infomoment voorafgaand aan Start to Trad! Indien wenselijk plannen we onderling nog een online moment in juni of juli om het programma en het benodigde materiaal te bespreken, en afspraken betreffende transport en verblijf te treffen.

## VOORBEREIDINGSDAGEN

Deze stage bouwt verder op de opleiding 'Advanced Multipitch' (zie andere infofiche) én op de Start-to-Trad! driedaagse in het Duitse Ettringen van 18 tot 20 mei (zie aparte infofiche).

Een bijkomende voorbereidingsdag is voorzien op zondag 9 juni vanaf 11:00u aan de buitenklimmuur in Breeven (Bornem), waar we intensief rond enkele touw- en reddingstechnieken werken.

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

Wat zijn de **benodigdheden** voor deze dag:

- Klimgerief: gordel, klimhelm, klimschoenen, setjes, (auto)tuber geschikt voor dubbel touw, enkele schroefmusketons en tri-act karabiners, hulptouwjes, bandlussen, klemblokjes en friends + dubbel touw per 2 personen
- Klimrugzak met daarin alles wat je normaal ook zou meenemen voor een langere multipitch.
- KVB3-attest, lidkaart KBF 2024 en identiteitskaart
- Alle materiaal voor de stage waarover je eventueel nog twijfelt of het wel zal volstaan
- lunchpakket en drank
- Geschikte kledij aangepast aan de weersomstandigheden

## WAT NEEM JE MEE OP STAGE?

Tijdens het voorbereidingsmoment overlopen we het materiaal. Heb je nog twijfels bij de aankoop, wacht dan tot na het online voorbereidingsmoment. Materialen kan je voordeliger aankopen door tussenkomst van de stageleiding en de organiserende club.

## STAGEBEGELEIDING

Bart Smets is UIAA instructor alpine climbing en werd via VTS opgeleid tot initiator rots- en bergbeklimmen, onder de naam B-Kairos actief als reisleider, coach & trainer en voor KBF coördinator rotsklimmen, canyoning en via ferrata.



## DEELNAMEPRIJS

Inbegrepen in de stageprijs is enkel de vergoeding van de lesgever en zijn verplaatsingskosten. Alle uitgaven ter plaatse (verblijf in camping of in berghut, maaltijden) 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 op camping kost ca. 15€ per persoon per nacht, terwijl een overnachting in half pension in een Franse berghut op ongeveer 65€ uitkomt en dit zonder overige consumpties. Al dan niet overnachtingen in berghutten, hangt af van de samen gekozen beklimmingen.

## LAATSTE INSCHRIJVINGSDATUM

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

## NOG VRAGEN OF MEER INFO NODIG?

Organisatie: [Bleau Climbing Team ...](#)

Contact stagebegeleiding: Bart Smets, 0476/98 18 74 - [bart@b-kairos.be](mailto:bart@b-kairos.be)

