



**KLIMZAAL
BLEAU**



BERGKAMP

Technisch fiche samengesteld door
Daphne De Poorter en Marc Lammens

Ben je jong en avontuurlijk? Trek je graag naar de bergen voor een hoop avontuur? Is een week “back to basic” volledig jouw ding? Dan ben je bij deze bergstage aan het juiste adres!

01

Beschrijving

Van zaterdagochtend trekken we met een toffe bende jonge avonturiers een week op stap

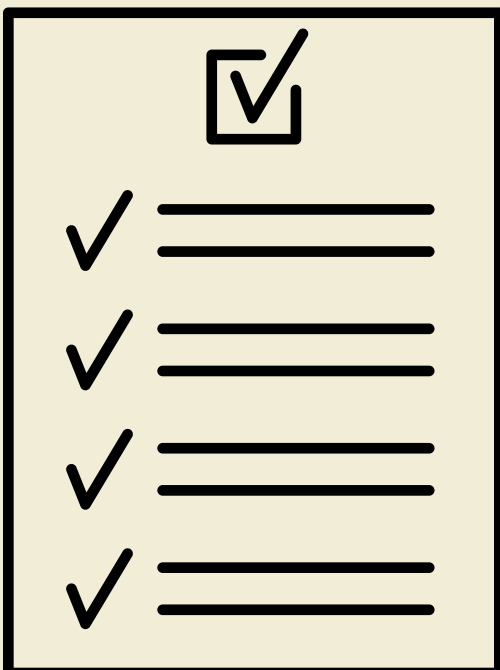
Op zaterdag installeren we ons “basiskamp”, van waaruit we de hele week actie zullen ondernemen. We hebben zoals ieder jaar een avontuurlijk programma voorzien. Dit programma richt zich naar de jonge avonturier, en is ook voor de niet-klimmers zéér toegankelijk! Het **programma** proberen we steeds zo gevarieerd mogelijk te maken, zodat iedereen op allerlei manieren uitgedaagd wordt. Hieronder enkele activiteiten die gedurende de stage zeker aan bod zullen komen.

- Driedaagse trip waarbij we van hut naar hut klimmen, en drie dagen lang geen voet meer in het dal zetten. Langs wilde bergriviertjes en over paden, rotsen en bergtoppen gaat het van boven naar beneden. Goede kledij en stevige stapschoenen zijn hierbij een absolute must!
- 's Middags en 's avonds gaan we allen samen aan de slag om ervoor te zorgen dat alle magen netjes gevuld geraken zodat we er weer tegen aan kunnen.



02 Programma

Hiernaast is een **indicatief** programma te vinden. Dit programma vormt een rode draad doorheen het kamp. Afhankelijk van de omstandigheden (weer, groepssamenstelling, ...) wordt dit programma door de begeleiders ter plaatse gevolgd/aangepast.



Zaterdag:

Vertrek: stipt om 6u
aankomst voorzien rond 16u
17u00-16u00: opzetten tenten
20u00: avondmaal

Zondag:

kennismaking en uitleg
kennismakingwandeling
rugzak klaarmaken voor de tocht

Maandag

vertrek driedaagse
eerste nacht slapen in berghut

Dinsdag

tweede dag driedaagse
tweede nacht slapen in berghut

Woensdag

derde dag driedaagse
aankomst basekamp

Donderdag

activiteit (verrassing)

Vrijdag

terugreis naar huis

03

Materiaal

We zitten een **week** lang in de bergen.

Weersomstandigheden hebben we nooit in de hand, dus wees goed **voorbereid**. Dikwijls zijn we na een wandeltocht uitgeregend, en dan moet je voldoende **reservekledij** meebrengen. In de bergen is het ook een pak kouder, dus zorg dat je voldoende **warm** gerief mee brengt. Een voorbereid avonturier is er twee (of zelfs drie) waard!

KLEDIJ

- stevige wandelschoenen die de enkels omvatten.
Zorg dat deze op voorhand zijn ingestapt!
(min 50 km)
- minimum 3 paar goede wandelkousen
- sportschoenen
- voldoende t-shirts/topjes
- korte en lange broek (ev. afritsbare trekkingsbroek)
- hoofddekse
- pyjama
- Goede jas (water -en winddicht)
- Dunne muts en lichte handschoenen
- voldoende ondergoed
- 2 tussenlagen of fleeces
(je werkt best met meerdere lagen
ipv dikke trui)



03

Materiaal

TOILETGERIEF

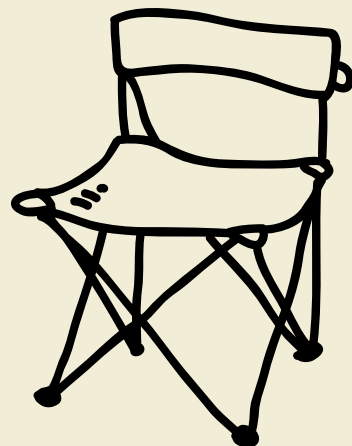
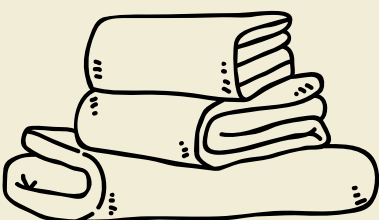
- zonnecrème
- lippenbalsem
- second skin / compeed voor behandeling van blaren
- 1 grote en 1 kleine handdoek
- persoonlijk toiletgerief
- persoonlijke medicatie

VOOR OP DE CAMPING

- slaapmatje (gaat niet mee op de trektocht)
- een tent (deze gaat niet mee op trektocht)
- goede, warme slaapzak (gaat niet mee op de trektocht)
- Kampeerstoel

ETEN/DRINKEN

- 1 plastieken diep bord, bestek en beker
- drinkfles van minstens 1,5 liter (of 2 van 1 l).
Camelbags zijn eveneens mogelijk.
- 2 keukenhanddoeken



03

Materiaal

VARIA

- Degelijke trekrugzak van max ongeveer 50 liter, inclusief regenhoes en voorzien van heup- en borstriem. Op driedaagse toch wordt de rugzak voortdurend gedragen, dus zorg dat deze goed zit.
- lakenzak voor in de hut. In de hutten worden steeds dekens voorzien, maar om hygiënische redenen moet iedereen een lakenzak hebben.
- Hoofdlamp (handiger dan een gewone zaklamp, omdat je dan je twee handen vrij hebt)
- zonnebril
- plastic vuilzak waarin alle kleren gaan op driedaagse. Deze vuilzak wordt in de rugzak gestoken, en zo heb je zeker nooit natte kleren. Een regenhoes houdt veel tegen, maar deze back-up is zeker niet slecht!
- eventueel een fototoestel, een kompas of hoogtemeter
- een klein gezelschapsspelletje genre jungle speed of weerwolf
- een klein beetje zakgeld
- papieren/identiteitskaart
- toelating van de ouders voor onder begeleiding naar het buitenland te gaan
- lunch voor op de heenreis op zaterdagmiddag

04

Deelname voorwaarden

Jongeren tussen **18 jaar en 26 jaar** kunnen inschrijven. Een normale fysieke conditie voldoet, maar we verwachten wel een inspanning van iedereen.

Je zal per dag enkele uren in de weer zijn, en tijdens de driedaagse ben je op pad met een geladen rugzak, maar dat moet iedereen zeker en vast aankunnen.

We hebben de hele dag om van hut naar hut te trekken, en dat is voldoende, zelfs voor jonge deelnemers. **Het tempo zal voor niemand te hoog liggen.**

Het kamp is een “**bergkamp**”, wat wil zeggen dat we ons hier ook naar de niet-klimmers richten.



05

Verzekering en contact

Verzekering

Elke stagedeelnemer die geen lid is van Bleau Climbing Team wordt door ons extra verzekerd.

Contact

Stage organisator

De Poorter Daphne

Daphne@klimzaalbleau.be

0474 30 94 25

