

Nieuwsbrief van NKBV 50 Plus

Onderdeel van de Koninklijke Nederlandse Klim- en Bergsport Vereniging

Redactieadres e-mail: redactienieuwsbrief@50plus.nkbv.nl, website: 50plus.nkbv.nl



De klim- en bergsport kun je het hele jaar door, een leven lang beoefenen. Op je eigen niveau en in je eigen tempo. NKBV 50 Plus trekt er regelmatig op uit: in de Nederlandse natuur, naar de Belgische Ardennen, Alpen, Pyreneeën of nog verder. Een gedeelde passie, avontuur en gezelligheid gaan daarbij hand in hand.

Waar heb jij zin in? Wij organiseren: huttentochten met of zonder gletscher, basiskampen, toerskiën, sportklimmen in de hal, in rotsen of in een warm gebied, dagwandelingen, off-piste skiën, via ferrata's klauteren en vreemde voettochten in vaak afgelegen gebieden.

INHOUD

- Algemeen nieuws
 - [Van de voorzitter](#)
 - [Van de redactie](#)
 - [Afscheid Rita van Raaij als secretaris](#)
 - [Contextvideo's](#)
- Sportklimmen
 - [Klimcommissie NKBV 50 Plus](#)
 - [Klimactiviteiten in 2018](#)
- Wandelen
 - [Over onze dagwandelingen](#)
 - [Dagwandelingen 2^e kwartaal](#)
 - [Bergsportreizen van de NKBV voor 50-Plussers in 2018](#)
- [Colofon](#)

ALGEMEEN NIEUWS

Van de voorzitter

Zaterdag 10 maart jl. heeft de jaarlijkse algemene ledenvergadering van NKBV 50 Plus plaatsgevonden in Linschoten. Ongeveer 30 leden waren daarbij aanwezig. Zij waren er getuige van dat Rita van Raaij, sedert 2002 de secretaris van het bestuur en nauw betrokken bij het tot stand komen van de kwartaal nieuwsbrieven, afscheid nam van die rollen. Ondergetekende bedankte haar voor haar inspanningen gedurende deze lange periode en meldde dat de NKBV heeft besloten haar om deze redenen te benoemen tot lid van verdienste van de vereniging.

Als opvolger van Rita in het bestuur zal Helmi Wilmsen gaan fungeren. Haar partner, Aris Bos, zal in voorkomende gevallen als plaatsvervanger optreden. Behalve Helmi Wilmsen werden nog twee nieuwe bestuursleden welkom geheten: Siem van Baar, die in 2017 al als tijdelijk plaatsvervanger voor de zieke Co Verwijs optrad, werd benoemd tot bestuurslid namens de klimcommissie. Hij zal bovendien de portefeuille van vice-voorzitter gaan bekleden. Voorts gaat ook Wilfred Boersma het bestuur versterken namens de commissie PR/communicatie. Pieter Bouma (wandelcommissie, penningmeester) en ondergetekende completeren het bestuur.

Uiteraard passeerden nog veel meer onderwerpen de revue. Te veel om alle hier op te noemen. Belangrijk voor de leden is het om te weten dat vanaf nu de kwartaal nieuwsbrieven nog steeds zullen blijven verschijnen, maar veelal met minder detailinformatie. Die details zijn echter altijd en actueel beschikbaar op de website. Op deze wijze neemt de kans af, dat misverstanden ontstaan bij late wijzigingen in het programma. Ook zeer relevant is het te weten dat de NKBV het voornemen heeft om de verenigingsorganisatie te veranderen. Doelstelling daarbij zal zijn 'de slagvaardigheid van de organisatie' te vergroten. Vertegenwoordigers van NKBV 50 Plus zullen bij dit proces de belangen behartigen van onze leden. Het allerbelangrijkste agendapunt bewaar ik voor het laatst: de agenda met een enorm aantal aantrekkelijke activiteiten van de diverse commissies. Voor elk wat wils. Met dank aan alle vrijwilligers. Geniet ervan, is mijn devies!

Jan van Aartrijk

[Terug naar inhoudsopgave](#)

Van de redactie

Deze nieuwsbrief staat ook in het teken van verandering. Rita van Raaij vond na veertien jaren trouwe inzet voor de nieuwsbrief, dat het tijd werd voor anderen. Samen gaan we Rita's taken overnemen, waarbij we vast nog wel eens schuiven met een deeltaak. Nieuwe mensen betekent ook nieuwe aandachtspunten. Wat gaat er zoal veranderen? We hebben al eens aangekondigd dat publicaties van activiteiten binnen de vereniging in de nieuwsbrief alleen globaal vermeld worden met behulp van een snelkoppeling (deze heeft een andere kleur en is onderstreept). Zo kun je direct bij de detailinformatie komen in de agenda op de website. Op die manier ben je dan altijd op de hoogte van de laatste informatie! Kijk daar dus altijd voor eventuele veranderingen op het laatste moment.

De eerste pagina van de nieuwsbrief krijgt een wat meer professionele uitstraling, en we denken aan enkele nieuwe onderwerpen voor de nieuwsbrief. In deze editie hebben we nog niet alles kunnen realiseren, maar dat gebeurt dan ook deels in de volgende edities.

De verschijningsdatum zal in principe vlak voor het begin van het kwartaal zijn, daarom is de sluitingsdatum voor het inzenden van kopij een maand voor het begin van het nieuwe kwartaal. Voor de volgende editie is dat dus 1 juni. Wil je eerder kopij sturen? Dat is uiteraard geen probleem. Stuur de kopij naar redactienieuwsbrief@50plus.nkbv.nl.

Ruud Scheltinga en Wilfred Boersma

[Terug naar inhoudsopgave](#)

Afscheid Rita van Raaij als secretaris

Vorig jaar heeft Rita van Raaij aangegeven te willen stoppen als secretaris van onze sectie 50 Plus en als redacteur van de nieuwsbrief. Bij de algemene ledenvergadering van 10 maart jl. was het zover. Tijdens de vergadering was Rita nog druk aan het notuleren, haar laatste officiële bezigheid voor onze sectie. Aan het einde van de vergadering wendde Jan van Aartrijk zich tot Rita om haar te bedanken voor het vele werk dat ze voor onze vereniging gedaan heeft. Rita is 16 jaar secretaris geweest, is 15 jaar geleden begonnen met de nieuwsbrief en heeft de nieuwsbrief al die tijd met veel succes verzorgd. Jan deelde mee dat Rita is benoemd tot lid van verdienste van de NKBV en bood haar een waardebon en een mooie bos bloemen aan.



[Terug naar inhoudsopgave](#)

Contextvideo's

Het is voor leden van onze vereniging niet altijd gemakkelijk om een indruk te krijgen van wat de activiteiten nu precies inhouden. De een lijkt het al gauw te moeilijk als we het over een bergsportvereniging hebben en een ander denkt misschien "50 Plus? Daar hoor ik nog lang niet bij, want dat zal wel niet zoveel voorstellen!". Daarom plaatsen wij op onze website verslagen van onze activiteiten. Zo vind je op onze site bij wandelen, sportklimmen, basiskampen, huttentochten en verre voettochten bij de rubriek Had je dat gedacht? een groot aantal verslagen. Dit kan in woord en (bewegend) beeld zijn. Dit moet een groeiende database opleveren, waarin je kunt zoeken naar bestemmingen voor jouw activiteiten in de toekomst en in het verleden. Altijd leuk om eens rond te kijken.

Is er nog geen verslag van een activiteit, dan hebben we een zogenaamde contextvideo geplaatst. Dit is een video van derden, die in dezelfde omgeving soortgelijke activiteiten of zelfs dezelfde, hebben gedaan en daarvan een video op Youtube hebben gezet. Zo krijg je toch een prima indruk, alleen de poppetjes zijn anders.

Als voorbeeld noemen we de Randonnée Tour de l'Oisans et des Ecrins. [Klik hier en geniet \(krijg je](#)

[een waarschuwing, klik dan op OK](#)). In de volgende edities van deze nieuwsbrief publiceren we weer een andere activiteit, maar je kunt natuurlijk ook zelf zoeken op de site. We nodigen je uit..

[Terug naar inhoudsopgave](#)

SPORTKLIMMEN

Klimcommissie NKBV 50 Plus

Montes ascendi et vici

Op 10 maart heeft het bestuur van de Klimcommissie onze oud-voorzitter gefêteerd met een heerlijk etentje in Monnickendam. Tijdens het eten werd gememoreerd dat Co benoemd is tot lid van verdienste van de NKBV voor zijn langdurige en belangrijke inspanningen voor de sectie 50 Plus. Hij is jarenlang voorzitter geweest van de klimcommissie en hij heeft als vicevoorzitter van de sectie 50 Plus op een aantal momenten deze sectie uit moeilijke periodes geleid. Co heeft als blijk van waardering een beeld gekregen, met de volgende inscriptie: Montes ascendi et vici, 17 jaar klimcommissie 50 plus. (ik heb bergen beklommen en overwonnen).

Co, ook vanaf deze plaats: dank voor je inzet voor de klimcommissie.

Wisselbokaal wegens bijzondere verdiensten

Tijdens het etentje hadden we ook de gelegenheid om de jaarlijkse wisselbokaal uit te delen. Deze gaat dit maal naar Lieske Verwijs. Lieske heeft vele jaren de penningen van de klimcommissie beheerd. Ook zorgde ze tijdens weekenden voor de afdracht van het kampeergeld en was zij actief betrokken bij de sociale contacten en het regelen van de voorkomende zaken.

[Terug naar inhoudsopgave](#)

Klimactiviteiten in 2018

Datum:	Rotsen:	Camping:	Thema:	Opgaveformulier en info op website:
Maandag- of vrijdagmiddag	Diverse klimhallen			Meer info in de Agenda
Weekend 28 en 29 april	Dave, Durnal	De Bocq	Veiligheid	Het weekend is inmiddels volgeboekt
Weekend 9 en 10 juni	Durnal	De Bocq	Verbeteren klimtechniek	Vanaf 15 april via de Agenda op de website
Midweek 2 t/m 6 juli	Diverse rotsen	De Bocq	Zelfstandig klimmen zonder instructeurs	Vanaf 1 mei via de Agenda op de website
Weekend 1 en 2 september	Yvoir	De Bocq	Wordt later bekend gemaakt	Vanaf 1 juli via de Agenda op de website
Klimweek 13 t/m 20 oktober	Griekse eiland Kalymnos	Meer informatie op de website .		Vanaf 1 mei via de Agenda op de website

Klimmen in de hal

Een aantal leden van de sectie 50 Plus klimt met enige regelmaat in de hal. We trainen en oefenen daar, maar het is ook een stuk gezelligheid om met elkaar bezig te zijn. Iedereen kan er op eigen niveau klimmen. Zie de aankondiging in de [agenda](#).

- Wekelijks op maandagmiddag in De Klimmuur te Haarlem, maar soms wordt er uitgeweken

- naar Amsterdam. Deze activiteit stopt in de maanden juli en augustus.
- Tweewekelijks op vrijdagmiddag in Klimcentrum Arqué te Enschede. Dit zal in september weer van start gaan.

Klimweekenden

In 2018 organiseren we drie klimweekenden, een midweek en in de herfst een klim/wandelweek. Leden van de NKBV 50 Plus nodigen we van harte uit om hieraan deel te nemen.

Thema's van klimweekenden

We plaatsen elk weekend in een ander thema, maar de basis blijft dat elk weekend uitdagend, inspannend en ontspannend is, zoals de klimmers dat gewend zijn.

Het tweede weekend staat in het teken van Verbetering van de klimtechniek

Dit weekend is in de eerste plaats voor klimmers met klimervaring. Je prestaties op de rotsen zijn goed, want je bereikt het hoogste punt, maar je hebt het gevoel dat je klimtechniek nog voor verbetering vatbaar is. Hoe draai je goed in, hoe houd je je in balans, hoe breng je het gewicht van het ene been over op het andere been, hoe plaats je de schoenen, hoe verspil je zo min mogelijk energie, hoe?

De instructeurs richten zich op de "ervaren" klimmers, die op het aanmeldformulier hebben aangegeven dat ze zich willen bijscholen. Een gedeelte van het weekend klim je dan onder supervisie van een instructeur. De overige tijd moet je zelfstandig of samen met een zelfstandige voorklimmer kunnen klimmen.

Het thema van het derde weekend worden bekend gemaakt in de komende Nieuwsbrief.

Klimmidweek in de zomer

Klimmen doe je niet in je eentje. Daar zijn minimaal twee personen voor nodig. Daarom organiseren we in de zomer een midweek, waarin je anderen kunt ontmoeten, waarmee je samen kunt klimmen. Het is een midweek zonder instructeurs. Ieder klimt dus geheel op eigen verantwoordelijkheid.

Praktische informatie

Op onze [website](#) staat informatie over de klimweekenden, o.a. over kosten, aanmelden en de klimjaarkaarten die je in de Belgische klimgebieden nodig hebt.

Klimweek in de herfst

De klimcommissie van NKBV 50 Plus organiseert in het najaar weer een klimweek in een warm land, zonder instructeurs, en wel op het Griekse klimeiland Kalymnos. Dit klimparadijs ligt in de Egeïsche zee van Griekenland op nog geen vier uur vliegen vanaf Nederland.

Zie ook onze website: <http://50plus.nkbv.nl/sportklimmen>

Contact per email: klimcommissie@50plus.nkbv.nl

[Terug naar inhoudsopgave](#)

WANDELEN

Over onze dagwandelingen

Bij onze dagwandelingen is het altijd heel gezellig en we laten ons door de weersomstandigheden niet afschrikken. Als je nog niet met ons meegewandeld hebt, doe het gewoon eens een keer.

Enkele van onze spelregels zijn:

- De 06-nummers van de organisatoren zijn uitsluitend bedoeld om te gebruiken bij de wandeling.
- De wandelingen op donderdag beginnen om 11.00 uur. De lengte is ongeveer 17-18 km.
- Op zaterdag starten we om 10.00 uur. We wandelen dan ongeveer 22-24 km.

- Op zondag doen we de wandeling in samenwerking met regio Midden-Nederland. Ook dan starten we om 10.00 uur. We wandelen dan tussen de 20 en 25 km in een stevig tempo. Je moet dan zeker 5 km/uur kunnen volhouden.
- Kijk kort voor de wandeling nog even in de agenda op onze website of er nog aanvullingen of wijzigingen zijn.

Onderstaande foto is gemaakt tijdens de wandeling bij Wolfheze op 8 februari, waar 29 leden van onze sectie van het zonnige winterweer en van een mooie wandeling genoten hebben.



Voor alle donderdag- en zaterdagwandelingen van dit jaar hebben zich organisatoren opgegeven. Wat de zondagwandelingen betreft, zoeken we nog organisatoren voor 3 wandelingen: 27 mei, 30 september en 25 november. Als je één van deze wandelingen wilt organiseren, stuur dan een mail naar de wandelcommissie, wandelcommissie@50plus.nkbv.nl.

[Terug naar inhoudsopgave](#)

Dagwandelingen 2e kwartaal 2018

Datum:	Gebied*:
Za. 7 april	Krickenbecker Seen
Do. 12 april	Castricum duinen en strand
Zo. 29 april	Ooijpolder en stuwwal Nijmegen
Do. 3 mei	Langs de plassen van Kortenhoef en Loosdrecht
Za. 5 mei	Langs de Vliet en door Vlietland
Do. 24 mei	Door het Groene Hart
Zo. 27 mei	We zoeken nog iemand die deze wandeling wil organiseren
Za. 2 juni	Door een tijdloos Overijssels decor en meer
Do. 14 juni	Land van Ravenstein

Zo. 24 juni	Buitengebieden van Twello en de Vecht streek bij Avervoorde
Do. 28 juni	Mijn mooiste wandeling door Meinerswijk
Za. 7 juli	Omgeving Klarenbeek en een uitstapje naar het Beekbergerwoud

*Klik op het gewenste gebied voor alle informatie op de website (bij Word: houd de Ctrl-toets daarbij vast).

[Terug naar inhoudsopgave](#)

Basiskampen voor 50-plussers in 2018 met Bergsportreizen van de NKBV

Voor de volgende 2 basiskampen hebben zich nog niet genoeg deelnemers opgegeven. De tijd dringt, want in de maanden voordat deze activiteiten plaats vinden moet er nog veel geregeld worden. Dus als je nog twijfelt waar je deze zomer heen wilt, denk eens aan één van deze 2 basiskampen en geef je snel op.

Startdatum:	Soort activiteit:	Gebied*:
4 augustus	Basiskamp	Stubaital
1 september	Basiskamp	Lechtal

*Klik op het gewenste gebied voor alle informatie op de website (bij Word: houd de Ctrl-toets daarbij vast).

Basiskamp Lechtal

Dit basiskamp wordt gehouden buiten de drukke vakantie maanden juli en augustus om. In de eerste twee weken van september is het vaak uitstekend bergwandelweer. Eén van de coördinatoren is Pieter Bouma, die uit eigen ervaring goed bekend is met de wandelmogelijkheden van de Lechtaler en Allgäuer Alpen. Men kan zich inschrijven voor één of twee weken. Ook is men niet verplicht om op de camping te verblijven; een eigen onderkomen zoeken in Reutte of omgeving is toegestaan. Een tweede coördinator wordt nog gezocht.

[Terug naar inhoudsopgave](#)

COLOFON

NKBV 50 Plus:

secretaris@50plus.nkbv.nl

<https://50plus.nkbv.nl>

Nieuwsbrief:

Verschijnt ieder kwartaal per mail

Redactie:

Ruud Scheltinga

Wilfred Boersma

redactienieuwsbrief@50plus.nkbv.nl

Ieder lid krijgt de nieuwsbrief automatisch toegestuurd.

Ben je geen lid, maar je wilt hem gemaild krijgen? Meld je aan bij de redactie.

Sluitingsdatum kopij voor de volgende editie: 1 juni 2018.