

Nieuwsbrief van NKBV 50 Plus

Onderdeel van de Koninklijke Nederlandse Klim- en Bergsport Vereniging

Redactieadres: redactie@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.

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

INHOUD

- Algemeen nieuws
 - [Van de voorzitter](#)
 - [Van de redactie](#)
 - [Pieter Bouma neemt afscheid van het bestuur en van de wandelcommissie](#)
 - [Vrijwilliger in het zonnetje](#)
 - [Heb je al kennis gemaakt met onze contextvideo's of andere toerenverslagen?](#)
- Sportklimmen
 - [Klimcommissie NKBV 50 Plus](#)
 - [Sportklimactiviteiten in 2019](#)
- Wandelen
 - [Dagwandelingen](#)
 - [Programma 2e kwartaal 2019](#)
- Colofon
 - [NKBV 50 Plus](#)
 - [Lidmaatschap](#)
 - [Nieuwsbrief](#)

ALGEMEEN NIEUWS

Van de voorzitter

De activiteiten rond de bergsportdag en de ledenvergadering van 16 maart. Dat waren wel de belangrijkste bestuurlijke activiteiten gedurende de winterperiode.

Het was overvol op 20 januari in het NBC in Nieuwegein. Niet eerder bezochten zoveel mensen deze jaarlijkse beleving. En ook de stand van NKBV 50 Plus mocht zich verheugen in een grote toeloop van belangstellenden, onder wie veel actieve verenigingsleden. Zeker zo belangrijk waren ook de talloze belangstellenden, die nog geen lid waren van onze vereniging en zelfs niet op de hoogte waren van het bestaan ervan. De gastvrouwen en gastheren van ons, in ruime mate aanwezig, hadden het er maar (gezellig) druk mee. Ongeveer 40 bezoekers gingen tevreden, wijzer en een lidmaatschap van NKBV 50 Plus rijker weer huiswaarts. In de stand, die net als vorig jaar op ongeveer het drukste punt van beursoppervlak was opgesteld, konden de bezoekers informatie krijgen over de vereniging en over specifiek voor de 50 Plus doelgroep georganiseerde bergsportreizen. Voor die lezers van dit stukje, die nog geen activiteit hebben gepland voor deze zomer: kijk eens op de website en kies uit het uitgebreide aanbod van bergsportreizen nog een activiteit op maat.

Op de Algemene Ledenvergadering van NKBV 50 Plus in Maarn stond naast andere agendapunten op de agenda, het aftreden van bestuurslid, wandelcoördinator en -leider Pieter Bouma, die na twee termijnen van drie jaar besloot het stokje over te dragen aan een ander. Hij greep nog wel zijn kans om op deze dag zowel de ochtend- als de middagwandeling te organiseren en te leiden. Op gepaste wijze werd aandacht geschonken aan het afscheid van deze enthousiaste wandelaar. Veel leden zullen hem als zodanig hebben meegemaakt: ferm, voorop en met Garmin. Als opvolger van Pieter heeft het bestuur een andere Pieter, Pieter de Lange, met instemming van de vergadering voorgedragen. Voor velen zal ook hij al bekend zijn.

Tot slot: Binnenkort zal NKBV 50 Plus ook actief zijn op Facebook. Een goede mogelijkheid om hier gebruik van te maken.

Jan van Aartrijk

[Terug naar inhoudsopgave](#)

Van de redactie

Op het moment van schrijven van deze rubriek is wederom een warmterecord gesneuveld. Hopelijk heb je er al van kunnen genieten. Het doet ons in ieder geval verlangen naar diverse buitenactiviteiten, zoals wandelen in Nederland en in de bergen, sportklimmen en deelnemen aan de basiskampen, huttentochten en vreemde voettochten deze komende zomer.

Intussen heeft de redactie niet stil gezeten. Na het toetreden van Gerrit Halbersma zijn diverse taken herverdeeld. Onze conclusie, na de herverdeling: er zou best nog wel een vrijwilliger aan de redactie toegevoegd kunnen worden. Kortom: als je zin en tijd hebt om ons team te versterken, meld je dan aan via het e-mailadres redactie@50plus.nkbv.nl. Een warm welkom zal je ten deel vallen.

In deze nieuwsbrief zul je weer wandelingen in Nederland vinden. De regio's hebben ons gevraagd meer wandelingen in hun buurt te organiseren. Dat proberen we wel, maar dat is niet altijd mogelijk. Toch staan er een vijftigtal wandelingen gepland voor 2019. Kijk ook op de website. Het klimseizoen komt met rasse schreden nader. In de planning staan drie weekenden, een midweek en een hele klimweek in een warm land. Wil je alvast je uithoudingsvermogen of je techniek



verbeteren? Kom dan eens kijken in de hallen, waar we ook een vijftigtal keren sportklimmen. Meer informatie is te vinden op de website.

Zoals je weet, kon je je vanaf medio december 2018 aanmelden voor de zestien bergsportreizen. Op dit moment blijkt al een tiental volgeboekt te zijn. Wacht dus niet te lang als je je nog wilt inschrijven. In de vorige nieuwsbrief hebben we gemeld dat het aan- en afmelden als lid van de NKBV 50 Plus moet geschieden via het bureau van de NKBV. Wie zich als lid van NKBV 50 Plus wil inschrijven, kan bellen met 0348-484077 of een e-mail sturen naar 50plus@nkbv.nl, onder vermelding van je NKBV lidmaatschapsnummer, naam, adres en e-mailadres. Uitschrijven als lid van NKBV 50 Plus gaat ook via hetzelfde telefoonnummer of e-mailadres. Het wijzigen van je e-mailadres voor toezending van de nieuwsbrief dient gaat via MIJNNKBV bij nkbv.nl.

Naast onze eigen website vestigen we je aandacht ook op de nieuwe website van de landelijke NKBV. De komende periode zullen details nog verder uitgewerkt worden, maar er is veel te zien. Kijk bijvoorbeeld maar eens bij het [Kenniscentrum](#).

Tot slot wensen we je fijne bergactiviteiten in de komende periode; wellicht ontmoeten we elkaar wandelend of klimmend waar dan ook.

Ruud Scheltinga, Wilfred Boersma en Gerrit Halbersma

[Terug naar inhoudsopgave](#)

Pieter Bouma neemt afscheid van het bestuur en de wandelcommissie

Tijdens de Algemene Ledenvergadering op 16 maart in Maarn heeft Pieter Bouma afscheid genomen als penningmeester en als lid van de wandelcommissie. Jan van Aartrijk memoreerde de dingen die Pieter voor onze vereniging, maar ook voor regio Rijnland, heeft gedaan en vertelde dat het toch niet genoeg was om Pieter lid van verdienste te maken, waarop Pieter reageerde met 'Gelukkig niet'.

Maar een bos bloemen, een paar geschenkbonnen en een applaus van de aanwezige leden waren wel zijn terechte deel. In zijn bedankje zei Pieter dat we hem bij de wandelingen gewoon zullen blijven zien, op dat punt verandert er niets.



[Terug naar inhoudsopgave](#)

Vrijwilliger in het zonnetje

Bij NKBV 50 Plus zijn bijna vijftig vrijwilligers betrokken. Onder het motto 'leden voor leden' verrichten zij diensten voor eigen plezier of om het voor andere leden mogelijk te maken deel te nemen aan activiteiten bij onze vereniging. Als voorbeeld noemen we wandelleiders, kliminstructeurs, commissieleden, bestuursleden, enz. Zonder hun inzet zou onze vereniging niet kunnen bestaan! Daarom willen we deze vrijwilligers in het zonnetje zetten, zodat iedereen ze beter leert kennen en leest wat hen drijft om dit vrijwilligers werk te doen. Om het hen wat gemakkelijker te maken over zichzelf te vertellen hebben we een algemene vragenlijst gemaakt. Daaruit kunnen ze een selectie maken om over zichzelf te



schrijven. [Deze vragenlijst vind je hier](#). Voor deze nieuwsbrief hebben we Nel en Theo Straub uitgenodigd iets over zichzelf te vertellen. [Het verhaal van Nel en Theo vind je hier](#).

[Terug naar inhoudsopgave](#)

Heb je al kennis gemaakt met onze contextvideo's of andere tourenverslagen?

Een mooie bergfilm die we op YouTube vonden is die van de [Giro del Monviso](#). De maker wandelt deze huttentocht in de nazomer met een groep andere bergwandelaars. Ze hadden er flink de pas in gezet en deden het in 2 dagen. Maar er liggen genoeg hutten op de route om het in een wat rustiger tempo te doen, zodat je nog meer van het mooie landschap kunt genieten.



Vergeet niet deze film op maximale grootte op je scherm af te spelen. Kijk en geniet.

Wil je meer van deze contextvideo's zien? Kijk op de website bij de activiteitengroepen in het hoofmenu bij Had je dat gedacht?

[Terug naar inhoudsopgave](#)

SPORTKLIMMEN

Klimcommissie NKBV 50 Plus

Tijdens de winterstop heeft de klimcommissie niet stil gezeten. De meeste leden van de commissie zijn in deze periode actief in de hal. Zo houden we onze conditie op peil. Ondertussen zijn ook de nodige voorbereidingen voor het komende buiten-klimseizoen uitgevoerd, zodat we weer met een leuk programma van start kunnen gaan.

Tijdens het schrijven van deze nieuwsbrief is het hartje winter, maar er zijn al zomerse temperaturen. Als het zo door gaat met de klimaatsverandering wordt het misschien overbodig om nog klimweken in een warm land te organiseren. Dat zou er wel toe bijdragen dat de ecologische footprint van onze activiteiten kleiner wordt. Samen reizen is een methode om de CO₂ uitstoot te verminderen. Het samen reizen in een vliegtuig naar het warme land is dan niet een oplossing, maar samen reizen naar de rotsen in België helpt wel. Daarom zetten we op de deelnemerslijsten van de weekenden ook de contactgegevens. Het geeft je de mogelijkheid om met elkaar contact op te nemen en samen te reizen. Maak er gebruik van en draag zo bij aan de duurzaamheidsintenties die we als NKBV-ers hebben.

[Terug naar inhoudsopgave](#)

Sportklimactiviteiten NKBV 50 Plus in 2019

Datum	Rotsen	Plaats	Thema	Inschrijven
Maandagmiddag vrijdagmiddag	Binnen klimmen in de hal	Haarlem Amsterdam Enschede		Meer informatie in de agenda op de website
Weekend 4-5 mei	Yvoir	Du Bocq	Veiligheid	Aanmelden vanaf 18 maart via de agenda op de website

Midweek 3 t/m 7 juni	Diverse rotsen	Du Bocq	Zelfstandig klimmen zonder instructeurs	Aanmelden vanaf 22 april via de agenda op de website
Weekend 22-23 juni	Durnal	Du Bocq	Communicatie en touw-commando's	Aanmelden vanaf 5 mei via de agenda op de website
Weekend 7-8 september	Durnal	Du Bocq	Standplaats bouwen en abseilen	Aanmelden vanaf 22 juli via de agenda op de website
Klimweek 9-15 september		Serres (Frankrijk)		
Klimweek op Sicilië 12-19 okt.	Hierover zal meer informatie beschikbaar komen. Inschrijven vanaf 5 mei			

Informatie

Meer informatie over het sportklimmen is te vinden op onze website. Ga op naar 50plus.nkbv.nl en klik op SPORTKLIMMEN in het hoofdmenu. Tijdens de weekenden gaan instructeurs mee, zodat personen met weinig klimervaring de kans krijgen om op een leuke manier kennis te maken met het klimmen in de rotsen.

Klimmen in de hal

Een aantal leden van de NKBV 50 Plus klimt regelmatig in de hal. We trainen en oefenen daar, zodat we in het voorjaar er weer klaar voor zijn om de rotsen in te gaan. Het is ook een stuk gezelligheid om met elkaar bezig te zijn. Iedereen kan op zijn eigen niveau klimmen: er zijn klimmers van verschillende niveaus.

- Wekelijks op maandagmiddag in Haarlem of Amsterdam. Zie de [agenda](#).
- Wekelijks op vrijdagmiddag klimmen we in klimcentrum Arqué te Enschede. Zie de [agenda](#).

Klimweekenden

In 2019 organiseren we drie klimweekenden; een midweek; een klimweek in de nazomer; in de herfst komt er weer een klim/wandelweek in een warm land. Leden van de NKBV 50 Plus nodigen we van harte uit om hieraan deel te nemen. In het overzicht hierboven kun je zien wanneer de inschrijving per activiteit weer open staat. Via de agenda op onze website kom je bij het inschrijfformulier.

Thema's van klimweekenden

Net als vorig jaar plaatsen we elk klimweekend in een thema, zodat we aandacht blijven besteden aan verbetering van de klimtechniek. In het eerste weekend besteden we weer aandacht aan veiligheid. Alle deelnemers doen mee aan dit thema. Het tweede weekend heeft het thema communicatie en touwcommando's, en het derde weekend standplaats bouwen en abseilen. Deelname aan het tweede en derde thema is facultatief.

Klimmidweek in de zomer

Veilig 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.

Klimweek in Frankrijk

Dit jaar organiseren we een nieuwe activiteit: een klimweek in Serres in Frankrijk. Dit is een "klimvrienden" activiteit. Ieder neemt er geheel op eigen verantwoording aan deel: Het principe is zo dat een aantal personen op een camping bij Serres bivakkeert en per dag bekijkt men of men zin heeft om iets te ondernemen.

Boulderen voorafgaand aan een klimweekend

De klimcommissie hoorde dat er mogelijk belangstelling is om te gaan boulderen. Als er voldoende interesse voor is, willen we proberen om daar een proef mee te doen door voorafgaand aan een

klimweekend enkele dagen naar Fontainebleau te gaan. Heb je hiervoor misschien belangstelling? Meld dit dan op ons e-mailadres klimcommissie@50plus.nkbv.nl

Basiskamp Vallée du Buech.

In het bergsportprogramma van de NKBV is speciaal voor de 50-plussers een basiskamp opgenomen met veel klimmogelijkheden. Het basiskamp is in een gebied met in het noorden besneeuwde bergtoppen en in het zuiden zonnige boomgaarden. Hier zijn nog verborgen dorpjes met kloosterkerken en kastelen die onder monumentenzorg staan. Prachtige landschappen vol contrasten. Een ongerepte natuur en alom heersende rust maken de Vallée du Buech een gebied waar het goed toeven is. De vallei staat bekend om het vaak goede weer en de aangename temperaturen.

[Terug naar inhoudsopgave](#)

WANDELEN

Dagwandelingen

Algemeen

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 meestal ongeveer 22-24 km.
- Op zondag organiseren 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.

Praktische informatie

Op onze [website](#) staat meer informatie over onze dagwandelingen.

Oproep

Voor alle donderdagwandelingen van 2019 hebben zich organisatoren opgegeven. Wel zoeken we nog organisatoren voor een paar zaterdag- en zondagwandelingen. [Kijk hier voor de wandelingen die nog open staan](#). Als je één deze wandelingen wilt organiseren, stuur dan een mail naar de wandelcommissie, wandelcommissie@50plus.nkbv.nl. Kies in het schema maar een datum en een plaats, dan passen wij het schema weer aan.

Als je je al hebt opgegeven om een wandeling te organiseren, maar nog hebt opengelaten waar die wandeling zal zijn, vragen we je om dit ruim voor de datum aan de wandelcommissie door te geven.

Wet AVG

In de nieuwsbrief van januari heb je in de stukjes van de voorzitter en van de redactie kunnen lezen dat we vorig jaar druk bezig geweest zijn met de nieuwe privacywet, de wet AVG. In verband met deze wet vragen we de organisatoren van onze dagwandelingen voortaan expliciet of we hun mobiele telefoonnummer in de agenda op onze website mogen zetten. Als iemand zo'n vermelding niet prettig vindt en geen toestemming geeft, dan komt er bij die wandeling geen telefoonnummer van de organisator te staan.

[Terug naar inhoudsopgave](#)



Bovenstaande foto is door Cees Looijen gemaakt tijdens de wandeling van 24 januari door de besneeuwde bossen bij Bilthoven. Heb jij tijdens één van onze wandelingen ook een foto gemaakt die leuk is voor de nieuwsbrief, stuur die dan op naar wandelcommissie@50plus.nkbv.nl.

[Terug naar inhoudsopgave](#)

Dagwandelingen 2e kwartaal 2019

Datum:	Gebied*:
Za. 6 april	Rondje Krickenbecker Seen vanuit Venlo
Do. 11 april	Langbroekerwetering tussen Doorn en Cothen
Do. 25 april	Van Woerden naar Vleuten door het Groene Hart
Zo. 28 april	Wordt georganiseerd door regio Midden-Nederland. Kijk t.z.t. in de agenda op onze website.
Za. 4 mei	Haagse Bos, Japanse Tuin en Wassenaarse Landgoederen
Do. 9 mei	Op de grens van zand en veen bij Ede-Wageningen
Do. 23 mei	Het beloken land van Willeskop bij Montfoort
Zo. 26 mei	Voor deze wandeling zoeken we nog een organisator
Za. 1 juni	Landgoederen bij Lochem
Do. 13 juni	Langs de IJssel ten oosten van Arnhem
Do. 27 juni	Bos en heide op de Veluwezoom
Zo. 30 juni	Wordt georganiseerd door regio Midden-Nederland. Kijk t.z.t. in de agenda op onze website.
Za. 6 juli	Van Amsterdam CS naar Broek in Waterland

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

[Terug naar inhoudsopgave](#)

COLOFON

NKBV 50 Plus

E-mail

secretaris@50plus.nkbv.nl

Website

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

Lidmaatschap

Aanmelding

Als je al NKBV-lid bent, kan je gratis lid worden van NKBV 50 Plus. Om je aan te melden neem je contact op met het bureau van de NKBV in Woerden door te bellen met 0348-484077 of een e-mail sturen naar 50plus@nkbv.nl, onder vermelding van NKBV lidmaatschapsnummer, naam, adres en eventueel e-mailadres.

Uitschrijven

Uitschrijven als lid van NKBV 50 Plus gaat via hetzelfde telefoonnummer of e-mailadres.

Wijzigen e-mailadres

Als je je e-mailadres wilt wijzigen, ga je naar <http://nkbv.nl> en klik je op MIJNNKBV bovenaan de pagina. Daar log je in bij Mijn NKBV en kun je je e-mailadres wijzigen.

Privacy

Ook bij ons geldt de Algemene Verordening Gegevensbescherming van de EU (AVG). Lees verder bij [Privacy verklaring](#).

Nieuwsbrief

Publicatie

Verschijnt ieder kwartaal per mail. Ieder lid krijgt de nieuwsbrief automatisch toegestuurd. Als je geen lid bent van NKBV 50 Plus, kun je onze nieuwsbrief downloaden op onze website bij NIEUWS en Onze nieuwsbrief.

Sluitingsdatum kopij volgende editie

1 juni 2019.

Redactie:

Ruud Scheltinga

Wilfred Boersma

Gerrit Halbersma

redactie@50plus.nkbv.nl

[Terug naar inhoudsopgave](#)