

Nieuwsbrief van NKBV 50 Plus

Onderdeel van de Koninklijke Nederlandse Klim- en Bergsport Vereniging

Redactieadres: redactie@50plus.nkbv.nl, website: 50plus.nkbv.nl



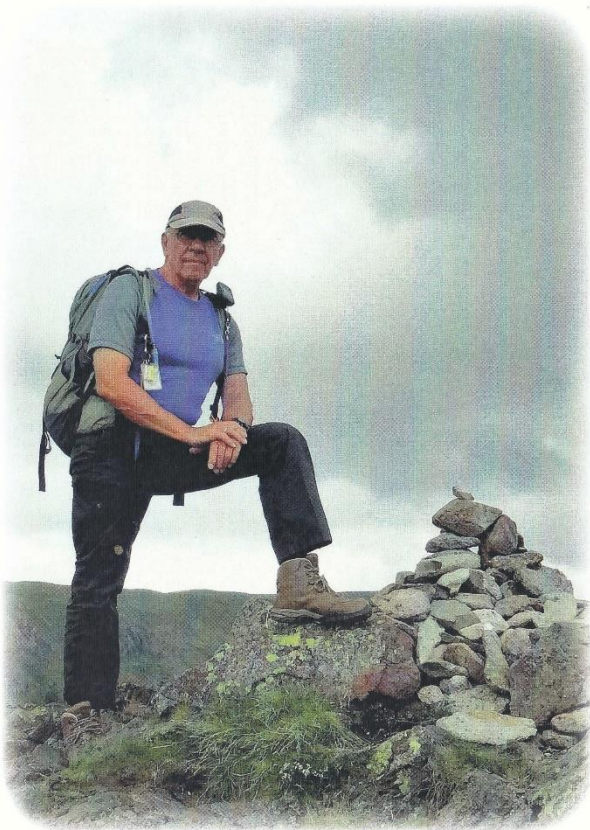
De klim- en bergsport kun je het hele jaar door, een leven lang beoefenen. Op je eigen niveau en in je eigen tempo. NKBV 50 Plus trekt er regelmatig op uit: in de Nederlandse natuur, naar de Belgische Ardennen, Alpen, Pyreneeën of nog verder. Een gedeelde passie, avontuur en gezelligheid gaan daarbij 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
 - [In Memoriam Rob Blok](#)
 - [Van de voorzitter](#)
 - [Van de redactie](#)
 - [Heb je onze Facebook pagina al gezien?](#)
 - [Vrijwilliger in het zonnetje](#)
 - [Mijn moment](#)
 - [Onze bergsportreizen zijn bijna vol!](#)
 - [Kom je wel eens op de landelijke website?](#)
- Sportklimmen
 - [Klimcommissie NKBV 50 Plus](#)
 - [Sportklimactiviteiten in 2019](#)
 - [Verslagen](#)
- Wandelen
 - [Dagwandelingen](#)
 - [Programma 3e kwartaal 2019](#)
 - [Verslag van de wandelmidweek](#)
- [Colofon](#)

ALGEMEEN NIEUWS



In Memoriam Rob Blok

Vrijdag 21 juni jl. is Rob Blok op 74 jarige leeftijd overleden. Hij was al enige tijd ernstig ziek.

Met Rob Blok verliest NKBV 50 Plus een actief lid die vele verdiensten heeft gehad voor de sectie en voor de NKBV als geheel. Lange tijd heeft hij een grote bijdrage geleverd aan de - altijd zeer nauwgezette - organisatie van de Vreemde Voettochten. Zelf heeft hij ook veel tochten ondernomen in alle uithoeken van de wereld.

Ook is hij in de periode 2011 – 2017 gewaardeerd voorzitter geweest van het bestuur van NKBV 50 Plus. Bij zijn aftreden in 2017 werd hij vanwege zijn vele verdiensten benoemd tot NKBV-lid van verdienste.

Wij wensen de familie van Rob sterkte toe bij het verwerken van dit verlies.

Bestuur en leden van NKBV 50 Plus

[Terug naar inhoudsopgave](#)

Van de voorzitter

In het afgelopen kwartaal is er weer veel gebeurd. Dat geldt voor de activiteiten, maar ook voor alles achter de schermen.

Na het waardige afscheid als bestuurslid van Pieter Bouma in de goed bezochte en nuttige Algemene Ledenvergadering van maart, is zijn opvolger, Pieter de Lange, voortvarend aan het werk gegaan met de andere leden van wandelcommissie, Marijke Kaaijk en Ruud Scheltinga. Omdat bij ongewijzigd beleid op langere termijn wat knelpunten worden voorzien m.b.t. de organisatie van de wandelingen,

zijn enkele beleidlijnen uitgezet naar de toekomst. Een begin is gemaakt met de uitvoering ervan, maar volledige implementatie zal meer tijd vergen. Dankzij deze preventieve aanpak verwacht het bestuur de knelpunten weggenomen te hebben voordat deze voor de leden merkbaar zijn.

Gememoreerd moet worden dat in april jl. een heuse Facebook-pagina van NKBV 50 Plus het levenslicht heeft gezien. De initiatiefnemer én uitvoerder hiervan was, tussen de wandelingen in, Ruud Scheltinga. Mijn advies luidt: maak eens kennis met deze nieuwe loot aan de 50 Plus communicatie boom.

Voorts wordt ook al weer gewerkt aan voorstellen voor een aantrekkelijk programma voor op 50 Plussers gerichte bergsportreizen in 2020. De resultaten daarvan worden later dit jaar toegezonden aan alle NKBV-leden. Op het moment dat deze column wordt gepubliceerd in de kwartaalnieuwsbrief staan we vlak voor de zomervakantieperiode, al of niet in de bergen. Het bestuur wenst alle leden een genoeglijke zomer- en vakantieperiode toe.

Jan van Aartrijk

[Terug naar inhoudsopgave](#)



Van de redactie

In het najaar wordt voor alle regio's en secties van de NKBV de website vernieuwd. We zijn op zoek naar eventueel tijdelijke hulp om mee te helpen met het omzetten van de website naar het nieuwe beheerssysteem. Alle hulp hierbij is welkom, dus heb je iets met websites en wil je die kennis inzetten voor de vereniging? Mail naar redactie@50plus.nkbv.nl.



Weet je al dat we nu ook een facebookpagina gemaakt hebben?

Hiermee kunnen deelnemers bijvoorbeeld hun ervaringen met onze activiteiten delen met anderen. In deze brief vind je een inleiding, hoe dat werkt.

Wil je alvast wat trainen voor de zomervakantie? Kijk verderop in deze nieuwsbrief en op de website in de agenda voor de wandelingen en het halklimmen. Van tevoren trainen betekent immers meer genieten in je vakantie.

Voor een degelijke voorbereiding van je vakantie noemen we in deze nieuwsbrief ook de website van de landelijke NKBV. Hier vind je allerlei leuke ideeën voor je vakantie. We zetten ze op een rijtje. Natuurlijk vind je als vanouds ook weer wandel- en kliminformatie voor het komende kwartaal, alsmede de rubriek In het Zonnetje van Aletta van Embden en de nieuwe rubriek Mijn moment. We wensen je veel leesplezier en of je nu met een NKBV-activiteit op vakantie gaat of zelf iets georganiseerd hebt, de redactie wenst je een mooie en sportieve zomer.

Gerrit, Ruud en Wilfred

[Terug naar inhoudsopgave](#)

Heb je onze Facebook pagina al gezien?



Na de NKBV en de regio's hebben wij in april ook een Facebook pagina gelanceerd en veel van onze leden hebben er al een kijkje genomen. Doe het eens als je dat nog niet gedaan hebt. Je komt er heel gemakkelijk: kijk onderaan een pagina van onze website bij VOLG DE NKBV VIA en klik op Facebook.

Niet iedereen gebruikt Facebook. Is dat erg en mis je informatie als je Facebook niet gebruikt? Onze Facebook pagina is een aanvullende manier om informatie met onze leden te delen. Je mist dus geen belangrijke informatie, maar soms misschien wel leuke informatie. Alles wat je weten moet, komt in de nieuwsbrief en staat op onze website. De website is altijd leidend. Als we een belangrijk bericht op onze website zetten, dan kunnen we daar ook op onze Facebook pagina aandacht aan besteden. Degenen die ons op Facebook volgen, kunnen dan van Facebook een bericht krijgen dat wij daar iets geplaatst hebben en kunnen dus snel naar de website gaan. Als je geen Facebook account hebt, mis je zo'n aankondiging. Verder mis je alleen eventuele berichten die leden van onze vereniging op onze

Facebook pagina over hun activiteiten delen. Hoewel, nog vrijwel geen van onze leden heeft dat op onze Facebook pagina gedaan.

Hoe je dat doet? We hebben een handleiding geschreven over onze Facebook pagina. Daarin staat eerst beschreven hoe die pagina in elkaar zit en daarna hoe je berichten, foto's, etc. op onze pagina kan plaatsen. [Klik hier om deze handleiding te downloaden.](#)

Ga eens naar de Facebook pagina van de NKBV (daar kom je heel gemakkelijk door onderaan een pagina van de NKBV website te kijken bij 'Volg ons op social') en kijk daar op het tabblad Community. Iets dergelijks kan ook op onze Facebook pagina.

[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 Aletta van Embden uitgenodigd iets over zichzelf te vertellen. [Het verhaal van Aletta vind je hier.](#)



Mijn moment

Heb jij een bijzondere herinnering aan een beleving in de bergen? Het hoeft niet altijd over een prestatie te gaan, gewoon iets leuks wat je met anderen wilt delen. Wilfred Boersma bijt de spits af. [Klik hier voor zijn verhaal.](#)

Heb jij ook een moment dat je met anderen wilt delen? Stuur het naar redactie@50plus.nkbv.nl.

[Terug naar inhoudsopgave](#)

Onze bergsportreizen zijn bijna vol

Onze bergsportreizen voorzien duidelijk in een behoefte (maar dat wisten we al). Op het moment van schrijven is naar Galicië nog redelijk plaats, bij de andere reizen is de keuze beperkt. Als je dus toch nog met één van die reizen mee wilt, dan moet je vlug zijn. Kijk op [Onze bergsportreizen](#) voor de reizen waar nog plaats is.

Kom je wel eens op de landelijke website?

Ter voorbereiding van je vakantie, zetten we een paar interessante onderwerpen op een rijtje:

- [de landelijke agenda](#), als je je conditie op peil hebt, wordt je vakantie nog veel leuker. Hier kun je activiteiten vinden voor wandelingen of sportklimmen bij jou in de buurt;
- [Facebook](#), waar je ervaringen kunt uitwisselen en bijvoorbeeld ook veel multimedia presentaties zijn te zien;
- [verzekeringen](#), voor het afsluiten van een goede en goedkope reisverzekering, inclusief bergsport;
- [het kenniscentrum](#), heel interessant;
- [het forum](#), net zoiets als het prikbord bij onze website.

[Terug naar inhoudsopgave](#)

SPORTKLIMMEN

Klimcommissie NKBV 50 Plus

Bergsportliefhebbers zijn zich bewust van de gevolgen van klimaatverandering. De 50 Plussers die al tientallen jaren naar de bergen gaan hebben met eigen ogen kunnen zien dat de gletsjers zich terugtrekken. Om volgende generaties ook nog de gelegenheid te geven om te genieten van sneeuw en ijs in de bergen is het van belang dat onze aarde niet teveel opwarmt. Terugdringen van de CO₂-uitstoot kan daartoe bijdragen. In de vorige nieuwsbrief schreven we dat het samenreizen naar de rotsen in België een methode is om de CO₂ uitstoot te verminderen. 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. Deze oproep had effect: verschillende deelnemers zijn gezamenlijk op pad gegaan. Alle beetjes helpen en het is nog gezellig ook.

[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 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.	Diverse rotsen in noordwest Sicilië	Camping El Bahira	Klimmen in een warm land	Aanmelden vanaf 5 mei via de agenda op de website

Informatie

Meer informatie over het sportklimmen is te vinden in de agenda op onze website. Tijdens de weekenden gaan instructeurs mee, zodat personen met weinig klimervaring de kans krijgen om op een leuke manier kennis te maken met de klimmen op 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. Tijdens de zomerperiode is het onzeker of deze halactiviteiten doorgaan. Informeer vooraf bij de contactadressen of er geklimmen wordt.

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

Klimweekenden

Bij het verschijnen van deze nieuwsbrief zijn de eerste twee klimweekenden en de klimmidweek van 2019 al weer achter de rug. Je kunt nog deelnemen aan het laatste klimweekend. Op de deelnemerslijst van de klimweek op Sicilië zijn bij het schrijven van de Nieuwsbrief nog enkele plaatsen open. Waarschijnlijk zijn deze ten tijde van de publicatie inmiddels vol geboekt.

Thema van het derde klimweekend

Elk klimweekend heeft een bepaald thema. Het derde weekend staat in het teken van standplaats bouwen en abseilen. Deelname aan dit thema is facultatief.

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 verantwoordelijkheid 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 de vorige Nieuwsbrief schreven we: *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.*

Helaas heeft NKBV-Bergsportreizen besloten om dit basiskamp te annuleren.

Voor enkele deelnemers was dit een grote teleurstelling. Zij hebben de handen ineen geslagen en hebben een alternatief bedacht. Op het [prikbord](#) vind je hierover informatie

[Terug naar inhoudsopgave](#)

Verslagen

Klimweekend 4 en 5 mei in Yvoir.

De belangstelling voor dit eerste weekend in 2019 was groot: Al snel hadden we ons maximum aantal deelnemers van 25 bereikt. Gelukkig konden we uiteindelijk toch nog één persoon die op de wachtlijst stond aan de deelnemerslijst toevoegen. Op de laatste dag voor het weekend meldde zich één deelnemer af vanwege de slechte weersvooruitzichten.

Ongeveer de helft van de deelnemers was al op vrijdag afgereisd, zodat ze zelfstandig konden klimmen in Yvoir of Durnal. Ze hebben heerlijk in de zon geklommen. Zaterdagmorgen bij het ontwaken zagen we sneeuw op de tenten liggen: Dan maar een paar extra laagjes kleding aan. Even twijfelden we of het wel mogelijk zou zijn om te klimmen, maar om 10 uur zagen de rotsen er al weer behoorlijk droog uit. [Lees hier verder.](#)

Klim midweek van 3 t/m 7 juni

Ook van de klim midweek is een verslag geschreven.

[Lees dat verslag hier.](#)

[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

We zoeken nog organisatoren voor de wandelingen van zondag 29 september en donderdag 12 december. Als je één van deze wandelingen wilt organiseren, stuur dan een mail naar de wandelcommissie, wandelcommissie@50plus.nkbv.nl.

[Terug naar inhoudsopgave](#)



Tijdens onze wandelingen lunchen we soms op heel apartje plekjes. Bovenstaande foto is gemaakt door Pieter de Lange tijdens de wandeling van 23 mei naar het natuurgebied Willeskop bij Montfoort. Heb je tijdens één van onze wandelingen ook een foto gemaakt die leuk is voor de nieuwsbrief, stuur die dan op naar de wandelcommissie, wandelcommissie@50plus.nkbv.nl.

[Terug naar inhoudsopgave](#)

Dagwandelingen 3e kwartaal 2019

Datum:	Gebied*:
Za. 6 juli	Van Amsterdam CS naar Broek in Waterland
Do. 11 juli	De Elsterberg tussen Veenendaal en Rhenen
Do. 25 juli	Wolfheze: Kasteel Doorwerth en de Wodanseiken
Zo. 28 juli	Amsterdamse Waterleidingduinen
Za. 3 augustus	Een rondje Holten
Do. 8 augustus	Leiden: oude stad, parken en buitengebieden
Do. 22 augustus	Het Uddelermeerpad
Zo. 25 augustus	Wordt georganiseerd door regio Midden-Nederland. Kijk t.z.t. in de agenda op onze website.
Za. 7 september	Het Ballooërveld bij Rolde
Do. 12 september	Rotterdam: de Waal-, Maas- en Rijnhaven
Do. 26 september	Parken in Den Haag
Zo. 29 september	Voor deze wandeling zoeken we nog een organisator.
Za. 5 oktober	Vanaf Ede-Wageningen naar het Renkums Beekdal

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

[Terug naar inhoudsopgave](#)

Wandelmidweek

Hebben we in voorgaande jaren altijd een Lenteweekend gehad, deze keer was er gekozen voor een midweek, van 23 t/m 26 april 2019 in Raalte. Joâ van der Geest, Tiny Holtkuile en Rita van Raaij hebben gezorgd voor een paar mooie dagen en Tonny Vet heeft een verslag geschreven.

[Lees hier het verslag van de wandelmidweek.](#)

[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 september 2019.

Redactie:

Ruud Scheltinga

Wilfred Boersma

Gerrit Halbersma

redactie@50plus.nkbv.nl

[Terug naar inhoudsopgave](#)