

# Nieuwsbrief van NKBV 50 Plus

Onderdeel van de Koninklijke Nederlandse Klim- en Bergsport Vereniging

Redactieadres: [redactie@50plus.nkbv.nl](mailto:redactie@50plus.nkbv.nl), website: [50plus.nkbv.nl](http://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 gletsjer, basiskampen, toerskiën, off-piste skiën, via ferrata's klauteren en trektochten 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](#)
  - [Mijn Topmoment](#)
  - [Kennismaken met...](#)
  - [Bergsportreizen voor 50-plussers](#)
- Sportklimmen
  - [Daar gaan we weer](#)
  - [Klimactiviteiten in 2022](#)
  - [De klimcommissie NKBV 50 Plus](#)
- Wandelen
  - [Wandelen in tijden van corona](#)
  - [Dagwandelingen](#)
  - [Dagwandelingen 2022: organisatoren gezocht](#)
  - [Wie komt de wandelcommissie versterken?](#)
- Colofon
  - [Colofon](#)

# ALGEMEEN NIEUWS

## Van de voorzitter

### Houd de moed erin!

Het jaar 2021 was een rommelig en wisselvallig jaar. We hadden een mooie zomer, die veel buitenactiviteiten toeliet. Denk aan alle bergsportreizen die in die fase van het jaar plaatsvonden en tevredenheid brachten. Daartegenover staan de winter en het voor- en najaar, die gekenmerkt werden door meer of minder corona-beperkingen voor de georganiseerde activiteiten. De omikron-variant van het virus, die we pas in december leerden kennen, lijkt de kroon te spannen met al zijn ongewenste eigenschappen. De daardoor noodzakelijke, strenge lockdown van het einde van december tot in (vooralsnog) januari is ongetwijfeld een zware tegenvaller voor iedereen. Op verenigingsniveau hebben we daarom reeds moeten besluiten dat de Nieuwjaarsbijeenkomst op 8 januari a.s. en de Bergsportdag op 6 februari a.s. niet door kunnen gaan. En dat kan ook gaan gelden voor een aantal wandelingen, e.d.

Maar we moeten ons humeur niet laten verpesten door zo'n klein virus. Er blijft zoveel moois waarnaar we kunnen uitkijken. Het zomerprogramma 2022 van Bergsportreizen, inmiddels op de website gepubliceerd, bevat weer een ongekend aantal bestemmingen en een grote diversiteit aan mogelijkheden. Niet eerder was er zo'n breed 50 Plusprogramma voor de leden beschikbaar, met dank aan de inspanningen van bestuurslid Pieter de Lange die namens de sectie 50 Plus betrokken is bij het tot stand komen ervan. En dan hebben we uiteraard een veelheid aan klim- en wandelmogelijkheden weer in de aanbieding. De vrijwilligers die achter al deze activiteiten schuil gaan, staan te popelen om aan de slag te gaan (als de mogelijkheden het toestaan).

Ook de bestuurlijke inspanningen gaan onverdroten door, op sectie- en verenigingsniveau. Ik nodig u nu al uit voor de jaarlijkse Algemene Ledenvergadering op 12 maart a.s. Als alles op tijd rond komt, zal daar een belangrijk voorstel aan de orde zijn dat de naam en de positie van de sectie 50 Plus binnen de NKBV verandert. Ook binnen de overkoepelende NKBV zijn recent enkele belangrijke besluiten genomen. Zo is er een nieuw bestuurslid benoemd, Peter Valkenburg, die de beoogde opvolger – in de loop van het komende voorjaar - is van Joachim Driessen, de huidige voorzitter van de NKBV. Bovendien is er een meer jaren beleidsprogramma aangenomen, waarin onder meer extra aandacht is voorzien voor de vele oudere leden van de NKBV.

Met het volste vertrouwen in de toekomst wens ik daarom namens het sectiebestuur alle leden een voorspoedig en actief bergsportjaar 2022 toe.

Jan van Aartrijk

## Van de redactie

Het verzorgen van de nieuwsbrief is één van de taken van de commissie PR & Communicatie van NKBV 50 Plus. Het afgelopen jaar zijn er wat wisselingen binnen deze commissie geweest. We hebben afscheid genomen van Sandra Kersbergen, die de tochtenwiki voor haar rekening nam. Ook Gerrit Halbersma is gestopt met activiteiten voor onze commissie, waar hij als redacteur de rubriek 'Kennis maken met' verzorgde. Wij danken beiden voor hun inzet en betrokkenheid bij het werk van onze commissie en voor hun gezellige en constructieve inbreng bij onze bijeenkomsten.

Gelukkig hebben we ook weer twee nieuwe leden kunnen verwelkomen. Willibrord Mokveld gaat ondersteuning bieden bij activiteiten rond de website en Gerie Schaafsma denkt mee over communicatieactiviteiten voor NKBV 50 Plus in de breedte.

Wil je ook meedenken over PR & Communicatie voor NKBV 50 Plus, of wil je af en toe iets schrijven voor de nieuwsbrief? Meld je bij ons. Je bent van harte welkom!

Gerie, Ineke, Ruud en Willibrord

[Terug naar inhoudsopgave](#)

## Mijn Topmoment



### ***Een topmoment voor Arnold en Boudy Hoven.***

Een bergzomer onder vele. Aiguille du Tour. Het blad van de Table de Roc ligt er pikant maar oerdegelijk bij. Voorbij de top, in het begin van de afdaling, is een schuivend rotsblok sterker dan mijn bekken. De reddingsactie eindigt na vele, lange uren in een diep donker dal.

De volgende zomer. Naar het strand dan maar? Of juist nu terug naar de bergen? Mont Blanc. Steenslag dreigt in het couloir onder Gouter. Dan de top.

Terug bij Vallot besluiten we af te dalen via Grands Mulets. Vanuit een diep dal naar een verlichting gevende top. Terug bij de tent is ook het dal weer stralend.

We zijn niet gestrand. Iemand wees mij de weg.

Heb jij een foto van een 'topmoment' met een bijzondere herinnering aan de bergen? Het hoeft niet een foto op een top te zijn, maar kan ook een moment uitdrukken waarop jij je 'top' voelde. Stuur die dan met een korte beschrijving naar [redactie@50plus.nkbv.nl](mailto:redactie@50plus.nkbv.nl).

### **Kennismaken met ... Otto Laureijs**

Otto Laureijs is gepensioneerd fysio/manueel therapeut, lid van de sectie 50 Plus en betrokken bij het project Fit en Vitaal. We vroegen hem om voor deze rubriek iets over zichzelf te vertellen. Het verhaal van Otto vind je [hier](#).

[Terug naar inhoudsopgave](#)



## Bergsportreizen voor 50-plussers

NKBV Bergsportreizen heeft deze maand het zomerprogramma van 2022 bekendgemaakt. Er staat een historisch groot aantal reizen speciaal voor 50-plussers in het programma: 5 basiskampen, 7 huttentochten (waarvan 3 tochten tweemaal gehouden worden, en 1 tocht plaats vindt in het kader van het Fit & Vitaal programma) en 2 gletsjertochten. De tochten vinden plaats in de volgende gebieden.

Basiskampen	Huttentochten	Gletsjertochten
Anterselva en Riesenerferner Écrins Aigües Tortes Grand Combin Mercantour	Tessiner Alpen (2x) Alpi Orobie (2x) Lasörling (2x) Engadin Piz Kesch Karnische Alpen Jungfrautrek (Fit & vitaal)	Ortler – Cevedale Urner Alpen

Informatie over deze tochten vind je op de [website van NKBV Bergsportreizen](#).

[Terug naar inhoudsopgave](#)

## SPORTKLIMMEN

### Daar gaan we weer.....

Met verontruste ogen kijken we naar de al maar hoger wordende besmettingscijfers. Hebben we de top al bereikt of gaat het nog verder? Komt er na deze top weer een nieuwe top? En is het dal tussen de toppen voor de ons klimmers groot genoeg om zelf weer te kunnen klimmen?

We weten het niet. Daarom neemt de Klimcommissie NKBV 50 Plus het zekere voor het onzekere: we maken voor het jaar 2022 weer een mooi programma met klimactiviteiten. We vertrouwen erop dat we het programma kunnen uitvoeren, maar mocht er onverhoopt een kink in de kabel komen, zullen we de deelnemers die zich ervoor hebben opgegeven, zo snel mogelijk informeren.

### Daar gaan we weer.....

Met enthousiaste ogen kijken we uit naar de rotsen, die we weer gaan beklimmen.



**De NKBV 50 Plus klimcommissie wenst u een goed en gezond 2022 met veel klimplezier.**

[Terug naar inhoudsopgave](#)

## Klimactiviteiten 50 Plus in 2022

De klimcommissie heeft voor 2022 weer verschillende buitenklimactiviteiten gepland: drie klimweekenden, een midweek en in de herfst een klim/wandelweek in een warm land. Afhankelijk van de dan geldende coronamaatregelen kunnen deze al dan niet doorgaan.

datum	rotsen	camping	thema	opgave op website
Weekend 14-15 mei	Durnal	Du Bocq	Levens- reddende routines	Aanmelden vanaf 19 maart via de <a href="#">Agenda</a> op de website
Midweek 30 mei - 3 juni	Diverse rotsen	Du Bocq	Zelfstandig klimmen zonder instructeurs	Aanmelden vanaf 2 april via de <a href="#">Agenda</a> op de website
Weekend 25-26 juni	25 Yvoir 26 diverse gebieden	Du Bocq	Klimtechniek	Aanmelden vanaf 30 april via de <a href="#">Agenda</a> op de website
Weekend 27-28 augustus	27 Yvoir 28 Durnal	Du Bocq	Voetfouten	Aanmelden vanaf 24 juni via de <a href="#">Agenda</a> op de website
Klimweek 8-15 oktober	Spanje	El Chorro	Te zijner tijd zal hierover meer informatie komen	

### Thema's van klimweekenden

Net als de vorige jaren plaatsen we elk klimweekend in een thema. Naast de gebruikelijke uitdaging, inspanning en ontspanning in de weekenden zorgen we ook voor verbetering van onze klimtechniek. Alle deelnemers doen hieraan mee. In de komende nieuwsbrieven zullen de thema's worden toegelicht.

### Klimmidweek

Klimmen doe je niet in je eentje. Daar zijn minimaal twee personen voor nodig. Daarom organiseren we een midweek, waarin je anderen kunt ontmoeten, waarmee je samen kunt klimmen. Het is een midweek zonder instructeurs. Je klimt dus geheel op eigen verantwoordelijkheid. Daarom kunnen alleen zelfstandige klimmers aan zo'n midweek deelnemen.

### Klimvaardigheidsbewijs Outdoorvoorklimmen.

De klimcommissie vindt het van belang dat er veilig geklommen wordt. Het liefst met een klimvaardigheidsbewijs outdoorvoorklimmen. Daarom bieden we ervaren klimmers de mogelijkheid deel te nemen aan een proeve van bekwaamheid. Het is geen cursus, maar bij voldoende bekwaamheid krijgt men het klimvaardigheidsbewijs. De eerstvolgende keer zal voorafgaan aan het klimweekend in mei.

### Introducees

Het is mogelijk om tijdens een weekend introducees, die geen lid zijn van de NKBV, deel te laten nemen. Dit moet vooraf aangevraagd worden, zodat we zaken zoals een tijdelijke klimkaart voor de rotsen en de verzekering goed kunnen regelen.

### Klimmaatjes

Vanwege de Coronabelemmeringen moest de klimcommissie in 2021 de meeste activiteiten afgelasten. Voor een aantal personen was dat aanleiding om zelfstandig te gaan klimmen. Maar hoe vind je de juiste klimmaatjes? In verband met de privacy-wetgeving mag de klimcommissie geen gegevens over deelnemers bekend maken.

De klimcommissie heeft hierover gesproken en stelt de volgende mogelijkheden voor:

- Via het [Forum van de NKBV 50 Plus](#) Hier kun je een oproep achterlaten, waar belangstellenden op kunnen reageren. Het is dan wel van belang dat je zo af en toe kijkt op het prikbord om te zien of er voor jou interessante oproepen op staan.
- De andere mogelijkheid is natuurlijk zelf je eigen netwerk van klimmaatjes te ontwikkelen. Als je tijdens een klimweekend iemand tegenkomt waarmee je in de toekomst zelf nog wel eens zou willen klimmen, kun je van haar/hem de adresgegevens opvragen zodat je zelfstandig en rechtstreeks contacten kunt leggen.

## Informatie

Meer informatie over deze klimactiviteiten: zie op onze website [activiteitenoverzicht klimsport](#).

## Klimcommissie NKBV 50 Plus

In het afgelopen jaar is er geen verandering gekomen in de samenstelling van de klimcommissie. Bij toerbeurt nemen de bestuursleden het voorzitterschap van de commissie op zich.

De klimcommissie is als volgt samengesteld:

Adrie Zwemer	contact met instructeurs; aandacht voor veiligheid
André Vreeken	beheer van de touwen en overige materialen
Harm Jansen	contact met instructeurs
Mart Schouten	Nieuwsbrief; vervanger voor vergaderingen van sectie 50PLUS, beheer tent
Nannette Groothuis	penningmeester
Siem van Baar	bestuurslid van sectie 50 Plus; contactpersoon voor ICT en PR.

Via de mail [klimcommissie@50plus.nkbv.nl](mailto:klimcommissie@50plus.nkbv.nl) kunt u in contact komen met de klimcommissie

[Terug naar inhoudsopgave](#)

## WANDELEN

### Wandelen in tijden van corona

Als gevolg van de meest recente corona-maatregelen kunnen we in ieder geval in de eerste helft van januari niets organiseren. We hopen dat het in de tweede helft van januari wel weer kan, maar dan zal het waarschijnlijk nog niet zijn zoals we het de afgelopen zomer en herfst gedaan hebben. We verwachten dat dan het maximale aantal wandelaars nog enige tijd minder dan 20 zal zijn. Vooralsnog blijven we vanaf donderdag 27 januari wandelingen plannen. En dan blijft gelden: bij corona-achtige klachten thuis blijven en even opbellen dat je niet kunt komen.

### 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. Je bent van harte welkom.

Enkele 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.
- Meenemen van honden is niet toegestaan.

- Kijk kort voor de wandeling nog even in de agenda op onze website of er nog aanvullingen of wijzigingen zijn.
- En tijdelijk, maar we hebben nog geen idee hoe lang dat zal zijn: als je mee wilt wandelen, inschrijven via de agenda op onze website. Voor de zondagwandelingen die door de regio Midden-Nederland georganiseerd worden geldt inschrijven via e-mail. Dat staat dan in de agenda.

### Dagwandelingen 1e kwartaal 2022

Datum:	Gebied*:
Do. 27 januari	<a href="#">Een rondje om Bussum</a>
Zo. 30 januari	
Za. 5 februari	
Do. 10 februari	<a href="#">Ten zuiden van Delft</a>
Do. 24 februari	<a href="#">Schoorlse duinen</a>
Zo. 27 februari	Midden Nederland
Za. 5 maart	
Do. 10 maart	<a href="#">Alblasserwaard</a>
Za. 12 maart	Jaarvergadering met wandelingen
Do. 24 maart	<a href="#">Amsterdamse Bos</a>
Zo. 27 maart	

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

[Terug naar inhoudsopgave](#)



Bovenstaande foto is gemaakt door Leendert Reudler bij één van de trekpontjes tijdens de wandeling van 11 november in de Bretten tussen Halfweg en Amsterdam.

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](mailto:wandelcommissie@50plus.nkbv.nl).

## Dagwandelingen 2022: organisatoren gezocht

Zoals je in het bovenstaande schema kunt zien, zijn er voor het 1<sup>e</sup> kwartaal nog wel een aantal lege plekken in ons wandelschema. We hebben genoeg organisatoren in onze sectie om die te kunnen vullen, dus we zijn optimistisch. En misschien zijn er ook leden die tot nu toe nog geen wandeling georganiseerd hebben, maar dat toch wel eens willen doen? Kijk [hier](#) en klik op het groene plusje bij Onze dagwandelingen in 2022 om het wandelschema voor 2022 te zien. Bedenk op welke datum je wel een wandeling wilt organiseren en geef je op door een mail te sturen naar de wandelcommissie, [wandelcommissie@50plus.nkbv.nl](mailto:wandelcommissie@50plus.nkbv.nl).

Kies maar een datum en, als je dat al weet, een plaats, en wij passen het schema weer aan.

## Wie komt de wandelcommissie versterken?

We zoeken een nieuw lid voor onze wandelcommissie, die nu uit 2 personen bestaat. We denken bij voorkeur aan een wat jongere 50-plusser, bijvoorbeeld iemand tussen de 50 en 60 jaar. Als je interesse hebt om mee te helpen onze wandelactiviteiten te coördineren, stuur dan een mail naar de [wandelcommissie](mailto:wandelcommissie@50plus.nkbv.nl) of laat het ons weten tijdens één van de wandelingen.

[Terug naar inhoudsopgave](#)

## COLOFON

### Contact met NKBV 50 Plus

E-mail: [secretaris@50plus.nkbv.nl](mailto:secretaris@50plus.nkbv.nl)

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

Facebook: <https://www.facebook.com/NKBV50Plus/>

### 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](mailto: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 [Privacyverklaring](#).



## **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 maart 2022

### ***Redactie / Commissie PR & Communicatie***

Willibrord Mokveld

Ineke Sagasser

Gerie Schaafsma

Ruud Scheltinga

[Terug naar inhoudsopgave](#)