

Alpiene week 2025

NKBV Regio Rijnland

26 juli tot 2 augustus



Deze flyer geeft informatie over de Alpiene week 2025



Col de Vanoise

Vrienden,

Leuk dat jullie meedoen, of overwegen mee te doen, met de alpiene week van de NKBV Regio Rijnland. We zetten dit keer onze tenten op Camping Le Chenantier in het plaatsje Sollières-Sardières in Frankrijk, niet ver van Modane (Fr) en de Italiaanse grens, en naast het Parc National de la Vanoise.

Met deze flyer willen we je alvast in de stemming brengen en geven we je belangrijke informatie over de alpiene week van dit jaar. Wanneer je vragen hebt waarop deze informatie geen antwoord geeft, neem dan contact met ons op, het email adres is: alpineweek.regiorijnland@gmail.com

Algemene informatie

De alpiene week is een initiatief van de NKBV Regio Rijnland. Lidmaatschap van de NKBV is dan ook gewenst. Voor degenen die aan klimactiviteiten gaan deelnemen is **lidmaatschap en een aparte bergsportverzekering verplicht**. Vergeet niet je NKBV lidmaatschapskaart mee te nemen vanwege de korting die je daarmee in de hutten kunt krijgen en als bewijs voor je bergsportverzekering. Bij alle activiteiten in de rots is het dragen van een klimhelm verplicht.

Wat is een alpiene week?

Een alpiene week is een verenigingsactiviteit waaraan jij met je eventuele gezinsleden zelf een invulling geeft. Je maakt deel uit van een groep leden, die met elkaar gemeen hebben dat ze hetzelfde gebied voor hun bergsportactiviteiten hebben uitgekozen. Er is geen vast programma, er wordt geen instructie gegeven, er zijn geen vaste regels en je kampeert zelfstandig. De deelnemers van de alpiene week hebben zeer uiteenlopende kennis, ervaring en ambitie. Dit betekent dan ook dat ieder zelf kan bepalen wat hij wil doen. Niets moet! De activiteiten variëren van wandelen, klettersteigen, huttenbezoek voor lunch of overnachting, eenvoudig of moeilijker rotsklimmen in klimgebieden en alpien rotsklimmen, tot meerdaagse hoog-alpiene ondernemingen. Voor ieder is er dus iets te doen.

Een alpiene week is **geen** cursus. Je mag dus niet verwachten dat andere deelnemers jou op enige wijze instructie geven. Uiteraard is het mogelijk dat een ervaren bergwandelaar of alpinist minder ervaren deelnemers op een tocht meeneemt en de deelnemers al doende in de praktijk bepaalde kennis en vaardigheden bijbrengt. Dit is echter niet de basis van de alpiene week.



Je kunt meedoen aan tochten die georganiseerd zijn door andere deelnemers of zelf het initiatief nemen om een tocht te organiseren. Bij het plannen van je tochten dien je uit te gaan van je eigen kennis en ervaring. Zorg ervoor dat je geen problemen oplevert voor je medetochtgenoten, bijvoorbeeld doordat je je eigen kunnen overschat of de tocht onderschat.

Tijdens een alpiene week ontstaan meestal groepjes van gelijkgezinde deelnemers. Die deelnemers plannen en maken dan samen een tocht die is afgestemd op de wensen van de groep. Gezinnen waarvan de ouders en de kinderen niet dezelfde mogelijkheden en/of wensen hebben, kunnen zich opsplitsen en aansluiten bij de verschillende groepjes. Hetzelfde geldt voor partners die een verschillend niveau alpiene vaardigheid of ambitie hebben. Zo is het meestal wel mogelijk om tochten op je eigen niveau te maken. Neem daarvoor dan ook gerust het initiatief. Ouders met kleine kinderen kunnen in overleg met elkaar oppasregelingen treffen.

Als je besluit met anderen een tocht te ondernemen, moet je bedenken dat in het alpiene recht degene met de meeste ervaring of degene die zich als leider opwerpt als de juridisch verantwoordelijke kan worden aangesproken bij een eventueel incident, ook als dit toevallig een jongere deelnemer van de groep is.

De bestemming

We hebben plaatsen gereserveerd op camping Le Chenantier in Sollières-Sardières in Frankrijk. (<https://camping-lechenantier.com/#accueil>)

Het dorp ligt op een hoogte van 1300 meter in het dal van de Arc, aan de zuidkant van de Vanoise, en ongeveer 18 km. ten noordwesten van Modane. De camping ligt centraal voor de verschillende vormen van bergsport: hoog alpiene tochten, klettersteigen, rotsklimmen, en bergwandelen met of zonder huttenovernachtingen.



@ Google Street view

Mogelijke activiteiten

Klettersteigen

Het gebied herbergt een waaier aan klettersteig mogelijkheden. Van korte en makkelijke tot langere en uitdagender routes. Ze bevinden zich onder andere in Val Frejus, Avrieux en Aussois in het zuiden, en in Val Cenis en Bessans naar het noorden. In de Gorges du Diable zijn zeven klettersteigs, alle individueel te doen, aan elkaar gekoppeld tot één gigatraject voor de liefhebbers.

Topjes

Ten noorden en westen van Sollières ligt het Parc National de la Vanoise met zijn gletsjers en toppen. Mogelijk is de volgende pittige tour: niet ver naar het zuiden, vanuit Aussois, loopt een wandelroute naar de Refuge de la Dent Parrachee (2511m), het uitgangspunt voor de beklimming van de Dent Parrachee (3697m). Een heen- en weertje van 2 of 3 dagen. Ook mogelijk is de beklimming van de Pointe de l'Observatoire vanuit de Refuge du Fond d'Aussois, een minder hoge maar niet minder lonende berg vanwege het geweldige uitzicht op de top. Vanuit Aussois (1480m) gaat een kabelbaan naar 2190 m, waar zich ook de Refuge Le Montana bevindt, een privé hut/hotel op de route naar de Refuge de la Dent Parrachee en de Refuge du Fond d'Aussois.



Refuge de la Dent de Parrachee

Rotsklimmen

Ook zijn er veel rotsklimgebieden in de buurt. Bij Aussois het gebied Le Croë (150 routes 4a-8b) en enkele kilometers ten noorden van Modane de Rocher des Amoureux (113 routes voornamelijk 5a-5b). Echt alpien rotsklimmen kan op de 2800m hooggelegen rots Le Grand Chatelard (7 multi-pitch routes). Maar dichterbij huis kan je ook klimmen op de Monolithe de Sardières (93m), voor cracks, en op de Microlithe (60m) met wat gemakkelijker routes.



Huttentochten

In het zuid-westen van de Vanoise kan je huttentochten en tochtjes maken, bijvoorbeeld naar de Refuge de la Dent Parrachee, daar overnachten, de volgende dag verder naar de Refuge du Fond d'Aussois en dan weer naar het dal. Of in het zuid-oosten van de Vanoise vanaf Pre Clos, iets ten noorden van Lanslevillard, naar de Refuge du Vallonbrun, daar overnachten, de volgende dag over de GR 5 naar de Refuge du Cuchet, daar overnachten en dan weer terug via een stuk van de Grande Tour du Haute Maurienne naar het dal van de Arc, eindpunt Termignan.

Wandelen

Wandelen is al aangestipt bij de huttentochten hierboven. Maar er is ook genoeg te doen in het gebied ten oosten van Sollières-Sardières, het Moncenis. Daar bevinden zich enkele forten, onderdeel van de linie die hier door de Italianen in 1887-1889 is gebouwd. De ruïnes daarvan staan er nog, en er lopen wandelroutes langs. Rondom het Lago di Moncenisio loopt een keur aan wandelroutes. Voor de liefhebbers zijn ook hier enkele hutten.



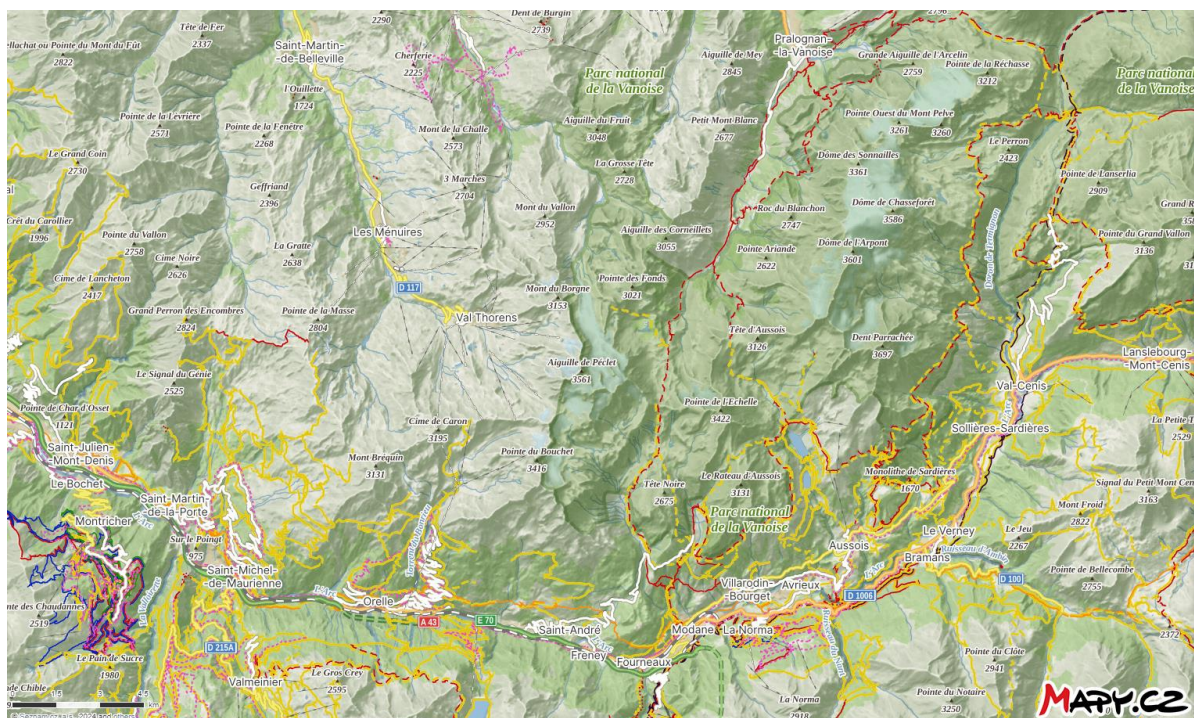
Ancien Forte de Turra

De stad in bij regen

En als het regent? Dan kan je een dagje naar Modane. Een stadje met winkelstraten, mooie pleintjes, felgekleurde huizen, en een veelheid aan restaurants gespecialiseerd in de Frans-Italiaanse keuken. Ook is er een museum over de Maginot-linie, die door het gebied van de Moncenis liep, en waarvan we ongetwijfeld overblijfselen zullen zien: er liggen forten in de buurt, ooit gebouwd door de Fransen.

En verder ... : wil je eens wat anders? Dan kan je gaan vissen, zwemmen, raften en kajakken in het Val Cenis op de Arc.

Kaarten



Kaart via mapy.cz

We hebben een set kaarten van de omgeving (1:25.000 of 1:50.000), hutten informatie en tocht beschrijvingen bij ons. Die blijven op het kamp ter raadpleging, en kan je dus niet meenemen op je tocht. Neem daarom je eigen kaarten en andere nuttige informatie ook mee, dan is er in ieder geval genoeg informatie aanwezig.

Een digitale, interactieve kaart is op je computer te raadplegen via

<https://en.mapy.cz/turisticka?x=6.7638301&y=45.2393571&z=14> of

<https://www.geoportail.gouv.fr/carte> en er zijn vele apps met detailkaarten voor op je telefoon. Maar niets gaat boven een goede papieren kaart voor overzicht en hij kan niet leegraken!

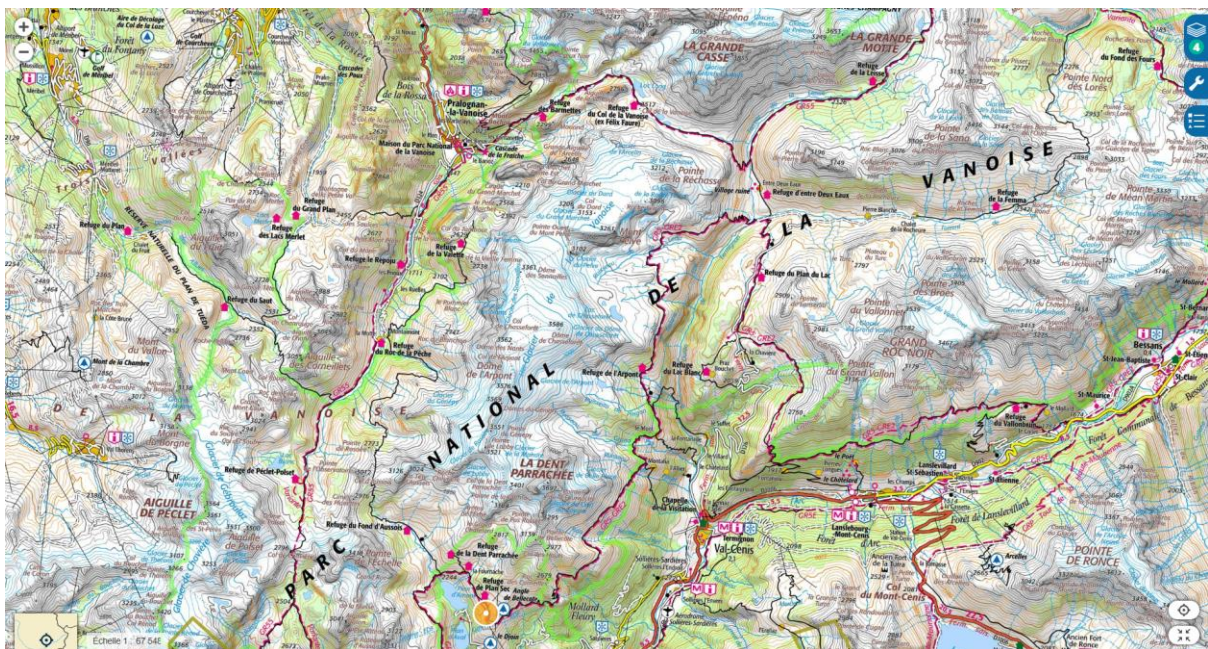
Je kan ook naar de tochtenwiki van de NKBV gaan ([Home » NKBV-Tochtenwiki](#)).

Boek en kaarten:

- Val d'Isère, Parc National de la Vanoise no. 3633 ET, 1.25.000
- Les trois vallées, Modane, Parc National de la Vanoise no. 3534 OT, 1.25.000
- Trekking in the Vanoise, Tour of the Vanoise and the Tour des Glaciers de la Vanoise, door Kev Reynolds and Jonathan Williams, Cicerone 2021.

Kaart en boekje voor de oostkant van het dal van de Arc:

- Val Cenis, Charbonnel no. 3634 OT, 1.25.000
- Mountain Adventures. The Maurienne, the Vanoise and Dauphiné Alps, door Andy Hodges, Cicerone 2011.



Kaart via <https://www.geoportail.gouv.fr/carte>

Inschrijving en kosten.

Inschrijven voor de Alpiene Week gaat via de regio website: <https://rijnland.nkbv.nl/agenda-activiteiten/31840.html>]. In geval van problemen of vragen neem contact op via alpineweek.regiorijnland@gmail.com

Voor het organiseren en de uitvoering van deze week brengen wij een kleine onkostenvergoeding van *10 euro per persoon* in rekening. Je inschrijving is pas geldig als je minimaal **twee maanden** van tevoren het geld hebt overgemaakt aan de penningmeester: rekening **NL87 INGB 0003 4397 23 t.n.v. NKBV Regio Rijnland te Leiden**.

De reiskosten en het verblijf en al je andere kosten zijn voor eigen rekening.

De reis

Auto: ga naar Lyon, en vandaar naar Modane. Verder naar Sollières-Sardières.

Wil je met iemand meerijden, mail dan je verzoek even naar iedereen. Als je nog ruimte in de auto hebt, geef dat dan ook via de mail aan de groep door. Opdat je zelf contact kunt opnemen zullen we de email adressen van alle deelnemers delen (tenzij je aangeeft dat niet te willen).

Trein: het is mogelijk tot aan Modane met de trein te reizen. Vandaar rijden er bussen naar Sollières-Sardières, een afstand van ongeveer 18 kilometer.

De camping

We hebben dit jaar een groepsplaats kunnen reserveren op **Camping Le Chenantier** in Sollières-Sardières in het dal van de Arc, zie: [Camping le chenantier - Sollières Sardières Haute Maurienne Vanoise, Savoie](#).



De week staat gepland van **zaterdag 26 juli tot zaterdag 2 augustus**. Voor iedereen die zich heeft aangemeld hebben we dan een plek gereserveerd. De camping rekent per december 2024 10 euro voor een plekje voor een kleine tent met één persoon tot 17,50 voor een grotere plek met elektriciteit. Een hondje kost 1 Euro per dag en betaalt geen

toeristenbelasting. Verdere détails op de website van de camping. Als je vóór de 26e wil komen of langer wil blijven, neem dan zelf contact op met de camping om bij te reserveren. Als je je afwijkende data op tijd bij je aanmelding doorgeeft zullen ook wij die aan de camping doorspelen.

De camping beschikt over een viertal blokhutten en een paar yurts. Wellicht prettig voor degenen onder ons die hun buigzaamheid verloren hebben en het kamperen in tenten aan de wilgen hebben gehangen. Let op: als je hier gebruik van wil maken, moet je zelf reserveren.

Als je op de camping aankomt, graag direct inschrijven. Wanneer je aangeeft dat je bij de groep van het NKBV Rijnland hoort, kom je op onze gereserveerde plek. Aan het einde van de week rekent ieder zijn eigen verblijfskosten af met de camping.

Binnen 1 km vanaf de camping bevinden zich een kleine supermarkt en een restaurant waar je specialiteiten uit de Savoie kunt bestellen. De camping heeft een bar-pizzeria en je kan er brood bestellen. Verder zijn er een speeltuin, vis- en zwemmeertje, en een waterspeelplaats.

Je regelt zelf je eigen kampeeronderkomen en maaltijden. De regio zorgt in principe voor een grote tent (8x4 meter), om gezellig bij elkaar te kunnen kruipen als het regent en te overleggen. Ook kan deze tent bij wat minder weer goede diensten bewijzen, zoals materiaal en kleding drogen, eten koken, etc. Zorg wel voor een stoeltje, tafeltje e.d., want de grote tent is ongemeubileerd!

In de tent houden we **een afwezigheidslijst** bij waar je je bestemming en verwachte terugkomsttijd op aangeeft, zodat we snel in de gaten hebben als iemand niet op tijd terug is. Zodra we in het kamp terugkomen is dat het eerste waar we naar kijken.

Huttenverblijf in de bergen

Bij meerdaagse tochten moet je de hutten van tevoren zelf reserveren. Tegenwoordig is het vaak erg druk en als je zonder reservering aankomt is er meestal geen plek voor je.

Houd er rekening mee dat de sanitaire voorzieningen in een hut vaak karig zijn. Eten is in de hut verkrijgbaar, halfpension is in Frankrijk mogelijk. Het is verplicht een lakenzak mee te nemen. Soms zijn oordopjes ook handig, want je ligt tenslotte in een lager vaak met snurkende klimmers naast je, die bovendien bij nacht en ontij opstaan omdat ze een hoge top in de buurt gaan doen.

Vergeet niet je NKBV-lidmaatschapskaart mee te nemen, hiermee krijg je korting in de hutten van de CAF. Dat geldt niet voor privé hutten.

Klimmateriaal

Iedereen zorgt voor zijn eigen materiaal zoals, bergschoenen, klmschoenen, touwen, pickel, helmen, stijgijsers, klimgordels en toebehoren, rugzakken, klettersteigsets etc. Een aantal alpiene en klimspullen kun je ook bij Basecamp huren (zie <https://base-camp.nl/>).

Er is ook de mogelijkheid om materiaal zoals helm, gordel of klimtouw voor een kleine bijdrage van de vereniging te huren. Als je hier gebruik van wilt maken laat ons dit dan van tevoren weten.

Kleding en tochtenspullen

We gaan er van uit dat degenen die hoog-alpiene tochten gaan maken, weten wat ze mee moeten nemen en moeten dragen. Uitgangspunt is natuurlijk dat je zo min mogelijk gewicht mee naar boven neemt, maar dat je je wel kan beschermen tegen de elementen als dat nodig is.

Voor de wandelaars onder ons geldt een lijst van spullen, die je **altijd** meeneemt op je tocht:

- regenjack
- regenbroek
- fleecvest
- muts, handschoenen
- lange broek of afritsbroek (dus niet alleen een korte broek).
- eten en drinken voor onderweg
- oriëntatiemiddelen

- EHBO setje (voor blaren, hoofdpijn, wat pleisters)
- zonnebrand
- fluitje, (alu) reddingsdeken, zaklamp, zakmes, reparatiemateriaal (zoals sporttape en een stukje touw),
- opgeladen mobieltje met daarin noodnummers

Kijk voor meer informatie over paklijsten op het kenniscentrum van de NKBV ([Alle kennis over de klim- en bergsport onder één dak | NKBV](#))



Bereikbaarheid

Tijdens de week kun je de coördinatoren bereiken op de mobiele nummers:

- Erik: **00 31 625304607**
- Marie-José: **00 31 629366842**

Het algemene Europese noodnummer is **112**

Het nummer van de Gendarmerie is **17**, dat van de politie **15**

De bergreddingsdienst van Chamonix is de dichtstbijzijnde. Het nummer daarvan is **(+33) 450-53 16 89**

We zien jullie graag op zaterdag 26 juli 2025 op camping le Chenantier in Sollières-Sardières!
Met vriendelijke groeten, de organisatoren:

Erik Kleiss, Marie-José Wijntjes, Sid Houtman, Willem van Delft