

/sneeuwschoenwandelen: een bekoorlijke winteractiviteit

Voor iemand met een passie voor bergen en klimmen – zoals jij en ik – biedt ook het winterseizoen heel wat mogelijkheden. Sneeuwschoenstappen is er een van, een activiteit die niet zozeer kunnen maar vooral kennis vereist. Het gevoel van vrijheid dat een sneeuwschoentocht met zich meebrengt, maakt deze bergactiviteit een erg intense ervaring. Rust en ongerepte natuur, maagdelijk glooiende sneeuwlandschappen en wild gedierte, allen typerend voor een sneeuwschoentocht. Dichtbij zijn er de Hoge Venen – vaak druk bezaaid met langlaufers. Maar nog steeds binnen bereik van een lang weekend, kan de Vogezen bij voldoende sneeuw zeker bekoren. Een gebied met grote kans op goede condities is echter de Vooralpen: toppen boven 2000 meter met sneeuwzekerheid vanaf 1000 meter en in het slechtste geval vanaf 1400 meter. Ideaal om tochten uit te stippelen waarbij je zonder moeite 800 à 1000 hoogtemeters per dag doet. Hoe bereid je je voor op je eerste sneeuwschoentocht en welke gebieden lonen de moeite?



winter

Ook al loop je op een GR-pad - makkelijker om de weg te vinden in een ondergesneeuwde wereld - als daar ook een (machinaal getrokken) langlaufpiste op ligt, dan moet je als sneeuwschoenstapper zelf voor een alternatief zorgen.

- Maak de tochten niet te lang. In de winter zijn de dagen heel wat korter en op sneeuwschoenen vorder je veel trager dan op een zomers wandelpad op je bergschoenen. Reken gemiddeld drie kilometer per uur, maar ook dat kan erg tegenvallen als je zelf alles moet sporen in bijvoorbeeld een halve meter verse sneeuw. Niets geeft echter zo'n goed gevoel als de eerste te zijn die de stille en de maagdelijke sneeuw van een vergeten en ondergesneeuwd valleetje kan betreden.

- De wandelpaden die je op de kaart terugvindt zijn er voor zomerse omstandigheden. Je kan die ook best gebruiken als je door een bos omhoog klimt. Eens boven de bomen is het vooral kijken naar het terrein – 'het terrein lezen' – en de weg met de minste weerstand zelf maken, wel rekening houdend met het risico op lawines.

- Kennis van lawines en hoe ermee om te gaan is letterlijk levensnoodzakelijk bij het maken van sneeuwschoentochten. Hiervoor biedt de KBF de nodige opleidingen aan. Maar de meeste ervaring bouw je uiteindelijk op het terrein op.

- Een andere fenomeen waar je je moet voor behoeden is de 'white out'. De bergen zien er niet altijd uit zoals op de postkaarten en de minste mist kan voor heel wat problemen zorgen als je niet goed bent voorbereid. Zorg dat je steeds weet waar je bent. Marsplannen en/of een GPS kunnen je daar goed bij helpen. Op je stappen terugkeren, is ook geen schande. Beslis dit dan tijdig want veel verse sneeuwval kan je sporen uitwissen. Blijf in elk geval dicht bij elkaar en zorg dat je steeds de persoon voor of na je kan zien.

Er zijn een aantal zaken waar je best rekening mee houdt bij de voorbereiding van een sneeuwschoentocht:

- Zoek een gebied waar geen skiliften zijn. Ook al maak je een tocht langs de andere kant van de berg, geregeld kom je een freerider tegen die net als jij de maagdelijke sneeuw aan de andere kant van het skistation opzoekt.

- Probeer zoveel mogelijk langlaufpistes te vermijden. Ook al vorder je zeer snel en zorg je ervoor dat je met de sneeuwschoenen niet in de sporen trapt, vaak word je met argusogen bekeken. Dit is voornamelijk omdat de langlaufers betalen om op te pistes te kunnen en jij er 'toevallig' op terecht komt.

EEN GEVOEL VAN VRIJHEID

Sneeuwschoenstappen geeft je een gevoel van vrijheid. Je gaat en staat waar je wilt, je maakt je eigen spoor, je zoekt terrein op waar je kan genieten van de rust en de stilte. Bij dit alles moet je wel steeds de spelregels van de lawines indachtig zijn. Concreet betekent dit rekening houden met de hellingsgraad van het terrein waar je op of onder loopt en met het lawinerisico dat voor die dag in dat gebied in een bepaalde oriëntatie is aangegeven. Kijk ook steeds rond je waar al wat sneeuw naar beneden geschoven is.

DE EERSTE KEER

Wil je zelf voor de eerste keer gaan sneeuwschoenstappen zonder alle kennis en materiaal voor lawines in je rugzak, dan ga je best op zoek naar relatief lawinevrije gebieden zoals de Vogezen en de Jura (als je wegblijft onder te steile hellingen). Het Thüringenwald in Oost-Duitsland, ook relatief dichtbij, geeft bijna 100 procent sneeuwzekerheid en daar kun je zonder stress wandeltochten maken met sneeuwschoenen aan de voeten: veel bossen, soms open vlaktes of plateaus. Probeer ook hier wel weg te blijven van de hoogste toppen als je drukte wil vermijden.



HEEL TOEGANKELIJK

Het voordeel van sneeuwschoenstappen is dat iedereen er aan kan beginnen. Als uitrusting heb je niets bijzonders nodig. Warme kledij is wel noodzakelijk en een paar warme handschoenen of wanten als het 's morgens echt heel koud is (min 20 graden Celsius). Klassieke waterdichte bergschoenen (type B/C) volstaan.

Sneeuwschoenen zijn er in alle soorten en prijzen. De meesten zijn ontworpen voor een bepaald lichaamsgewicht: voor een groter gewicht wordt een groter oppervlak genomen zodat je minder diep wegzakt in verse sneeuw. Voor tochten in meer bergachtig terrein kies je best niet voor sneeuwschoenen met een aluminium frame. Deze zijn meer geschikt om rond te trekken in vlaktes.

Verder heb je ook een paar telescopische wandelstokken nodig en natuurlijk de klassieke lawineset die bestaat uit de bieper of LZSA (lawineslachtofferzoekapparaat), een sonde en een schop. Het gebruik van een GPS biedt alleszins een voordeel, denk aan het geval van de 'white out'.

Zoals bij zomertochten is het maken van een wandeling in lusvorm veel interessanter dan een heen- en terugwandeling. Vandaar ook dat voor dagwandelingen het middengebergte eerder aan te raden is.

Je kan over of rond een berg trekken om langs de andere kant terug aan te komen op je vertrekpunt. Bij een meerdaagse trekking in de sneeuw let je er sowieso op dat je in lusvorm of in achtvorm je tocht uitstippelt.



AANRADERS

In januari en februari zijn de volgende gebieden zeker aan te raden:

Tochten voor beginners:

- In het Thüringerwald (Duitsland) kan je bepaalde trajecten van de Rennsteig doen. De Rennsteig is een meerdaagse wandeltocht door heel Thüringen. Aangezien dit een wandeling in lijn is, moet je gebruik maken van het openbaar vervoer (voldoende aanwezig) om terug te geraken op het vertrekpunt.

Een andere landschappelijk heel mooie tocht is de toer door het Wessertal. Je kan hier zowel onderaan als van boven vertrekken.

Gemiddelde moeilijkheid:

- In de Gran Paradiso (Italië) vertrek je vanuit Cogne Gimillan te voet een zijvallei in naar de Vallon de Grauson. Je komt in een mooi valleitje waar heel de winter nog niemand is geweest. Je kan hier zover in trekken als je wilt. Helemaal rond de berg trekken is wat lang in de winter, dus kies je zelf wanneer je op je stappen terugkeert (gemiddeld moeilijkheid).

Tochten voor gevorderden:

- In de Chablais (Frankrijk) kan je een mooie tocht over en rond de Roc de Tavaneuse maken: vanuit Abondance rij je een zijvalleetje in tot de parking Prefairie en dan naar de Passage De Savolaire. Boven heb je een prachtig zicht op het ganse Mont Blanc-massief!
- In het Massif des Bauges (Frankrijk) is de tocht (in lusvorm) van Beau Mollard bij mooi weer een puur genot. De tocht is ruim 1200 meter klimmen, soms over steil terrein, maar de top geeft een prachtig uitzicht op de omringende toppen zoals de Mont Trélod en de Mont Blanc. De beste manier is te vertrekken via de Chalet Bottier.

Voor maart en april zijn meerdaagse trektochten op een terrein tussen 2000 en 3000 meter eerder aan te raden. De voorjaarsneeuw – de zogeheten ‘neige du printemps’ – kan soms koud zijn, vooral op de steilere stukken vlak onder de passen. Een paar eenvoudige stijgieters, een sneeuwpikkel en een touw (30 meter, type bergwandeltouw) zorgen ervoor dat je veilig de koude en steilere sneeuwpassages kan overschrijden.

Enkele interessante tochten voor gevorderde wandelaars:

- De Névache (Frankrijk) is een ideaal gebied voor zo'n trekking. De hutten zijn bemand waardoor je lichter kunt trekken. Je komt er geregeld toerskiërs tegen. Mogelijkheden voor allerlei extraatjes zijn er in overvloed. De hutverantwoordelijke is de meest geschikte persoon om je daarbij te helpen. Bij mooi weer kan de Mont Thabor beklommen worden op sneeuwschoenen.
- Le Beaufortain (Frankrijk, ten zuiden van de Mont Blanc) is het ideale gebied voor een tocht met overnachting in onbemande hutten. Zelden kom je er toerskiërs tegen. Als je hierheen trekt, vermijd dan best de periode van de Pierra Menta Trail. Een niet verplicht, maar wel avontuurlijk nummer (gevorderd) is het oversteken van de Col à Tutu - what's in a name! - vlak naast de Pierra Menta om naar de Réfuge de Pisset te trekken. De tocht vanuit Grand Naves naar de Quermoz is de ideale afsluiter van een weekje Beaufortain in de winter. ▲

REISPERIODE

Sneeuwschoenstappen kan van december tot april, naargelang de sneeuwzekerheid.

ACCOMMODATIE

Naargelang het gebied kun je terecht in onbemande (vb. Beaufortin) of bemande hutten (vb. Névache).

MATERIAAL

- waterdichte bergschoenen type B/C
- wandelstokken
- sneeuwschoenen (te huur in de meeste bergsportwinkels)
- kaarten en eventueel GPS
- bieper, sonde en schop

WORKSHOP SNEEUW- EN LAWINEKUNDE

Alvorens er op uit te trekken in de winter, is het aangeraden om een basisopleiding sneeuw- en lawinekunde te volgen. Deze winter bieden de KBF-clubs op verschillende tijdstippen deze workshop aan. Meer details vind je in de bijgevoegde winterbrochure.

BEGELEIDE TOCHTEN

Deze winter kun je onder het waakzame oog van de auteur, Henk Vandenhoeck, de sneeuwschoenen aanbinden. Van 13 tot 17 februari trekt hij met bergsportclub BAC Antwerpen naar de Franse Chablais voor een vijfdaagse tocht voor beginners. Van 27 maart tot 2 april trekt de auteur naar de Franse Nevache voor een gevorderde, zevendaagse trekking. Alle informatie vind je in onze bijgevoegde winterbrochure.

