

FIND YOUR OWN WAY ZOMER

KALS AM GROSSGLOCKNER

Tochtbeschrijving

1. In het kort

Find Your Own Way Zomer is een zesdaagse bergwandelcursus langs berghutten in het Nationaal Park Hohe Tauern rondom Kals, Ost-Tirol, Oostenrijk, georganiseerd door Met Bep.

Data: 11 juli 2021 8.30 uur t/m 16 juli 2021 in de loop van de middag.

De reissom bedraagt euro 819,-



Inclusief:

- Nederlands sprekende bergwandeligids
- 6 cursusdagen
- 5 nachten matrassenlager in:
 - 4x berghut met half pension en 1x berghotel met ontbijt
- Toeristenbelasting
- DAV planzeiger
- Garantieregeling

Exclusief:

- Heen- en terugreis
- Parkeerkaart
- Diner in berghotel
- Lunch
- Materiaal/kleding conform paklijst (zie hoofdstuk 15)
- Verplichte reis- en bergsportverzekering
- Uitgaven van persoonlijke aard (douchemuntjes, drankjes etc)
- Annuleringsverzekering
- Vervoer ter plekke
- Verblijf voor de nacht voorafgaand en na afloop van de cursusdagen

Dit aanbod valt onder de garantie van STO Garant. U kunt de voorwaarden van deze garantieregeling vinden op de website van STO Garant (www.sto-garant.nl/downloads).

Zelf regelen:

Je moet zelf je verblijf voor de nacht voorafgaand en na afloop van de cursusdagen regelen (de nacht van 10 op 11 juli, en 16 op 17 juli).

Een bergwandelcursus stelt eisen aan je fitheid, gezondheid en materiaal, soms ook aan je bergsportervaring, waardoor we deelnamevoorwaarden hanteren. Deze kun je nalezen in onze reisvoorwaarden artikel 2 en in deze tochtbeschrijving (hoofdstuk 10 t/m 13 en 15).

Find Your Own Way Zomer is een groepsreis, de tocht gaat door bij minimaal 4 deelnemers. Uiterlijk 20 juni besluiten we of de cursus doorgang kan vinden op basis van het aantal boekingen voor deze reis. Indien het minimum aantal deelnemers eerder is bereikt, hoor je dat natuurlijk zo snel mogelijk.

Met Bep

**| Dahliastraat 17, 2282 PX Rijswijk | www.bepmaltha.nl | info@bepmaltha.nl |
| 0031651519360 | KvK 73778168 | BTW-ID NL002047097B89 |**

Een maximum van 6 deelnemers garandeert veel persoonlijke aandacht, want dat is waar Met Bep voor staat.

2. Website-tekst

Efficiënte en veilige voortbeweging over alpien basisterrein (blokken, puin, beek, sneeuw, steil gras), tochtenplanning, risicomangement (3x3 zomer in de praktijk), oriëntatievaardigheden, basis weerkunde, navigeren... deze 6-daagse basiscursus voor de bergsport is een must voor iedereen die zelfstandig meer uitdagende bergwandelingen wil gaan doen en/of zich wil voorbereiden op een C1 cursus van de NKBV.

Het Nationaal Park Hohe Tauern is een van de grootste natuurgebieden in de Alpen. Het gevarieerde berglandschap biedt ons volop mogelijkheden om zaken als tochtenplanning, oriëntatie, basis weerkunde en risicomangement in de praktijk te oefenen. Halverwege de week zoeken we het hogerop en krijg je les in het lopen op blokken, in puinvelden, op sneeuwvelden en steil gras. Je krijgt navigatieopdrachten, we doen een oefening in het oversteken van een beek. Allemaal zaken die je niet in een klaslokaal kunt leren. Met als hoogtepunten: beklimming van een wandeltop, zelf een dag-etappe invullen, de GrossGlockner van dichtbij. Het programma is, zoals altijd in de bergen, onder voorbehoud van de heersende condities en het weer.

3. Doel

Het doel van deze praktijkweek is om tijdens een huttrektocht te oefenen met zaken als: tochtplanning, oriëntatie, navigatie, risicomangement, weerkunde. Een bergwandelgids is aanwezig om al je vragen te beantwoorden, opdrachten te geven en je van feedback te voorzien. We gaan ook een stap verder van het gebaande pad af. Hoe doe je dat nou veilig en efficiënt: het gaan in diverse soorten alpien basisterrein zoals steil gras, blokken, puinvelden, sneeuwvelden, een beek oversteken. Je krijgt les, de gelegenheid om te oefenen en tijdens evaluaties bespreken we de achtergronden van bepaalde beslissingen.

Natuurlijk gaat het ook om een mooie beleving in de bergen. We doen mooie uitzichtpunten aan, fotogenieke plekken en proeven van lokale lekkernijen. Het leuke van de begeleiding door een bergwandelgids is dat je naast praktische lessen ook informatie krijgt over flora, fauna en geologie.

4. Locatie en reis

Startpunt en eindpunt van deze cursus is het Lucknerhaus boven Kals am GrossGlockner, in Ost Tirol in Oostenrijk, 1090 km vanaf Den Haag. Je reist op eigen gelegenheid. We faciliteren carpoolen middels een groeps-app.

5. Beschrijving van dag tot dag

Dag 1: **Figerhorn**

We ontmoeten elkaar om 8.30 uur voor de deur van het Lucknerhaus boven Kals, en starten met een materiaalcheck. Na uitleg over de risicomangement en tochtplanningstool 3x3 zomer krijg je de tijd om zelf de beklimming van de Figerhorn voor te bereiden, waarna je de beklimming direct ook gaat

Met Bep

**| Dahliastraat 17, 2282 PX Rijswijk | www.bepmaltha.nl | info@bepmaltha.nl |
| 0031651519360 | KvK 73778168 | BTW-ID NL002047097B89 |**

uitvoeren. Op de top met fantastisch uitzicht op de GrossGlockner oefenen we met het lezen van de kaart. We besteden aandacht aan het 'bergtempo' en het lopen in steil gras. We besteden aandacht aan het weer in de bergen. We overnachten in het Lucknerhaus.

Totaal: 6 km, 825 m omhoog en omlaag, 4,5 uur lopen.

Dag 2: **Naar de Glorerhutte**

We wandelen omhoog over het huttenpad richting de Glorerhutte. We maken een uitstapje richting de Medlspitze met zijn 'onbetaalbare' uitzicht voor een oefening met het kompas. Op de hut kun je tussen de middag een hapje eten, waarna we achter de hut de eerste oefeningen doen om te leren lopen op blokkenvelden. We overnachten in de Glorerhutte. Je bereidt de tocht voor morgen voor!

Totaal: 6 km, 755 m omhoog, 3 uur lopen

Dag 3: **Kesselkeessee**

Het lopen op blokken kunnen we meteen in de praktijk toepassen en verder bijschaven als we het pad richting Kesselkeessee inslaan. Aan de voet van het Böses Weible oefenen we met het lopen en remmen op sneeuw of doen we een ehbo oefening. Daarnaast oefenen we met terreinvoorstelling vanaf de kaart en het navigeren door terrein zonder (duidelijke) paden. We overnachten weer in de Glorerhutte.

Totaal: 10 km, 460 m omhoog en omlaag, 5 uur lopen.

Dag 4: **Kasteneck**

We klimmen vandaag naar een mooie uitzichtstop genaamd de Kasteneck. We doen een oefening met het kompas, schaven het lopen op blokken nog wat verder bij, je krijgt inzicht in de fascinerende geologie van het gebied. Wie weet zien we de lammergier overvliegen. We oefenen weer met terreinvoorstelling vanaf de kaart. Verder heb je zelf bedacht hoe we vanaf deze top naar de Salmhutte toe gaan lopen, waar we overnachten.

Totaal: 8 km, 520 m omhoog, 550 m omlaag, 4 uur lopen.

Dag 5: **Over de Pfortscharte naar de Stüdlhutte**

We steken over naar de Stüdlhutte over de hoge, steile Pfortscharte. Onderweg komen we diverse terreintypes tegen waarin we goed kunnen oefenen: puinhellingen, beekjes, sneeuwvelden. Ook treffen we een paar kabels langs het pad. Wat moeten we daarmee? We houden ons tochtplan, het weer en elkaar goed in de gaten. De gletsjer aan de voet van de GrossGlockner is sterk teruggetrokken. We gaan kijken of we een doorsteek kunnen maken door het terrein waar de gletsjer tot voor kort nog lag. Ruig terrein gegarandeerd. Navigatietrucjes passeren de revue.

's Avonds genieten we uitgebreid van het uitgebreide buffet dat de hut ons voorschotelt

Totaal: 5 km, 490 m omhoog, 330 m omlaag, 4 uur lopen.

Met Bep

**| Dahliastraat 17, 2282 PX Rijswijk | www.bepmaltha.nl | info@bepmaltha.nl |
| 0031651519360 | KvK 73778168 | BTW-ID NL002047097B89 |**

Dag 6: Aan de voet van de zwartgroene reus

De Stüdlhütte is een populair uitgangspunt voor de beklimming van de GrossGlockner. Vanaf de gletsjer boven de hut is hij op zijn mooist. Omdat die gletsjer erg ver is teruggetrokken kunnen wij als wandelaars ook in het bekken onderaan de GrossGlockner komen. Voor wat ruiger terrein draaien wij inmiddels onze handen niet meer om! Tegelijkertijd is het ook een leuke navigatieoefening. We raken de gletsjer aan en bewonderen die zwartgroene kolos vlak boven ons. Je krijgt daarbij informatie over de opbouw van een gletsjer, wat het gevaar is van het begaan van een gletsjer en wat het terugtrekken van de gletsjers voor jou als wandelaar betekent. We dalen af naar het Lucknerhaus en sluiten op het terras de week af.

Totaal 6 km, 200 m omhoog, 1000 m omlaag, 4 uur lopen.

Zoals altijd in de bergen: het programma is afhankelijk van het weer en de condities van terrein en mens en kan naar het deskundig inzicht van de tochtleider ter plekke worden aangepast.

Toelichting: Een bergwandeltocht is vanwege zijn aard afhankelijk van en mogelijk beperkt door de omstandigheden ter plaatse, zoals bijvoorbeeld het weer, gesteldheid van het terrein, de groepsdynamiek, fysieke en psychische gesteldheid van de deelnemers, materiaalpech en andere onvoorziene omstandigheden.

Het kan dus gebeuren dat tijdens de tocht het programma (bv route, hutten waarin overnacht wordt) gewijzigd moet worden, zulks ter beoordeling van de gids indien de omstandigheden, het terrein of de groep of groepsleden daartoe aanleiding geven om de veiligheid te waarborgen. Een dergelijke beslissing vormt de kern van het werk van een gids. Dat is de dienst waarvoor je betaalt. Een gids ontzorgt jou niet alleen met betrekking tot de te volgen route en de aanmelding in de hutten, maar houdt ook alle omstandigheden in de gaten die het welzijn van de groep of individuen bedreigen en neemt overeenkomstige beslissingen. Het aantal uur of een specifiek traject dat je op een dag gewandeld hebt, is dus niet maatgevend in een discussie of de gidsdienst op een bepaalde dag conform de verwachting heeft plaatsgevonden. Wel mag je van de gids een heldere communicatie verwachten, overleg, en een maximale inspanning om een zo goed mogelijk alternatief te vinden zodat de reis voor jou hoe dan ook een mooie beleving wordt.

6. Verblijf en maaltijden tijdens de tocht

We verblijven 5 nachten op slaapzalen in berghutten. Op de slaapzalen zijn matrassen, dekens of dekbedden en kussens aanwezig, het gebruik van een eigen lakenzak is verplicht. Hou rekening met stapelbedden of 'bedbakken', en de aanwezigheid van andere gasten die in dezelfde slaapzaal verblijven. Het sanitair is basic en altijd gedeeld met de andere aanwezigen in de hut. Meestal (maar niet altijd) is er een enkele douche aanwezig waar je tegen betaling van een paar euro een paar minuten gebruik van kunt maken. Handdoeken en zeep worden niet verstrekt.

De eerste nacht in het Lucknerhaus is inclusief een uitgebreid ontbijtbuffet. Het diner is à la carte en niet inclusief.

De berghutten hebben een eetzaal waar je, mogelijk samen met andere gasten, aan een grote tafel een vastgesteld menu krijgt op een vastgesteld tijdstip. De Stüdlhütte vormt hierop een uitzondering met een uitgebreid keuzebuffet. In de eetzaal kun je ook verblijven tussen de maaltijden door.

Meestal kun je kiezen of je vegetarisch wilt eten. Als je andere dieetwensen hebt, dan zullen wij dit zeker doorgeven aan de hutten, maar of elke hut dit voor je kan regelen is de vraag. Bedenk dat de berghutten slechts beschikken over beperkte bevoorradingsmogelijkheden, uitrusting en personeel. We vragen jouw flexibiliteit als ter plekke blijkt dat een specifieke wens niet haalbaar is.

Met Bep

**| Dahliastraat 17, 2282 PX Rijswijk | www.bepmaltha.nl | info@bepmaltha.nl |
| 0031651519360 | KvK 73778168 | BTW-ID NL002047097B89 |**

In de meeste berghutten kun je een lunchpakket regelen voor de volgende dag. Neem daarnaast voldoende snacks/energierepen mee voor onderweg. In de hutten kun je slechts beperkt repen kopen.

7. Te verwachten extra kosten tijdens de tocht

De reissom is exclusief:

- heen-en terugreis (enkele reis 1090 kilometer vanaf Den Haag - Kals, Felbertauerntunnel ±euro 22 retour, vignet Oostenrijk ±euro 10)
- parkeerkaart euro 14
- diner in berghotel (hoofdgang mogelijk voor ±euro 15 – 30, excl drankjes)
- lunch(pakketten) à ±euro 12
- materiaal/kleding conform paklijst (hoofdstuk 15)
- gebiedskaarten 2 stuks à ±euro 10
- **verplichte** reis-en **bergsportverzekering**
- uitgaven van persoonlijke aard (snacks, drankjes, douchemuntjes etc)
- annuleringsverzekering
- vervoer ter plekke
- verblijf voor de nacht voorafgaand en na afloop van de cursusdagen (zelf te boeken!)

Neem voldoende contant geld mee voor je drankjes en lunches, en overige persoonlijke uitgaven. In de meeste berghutten kun je niet pinnen of met creditcard betalen. Het Lucknerhaus is een berghotel, waar je wel met kaart kunt betalen.

8. Hoe gaat de betaling in zijn werk

De aanbetaling bedraagt 25% van de reissom, met een minimum van euro 100,- welke je binnen 1 week na boeking betaalt. Uiterlijk zes weken voor aanvang van de tocht maak je het restantbedrag over.

Indien je binnen 6 weken voor start van de cursus boekt, betaal je de volledige reissom per ommegaande in één keer.

9. Garantierегeling STO Garant

Om te voldoen aan de wettelijk verplichte garantiestelling maakt Met Bep gebruik van STO Garant. U kunt dit controleren via de STO Garant deelnemerspagina (<https://www.sto-garant.nl/deelnemers>). Alle informatie over STO Garant vindt u op www.sto-garant.nl.

Bij elk (reis)aanbod van Met Bep wordt duidelijk vermeld of de garantie van STO Garant van toepassing is. In de garantierегeling leest u wat de garantie inhoudt en welke voorwaarden van toepassing zijn. U vindt deze garantierегeling op de website van STO Garant (www.sto-garant.nl/downloads).

Indien de garantie van STO Garant van toepassing is op uw boeking, dan betaalt u de reissom niet aan Met Bep, maar aan de derdengeldenrekening van Stichting Derdengelden Certo Escrow, een bij De Nederlandsche Bank (DNB) en de Autoriteit Financiële Markten (AFM) geregistreerde betaaldienstverlener. Deze stichting derdengelden waarborgt uw reissom tot na afloop van uw

Met Bep

**| Dahliastraat 17, 2282 PX Rijswijk | www.bepmaltha.nl | info@bepmaltha.nl |
| 0031651519360 | KvK 73778168 | BTW-ID NL002047097B89 |**

boekings. Wanneer diensten door financieel onvermogen van Met Bep niet (volledig en/of tijdig) worden verleend, dan voert STO Garant de garantie uit. In de garantieregeling leest u hoe u daar in dat geval aanspraak op maakt.

10. Fitheid

Je kunt 6 uur per dag lopen met een middelzware rugzak.

De dag-etappes variëren van 4 tot 10 km, je gaat maximaal 825 m omhoog en 1000 m omlaag. Tijdens de wandelingen staan we regelmatig stil voor oefeningen of uitleg. Je rugzak weegt een goede 10 kg. We oefenen regelmatig in technisch lastig wandel terrein, blokken, puin. Dit soort terrein vraagt veel energie en kracht als je nog niet over de juiste techniek beschikt.

Een goede voorbereiding is belangrijk. Zorg dat je regelmatig duurtrainingen doet en ook je lichaam went aan het lopen met de rugzak. Duurtrainingen kunnen bestaan uit hardlopen, fietsen, denk aan langere afstanden met lagere intensiteit. Dit is goed voor het zuurstof opnemend vermogen van je lichaam, wat in de bergen bepalend is voor je presteren. Wandel minimaal 1x per week een aantal uur met rugzak het liefst door geaccidenteerd terrein. Hiermee train je naast uithouding juist ook spierkracht van de spieren die je straks het meest nodig hebt, en coördinatie. Bouw het geheel op in afstand, en gewicht van je rugzak.

11. Bergwandelervaring

Voor deze cursus heb je geen specifieke bergwandelervaring nodig, maar bereid je wel voor zoals in hoofdstuk 9 is aangeraden.

12. Gezondheid

Vaccinaties: Voor deze reis is het niet nodig om je te laten inenten. Het kan echter nooit kwaad om even na te gaan of je nog een geldige tetanus-bescherming hebt (de T in DTP of DKTP). Deze beschermt je tegen de tetanus bacterie als je een vuile wond oploopt. Je kunt jezelf hierover informeren bij bijvoorbeeld de GGD.

Indien je specifieke medicijnen gebruikt of last hebt van bv astma, copd, diabetes, migraine, rugklachten, gewrichtsklachten, hartklachten, psychische klachten dan vragen we je dit voorafgaand aan je boeking met ons te bespreken. De achtergrond hiervan is dat Met Bep verplicht is een risico inschatting te maken en dit niet kan zonder kennis van eventuele medische zaken die in de groep spelen. Uiteraard zal hier vertrouwelijk mee worden omgegaan.

13. Verzekeringen, noodgevallen

Alle deelnemers moeten beschikken over een reis-en bergsportverzekering waarbij bergwandelen, ook buiten de paden, niet is uitgesloten en met adequate dekking voor o.a. bergredding en zoekacties, bijstand en repatriëring in geval van ongeval, ziekte of overlijden, in het gebied of land waar de reis plaatsvindt en voor de gehele duur van jouw reis. Het is je eigen verantwoordelijkheid om je ervan te overtuigen dat de dekking voldoende is. Met Bep zal je vragen om polisnummer,

Met Bep

**| Dahliastraat 17, 2282 PX Rijswijk | www.bepmaltha.nl | info@bepmaltha.nl |
| 0031651519360 | KvK 73778168 | BTW-ID NL002047097B89 |**

naam van de verzekeringsmaatschappij en alarmnummer van zowel je zorgverzekering als je reis- en bergsportverzekering.

Denk eventueel ook aan het afsluiten van een annuleringsverzekering. Bij Met Bep kun je geen verzekeringen afsluiten.

Zorg ook dat je verzekerd bent voor medische kosten in Oostenrijk. Nederlandse basiszorgpolissen dekken alleen Nederlandse bedragen. In Oostenrijk gelden hogere bedragen, waarbij je het verschil dan zelf moet betalen als jou iets overkomt. Vaak kun je dit ondervangen met een aanvullend pakket. Vraag dit na bij jouw verzekeraar.

Met Bep deelt de door jou verstrekte gegevens over relevante medische issues, zorgverzekering, reis- en bergsportverzekering en een contactpersoon thuis met de tochtleider. De tochtleider neemt deze gegevens mee op tocht voor het geval er iets met jou gebeurt om onze zorgplicht na te kunnen leven. Ook verstrekken we jou een Medical ID-Card, welke je uitprint, invult en bij je paspoort bewaart.

14. Formaliteiten en officiële documenten

Heb je de Nederlandse nationaliteit dan heb je bij deze reis geen visum nodig, alleen een geldig Nederlands paspoort of geldig Nederlands identiteitsbewijs. Dit draag je altijd bij je, want je moet dit desgevraagd kunnen tonen en je rijbewijs is daarvoor niet voldoende.

Je bent zelf verantwoordelijk voor de juiste documenten. Check altijd wat jij in jouw situatie nodig hebt en doe aanvragen ruim op tijd.

Check of het pasje van je Nederlandse zorgverzekeraar tevens EHIC-card is (European Health Insurance Card, dat staat op het pasje) en of deze geldig is voor de gehele duur van de reis. De EHIC-card geeft recht op medisch noodzakelijke zorg tijdens je reis. Draag dit pasje dan ook altijd bij je. Vraag de EHIC-card ruim op tijd aan bij je zorgverzekering.

Zorg ook dat je een verzekeringsbewijs bij je draagt van je reis- en bergsportverzekering en je eventuele annuleringsverzekering.

15. Uitrusting, kaart

Benodigde uitrusting:

- Bergschoenen, categorie B minimaal, waterdicht of goed ingevet leer
- Gamaschen
- Verstelbare wandelstokken met zomertellers
- Wandelsokken (geen katoen), diverse paren
- Regenjas, regenbroek
- Thermo shirts met korte en lange mouwen (geen katoen)
- Warme trui (fleece, dons)
- Lange stevige wandelbroek
- Thermo lange onderbroek
- Muts, sjaal, pet, **bergsporthelm**

Met Bep

**| Dahliastraat 17, 2282 PX Rijswijk | www.bepmaltha.nl | info@bepmaltha.nl |
| 0031651519360 | KvK 73778168 | BTW-ID NL002047097B89 |**

- Twee paar handschoenen: warme (ski)handschoenen, dunnere (windstopper)fleece handschoenen
- Rugzak (35-45 L)
- Regenhoes voor je rugzak, of waterdichte zakken om je spullen in te doen
- Zonnebril (**bergsport**zonnebril, categorie 4)
- Zonnebrand en lippencreme, factor 30
- Waterfles of zak, minimaal 1,5 liter
- Eventueel een thermosfles
- Snacks voor onderweg
- Kompas, gps, hoogtemeter indien in je bezit
- Lakenzak voor in de hutten (verplicht)
- Hoofdlampje met reservebatterijen
- Sneldrogend handdoekje
- Toiletpullen (mini's)
- Persoonlijke EHBO: iig pleisters, blarenpleisters, sporttape, paracetamol, reddingsdekentje, thermometer
- Nood-bivakzak
- Persoonlijke medicatie
- Geldig paspoort, verzekeringsbewijzen, NKBV lidmaatschapskaart indien in bezit
- Telefoon, oplader, powerbank
- Voldoende contant geld, bankpas
- Pen en papier
- Alpenvereinskarte 40 Glocknergruppe 1:25.000
- Alpenvereinskarte 41 Schobergruppe 1:25.000

Met Bep verhuurt geen materialen. Indien gewenst kunnen wij wel advies geven waar je spullen kunt huren.

Indien bij aanvang van de reis blijkt dat je niet beschikt over de minimaal hier weergegeven uitrusting heeft de tochtleider het recht je uit te sluiten van (een deel van) de reis voor je eigen veiligheid. Je hebt daarbij geen recht op teruggaaf van de reissom of een schadevergoeding.

16. Beëindiging of overdracht reisovereenkomst voor start reis

Je mag de reisovereenkomst altijd beëindigen voor start van de reis, tegen een vergoeding zoals je kunt nalezen in onze reisvoorwaarden, artikel 7.

Ook mag je de reis tot uiterlijk 7 dagen voor start van de reis overdragen aan een andere persoon, mits deze ook aan de deelnamevoorwaarden voldoet, conform artikel 6 van onze reisvoorwaarden.

Met Bep

**| Dahliastraat 17, 2282 PX Rijswijk | www.bepmaltha.nl | info@bepmaltha.nl |
| 0031651519360 | KvK 73778168 | BTW-ID NL002047097B89 |**