

GOUDEN HERFST RONDONOM LA FOULY

BELEEF DE 'INDIAN SUMMER' IN HET ZWITSERSE VAL FERRET

Tochtbeschrijving

1. In het kort

Gouden Herfst rondom La Fouly is een standplaatstocht vanuit een Gite (berghut) nabij het dorpje La Fouly in het Zwitserse Val Ferret, georganiseerd door Met Bep.

Start: 10-10-2020 17:00

Einde: 17-10-2020 10:00

De reissom bedraagt euro 949.



Inclusief:

- Nederlands sprekende bergwandeldgids
- Nederlands sprekende basecamp manager
- 8 reisdagen, waarvan 6 wandeldagen
- Accommodatie: 7 x overnachting in matrassenlager met volpension
- Onbeperkt koffie en thee in de Gite
- Toeristenbelasting
- Garantierегeling

Exclusief:

- Heen- en terugreis
- Vervoer ter plekke
- Materiaal/kleding conform paklijst (zie hoofdstuk 14)
- Verplichte reis- en bergsportverzekering
- Uitgaven van persoonlijke aard
- Annuleringsverzekering
- Parkeerkosten

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

Een bergwandeltocht 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 9 t/m 12 en 14).

Gouden Herfst rondom La Fouly is een groepsreis. De tocht gaat door bij minimaal 4 deelnemers. Uiterlijk 18 september nemen we het besluit of de tocht doorgang kan vinden op basis van het aantal boekingen voor deze tocht. Indien het minimum aantal deelnemers eerder is bereikt, hoor je dat natuurlijk zo snel mogelijk.

Op deze reis zijn ook van toepassing onze aanvullende voorwaarden Corona, welke je op de [website](#) kunt downloaden.

Met Bep

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

Een maximum van 8 deelnemers garandeert veel persoonlijke aandacht, want dat is waar Met Bep voor staat.

2. Website-tekst

In deze tijd waarin het Corona virus onze bewegingsvrijheid beperkt, hebben we een mooie oplossing gevonden om toch een grote kans te maken dat we Corona-proof van de bergen kunnen genieten. Met Bep heeft namelijk een berghut afgehuurd, speciaal voor onze groep! Die groep houden we natuurlijk ook klein, ver onder de capaciteit van de hut, zodat iedereen in de hut meer dan genoeg ruimte heeft. En we doen dat in een periode dat de bergen niet overspoeld zijn door toeristen, namelijk in oktober, vlak voordat de winter gaat invallen, wat ook nog eens een magisch moment is in de bergen. De wandelingen starten bijna allemaal op de drempel van de hut.

Zowel binnen als buiten hanteren we de Coronaregels zoals die ter plekke gelden. Een eigen basecamp manager én een eigen bergwandeldgids zorgen ervoor dat we zo veilig mogelijk kunnen genieten van dit mooie avontuur! Daarnaast verzorgt de basecamp manager de maaltijden.

Het zomerseizoen is ten einde, de bergen verstillen en maken zich op om de eerste sneeuw te gaan ontvangen. De huizen in de hoog gelegen dalen sluiten één voor één. De lucht voelt crispy koud en is extra helder. Herfst in de bergen heeft een eigen charme, en die gaan wij ontdekken vanuit ons basecamp achterin het Zwitserse Val Ferret. Het dorp La Fouly ligt met 1600 meter behoorlijk hoog, maar nog net onder de boomgrens, waar de larixen goud kleuren. De weg houdt hier op, de talrijke Tour du Mont Blanc lopers zijn naar huis. De naderende herfst zorgt voor uitbundige kleuren: de zomerzon heeft het gras geelbruin verdord, de sparren zijn donkergroen gebleven, de larixen kleuren geel, en de bosbes-struiken worden roodbruin. Het contrast met de donkere rotstorens en witte gletsjers van het Mont Blanc massief onder een staalblauwe hemel is adembenemend. Misschien zijn de toppen van de bergen al getooid met een poederig wit van de eerste sneeuw. En niemand die er van geniet, behalve wij!

Het Val Ferret vormt een markante scheiding in dit deel van de Alpen: de zuidoostzijde bestaat uit grasbedekte bergen bekroond met brokkelige rotsen, maar kijk je naar het noordwesten, dan zie je de hoge, donkere en gletsjerbedekte toppen van het Mont Blanc massief. Een uitgebreid net aan wandelpaden start voor de deur. We gaan elke uithoek van dit dal verkennen met onze lichte dagrugzak en bij thuiskomst wacht de basecamp manager je op met een warme kachel en een lekkere kop thee met wat lekkers. Terwijl je je opfrist komen de geuren van de avondmaaltijd al voorbij.

De natuurbeleving staat voorop. We bezoeken stille bergmeertjes, en zien zeer waarschijnlijk gemzen. Misschien een laatste alpenmarmot die nog bezig is met de voorbereidingen voor zijn winterslaap. Ook is het mogelijk dat we de steenbok tegen het lijf lopen, en de steenarend hoog boven ons zien langs zweven. We nemen dan ook tijd om te pauzeren, rond te kijken, te fotograferen, en vooral om te genieten!

Met Bep

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

3. Locatie en reis

We verblijven deze week in Gite La Léchère, boven La Fouly in het Zwitserse Val Ferret, 958 km vanaf Den Haag. Je reist op eigen gelegenheid. We faciliteren carpoolen middels een groepsapp. Het is voor deze tocht handig als we enkele auto's ter plekke hebben.

Je rijdt door Zwitserland naar Martigny, en van daaruit naar La Fouly. Vanuit La Fouly rij je nog een stukje door tot Clou en vervolgens tot de 'Pont de la Léchère', waar je de auto kunt parkeren. Op de parking bel je even met het contactnummer om je komst te melden. Vanaf de parking is het 15-20 minuten lopen naar de hut.

Met de trein reis je via Martigny naar Orsières. Vandaar gaat een bus een aantal keer per dag naar La Fouly. Dat is in oktober het eindpunt. Vanaf La Fouly is het ongeveer 2 km lopen naar de parking van de hut.

4. Beschrijving van dag tot dag

Let op: alle tijden zijn zuivere wandeltijden, dus exclusief pauzes. De volgorde van de dagtochten kan variëren afhankelijk van het weer en de wensen van de deelnemers. Ook beschikken we nog over alternatieve dagtochten.

Dag 1: Aankomst

We ontmoeten elkaar om 17:00 bij Gite La Léchère.

We maken kennis met elkaar, en installeren ons voor de week. Diner om circa 19:00.

Na het diner besteden we tijd aan de materiaalcheck en klaarmaken van de rugzak voor de wandeltocht van de volgende dag.

Totaal: 0,9 km, 70 m omhoog, 15-20 minuten

Dag 2: L'a Neuve

Vandaag maken we weinig haast. We houden ons rustig, want we moeten nog 'aarden', wennen aan de omgeving, de rust en aan het lopen. Tussen het dorp La Fouly en het gehucht Ferret maken we een lichte tocht over weides met kruidige struiken en door een geurig naaldbos. We bekijken het dorp en de omgeving van beide kanten. Boven de boomgrens krijgen we bij mooi weer zicht op de Mont Dolent en de rotsige toppen van Mont de La Fouly en La Tsavre.

Totaal: 5 ½ km, 300 m omhoog, 300 m omlaag, 3 ½ uur.

Dag 3: Lacs de Fenêtre

Eén van de hoogtepunten van deze week! Langs verlaten 'granges', lopen we steeds verder het Val Ferret in. Vrij vlakke stukken wisselen af met korte felle stijgingen. Via de grange Les Ars Dessus en Plan de la Chaux komen we op het plateau waar de drie Lacs de Fenêtre liggen. We nemen uitgebreid de tijd om daar rond te kijken, en lopen ook naar het hoogst gelegen van die drie meertjes. Zijn je voeten inmiddels flink verhit geraakt, dan kun je ze in het water afkoelen. We hebben veel kans om gemzen te zien, en hier huist de steenarend. Opmerkelijk is dat het grootste meer niet via een beekje uitstroomt, maar al het water verdwijnt in een gat in de rotsen. Waar dit weer tevoorschijn komt, is niet bekend!

Totaal: 10 km, 755 m omhoog, 755 m omlaag, 5,5 uur.

Met Bep

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

Dag 4: Le Basset

Vandaag vertrekken we bij het eerste daglicht, we snuiven de schone koele herfstlucht op. Kort zigzaggen we langs het kleine skigebied van La Fouly, tot het pad doorgaat waar de skiliften stoppen. De kuiten moeten aan de bak, we houden het tempo laag. We lopen nu door weiden waar tot kort geleden koeien graasden. Als we stoppen en achterom kijken, wordt het uitzicht richting Mont Dolent en Grande Lui telkens weidser. La Fouly verdwijnt in de diepte. Als we de kam bereiken, op ongeveer 2750 meter, kunnen we onszelf een compliment geven! We worden beloond met een fenomenaal uitzicht in de richting van de Grand Combin. Het topje van Le Basset, met een hoogte van 2771 meter, kunnen we 'even meepikken'. Onder ons zien we enkele kleine meertjes, in deze kom wonen gemzen en steenbokken.

Totaal: 10 km, 1250 m omhoog, 1250 m omlaag, 8 uur.

Dag 5: La Peule

Een klein stukje lopen we dezelfde route als eergisteren, en bereiken we Plan de la Chaux. Echter, waar we gisteren via de zigzags omhoog liepen, dalen we nu af naar een bruggetje waarmee we de rivier oversteken. We komen bij de grote grange Mont Percé, waar we het zelden begane dal van La Tenade in kunnen kijken. Hier kennen alleen de parkwachters en jagers de weg. Wij nemen een beter pad door de noordoosthelling. De helling is bedekt met alpenrozen en heide, met fraaie herfstkleuren. We kijken uit op de tegenoverliggende helling, en herkennen de plekken waar we vanmorgen en eergisteren liepen. Misschien horen of zien we het sneeuwhoen!

Totaal: 10,5 km, 575 m omhoog, 575 m omlaag, 5 uur.

Dag 6: Petit Col Ferret

Dicht onder de steile hellingen van de hoge toppen van het Mont Blanc gebied lopen we over een prima pad omhoog naar de Petit Col Ferret. Rechts van ons, als we omhoog kijken, zien we de morenes van gletsjers die zich al lang geleden hebben teruggetrokken. Links, op de grashellingen, zien we misschien alpenmarmotten. Eerder zullen wij hun scherpe gefluit horen! De struikjes van bosbes en preiselbeer kleuren diep rood. Op de Petit Col Ferret kijken we ver Italië in, richting Courmayeur. Hopelijk staat de wind uit.

Totaal 8 km, 755 m omhoog, 775 m omlaag, 5,5 uur.

Dag 7: Omhoog langs de ruige kant van de Mont Blanc

Vandaag gaan we weer vroeg uit de veren, want er wacht ons een lange dag. Door struikgewas lopen we een dal in met hoge wanden rondom. Steil omhoog gaat het, het graniet komt dichtbij, met af en toe de hulp van een kabel, maar zonder echte moeilijkheden, naar de prachtig gelegen Cabane de l'a Neuve. Vanaf het huttenterras hebben we zicht op de nabije gletsjers en de Mont Dolent. De hut is inmiddels dicht, maar we genieten van onze meegebrachte picnic. Wat een magnifieke afsluiting van de week!

Totaal 10 km, 1165 m omhoog, 1165 m omlaag, 8 uur.

Dag 8: Reisdag

Om 10:00 eindigt onze week.

Uiteraard ontbijten wij nog samen, waarna we inpakken en het afscheid volgt. Hopelijk met een mooie herinnering en dito foto's!

Met Bep

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

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.

5. Verblijf en maaltijden tijdens de tocht

We verblijven 7 nachten in Gite La Léchère in La Fouly. Er zijn dekbedden en kussens aanwezig, het gebruik van een eigen lakenzak of slaapzak en een kussensloop is verplicht. Hou rekening met stapelbedden en 'bedbakken'. Het sanitair is gedeeld, niet op de kamer en simpel. Douche en wifi zijn aanwezig. Handdoeken en zeep worden niet verstrekt. Naast de slaapzalen is er een gemeenschappelijke ruimte waar we kunnen eten en verblijven.

De basecamp manager verzorgt de maaltijden. Koffie en thee zijn bij de prijs inbegrepen. Als je dieetwensen hebt, dan zullen wij ons best doen om hieraan tegemoet te komen. We vragen jouw flexibiliteit als ter plekke blijkt dat een specifieke wens niet haalbaar is. Op de meeste dagen komen we geen horeca tegen om te lunchen. Wij zorgen voor ingrediënten om een lunchpakket samen te stellen. Neem daarnaast voldoende snacks/energierepen mee voor onderweg. Het is niet mogelijk om in de Gite snacks of etenswaren te kopen. In La Fouly is een winkel waar dit wel mogelijk is, echter de meeste dagtochten laten weinig tot geen tijd om hier gebruik van te maken.

6. Te verwachten extra kosten tijdens de tocht

De reissom is exclusief:

- heen-en terugreis (enkele reis 958 kilometer vanaf Den Haag, vignet Zwitserland CHF 40)
- vervoer ter plekke (korte stukken met de auto naar de parking aan het einde van het dal, geen busverkeer)
- materiaal/kleding conform paklijst (hoofdstuk 14)
- verplichte reis-en bergsportverzekering
- uitgaven van persoonlijke aard (bv andere drankjes dan de koffie en thee in de Gite)
- annuleringsverzekering
- parkeerkosten (voor zover bekend niet van toepassing in oktober)

Neem voldoende contant geld mee voor je drankjes en lunches, en overige persoonlijke uitgaven.

Met Bep

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

7. Hoe gaat de betaling in zijn werk

Omdat wij een speciale betalingsregeling hanteren vanwege de Corona-problemen, zie ook de aanvullende voorwaarden Corona op onze [website](#), ontvang je bij boeking nog geen factuur en hoef je geen aanbetaling te doen. Vier weken voor start van de reis besluit Met Bep of de reis redelijkerwijs uitgevoerd kan worden n.a.v. de Corona-situatie op dat moment. Dan pas krijg je de factuur en betaal je per ommekeer het gehele bedrag.

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

9. Fitheid

Je bent in staat om 5 tot 8 uur met een dagrugzak in geaccidenteerd terrein te wandelen.

We lopen over goed gemarkeerde, en goed begaanbare paden. De zwaarte van de dagtochten varieert van een korte 'inloop'tocht tot een tocht van 8 uur met ruim 1200 hoogtemeters. Dat is ronduit zwaar. De meeste dagen loop je 5 tot 6 uur, met 500 tot 700 hoogtemeters. We zijn wel de hele dag buiten. We lopen met dagrugzakken, maar reken toch op minstens 6 kg. Vergeet niet, dat je een goede voorraad drinken, reservekleding, en je lunch moet meenemen. Een goede wandelconditie is dus nodig!

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.

Met Bep

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

10. Bergwandelervaring

Je hoeft geen specifieke *berg*-wandelervaring te hebben, maar wel vragen we een sportieve levensstijl, waarbij wandelen met een dagrugzak regelmatig op de planning staat. Je loopt op goed begaanbare bergpaden, die soms steil, of bij regen soms glibberig kunnen zijn. Ook zullen we korte trajecten over rotsblokken en gruis lopen. Wandel voorafgaand aan de reis ook eens een paar maal door zandgebieden (mul duinzand) en neem regelmatig de trap.

11. 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 DTKP). 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.

Wij verstrekken je in een apart document informatie over de specifieke regels die er voor jouw reis gelden w.b.t. COVID-19. Denk aan eventueel benodigde aanvullingen op de paklijst, regels die in Zwitserland gelden en regels die we tijdens onze tocht en verblijf in acht nemen. Vanwege de snelheid waarmee veranderingen optreden in deze regels, streven we ernaar om je uiterlijk twee weken voor vertrek te informeren. Lees vooral ook onze aanvullende voorwaarden Corona die je op de [website](#) kunt downloaden.

12. 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, 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 Zwitserland. Sommige Nederlandse zorgpolissen dekken alleen Nederlandse bedragen. In Zwitserland 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

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

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.

13. Formaliteiten en officiële documenten

Heb je de Nederlandse nationaliteit dan heb je bij deze reis alleen een geldig Nederlands paspoort of geldig Nederlands identiteitsbewijs nodig. 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.

14. Uitrusting

Benodigde uitrusting:

- Bergschoenen, categorie B minimaal, waterdicht of goed ingevet leer
- Gamaschen als je ze hebt
- Verstelbare wandelstokken met zomertellers
- Wandelsokken (geen katoen), diverse paren
- Regenjas, regenbroek
- Thermo shirts met korte en lange mouw (geen katoen)
- Warme trui (fleece, dons)
- Lange, stevige wandelbroek
- Thermo lange onderbroek
- Muts, sjaal, pet
- Twee paar handschoenen: warme handschoenen, dunnere (windstopper)fleece handschoenen
- Rugzak, 20-30 liter
- Regenhoes voor je rugzak, of waterdichte zakken om je spullen in te doen
- Zonnebril (minimaal categorie 3)
- Zonnebrand en lippencreme, factor 30
- Waterfles of zak, minimaal 1,5 liter
- Een thermosfles
- Snacks voor onderweg
- Verplicht: lakenzak of slaapzak; kussensloop
- Hoofdlampje met reservebatterijen
- Sneldrogend handdoekje

Met Bep

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

- Toiletpullen (mini's)
- Persoonlijke EHBO: iig pleisters, blarenpleisters, sporttape, paracetamol, reddingsdekentje, thermometer
- Persoonlijke medicatie
- Geldig paspoort, verzekeringsbewijzen, NKBV lidmaatschapskaart indien in bezit
- Telefoon, oplader, powerbank
- Voldoende contant geld, bankpas
- **COVID-19**: waarschijnlijk heb je mondkapjes, rubber handschoentjes, desinfecterende handgel nodig, dit hoor je 2 weken voor vertrek

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.

Kaart, indien gewenst:

TopoRando, Pays du St-Bernard, 1:25.000

15. 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 |**