

ALPINEREN KUN JE



LEREN

REDUCEER JE RISICO'S

RISICOREDUCTIE IS VERPLICHTE KOST VOOR ALPINISTEN. NIET ALLEEN ONDERWEG, MAAR JUIST OOK IN DE VOORBEREIDING VAN EEN TOCHT KUN JE DAAR VEEL AAN DOEN. AAN DE HAND VAN EEN HOE-HET-NIET-MOET-BEKLIMMING VAN ELF JAAR GELEDEN GEEFT ANNE VAN GALEN VAN DE NKBV-VEILIGHEIDSCOMISSIE TIPS VOOR RISICOREDUCTIE.

Alpinisme is een ervarings sport. Je leert door te doen en je leert nog meer door dingen verkeerd te doen. Elke alpinist maakt de fase 'onbewust onbekwaam' door. Jaren later kan hij of zij vertellen over tochten die maar net goed afliepen; achteraf bezien belangrijke leermomenten. Ook anderen kunnen ervan leren.

'EVEN DE WEISSHORN KLIMMEN'

Het is zomer 1998. Miriam Knepper en ik zijn net een jaar klaar met onze kaderopleiding. We hebben een NSAC-cursus geleid en nog wat routes ingeklimmen. We zijn fit en over een paar dagen gaan we meedoen aan de allereerste aflevering van Alpien+ in Chamonix. Enthousiast en ambitieus als we zijn willen we nog wel 'even' een echte tocht maken. De keuze valt op de Schaligrat van de Weisshorn. De Schaligrat klimmen betekent wel een klein logistiek probleem. Voor dat bivak begin je in het Val d'Anniviers en als je via de normaalroute afdaalt eindig je in het Mattertal bij Täsch. Alpien+ begint vrijdagavond en het is nu dinsdag. We hebben beiden geen auto en wel veel zoi. Vrijdagavond Chamonix gaan we niet halen als we ook nog een keer die lange dalen heen en weer moeten liften. Gelukkig vind ik in het gidsje van de Zwitserse Alpenclub een alternatieve route vanuit Täsch naar het Schalibivak. Een tocht van 2400 hoogtemeters, dat wel (gidsjestijd 8 uur, PD).

Niet in het gidsje

Iets na achten gaan we 's morgens op pad. We zijn geluksvogels want we hebben vlak voor vertrek nog even een kaart kunnen lenen. Altijd handig om te weten waar je heen moet. Ook hadden we nog snel wat voedsel gekocht voor in het bivak. Onze rugzakken zijn goed gevuld met klimmateriaal, bivakzak, brander, pan en niet te vergeten een grote spiegelreflexcamera.

Zwoegen. Op zo'n 2100 meter komen we op een alm. Een Zwitserse familie die daar de zomer doorbrengt, ontvangt ons hartelijk. En ook een beetje bezorgd. Ze hebben nog nooit gehoord van een route die hier langs loopt naar het bivak onder de graat. We moeten beloven om 's avonds met ons hoofdlampje te seinen dat we goed zijn aangekomen. Nooit weg dat iemand weet waar je uithangt.

Verder. Een duidelijk pad ontbreekt evenals een geschikte plek om de gletsjerbeek over te steken. Dan maar schoenen, sokken en broek uit en zo doorwaden we de beek op een plek waar het verval niet zo groot is. We zekeren elkaar met het touw om ons middel. Dit stond niet in het gidsje.

Heldin

Nu begint het pas echt. Door een losse puinhelling en rechts van een stortgoot waar zojuist nog een kleine steenlawine doorheen is gedenderd, gaat het omhoog. Als we door eerstegraads terrein klauteren, zie ik met een schuin oog een blok met de omvang van een koelkast langs Miriam stuiteren. Het loopt net goed af. Het is bloedheet en al best laat in de middag. We hebben wat sneeuw- en ijsvelden overgestoken en bevinden ons nu op een gletsjer met indrukwekkende spleten. Het is oppassen met die zwakke sneeuwbruggen. Miriam is een heldin en klimt met twee

pickels een heel recht stukje ijs. Vervolgens maakt ze een anker met een pickel en kom ik na met de andere pickel die ze weer heeft laten zakken. Uiteindelijk is het na zevenen als we op de col bij het Schalibivak arriveren. Ik ben moe van deze lange aanloop, maar laat me niet kennen. Zeker niet omdat er twee stoere Zwitserse gidsen in het bivak zitten die morgen ook de graat gaan klimmen. We zien ze denken: “wat moeten die twee kleine meisjes hier en waarom zijn ze in hemelsnaam zo laat?” Zelf zijn de mannen netjes 's ochtends in alle vroegte vanuit de Cabane de Tracuit aan de kant van Zinal omhoog gekomen. Zij hebben de hele dag verder kunnen uitrusten en de korte aanloop naar de graat kunnen verkennen. Wij zeggen geen pap meer en gaan – na het afgesproken seinsignaal naar de alm – snel naar bed. Het onweert boven de Matterhorn.

Te laat

Het is nog donker als de wekker gaat. We zijn de Zwitsers voor. Niet veel later staan we op de graat. Miriam klimt net de eerste meters voor als ik een knal hoor, wat vonken zie en Miriam weer naast mij op het bandje belandt. Dat deed pijn, de schrik zit er in. Zonder iets te zeggen komen de Zwitsers langs. Nu is het mijn beurt om stoer te zijn en voor te klimmen. We doen alles op grote schoenen. Het meeste is derdegraads terrein en af en toe een stapje vier. Sommige delen van de graat zijn heel erg brokkelig en schilferig. Pas jaren later vertelt iemand me dat Schali ook ‘brokkelig’ betekent. Het is echt al veel te laat als we om vijf uur op de top aankomen. Het is een warme dag en in de zuidoostflank zijn talloze steenlawines naar beneden gekomen. De papperige sneeuw klontert onder mijn rigide stijgijsers. Plotseling is het gebeurd. Ik glijd uit en raas naar beneden. Ik kan maar een beetje remmen met mijn pickel in de zachte sneeuw. In een flits merk ik dat ik over een soort spleet schuif en vervolgens kom ik in wat diepere sneeuw tot stilstand. Ik communiceer met Miriam dat alles goed met me is. Zij zet een paar stappen en – niet te geloven – ook zij glijdt uit op haar stijgijsers met klompsneeuw en komt vlak bij mij terecht. Extra voorzichtig gaan we verder. Op een volgend stuk ijsgraat wil ik per se dat we de boel uitzekeren. Kost allemaal tijd, maar ik heb het gevoel dat we ons niet nog een *near miss* kunnen veroorloven. Als we de graat afgaan, de oostflank in, lijkt het toch nog te gaan lukken: de tocht afmaken en de hut bereiken. Dan wordt het echter donker en lopen we te dwalen. Pas nu wordt duidelijk dat we ons allebei niet heel erg verdiept hebben in de afdaling.

Ha, gaan we die bivakzak en brander toch eindelijk eens inzetten. Na de chocolademelk en nog wat happen pasta die we over hadden van gisteren wachten we de nacht af. Lepeltje lepeltje liggen we op ons touw in de bivakzak. De volgende ochtend worden we gewekt door stemmen. Het zijn mannen die omhoog wilden via de oostgraat van de berg, maar die vanwege het slechte weer zijn omgekeerd. Nu het licht is, kunnen we het pad naar de hut makkelijk vinden. Geheel tegen onze studentenprincipes van spaarzaamheid in, nemen we een Zwitsers ontbijt. Dan begint de lange afdaling naar Täsch.

TERUGKIJKEND...

Het mag duidelijk zijn dat er in de voorbereiding op deze tocht veel is misgegaan. Wie systematisch de drie stappen doorloopt, die bij tochtenplanning van essentieel belang zijn, kan de risico's aanzienlijk reduceren.



Stap 1

VOORBEREIDINGEN IN NEDERLAND

- **Bepaal de juiste combinatie van route en team.**

Met de een kun je prima een meertouwlengte TD-route in bomvaste rots met vaste haken en een gemakkelijke aanloop doen, maar beter niet een vierdegraads route in de Dolomieten waar het routeverloop onduidelijk is en er zo nu en dan een flink stuk rots los zit. Het is belangrijk helder te communiceren over wat je ervaring is, je verwachtingen van de tocht zijn, je eigen sterke en minder sterke punten als klimmer en ook de mate van commitment waar je naar op zoek bent. Realiseer je dat met elkaar aan de koffietafel in Nederland boven een gidsje hangen heel wat simpeler is, dan met elkaar aan een touw zitten op grote hoogte.

- **Kies een route die bij jullie gemeenschappelijke ervaring past.** Dat is soms lastig in te schatten op basis van alleen informatie uit het gidsje. Realiseer je ook hoe moeilijk het is om een gidsje in een andere taal te lezen! Zorg ervoor dat je belangrijke begrippen hebt opgezocht en geïnterpreteerd. Het is geen schande om daarover te communiceren met meer ervaren klimmers. De waardering van de moeilijkheid van een route kan van gebied tot gebied verschillen.

Miriam en ik hadden alleen een kort ijscouloirtje met elkaar geklommen, wat prima was gegaan. Onze Weisshorntocht was min of meer een spontaan idee. Ik had wel eens iets over de route gelezen in het 100 schönste Touren im Wallis, maar ik kende niemand die de route al eens geklommen had. Op basis van een enkele beschrijving in een gidsje - die we eigenlijk maar half begrepen - stapten we deze zware alpiene route in.

- **Zoek zoveel mogelijk informatie.**

Heb je je doel of doelen bepaald, dan kun je thuis al heel veel informatie inwinnen. Een goede kaart (1:25.000) en het meest recente gidsje horen daar natuurlijk bij. Probleem met gidsjes is dat die - vooral voor de oostelijke Alpen - de laatste jaren niet altijd meer worden ge-updatet. De reden is dat gidsjes maken een dure en tijdrovende aangelegenheid is. Juist nu er door klimaatverandering veel verandert in de Alpen (gletsjers die zich terugtrekken, sneeuw-



velden en couloirs die er niet meer zijn), is het van belang om op de hoogte te blijven van de condities. Een gemakkelijk aanloop via een sneeuwveld, kan in enkele jaren tijd zijn veranderd in een zeer precare klauterpartij door een steenslaggevaarlijk couloir. Het goede nieuws is dat er tegenwoordig legio informatie over routes is te vinden op het internet. Als je even zoekt, vind je foto's, beschrijvingen en informatie of bijvoorbeeld een route dit seizoen wel of niet al gedaan is en in welke conditie hij is. En ook kaartmateriaal kun je tegenwoordig makkelijk via internet ontsluiten. In het kader vind je een lijst met nuttige websites.

Bij onze Weisshorntocht waren Miriam en ik zo gefocust op de aanloop en de Schaligrat zelf, dat we beide niet goed op de hoogte waren van de afdaling en de eventuele lastige punten die we daar zouden kunnen tegenkomen. Als ik nu google op Schaligrat en Weisshorn kom ik al direct de volgende zin tegen: (www.GPS-tracks.com)

Achtung: Tourenbeschreibungen siehe SAC- und/oder Wallis-Führer (Rother-Verlag) Schalibivak hat nur 8 Plätze und kann überfüllt sein, Gas und Kocher (meist) vorhanden. Zeitbedarf von 15h für die Überschreitung vom Bivak bis zur Weisshornhütte kann bei Vereisung/Nebel/Wettersturz um ein Mehrfaches abweichen. Der Aufstieg zum Bivak ist eine eigene Tagestour (7-8h).

- **Trainen!**

Het spreekt vanzelf dat bij de voorbereidingen in Nederland ook fatsoenlijke training hoort en het oefenen van technieken. Uit een spleet prusiken, hoe ging dat ook alweer? Wie fit is, kan in crisissituaties veerkrachtiger omgaan met de moeilijkheden dan iemand die geen adem meer over heeft.

- **Maak je uitrusting op orde.**

Op basis van het gidsje in samenhang met andere informatiebronnen en je ervaring weet je wat je ongeveer te wachten zal staan en welke uitrusting je nodig hebt. Zorg vooraf in Nederland dat die in orde is, zodat je niet op het moment suprême – vlak voor de aanloop naar de hut – je bedenkt dat je nog even... batterijen voor je hoofdlampje moet kopen.

Stap 2

VOORBEREIDINGEN TER PLAATSE

- **Check de weergoden.**

Een goed lokaal weerbericht is onontbeerlijk bij het plannen van een tocht. Met je mobiele telefoon kun je vaak de meest recente weersverwachting opvragen, mits je bereik hebt natuurlijk! Bedenk wel dat een goede weersvoorspelling nog niet hetzelfde is als 'goed weer'. Wanneer het weer twijfelachtig is (het kan gaan regenen en sneeuwen, maar misschien ook niet), blijft het een vraag of je wel of niet instapt. Voor dit soort situaties helpt het als je een goed alternatief achter de hand hebt. Bijvoorbeeld een route waarin je kunt abseilen, mocht het weer omslaan, een dagje wildwaterkanoën of een bezoek aan de sauna in het dal. Op die manier reduceer je de verleiding om 'tegen beter weten in' toch maar te proberen die grote tocht te maken.

Miriam en ik planden onze tocht toen het al meerdere dagen stralend weer was. Toen we vertrokken, waren de voorspellingen al wisselvalliger en eenmaal bij het Schalibivak aangekomen, was er in de buurt warmte-onweer. De volgende dag was het weer gelukkig oké, zoals voorspeld. De nacht van ons bivak heeft het geregend en dat slechte weer bleef aan tot in de morgen.

- **Laat je informeren door gidsen en huttenwaarden.**

Juist omdat gidsjes niet altijd actueel en accuraat zijn, is informatie van lokale experts van belang bij het plannen van alpiene tochten. Een lokaal gidsenbureau kan uitkomst bieden en ook een goede huttenwaard weet hoe de routes in de buurt van de hut erbij liggen. Echter, steeds vaker worden hutten geëxploiteerd door mensen die vooral veel verstand hebben van horeca en helaas minder van de bergsport.

- **Denk in verschillende scenario's.**

Vervolgens is het zaak om je voor te stellen wat je allemaal tijdens de tocht kunt tegenkomen en in wat voor situaties je terecht kunt komen. Natuurlijk plan je een route met in je hoofd een plaatje van jou en je klimmaatje lachend op de top tegen de achtergrond van een stralend blauwe lucht. Het is echter ook verstandig om je een voorstelling te maken van dichte mist of storm. Wat moet je dan



Elke alpinist maakt de fase 'onbewust onbekwaam' door

doen en wat moet je dan bij je hebben? Misschien toch maar die stijgijsers meenemen voor het geval de rotsen na een periode met slecht weer zijn verijsd...

Hier geldt overigens wel dat je voor lange routes weloverwogen moet kiezen tussen licht en snel versus traag en op alles voorbereid. Bij technisch moeilijke routes is een zware rugzak per definitie een grote belemmering. Dit vermindert niet alleen je klimplezier, maar ook de kans dat je binnen gidsjestijd en voor het donker weer terug op de hut bent.

Wat absoluut niet mag ontbreken: een opgeladen telefoon, noodnummers geprogrammeerd, bivakzak, hoofdlampje en een reddingsdeken.

Miriam en ik klommen de Schaligrat op grote D-schoenen en hadden onze rugzakken vol met het nodige bivakmateriaal plus een zware camera. Vandaag de dag klim ik bijna alle rotsroutes vanaf de vierde graad met klimschoentjes en heb ik zo' n kleine rugzak dat ik wel gedwongen ben om over elk uitrustingsstuk een weloverwogen keuze te maken.

Stap 3

UITVOERING VAN DE TOCHT

- **Voorverkenning.**

De avond van tevoren verken je het eerste stuk van de route zodat je geen tijd verliest in het donker. Maak een overzicht van de route met daarin de belangrijkste aandachtspunten. Een kopie van het gidsje in je broekzak is altijd handig. Bij een moeilijke rotsroute is het raadzaam dat ook je klimmaatje eenzelfde kopietje heeft, zodat de voorklimmer altijd zelf kan checken waar de route heen gaat. Niet vergeten voor vertrek nog even het weer te bellen en je hoogtemeter te ijken.

- **Doe voortdurend een 'reality check'.**

Tijdens de tocht gebruik je al je zintuigen om de omgeving en je klimmaatje in de gaten te houden. Hoor je ergens steenslag? Is het warm en kun je dus verwachten dat sneeuwbruggen op de gletsjer zacht zijn? Wat is de windrichting?

Het is een bekend fenomeen dat mensen de werkelijkheid aan gaan passen aan de verwachte of gewenste situatie. Hierdoor kan het gebeuren dat je lang van mening blijft dat je op de goede weg bent en in de goede route zit, terwijl je hopeloos verdwaald bent. Sta ervoor open om beelden en ervaringen uit te wisselen die niet in je 'ideaalplaatje' passen.

- **Houd je aan je tijdschema.**

Bij een goed geplande route ben je je bewust vanaf waar, in geval van een overschrijding, je niet meer terug kunt. Ook ken je eventuele vluchtroutes. Bouw een drink- of verkleedpauze in op strategische punten waar je goed zicht hebt op het vervolg van de route. Deel de route op in verschillende stukken en bepaal per traject hoelang je erover wilt doen. Ben je echt veel trager dan gepland, overweeg dan om te keren. Zeker als de afdaling anders loopt dan de weg omhoog! ▲

HANDIGE WEBSITES

www.mapplus.ch
www.bergtour.ch
www.gipfelbuch.ch
www.gps-track.com

