



DE NATUURVRIENDEN  
BERGSTIJGERS ANTWERPEN



# Nieuwsbrief

4 - 2024

Elke zaterdag : [familieklimmen](#)

**6 oktober**  
Dagstapper

**8 oktober**  
Clubavond (fotowedstrijd)

**19 - 20 oktober**  
Clubweekend

**(30) 31/10 tot 3/11**  
Vogezen

**11 november**  
Stationsstapper

**16 - 17 november**  
Clubweekend

**1 december**  
Dagstapper

**14 - 15 december (!)**  
Clubweekend

**5 januari**  
Dagstapper

**18 -19 januari**  
Clubweekend

**25 Januari**  
Jaarfeest

**15 - 16 februari**  
Rally

Alle info verder in de nieuwsbrief.

Activiteiten van de andere secties, wijzigingen in het programma en het allerlaatste nieuws vind je steeds op [www.bergstijgers.org](http://www.bergstijgers.org)



## Bestuur :

Voorzitter : Peter Van der Jeught  
[boekenberg@gmail.com](mailto:boekenberg@gmail.com)

Secretaris : Philippe Looverie  
[phlooverie@gmail.com](mailto:phlooverie@gmail.com)

Penningmeester : Marc Van Camp  
[am012248@skynet.be](mailto:am012248@skynet.be)

Ivo Matthys  
[ivomatthys@gmail.com](mailto:ivomatthys@gmail.com)

[www.bergstijgers.org](http://www.bergstijgers.org) en op facebook vind je ons [hier](#)

Natuurvrienden Bergstijgers VZW, Boomgaardstraat 22b35, 2600 Antwerpen  
0476.916.534, RPR rechtbank Antwerpen



## Rappellekes :

Clubweekend 16 - 17 november Gemünd : **inschrijven voor 20 oktober.**

Lidgeld 2025 : je kan je lidmaatschap al vernieuwen op "[Lid worden](#)"

Nieuw lid? Betaal je nu je bijdrage, dan ben je meteen lid voor 2025. Je bent verzekerd op groepsactiviteiten in oktober 2024 en vanaf 1 november 2024 ook voor privé activiteiten.

## Dagstapper : Maasmechelen Opgrimbie

Zondag 6 oktober.

We gaan voor minimaal 23,7 km eventueel verlengbaar tot 26,4 km

We vertrekken om 10 u aan [Recreatieoord Kikmolen](#), Kikmolenstraat 3, 3630 Maasmechelen-Opgrimbie

Samen rijden P+R Wommelgen, vertrek om 8u45. Richtprijs 0,20 per km/auto

Verwittig Marc voor 2/10 als je mee gaat.

## Clubavond : selectie vakantiefoto's + fotowedstrijd

Dinsdag 8 oktober om 20u. [Bibliotheek Couwelaar](#) Te Couwelaarlei 120 2100 Deurne

In het "voorprogramma" brengen leden een selectie (max. 50 foto's) van hun vakantiefoto's

Daarna bekijken we de ingezonden wedstrijdfoto's met als onderwerp "Bergstijgers Antwerpen in actie". Maximum 3 wedstrijdfoto's per persoon!

Graag in hoge resolutie en liggend zodat ze achteraf eventueel nog kunnen gebruikt worden in publicaties en op de BS-site.

Uiterlijk 30 september doorsturen naar [Peter](#)

We jureren meteen en de winnaars krijgen hun prijs !

Gratis toegang..

## Clubweekend

Zaterdag 19 en zondag 20 oktober

### ... Klimmen.

Klimmen : zaterdag Freyr en zondag Yvoir, telkens op 10 u

Info en inschrijven op [klimweekend oktober](#).

### ... Wandelen : Nideggen

Bijeenkomst aan de [jeugdherberg](#) om 11u

We starten zaterdag om 12u en zondag om 9 u. Kaarten : Wanderkarte des Eifelvereins nr 2 en 3. 1/25.000

Er is 1 plaats vrijgekomen. Inschrijven kan nog op [Nideggen](#)

## Vogezen tocht : Vier - daagse.

(woensdag 30) donderdag 31 oktober tot zondag 3 november

Er zijn nog plaatsen. Inschrijven kan nog tot 30/9 Meer info en inschrijven op [4- Daagse](#)

## Treinstapper : Lier

Woensdag 11 november

We nemen de trein in Antwerpen-Berchem om 9u33 op spoor 5 (is de IC richting Luik). We komen aan in Lier om 9u42.

Daar vertrekt de wandeling. We lopen deels langs de GR12 die ons brengt naar de Kesselse Heide.

In het tweede deel van de tocht wandelen we door het mooie Viersels Gebroekt.

Geen garantie op een café onderweg. Dus zeker drank en pick-nick voorzien.

Deelname bevestigen ten laatste op zaterdag 9/11 bij [Philippe](#)

## Clubweekend :

Zaterdag 16 tot zondag 17 november.

We overnachten in de jeugdherberg van [Gemünd Vogelsang](#) in de Eifel. Bijeenkomst aan de jeugdherberg om 11u

De wandeling vertrek zaterdag om 12 u, zondag om 9 u.

Kaart : Eifelverein 4/14

Prijs : 49,- inclusief ontbijt, avondmaal en lakens. **Reserveer voor 20 oktober** door te storten op rekening BE69 9799 8644 8878, Natuurvrienden Bergstijgers en vermeld "Gemünd +naam + aantal personen". Er is een beperkt aantal plaatsen gereserveerd. Schrijf dus tijdig in.

Deelnemen aan het weekend betekent ook dat je akkoord gaat met de algemene voorwaarden.

## Dagstapper : Esbeek (NI)

Zondag 1 december.

We gaan voor minimaal 23 km, eventueel verlengbaar tot 26 km

We vertrekken om 10 u aan brasserie [Boshuys Klein Utrecht](#), Dunsedijk 1, Esbeek

Samen rijden P + R Wommelgem, vertrek om 8u50. Richtprijs 0,20 per km/auto

We kunnen na de wandeling samen iets eten in de brasserie, gelieve aan te geven of je enkel wil wandelen of wandelen + eten. Verwittig Marc voor 27/12

## Clubweekend La Reid

Zaterdag 14 en zondag 15 december !!

We overnachten het Natuurvriendenhuis "La Gervava" te La Reid.

Training bergtrekkers : vertrek zaterdag om 12 u aan het NV-huis, zondag om 9 u.

Overnachtingsprijs : 10,- €

Reserveren door **voor 5 december** 10,- € p/p te storten op rekening BE69 9799 8644 8878, Natuurvrienden Bergstijgers en vermeld "La Reid + aantal personen".

Breng een afwashanddoek, kussensloop en lakens/slaapzak mee.

Info/samen rijden : [dirk.martijn@bergstijgers.org](mailto:dirk.martijn@bergstijgers.org)

## **Dagstapper : Vorselaar**

Zondag 5 januari.

We gaan voor 26,5 km  
Vertrek om 10 u aan de kerk van Vorselaar  
Samen rijden P + R Wommelgem vertrek om 9u30

## **Clubweekend te Ovifat**

Zaterdag 18 en zondag 19 januari

Inschrijven voor 15 december. Info op [Ovifat](#)

## **Nieuwjaarsfeestje 2025 :**

Zaterdag 25 januari

Plaats van gebeuren : zaal Jean et Mar vzw, Turnhoutsebaan 9, Deurne  
We gaan voor een zelfde formule aanbod eten als vorig jaar  
Meer info voor de volgende nieuwsbrief

## **Bergstijger rally 2025.**

Zaterdag 15 februari.

Volg mee op de [Rally](#). De inschrijving opent rond 1 oktober.

## **Laat een algoritme je tochten niet bepalen. Leer (opnieuw) werken met kaart en kompas :**

De cursus start vrijdag 18 oktober

GPS en allerhande navigatie app's zijn handige hulpmiddelen bij de voorbereiding van tochten. En onderweg weet je altijd waar je bent. Toch als de zaken lopen zoals het moet. Zeer goed met een kaart - op papier of digitaal - kunnen omgaan blijft altijd wel de basis voor een goede tocht voorbereiding. Je beslist nog altijd zelf waar je op tocht gaat en wat voor soort tocht je onderneemt. De moeilijkheid en mogelijke problemen inschatten daar blijf je zelf voor verantwoordelijk. En op het terrein moet je flexibel genoeg zijn om, als het moet, direct je route aan te passen.

In de basismodule (M1) leer je hoe je een kaart gebruikt en vooral hoe je ze interpreteert. Je leert omgaan met de legende, de schaal en de hoogtelijnen. Verder zien we hoe je het kompas als een handig hulpmiddel kan gebruiken.

Het eerste gedeelte kan je als een zelfstandig geheel volgen en het richt zich tot iedereen met belangstelling voor oriëntatie. Je hoeft niet noodzakelijk een bergtrekker te zijn !

Een meer geavanceerd deel (M2) sluit direct aan op de basismodule. We gaan dieper in op het werken met kompas. Ook dat blijft nodig, een klassiek kompas werkt immers altijd. Hindernisomschrijving en marsplan komen aan bod. We zien ook dat vooral de afgeleide praktische toepassingen nuttig zijn. Alles wordt tijdens een praktijkweekend op het terrein ingeoefend.

Meer info en inschrijven op ["Kaart en Kompas"](#)

## **Initiatie wintertrekking : Bivio (CH)**

Vorbereidende avond : 15 januari, zondag 9 tot zaterdag 16 februari.

Info en inschrijven op [Bivio](#)

## **Familie klimclub van Rising You**

Elke zaterdag van 10 uur tot 12 uur

De Bergstijgers Antwerpen starten een samenwerking met Rising You, die een klimmuur uitbaten op Park Spoor Noord, Damplein 35.

Wil jou neefje/nichtje /zoon /buurmeisje... graag komen klimmen? Maar is hij/zij te jong om alleen te komen? In de familieclub leer jij hoe jouw kind/neefje/... veilig klimt.

Je leert ook andere families kennen. We klimmen allemaal samen en maken er een leuke activiteit van. Jij blijft verantwoordelijk voor 'jouw kind'. Natuurlijk zijn gezinnen met oudere kinderen ook welkom !

Geïnteresseerd ? Deelname slechts mogelijk door inschrijving voor deze formule :

[Familieklimmen Rising You](#)

## **Cursus KVB1**

De opleiding indoor toprope (KVB1) leert je alle technieken aan om veilig, indoor na te klimmen. Bij toprope klimmen volgt de klimmer het touw dat bovenaan de muur door een omlooppunt loopt. De zekeraar houdt het andere touweinde vast.

We sluiten de opleiding af met een evaluatiemoment. Zo kan je het KVB1 behalen. Met een KVB1 krijg je toegang tot de meeste klimzalen

Je kan de cursus volgen Rising You. Info op [KVB1](#).



Refuge du Saut, (2126 m), Méribel, Vanoise



# Bergstijgers Antwerpen

## CLUBAVOND

Elke tweede dinsdag van de maand, om 20 u  
[Bibliotheek Couwelaar](#) Te Couwelaarlei 120, 2100 Deurne .  
De clubavond is voor iedereen toegankelijk.

## NATIONAAL CLUBWEEKEND

Elk derde weekend van de maand, behalve in juli.  
In maart, april, mei, augustus, juni, september en oktober wordt er geklommen.

Op hetzelfde weekend organiseren we ook een wandelweekend. En we wandelen voort in de winter ! Kijk hiervoor steeds in het programma op de site. We trachten zo veel mogelijk samen te rijden.

## TRAINING BERGTREKKERS

We stappen stevig door, lang en we zien niet op een hellinkje meer of minder.  
Gaat in principe door op het nationale clubweekend. Tussendoor stappen we ook 's zondags.  
Als je je hiervoor opgeeft, krijg je enkele dagen vooraf een mail.  
Om je op te geven mail je naar [dirk.martijn@bergstijgers.org](mailto:dirk.martijn@bergstijgers.org)

## DAGSTAPPERS

Elke 1<sup>ste</sup> zondag van de maand (uitg. juli en augustus). Info en contact bij [Marc VC](#)

Elke laatste vrijdag van de maand richt Marc Casteels een treinstapper in. Info bij [Marc C](#)

## CLIMB



De jongerenwerking van de  
Bergstijgers Nationaal.

Info [climb@bergstijgers.org](mailto:climb@bergstijgers.org)

of registreer op [facebook](#)



De nieuwsbrief verschijnt 5 maal per jaar.  
Alle leden krijgen de nieuwsbrief. Wens je dat niet, dan kan je dat via mail laten weten.  
Iets te melden ? Een zoekertje ? Een artikeltje ? Stuur het door naar [dirk.martijn@bergstijgers.org](mailto:dirk.martijn@bergstijgers.org)

Aanspreekpunt Integriteit (API) FROS Multisport Vlaanderen

Zit je met vragen, een vermoeden of klacht over (seksueel) grensoverschrijdend gedrag in jouw sportclub, neem dan contact op met aanspreekpunt integriteit [joppe.beeckmans@fros.be](mailto:joppe.beeckmans@fros.be) en/of 03/286.07.60