

Nieuwsbrief

5 - 20 25

7 december
Dagstapper

9 december
Clubavond

13 - 14 december (!)
Clubweekend

4 januari
Dagstapper

17 – 18 januari
Clubweekend

24 januari
Jaarfeest

1 februari
Dagstapper

14 tot 21 februari
Wintrvakantie

28/2 tot 1/3 (!)
Clubweekend : rally



Bestuur :

Voorzitter : Peter Van der Jeught
boekenberg@gmail.com

Secretaris : Philippe Looverie
phlooverie@gmail.com

Penningmeester : Marc Van Camp
am012248@skynet.be

Ivo Matthys
ivomathys@gmail.com

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

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

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

Lidgeld 2026

Ga naar [Lid worden](#) en vul het formulier in. Het wijst zichzelf uit. Je vindt er ook alle info over de verzekering. Je ontvangt een bevestiging in je mailbox met het bedrag en het rekeningnummer van Bergstijgers Antwerpen waarop je moet storten.

Bergstijgers kiezen naargelang je activiteiten tussen :

- Basis met verzekering recreatief wandelen, fietsen, joggen
- Outdoor met basisverzekering + kajak, kano, mtb, langlaufen en bergwandelen tot niveau T2.
- Bergsport met verzekering outdoor + muurklimmen, rotsklimmen, bergwandelen vanaf niveau T3, bergbeklimmen, toerskiën, speleo, canyoning, sneeuwschoenwandelen, klettersteig, piste ski en snowboard.

Een "hogere" verzekering dekt ook alles van een "lagere" verzekering. Zie ook ["zeker van je verzekering"](#)

Heb je recht op verhoogde tegemoetkoming/OMNIO statuut kan je genieten van een korting van 12,-. Neem contact met [Marc](#)

Opgelet : ben je bij een andere federatie verzekerd dan ben je niet op onze groepsactiviteiten verzekerd - en omgekeerd - en kan je niet deelnemen.

Kies de juiste verzekering ! Moeilijkheidsgraden bergwandelen : van T1 naar T6.

De verzekering gaat uit van de SAC/CAS -moeilijkheidsschaal voor bergwandelen. Denk dus goed na voor je een keuze maakt tussen outdoor en bergsport. Je bent al snel op T3 onderweg ! Dit kan al in de Vogezen.

Lidgeld Outdoor :

Niveau T1: je gaat over gemakkelijke, voor iedereen toegankelijke paden. Je moet er niets voor kennen en kunnen.

Niveau T2 : je volgt een doorlopend pad dat geleidelijk stijgt maar steil kan zijn. Vallen is niet uitgesloten. Voetvastheid en goede trekkingschoenen heb je wel nodig en je moet over een elementaire kennis van oriëntatie beschikken.

Lidgeld Bergsport :

Niveau T3: meestal is er een pad, soms vaag met puinvelden, grashellingen en schrofen. Je kan onderweg met delicate passages geconfronteerd worden, eventueel met kabels beveiligd . Je hebt een goede kennis van oriëntatie en bergtrekken nodig.

Niveau T4: soms is er geen pad meer. Onderweg kom je luchtige passages tegen, mogelijk met klauterpassages. Soms ga je over steile grashellingen. De route kan over eenvoudige en sneeuwvrije gletsjers lopen. Je moet in staat zijn om een goede inschatting te maken van het terrein, vertrouwd zijn met luchtige passages en zeer goed kunnen oriënteren. Over een goede fysieke conditie beschikken is absoluut nodig.

Niveau T5 : vaak zonder pad en mogelijk over "ongevaarlijke" gletsjers en firnvelden. Een luchtig en veeleisend terrein. Je moet het terrein feilloos inschatten, een ruime ervaring in het hooggebergte hebben en ook pikkel en stijjers kunnen gebruiken. Je kan niet zonder "alpiene" basiskennis.

Niveau T6 : moeilijke en luchtige passages met klimpassages tot niveau II Je komt gletsjers en moeilijke schrofen tegen.



Vanaf T5 en zeker bij T6, bevind je je in de schemerzone tussen "wandelen" en alpinisme. Moeilijker terrein met meer risico's, dan bij de laagste moeilijkheidsniveaus in het alpinisme.

Lees ook ["wat te doen na een ongeval"](#)

Overzicht lidgelden 2026 :

	Basis	Outdoor	Bergsport
Volwassene (18 +)	30,-	53,-	60,-
Junior (-18 op 1-1- 24)	12,-	23,-	30,-
NV-leden met sportverzekering Info en aanvragen : geert.alaerts@fros.be lees ook de polis	Ethias bijstandsverzekering 43,70		

Fotowedstrijd 2026 "Bergstijgers in actie".

Je kan je foto's nog tot 31/12 inzenden bij Peter : boekenberg@gmail.com

Dagstapper : Geel - Mol

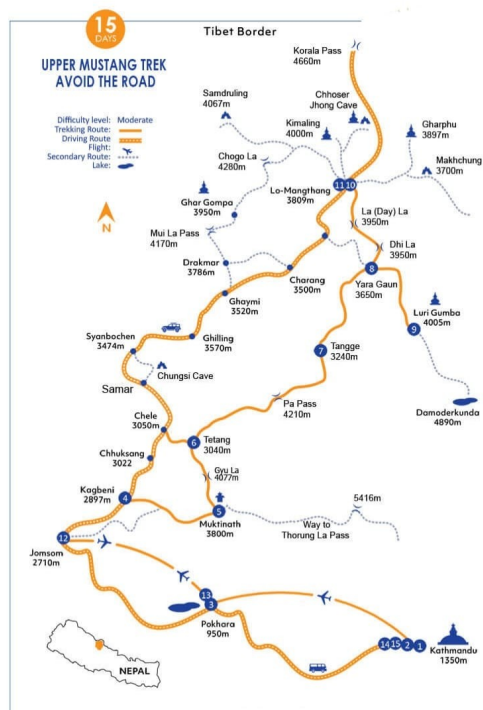
Zondag 7 december

We vertrekken in het dorpje Bel aan de kerk om 10 u voor een stapper van 23 km.
Samenrijden P+R Wommelgem vertrek om 9u. Richtprijs : 0,20 € per km/fauto

Verwittig [Marc](#) voor 3 december als je mee gaat.

Clubavond : Upper Mustang trektocht in Nepal

Dinsdag 9 december : [Bibliotheek Couwelaar](#) Te
Couwelaarlei 120, 2100 Deurne (2^{de} verdieping)



Antwerpse bergstijgers brengen een boeiend fotoverslag van hun trekking in november 2025 door Upper Mustang in Nepal.

Zowel de politieke situatie als de weersomstandigheden zagen er twijfelachtig uit voor hun vertrek; beleef mee hun trekking avonturen in dit prachtige bergland....

De toegang is gratis, ook voor niet-leden,

Clubweekend : Morgenrood (NI)

Zaterdag 13 tot zondag 14 december (!)

We sluiten het jaar af in het [NV-huis "Morgenrood"](#), Oisterwijck, midden tussen de vennen, de bossen en het natuurgebied "De Kampina".

De wandeling start zaterdag om 12 u aan het NV-huis en zondag om 9 u.

Dagstapper

Zondag 4 januari

Info volgt

Clubweekend : Logbiermé

Zaterdag 17 tot zondag 18 januari 2026

We overnachten het Natuurvriendenhuis "[Les Gattes](#)" in Logbiermé.

De wandeling vertrek zaterdag om 12 u aan het NV-huis, zondag om 9 u.

Overnachtingsprijs : 12,- €

Reserveren door voor 13 december 12,- € p/p te storten op rekening BE69 9799 8644 8878,

Natuurvrienden Bergstijgers en vermeld "Logbiermé + aantal personen".

Breng een afwashanddoek, kussensloop en lakens/slaapzak mee.

Info/samen rijden : dirk.martijn@bergstijgers.org

Nieuwjaarsfeestje 2026 :

Zaterdag 24 januari. 19u

De jaarlijkse ledenvergadering met etentje gaat door op zaterdag 24 januari in Café Salle Jeanne Simons , Turnhoutsebaan 5 in Deurne

We gaan de klassieke toer op met een etentje - een gemengd buffet met koude en warme gerechten - muziek en daarna dans.

Inschrijven voor 20/1 2026 door storting van 25€ pp op rek nr BE05 068220796275 van BS-Antwerpen.

Meteen gaat ook de bestuursverkiezing door. Kandidaat ? Meld je dan bij [Philippe](#)

Ook al heb je geen zin in een bestuursfunctie, je bijdrage is altijd welkom : een interessante clubavond organiseren of een wandeling of weekend leiden ... Frisse ideeën kunnen we altijd gebruiken. Meld je bij [Peter](#)

Dagstapper

Zondag 1 februari

Rally :

Zaterdag 28 februari tot zondag 1 maart

Locatie: KSA heem Montsalvaet, Schomminkelstraat 22, Heuvelland (Westouter)

De rally staat enkel open voor leden natuurvrienden-bergstijgers

Heuvellandse troeven

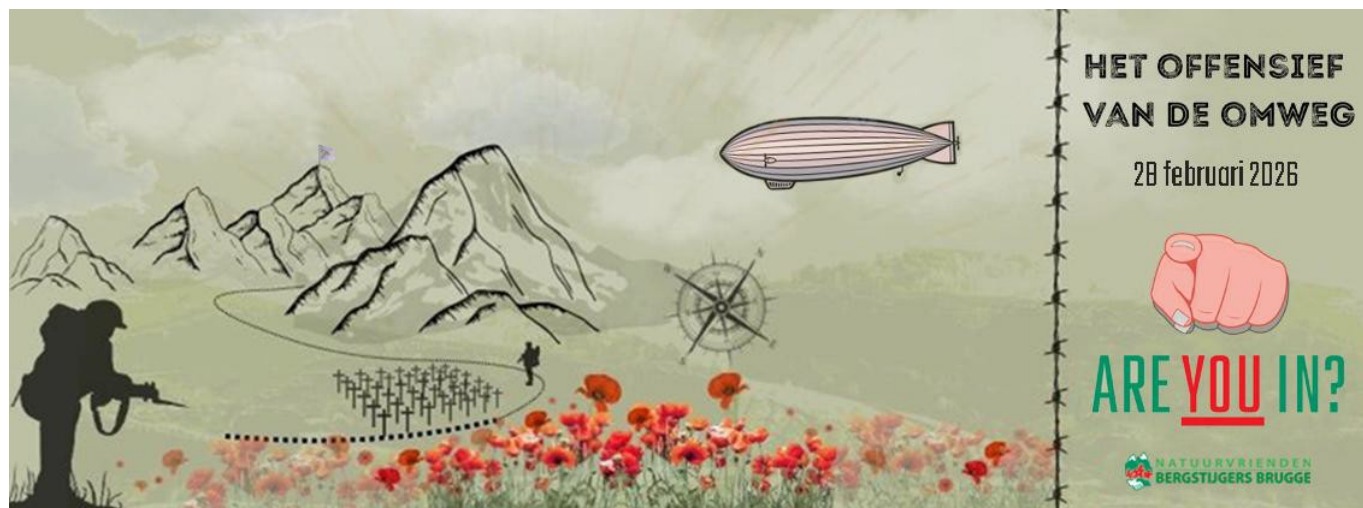
Heuvelland, een verzameling van dorpen: De Klijte, Dranouter, Kemmel, Loker, Nieuwkerke, Westouter, Wijtschate, Wulvergem. Elk met zijn eigen specifieke karakter.

In Heuvelland was de Eerste Wereldoorlog nooit veraf...

Heuvelland staat ook bekend om zijn veelzijdigheid, prachtige vergezichten, veel off-road paden met mooie wandelingen/fietstochten/MTB, wijnbouwers en bierbrouwers en veel bezienswaardigheden,

Voor wie niet aan de rally wil deelnemen, is er een wandeling voorzien.

Alle info en inschrijven op [rally](#). Inschrijven kan **tot 31 januari 2026** tenzij het maximum aantal groepen is bereikt. Wachtlijst wordt voorzien.



Wintervakantie Krokus 2026

Zaterdag 14 tot zaterdag 21 februari

Na de ervaringen en successen van onze wintervakantie in Lech, Oostenrijk trekken we deze keer naar de Zwitserland

Deze keer vertoeven we in het pitoreske Klewenalp. Boven op de alm ligt het Natuurvriendenhuis Röthen. Dit Natuurvriendenhuis is énkél te bereiken met de skilift vanuit Beckenried.

Op 1600m hoogte boven het Vierwoudstedenmeer met prachtige vergezichten. Het huis ligt pal naast de skipiste.

Het is geen skivakantie maar een wintervakantie waar iedereen vrij is om te doen wat hij of zij wil. De bergtrekker, langlaufer of persoon op zoek naar rust kan er met gemak zijn weg vinden. Kilometers langlaufroutes, winterberghutten, ski, sneeuwskaten en langlaufverhuur, skischolen,... zijn allen op jouw vakantiegenot voorzien.

Ook de kindjes van alle leeftijden kunnen er van hun vakantie genieten. Ideale streek voor eerste ski ervaring, eindeloos sleeën, sneeuwmannen maken, chocomelk drinken enz.

Kortom iedereen mag en kan mee

Alle info op [winter](#)

Cursus Wintertrekken (Bivio CH)

Zaterdag 8 tot zaterdag 14 februari

Maagdelijk witte sneeuwheellingen, staalblauwe lucht, krakende sneeuw, echte winterkoude, ademhaling die bevriest op je bovenlip, heupdiepe witte poeder, zweven door wolken van sneeuw... Knetterend haardvuur, warme chocomelk, pannenkoeken, een glaasje (of twee) wijn, inslapen onder een warm donsdeken terwijl buiten de wind loeit en de sneeuw tegen het raam zwiept...



Als je hier van houdt, dan is deze week iets voor jou. Een hele week verblijven we in een gezellig Natuurvriendenhuis, hoog in een eenzame Zwitserse vallei. Vanuit ons warme nest maken we dagelijks tochten (naar keuze: op sneeuwschoenen of toerski) door een oogverblindend mooi winters berglandschap, over uitgestrekte hellingen, naar eenzame uitzichttoppen. En we leren veel bij over oriëntatie, spooraanleg, tochtvoorbereiding, uitrusting, sneeuw, dieren in de winter, over hoe je uit lawines blijft en hoe je eruit geraakt, hoe je bivakkeert in/onder de sneeuw, enz.

Niet cursisten kunnen in de omgeving zelfstandig sneeuwschoen-wandelen, langlaufen, alpine-skiën en natuurlijk ook gewoon genieten van de rust in en rond onze hut.

Alle info en inschrijven op ["Bivio"](#)

Paaskamp Sainte-Victoire

Zaterdag 4 tot zondag 12 april

La Montagne de Sainte-Victoire, dicht bij Aix-En-Provence, was niet alleen een geliefd onderwerp van Monet om te schilderen, je kan er ook machtig klimmen en wandelen. Het is in de 20 jaar paaskampen dan ook de locatie die we al het meest hebben aangedaan. In 2026 gaan we voor de 4de keer naar dat prachtige massief met zijn ruwe kalksteen.



Slapen doen we op camping Sainte-Victoire in Beaureceuil. Tenten, campers en chalets zijn mogelijk.

Alle info op [Paaskamp](#)

Clubweekend wandelen : Venntrilogie,

Zaterdag 18 tot zondag 19 april

Info op [Venn](#)

Clubweekend wandelen : Fraipont,

Pinksterweekend zaterdag 23 tot maandag 25 mei

We overnachten in het NV huis Hurlevent, Rue Sur les Bruyères 663, 4870 Sprimont (Fraipont).

Bijeenkomst aan het NV huis om 11u. We starten zaterdag om 12 u, zondag en maandag om 9 u aan het NV huis.

Prijs : 22,- voor twee overnachtingen.

Info en inschrijven op [Fraipont](#)

Zomerkamp 2026: Wildermeleming

Zaterdag 18 juli tot zondag 2 augustus

Je kan al inschrijven : [zomerkamp](#)

Verder is er een hele reeks cursussen op komst. De volledige info vind je steeds op bergstijgers.org

Basiscursus Alpinist : [Alpinist](#)
Jeugdcursus klimmen : [Jeugd](#)
Cursus voorklimmen KVB2 : [KVB2](#)
Cursus rotsklimmen KVB3 : [Rots](#)
Initiatie Klettersteig : [Kletter](#)
Start2Canyoning : [Canyon](#)

Skiën in Italië : opgelet !

Koop je een skipas in Italië dan moet je een bewijs kunnen voorleggen dat je voor Burgerlijke Verantwoordelijkheid verzekerd bent.

Indien je dit niet kan, moet je ter plekke een extra verzekering aankopen .

Een lidkaart van een bergsportvereniging volstaat niet, het moet een attest zijn.

Dit kan je opvragen bij de “familiale verzekering” die de meeste mensen wel hebben.

Je kan het attest kan ook opvragen bij Fros. Die controleren dan of je in orde bent met de juiste verzekering waarna Ethias voor een attest zorgt.

Mail daarvoor naar leden@fros.be met geert.alaerts@fros.be in cc.

Dit uiterlijk een week vooraf.



Bergstijgers Antwerpen

CLUBAVOND

De tweede dinsdag van maart en december, 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, juni, augustus, 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.
Gaaf 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

DAGSTAPPERS

Elke 1^{ste} zondag van de maand van oktober tot juni. 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
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

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 en/of 03/286.07.60

