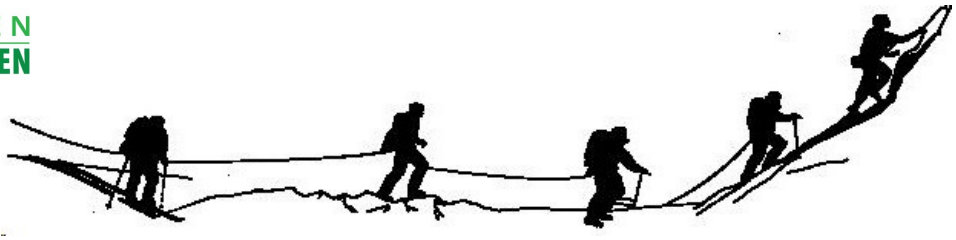
NATUURVRIENDEN
BERGSTIJGERS ANTWERPEN



Nieuwsbrief

5 - 2026

6 december
Dagstapper

12 – 13 december (!)
Clubweekend

3 januari
Dagstapper

16 – 17 januari
Clubweekend

30 januari
Nieuwjaarsfeestje

7 februari?
Dagstapper

6 tot 14 februari
Wintervakantie

20 – 21 februari
Rally

13 maart tot 26 juni
Cursus Hooggebergtetrekkert

27 maart tot 4 april
Paaskamp

1 tot 8 mei
Vredestocht

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



Bestuur:

Voorzitter: Peter Van der Jeught

Secretaris: Philippe Looverie

Penningmeester: Marc Van Camp

Ivo Matthys

Contact: antwerpen@bergstijgers.org

www.bergstijgers.org en op facebook vind je ons hier

Rappellekes :

Fotowedstrijd 2027 “Bergstijgers in actie ”.
Je kan je foto’s nog tot 31/12 inzenden naar Peter **:** **boekenberg@gmail.com**

Marcel: 30 april 1945 – 19 oktober 2026



Op zaterdag 24 oktober namen we afscheid van onze goede vriend, Marcel Mostmans.
Marcel, geboren in 1945, was ons oudste lid, maar dat was er niet aan te merken. Marcel zat vol levensvreugde, genoot van een goede wandeling, trektocht, beklimming, klettersteig met de kameraden of de familie.
Hij hield van muziek, een trappist, een goede grap, en zorgde voor de ambiance in de groep.
Helaas werd hij tot twee maal toe getroffen door een beroerte en toen bleek dat hij ook nog eens uitgezaaide longkanker had koos hij op 19 oktober voor euthanasie.
Marcel, veel respect voor deze moedige beslissing en veel dank voor alle mooie momenten samen!

Bedankt maatje!

Lidgeld 2027

Ga naar Lid worden BS- Antwerpen 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 stijgijzers 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. Terrein dat moeilijker is en met meer risico’s, dan bij de laagste moeilijkheidniveaus in het alpinisme.

Lees ook “wat te doen na een ongeval”

Overzicht lidgelden 2027:

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

Dagstapper: Herentals,

Zondag 6 december

We vertrekken in Herentals en volgen grote stukken langs de GR 5 en de Streek GR Kempen. Afstand is 24km.
Vertrek om 10u10 aan het station van Herentals. Met de trein vertrekken we in Antwerpen-Berchem om 9u29 op spoor 5.
Picknick meenemen, er is geen garantie op een cafeetje onderweg.

Aanmelden bij Philippe ten laatste woensdag 2 december.

Clubweekend : Arimont

Zaterdag 12 tot zondag 13 december (!)

We overnachten het Natuurvriendenhuis "Ons Eigen Nest" te Arimont. Bijeenkomst zaterdag om 11u aan het NV-huis. De wandeling vertrekt om 12 u en zondag om 9 u.
Overnachtingsprijs: 17,- € . Meebrengen : onderlaken, kussensloop en slaapzak ; afwashanddoek.
Reserveer : **voor 28 november** door 17,- p/p te storten op rekening BE69 9799 8644 8878, Natuurvrienden Bergstijgers en vermeld "Arimont +naam + aantal personen"

Dagstapper: Brasschaat.

Zondag 3 januari

Vertrek om 10u aan de kerk van Brasschaat Maria-ter-Heide (café aan vertrekplaats)
We gaan voor een stapper van minimum 22 km, eventueel verlengbaar tot 25 km.
We stappen door verschillende natuurgebieden.
Verwittig Marc ten laatste op 30 december als je mee gaat.

Clubweekend: Eupen

Zaterdag 16 tot zondag 17 januari 2026

We overnachten in de Kaleo gîte van Eupen, De wandeling vertrek zaterdag om 12 u aan de gîte en zondag om 9 u.
Prijs : 51,- inclusief ontbijt, avondmaal, lakens. Breng een afwashandoek mee ! Reserveer **voor 20 december**. Omdat de gîte vooraf een lijst van de deelnemers vraagt is moet je wel op de site inschrijven : Eupen.
Info/samen rijden : dirk.martijn@bergstijgers.org

Nieuwjaarsfeestje 2027:

Zaterdag 30 januari. 18u

De jaarlijkse ledenvergadering met etentje gaat door op zaterdag 30 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 – uitreiking prijzen fotowedstrijd, muziek en daarna dans.
Inschrijven voor 20/1 2027 door storting van 25,- (30,- niet-leden) 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: beneden Dijle

Zondag 7 februari

Vertrek om 10u aan de Parking Provinciaal Sport en Recreatiecentrum De Nekker te Mechelen.
We gaan voor 25 km.
Samenrijden Parking Kiel, vertrek om 9u30.
We verkennen de vallei van de beneden-Dijle en diverse natuurgebieden : Mechels Broek, Peultenbos, Cassenbroek
Verwittig Marc ten laatste op 3 febtuari als je mee gaat.

Rally:

Zaterdag 20 tot zondag 21 februari



Info Rally 2027

- Adres: Donk, Oudenaarde
- Start 1e team: 8u
- Teams van 4 personen
- +-25km, +-500hm
- douches voorhanden
- What 2 bring voor de rally: Laarzen (kunnen gewisseld worden na +-2km met je botinnen), kompas, zaklamp, 'koersattribuut', lunch voor wie niet op vrijdag blijft slapen
- What 2 bring voor overnachting: Slaapzak, kussensloop, matrasbeschermer, persoonlijke was
- Eventuele allergenen --> doorspelen aan Nele via bergstijgersgent@gmail.com

Randactiviteiten

Voor de niet-deelnemers aan de rally zijn er ook randactiviteiten voorzien op zaterdag & ook op zondag zijn deze activiteiten mogelijk. Op zondag is er mogelijkheid tot douchen na de activiteit.

- MTB-rit tot 85% onverhard
- wandeling langs de controleposten
- Silent-disco zaterdagavond Kinderopvang

Alle info en inschrijven op Rally

Paaskamp Saint Jeannet:

Zaterdag 27 maart tot zondag 4 april.

De eerste week van de paasvakantie, trekken we richting de Côte d'Azur. Net achter het mondaine Nice, liggen de mooie Alpes Maritimes, waar we al 2 keer een kamp hebben georganiseerd. Multipitchen, sportklimmen, wandelen, kunstenaarsdorpjes bezoeken, flaneren in Monaco en gewoon op het strand liggen vanuit onze kampplaats in Tourettes-sur-Loup kan het allemaal.

Onze camping is La Camassade (www.camassade.com), waar we met de tent of de camionette terecht kunnen, maar waar er ook chalets te huur zijn.

Alle info en inschrijven op Paaskamp

Cursus Hooggebergtetrekker 2027

De cursus start zaterdag 13 maart

Je wil graag de bergen intrekken met vrienden of met je familie ? Je wil zelfstandig bergtochten gaan ondernemen op een veilige manier? Je voelt je aangetrokken door de bergen, de mooie uitzichten en het wandelen in de natuur? Je bent misschien al eens verloren gelopen bij eerdere tochten of in een onweer terechtgekomen zonder dat je wist wat te doen? Dan is de cursus hooggebergtetrekker iets voor jou! Tijdens de theorielessen leer je een aantal basisvaardigheden aan om veilig en verantwoord middelzware trekkingen in de bergen te ondernemen. Volgende onderwerpen komen aan bod: oriëntatie, EHBO en sportletsels, voeding, training, fauna en flora, ecologie, alpine gevaren en gezondheidsrisico's, het weer in de bergen, materiaal en kledij.

Tijdens de praktijkdagen en - weekends in de Ardennen wordt deze theoretische kennis omgezet in praktische vaardigheden en uitgebreid geoefend. We besteden hierbij veel aandacht aan oriëntatie, staptechnieken en voortbewegen op moeilijk terrein.

Meer info en inschrijven op “Hooggebergtetrekker”

Vredestocht 2027

1 tot 8 mei

Alle info en inschrijven tot 1 december op Vredestocht

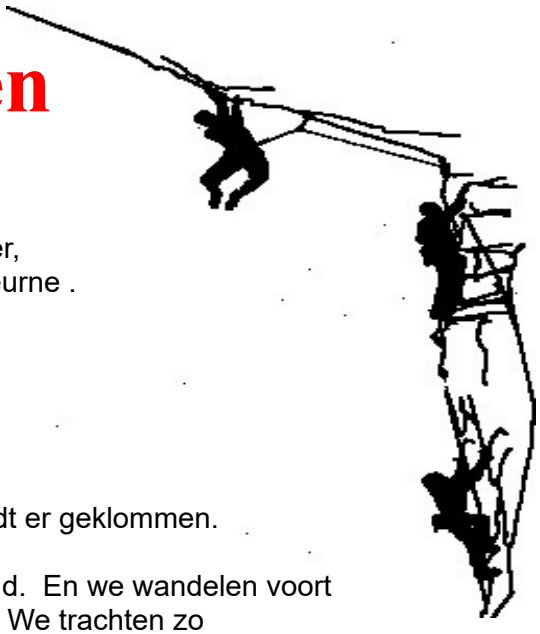
Een super vier - daagse en trektocht in de Vogezen







Bergstijgers Antwerpen



CLUBAVOND

De tweede dinsdag van maart en derde dinsdag van november,
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.
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

DAGSTAPPERS

Elke 1ste 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



Erkend door SPORTING 2024 -2026

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 0499 21 68 96