

Wildernistocht door Zweeds Lapland

zomerprogramma 2016

17-24 juli, 7-14 augustus, 17-24 augustus, 7-14 september

INTRODUCTIE

Voor je ligt het zomerprogramma van een reis door de magistrale wildernis van de 'Zweedse Alpen'. We gaan over Kungsleden, door National Geographic uitgeroepen tot één van de vijftien klassieke wandelpaden in de wereld. De tocht is voor iedereen die even naar de basis wil, die zijn lichamelijke en mentale grenzen wil verkennen, of zijn of haar conditie wil verbeteren. Vanaf het startpunt Nikkaluokta lopen we naar Abisko. De afstand van honderd kilometer leggen we in vijf of zes dagen af.

In dit programmaboekje vind je de informatie over de reis. Meer informatie krijg je tijdens de indoor cursus buitensport technieken, zo'n tien dagen voor vertrek.

Tot de indoor cursus!

Met vriendelijke groet,

Yuri Klaver

OVER DIT PROGRAMMA: ZOMER

Voor het zomerprogramma kun je volstaan met een redelijke basisconditie. Onderweg zijn er voldoende hutten die gewoon open zijn, en waar je alles kunt kopen. Lidmaatschap van de STF geeft korting van zo'n twintig procent op de accommodatie

en de voeding die daar verkrijgbaar is. Je rugzak weegt minder dan tien kilogram.

Voor wie meer uitdaging wil, is er de vrijheid om te kamperen, door een tent mee te nemen en een betere slaapzak. Daarmee kun je buiten de paden gaan, wat een nieuwe dimensie toevoegt. Met een rugzak van minstens 20 kilogram, moet je beschikken over een goede conditie. Mocht je daar behoefte aan hebben, dan kunnen we je voorzien van tips om voorafgaand je conditie te verbeteren.

INDOOR CURSUS

Om 11:00 ontmoeten we elkaar ergens in Nederland, voor een indoor cursus buitensport technieken. Doel van deze bijeenkomst is om de uitrusting door te nemen, en hoe je deze gebruikt. Hieronder vind je de paklijst. We behandelen EHBO en simpele survival technieken, en ontwikkelen een voedinglijst op maat. Om 17:00 sluiten we af met een borrel.

UITRUSTING ZOMER		
Paspoort, tickets	Kookspullen, brandstof en eetgerei *	Kleding: sokken 2x, T-shirt 2x, ondergoed 2x
Bergsportverzekering (verplicht)	Voeding *	Muts, wanten, trui, lang ondergoed
Rugzak 60 liter, regenhoes	Toiletspullen	(Regen)jas en (regen)broek
Tent, stokken en haringen *	Kaart, kompas, gps, camera	Zonnebril, muskietennet
Slaapzak (+5 Celcius), binnenzak, slaapmat	EHBO en survival	Schoenen / laarzen

* vanwege de beschikbaarheid van hutten in de zomerperiode niet noodzakelijk

Zelf aanschaffen: paspoort, bergsportverzekering, rugzak, regenhoes, slaapzak, binnenzak, slaapmat, voeding en kleding.

Door een bergsportverzekering bij de KNBV af te sluiten, ben je altijd verzekerd tegen ongevallen.

OVER DE REIS

Dag 1

Vertrek van Schiphol naar Kiruna. In Kiruna is er gelegenheid om boodschappen te doen. Je kan gebruik maken van de voedinglijst. Met de bus rijden we naar Nikkaluokta, waar we gebruik kunnen maken van het hotel, maar kamperen kan natuurlijk ook.

Dag 2

Vertrek uit Nikkaluokta. In noordelijke richting volgen we de Vistasvaggi, door het beboste dal van de Vistas rivier. Nog even doorlopen en we komen aan bij de Vistasstugan (stugan = hut).

Bij de hut gaat een pad omhoog, met uitzicht op het massief van de Kebnekaise, met 2.100 meter de hoogste berg van Zweden. De liefhebbers kunnen van daaruit verder gaan voor een 'off-track' oriëntatie tocht door de omliggende bergen.

Dag 4

We gaan door de bergpas langs steile bergwanden, voorbij de oorsprong van de Vistas rivier, en dan naar beneden het dal in. We sluiten aan op Kungsleden, waarna we Alesjaure stugan bereiken.

Dag 5

Na een lage bergpas komen we weer onder de boomgrens. Het pad gaat naar beneden langs de Abiskojakka rivier. In Abisko fjellstationen is een luxe berghut waar we heerlijk kunnen uitrusten.



OVER DE ORGANISATOR

Yuri Klaver is LoneWolfAdventures.com. Hij geeft lezingen en workshops op het gebied van persoonlijk leiderschap. In deze wildernistocht neemt Yuri je mee om jouw persoonlijk leiderschap aan den lijve te ondervinden. Onderweg is er volop mogelijkheid om van gedachten te wisselen.

Aan Yuri heeft u bovendien een ervaren en betrouwbare gids. Yuri heeft dit gebied al vele malen bezocht, als trainingslocatie voor extreem lange wildernistochten, zoals in Siberie en Noord - Amerika. Op dit moment is hij halverwege een mega expeditie van 7.000 kilometer van Alaska naar Canada die in meerdere seizoenen wordt uitgevoerd, met ski's en een kajak, en te voet. Nu is hij thuis om geld te verdienen voor zijn volgende etappe, en zich een beetje nuttig te maken.

Meer informatie vind je op www.lonewolfadventures.com

OVER DE 'ZWEEDSE ALPEN'

De plek die we bezoeken ligt driehonderd kilometer boven de poolcirkel, tegen de grens met Noorwegen. De tocht gaat door beboste dalen, langs grote meren, over bergpassen, langs bergen van tweeduizend meter hoog.

In de zomer kan de temperatuur oplopen tot boven de twintig graden. Tegen september mag je zo nu en dan rekenen op harde wind, natte sneeuw, en slecht zicht. Rond half september wordt het niet veel warmer dan tien graden boven nul, een ideale temperatuur om actief te zijn. In de nacht daalt het kwik tot -10 graden. Niet voor niets zijn we voorzichtig, hebben we een goede uitrusting en letten we een beetje op elkaar.



FOTO GENOMEN IN WINTERPERIODE