

CURSUS IJSKLIMMEN – BAC LIMBURG

Matreier Tauernhaus – Eispark Osttirol

1. Algemeenheden

1.1. Waar en wanneer?

De cursus gaat door in het ijspark van Osttirol in Oostenrijk. We verblijven in het Matreier Tauernhaus, waar we alles aangeleerd krijgen om veilig onze eerste hoogtemeters op een ijswand te maken, van gecertificeerde gidsen.

De stage loopt van maandag 15 februari tot 20 februari 2027. De concrete uren en plaats van afspraak worden door BAC Limburg meegedeeld.

1.2. Omschrijving van de cursus

Ijsklimcursus level 1. Deze initiatiecursus is bedoeld voor beginners die veilig willen leren ijsklimmen. Tijdens de opleiding maak je kennis met de basisuitrusting, klimtechnieken, het correct gebruik van stijgijsers en ijsbijlen, en de belangrijkste veiligheids- en touwtechnieken. Onder begeleiding van een ervaren instructeur leer je efficiënt bewegen op ijs en bouw je de nodige vaardigheden op om eenvoudige ijsklimroutes zelfstandig en verantwoord te beklimmen.

Stage gaat pas door vanaf minimum 4 deelnemer, maximaal 12 deelnemers > plaatsen zijn beperkt.

1.3. Wat kan je verwachten?

- Touwtechnieken
- Alpine gevaren inschatten
- Ijsschroeven plaatsen
- Abalakov-ankers maken
- Ijskwaliteit beoordelen
- Zelfstandig voorklimmen

1.4. Wat met verzekering?

Deelnemers dienen in orde te zijn met de vereiste verzekering voor alpiene activiteiten (bergsport lidkaart – KBF-verzekering).

1.5. Vereisten

- Geen vereisten, maar een beetje klimervaring en een goede motivatie komen al een heel eind.
- Er wordt een kennismakingdag georganiseerd, om elkaar uiteraard te leren kennen, maar ook om ons begeleiders een inzicht te geven wat jullie ervaringen zijn en welk materiaal jullie mogelijk al beschikken. Op basis van deze informatie kunnen we de cursus praktisch beter afstemmen met de gidsen.

Zaterdag 19/12/2026 om 11h in Olympia in Hasselt.

1.6. Mogelijke beklimmingen

- Het ijspark biedt verschillende routes van verschillende niveaus, afhankelijk van de beoordeling van de gidsen, laten ze ons moeilijkere routes klimmen (binnen ons klimniveau).

1.7. Prijs

Richtprijs is 1150 euro.

Betalen voor afgesproken datum = inschrijving

1.7.1. Wat zit wel en niet in de kostprijs?

1.7.1.1. *Inbegrepen:*

- Halfpension in de het hotel
- Begeleiding door gidsen

1.7.1.2. *Niet inbegrepen:*

- Eten tijdens de dag en onderweg > mogelijkheid om te kopen (±5€)
- Kosten voor gidsen
 - Eten/drinken na cursus > Gedeeld door alle deelnemers (±30€/cursist)
- Toegang tot het ijspark (±15€)
- Vervoer heen- en terug naar plaats van afspraak (optie > carpoolen)

2. Mogelijk verloop van de stage

- **Dag 1 – Heenreis:** Vertrek vanuit België richting onze eerste tussenstop voor een gezamenlijk ontbijt in Duitsland. Locatie en tijd wordt voor vertrek meegedeeld. Vandaar rijden we verder naar Felbertauern. Aankomst rond 16:30–17:00 uur en inchecken in het hotel.
- **Dag 2:** ontmoeting met de berggidsen, materiaalcheck en introductie in de basistechnieken.
- **Dag 3:** theorie en praktijk van touw- en zekeringstechnieken. Alles wat je moet weten om veilig een ijswand te trotseren.
- **Dag 4:** herhaling van de vaardigheden, zelfstandig voorklimmen en werken in touwgroepen.
- **Dag 5 – terugreis**

Ps. Annulatiekosten gelden volgens het gidsenbureau/overnachtingsplaatsen.

3. Uitrustingslijst

3.1. Basisuitrusting

- Stevige bergschoenen vanaf categorie C
- Rugzak (inhoud 30-50 liter)
- Zonnecrème met beschermingsfactor SPF 30+ en lipbescherming
- Zonnebril (categorie 3 of 4)
- Telescopische wandelstokken met sneeuwschotels
- Drinkflessen (totaal 1-2 liter)
- Enige proviand (bijvoorbeeld mueslirepen)
- Gamaschen/gaitors
- Thermos

3.2. Kledij (voor 3 dagen)

- Functioneel ondergoed
- Warme kousen
- 2 longsleeves (merinowol)
- 1 T-shirt (voor na het douchen)
- Bergbroek (softshell)
- Overbroek (regen-/windbroek)
- Midlayer dik
- Midlayer dun
- Donsjas (isolatiejas)
- Wind- en weerbestendige (Gore-Tex jas)
- Muts of hoofdband
- 3 paar handschoenen (voor moest er een paar nat zijn)
 - 2 dun paar
 - 1 dik paar
- Buff

3.3. Toiletgerief

- Hoofdpijntabletten
- Tandenborstel en toiletgerief, eventueel een kleine handdoek
- Douchegerief

3.4. Klimmateriaal

- Gordel
- Klimhelm
- 6x setjes
- 1x ball-lock
- 4x schroeven (waarvan minstens 1 HMS)
- 1x snappers
- 1x 1m prusik (Ø5mm)
- 1x 3m prusik (Ø5mm)
- 1x 5m prusik (Ø5mm)
- 1x 120cm sling (dyneema)
- 1x 60cm sling (dyneema)
- 1x zekerapparaat (tuberachtige)
- Ijsschroeven > indien in bezit, dit moet niet specifiek aangekocht worden

3.5. Diverse

- Lidkaart van een bergsportvereniging
- Identiteitskaart
- Contant geld (€150)
- Kleine EHBO-set
- Blarenpleisters
- Oordoppen/oogmasker
- Powerbank
- Oplaadkabel

3.6. Wat de gidsen KUNNEN voorzien (meerprijs van 10€/pers./dag)

- Stijgijzers
- Ijsbijl

Indien zelf in bezit > laat gerust iets weten