INGEDIEND DOOR
Irmgard

ON
21-06-2013

★ ★ ★ ★ ★
0% / 6 Stimmen

# Op pad met sneeuwschoenen



Hier en daar dwarrelen enkele sneeuwkristallen zachtjes door de kale bomen, verder heerst er stilte. De sneeuw dempt alle geluiden. De zon weerkaatst zich duizendvoudig in de sneeuw. Hier en daar zijn sporen van dieren te zien.

*Dit artikel is afkomstig uit het tijdschrift Forum.*

De sneeuwkristallen kraken onder onze sneeuwschoenen – die deze wandeling door het prachtige winterlandschap überhaupt mogelijk maken – ver weg van de drukke restaurants aan de piste en de rijen skiërs die op hun beurt wachten. Langzaam maar zeker banen we ons een weg langs bevroren beekjes, nauwelijks herkenbare wegwijzers en zwaar beladen sparren. En terwijl de maan, die inmiddels is opgekomen, alles in haar mysterieuze zilveren licht hult, weten we: dit is de winter zoals we die nog nooit eerder hebben meegemaakt.

## Boom

Sneeuwschoenen zijn in opkomst – zij het stilletjes, zonder media-aandacht of grootschalige reclame. Toch bestaan sneeuwschoenen al heel lang. Vanuit Centraal-Azië vonden ze hun weg via de Beringstraat naar Alaska, waar Eskimo’s en inheemse Amerikanen ze vandaag de dag nog steeds gebruiken als vervoermiddel voor de winterjacht. Vroeger werden sneeuwschoenen gemaakt van hout, dierlijke pezen en bont; tegenwoordig zijn het hightechconstructies van aluminium en kunststof.

## Fascinatie – Offroad

daar draait het allemaal om. Hier komen sneeuwschoenen pas echt tot hun recht. En je hoeft niet veel te leren om aan de slag te gaan: gewoon aantrekken en beginnen met lopen.

### Terrein

Er bestaat niet zoiets als ‘sneeuwschoenterrein’. Sneeuwschoenen zijn geschikt voor vrijwel elke plek waar je kunt lopen, maar waar je met wandelschoenen geen vooruitgang kunt boeken vanwege de

sneeuw. Vooral het pre-Alpiene terrein leent zich uitstekend voor sneeuwschoenwandelen. In tegenstelling tot off-piste skiën of snowboarden verstoort wandelen door het bos de wilde dieren niet, omdat je op sneeuwschoenen langzaam beweegt en de dieren niet wegjaagt. Het blijft echter essentieel om je gepast te gedragen. Hoewel sneeuwschoenen in alpien terrein vaak worden gebruikt als hulpmiddel bij het klimmen tijdens skitochten, ligt hun echte kracht in vlakker terrein en zullen ze nooit echt geschikt zijn om bergtoppen te beklimmen. Bovendien vereisen tochten in alpien terrein behoorlijk wat expertise om gevaren correct in te schatten en adequaat te reageren (lawines, weersomstandigheden, afgelegen routes, geen mobiel bereik).

Om deze reden raadt bijvoorbeeld J+S aan om routes te kiezen die over het algemeen onder de boomgrens blijven.

Langlaufloipes zijn een goede leidraad, aangezien deze vrijwel zonder uitzondering door terrein lopen dat geschikt is voor sneeuwschoenwandelen.

## Sneeuw

Het mooie van sneeuwschoenen is dat de diepte en kwaliteit van de sneeuw nauwelijks van belang zijn. Zolang je zelfs met sneeuwschoenen niet een halve meter in poedersneeuw wegzakt, kun je elke soort sneeuw met gemak aan. En zelfs als er niet veel sneeuw ligt: sneeuwschoenen zijn licht van gewicht en kun je gemakkelijk aan je rugzak bevestigen totdat je de sneeuwvrije of sneeuwarme gebieden achter je hebt gelaten.

## Sneeuwschoenen

Er zijn veel verschillende soorten sneeuwschoenen: van aluminium/neopreen, kunststof of hout; met klauwen of spikes; sommige met klimhulpmiddelen; grote, kleine, met kunststof bindingen, met snelgespen, met rugzakriemen, met rubberen riemen, uitschuifbare, dure, minder dure en goedkope.

Het belangrijkste bij het kiezen is dat de binding flexibel is, zodat de hiel van de grond kan komen.

Bovendien moet de maat zo worden gekozen dat je de ene voet voor de andere kunt zetten zonder een spagaat te hoeven maken. De juiste maat laarzen hangt af van de lengte en het gewicht van de drager en van de sneeuwomstandigheden (uitrekbare modellen zijn hierbij handig).

Om de keuze wat gemakkelijker te maken: het is het beste om als groep verschillende soorten te huren en om de beurt te proberen, zodat je met elk paar een stukje kunt lopen.

Tip: Bekijk bij het maken van je keuze zeker eens de sneeuwschoenen van MSR – ze zijn goedkoper dan de meeste andere en toch van hoge kwaliteit.

## Wat heb ik nog meer nodig?

Afhankelijk van de route en het weer is niet elk stuk uitrusting even belangrijk, maar de benodigde uitrusting ligt altijd ergens tussen wandel- en skiuitrusting in. Je hoeft geen geheel nieuwe garderobe aan te schaffen – je kunt comfortabele oplossingen vinden door items zoals joggingbroeken en regenbroeken slim te combineren. De vuistregel is simpel: ondergoed, iets om je warm te houden en iets om je tegen wind en weer te beschermen. Geschikt schoeisel zijn onder andere wandelschoenen, hoewel het een goed idee is om deze goed te onderhouden en te voorzien van extra thermische inlegzolen. Maar zachte laarzen en andere winterlaarzen voldoen ook prima. Neem ook mee:

- Skistokken (telescopische stokken, als je die hebt)
- Kleine rugzak (thermosfles / droog T-shirt / reservehandschoenen)

## Technieken

Er is eigenlijk maar één ding waar je hier op moet letten: als je in een groep reist, moet je om de beurt het spoor banen – waarbij de tweede persoon het spoor baant, wat betekent dat hij of zij niet in de voetafdrukken van de persoon voor hem of haar stapt, maar precies ertussenin. Zo ontstaat er een mooi spoor waar degenen die volgen comfortabel overheen kunnen lopen.

## Gevaren

Je kunt uit een tijdschrift niet leren hoe je met gevaren moet omgaan, dus hier volgt slechts een overzicht van waar mogelijke gevaren kunnen schuilen:

- Kaarten zien er heel anders uit als je de paden niet meer kunt zien vanwege de sneeuw, dus moet je vertrouwen op veiligheidslijnen
- Het is moeilijk om in te schatten hoeveel tijd je voor een bepaalde route nodig hebt, aangezien dit vooral afhangt van de sneeuwcondities. Er zijn geen betrouwbare factoren om de reistijd te berekenen.
- Kou wordt vaak onderschat, vooral wanneer je zweet en even pauzeert.
- Lawines kunnen zelfs op de meest glooiende hellingen gevaarlijke afmetingen aannemen. Daarom: steek nooit hellingen met een hellingshoek van meer dan 30° over en loop ook niet direct onder dergelijke hellingen door – houd er in plaats daarvan ruim afstand van.

## Sneeuwschoenwandelen met kinderen en tieners

Sneeuwschoenen zijn geschikt voor kinderen vanaf ongeveer negen jaar. Het belangrijkste is hierbij niet het vereiste vaardigheidsniveau, maar het uithoudingsvermogen van het kind. Als je met een kind langere wandelingen kunt maken, kan het ook mee op een sneeuwschoenwandeling.

Bij het wandelen met kinderen is het vooral belangrijk om rekening te houden met de volgende punten:

- Gidsen beschikken vaak over betere uitrusting, waardoor kinderen juist hierdoor sneller aan hun grenzen komen.
- Kinderen hebben vaker pauzes nodig dan volwassenen
- Het is beter om een kortere tocht te maken en de resterende energie kwijt te raken met sneeuwspeeltjes dan de kinderen te overbelasten met zware tochten.
- Kinderen merken vaak niet wanneer ze uitgeput zijn of last hebben van onderkoeling. Daarom is het erg belangrijk dat de gids ‘aanvoelt’ hoe het met hen gaat. Hierbij is extra oplettendheid van groot belang.
- Kinderen die het koud hebben, worden niet zo gemakkelijk warm als volwassenen. Ze hebben hulp van buitenaf nodig om op te warmen (hete thee, een warme schuilplaats).
- Zelfs als het koud is, zweet je nog steeds. Daarom is het belangrijk om voldoende te drinken.
- Plan vluchtroutes: waar kun je de wandeling indien nodig afbreken of inkorten?
- Verken je routes altijd van tevoren! De omstandigheden kunnen snel veranderen, dus het is een goed idee om een route die je al hebt verkend kort voor vertrek nog eens te bekijken.

## Meer informatie

### Boeken

De BESJ-winkel (Dorfstrasse 10, 8155 Niederhasli, 01 850 69 52, shop [at] besj.ch (shop[at]besj[dot]ch)) biedt

- tips voor sneeuwschoentochten
- Yeti-sneeuwspelletjes

### Cursussen

Sneeuwschoenwandelen is mogelijk in het kader van het J+S-programma. Als er meer uitdagende tochten worden ondernomen, of als u van plan bent om te overnachten in accommodaties zonder beveiligde toegang of in iglo's, zijn er veiligheidsaspecten waarmee rekening moet worden gehouden. Dergelijke activiteiten mogen alleen worden begeleid door opgeleide leiders. De BESJ biedt hiervoor cursussen aan.

### Verhuur

hajk Scout & Sport

Rubigenstrasse 79 3076 Worb SBB Telefoon: 031 838 38 38 www.hajk.ch

Scout Store

Güterstrasse
8640 Rapperswil
055 210 84 44 www.rappi.ch/scoutstore

okaj

Wasserwerkstr. 17 8035 Zürich www.okaj.ch
01 366 50 10

Diverse sportwinkels

Op pad met sneeuwschoenen_YW

## Referenties




- **Tekst en afbeelding:**Forum Kind, nummer 4/02, pagina's 25 en 26. De auteur legt uit waar je op moet letten bij het maken van sneeuwschoentochten. © Copyright www.forum-kind.ch
- **Auteur: Niels Abt**is regionaal directeur bij de BESJ en een fervent sneeuwschoenwandelaar.

## Weitere Informationen

*Categorieën*
Technologie en buitenactiviteiten

*Tags*
Winteropslag

*Leeftijd*
Er zijn geen gegevens beschikbaar.

*Aantal deelnemers*
Er zijn geen gegevens beschikbaar.

*Bijbel*
Deze informatie ontbreekt.

*Duur*
Er zijn geen gegevens beschikbaar.

*Materiaal*
Geen

*Bestanden downloaden*
Bestand downloaden

*KI Generierter Inhalt*
Inhoud
Categorieën
Tags
Leeftijd
Aantal deelnemers
Bijbel
Duur
Materiaal

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/nl/wiki/art/op-pad-met-sneeuwschoenen