



Klim- en
bergsport
federatie

Op stap met sneeuwschoenen

Fiets- en Wandelbeurs 2025



Wie ben ik?

Debbie Sanders

- International Mountain Leader
- Werkt bij de Klim- en Bergsportfederatie
- Docente en stageleidster
- Actief in granfondo, triatlon & duatlon
- Fan van bivakkeren en lekker eten!

www.debbiesanders.be

www.klimenbergsportfederatie.be



Winter in Europa

Schotland

Noorwegen

Bulgarije

Bosnië-Herzegovina

Frankrijk

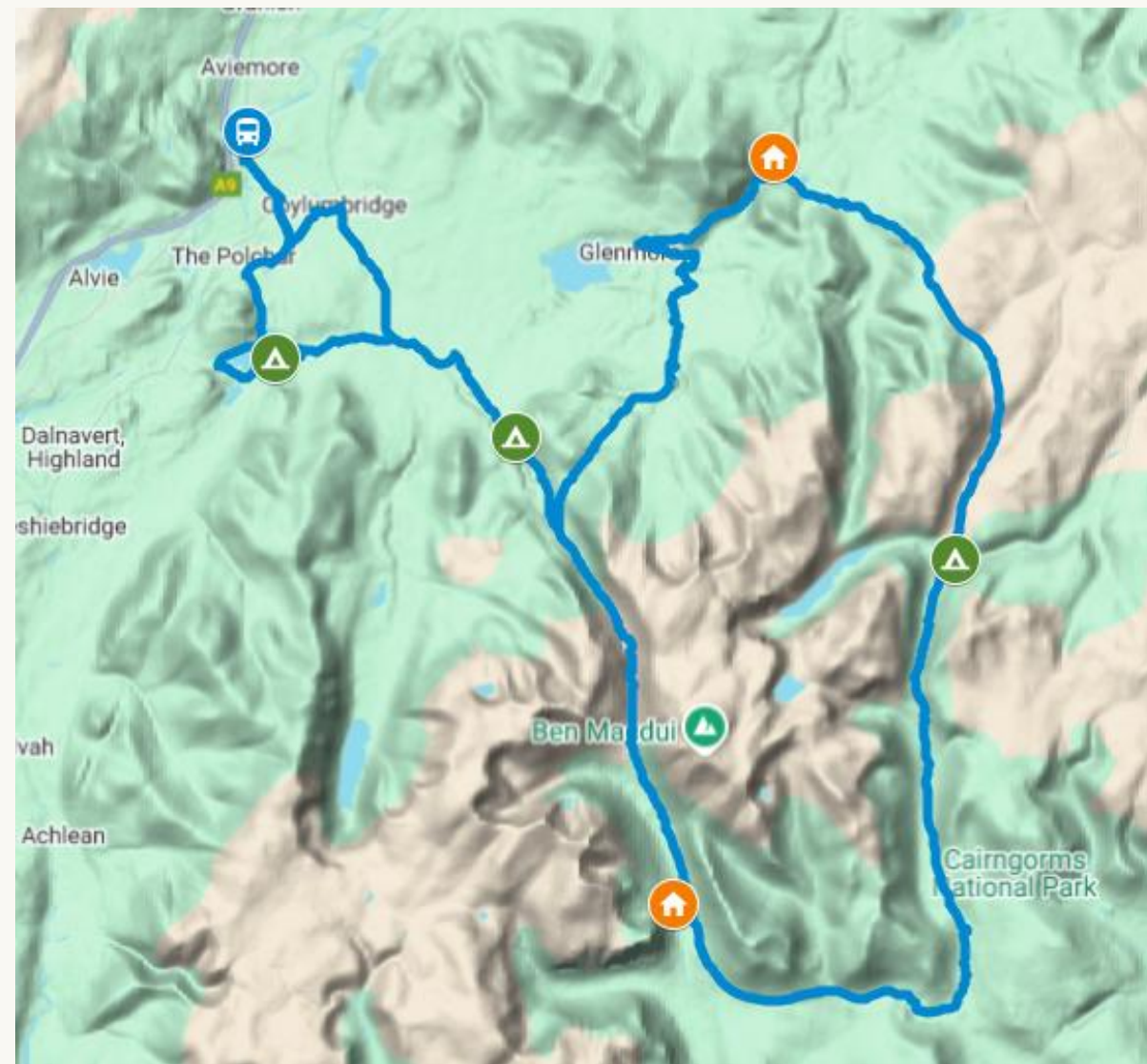
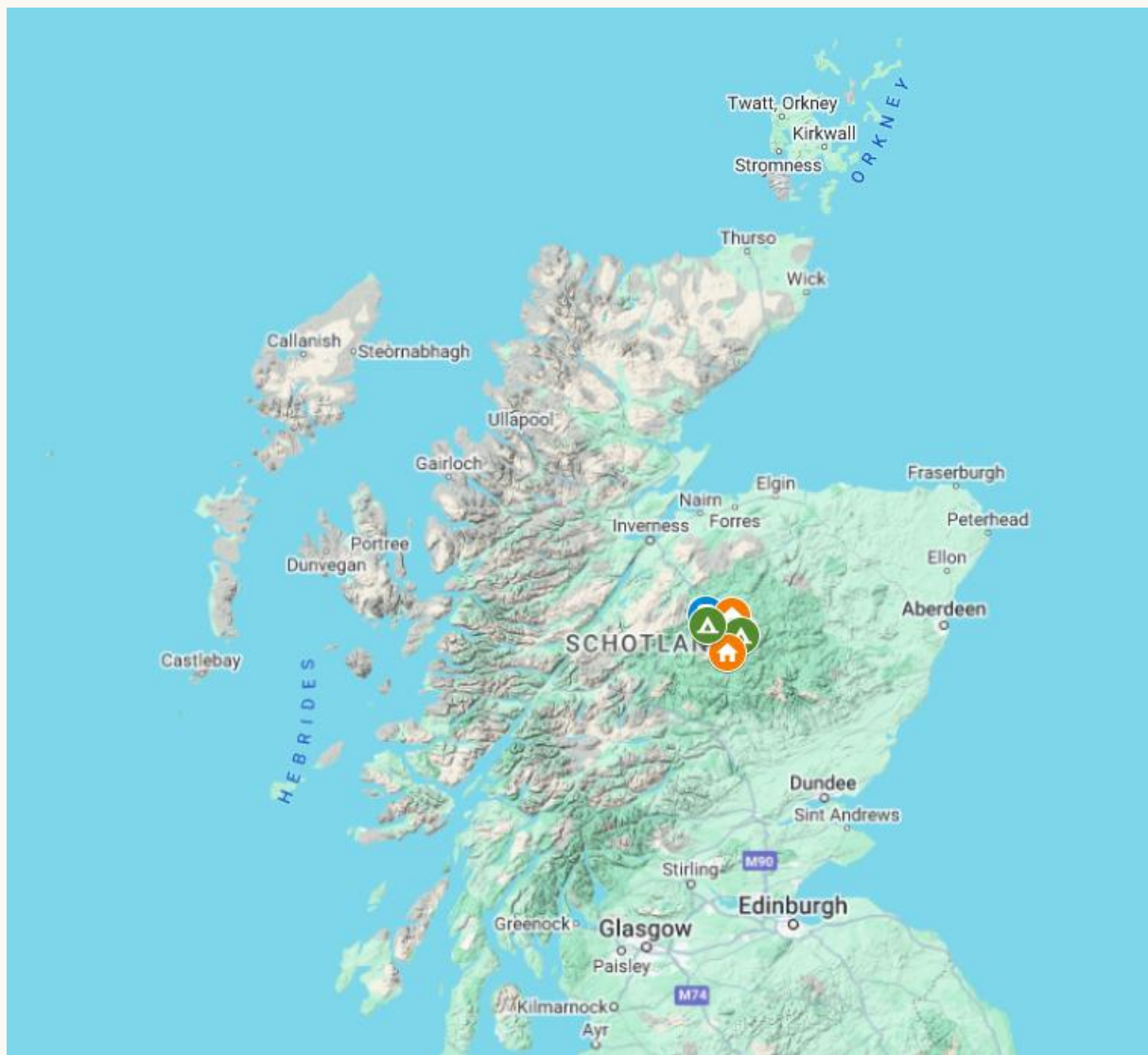
Zwitserland

Oostenrijk



Cairngorms

Schotland





Lairig Ghru



Corrou Bothy





Home / Uncategorized / Cold, dry and sunny

Cold, dry and sunny

27th February 2025

A dry day with some sunny spells on the Northern Cairngorms. The winds were fresh Westerlies with the freezing level around 900 metres, feeling much colder with windchill.

Fresh accumulations of wind drifted snow are present on Easterly aspects above 1000m metres, with the snowpack remaining firm, icy and generally well bonded. Sheets of water ice or very hard snow are present on many of the paths and slopes, these can be avoided but could easily catch out a unweary ski tourer or hill walker.

The steeper slopes and crag aprons are also firm and icy with very serious and unforgiving runouts.

Remaining cold into tomorrow, no precipitation is forecast and the South Westerly winds will gain in strength during the day and re-distribute the snow into wind sheltered locations on North to East aspects above 1000 metres.



Latest Northern Cairngorms Avalanche Report



[View Northern Cairngorms Report Page](#)

Significant Mountain Hazards observed today



Hard Snow / Ice

Recent Posts

- ▶ [Cold, dry and sunny](#)
- ▶ [Light winds](#)
- ▶ [Firm snow](#)
- ▶ [Patchy and firm...](#)
- ▶ [Burly winds](#)
- ▶ [Squally showers and sun](#)
- ▶ [A stormy day](#)
- ▶ [Thaw](#)
- ▶ [Storm force winds](#)
- ▶ [Heavy drifting](#)

UT

Fra Nørdstedalseter til Sognefj...

4.april-21.april 2025 (kvisten tas ikke ned, men står til den faller)



Fra Nørdstedalseter til Sognefjellshytta

Breheimen med Jostedalsbreen [Vis alle](#)

4.april-21.april 2025 (kvisten tas ikke ned, men står til den faller)

Svært krevende vinterrute

19,1 km

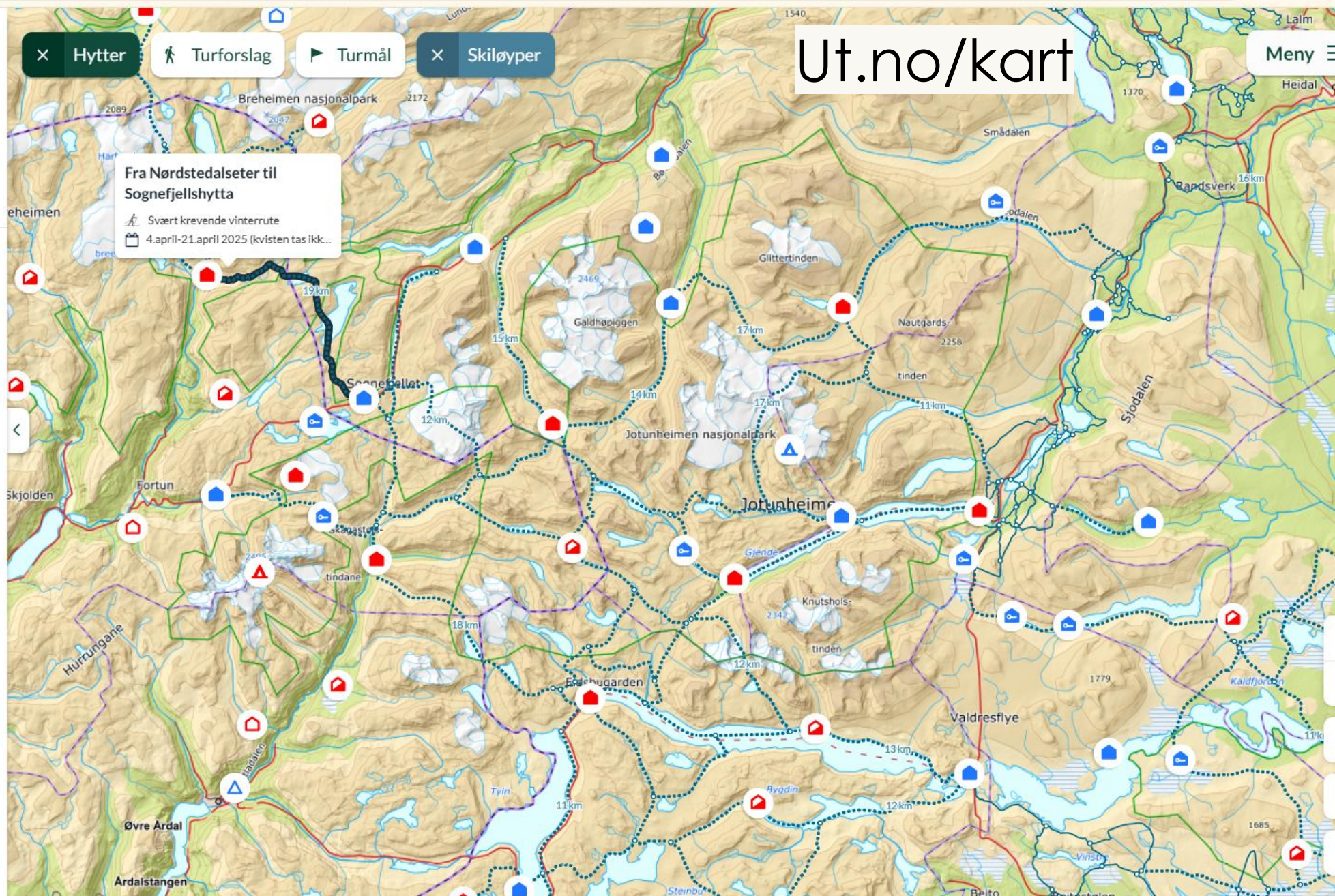
Vernet naturområde!

Verneområdene kan ha ulike regler, så gjør deg kjent med hva som gjelder dit du skal.

[Les mer](#)

Fra Nørdstedalseter til Sognefjellshytta

Østover opp til den ubrøytete veien og til enden av den og opp til sommerruta som følges opp mot øvre Grønevatnet. Så opp langs bekken til skaret i sør og ned på Liabrevatnet. Det er ikke noe rute dele øverst i skaret slik 2010-utgaven av 1:50 000-kartet Breheimen viser fordi ruta i Namnlausvatnet ikke merkes. Over Liabrevatnet og opp til sommerruta på sørsida



Ut.no/kart

Meny





Noors

↔

Engels

kvisten tas ikke ned, ×
men står til den
faller

the twig is not taken
down, but stands
until it falls

Zorg voor
digitale
navigatiemiddelen!

Smartphone +
handheld GPS (ev.
inclusief Inreach)





Olavsbu



Zelfverzorgingshut

DNT

Bemande hutten

Onbemande hutten met bevoorrading*

Onbemande hutten zonder voorraad*

*DNT-sleutel nodig

- Lidmaatschap: 72 euro per jaar
- 8,5 euro waarborg voor de sleutel (+ mogelijke douanekosten tenzij ophalen in Oslo nabij station)

Prijs onbemande hut: 28 euro lid versus 43 euro niet-lid

Prijs bemande hut (grotere slaapruimte, zonder maaltijden):
24 euro versus 32 euro









Kledij

Basislaag: merino

Warmere kousen

Extra handschoenen:

- Waterdicht exemplaar
- Dunnere onderhandschoenen
- Reservepaar

Winddichte broek (met lichte voering) + bij koud/slecht weer: thermolegging + regenbroek

Zonnebril: categorie 4

Winddichte muts, fleece halskraag, buff, eventueel bivakmuts



Donsjas mét kap



Gamaschen!



Rilagebergte

Bulgarije











Weerstation op de Musala (2.925m)

















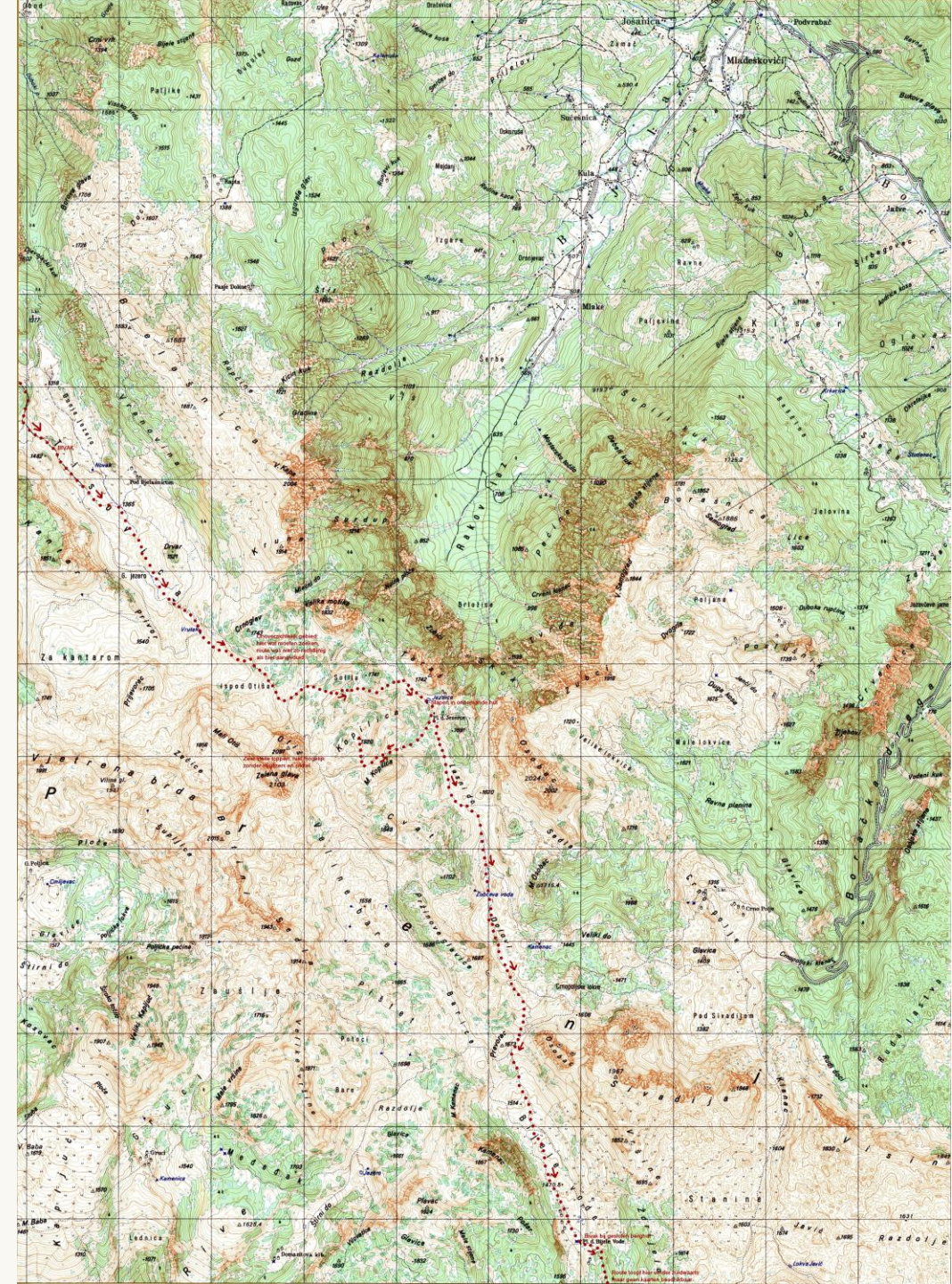
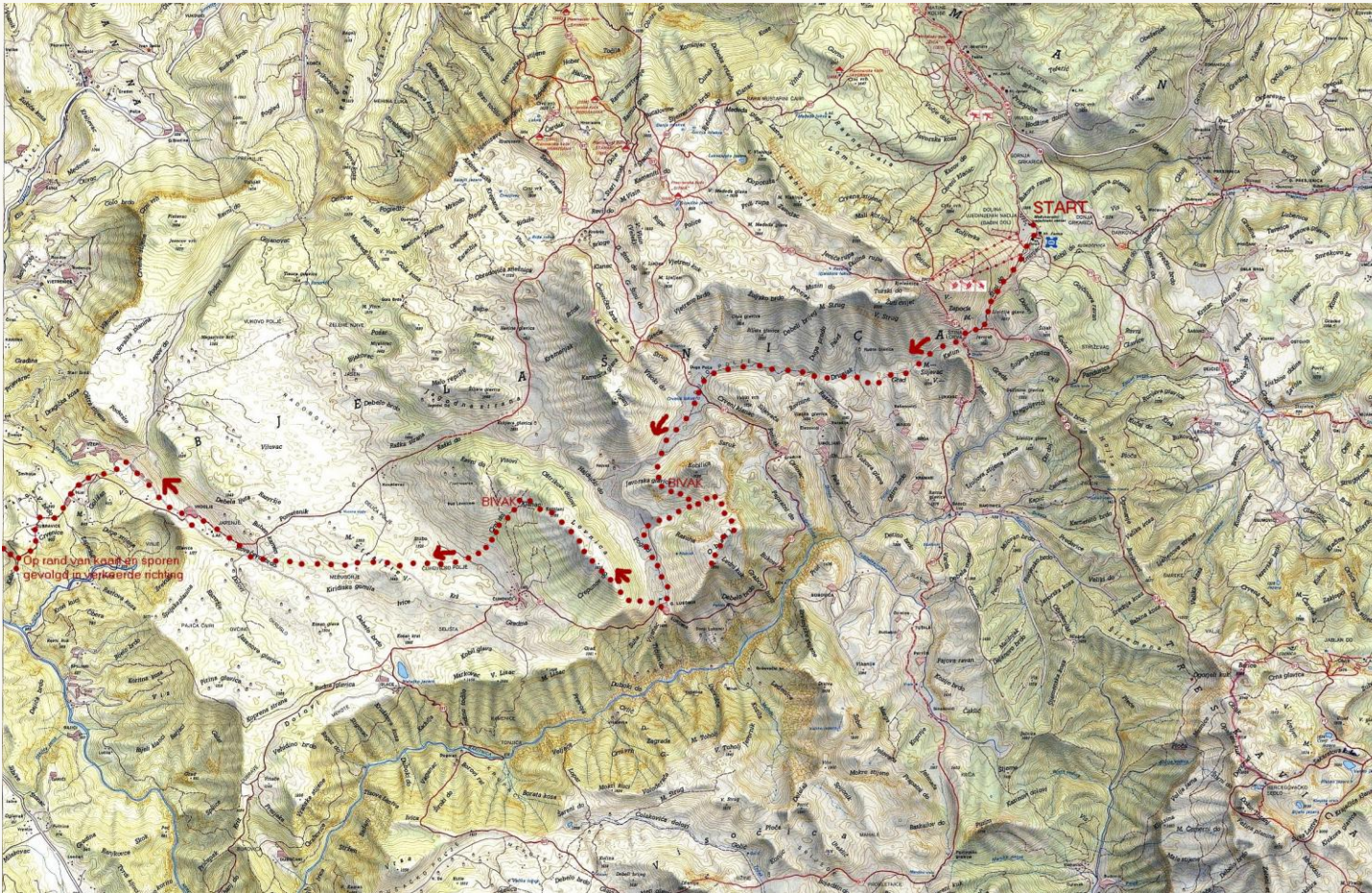
Bjelasnica & Prenj

Bosnië-Herzegovina





Sovjetkaarten



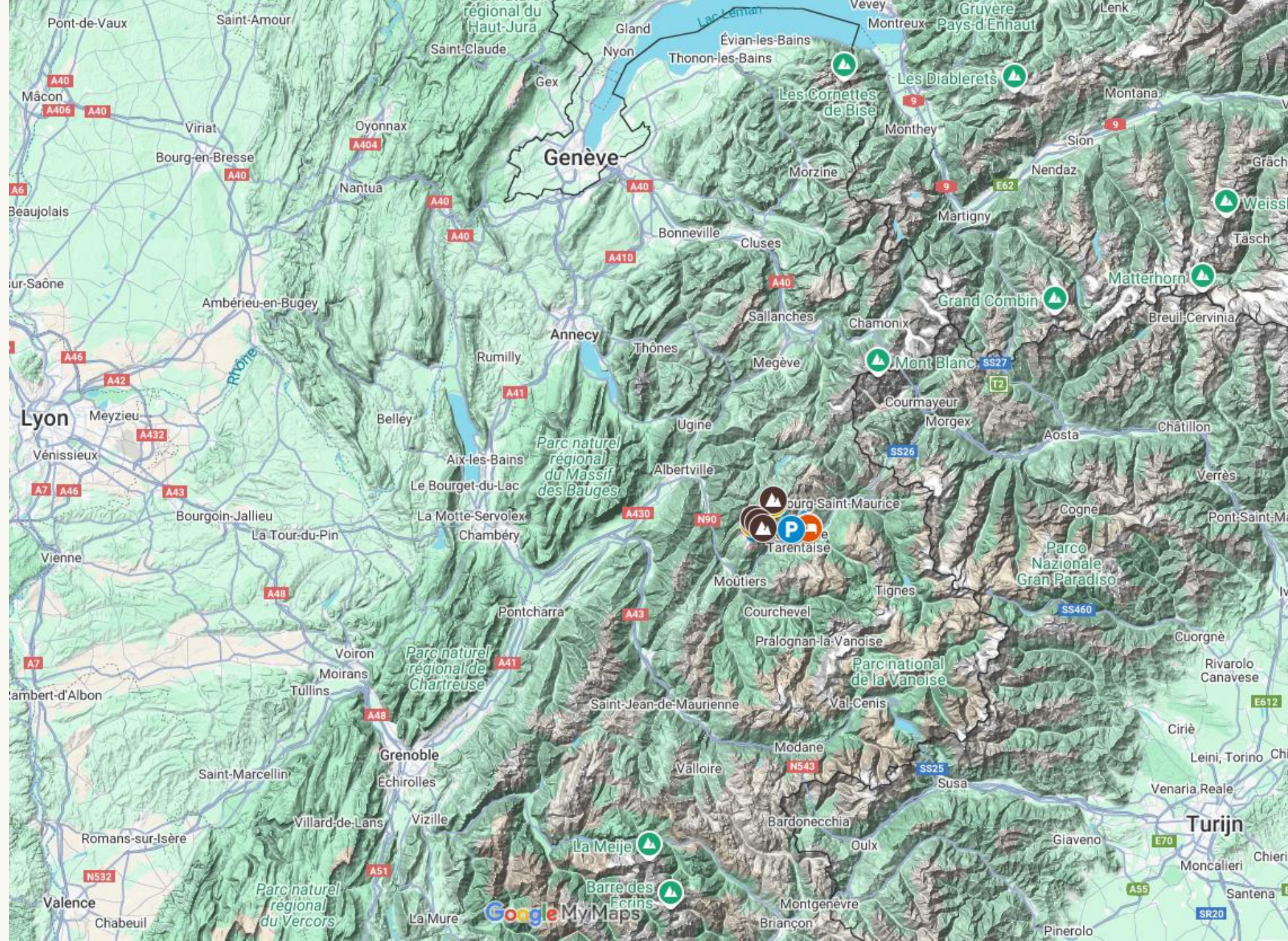


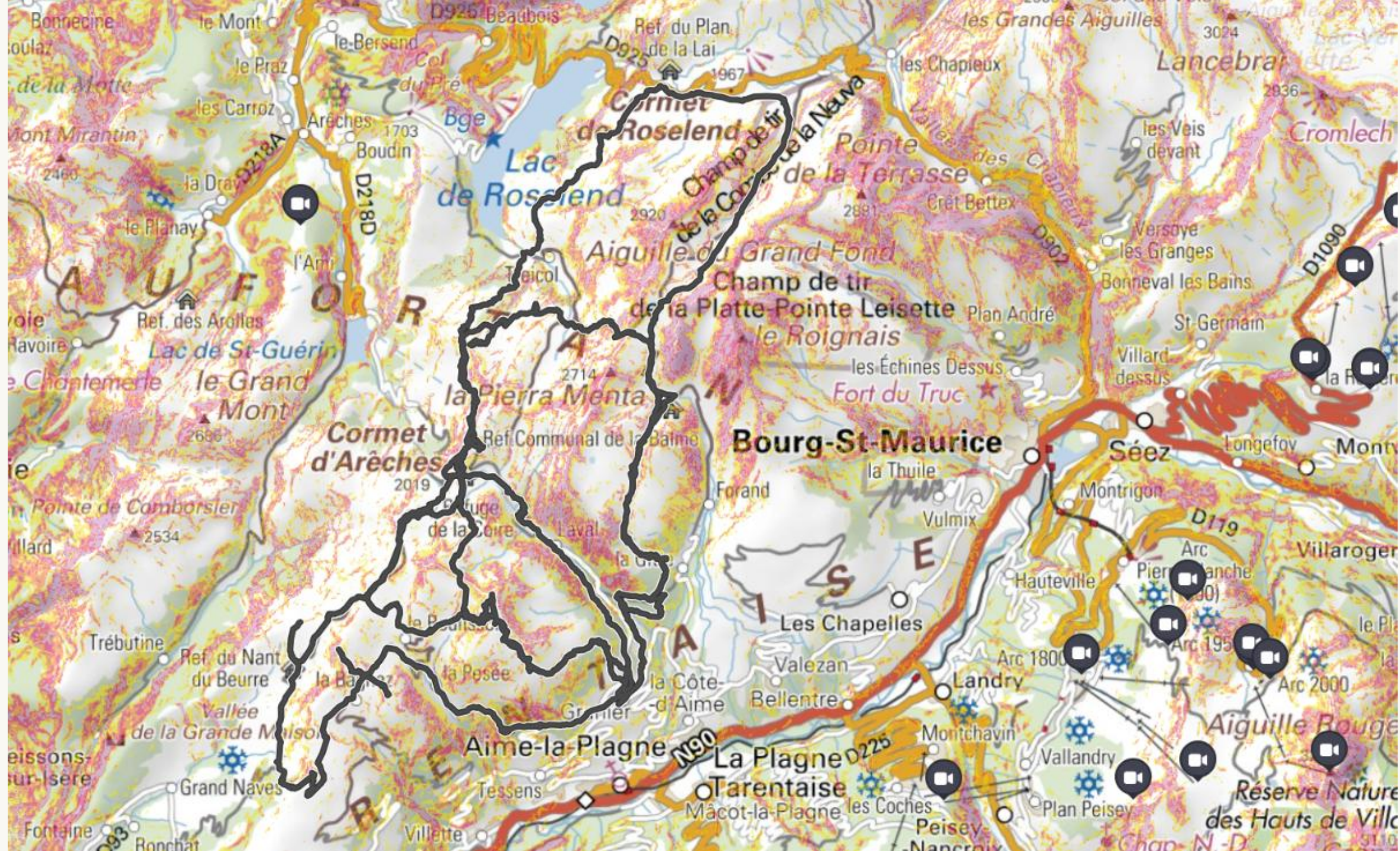


Beaufortain

Frankrijk

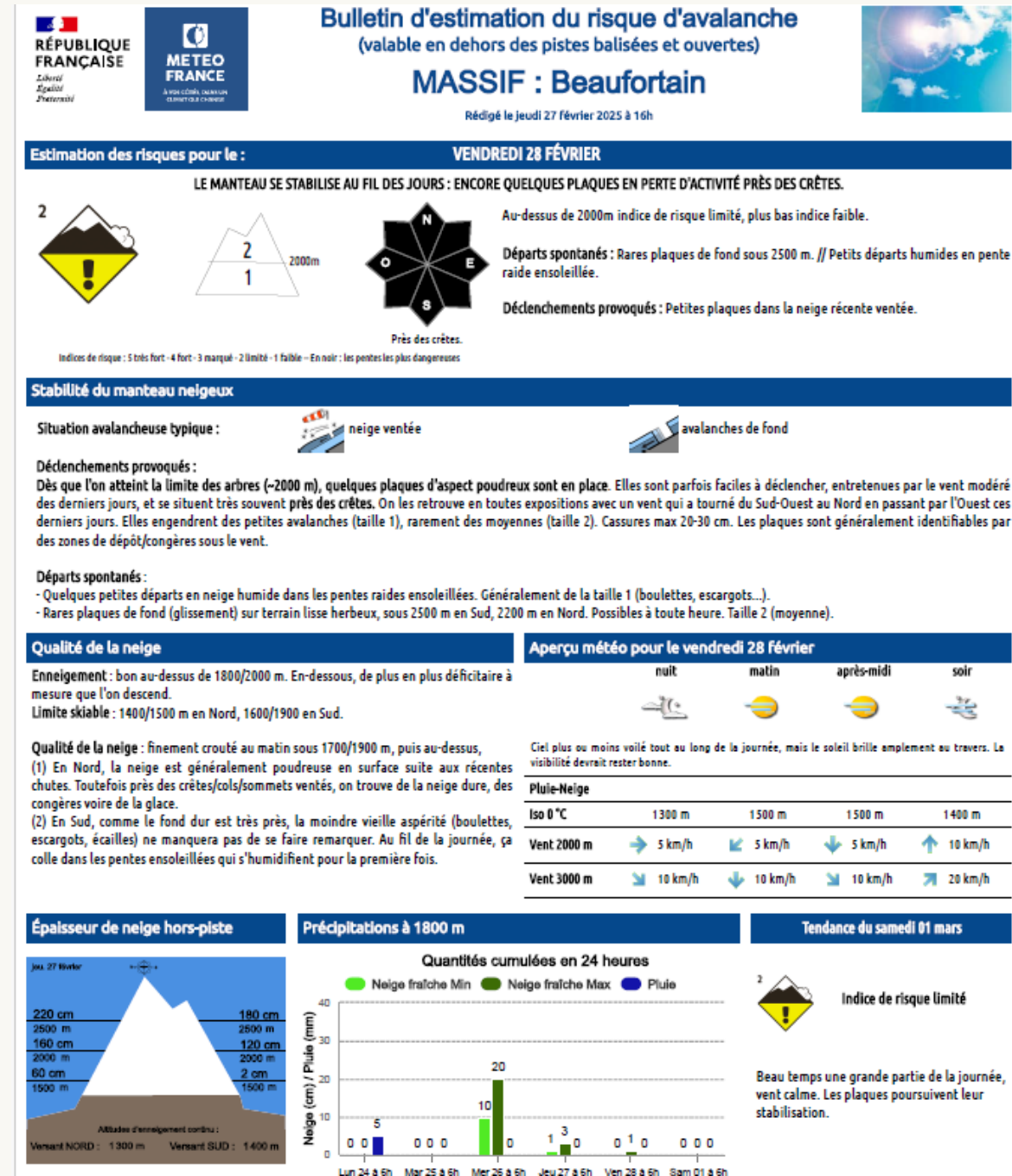






Lawinebericht

- Algemeen lawinerisico
- Welke hoogtes en oriëntaties meest risicovol
- Lawineproblemen
- Weer
- Dikte van de sneeuw
- Sneeuwkwaliteit
- Evolutie



Stop or go

Beslissingstool

Check 1:

Combinatie van hellingsgraad & algemeen lawinerisico

Check 2:

Link leggen tussen lawineproblemen en route

The infographic is a vertical guide for avalanche risk assessment. At the top, it features a scale for distance (0m to 1000m) and slope angle (30° to 40°). The main body is divided into two sections: 'Standardmaßnahmen Planung' and 'Standardmaßnahmen Gelände'. Below these is a 'Check 1' table with five risk levels (1 to 5) and their corresponding slope angles. A 'Check 2' section lists snow conditions. At the bottom, there is a photo of a skier with the text 'Gefährlich für mich?' and 'ausweichen abbrechen'. The 'stop or go' logo is at the bottom right.

Standardmaßnahmen Planung

- **Lawinenlagebericht** Gefahrenstufe/-stellen, Lawinenprobleme
- **Wetterbericht** Sicht, Wind, Temperatur, Niederschlag
- **Karte/Führer/Internet** Steilheit, Exposition, aktuelle Verhältnisse
- **Gruppe** Gruppengröße, Eigenkönnen, Risikobereitschaft
- **Notfallausrüstung** LVS, Schaufel, Sonde, Mobiltelefon, Erste-Hilfe, Biwaksack. Empfehlung: Airbag, Helm

Standardmaßnahmen Gelände

- **LVS-Check** am Ausgangspunkt
- **Abstände** Aufstieg: 10 m ab 30°. Abfahrt: 30 m, ab 35° einzeln
- **Gelände optimal nutzen** Was ist über/unter mir? Geländefallen?
- **Orientierung** „ich weiß, wo ich bin“ (Sicht!)
- **Gruppe** offene Kommunikation, Tempo, Pausen, Gruppendynamik

Check 1

1 gering	2 mäßig	3 erheblich	4 groß	5 sehr groß
	< 40°	< 35°	< 30°	Verzicht
	im Bereich der Spur	ganzer Hang	Geländekammer	auf Touren

Check 2

- Neuschnee
- frischer Tribschnee
- Altschnee
- Nassschnee
- Gleitschnee

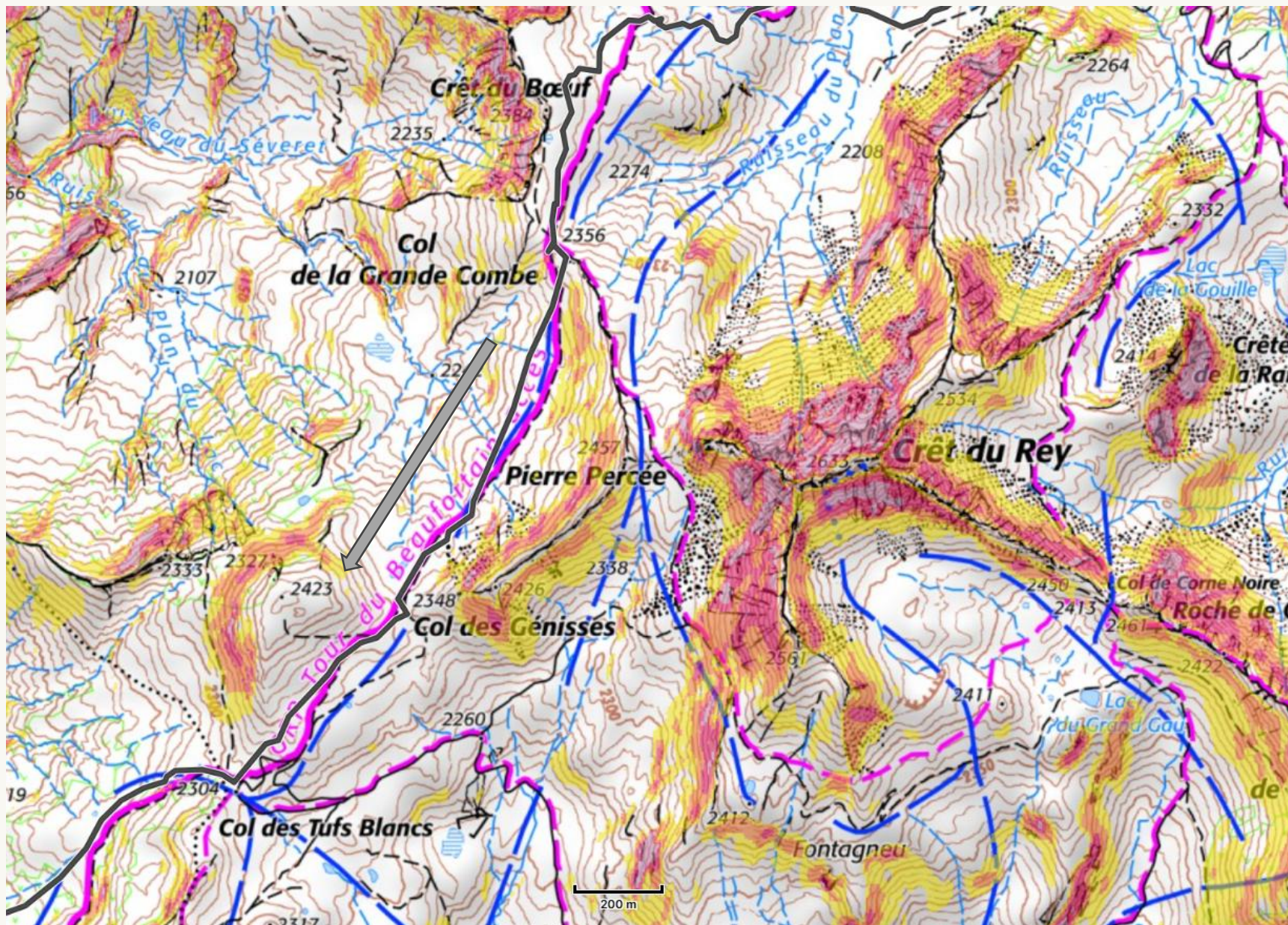
Gefährlich für mich?

ausweichen abbrechen

stop or go 2019

alpenverein österreich

go: stark verspurt | Wald | Schmelzharsch



Check kaart ingekleurd met hellingsgraad!

- Whiterisk
- Outdooraktiv
- Alpenvereinaktiv

Check Iwinegevaar in berichtgeving

Stop or go:

- Lawinegevaar = 2 → GO
- Lawinegevaar = 3 → STOP



Volg een cursus lawinekunde

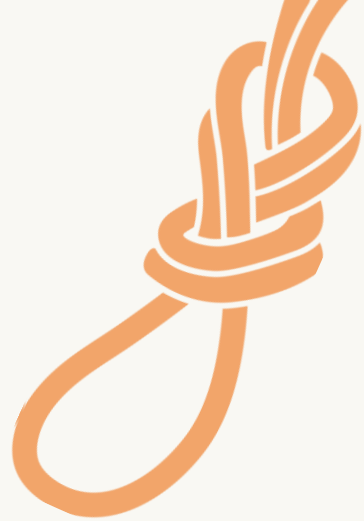
Diverse workshops in gans Vlaanderen

Periode oktober – februari

www.klimenbergssportfederatie.be

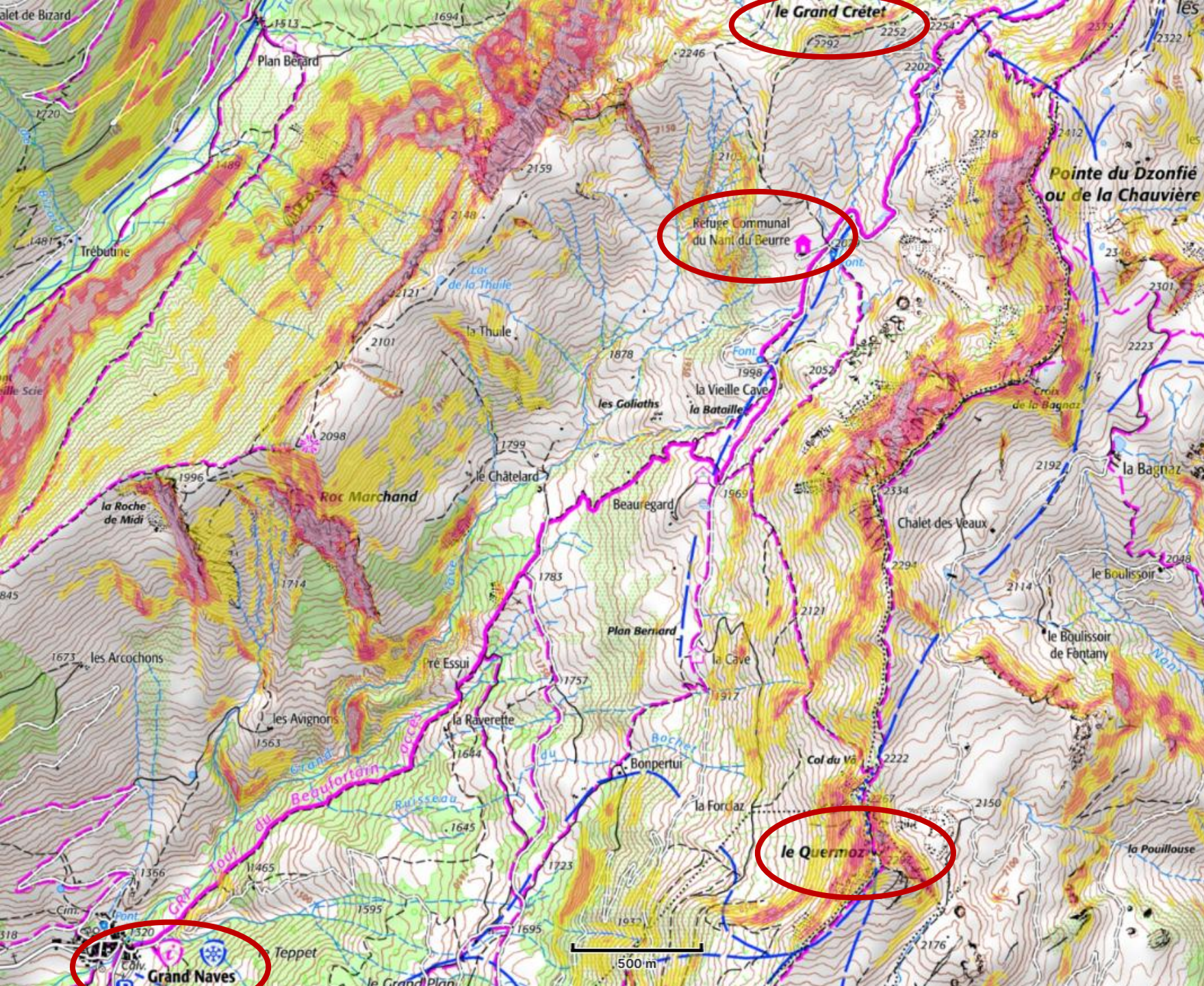
Inhoud

- Lawines begrijpen
- Lawinebericht leren interpreteren
- Stop or go-beslissingstool toepassen op concreet voorbeeld
- Werken met lawine-uitrusting



Lawneuitrusting: LSZA – sonde - schop





Start en einde in
Grand Naves

Verblijf/lunch in
Refuge Communal
du Nant du Beurre

Le Grand Crétet als
extraatje

Bij goeie condities:
le Quermoz (check
advies hut rond
route)

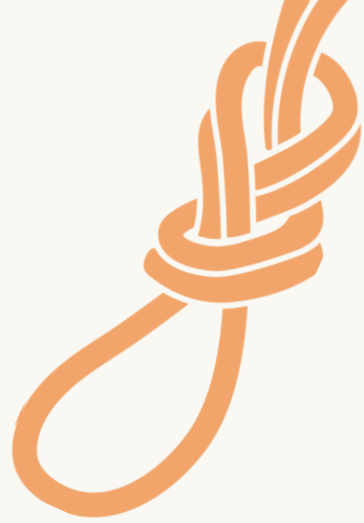


Refuge du Nant du Beurre (bemand)



Le Quermoz

Types sneeuwschoenen



Kies een
model in
functie
van je
plannen



TSL – klassiek model
Eenvoudig terrein



Tubbs – alpien model
Steiler/ijsziger terrein



Refuge de la Coire (onbemand)





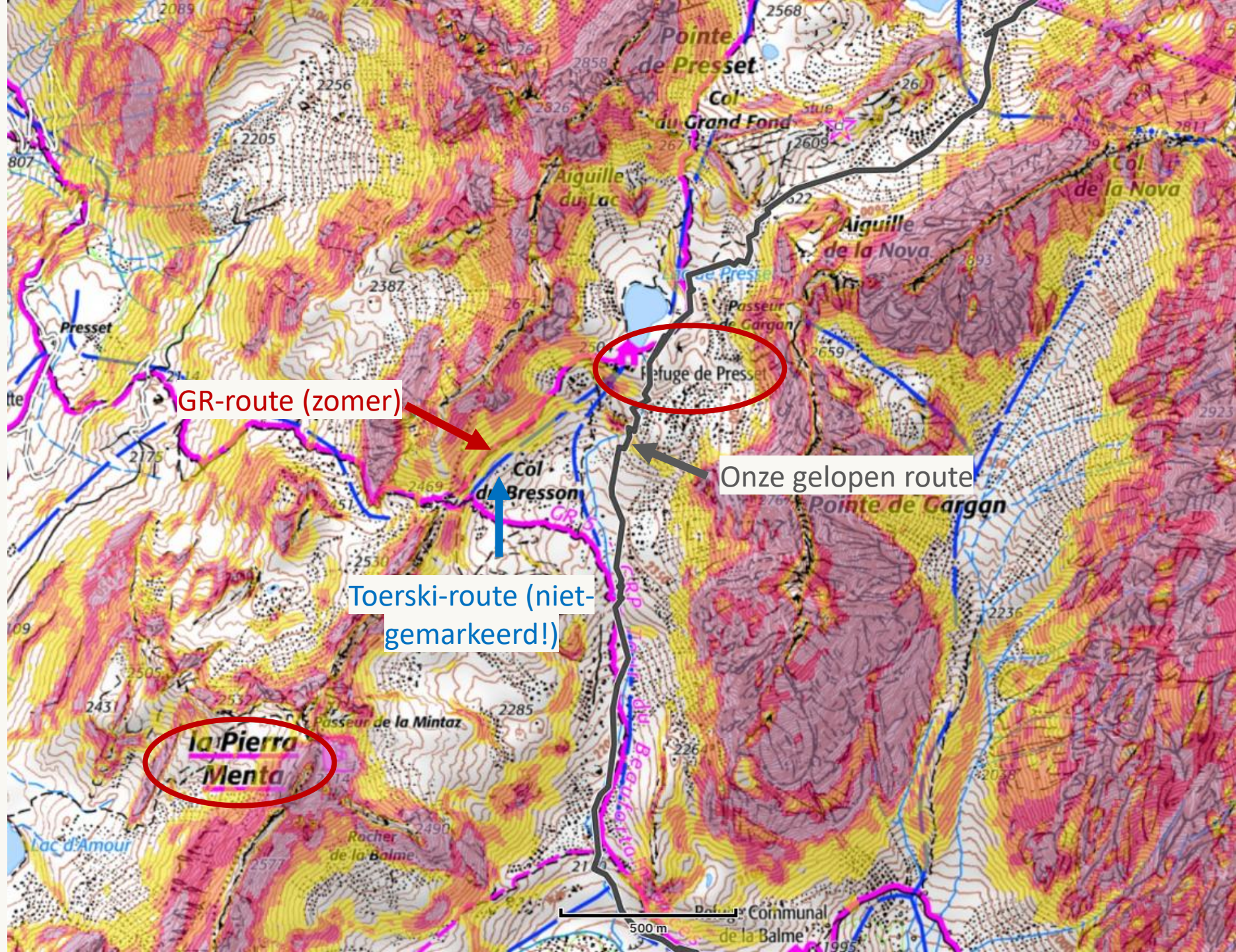
Refuge Presset
(bemand)
& Pierra Menta

Enkel mogelijk bij
lawinegevaar 1 of 2

GR-route:
Niet relevant & te steil

Toerski-route:
Te steil & traversée

Eigen route maken!







Bivakkeren

- Windvaste en sneeuwdracht tent
- Sneeuwpijketten
- Warme slaapzak (-15°C max afhankelijk van nachttemperaturen)
- Slaapmat met hoge R-waarde of combi van 2 matten
- Benzine- of gasbrander met aparte slang
- Extra voeding
- Warme donsjas







Slapen in een
sneeuwhol

Klim- en Bergsportfederatie

Workshops sneeuw- en lawinekunde

Opleiding tot zelfstandig sneeuwschoenwandelaar

- Workshops
- Stages (hutten & bivak)

Begeleide tochten (hutten)

<https://www.klimenbergsportfederatie.be/sneeuwschoenwandelen>





Klim- en 
bergsport
federatie

Nog vragen?

debbie@kbfvzw.be
www.debbiesanders.be