

***Een nieuw seizoen, een nieuw avontuur. We zijn helemaal in het begin van onze Mount Coach carrière begonnen met skiën. We weten dat de winter in de bergen zeer knap kan zijn. Maar deze winter leren we dat de bergen ook mentaal en fysiek hard kunnen zijn.***

#### IETS ANDERS DAN DE ALPEN.

Nelson, een Mount coacher van enkele lichten terug, vindt dat de winter in onze streken veel te kort is en zet daarom zijn zinnen op Noorwegen. Daar heeft hij zich gesetteld in Oppdal, een dorpje in de buurt van Trondheim. Hij vindt het daar zo fantastisch dat hij deze vreugde ook met ons wil delen en stelt zijn woning open voor zes leergierige klimmertjes. Geweldig, zo'n kans mogen we niet laten liggen. Logistiek allemaal iets moeilijker dan de Alpen maar zeker niet onmogelijk. Onze gids twijfelt eerst over deze bestemming, want hij is er nog nooit geweest. Maar hij is al snel overtuigd. Zoveel ijzige watervallen en zo weinig mensen. Ideaal lesgebied, zeker met een local die er alle goede plekjes kent. Voor ons is het, nog voor we de eerste bijl hebben geplant, al een hele beleving. De meeste onder ons hebben nog nooit zo'n soort bergen gezien. Het lijken net allemaal heuvels, alleen zijn deze heuvels dan wel 1500m hoog. Ze zien er niet super steil uit, maar er zijn wel ijswatervallen van 1000m non-stop verticale massa's ijs.

#### STILTE VOOR DE STORM.

Het is zo'n 10°C onder nul. De eerste dag gaat van start met uitleg over hoe we onze crampons goed moeten gebruiken in het ijs. Daarna leren we hoe we met de juiste slagtechniek onze ijsbijl in het ijs kunnen hakken. Als we het op de grond wat onder de knie hebben, mogen we vertrekken in de hoogte. De eerste lengtes doen we top rope, en om duidelijk te maken hoe belangrijk voetenwerk is bij ijsklimmen, moeten we de bijlen beneden laten. Na de eerste lengte maken de meeste onder ons kennis met de "screaming barfies". Dit is de omschrijving van pijn die je voelt als je afgekoelde handen plots terug hard beginnen op te warmen. Wat een helse, ongemakkelijke pijn! Je weet niet wat je overkomt, kan er niets aan doen en wil beginnen roepen ook al weet je dat dit niets gaat uithalen. Gelukkig is de pijn na een tweetal minuten weer verdwenen. Ook al leek de tijd op dat moment wel even stil te staan. De tweede dag gaan we over naar het leren plaatsen van ijsvijzen. Wat is een goede plaatsing voor mijn vijs en waar moet ik op letten. Op het einde van de dag klimmen we ook onze eerste routes voor. Allen op gemakkelijke stukken (W13).



# Mount Coach: winter is coming





#### OUT OF THE COMFORT ZONE

De temperatuur is vandaag tien graden lager dan gisteren. 'S Morgens worden er in de auto's temperaturen van  $-27^{\circ}\text{C}$  gemeten. We zijn ondertussen dag drie en hebben helaas wat minder geluk. In het gebied dat we hebben uitgekozen is zeker dertig man van het leger aan het oefenen. Gelukkig hebben de gidsen voor een plan B gezorgd. We rijden iets verder maar de aanloop naar deze locatie is toch iets verder dan verwacht. Wat op zich jammer is van de tijd, maar de prachtige natuur maakt dit al gauw weer goed. We gaan een heuvel over en zien geen wegen meer. Er ligt enkel een dikke laag sneeuw, ergens een kleine rivier en een hoop ijswatervallen. De temperatuur is in korte tijd veel gedaald. En dat zorgt voor het fenomeen "telloren". In de theorielessen hadden we hier al van gehoord en vertelde men ons dat de buitenste laag van het ijs door de koude enorm hard wordt, terwijl de binnenkant van de ijswaterval nog warmer en zachter is. Wanneer men dan met de ijsbijl goed inhakt op het ijs, komen er grote platen van het harde ijs los. Soms zo groot als een bord, of zoals de naam insinueert, 'de teloor waar ge 's ochtends je bokes met choco op smeert'. Dit maakt het allemaal mentaal wat moeilijker. Ons vertrouwen in het ijs vermindert en zorgt ervoor dat we minder secuur te werk gaan. De armen verzuren extra hard en de vijzen worden al iets rapper in het ijs gedraaid.

## HET OOG VAN DE ORKAAN

De temperaturen zijn nog steeds extreem. Gisteren hebben we allemaal mentaal flink afgezien. Een tikkeltje meer dan we vooraf in gedachten hadden. Vandaag is het hoofdmotto "meer vertrouwen kweken". Hoewel ik gisteren hard heb afgezien en het allemaal niet meer zo leuk vond, is dit vandaag wel weer veranderd. Het massief is makkelijk. Met meerdere lengtes WI4. Enkele single pitches en twee korte multi-pitches. Het ijs was nog hard, maar het ging allemaal wat vlotter en beter dan gisteren. Na lengte twee te hebben geklommen, begon ik het echt leuk te vinden. En dat had ik na gisteren eigenlijk niet verwacht. Af en toe wat verzuring in de armen maar dat hoort er bij. Na zeventig meter klimmen zijn we boven. Een ervaren ijsklimmer doet dit in twee pitches, wij hebben het in vier pitches gedaan. Maar het maakt allemaal niet uit, het is hier rustig en mooi en dat is wat telt. Het is nog steeds koud, maar de wind is gaan liggen daardoor voelt het een pak aangenamer dan de voorbije dagen.



## HET DOEL

Het eigenlijke doel van deze stage is dat iedereen in een multipitch WI4 kan voor klimmen. Vandaag staat dit dan ook op het programma. We splitsen ons in enkele groepen. Ik zit vandaag in een cordee met Bavo en Denis. De waterval is honderdvijftig meter hoog en, denk ik, verloopt ook honderdvijftig meter horizontaal. Dit maakt dat we een achttall touwlengtes voor de boeg hebben. Ik neem de eerste helft voor mijn rekening en klim telkens voorop.

*"Gisteren hebben we allemaal mentaal flink afgezien. Een tikkeltje meer dan we vooraf in gedachten hadden. Vandaag is het hoofdmotto: "meer vertrouwen kweken."*

Het begin gaat vlot, maar de moeilijkste lengte moet nog komen. Vol goede moed vertrek ik in deze lengte, na vier meter zinkt de moed me in de schoenen. Mijn armen zijn super verzuurd, ik vertrouw het ijs niet en zie nergens plaatsen om te rusten. Waar ga ik straks mijn relais bouwen? Waar moet ik die volgende ijsvijs zetten? Hoe lang kan ik hier zo blijven hangen? Al deze vragen rijzen bij me op. Maar dan hoor ik Denis zeggen: "Niet te veel nadenken over problemen die er nog niet zijn!"

En de rust keert een beetje terug. Stukje voor stukje ga ik verder. Het duurt lang. Ik ben aan het klimmen en toch merk ik dat het traag vooruit gaat. Bavo en Denis zijn ondertussen denk ik vastgevroren aan het ijs. Uiteindelijk vind ik dan toch een goede plek voor een relais, uit de vallijn en met een klein platform om te staan. Oef, even rusten en zekeren. Maar veel rust is me niet gegund want, de twee naklimmers staan in enkele minuten al bij mij... Nog één lengte en het is aan Bavo om weer voor te klimmen. Het gaat weer iets beter en ik kan er terug van genieten. Eenmaal boven in deze lengte, ben ik blij dat ik Bavo voor mag laten gaan. Ook voor hem begint het makkelijk en wordt het moeilijker tegen het einde. Maar al bij al gaat dit toch redelijk vlot. Eenmaal boven worden we beloond met een mooi zicht over de bergen en een ondergaande zon. Dit wil ook zeggen dat we ons naar beneden moeten haasten voor het donker is.

## DE ORKAAN?

Op onze laatste klimdag is de temperatuur iets gestegen, maar ook de wind is aangewakkerd. We willen een waterval beklimmen waarvan de aanloop iets groter is. We hadden de waterval enkele dagen geleden zien liggen en ze ziet er erg knap uit. Vrolijk en met veel enthousiasme gaan we ze tegemoet. Hoe hoger we komen hoe meer wind er staat. De sneeuw blaast in ons gezicht. Alles wordt ijziger en we doen onze crampons aan. We zijn nog maar een zeshonderd meter van de waterval verwijderd wanneer Denis aanmaant te stoppen. De sneeuw wordt constant van de waterval geblazen. Maar erger, nog deze waait op de grond en creëert lawinegevaar. Op onze stappen terugkeren is de boodschap. We vinden het jammer, maar hebben iets bij kunnen leren. We hebben met eigen ogen kunnen zien wat lawinegevaar inhoudt. We "kennen" de theorie wel, maar praktijkervaring hebben we duidelijk nog niet. Beneden aan de auto's maken we een plan B en beslissen om te gaan mixed klimmen. Dit wil zeggen ijsklimmen gemengd met rotsklimmen. Onze gids kent een mooie plek. We moeten zekeren vanop een bevroren rivier. Het gevoel is anders. Alles is wat delicateser en het hakwerk is iets minder brutaal. Ondanks alles is dit nog een zeer leerrijke dag geworden. ▲