

P'TIT YETI NIEUWSBRIEF

SEPTEMBER 2015

LSU - ZWITSERLAND - NOORWEGEN



Versie 1.00.001

September 2015

Lakes Sky Ultra - Zwitserland - Noorwegen

Lakes Sky Ultra

Het eerste wat ik in september uitspookte was nog eens een wedstrijdje lopen. Daarvoor trok ik terug het Kanaal over naar het Engelse Lake District. Daar werd de eerste editie van de Lakes Sky Ultra georganiseerd. De cijfertjes waren redelijk gelijkaardig aan de Schotse Glen Coe die ik in augustus liep: een dikke vijftig kilometer met ongeveer 4500 positieve hoogtemeters. Op de Iers-Britse eilanden zijn een paar interessante evoluties aan de gang met erg uitdagende wedstrijden die hier en daar de kop opsteken.

Voor de wedstrijd had het Lake District een paar weken lang stralend weer gekend. Omdat het Engeland is bleef dat natuurlijk niet duren en de dag voor de wedstrijd begon het te regenen. Die regen zou niet echt meer stoppen tot kort na de wedstrijd. Daarmee kreeg de loop direct een veel guurder tintje. Van bij de start regenjassen aan. Die start is in Ambleside en van daaruit loop je Dove Crag en Fairfield op. Erg lang duurde het niet voordat we in de mist terecht kwamen. Ik weet van eerdere gelegenheden dat het daar heel mooi is, maar daar heb ik dus niets van gezien. In tegendeel. De wind deed goede pogingen om ons de berg af te waaien en de regen veranderde af en toe eens in hagel. Daarmee was de toon gezet voor de rest van de dag. De afdaling naar de Grisedale Tarn ging ook vlot en toen werd het iets serieuzer. Recht omhoog op de flank van Dollywagon Pike. Dat voel je toch even in de kuit.



*De afdaling van Nethermost Pike
(Foto: Tina Codling)*

Eens je daar boven bent blijf je boven op de heuvels en volgt de kam tot Helvellyn. Nog steeds mist en nog steeds niets te zien. Dit is een erg vaak gewandeld stuk en je hebt er een erg breed pad. Van Helvellyn gingen we dan omlaag langs Swirral Edge. Daar krijg je voor het eerst wat lichte scrambling te verwerken. Met al die regen bleken de rotsen spiegelglad te zijn. Dergelijke passages zijn zo al niet mijn sterkste punt en als ze zo glad zijn, ben ik nog trager dan anders. Ik

werd door een paar lopers bijgehaald en voorbijgelopen die me echt verbaasd lieten staan door de snelheid die ze daar ontwikkelden. Het

kan dus om daar snel over te gaan maar vraag me niet hoe.

Na wat gepruts in de vallei moet je dan helemaal terug Helvellyn op. Deze keer gaat dat via Striding Edge. Daar zit terug wat lichte scrambling in en het was opnieuw balanceren op gladde rotsen. Met aan beide kanten een vrij indrukwekkende afgrond voor de goede orde. Bij mij ging dit toch wat beter dan de afdaling via Swirral Edge. Als je terug op Helvellyn staat moet je daar natuurlijk terug af geraken. Dit deden we via de oostgraat van Nethermost Pike. Deze afdaling was ook erg de moeite. Een paar stukken met snel gras, nog wat messcherpe graten en supersnelle screevelden wisselden elkaar af. Daarmee kom je beneden in het Grisedale en natuurlijk mag je aan de andere kant van de vallei gewoon terug recht omhoog.

Daar stond een beklimming van de Saint Sunday Crag via Pinnacle Ridge op het programma. Ik was vergeten hoe steil de flank is, maar om aan de voet van Pinnacle Ridge te komen moet je echt wel op handen en voeten omhoog kruipen als je uit deze richting komt. Aan de voet van Pinnacle Ridge volgde een erg teleurstellend moment. Door de weersomstandigheden besloot de organisatie Pinnacle Ridge (een scramble van graad III, dus zelfs droog niet evident te noemen) uit de wedstrijd te halen. Volgens mij een terechte beslissing, maar toch jammer. In plaats daarvan moesten we aan de voet van Pinnacle Ridge contouren om zo wat verder naar het noorden terug op het parcours

Binnenkomst in de laatste bevoorradings. Ik zie er behoorlijk verzopen uit. (Foto: True Mountain)



uit te komen. Met een afdaling die erg lang aanvoelde kwamen we in Patterdale terecht. Daarna volgde een hele lus rond tot het Kentmere Reservoir. Voor mij was dat een gebied waar ik nog nooit eerder was. We bleven vooral in de mist ronddwalen dus erg veel heb ik er nog altijd niet van gezien. Ik herinner me gewoon dat het allemaal veel verder was dan ik dacht.

Helemaal op het einde mochten we vanaf de Kirkstone Pass nog even Red Screes opklimmen. Die helling was afgrijselijk steil met een paar interessante scramblingstukken. Een paar daarvan waren doorheen erg gladde geulen wat met al die regenval voor een extra uitdaging zorgde. Van de top van Red Screes was het gewoon nog een snellopende grasaf-daling naar Ambleside. Daar kan je nog eens tempo maken. Uiteinde-lijk kwam ik als dertien toe na 9u22. Op dergelijke parcours helpt mijn achillespees niet altijd mee en zeker in de tweede helft heeft me dat toch behoorlijk laten vertragen. Erg sterk is mijn prestatie dus niet. Ondanks het slechte weer was het een magnifieke wedstrijd. waar ik veel plezier aan heb beleefd. Ik kan hem zeker en vast aanraden.

Zwitserland

Twee weken later moest je me in Zwitserland gaan zoeken. Samen met Siebrig werkte ik er een paar trainingen in de buurt van Luzern af. Op zaterdag hielden we het redelijk kalm en bleven redelijk laag. Uiteinde-lijk werd het een toer van een paar uurtjes op en rond de Sonnenberg.

Klimsenkapelle en Klimsenhorn genieten van wat zon tussen de mist door.



Op zondag gingen we het dan iets hoger zoeken. We liepen eens Pilatus op en af. Ook in Zwitserland was het weer niet dendierend. Het bleef de hele tijd betrokken, wat natuurlijk niet zo interessant is als je wat hoogte opzoekt. Die Pilatus is eigenlijk wel een leuke berg om op te trainen. De aanloop doorheen het bos is vrij lang, maar eens je daar boven uit komt zijn het erg steile flanken. Het deed me zelfs wat aan de Dolomieten denken.

Omhoog gingen we langs de oostkant. Daar zitten een paar erg leuke rotsige stukken, waar de kabels ter ondersteuning er niet helemaal voor niets hangen. Op veel andere plaatsen vraag ik me af waarom ze die er gehangen hebben, maar hier zag ik wel het nut ervan in. Op de top blijf je best niet te lang rondhangen. Het loopt er vol met toeristen die met het treintje omhoog zijn gekomen. Ongelooflijk hoe druk het er kan zijn.

Tijdens de afdaling kozen we dan voor een route wat meer naar het westen. Die was ook wel leuk. Hier en daar was het behoorlijk glad maar het ging nog net om er wat tempo te maken. Voor mij zijn dergelijke dingen wel eens een goede training. Bij ons kom je dat allemaal toch wat te weinig tegen op je loopparcours. Daarmee zat het Zwitsers uitstapje er ook op.

Zwerven in Noorse bossen.



Noorwegen

Vorig weekend moest je me dan weer in Noorwegen gaan zoeken. Die dagen haperde het fysiek terug wat bij mij, zodat ik me behoorlijk kalm hield. Lopen lukt wel, maar ik probeerde niet te overdrijven. Ondertussen gaat het gelukkig terug een stuk beter. Zoals gewoonlijk wanneer ik daarheen ga, liep ik een weekend rond in Østmarka. Vanaf mijn klassieke startpunt Lillestrøm liep ik eerst zuidwaarts om dan met een ruime boog op zondag uiteindelijk in Mortensrud uit te komen. Van daar kan je met metro en trein vlot terug naar de luchthaven. Voor de afwisseling had ik hier eens stralend weer. De eindeloze afwisseling van heuvels en meren was daarmee nog mooier dan altijd. Nu de herfst er aan komt beginnen vele bomen al van kleur te wisselen. Samen met een blauwe lucht en windstille dagen zorgde dat voor prachtige weerspiegelingen op het water. Je kon er zo een postkaartje van maken. Tot mijn grote schande moet ik bekennen dat dit de eerste keer van het jaar was dat ik in Scandinavië kwam, maar het was het dubbel en dik waard.



Meren en bossen, herfstpracht in Noorwegen.

P'tit Yeti Nieuwsbrief - September 2015

Tekst en foto's (tenzij anders vermeld): P'tit Yeti (Wouter Hamelinck)

Deze zijn beschikbaar onder een CC-BY-SA licentie

Indien anders vermeld: alle rechten bij de auteur en zijn toestemming is nodig voor elk gebruik

Volledig archief van alle momenteel onder deze vorm beschikbare nieuwsbrieven op <http://www.kleineyeti.be/nieuwsbrief/>

Cover foto: Herfst in Noorwegen