



## WINTER IN DE ARDENNEN (2 dagen, 149€) :

Voor wie Lapland te ver vindt, organiseren we een wintersurvival in de Ardennen. Wellicht met iets minder of zelfs geen sneeuw, maar de uitdaging en aanpassing om in de natuur te leven in (ijs)koude omstandigheden zal er niet minder om zijn.

We bekijken wat je kan doen om het leven in een koude periode zo aangenaam mogelijk te maken. Wat je allemaal kunt doen om je te wapenen tegen de kou, welke aanpassingen je moet doen om het zo comfortabel mogelijk te hebben en een warme nacht tegemoet te gaan.

### Programma (ondervoorbewoud):

#### Vrijdag:

- 19u – 20u : Aankomst in lokaal café, drankje en kennismaking.
- 20u 00 : Verplaatsing naar het kamp, innemen van het kamp.
- 21u 00 : Kampvuur avond met een snack.

#### Zaterdag:

- 07u30 ontbijt + afwas.
- 08u30 veiligheid instructie: omgaan met mes en bijl.
- 09u00 de basis voorwaarden voor het leven in koude en natte omstandigheden.
- 09u30 Onderkoeling, en hoe te handelen. Voorzorgsmaatregelen en behandeling.
- 10u30 Voorzorgsmaatregelen, kleding, isolatie en beweging
- 11u00 Overwinterbaar groeps onderkomen (bouwen en overnachten)
- 13u00 Lunch + afwas
- 13u45 Onderkomen afbouwen en klaarmaken voor de nacht.
- 15u30 Hoe een rustige en warme nacht tegemoet gaan. Slaapzak, grondisolatie.
- 16u30 Vuur maken in koude, natte en moeilijke omstandigheden, verschillende vormen en functies van vuur.
- 17u30 start koken.
- 18u30 avondmaaltijd & afwas.
- 19u30 kampvuur avond. Kom & lepel branden.

#### Zondag:

- 08u00 ontbijt + afwas.
- 09u00 Water uit sneeuw en ijs
- 09u30 onderkomen uit sneeuw en hulpmiddelen/ gebruiksvorwerpen in koude
- 10u30 Voeding in winter perioden en de voorbereiding op de winter
- 11u30 Gebruiksvorwerpen maken.
- 12u30 lunch + afwas.
- 13u30 Nood omstandigheden, noodsignalen, oriëntatie, sneeuwblindheid, etc
- 14u30 Opruimen en opbreken van het kamp. Leave no trace principe.
- 16u00 Verlaten en terugkeer naar de auto's
- 16u30 Einde.

