



## DAG NA DAG

Dit programma is een leidraad en kan lichtjes wijzigen volgens de weersomstandigheden, specialisatie en creativiteit van de instructeur(s).

### Programma dag 1: België -

Aankomst in Oslo, omstreeks de middag, bus naar Trysil - Femundsanden  
Avondmaal, kennismaking, briefing en voorbereiding van de uitrusting  
Overnachting in Drevsjo.

### Programma dag 2: Vuur

We laden de pulka's (sledes) en vertrekken op sneeuwschoenen voor een tocht naar het basiskamp. We verkennen de omgeving op zoek naar mogelijkheden om vuur aan te maken zonder moderne hulpmiddelen. We installeren ons in het kamp, organiseren een toilet, maken ons klaar voor de eerste nacht en bereiden ons eerste avondmaal. Hopelijk lukt het ons om kampvuur te maken met materiaal uit de omgeving.

### Programma dag 3: sneeuwonderdak

Inrichting van het kamp, een vuurplaats op de sneeuw en bouwen van een onderdak onder de sneeuw. We bouwen een sneeuw hut en maken alles klaar om er te overnachten.

### Programma dag 4: sneeuwschoenen maken

We starten de dag met een workshop sneeuwschoenen maken. We testen onze zelfgemaakte sneeuwschoenen tijdens een tocht.

### Programma dag 5: verdwalen en noodsituaties

We gaan aan de slag met het kompas in winters terrein en leren hoe de natuur ons kan helpen met onze oriëntatie. We leren de gevaren van de winter kennen en hoe we daarop kunnen reageren: onderkoeling, een sneeuwstorm overleven, lawinegevaar en hoe we een gewonde kunnen transporteren in de sneeuw.

### Programma dag 6: workshops

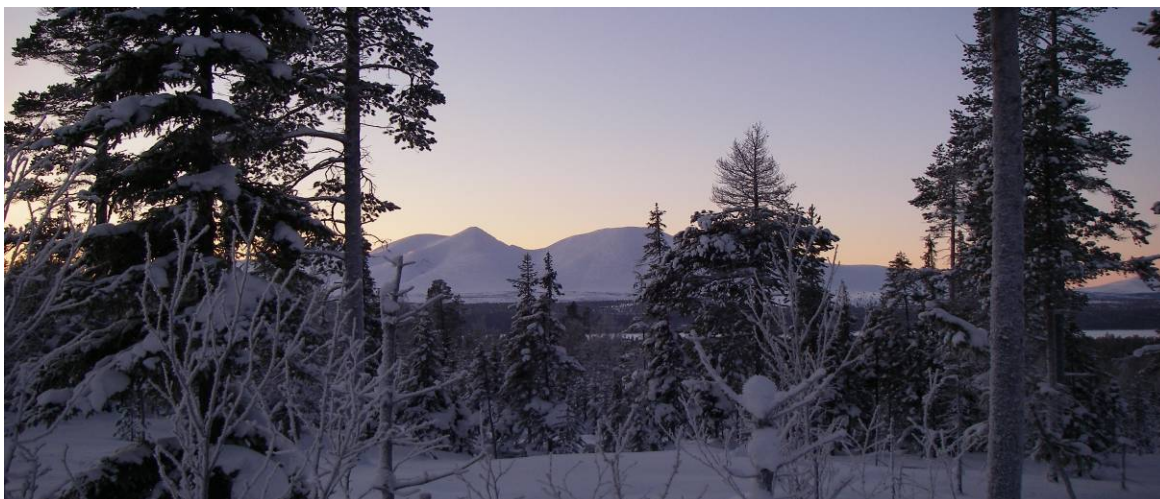
We leren nog enkele vaardigheden in onze winterse omgeving. Als de omstandigheden het toelaten gaan we vissen onder het ijs.

### Programma dag 7

Mooie trektocht terug naar gastenboerderij, gezellig diner en overnachting in comfortabele hut

### Programma dag 8

Ontbijt en vertrek met de bus naar Oslo



## PRAKTISCH

**Duur: 8 dagen/ 8 nachten - Prijs: 617€ per persoon - Min.6 max.14 deelnemers**

**Periode:** Van maandag 14 maart 2011 - maandag 21 maart 2011

**Inbegrepen:** De diensten van een NL-talige "doorwinterde" survivalspecialist en een assistent, die het hele jaar door met deze elementen "spelen" + Al het omschreven cursus en kampeermateriaal.

+ Alle maaltijden en overnachtingen ter plaatse

**Overnachting:** in tenten en in een zelfgemaakt onderkomen.

**Zeker nodig:** warme slaapzak, slaapmat, zaklamp, winterse buitenkledij, stevige/warme schoenen, rugzak, goed mes. (Een gedetailleerde lijst met veel praktische tips volgt na inschrijving)

**Wij zorgen voor:** sneeuwschoenen, slede voor bagage, rendiervel, bijltjes, kookmateriaal, tipi, shelter en bestek. Voor 85 € kan je je persoonlijk rendiervel mee naar huis nemen.

**Voorkennis:** bij voorkeur heb je onze basiscursus survival gevolgd of heb je sterke interesse voor het onderwerp en al persoonlijke ervaring met buiten kamperen. We verwachten een zeer actieve deelname aan het reilen en het zeilen in het kampleven.

**Conditie:** de echte winterse omstandigheden vergen veel energie. Behalve een gezonde normale conditie, is een positieve ingesteldheid zeer belangrijk (ook t.o.v. het kampleven in groep)

**Klimaat:** De temperaturen in de streek kunnen in maart gaan van -25°C tot 10°C ( overdag), de koude wordt hier wel beter verdragen omdat de vochtigheidsgraad veel lager ligt. Je kan je er mits een paar goede tips qua lagen en materiaal, goed op kleden. De gevoeligste lichaamsdelen zijn de handen, de voeten en het hoofd. Het is uiterst belangrijk om die goed te beschermen.

### Beschrijving van de cursuslocatie

De cursus gaat door in de provincie Hedmark in Oost-Noorwegen. Deze regio is bekend voor haar ongereptheid. Het landschap in de winter bestaat uit bergen, hoogvlaktes, bevroren meren en moerassen en rivieren. Dieren die er voorkomen zijn elanden, rendieren, beren ( maar die slapen), veelvraten,lynx, bevers, steen- en vis arenden, auerhoen, sneeuwhoen, korhoen ... .

De cursus gaat door midden in de natuur aan de rand van een bos en een bevroren meer. Een klein hutje is ter beschikking om de gemeenschappelijke maaltijden te nemen/bereiden.

De eerste en de laatste nacht verblijf je in een comfortabele hut met badkamer en echte bedden op het erf van een typische gastboerderij. Er is ook een sauna ter beschikking.

De laatste avond hebben we ook een traditioneel Noors diner voorzien in deze eeuwenoude, sfeervolle gastboerderij. Voor ons vertrek worden we ook nog op een Noors ontbijt getrakteerd.

### Maaltijden:

Tijdens deze tocht zijn de maaltijden aangepast aan winterse levensomstandigheden en kookgelegenheden. Verse groenten en fruit zijn zelden. Vers brood ook. Er wordt veel met gedroogde groenten en fruit, noten, haver en muesli gewerkt.

### Transport

1.Vlucht naar Oslo (Je kan vliegen vanuit Brussel of Amsterdam en boeken via Joker of online op [www.flysas.com](http://www.flysas.com), [www.brusselsairlines.com](http://www.brusselsairlines.com) ).

2.bus tot Trysil ( [www.nor-way.no](http://www.nor-way.no)) ca.3 u ,

3.bus van Trysil naar Femundsanden ( [www.aaeb.no](http://www.aaeb.no) ) ca 50 min.

Een van de gidsen vergezelt jullie tijdens dit traject.

Rond de middag moet je in Oslo zijn, de laatste bus met goede correspondentie naar Femundsanden vertrekt om 13:50.

De terugvlucht moet je ten vroegste om 15:00 vanuit Oslo plannen.

### Verzekering

Een bijstands en reisverzekering is in deze reis niet inbegrepen maar wel verplicht.

### Om in te schrijven

Stuur een mailtje naar [info@canad.be](mailto:info@canad.be) met je naam, voornaam, adres, email, telefoonnummer en geboortedatum. Onze reisagent zal je terug contacteren en kan je eventueel helpen voor het boeken van een vliegtuigticket.