

AFDALING

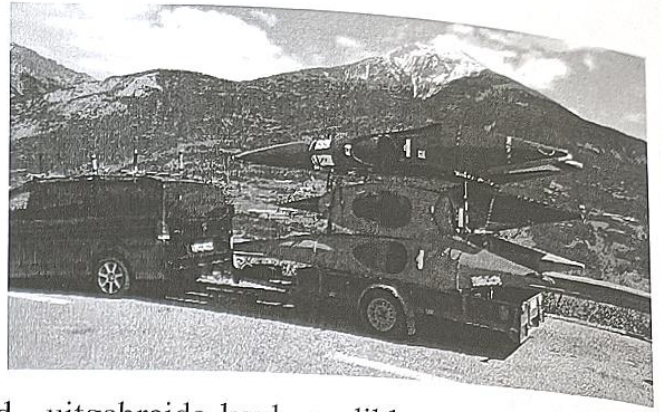
Verslag trainingsstage NWC - Durance 2019



Na een pauze van één jaar was het weer zover: De NWC paasstage op het witte sop! Op zondag 14 april spraken we om 5 uur 's morgens af te huize Verduyckt. Voor Ann en Joke was dit extra vroeg, aangezien zij slechts enkele uren eerder terugkwamen van hun vakanties in Oostenrijk en Italië. Dit jaar huurden we geen busjes, maar maakten we gebruik van de Plasmobiël en het busje van Davy.

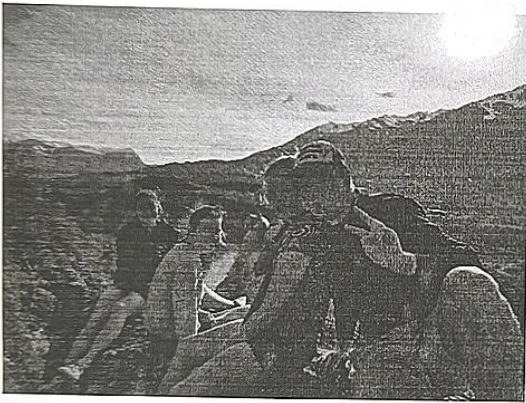
Valiezen laden, zitplaatsen verdelen, een laatste knuffel aan de mama en we waren er klaar voor: 11 personen, 2 auto's, 1 remork, 1 dakkoffer, 14 afdalers, 2 wavehoppers, 2 speelbootjes en 2 mountainbikes. Bestemming 2019: Durance! Back to the roots!!

Fast forward naar 1000 km en 13 uur later waarin niet veel spectaculairs gebeurde (Dit valt samen te vatten met: Parijs-Roubaix, gesnurk, Pensponny en dikke schijven). Tot onze grote vreugde zagen we de temperatuur onderweg continu stijgen. Aangekomen in de Region Rhône-Alpes werden de slapers achterin stilaan wakker en konden we de eerste glimpen van de Durance opvangen.



Op de bestemming werd het direct duidelijk dat Davy een topverblijf heeft geregeld voor ons. Een huisje aan prachtig meer, bergen op de achtergrond, uitgebreide keuken, dikke BBQ-pit, schoon terras, eerste indruk dik in orde! Na verdere verkenning van de kamers stond vast dat we mekaar goed gaan leren kennen deze week: we hadden namelijk maar 1 toilet voor ons 11 😊. Deze kreeg het de eerste avond al hard te verduren want na een eerste kijkje naar enkele moeilijke passages hadden sommigen toch al last van een stresskakske.

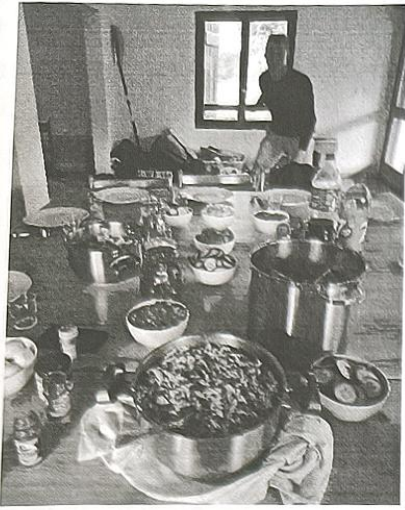
De eerste ochtend was iedereen al vroeg uit de veren en helemaal klaar om erin te vliegen. Na het ontbijt moest er eerst nog rap gewinkeld worden om voorraden in te slaan voor de rest van de week. Tot ongenoegen van onze stoere boys (Ruben en Sander) werd de rivier eerst verkend door de ervaren rotten Davy, Joke, Nick en Jan, terwijl de rest te voet naar de Ijzeren Brug wandelde. Daar konden ook zij hun bootje natmaken om het laatste stukje naar beneden te varen. En spannend dat het was! Al snel werd duidelijk dat dit toch niet hetzelfde is als een Belgisch beekje. Grotere golven, dikkere stenen en kouder water. Voor zij die al eerder op de Durance hebben gevaren was de waterstand toch wat aan de lage kant en mocht het wat wilder. De locatie van de chalet bleek ideaal te zijn, want we konden van de Durance via het meer van Embrun rechtstreeks tot ons huisje varen. Hier konden we helaas niet rustig uitvaren want de enorm sterke wind op dit meer blies ons alle kanten op, hé Ann (Misschien toch geen



ideale trainingsplaats Bart 😊). Na de middag reden we helemaal omhoog om ook het bovenste stuk eens te bekijken. Iedereen gebruikte een slechte boot of wavehopper (wat een tank) om zijn materiaal wat te sparen bij deze lage waterstand. Aangekomen bij het fameuze 'gat' of 'Rabioux' begonnen de knieën te knikken en besliste de meerderheid om enkele honderden meters te voet af te leggen. Sander, Ruben, Joke, Nick en Jan trotseerden deze golf wel terwijl de rest vanaf de oever toekeek.

De volgende dagen werd er veel gevaren (maar niet door iedereen even hard getraind) en naarmate de week vorderde steeg ook het zelfvertrouwen bij onze aspiranten en Karolien. Gelukkig zorgde het mooie weer voor meer smeltende sneeuw en dus ook voor meer water in de rivier. Op woensdag hielden we een rustdag met een bezoekje aan de markt van Embrun in de voormiddag. Hier genoten we van lokale gebakjes en kochten we 3 kg aardbeien om lekker in het zonnetje op te smikkelen. In de namiddag reden we naar een slalomparcours iets hoger op de Durance om de behendigheid en het golfgevoel te trainen (en eigenlijk om vies hard te toeristen). Hier keken Sander en Ruben al de hele week naar uit, eindelijk konden ze hun speelbootjes van de remork halen en hun kunsten tonen. Deze bleken nogal mee te vallen, maar na enkele uren proberen was er wel een merkbare progressie. Ook Jan en Nick kropen even in de kleine bootjes, waarna het lachen hen snel verging. Nick kon nog net eskimoteren, maar Jan werd verrast door een golf op zijn achterdek en moest de rest van het slalomparcours al zwemmend afleggen.



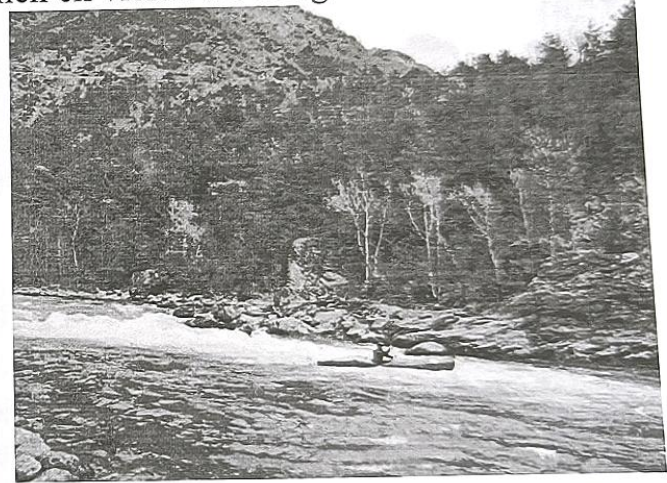


Koken deden we dit jaar zelf in onze goed uitgeruste keuken. De eerste dag genoten we van heerlijke spaghettisau, gemaakt door mama Verduyck, merci Inge!! Daarna vielen we terug op de recepten van het trainingskamp: worst met wortelstoemp, Kip met rijst en currysaus, Fish sticks met spinaziepuree, een lekkere BBQ, croqueskes en uiteraard Roncanoedeceeeeels. Al snel bleek dat niet iedereen evenveel kookkunsten had, maar iedereen droeg wel zeker zijn steentje bij!

In de nacht van woensdag op donderdag sloeg het noodlot toe: rond 2 uur werd Febe plots ziek en vomeerde ze heel haar kamer onder. Ook kleren en spullen van Jana en Ann werden niet gespaard. Hier bleef het helaas niet bij, ook de darmen kregen het moeilijk met alle gevolgen van dien. Onze eerste diagnose van een zonnesteek bleek niet te kloppen aangezien de ene na de andere ten prooi viel aan dit virus, bacterie...?

Verder gaan we hier niet veel woorden aan vuil maken, maar laten we stellen dat onze enige WC het hard te verduren heeft gehad.

Na de rustdag waren de puppies (biceps, red.) wat bekomen en vielen we terug in ons ritme van 25-30 km per dag, en nog ietsje meer voor de echten. Stilaan kwam de chrono van zaterdag dichterbij en de discussie over welk stuk we hiervoor zouden varen laaide op. Iedereen wilde natuurlijk iets naar zijn of haar sterktes. Uiteindelijk werd er beslist voor een stuk van 20 minuten, zonder het Gat. De chrono werd, niet verrassend, gewonnen door Davy. Hierna volgden Nick, Joke, Ruben, Sander, Karolien, Febe, Ann en Jana. Hanna en Jan hadden nog wat last van vloeibare darmen en konden helaas niet deelnemen. De laatste dag sloten we af met een pizzafestijn. Dit hadden we een beetje verkeerd ingeschat want we hadden nog de helft over. Gelukkig konden we hier zondagochtend en zondagmiddag nog van eten.



En toen zat de stage er weer op. Zondagochtend stonden we vroeg op om alles op te ruimen en in te laden. Dit ging zeer vlot en om 9u waren we klaar om de terugrit aan te vatten en de bergen achter ons te laten. Na opnieuw een rit van meer dan 12 uur kwamen we toe aan de clublokale waar onze ouders ons stonden op te wachten. Een dikke merci aan Davy om deze geweldige week organiseren, we kijken alvast uit naar de volgende editie!!

Eindstand zwemmers:

- Sander: 4 - Joke: 1 - Febe: 1 - Hanna: 1 - Jan: 1 - Nick: 1

-----ooooooooooooOOOOOoooooooooooo-----