

Groenland Oost

Weinig eilanden spreken zo tot de verbeelding als Groenland; de enorme ijskap, de Inuït, de hondensleeën, de ijsbergen, de zeehonden, het poollicht, de poolnacht. Sinds 1994 keert er bijna elke zomer weer een groep laaiend enthousiast terug van een zwerftocht langs met ijsbergen gevulde fjorden en met sneeuw bedekte passen. Net onder de poolcirkel kun je genieten van de eindeloze dagen want de zon gaat ’s nachts maar even net onder de horizon.

- wandelen langs het mooiste fjord ter wereld
- eindeloze dagen, alleen op de wereld
- zeventien dagen zwerven door valleien
- boottocht Kulusuk-startpunt trek & Tasilaq-Kulusuk

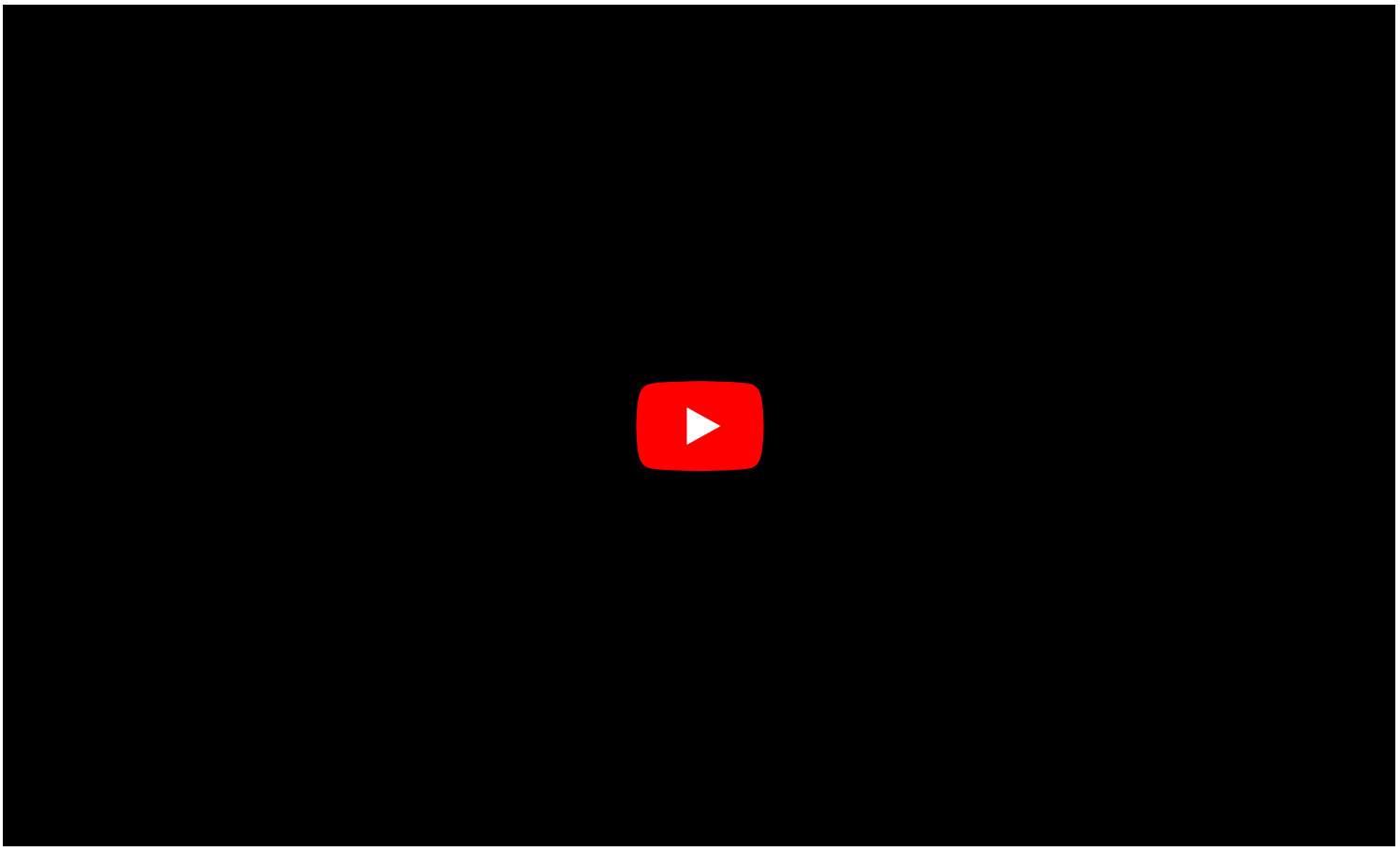
IJsbergen

Van Schiphol vliegen we naar IJsland en de volgende dag door naar Kulusuk, een eilandje voor de kust van Groenland. Tijdens de daling zie je vanuit het vliegtuig de witte ijsbergen die afsteken in het blauwe water. Na een overnachting in de buurt van het Inuït dorp varen we met een gecharterde boot zo ver mogelijk één van de fjorden in. Eenmaal aan land zal het 12 dagen duren voordat we weer in een dorpje komen. Door dit prachtige gebied zwerven we zeventien dagen door valleien, over sneeuwvelden en langs de met ijsbergen gevulde fjorden. In het avondlicht kun je voor je tent zittend genieten van een fascinerend schouwspel; de met het tij op en neer bewegende ijsbergen in het Sermalik fjord. Er is 2 à 3 meter verschil tussen hoog en laag water en soms lopen we op het strand tussen de met eb gestrande ijsklompen die een soort van beeldentuin vormen. In Tinetiqilaq kunnen we onze voorraden weer aanvullen. Nadat we ons hebben laten overvaren naar het Angmassalik eiland, eindigen we de reis na nog vier dagen lopen in Angmassalik/Tasilaq, waar je kort kennis kunt maken met de cultuur van de Inuïts.

De kans op een ontmoeting met een ijsbeer is klein, ’s nachts wordt er wachtgelopen zodat we niet plotseling oog in oog staan met deze koning van de Noordpool.

Wacht niet te lang met boeken i.v.m. beperkte capaciteit vluchten Reykjavik - Groenland. Boek minimaal 5-6 maanden voor vertrek. Vanaf 3-4 maanden voor vertrek is de kans groot dat je euro 200 of meer extra moet betalen.

Bekijk hier een korte video van deze reis!



Bekijk hier de foto`s (externe link).

Het gaat hier om een avontuurlijke reis. Er zijn diverse factoren die onderweg onze reisplannen kunnen beïnvloeden, hoe goed de reis ook is voorbereid. Dit geldt zeker ook voor deze Groenlandreis. We moeten rekening houden met `wachtdagen` in Kulusuk, waarvoor overigens een prima invulling valt te creëren. Onderstaand dagprogramma geeft de hoofdlijnen van de reis weer. De reisleider kan zich echter genoodzaakt zien om tijdens de reis verschuivingen in het geplande programma aan te brengen.

Wacht niet te lang met boeken i.v.m. beperkte capaciteit vluchten Reykjavik - Groenland. Boek minimaal 5-6 maanden voor vertrek. Vanaf 3-4 maanden voor vertrek is de kans groot dat je euro 200 of meer extra moet betalen.

dag 1 Amsterdam - Keflavik

Een rechtstreekse vlucht van zo`n drie uur brengt ons naar de internationale luchthaven van IJsland in het uiterste zuidwesten van IJsland. Zit het weer mee dan kunnen we een groot deel van Zuid-IJsland vanuit de lucht prachtig zien liggen. Per bus gaan we naar Reykjavik en overnachting daar op de camping.

dag 2 vlucht Reykjavik naar Kulusuk

Een vlucht van twee uur brengt ons vanaf het domistic airport in Reykjavik naar Kulusuk, een klein eilandje voor de oostkust van Groenland. Als het weer een beetje meezit hebben we prachtig uitzicht op de spitse pieken van het meer dan 3000 meter hoge randgebergte en op de ijskap, vanwaar reusachtige gletsjers zich een weg banen naar de fjorden en de zee. Voor de kust ligt het nog propvol met drijfijs uit de Noordelijke IJszee en met ijsbergen.

dag 3 boottransfer naar Kuummiut - kamp Tunup vallei

Met een gecharterd bootje varen we langs de ijsbergen naar het Qingertivaq fjord om er twee voedseldepots te maken. Een op de landtong bij Innatsjaat en een in het Tasilaq fjord. Het is ongeveer 2 à 3 uur varen afhankelijk van de ijsgang in het fjord. Daarna varen we in anderhalf uur naar het depotpunt in het Tasilaq fjord. In de buurt van Kuummiut start onze trek.

Afhankelijk van het tijdstip van aankomst wordt bij het landingspunt of aan het begin van het dal verderop kamp gemaakt.
Bij de uiteinden van fjorden treffen we vaak delta-achtige gebiedjes, die onderhevig zijn aan eb- en vloedbewegingen. Wollegras geeft deze delta`s een zilveren glans.

Wanneer het te hard waait kunnen we niet uitvaren en enige vertraging oplopen.

dag 4 Tunup vallei - Tasiilaq fjord

Vandaag steken we onze eerste pas over in de richting van het Tasilaq fjord. Het is meteen een spectaculaire dag met een oversteek van een gletsjer. Na een geleidelijke aanloop steken we deze over en dalen af naar het fjord. Vandaag is meteen duidelijk of je makkelijk over de keienvelden kunt lopen. Langs de oever van het fjord lopen we noordwaarts. Een of meerdere rivieren die vanaf de bergen oostelijk van ons stromen zullen we moeten doorwaden.
Bij ons kamp ligt ons eerste depot met voedsel voor de komende 6 dagen.

dag 5 Storebror kamp

Vandaag niet al te zwaar terrein met moerasachtige stukken met veel mossen en bloemen. De route gaat langs een aantal gletsjers waarvan we de soms wild stromende beken moeten oversteken waarbij we soms tot aan het middel door het water moeten. Hier en daar is een spoor van een pad, maar dat zal de volgende dagen niet meer zo zijn. Pas vlak voor Tasilaq zal dat weer het geval zijn en we zullen tot dan onze eigen weg moeten zoeken door dit woeste, maagdelijke en prachtige landschap. We kamperen in het stroomgebied van de rivier vlakbij een gletsjertong.

dag 6 pas kamp

We lopen verder door de vallei en zoeken ons eigen spoor. De roze bloemen van het breedbladig wilgenroosje bloeien uitbundig. Het geploeter door deze onaardse woestenij wordt rijkelijk beloond met uitzichten op een krans van sierlijk spitse bergtoppen, maar ook op micro-niveau valt er veel te zien. We treffen papavers, arnica, geurige tijm, gletsjerranonkels, vleesetende vetplanten, alpenroosjes, kruipwilgen, dwergberken, enz. De vorst is een krachtige eroderende factor en doet soms metershoge rotsen in tweeën splijten. Korstmossen geven de rotsen vaak felle kleuren. Ze hebben een actief seizoen dat vier keer zo lang is dan dat van de hogere planten en gedijen hier dus uitstekend. Op vochtige plekken vinden we ook felgroen mos.

dag 7 Ningerti kamp

Langs een aantal meertjes gaan we naar een pas van ongeveer 350 meter hoog. De beklimming is eenvoudig maar de afdaling gaat over blokkenvelden en is lastig. Door de moerassige rivierbedding gaan we naar het Ningerti fjord, waarin veel (een beetje afhankelijk van het moment zelf) ijsbergen drijven omdat een aantal grote gletsjers hierop uitkomt. Kamperen kan op diverse plaatsen dichtbij het fjord.

dag 8 en 9 Sermilik fjord

Het Sermilik fjord is werkelijk fantastisch. Gevuld met een oneidig aantal ijsbergen, grote, hele grote en kleintjes, blijf je er naar kijken. Het Sermalik fjord wordt aan drie kanten door de ijskap omstuwd. Het fjord wordt door enorme gletsjers gevoed met een onafzienbare stoet ijsbergen in de meest bizarre vormen, die langzaam worden voortgeduwd richting oceaan. Deze ijsbergen kunnen enorme afmetingen hebben tot wel een kilometer lengte en vele honderden meters onder het wateroppervlak. De adembenemende stilte is een waardige entourage voor dit magnifieke schouwspel totdat met groot geweld een ijsberg in tweeën splijt en door kettingreacties een ware ravage wordt aangericht.
We buigen nu naar het zuidwesten af en volgen de kust langs het fjord met hier en daar moeilijk terrein. Regelmatig handen- en voetenwerk door de rotsen. Afhankelijk van het tij waden we door het water onderlangs de tong van de Kilikilat of zullen we een weg zoeken over de gletsjertong. Bij normale weersomstandigheden zien we de indrukwekkende ijskap aan de overkant van het fjord. Onderweg kamperen we een keer voor de Kilikilat gletsjer en eenmaal net voor de afslag bij de Ilinnera. Met windstil en zonnig weer kun je `s avconds een heerlijk bad nemen tussen de ijsbergen!

dag 10 doorsteek Ilinnera en ophalen depot

Vandaag een lange dag. Nadat we eerst de Ilinnera (vallei) zijn doorgestoken naar het oosten richting Laksesoen (zalmmeer) onderaan de Solporten zetten we onze tenten op. Daarna is het nog 5 uur heen en weer naar ons tweede depot met voedsel voor 5 dagen.

dag 11 over de gletsjer

Vandaag weer een pittige dag, onze rugzakken zijn nu weer wat zwaarder door het depot voedsel. De tocht gaat over blokken, door puin, over pollen en nadat zigzag tussen de spleten door de gletsjer is overgestoken, nog een afdaling door blokken en puin naar de kampeerplaats. Rondom ons zien we gletsjer na gletsjer langs de bergwanden naar beneden komen.

dag 12 Ikaasaalaq

Vandaag gaan we door het dal eerst richting zuidwest en na het Imersivaq fjord noordwest. Het terrein gaat licht op en neer langs de rivierbedding naar een vlakke pas met net daarvoor een rivierdoorwading. Vanavond kamperen we weer aan het onovertroffen Sermilik fjord.

dag 13 Sapulik vallei

Langs de kust gaat het op en neer bovenlangs de verlaten nederzetting Paarnakajiit. Langs de delta en een paar meren lopen we zuidwaarts de vallei in, vandaag op gemakkelijk terrein. Aan de oever van het meer tussen Sapulik en het nauwe Amitsivartiva fjord maken we vanavond kamp.

dag 14 Ingnertivit kam

Vandaag een lastige klim omhoog over rotsachtig terrein dat bij droog weer goed op wrijving te belopen is, maar bij regen verraderlijk glad kan zijn. We klimmen naar het midden van de landtong en kunnen op een gegeven ogenblik aan beide zijden de fjorden zien. We blijven hoog over het schiereiland richting Tinitiqelaaq lopen en zoeken een plek waar we de tenten neer kunnen zetten en ook water is. Met mooi weer is het uitzicht onovertroffen.

dag 15 Tinitiqelaaq

Na het opbreken van het kamp lopen we in 4 à 5 uur naar Tinitiqelaaq. Tinitiqelaaq is een van de meest oorspronkelijke Groenlandse nederzettingen aan de oostkust, waarvan de inwoners nog sterk op de jacht zijn ingesteld. Het dorpje telt zo`n 200 inwoners en veel honden. Op rekken hangt de visvangst te drogen. Groenlanders beschouwen vissen overigens inferieur aan jagen en dit is dan ook slechts een nevenactiviteit. In de dorpswinkel kopen we voedsel voor de rest van de tocht en de liefhebbers kunnen hier ook een biertje kopen. We huren hier een bootje om ons morgen te laten overzetten naar Ammasalik eiland.

dag 16 Ammasalik eiland kamp

Na de overtocht met de boot krijgen we een steile klim door de rotsen en over sneeuwvelden naar 450 meter. Na een meertje komen we bij een groot vergletsjerd sneeuwveld dat we dwars oversteken. We dalen af naar de bedding van de beek waar een aantal goede kampeerplekken zijn, vlakbij een grote gletsjer die vanuit het noorden de berg af komt. Het is hier ruig en onherbergzaam en de situatie is ieder jaar anders.

dag 17 Apertivaq rivier / Mittivakkat gletsjer

Vandaag lopen we een - voor 2017 - nieuwe route. We volgen de Sermilikvejen westwaarts langs de Mittivakkat gletsjer naar de kust.

dag 18 Sermilikfjord research station kamp

Nog eenmaal dalen we af naar de oever van het Sermilik fjord en lopen langs het Sermilik research station voordat we aan de klim beginnen landinwaarts.

dag 19 aankomst Flowervallei kamp Tasiilaq stad

Vandaag lopen we verder langs een aantal meren naar de Flower Valley (Blomsturdalur) waar we ons kamp maken.

Ammassalik/Tasilaq telt 1500 inwoners en is de hoofdstad van Oost-Groenland. Het is met z`n kleurige houten huisjes schilderachtig gelegen in een decor van steil oprijzende bergwanden. Na zoveel dagen in de wildernis te hebben doorgebracht is het heerlijk je lekker warm te kunnen douchen in het badhuis (indien geopend). Er is een bakker (heerlijk brood en gebak) een kleine en een iets grotere supermarkt en een tourist office. Om in de plaatselijke kroeg annex disco binnen te komen moet je eerst gastlid worden en dan mag je erin.

Mochten we vroeg aankomen dan kunnen we de tocht afsluiten met de beklimming van de 680 meter hoge Qaqqartivakajik, met een prachtig uitzicht over de zee, de fjorden en de bergen.

dag 20 boottocht Tasilaq - Kulusuk aansluitend vlucht Reykjavik

We varen van Tasilaq naar Kulusuk, deze tocht duurt 2 á 3 uur, onderweg is er een grote kans om walvissen en zeehonden te zien.
We vliegen in 2 uur terug naar Reykjavik Airport en overnachten weer op de camping. ´s Avonds kunnen we de stad in en ons in het gezellige uitgaansleven van Reykjavik storten.

dag 21 Reykjavik - Amsterdam

`s Ochtendsvroeg rijden we naar Keflavík Airport voor onze terugvlucht naar Amsterdam.

Data

Heen	Terug	Prijs	Ticket vanaf
24 jul 2024	10 aug 2024	€ 3595 onder voorbehoud	inclusief

Boeken Optie

Wacht niet te lang met boeken i.v.m. beperkte capaciteit vluchten Reykjavik - Groenland.

Bij de prijs inbegrepen

* retourvlucht Amsterdam-Reykjavik-Kulusuk inclusief luchthavenbelasting en brandstofheffing (op basis van beschikbaarheid, indien het laagste tarief niet meer beschikbaar is volgt er een vluchttoeslag)
* boottocht Tasilaq/Angmassalik-Kulusuk
* luchthaven transfers
* alle overige (groeps-)transport per boot en bus
* Nederlandstalige reisleider
* overnachtingen in tweepersoonstenten
* kookuitrusting
* voorbereidingsbijeenkomst
* alle maaltijden tijdens de trek, vanaf de lunch op de dag van vertrek uit Kulusuk t/m de lunch op de dag van aankomst in Tasilaq
* medicijn- / EHBO-kit
* reserveringskosten
* bijdrage Reisgarantieregeling VZR Garant

Niet bij de prijs inbegrepen

* maaltijden wanneer niet op trek, gebruikelijk is om zelf te koken en inkopen te doen in de supermarkt vanuit een gezamenlijke pot.
* uitgaven van persoonlijke aard, souvenirs, frisdranken en alcoholica
* reisverzekering (met bergsport/bijzondere sporten clausule) en annuleringsverzekering
* toeslag eenpersoonstent € 95,--
* wijzigingskosten € 35,--
* vervoer naar en van Schiphol

Groepsgrootte

Minimaal 7 reizigers
Maximaal 12 reizigers

Klimaat

De naam Groenland suggereert een mild en aangenaam klimaat. Dit is maar ten dele het geval. Het gedeelte van Groenland waar wij onze trek lopen ligt net beneden de poolcirkel. De gemiddelde julitemperatuur aan de kust bedraagt 7 graden Celsius met uitschieters naar 17 en 3. Op warme dagen kan het 20 graden of zelfs iets meer worden. Dat lijkt niet zo bijzonder maar het is ideaal wandelweer. `s Nachts daalt de temperatuur maar beperkt, omdat het dan grotendeels licht blijft. In de hoger gelegen delen van het binnenland zijn de dag- en nachttemperaturen enkele graden lager dan op zeeniveau. Op onze hoogste kampeerplekken bij de ijskappen (800-900 m) daalt de temperatuur `s nachts soms even onder het vriespunt.

De hoeveelheid neerslag in juli en augustus valt mee. Dagen waarop onafgebroken de zon schijnt zijn echter vrij zeldzaam in Groenland. Verder is er natuurlijk de wind. Door de nabijheid van de enorme ijskap kunnen er valwinden ontstaan, de zogenoemde ‘pitoraks’, die een vernietigende werking kunnen hebben op de nederzettingen en zeker onze tenten. Het kan noodzakelijk zijn om `s nachts de tenten af te breken indien de kans bestaat dat ze door de storm kapot waaien.
Natuurlijk zijn er ook muggen! Met wind heb je er geen last van, maar bij windstil weer kunnen ze behoorlijk irritant zijn.
Tot slot wordt het in de Groenlandse zomer nauwelijks donker. Dit geeft grote vrijheid in de tijdsbesteding.

Paklijst

Paklijst / uitrustingKampeeruitrusting die wordt verzorgd door Nunatak:
- twee of eenpersoonstenten
- branders, kooktoestellen en accessoires
- pannen, voorraaddozen en ander keukengerei
- bestek, mok en bord (lichtgewicht en onbreekbaar).

Hieronder vind je een paklijst voor de rugzaktrekking naar IJsland. Uit de uitgebreidheid van onderstaande lijst valt op te maken dat we veel belang hechten aan een goede keus van mee te nemen kleding, uitrusting e.d. Het is echter niet noodzakelijk om nieuw aan te schaffen. Vaak kan volstaan worden met artikelen die al in je bezit zijn en min of meer aan de gestelde eisen voldoen. De laatste dingen om op te bezuinigen zijn goede schoenen, uitstekende wind- en regenkleding en een slaapzak / mat van goede kwaliteit.

Kleding
~ Ondersokken/sokken/kousen 2 paar
~ Ondergoed
~ Thermo ondergoed
~ T- shirts
~ Fleece vest
~ Body warmer
~ Korte broek
~ Trekking broek
~ Regenjas (Gore-tex)
~ Regenbroek (Gore-tex)
~ Gamaschen
~ Onderhandschoenen
~ Handschoenen
~ Wandelschoenen
~ Sandalen of gympen
~ Pet/shawl/muts

Slaapspullen
~ Slaapmatje
~ Slaapzak
~ Lakenzak
~ Opblaaskussentje
~ Waterdichte slaapzakhoes

Diversen
~ Elastiekjes [dikke]
~ Zakmes
~ Snacks / trailfood als opkikker voor onderweg
~ Zitlap
~ Plastic zakken
~ Plunjebaal of flightbag met hangslotje
~ Rugzak min. 65-70 liter
~ Fototoestel
~ Siggfles of plastic fles
~ Spanbandjes

~ Zonnebril / gletsjerbril
~ Rugzakhoes
~ Anti muggenolie
~ Reserve bril / lenzen
~ Loopstokken

Toiletartikelen
~ Zeep
~ Shampoo [klein flesje]
~ Tandenborstel
~ Tandpasta
~ Lip care
~ Klein doosje nivea of uiercrème
~ Zonnebrand
~ Kam of borstel
~ Toiletpapier
~ Dunne handdoek

Persoonlijke medicijnen
~ Iboprufeen 400mg
~ Paracetamol
~ Sporttape
~ Second skin
~ Sterilon
~ Pleisters
~ Zovirax

Papieren
~ Paspoort
~ Reisverzekering
~ Ziektekostenverzekering
~ Geld
~ Waterdicht documentenmapje

Hieronder vind je een toelichting op de paklijst voor de rugzaktrekking naar Groenland.

Het maximale gewicht dat men mee kan nemen is 12,5 kilo p.p. exclusief handbagage; het spreekt voor zich dat ieder een selectie maakt uit volgende lijst.

I Rugzak en verpakkingsmiddelen
II Schoeisel
III Kleding
IV Slaapzak e.d.
V Diverse gebruiksartikelen
VI Toiletartikelen
VII Middelen ter bescherming van huid, ogen e.d.
VIII Voor verwondingen, ziekte etc.
IX Fotoapparatuur
X Overig

I. Tassen, rugzak e.a. transport verpakkingsmiddelen
- een stevige grote (minimaal 65 liter) rugzak

- klein dagrugzakje (als handbagage tijdens de vliegreis)
- een aantal nylon of pvc zakken, bij voorkeur met sluiting en in verschillende kleuren, deze maken het mogelijk je rugzak te organiseren, tevens om je spullen min of meer waterdicht te verpakken
- portemonnee, heuptasje,heupgordel of etui met koord voor kostbare papieren zoals paspoort, verzekeringspapieren, geld, vliegticket e.d.
- tas voor fotoapparatuur.

II. Schoeisel
een paar stevige bergschoenen, minimaal categorie B/C:
*goed profiel en stevige zool
*bij voorkeur hoge schacht voor bescherming en steun van de enkels
*goede pasvorm (ook bij dikke sokken)
*redelijk ventilerend en waterdicht (goretex etc.); een paar sportschoenen en/of all terrain sandalen (Teva etc.), te gebruiken bij doorwadingen van beken en rivieren en rond de tent. In ieder geval licht van gewicht, sneldrogend, goed profiel

Verder kan gedacht worden aan middelen om schoenen waterdicht te houden (leervet, snowseal etc.), extra veters en gamaschen.

III. Kleding
- wind/regenkleding (van uitstekende kwaliteit), licht gewicht en goed ventilerend of ademend (denk aan goretex, mpc, etc.)
- 2 lange broeken: ruimzittend, sterke kwaliteit, donker van kleur en sneldrogend (een spijkerbroek minder bruikbaar en een trekkingbroek uitstekend); wellicht warme joggingbroek.
- diverse T shirts en warmteondergoed (lange mouw)
- 1 of 2 fleeces
- ondergoed
- (dunne) handschoenen
- muts en shawl
- sokken, diverse soorten dunne en dikke; het beste is de combinatie van een synthetisch binnenpaar en dik buitenpaar van 60% wol en 40% kunststof.

Voor doorwadingen op Teva sandalen adviseren wij neopreen duikers sokken. Enerzijds beschermen deze je voeten tegen het koude water, anderzijds tegen scherpe keitjes in de snelstromende beken.

IV. Slaapzak e.d.
- goede kwaliteit slaapzak met vulling van dons of kunststof; de slaapzak moet voldoende warmte bieden bij temperaturen rond het vriespunt; eventueel een lakenzak
- slaapmatje. Goede isolatie, tegen optrekkende koude vanonder op dit is m.n. bij donzen slaapzakken van belang, ligcomfort, bij kamperen op rotsige en/of oneffen grond.

V. Diverse gebruiksartikelen
- zakmes
- waterfles
- zitmatje (vochtwerend,isolerend en licht van gewicht).
- muskieten netje

VI. Toiletartikelen
- zeep, bij voorkeur desinfecterend, fosfaatvrij en biologisch afbreekbaar
- shampoo, douchegel (zie hiervoor);
- handdoek, donker van kleur en niet te dik/groot i.v.m. snelle droging;
- maandverband, toiletpapier, scheergerei;

- verder wat een ieder zoal noodzakelijk acht.

VII. Middelen ter verzorging en bescherming van huid, ogen etc.
- zonnebrandmiddel
- goede zonnebril/gletsjerbril, ter bescherming tegen uv-straling ook met koord zodat hij niet bij plotselinge bewegingen kapot valt
- bril of lenzen maar in beide gevallen een reservebril
- brillenkoker, lenzendoosje en schoonmaakspullen
- blistex of andere lippenbescherming
- handcrème

VIII. Voor verwondingen, ziekte etc.
- elementaire EHBOset: hansaplast, leukoplast, steriel gaas, betadine etc.,
- specifieke medicijnen voor persoonlijk gebruik
- paracetamol (alg. koortsverlagend, pijnstillend)
- sporttape of breed leukoplast
- eventueel steunverband voor enkel en/of knie;
- eventueel second skin tegen blaren en schaafwonden (Compeed, Duoderm of Spenco);
- voor de spieren: SRLgelei (homeopathisch); in mindere mate tijgerbalsem of Midalgan;
- Arnicazalf tegen zwellingen, verstuikingen en gewrichtspijn.

IX. Diversen
- favoriete snack / trailfood als opkikker voor onderweg. Neem een snack per dag mee, suggesties: chocolade, muesli- of energierepen, ontbijtkoek, kruidkoek en vergelijkbare alternatieven, noten, gedroogd fruit, sultana`s. Heb je tussendoor meer energie nodig, dan kun je meer meenemen, maar bedenk wel dat je alles zelf moet dragen. Kijk naar lichte energierijke snacks.

Maaltijden

Bijna alle maaltijden tijdens de reis zijn inbegrepen, met uitzondering van de maaltijden in Reykjavik, Kulusuk en Angmassalik. Tijdens de trek zal gebruik gemaakt worden van uit Nederland meegebrachte basisingrediënten en voorraden. Het spreekt voor zich dat de maaltijden qua hoeveelheid en calorieën aangepast zijn aan de fysieke inspanningen en aard van deze reis.

Overige reisinformatie

1. Benodigde reisdocumenten:
- paspoort geldig tot 3 maanden na verblijf
-voor IJsland/Groenland geldt geen vaccinatieplicht
-vliegtickets ontvang je op Schiphol op de dag van vertrek.
2. Max. toegestane hoeveelheid bagage in het vliegtuig: 12,5 kg rugzak + handbagage met zware en breekbare zaken zoals foto apparatuur. Bedenk dat er tenten en voedsel meegaan uit NL.
3. Geldmiddelen:
Het overgrote deel van de direct noodzakelijke uitgaven op IJsland en Groenland is bij de reissom inbegrepen: denk aan alle interlokale vervoer, alle overnachtingen volgens programma en bijna alle maaltijden. Niet inbegrepen zijn de uitgaven voor consumpties onderweg, de maaltijden in Reykjavik, Kulusuk, Angmassalik, souvenirs e.d. Omdat IJsland/Groenland een zeer duur land is moet je excl. souvenirs in ieder geval op een bedrag van € 150,-- rekenen.

Op de vliegvelden kun je pinnen of Euro’s omwisselen in kronen. Het is handig om voor onverwachte uitgaven altijd wat contant geld bij je te hebben. Dit kan in de vorm van Euro’s. Het gebruik van creditcards is in IJsland en Groenland wijdverbreid en populair.

Verzekeringen

Het afsluiten van een adequate (bergsport)reisverzekering stellen wij verplicht. Een annuleringsverzekering raden wij sterk aan. Beide verzekeringen kun je regelen via ons of via je eigen verzekeringsmaatschappij. Indien de reisverzekering wordt afgesloten via derden dan dien je voor vertrek volgende gegevens door te geven, bij welke verzekeringsmaatschappij je verzekerd bent, je polisnummer en het alarmnummer. Mocht zich tijdens de reis een probleem voordoen dan kunnen de reisleiding en Nunatak snel handelen.

Categorie trekking 4 en categorie rugzak 2

De dagtrajecten op de rugzaktocht hebben een gemiddelde lengte van 15 tot 20 km die je overbrugt in 5 tot 10 uur lopen. Er wordt in rustig tempo gelopen, zodat we de tijd hebben om te genieten van de indrukwekkende natuur om ons heen. Tevens zijn er enkele halve rustdagen. Vanuit het kampement kunnen we de omgeving nog wat verder verkennen.

De stijging of daling per dag is - gerekend van kamp tot kamp - vaak niet meer dan enkele honderden meters, maar op enkele dagen kan dit oplopen tot 500 meter stijging en/of daling per dag of zelfs iets meer. De hoogteverschillen zijn echter slechts voor een beperkt deel bepalend voor de zwaarte van de rugzaktocht. Het meest bepalend is de terreingesteldheid in combinatie met het rugzakgewicht en verder ook het weer.

De gehele route is crosscountry en loopt over puin, blokken velden, sneeuwvelden, moeraspollen, gletsjertongen en rotsplaten. Paden zijn er niet. Wel zijn er routes die `s winters door hondesleden worden gebruikt. Deze hondenslederoutes zijn `s zomers in het terrein wel traceerbaar, maar fysiek amper zichtbaar.
Het zwaarst is wellicht het lopen in gebieden, waar je met volle bepakking op moet springen van pol naar pol om vooruit te komen.
Onderweg doorwaden we een aantal ijskoude gletsjerrivieren. Meestal is de doorsteek kort en reikt het water niet meer dan kniehoog, een enkele keer tot middelhoogte.
Het kan zijn dat er op een paar plekken sprake zal zijn van eenvoudig klauterwerk met gebruik van handen en voeten (geen klimmen!).

Gezien de zwaarte van de tocht is het zaak om het rugzakgewicht zoveel mogelijk te beperken. Wat betreft persoonlijke uitrusting denken we aan een maximum van 12 kg. Daar komt nog bij het extra gewicht van de Nunatak-uitrusting (tenten en kookpullen) en lichtgewicht voedsel.

Tussendoor is er een voedseldepot en een keer hebben we de mogelijkheid in een winkel voedsel te kopen. We moeten er dus van uitgaan dat we voedsel en brandstof voor een periode van maximaal 7 dagen mee moeten dragen plus nog wat reserve. Daardoor kan het extra rugzakgewicht oplopen tot ± 12 kg. Totaal moeten we dus rekenen op een rugzakgewicht tijdens de eerste dagen van ± 22 kg. Gaande de tocht wordt dat gewicht minder. Tot slot speelt de wisselvalligheid van het weer een belangrijke rol bij de zwaarte van de tocht. Zie hiervoor het gestelde onder het kopje `klimaat`.

Tijdens de rugzaktocht zijn we geheel op onszelf aangewezen. De maaltijden worden door de deelnemers klaargemaakt. We verwachten van de deelnemers een coöperatieve instelling. De tocht vraagt een uitstekende conditie en een flinke portie doorzettingsvermogen. Ervaring met rugzaklopen is absoluut vereist.

’s Nachts wordt er om tourbeurt wachtgelopen als bescherming tegen een eventueel ongewenst bezoek van een ijsbeer. Dit wachtlopen maakt de tocht extra zwaar; het is koud ’s nachts en je geduld wordt aardig op de proef gesteld. Elke groep draagt een geweer mee. In geval van nood heeft de reisbegeleider een satelliettelefoon bij zich.