

Last Update : September 02, 2011

WAARSCHUWING - GA NIET ONVOORBEREID NAAR EENZAME GEBIEDEN !!

Op onze site beschrijven we veel prachtige gebieden die vaak niet eenvoudig bereikbaar zijn. Als je deze gebieden wilt bezoeken, is het belangrijk om een aantal regels in acht te nemen. De opsomming hieronder is zeker niet bedoeld als een diepgaande handleiding, we hopen wel dat het de lezers van onze site bewust zal maken van de mogelijke gevaren die verbonden zijn aan het autorijden via eenzame dirtroads en het hiken door onherbergzame of bijzonder warme gebieden.

VOORBEREIDINGEN THUIS

Informatie verzamelen

Zoek voor je reis zoveel mogelijk informatie op over de dirtroads die je wilt gaan rijden en de trails die je wilt gaan lopen. Sla die informatie op in een bestand dat je uit kunt printen en mee kunt nemen.

Informatie over de route

Noteer de afstanden, let op of die in mijlen of in kilometers worden aangegeven, en kijk ook goed of er wordt gesproken over een **totale** afstand of over een **enkele** afstand. Wordt er duidelijk aangegeven waar je links, rechts of juist rechtdoor moet? Waypoints kunnen een belangrijke hulp zijn. En ook herkenningspunten, zoals een corral, een waterput, een specifieke rots of boom, kunnen belangrijk zijn.

Informatie over de conditie van de weg of de trail

Erg belangrijk is de informatie over de ondergrond van de weg of de trail, krijg je te maken met los zand, een rotsachtige bodem, leem of gravel?

En hoe zit het met hoogteverschillen, steile hellingen, afgronden, washes waar je doorheen moet rijden of lopen? Is er schaduw, of loop je steeds in de volle zon?

Houd er rekening mee dat de informatie die je leest niet altijd de juiste situatie weergeeft:

Wie heeft de informatie op internet gezet? Een ervaren dirtroadrijder of hiker kan misschien schrijven dat een route heel eenvoudig is, maar dat hoeft nog niet te betekenen dat dat voor een onervaren reiziger ook zo zal zijn.

Kijk ook wat voor een auto is gebruikt door degene die een route op internet beschrijft, de auto's die Amerikanen zelf gebruiken zijn meestal veel beter geschikt voor lastige routes dan de huurauto die je van Alamo, Hertz of andere verhuurmaatschappijen mee krijgt.

De beschrijving die je op internet vindt is altijd **een momentopname**. De conditie van een weg of een trail kan verslechteren door bijvoorbeeld een wash-out of slecht onderhoud. Dat iemand een route op een bepaald moment als goed begaanbaar beschrijft wil dus niet zeggen dat dat op een later tijdstip ook nog zo is.

Weersomstandigheden in de gaten houden

Houd in de weken voordat je op vakantie gaat goed bij hoe het weer is in het gebied dat je gaat bezoeken. Veel regen of sneeuw betekent dat de dirtroads en trails in slechtere conditie verkeren dan normaal.

Last Update : September 02, 2011

Aankopen

Schoenen en sokken

Laat je bij je keuze voor wandelschoenen adviseren door een speciaalzaak, let er vooral op dat de zolen veel grip bieden en dat je enkels beschermd worden. Goed passende sokken die geschikt zijn bij hoge temperaturen zijn ook zeer belangrijk. Koop de schoenen ruimschoots voordat je op reis gaat, zodat je ze thuis al in kan lopen.

Kleding

Als je gaat hiken in warme gebieden, gebruik dan UV-werende kleding die het hele lichaam bedekt (dus: lange mouwen en lange broekspijpen!). Let op: UV-proof of UV-bestendig is niet voldoende, de kleding moet dus **UV-werend** zijn. Draag ook een hoed met een brede rand.

GPS

Een goede GPS is onmisbaar. Kijk hieronder bij het kopje 'navigatie'. Neem voldoende reservebatterijen mee.

Satelliettelefoon

Houd er rekening mee dat je met een gewone mobiele telefoon geen bereik hebt. Een satelliettelefoon is erg duur, maar het geeft je wel de zekerheid dat je iemand kan bereiken als je hulp nodig hebt. Je kan er ook voor kiezen een satelliettelefoon te huren.

Rugzak / heuptas

Bedenk vooraf hoeveel je mee zult nemen tijdens je hike, en stem de grootte van de rugzak daarop af. Let er op dat je rugzak voldoende ventilatie heeft (weinig contactoppervlakte met je rug), en dat de banden zodanig versteld kunnen worden dat de rugzak bij jouw lengte past.

Voor kortere hikes zijn heuptassen zeer geschikt, let er ook hier op dat er voldoende opbergruimte is (met name voor waterflessen) en dat de banden goed aangetrokken kunnen worden.

Overige benodigdheden

- bottle cooler
- koelbandana
- zaklamp + batterijen
- zonnebril
- ehbo-kit
- zakmes
- lichtgewicht regenponcho

Navigatie

Een goede GPS (met kompas) is absoluut onmisbaar als je gaat rijden of lopen in gebieden waar het vinden van de juiste route lastig kan zijn. Natuurlijk is het heel handig als je met behulp van die GPS je doel kan vinden, maar dat is niet de voornaamste reden waarom het gebruik ervan wordt aangeraden: **Het belangrijkste doel van de GPS is dat je je beginpunt terug kunt vinden!** Zorg er dus voor dat je de GPS aanzet op het moment dat je aan je dirtroadrit of aan je hike begint.

Last Update : September 02, 2011

Zorg dat je goed met de GPS om kan gaan, oefen er thuis al mee. Er zijn verschillende manieren waarop waypoints worden aangegeven, kijk goed welke notatie is gebruikt. Zet de verzamelde waypoints thuis al in Google Earth, op die manier kan je checken of de dirtroads inderdaad daar lopen waar je ze volgens de waypoints kan verwachten.

Vertrouw niet enkel en alleen op je GPS, je moet in geval van nood ook zonder de GPS de route terug kunnen vinden. Neem dus tijdens de rit / de hike altijd de informatie mee die je thuis al had verzameld. Draai je tijdens de heenweg regelmatig om en kijk achter je, onthoud de herkenningspunten die je op deze manier ziet. Neem er ook foto's van!

Belangrijk: zorg dat je tijdens elke dirtroadrit en tijdens elke hike extra batterijen voor je GPS meeneemt.

Diversen

Reserveer tijdig een SUV, helaas is het niet mogelijk om gegarandeerd een SUV met high clearance en vierwielaandrijving te reserveren.

Probeer eventueel andere reizigers te vinden die dezelfde plannen hebben als jij, als je met twee auto's een bepaalde route kunt gaan rijden is dat veel veiliger dan wanneer je slechts één auto hebt.

Maak een checklist van de spullen die je nodig hebt als je gaat dirtroadrijden of gaat hiken.

Zorg dat je conditie op peil is: plan geen zware wandelingen als je thuis weinig of niet loopt.

VOORBEREIDINGEN IN DE USA

Het ophalen van de huurauto

Controleer bij het autoverhuurstation of de auto aan de volgende eisen voldoet:

- de banden moeten een goed profiel hebben;
- kijk in de achterbak of onder de auto of er een goede reserveband aanwezig zijn (zelf kijken dus, niet alleen maar aan de medewerker van de autoverhuurmaatschappij vragen of er een reserveband aanwezig is!);
- de reserveband is soms lastig los te maken, kijk bij het ophalen van de auto al hoe je de band los kan krijgen;
- kijk ook of er een krik aanwezig is, zorg dat je weet waar die ligt;
- de auto moet voldoende high clearance hebben (bodenvrijheid)
- de 4WD-functie van huurauto's wordt door de verhuurmaatschappij soms uitgeschakeld, let er op dat dit bij de auto die je meekrijgt niet het geval is;
- let er ook op dat de Low Gear-functie werkt, dit is belangrijk bij het rijden door los zand.

Informatie inwinnen

Vraag waar mogelijk na of er actuele informatie bekend is over de conditie van de weg of de trail, bijvoorbeeld bij een kantoor van de BLM (Bureau of Land Management).

Last Update : September 02, 2011

Weersomstandigheden in de gaten houden

Houd ook tijdens je reis zelf voortdurend bij of het in de dagen voordat je een bepaalde route wilt gaan rijden, op die plek heeft geregend of gesneeuwd.

Zeer belangrijk: Kijk naar de weersvoorspelling voor de dag zelf, ga niet naar afgelegen gebieden toe als er slecht weer wordt voorspeld!

Aankopen

Een van de voornaamste aankopen die je tijdens je vakantie doet, is een goede **koelbox**.

En verder:

- ijs voor in de koelbox
- veel water, neem méér water mee dan dat je nodig denkt te hebben, zorg dat je na afloop van een hike koud water in de koelbox hebt
- sportdrank (electrolyte)
- eten dat je mee kan nemen tijdens de hike
- extra eten in de koelbox
- zonnebrandcrème
- grote handdoeken of andere materialen waarmee je een schaduwplek kunt creëren

Diversen

- Indien mogelijk, laat dan iemand weten waar je heen gaat, en hoe lang je weg zult blijven. Meld je dan wel af na afloop van je trip.
- Als er bij de trailhead een trailregister staat, maak daarvan dan zeker gebruik.
- Zorg dat de benzinetank van de auto vol is.
- Maak kort voor je op pad gaat de bottle cooler en de koelbandana flink nat.

DIRTROAD RIJDEN

Controleer voordat je gaat rijden met behulp van de checklist die je thuis al gemaakt hebt of je niets bent vergeten.

Kosten bij schade

In de voorwaarden van het contract van de autohuur staat dat het **niet is toegestaan** om over onverharde wegen te rijden. Dit geldt voor alle auto's, dus ook voor Jeeps of andere SUV's. Als je toch van de verharde weg gaat, dan is de verzekering van je huurauto **niet geldig**. Dit betekent dat, als er schade aan de auto komt, alle kosten daarvan voor eigen rekening zijn. Ook eventuele sleepkosten zullen door jou zelf moeten worden betaald, deze kosten kunnen hoog oplopen.

Geschikte Jeep huren

Op sommige plekken (bijvoorbeeld in Moab, Death Valley, Page en Sedona) kan je Jeeps huren waarmee je wel over onverharde wegen mag rijden. Het huren van zo'n Jeep is duur, maar het heeft wel drie belangrijke voordelen. Ten eerste: je rijdt met zo'n Jeep niet onverzekerd rond. Ten tweede: een dergelijke auto is – vooral dankzij de goede banden – veel beter geschikt voor het dirtroadrijden dan een SUV die je bij een gewone autoverhuurmaatschappij meekrijgt. En bovendien: je krijgt vaak een

Last Update : September 02, 2011

zogenaamde Satellite Tracker mee, een apparaat waarmee de verhuurder kan zien waar je je bevindt. Op zo'n Tracker zit meestal een Help-button, als je die knop indrukt worden de coördinaten van de plek waar je je bevindt via email naar de verhuurder gestuurd.

Gevaren tijdens het rijden

Problemen met het vinden van de juiste route: In sommige gebieden ligt een heel netwerk aan kleine zandwegen, zorg ervoor dat je altijd de weg naar de verharde weg terug weet te vinden door meteen al vanaf het begin de GPS in te schakelen en de gereden route vast te leggen.

Los zand: Vooral na een langdurige droge periode kan een dirtroad zeer zanderig zijn, op dergelijke passages kan de auto vast komen te zitten. Het kan voorkomen dat je, als gevolg van een zandstorm, op wegen die verder goed berijdbaar zijn een onverwachte opeenstapeling van los zand tegenkomt.

Water: Dirtroads worden vaak doorkruist door kreekjes, rijd nooit zomaar door zo'n kreekje heen. De bodem kan modderig zijn, of juist heel rotsachtig.

Hoge middenberm: Door diepe wielsporen links en rechts kan in het midden van een dirtroad een hoog gedeelte ontstaan, je loopt dan het risico dat de auto 'high centered' raakt (op de bodemplaats vast komt te zitten).

Rotsachtige ondergrond: Ook bij het rijden over een ongelijke rotsbodem is het gevaar aanwezig dat je de onderzijde van de auto beschadigt.

Rotspunten: De banden van een standaard huur SUV zijn niet geschikt voor het rijden over een weg met veel scherpe rotspunten, het gevaar op lekke banden is op sommige dirtroads vrij groot. Vooral als er lavapunten in de ondergrond zitten, is het risico daarop ruim boven gemiddeld.

Leem: Een dirtroad die bestaat uit leem kan door een regenbui heel snel veranderen van makkelijk berijdbaar naar absoluut onbegaanbaar (ook voor vierwielgedreven auto's!)

Afbrokkelende wegkanten: sommige wegen worden slecht onderhouden, let er vooral als je langs afgronden rijdt goed op dat de wegkanten niet afbrokkelen.

Als het toch mis gaat

Over het algemeen wordt geadviseerd om **bij de auto te blijven** als je onverhoopt ergens strandt. Ga zeker niet lopen in de brandende hitte! Hulpverleners kunnen een auto veel eenvoudiger vinden dan een persoon, bovendien is het – met het oog op spinnen, slangen ed. - veiliger om 's nachts in de auto te verblijven. Als je genoeg benzine hebt, kan je vaak nog 1 à 2 dagen de airconditioning van de auto gebruiken. Als je 's nachts lichten ziet, ga er dan niet zonder meer van uit dat je daar naar toe kunt lopen voor hulp. De afstanden kunnen heel bedrieglijk zijn.

Tip: Steek de reserveband in brand, de zwarte rook trekt misschien iemands aandacht.

HIKEN IN EENZAME GEBIEDEN

Controleer voordat je gaat lopen met behulp van de checklist die je thuis al gemaakt hebt of je niets bent vergeten. Zorg er vooral voor dat je de GPS bij je hebt, en veel water! De hoeveelheid water die je mee moet nemen is vooral afhankelijk van de moeilijkheidsgraad en de verwachte duur van de hike, en van de temperatuur. Als vuistregel kan je aanhouden dat je 4 liter per persoon per dag mee moet nemen. Zorg er voor dat in de auto ook nog ruimschoots voldoende gekoeld water aanwezig is.

Last Update : September 02, 2011

Weersomstandigheden

De weersomstandigheden zijn soms heel extreem, houd er ook rekening mee dat het weer soms in heel korte tijd kan omslaan. Je kan te maken krijgen met:

Hitte

Vooraf in het zuidwesten van de USA zijn er veel gebieden waar de temperatuur hoog kan oplopen, niet alleen in de zomer maar ook tijdens de lente of de herfst. **Lange en/of zware wandelingen bij hoge temperaturen worden ten zeerste afgeraden!!** Denk er aan dat de temperatuur in de ochtend nog heel aangenaam kan zijn, maar dan later op de dag enorm kan oplopen.

Lichamelijke inspanning in combinatie met zeer hoge temperaturen kan fataal zijn. Je verliest dan namelijk zeer snel vocht, zelfs als je veel drinkt is het op gegeven moment niet meer mogelijk om het vochtverlies aan te vullen. **Let op: het hieronder beschreven proces van uitdroging, hitte-uitputting en zonnesteek kan zeer snel gaan!**

De eerste symptomen die duiden op **dehydration** (uitdroging) zijn: dorst, gebrek aan eetlust, donkere urine, droge huid, droge mond, een licht gevoel in je hoofd en vermoeidheid.

In een tweede fase wordt gesproken over **heat exhaustion** (hitte-uitputting), de symptomen hiervan zijn: hoofdpijn, duizeligheid, misselijkheid, overmatig zweten, veel plassen, snelle hartslag, zwakke pols, snelle ademhaling, tintelende handen en/of voeten, slecht coördinatievermogen, niet in staat zijn om goede beslissingen te nemen, hogere lichaamstemperatuur en spierkrampen.

De derde, levensgevaarlijke, fase is de **heat stroke** (zonnesteek). De symptomen zijn: niet meer zweten, overgeven, plassen doet pijn, moeizame ademhaling, snelle polsslag, verwarring, slecht zien, spierkrampen, pijn in de borst, zeer hoge lichaamstemperatuur, epileptische aanvallen en bewusteloosheid.

Het belangrijkste is uiteraard om uitdroging te voorkomen. Mocht je echter toch last krijgen van de hierboven genoemde symptomen, zoek dan onmiddellijk een schaduwplek, drink rustig maar wel zeer regelmatig, en gebruik ook je sportdrink. Maak je kleding los, en maak de kleding ook nat. Ga liggen, met je voeten iets omhoog. Als er sprake is van hitte-uitputting of een zonnesteek, laat dan iemand zo snel mogelijk medische hulp zoeken.

Kou

Uiteraard is het risico op kou het grootst tijdens de winter, maar ook in andere seizoenen kan je ermee te maken krijgen. Extreme kou kan leiden tot **hypothermia** (onderkoeling). Symptomen zijn: oncontroleerbaar rillen, slechte controle over je spieren, en zorgeloos en onverantwoord gedrag.

Het risico op onderkoeling is groter bij regen en harde wind. Als je erg vermoeid bent, ben je ook meer vatbaar voor onderkoeling.

Regen

Vooraf in de maanden juli, augustus en september komen er in het zuidwesten van de USA tijdens de avonden vaak korte heftige regenbuien voor (de monsoon).

In rotsachtige gebieden kan het water niet in de grond trekken, bij een harde regenbui zal in korte tijd een grote hoeveelheid water naar de laag gelegen gebieden stromen. Deze flashfloods zijn heel krachtig,

Last Update : September 02, 2011

in de waterstroom worden vaak takken en ander puin meegevoerd. Vooral als je je in een canyon bevindt, is dit levensgevaarlijk.

Als het gaat regenen, zorg er dan voor dat je zo snel mogelijk een hoger gelegen plek bereikt. **En ga nooit hiken in een slotcanyon als er zelfs maar een hele kleine kans op regen is!** Ook een regenbui die vele mijlen verderop plaatsvindt, kan de oorzaak zijn van een flashflood in een smalle canyon.

Let op de voortekenen: een plotselinge zoute smaak in de lucht, rommelende geluiden in de verte en uiteraard ook toename van de bewolking.

Onweer

Als je door een onweersbui wordt overvallen, zorg er dan voor dat je zo snel mogelijk een veilige plek zoekt. Het beste is om te schuilen onder een overhangende rots, zorg er wel voor dat je niet in aanraking komt met de rots zelf. Ga in gehurkte positie zitten, zorg dat alleen je schoenen contact maken met de grond. De meeste thunderstorms duren niet lang, reken op gemiddeld een half uur.

Onderweg water zoeken

Ga er niet van uit dat je onderweg drinkbaar water zult vinden. In de woestijngebieden zal je vaak helemaal geen water tegenkomen. En als je wel een beekje of een waterpoel vindt, dan is de kans zeer groot dat het water verontreinigd (en dus niet drinkbaar) is.

Blessures

Als je gaat hiken in woestijngebieden, dan heb je vaak te maken met rotsachtige ondergrond. Losse stenen zijn niet altijd goed herkenbaar, als je op zo'n steen stapt is het risico groot dat je je enkel verzwikt.

Tijdens lange afdalingen belast je voortdurend je knie- en enkelgewrichten met je volle gewicht, vermeerderd met het gewicht van je backpack. Hierdoor ontstaan vaak blessures. Pas je tempo aan, en probeer zodanig te lopen dat je gewicht bij elke stap geleidelijk wordt verplaatst.

Hiken in warm weer vergroot de kans op blaren. Gebruik mole skin zodra je aan voelt komen dat een plek op je voet te warm wordt. Het probleem is wel dat mole skin niet goed blijft zitten als je voet al warm en vochtig is.

Dieren en planten

In woestijngebieden komen allerlei dieren voor die kunnen bijten of steken. De meeste dieren zullen niet uit zichzelf een mens aanvallen, dat doen ze alleen als ze – bewust of onbewust – geprovoceerd worden. Kijk dus altijd goed uit waar je loopt, er kunnen slangen of tarantula's tussen struiken of stenen zitten. En steek nooit zomaar je hand in een rotsspleet, bijvoorbeeld als je houvast zoekt tijdens een klimpartij. De beet van bijvoorbeeld een ratelslang, een gila monster of een schorpioen is voor een volwassene gelukkig maar zelden dodelijk, maar je kan er wel flink ziek van worden. Mensen die allergisch zijn moeten extra uitkijken, een allergische reactie kan wel heel gevaarlijk zijn. Denk hierbij ter vergelijking aan mensen die allergisch zijn voor een bijensteek. Als je wordt gebeten, probeer dan op eigen kracht terug te komen bij je auto. Lukt dat niet, laat dan iemand anders hulp halen. Laat je zo snel mogelijk met tegengif behandelen.

Ook in overige gebieden kan je gevaarlijke dieren tegenkomen, zoals beren of poema's. In parken zoals Yellowstone worden vaak waarschuwingborden geplaatst als er beren zijn gesignaleerd, ga daar dan zeker niet hiken. Ga in gebieden waar beren voor kunnen komen nooit alleen hiken. Het beste is om in

Last Update : September 02, 2011

een groep van vier of meer personen te lopen, en onderweg flink wat lawaai te maken. Zorg er vooral voor dat je nooit tussen een moederbeer en haar jongen gaat staan.

Veel woestijnplanten hebben haken of doorns die pijnlijke verwondingen kunnen veroorzaken. Denk bijvoorbeeld aan de cholla cactus, die vol zit met kleine doorns die bij aanraking onmiddellijk afbreken en in je huid vast komen te zitten. Deze doorns zijn zo scherp, dat ze zelfs door de leren zool van je schoenen heen kunnen dringen.

TOT SLOT

De bovenstaande opsomming is zeker niet compleet, het is dan ook alleen bedoeld om je een idee te geven waar je zoal aan moet denken als je van de gebaande weg af gaat. De twee voornaamste adviezen die we kunnen geven zijn:

- Zorg dat je de gevaren waarmee je te maken kunt krijgen niet onderschat,
- En zorg dat je je eigen mogelijkheden niet overschat: **weet wat je kan!!**

En verder: veel plezier bij je backcountry avonturen en vooral, een veilige terugkomst.