De Alpencommissie presenteert

ASAC Week 2019

Topo en informatie

Mont Blanc massief

Courmayeur

Maandag 22 juli– zondag 28 juli 2019

sinds 23 maart 1926

Inhoudsopgave

Welkomstwoord van de voorzitter	2
Adressen en handige nummers	3
Veiligheid en verantwoordelijkheid	4
Praktische informatie	5
Topografische kaart	6
Klimtopo's	7
Alpiene touren	8
Multipitchen	10
Sportklimmen	14
Boulderen	15
Woordenboek - klimtermen in het Italiaans en Frans	16

Welkomstwoord van de voorzitter

Lieve ASACers,

Ik hoop dat jullie allemaal net zoveel zin hebben in de Alpenweek als ik! Voor mij is de Alpenweek echt het hoogtepunt van het jaar. Zoveel gezellige en lieve mensen bij elkaar op 1 camping, zoveel mooie bergen om te beklimmen en berghutten om in te bezoeken. Ik kan nu al niet wachten om alle biowinkels van Italië te ontdekken en heerlijke italiaanse pasta's te bereiden.

Dit jaar gaat de Alpenweek naar Courmayeur in Italië. Voorzover ik weet is dat een primeur voor de ASAC, wat betekent dat we allemaal nieuwe rotsen en routes kunnen gaan ontdekken. Wat dit ook betekent is dat onze fantastische Alpenco veel werk moest verrichten om voor ons uit te zoeken wat voor moois er daar allemaal te klimmen en te zien valt. Daarom wil ik graag dit voorwoord gebruiken om Matthijs, Ywen, Mirjam, Noor, Hugo en Miron te bedanken voor deze prachtige topo! Jullie zijn echt toppers!

Ze zeggen wel eens: een goede voorbereiding is het halve werk. Daar ben ik het niet mee eens. Voorbereiden op de Alpenweek is geen werk, het is plezier! Dus gebruik deze mooie topo om zoveel mogelijk zin te kweken in de Alpen en dan zie ik jullie allemaal op Camping Aguille Noir!

Met Alpiene groet,

Tessa Cramwinckel

Adressen en handige nummers

Camping Aiguille Noire
11013 Courmayeur,
Valle d'Aosta, Italië

www.aiguillenoire.com/ +39 347 5477941

We kamperen op een speciaal voor ons gereserveerd veld op camping Aiguille Noire in Val Veny bij Courmayeur. Je hoeft zelf niet meer te reserveren, dus in principe heb je dit telefoonnummer niet nodig. Bij aankomst moet je je wel aanmelden bij de receptie met je ID-kaart, en als je de camping voor meerdere dagen verlaat kun je je ook weer afmelden. Iedereen rekent afzonderlijk af.

Algemeen noodnummer Italië:
112 of 118 (bergredding)

Noodnummer Courmayeur (bergredding, helikopter)
+39 0165 84 36 35

Let op! Het kan zijn dat je slecht telefonisch bereik hebt. Zorg er dus voor dat je in geval van nood niet alleen aangewezen bent op je telefoon. Neem een noodfluitje en een hoofdlamp en zorg ervoor dat anderen weten waar je bent. Vertel aan de huttenwaard wat je gaat doen en schrijf het in het Grote ASAC-Tochtenboek (zie daarvoor het hoofdstuk 'Veiligheid en Verantwoordelijkheid').

ASAC Noodtelefoon:
+31 (0)6 833 64 711

In het geval van een (dodelijk) ongeval licht je altijd het ASAC-bestuur in via de noodtelefoon. Dat doe je uiteraard nadat je de hulpdiensten hebt gebeld en passende hulp is geboden. Het bestuur is graag op de hoogte van hoe het met iedereen gaat. De noodtelefoon is niet bedoeld om het bestuur voor andere zaken te bereiken.

Zet alle noodnummers in je telefoon!

Telefoonnummers berghutten (voor reservering)

- Rifugio Monzino +39 0165809553 / +39 3384839094
- Rifugio Torino +39 0165844034 / +39 3339480629
- Rifugio Gonella +39 0165 885101 / +39 347 2574536 / +39 340 4065672
- Cabane du Combal +39 0165 1756421/ + 39 339 6938817
- Rifugio Boccalatte - Piolti (Grandes Jorasses) +39 0165 844070
- Rifugio Dalmazzi / De Triolet +39 0165 1756470 / +39 0165 86909
- Rifugio Elena +39 0165 844688

Veiligheid en verantwoordelijkheid

De Alpen zijn niet zonder gevaren. Om potentieel gevaarlijke situaties zoveel mogelijk uit te sluiten wordt er vastgehouden aan een aantal richtlijnen:

- De ASAC Alpenweek is geen verenigingsactiviteit waarbij het kader (de instructeurs) uit de vereniging zorg dragen voor de veiligheid van de deelnemers. Er is dus geen sprake van een kaderstructuur zoals die tijdens klimweekenden wordt gehanteerd. Dat houdt in dat elke deelnemer aan de ASAC Alpenweek zelf voor eigen en andermans veiligheid verantwoordelijk is. Wel is het mogelijk dat ervaren klimmers zich ontfermen over minder ervaren klimmers en als zodanig een morele verantwoordelijkheid aangaan buiten het gebruikelijke kadersysteem om.

- De status binnen de vereniging (bijvoorbeeld naklimmer, OV-singlepitch of SKB), zoals die bij de opleidingscommissie bekend is, kan hierbij op de achtergrond als houvast dienen, maar geldt niet als absolute leidraad.

- Wie zelfstandig alpiene touren (lees: buiten de gebaande paden in alpien terrein) wil maken moet minimaal een C1 succesvol hebben volbracht of vergelijkbare zelfstandige ervaring hebben opgedaan. Wie zelfstandig alpiene multipitch routes wil doen moet minimaal een C2 rots hebben volbracht.

- Hoewel je als OV-multipitcher in principe bent opgeleid tot meerdere touwlengtes, vereisen sommige behaakte multipitches in de Alpen meer ervaring, omdat ze weinig haken hebben, heel luchtig zijn, of in een onherbergzaam gebied liggen. Ook kun je niet altijd makkelijk omkeren als je eenmaal bent ingestapt. Het is daarom verstandig om je route goed voor te bereiden en te bespreken met meer ervaren klimmers of het een goed idee is.

- Iedereen die in de bergen op pad gaat, of het nou wandelen, sportklimmen of alpinisme is, schrijft ‘s avonds zijn doel voor de dag van morgen op in het ‘Grote ASAC Routeboek’. Dat is verplicht. De gegevens kunnen als leidraad dienen in het geval van een ongeval of vermissing en het is daarom een regel die strikt moet worden nageleefd. Je noteert:
    - Wie er mee gaan
    - Wat je gaat doen
    - Wanneer je verwacht terug te zijn
    - Je mobiele telefoonnummer

Praktische informatie

Courmayeur is een Alpendorp aan de voet van de indrukwekkende en wilde zuidkant van het Mont-Blanc Massief. Zowel in de zomer als in de winter een paradijs voor de bergsporter die van iets meer avontuur houdt. Er is vanalles te doen, maar het is er veel minder druk en georganiseerd dan aan de kant van Chamonix. De alpiene tochten worden over het algemeen als wat minder toegankelijk beschouwd, maar ook voor de beginnende alpinist zijn er mooie toeren te maken. In de zijdalen Val Veny (links; daar ligt onze camping) en Val Ferret (rechts) kun je werkelijk vanalles doen: van behaakt multipitchen tot wandelen, van boulderen tot alpiene touren, zowel over sneeuw als over indrukwekkende rotsgraten. Vanaf de camping zijn een aantal hutten te voet bereikbaar, (eventueel door een klein stukje mee te liften met andere klimmers).

Op de camping:

- Is een klein winkeltje met levensmiddelen, wat groente, etc.
- Is een goede pizzeria en een restaurant
- En een sauna!!!!!

Courmayeur:

- Voor boodschappen kun je terugrijden naar Courmayeur; dan passeer je ook een grotere goedkope supermarkt (Dpiú Discount). In Courmayeur is een kleine maar goede Spar en een wat goedkopere supermarkt (Supermercato A&O)
- Er zijn veel winkels met outdoor- en klimmateriaal, topo's en kaarten.
- Bij het gidsenbureau kun je informeren naar de condities en naar het weer; je kunt ook de hut bellen om te vragen naar de condities van je route.

Tunnel du Mont Blanc
Ref. du Requin
Ref. des Cosmiques
Refuges du Gouter
Ref. de Tête Rousse
Ref. de Durier
Ref. Torino
Rifugio Boccalatte-Piolti
Rifugio Elena
Rifugio Bonatti
Rifugio Giorgio Bertone
Rifugio Monte Bianco
Rifugio Col de Chécroui
Rifugio Borelli
Rifugio Monzino
Rifugio Gonella
Rifugio Elisabetta
N.-D. de la Guérison
Courmayeur
Pré-St-Didier
Entrèves
Aiguille du Midi
Mont Blanc
Aiguille du Gouter
Aiguille de Bionnassay
Dent du Géant
Glacier du Géant
Aiguille Noire de Peuterey
Aiguille de Tré la Tête
Aiguille de Combal
Aiguilles Rouges du Brouillard
Aiguilles Grises
Aiguilles Marbrées
Pointe Helbronner
Ghiacciaio della Brenva
Ghiacciaio del Miage
Ghiacciaio di Freney
Ghiacciaio di Frebouze
Ghiacciaio di Ceuvettes
Ghiacciaio di Chamboré
Lago di Lavaux
Monte Chearfière
Testa di Secheron
Testa di Leoni
Testa Bernarda
Monte Comet
Testa Drumiana
Cresta d'Arp
Cresta Estonia
Aiguille de l'Evêque
Aiguille de Leschaux
Aiguille du Tacul
Aiguille de Rochefort
Aiguille de Triolet
Aiguille Blanche de Peuterey
Aiguille de la Brenva
Aiguille de Rochefort
Aiguille Marbrées
Aiguilles Rouges du Brouillard
Aiguille de Tré la Tête
Aiguille de Combal
Aiguille de la Lex Blanche
Glacier de la Lex Blanche
Glacier des Bossons
Glacier de Frébouze
Glacier de Toula
Glacier de Tré la Tête
Glacier de Rochefort
Glacier de Triolet
Glacier de Combal
Glacier de Freney
Glacier de Brouillard
Glacier de Peuterey
Glacier de Bionnassay
Glacier de Tête Rousse
Glacier de Tacul
Glacier de Leschaux
Glacier de Talèfre
Glacier de Rochefort
Glacier de Triolet
Glacier de Combal
Glacier de la Lex Blanche
Glacier de Freney
Glacier de Brouillard
Glacier de Peuterey
Glacier de Bionnassay
Glacier de Tête Rousse
Glacier de Durier

Klimtopo's

De camping is een mooi basiskamp van waaruit je kunt sportklimmen, multipitchen, alpien rotsklimmen en alpiene toeren kunt maken. Omdat Courmayeur veel minder populair is dan Chamonix zijn er niet veel topo's die specifiek over deze kant van het massief gaan. Voor alpiene touren en multipitches is het dus ook handig om gebruik te maken van websites als Camp to Camp. Hieronder een lijstje met topo's die inspiratie bieden en een aantal mooie touren beschrijven.

Alpiene sneeuw- en rotstouren
Mont Blanc - Classic & Plaisir bevat 80 alpiene touren en een aantal (behaakte en onbehaakte) multipitches, variërend van F tot D met duidelijke omschrijvingen en foto's. Een goede aanschaf voor de beginnende alpinist, ook zeer bruikbaar vanuit Chamonix. Engelstalig! Overal verkrijgbaar € 34,50

In *Westalpen Band 2* van Rother staan een aantal mooie (en ook uitdagendere) alpiene touren vanuit Courmayeur, Val Veny en Punta Helbronner. Zeker een aanrader als je al meer alpiene ervaring hebt (hoewel er overigens voor de andere gebieden die deze topo beslaat ook toegankelijke en mooie F en PD touren instaan). Goede kaartjes, mooie foto's, uitgebreide beschrijvingen in het Duits. Deze kun je waarschijnlijk niet in Courmayeur kopen, maar wel via Bol.com: €37,99

Hoewel de titel van deze nieuwe Britse bijbel wellicht anders doet vermoeden, beslaat de topo *Chamonix* van Rockfax ook deels de zuidelijke kant van het Mont-Blanc massief en biedt hij een aantal mooie touren vanaf Punta Helbronner. Mocht je daar willen klimmen, dan is deze topo ook echt een aanrader. Heldere omschrijvingen voor nieuwkomers in het gebied, duidelijke foto's en routes duidelijk ingetekend. €33,00

Sportklimmen
In *Mani Nude 2* staan veel sportklimroutes in de vallei. Er staan vooral singlepitchgebiedjes in, maar hij omschrijft hier en daar ook een paar korte multipitches. Routebeschrijvingen in het Engels, maar voornamelijk Italiaanse teksten. Degelijke beschrijvingen omgeven door wat lelijke tekeningen. De ASAC legt deze topo ter inzage op de camping, en hij is ook verkrijgbaar in Courmayeur. €28,00
LET OP: *De gps-coördinaten van de gebieden kloppen niet altijd!*

Boulderen
Er is weinig te vinden over boulderen in dit gebied. Heb je net een nieuwe beanie en mocht je toch graag willen sleuren aan kleine rotsblokken, dan raden we *Ibloc - Bouldertopo Italia* aan voor de vele bouldergebiedjes in Italië. Deze is inclusief een topo van Massi di Cubo, op ongeveer 1,5 uur rijden van de camping. Het boek is drietalig: Duits, Engels en Italiaans.
€29,90 via https://www.gebro-verlag.de

Alpiene touren

Als je een C1-cursus hebt gevolgd, en zeker als je al wat meer zelfstandig alpien hebt gekommen, kun je vanuit de verschillende hutten in de de omgeving prachtige touren maken. De topo's *Mont Blanc Classic & Plaisir* van Rock&Ice, *Chamonix* van Rockfax en *Westalpen* band 2 van Rother Bergverlag bieden een hoop inspiratie, en een blik op de kaart en zoekactie op Camp to Camp voegt daar tientallen opties aan toe. Hieronder hebben we een paar mooie routes uitgelicht om je een idee te geven van wat mogelijk is. Zorg ervoor dat je een route uitkiest die past bij jouw ervaring en die van je tochtgenoten. Laat je altijd informeren naar de condities en het weer bij het gidsenbureau in Courmayeur of door even te bellen met de hut.

Val Veny
Onze camping ligt in Val Veny, bekend vanwege de legendarische en indrukwekkende Peuterey Integrale - de langste rotsroute in de Alpen - maar waar ook een aantal relatief toegankelijke alpinisten tochten te maken zijn. Zie bijvoorbeeld:

- Noordoostgraat op de Pyramides Calcaires (2696m), rotsroute PD+ vanuit Rifugio Elisabetta Soldini (*Mont Blanc Classic & Plaisir,* 276 - 279)
- Petit Mont Blanc (3424m), normaalroute over sneeuw en rots, F vanuit Bivacco Rainetto (*Mont Blanc Classic & Plaisir,* 280 - 282)
- Oostgraat op de *Aiguille Orientale de Tré la Tête* (3895m), PD+ sneeuw- en ijsroute (check de condities) vanuit Bivacco Rainetto (*MB C&P,* 284 - 286)
- Zie ook de routes op Aiguille Croux vanuit Rifugio Monzino, onder het hoofdstuk 'Multipitchen' (verderop in deze topo) en de Mont Blanc-routes (hieronder)

Val Ferret
Aan de andere kant van La Palud, tegenover Val Veny, ligt val Ferret, bekend om de indrukwekkende rotswanden van de Grandes Jorasses. Hoewel niet ver weg is het toch een aardig tijdje rijden. Maar als je er eenmaal bent zul niet teleurgesteld zijn! Als je niet meteen de Walkerpijler (ED-) wilt beklimmen, denk dan eens aan:

- Aiguille de Leschaux (3759m), normaalroute over sneeuw en ijs tot 50°, AD (*Mont Blanc Classic & Plaisir,* 364 - 367)
- Mont Dolent (3823m), normaalroute via de zuidzijde en zuidgraat, sneeuw en ijs tot 45°, PD+ (*Mont Blanc Classic & Plaisir,* 382 - 384)

Punta Helbronner en Rifugio Torino
Als je de lift van La Palud naar Punta Helbronner neemt is dit een van de makkelijkst bereikbare gebieden vanuit Courmayeur (17 minuten met de auto naar de parkeerplaats) waar ontzettend veel te doen is. Een gebied geschikt voor zowel beginners als ervaren alpinisten. Een retourtje kost €52, een enkeltje €39. Er is ook een pad (sentiero 20) maar je bent lang onderweg De Torinohut is in een paar minuten lopen bereikbaar vanaf het liftstation. Keuze genoeg hier, maar kijk eens naar:

- Petit Flambeau (3340m) - westgraat (F)
- Aiguilles Marbrées (3535m) - traverse N-S (PD) (kan zonder overnachting in hut)
- Aiguille de Toule (3534m) - zuidwesthelling (PD+) of noordwand (AD)
- Aiguille d'Entrèves (3600m) - overschrijding noordwest-zuidoost (AD-)
- Aiguille de Rochefort (4001m) - Rochefortgraat (AD)
- Dent du Géant (4013m) - normaalroute via zuidwestwand (AD)
- Mont Maudit (4464m) - Kuffnergraat (D)

Mont Blanc vanaf de Italiaanse zijde van het massief

Mont Blanc (of moeten we zeggen *Monte Bianco?*)
De hoogste berg van de Alpen is vanaf de Italiaanse kant via een aantal mooie en legendarische routes te beklimmen. Dit zijn de routes. Wordt de ASAC-vlag dit jaar op de Mont Blanc geplaatst?

Via Rifugio Monzino (2590m)
- Innominatagraat (D+) (slapen in Bivacco Eccles)
- Centrale Frêneypijler (ED-) (slapen in Bivacco Eccles)

Rifugio Quintino Sella (3396m) - onbemande bivakhut
- Tournette spur (AD+)

Rifugio Gonella (3072m)
- Aiguilles Grises/Pope Route (PD+)

Rifugio Borelli della Noire (2325m) - onbemande bivakhut
- Peuterey integrale (TD+, 5c / VI)

Bivouac de la Fourche (3700m) - onbemande bivakhut bereikbaar van Punta Helbronner
- Mont Blanc over de Col de Peuterey (D)

Multipitchen

Naar en boven Rifugio Monzino
De Monzinohut is een prachtige hut op loopafstand (met een simpele klettersteig en laddersectie) vanaf de camping. Het pad naar de hut begint op 10 minuten rijden (liften) of 45 minuten lopen van de camping. Er zijn een aantal kortere en goed behaakte multipitches op de Aiguille du Châtelet die in de buurt van de hut eindigen en die je kunt doen in plaats van het laatste deel van de aanloop. Aanraders zijn 'Velociraptor' (6a, 5a obl.) en 'Hydrotecnique' (6a obl.), die je kunt vinden op Camp to Camp (zie link) en op pagina 293 - 297 van de *Mont Blanc Classic & Plaisir* topo.
https://www.camptocamp.org/waypoints/128852/fr/refuge-monzino

Boven de Monzino hut, op 45 minuten lopen, rijst de Aiguille Croux, waarop verschillende 'alpiene' multipitches te vinden zijn. De makkelijkste, de Cheney route (AD+, III - IV) is mooi, goed te klimmen en heeft spliksplinternieuwe haken, maar een cammetje hier en daar kan desondanks geen kwaad. Abseilen eindigt op een glad sneeuwveld. De huttenwaard kan ook andere mooie routes op deze top aanraden!

- Cheney route (AD+, III - IV, 6 pitches, 200m) *Mont Blanc Classic & Plaisir* 298 - 302
- Ottoz route (II+ / 5c, 14 pitches, 300m, deels behaakt) Zie topo in de klassieker van Philippe Batoux, *Mont Blanc: The Finest Routes,* nr. 08, pagina 27
- Andere moeilijkere routes: Que Cherches-tu, Jean-Marie?, Euroteam, La Leggenda, Demi-Portion (zie Camp to Camp)

Check ook de interactieve kaart van de website van de hut:
http://www.rifugiomonzino.com/GestioneVie.php

Rifugio Borelli della Noire
Een kleine en schattig uitziende, onbemande bivakhut onder de indrukwekkende graat naar de Aiguille Noire de Peuterey. De hut is alleen bereikbaar via een via ferrata of twee (soms schaars) behaakte multipitches.

Website van de hut:
www.caicapiago.it/borelli.asp

Camp to Camp:
www.camptocamp.org/waypoints/139968/fr/refuge-de-la-noire-borelli-pivano-

De multipitches naar de hut:

- Via Vento Solare (380 meter/6a+/behaakt) Camp to Camp en Italiaanse topo
- Via Alexius (270 meter/6a/schaars behaakt) Camp to Camp en Italiaanse topo

Parete di Planaval
Een mooie wand met een waterval, boven het dorpje Arvier. Het ligt op een uurtje rijden van de camping en daarna nog 20 minuten te voet. Te vinden op pagina 71 van de Mani Nude topo, maar ook op internet. Er zijn meerdere makkelijke en behaakte multipitches te vinden, tot ongeveer 200 meter.

Placche Pre-de-Bard

Een gebied met meerdere makkelijke behaakte multipitches tot 200 meter in de buurt van Rifugio Elena. Het ligt op 1,5 uur rijden van de camping in de Val Ferret (het andere zijdal vanaf Courmayeur), waarna je nog 45 minuten moet aanlopen. De multipitches hier zijn te vinden op pagina 14 van *Mani Nude 2* en op Camptocamp:
www.camptocamp.org/waypoints/137028/fr/contrefort-de-pre-de-bar

Parete dei Titani
Een gebied met meerdere multipitches in de buurt van de Dalmazzi hut in Val Ferret. Deze hut heeft een eigen topo gemaakt waarin ook veel alpiene rotsroutes te vinden zijn.

Zie voor de multipitches de topo van de hut, pagina 66:
www.rifugiodalmazzi.com/risorse/Escalade_au_Triolet.pdf

Of een overzicht op Camp to Camp:
https://www.camptocamp.org/routes?w=42350

Let op!
Veel routes hier zijn lang (>400 meter) en ver verwijderd van de beschaving (geen telefonisch bereik). Deze routes zijn geschikt voor ervaren multipitchers. Als je hiervoor alleen in België geklommen hebt raden we deze routes niet aan.

Sportklimmen

De ASAC heeft een *Mani Nudi 2* topo aangeschaft (driewerf hoera voor de Matco!) die op de camping ter inzage ligt.

Gebied	**Aantal Routes**	**Graad**	**Afstand**	**Opmerkingen**	**Paginanr. in *Mani Nude 2***
La Saxe	19	6a-8a	15 min rijden, 5 min lopen	Matig behaakt, in Courmayeur	28
Vilair	17	5c-7b	20 min rijden, 20 min lopen		30
Pilastro Giallo	25	5a-8a	20 min rijden, 20 min lopen		32
Pyramides Calcaires	16	4b-6c	20 min rijden, 20 min lopen	Plaatklimmen op hoogte, mooi uitzicht!	24
Palestra Alpini	17	3b-6b	30 min rijden, 5 min lopen		36
Montet	28	5b-7b	30 min rijden, 45 min lopen		44
Palestra Hans Marguerettaz	35	4a-7b	30 min rijden, 20 min lopen	Ook enkele korte multipitches ~80 meter	46
Leverogne	36	4c-8a	40 min rijden, 5 min lopen		56

Boulderen

Er zijn geen bouldergebiedjes bekend in de buurt van Courmayeur, maar het staat je natuurlijk vrij aan elk willekeurig rotsblok even je biceps op te warmen… Denk dan wel aan de veiligheid en gebruik een crashpad en spotters. Mocht je serieus willen boulderen, dan zijn de onderstaande gebiedjes misschien een optie.

Massi di Cubo
In het Aostadal, ongeveer 50 kilometer ten oosten van de stad Aosta (die op ongeveer 45 minuten rijden van de camping ligt), vind je het bouldergebied Massi di Cubo met 80 boulders van 3 tot 8a.

https://www.gebro-verlag.de/blocheart/bouldern/EU/I/index.htm

Champorcher
Op 1,5 uur rijden bevindt zich bouldergebied Champorcher met meer dan 100 boulder problems, van 5c tot 8a. Max. hoogte: 8m.

https://27crags.com/crags/champorcher/routelist

Piemont - Frera
In Valle di Locana (ook Valle dell'Orco genoemd), ook ongeveer 1,5 uur rijden, bevindt zich een bouldergebied met ongeveer 100 boulders van 4-7c op 600-800m hoogte.

https://www.gebro-verlag.de/blocheart/bouldern/EU/I/index.htm

Woordenboek - klimtermen in het Italiaans en Frans

Nederlands	Italiaans	Frans
Abseil	Doppia	Rappel
Aanloop	Acesso	Approche
Standplaats	Sosta	Relais
Haak	Spit	Spit, Goujon
Behaakt	Attrezzato	Equipe
Lengte	Tiro	Longueur
Route	Via, Itinerario	Voie
Start (van een route)	Attacco	Départ, Attaque
Boulder	Masso	Bloc
Steenman	Ometto	Cairn
Cam	Friend	Friend
Nut	Dado	Coinceur
Setje	Rinvio	Degaine
Schoorsteen	Camino	Cheminée
Klimmen	Ascendere	Monter, Grimper, Escalader
Koud	Freddo	Froid
Hoek	Diedro	Diedre
Spleet	Fessura	Fissure
Overhang	Stra Piombo	Surplomb
Stijgijzers	Ramponi	Crampons
Gevaar	Pericolo	Danger
Steen!	Sasso!	Caillou!
Touw!	Corda!	Corde!
Afdaling	Discesa	Descente

Droog	Secco	Sec
Volgen	Seguire	Suivre
Links	Sinistra	Gauche
Rechts	Dextra	Droite
Pad	Sentiero	Sentier, chemin