



# DIAbest 2017

Stubaier Huttentocht

# Is DIAbest wat voor mij?

- ▶ DIAbest 2017 is voor mensen met Diabetes type 1 of Insuline afhankelijk
- ▶ In bezit van goede conditie (of dit te willen opbouwen voor september 2017)
- ▶ Je hebt zin in een uitdaging
- ▶ Je wilt je ervaring met Diabetes verrijken, samen met lotgenoten en professionele begeleiding.
- ▶ Wandelervaring is een pré

# Tochtbeschrijving

- ▶ 6 dagen Alpiene tochten lopen door prachtige Alpen (Zo t/m Vr)
- ▶ Tocht varieert qua hoogte van zo'n 2000 t/m 2900 mtr
- ▶ Alpen karakter, zwaarte in conditie en “stapzekerheid” over bergpaden.
- ▶ Per dag zo'n 6-8 hr wandelen (+8-10 kg rugzak).
- ▶ Tocht gaat over bergpaden
  - ▶ Dus niet: brede wegen
  - ▶ Dus niet: onbegaanbare paden/klimmen met je handen/zekeringen etc.
  - ▶ Dus wel: hobbelige stenen voetpaden.

# Stubaier huttentocht



# Teaser dag 3



Op de 2<sup>e</sup> kam

# Tijdslijn

- ▶ Informatie 23 februari
- ▶ Za 18 Maart sluiting aanmelding
- ▶ Trainingsweekend 31 Maart, 1 en 2 April 2017 (vertrek Geldrop)
- ▶ Eerste testdatum 9 april
- ▶ 2<sup>e</sup> testmoment eind Augustus
- ▶ Tocht 16-23 September 2017 (vertrek Geldrop)