

Kampeertochten met de kajak



Op vlak- en lichtstromend binnenwater, meren en rivieren.

Een voorbeeldpaklijst met tips m.b.t. uitrusting en bepakking. Aangevuld met opmerkingen van trektochtvaarders. Een aantal zaken gelden ook voor canadeesvaarders op kampeertocht.

Kajak

Een redelijk wendbare zeekajak of een vlakwater toer - of combikajak, bij voorkeur met schotten en waterdichte luiken (compartimenten). Een kajak zonder compartimenten kan ook, maar dan moet je daar met de rest van je uitrusting rekening mee houden (zie verder).

Stevige draaglussen of toggles aan de punten. Als het lussen zijn, dan wel met een stuk tuinslang of PVC-pijp erom, anders snijdt het in de vingers als de zwaar beladen kajak wordt getild.

Stevige passanten (bevestigingspunten voor deklijnen) met een strak aangebrachte deklijn over voor en achterdek verdient aanbeveling (kuiprand wel vrijlaten). Deze passanten kunnen ook gebruikt worden voor het bevestigen van elastisch koord of een netje dwars over het achterdek, of voor de bevestiging van een bagagespin. Daarmee kun je spullen die je onderweg bij de hand wilt hebben en die nat mogen worden op het achterdek meenemen. Bijvoorbeeld een kajakkar, anorak, drinkbidon. Het spaart ook bagageruimte onderdeks uit.

Een oog of schootklem, op het achterdek, vlak achter de kuip is handig voor gebruik van een sleeplijn.

Uiteraard moet de kajak een stevig en comfortabel zitje hebben, met een rugsteun of rugband. Ook een stevige, goed instelbare voetensteun is nodig. Bij erg warm weer kan een schuimplastic zitje te warm zijn. Leg dan bijvoorbeeld een katoenen handdoek meermalen dubbelgevouwen op het zitje, dat geeft een betere opvang van transpiratie.

Praktisch is om aan een van de zijsteunen van het zitje (of aan een ander punt in de kuip) een stevige afmeerlijn van enkele meters lang te bevestigen met aan het einde een aluminium tentharing. Tijdens het varen kan de lijn opgeschoten achter het zitje liggen en kan het spatzeil gewoon dicht. Wanneer je moet uitstappen om over een ondiepte te waden, kun je de boot aan de lijn vasthouden, zodat hij niet door de stroom wordt meegenomen. Ook is zo'n lijn reuze handig bij moeilijke uitstapplaatsen, overdraagpunten en om af te meren.

Een stuk vloerbedekking (matje, vilttegel of tapijt) is handig om beschadigen van de bodem van je boot te voorkomen: leg het onder de kano bij het aan land trekken van de beladen kano over een ruwe oever.

Als de boot geen waterdichte compartimenten heeft, doe dan opblaasbare drijfzakken (puntzakken) in de voor- en achterpunt. Of je duwt in elke punt een half opgepompte auto-binnenband stevig vast. Zo'n band geeft ook voldoende drijfvermogen en kost minder bagageruimte dan puntzakken.

Puntzakken raken nog weleens lek door scherpe uitsteeksels aan de binnenkant van de kano; autobanden zijn daar beter tegen bestand. Je kunt ook brokken piepschuim of piepschuim-chips in een stevige puntzak doen en die in de punt vastdrukken.

Toebehoren

- Stevige peddel van de juiste lengte, met gedraaide bladen.
- Eventueel een (deelbare) reservepeddel.
- Eventueel een sleeplijn.
- Goed passend en waterdicht spatzeil (eventueel een reserve exemplaar extra).
- Een kajakzwemvest; geen reddingvest want die is te volumineus en zit in de weg bij het peddelen, tenzij het een automatisch opblaasmodel is. Of je wel of niet een zwemvest draagt hangt van de weersomstandigheden en/of van het type water af. Laat kleine kinderen altijd een zwemvest dragen!
- Stevige en goed onder de boot passende kajakkar (pompje en bandenplak t.b.v. lekke banden).
- Rol goede watervaste textieltape voor eventuele noodreparaties.
- Een stukje tapijt of deurmatje onder je hakken voorkomt na lang peddelen slijtplekken in de kanobodem. Benut dit matje ook bij het aan land trekken van de kano op een stenige oever.

Kaartmateriaal, navigatie en communicatie

- Waterkaarten van het vaargebied, watervast of sowieso met waterdichte kaartenhoes.
- Kompas, GPS. (Een polskompasje kan het kaartlezen vergemakkelijken.)
- Mobiele telefoon waterdicht verpakt; met belangrijke telefoon nummers en noodnummer. Kijk van tevoren of er dekking is in het gebied waar je gaat varen!
- Rondschijnend wit licht (voor het geval dat in het donker moet worden gevaren).

Kleding tijdens het varen

- Shorts of sportbroek (zwembroek of fietsbroek kan ook), katoenen T-shirt, badstof sokken.
- Flexibele stevige sportschoenen van een materiaal dat tegen water kan en met een zool die de voeten goed beschermt tegen stenen, glas e.d. (een stevige rubber zool). Ook goede waterbestendige sandalen zijn geschikt. De schoenen mogen bij omslaan, zwemmen of door de modder stappen niet uit gaan.
- Trainingsbroek, trainingsjack, een dunne katoenen sweater (geen wol); geen slobberende mouwen.
- Sjaaltje of grote rode zakdoek om de nek is handig tegen transpiratie, wind op de nek en zonnestralen. (Afkoeling op de nek leidt tot verkrampde nekspieren en maken het peddelen tot een kwelling. Warm en droog houden is een simpele remedie.)
- Hoofddekkel met klep of rand (is handiger en minder kwetsbaar dan een zonnebril)
- Als het erg koud is vervang je de bovenkleding door een T-shirt van thermisch materiaal, plus een makkelijk zittend fleecevest met hoge kraag en een rits, geen lange wijde mouwen, bij de polsen met drukknopen of elastisch.
- Doe in wintertijd een thermische lange maillot onder de trainingsbroek en kanohandschoenen aan.
- Een voor kajakvaren geschikte anorak. Een kort model fietsregenjack kan op binnenwater ook heel goed. Een pet met een zonneklep onder de capuchon voorkomt dat de capuchon voor je ogen zakt en het uitzicht belemmert.

Overige kleding

- Reserve ondergoed, sokken, zakdoeken, thermisch goed, trainingsbroek
- Schoenen of sandalen voor op de kant, boodschappen doen etc.
- Lekkere trui of vest (fleece, geen wol) voor 's avonds als het koud is.
- Hoed of pet met gaas tegen muggen (als je naar muggenrijk gebied gaat).
- Zwemkleding, regenbroek.

N.B.! Neem niet teveel extra kleding mee; een doosje met waspoeder is kleiner en lichter.

Praktische tip: je kunt varend onderweg volautomatisch een handwasje doen. Doe het vuile goed in een waterdicht tonnetje of in een kleine waterdichte kledingtas. Doe er lauwwarm water plus wasmiddel bij. Laat het de hele dag meeschudden op de kano (onder het bagagenetje) en 's avonds is de was klaar op het uitspoelen na. (Dit is ook praktisch bij andere buitensporten.)

Voorts

- Belangrijke persoonlijke medicamenten.
- Toiletartikelen klein verpakt, geen onnodige luxe- artikelen, wel talkpoeder, handcreme of vaseline, lippenbescherming met UV- filter, zonnebrand factor 10 of meer, pincet, nagelschaartje/-vijltje.
- Denk aan scheerspullen, maandverband en andere persoonlijke verzorging.
- 1 handdoek en washandje. Of 1 sporthanddoek, maat 120x60, in bijbehorende plastic koker. Deze zijn licht, klein oplosbaar en zeer snel drogend (dus ook onderweg snel wasbaar!) en kunnen, ook als zij nog vochtig zijn, in de koker worden meegenomen. Verkrijgbaar bij buitensportzaken.
- EHBO-setje met daarin in ieder geval: gaasverband, snelverband, jodium of bettadine, voorraad pleisters in verschillende maten, schaar, eventueel een opblaasbare spalk (als je met weinig mensen naar afgelegen streken gaat), tekentang, spul tegen de muggen, anti-wesp.
- Reparatiesetje voor kleding (naaigerei).
- Lector, routekaarten en relevante reisinformatie, plus woordenboek van het land in kwestie.
- Vereiste reispapieren zoals paspoort, verzekeringsbewijs, groene kaart.
- Voldoende geld / pinpas / cheques / creditcard e.d.
- Papier en schrijfwaren.
- Reserve bril niet vergeten!
- Waterdicht foto toestel + bijbehoren. Als je toestel niet waterdicht is dan meenemen in die maat waterdichte zak die er nog net omheen past (verkrijgbaar bij kanozaken en goede fotozaken).
- Eventueel een kleine verrekijker.
- Een klein opvouwbaar stoeltje of een schuimplastic lap, groot genoeg om droog en warm op te zitten.
- Eventueel een opvouwbaar zaagje met werkhandschoenen voor het maken van een kampvuurtje.
- Eventueel een kleine, opvouwbare barbecue met toebehoren.

Alles verpakt in goede waterdichte tassen (kanospecialzaken). Gebruik ook altijd een polsbandje of borgkoord bij gladde dingen zoals een mobieltje, gps, camera. En draag je een bril, vergeet dan ook niet een brilkoord.

- N.B.!! wanneer je een boot zonder waterdichte compartimenten hebt, moet je natuurlijk wat meer waterdichte zakken kopen.
- I.v.m. het laden van de boot en het optimaal benutten van kleinere ruimten, is het handiger om een groter aantal kleine zakken te gebruiken dan een klein aantal grote exemplaren.
- Doorzichtige zakken van kunststof zijn handig: je kunt dan zien waar iets zit, zonder alles open te moeten maken.
- Overzakken of semi-waterdichte zakken kun je van de dikkere kwaliteit vliegerstof (Icarex) maken.
- Ook oudere, hier en daar gescheurde en met een stukje watervaste tape gerepareerde zakken kunnen goed gebruikt worden voor die dingen die niet persé kurkdroog hoeven te blijven; vooral in boten met compartimenten vormen de waterdichte zakken slechts een extra veiligheid.

Kampeerspullen

- Tent. Klein, stormvast en snel op te zetten. Aluminium stokken of bogen en aluminium grondpennen. Buitentent liefst van Ribstop-nylon. Binnentent liefst van polyesterdoek. Goede ventilatieopeningen. Handig zijn tunneltentjes met een ingang aan beide uiteinden en een binnentent die een geheel vormt met het grondzeil en er los ingezet en uitgehaald kan worden, terwijl de buitentent blijft staan. Dan kun je de kajak door de tent heen schuiven en veel droger in- en uitpakken als het regent.
- Een tarp (losse luifel met 1 stok) boven de ingang van koepeltentjes gaat het inregenen tegen.
- Een op maat geknipt stuk plastic onder de tent en zover doorlopend dat het ook in de voor- en achtertent komt. Niet onder de buitentent uit laten steken!
- Eventueel een op maat geknipt stuk fleecede, als lichte gronddeken.
- Een zelfopblazend isolerend kampeermatje.
- Goede slaapzak. Dons is nog steeds het lichtste (en beste), maar tegenwoordig zijn er ook goede kunstvezelslaapzakken (i.v.m. allergie voor dons).
- Dunne, ruime lakenzak voor in de slaapzak.
- 1 kleine zaklamp met reservebatterij. Eventueel een oplader met zonnecel.
- Eventueel een veilig type kaarslantaarntje met extra kaarsen / waxinelichtjes en lucifers.

Kookspullen en proviand

- Compleet kooktoestelletje en brandstof. Een Trangia (aluminium of roestvrijstaal) is handig.
- 1 of 2 RVS pannetjes (wanneer je geen kooktoestel met pannen hebt) met greep.
- Lucifers (waterdicht droog verpakt).
- Kleine houten spatel / pollepel.
- Afwasmiddel in klein plastic flesje.
- Keukendoekjes / theedoek.
- Peper / zout / kruiden in filmroldoosjes.
- Suiker / melkpoeder / zoetjes.
- Jam e.d. in een klein plastic busje en niet in een grote glazen (zware breekbare) pot.
- Theezakjes / oploskoffie (in waterdicht doosje).
- Instant cacaopoeder en instant soep (in waterdicht doosje).
- 2 botertankjes (buitensportzaak), 1 met "bak en braad", 1 met boter / margarine.
- Muesli in plastic bakje (yoghurt en melk koop je onderweg).
- Enkele instant maaltijden voor als je onderweg geen boodschappen kunt doen. N.B. Struijck en Gran Italia zijn goed, in de supermarkt verkrijgbaar en goedkoper dan gevriesdroogde buitensportmaaltijden uit specialzaken.
- Knäckebröt, Liga e.d., om dezelfde reden te verkiezen boven producten uit specialzaken.
- Een of twee kleine blikjes leverpastei, kuipjes smeerkaas, of iets dergelijks. Ook ander beleg kan in kleine verpakkingen.
- Kokertjes van fotorolletjes zijn handig voor allerlei dingen (kruiden, naaigerei enz.)
- Bord van onbreekbaar plastic (Trangiadeksel kan ook).
- Beker of opvouwbaar napje.
- Bestekset of "Eetmes" in hoesje (verkrijgbaar bij buitensportzaken, zit mes, lepel, vork, blikopener, flessenopener en kurkentrekker in).
- Geschikte drinkfles, bijv. een racefiets bidon.
- Thermosfles, liefst van RVS (de dop is je mok!).
- Boterhamendoos voor lunchpakket.
- Drinken en etenswaar (waterdicht verpakt) in de kuip bij de hand. Dit voor het geval je nergens aan land kunt en hoognodig moet eten. Zorg dat dit eten en drinken vast ligt en niet overboord kan slaan.
- Verse spullen neem je mee voor de eerste dag, tenzij er onderweg geen winkels zijn.
- Wat echt droog moet blijven ook hier weer in een waterdichte zak (liefst doorzichtig).

Het inpakken van dit alles in de kajak.

- Voorkom zoveel mogelijk zware verpakkingen. Vul bijv. een klein plastic flesje of busje met afwasmiddel en laat de grote flacon thuis.
- Waterdichte zakken zijn doorgaans niet goedkoop. Alleen kopen voor die dingen die echt droog moeten blijven en neem een goed merk.
- Oudere zakken, die misschien niet meer 100% waterdicht zijn, zijn nog bruikbaar voor alles wat niet 100% waterdicht verpakt hoeft te worden (en sommige dingen hoeven niet verpakt te worden).
- Voor de slaapzak natuurlijk wel een goed waterdichte zak gebruiken; een wat grotere als hij voorin wordt meegenomen. Als hij door een klein, rond voorluik moet, eerst de plunjezak erin doen, met de opening als een soort trechter boven de rand van het luik uitstekend. Vervolgens neem je de opengeritste slaapzak bij een punt en je werkt hem voorzichtig, stukje bij beetje naar binnen. Daarna sluit je de waterdichte zak, duwt deze onder het dek en je sluit het luik. Als je een boot hebt met een ovaal luik in het achterdek, dan kan hij daarin en dan moet je hem juist wel van tevoren strak verpakken in een compressiezak met een waterdichte zak daar omheen.
- Bind aan de kleine spullen in de punten een "trekkoordje" dat reikt tot het luik (bij een boot zonder compartimenten tot de kuip). Je kunt ook een grotere "overzak" maken in de vorm van de boothelft in kwestie (te maken van het eerder genoemde Icarex en daarvan de sterkste kwaliteit).
- Denk om een goede gewichtsverdeling in de boot. Niet teveel achterin want dan komt de punt van de boot omhoog (en vaar je continue tegen een helling op, wat veel energie en snelheid kost) en omgekeerd ook niet teveel voorin. Ook zijdelings moet de boot in evenwicht liggen. Eventueel thuis proberen en kijken hoe de boot ligt. Altijd thuis of op de kanoclub even proberen of alles mee kan. Past het dan, dan past het ook tijdens de tocht, want je gaat gaandeweg alles slimmer inpakken en je zult dan merken dat je steeds meer ruimte overhoudt.
- Lichte bagage in de punten, zware bagage zo ver mogelijk vanaf de punten. Zo blijft de kajak sneller wendbaar, wat nodig is om obstakels met de zwaar beladen boot vlotter te kunnen omzeilen. En bij een grote golf van voren duikt de kano niet diep in de golf, maar komt eerder omhoog.

Bij een trektocht met bagagevervoer moet je aandacht aan de andere wijze van verpakken besteden. De spullen kunnen namelijk in het natte gras liggen, of op een grote hoop in de regen, of jouw kwetsbare doosje met eieren, of dat leuke presentje voor thuis, ligt helemaal onderop de bagageberg

Dichtbij de hand en niet in de punten:

- Dagbagage zoals eten en drinken.
- Kleding i.v.m. veranderend weer.
- Mobieltje, camera, EHBO-setje.

Voor deze zaken is een extra dagluik direct achter de kuip handig. Heeft de kano een hoog voordek dan wordt bij sommige kano's ook wel een extra bergruimte voor dagbagage onder de voorpunt van de kuipaangebracht, soms ook een kniebuis genoemd.

Verantwoorde bezuinigingsmogelijkheden

- Drijfvermogen (auto-binnenbanden i.p.v. opblaasbare drijfzakken).
- Sommige soorten kleding (zie de reeds gemaakte opmerkingen over fleece-truien; dit geldt veelal ook voor trainingspakken).
- Gebruik van oude "waterdichte" zakken voor dingen die slechts waterwerend verpakt hoeven te zijn.
- Een tuin- of puinafvalzak is ook waterdicht; bovenaan dichtknopen, boven de knoop dichtdraaien tot een "slang" ontstaat, deze dubbelslaan en nogmaals dichtbinden.
- Een maatwerk zelfgemaakte waterdichte tas staat in Kanotities 2010 nr 6.
- Als je alleen in de zomer kampeert, kun je volstaan met een eenvoudige acrylslaapzak en dan kun je de thermische kleding en maillot en de kanohandschoenen ook schrappen.

Vooraf niet bezuinigen op

- Kajak en toebehoren
- Tent en toebehoren
- Slaapzak, als je ook in het koudere jaargetijde kampeert.

Koop wat deze zaken betreft de juiste spullen bij de gespecialiseerde vakhandel. Is je dat te duur, spaar dan door tot je ze wel kunt betalen. Steek ook je licht op bij ervaren kajak-kampeerders binnen je kanoclub of binnen de TKBN en probeer verschillende boottypen uit alvorens tot aanschaf over te gaan.

GOEDE VAART EN EEN GOED KAMP TOEGEWENST EN WELLICHT TOT ZIENS, ERGENS ONDERWEG!

[Met dank aan George Lagas voor al deze gedetailleerde informatie.](#)