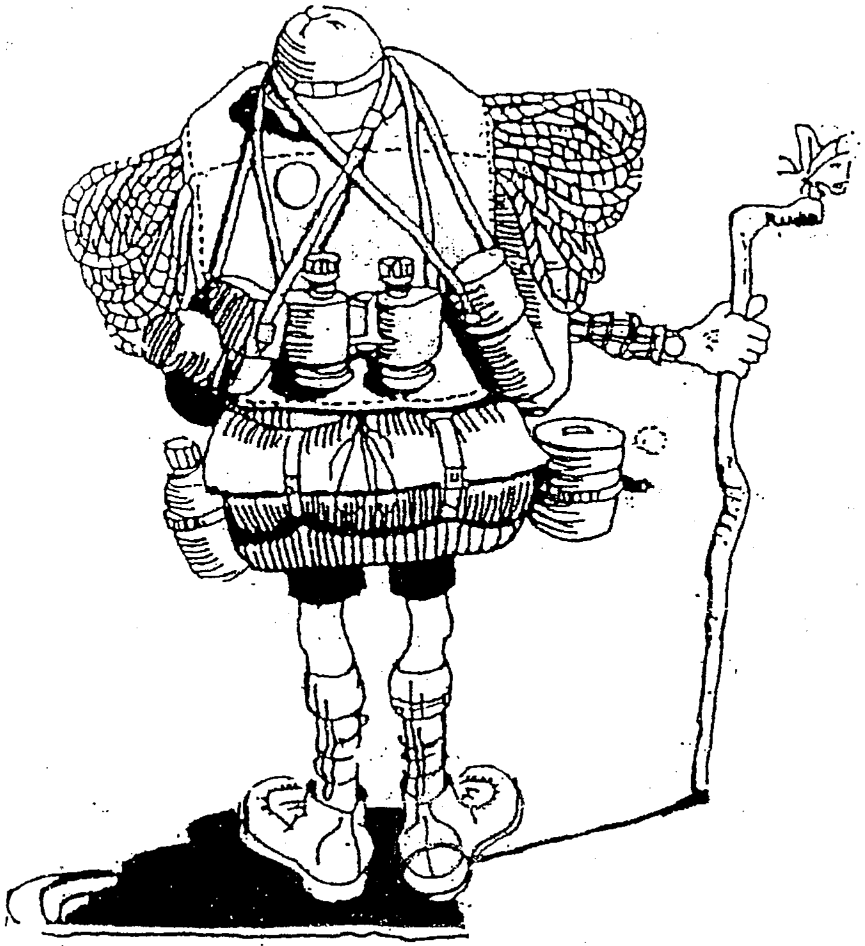
Hendrik & Annie Mouton.

OPSAAL!



2000

STAPPROGRAMME EN STAPPE

1. Om 'n stapprogram op te stel is 'n groot onderneming wat tydrowend en veeleisend is omdat:

- die aantal wandelpaaie beperk is (Mellvillepiek is toegeset, Tierkop is nie meer beskikbaar nie, Doringrivier is duur, ens. ens.) Gevolglik moet besluit word watter roetes herhaal moet word (daar is 52 naweke in 'n jaar);
- seestappe word beïnvloed deur hoogwatertoestande op Dinsdae en Saterdae - in die afgelope semester was slegs 2 seestappe moontlik omdat hoogwater op die ander dae te láát voorgekom het bv. 08:00 - dit maak 'n seestap ongerieflik';
- ons ook nie elke Saterdag 'n vérstap bv. Millwood, Natures Valley, Robberg, Attekwas, as 'n dagstap kan benut nie - petrolpryse is darem ook baie hoog en toegangsgeld by Goukamme is R5 - R10 per persson; Doringrivier R10 - R20 per persoon. Ver ry plus toegangsgeld maak sulke dagstappe duur.
- mens ook nie elke 2de of 3de Saterdag dieselfde roete oor-en-oor wil stap nie.

Programmaak is voorwaar moeilik en dit neem ure se bespreking in 'n bestuursvergadering in beslag. As u dalk weet van wandelpaaie wat redelik naby is, skakel die bestuur asseblief.

2. Hiermee wil ons graag 'n dringend beroep op stappers doen om **nie** van die geskeduleerde roete van die dag af te wyk, te verander, 'n ander roete met 'n paar ander stappers te reël nie - dit maak ons program en ons werk belaglik in plaas van dat dit waardeer word. Dit is ook een van die redes waarom ons nie ons programme aan Suid-Kaap Stereo, Inligting of die sportwinkels beskikbaar wil stel nie, want buitepersone mag op die program reageer, opdaag by die vertrekpunt net om uit te vind dat die roete verander is of dat 2 of 3 of geen stappers stap nie ('n oordrewe voorbeeld maar tog geldig) - sulke mense kan ons kwalik neem dat ons op 'n ander roete stap as dié waarvoor hulle gekom het. Dit laat ons met rooi gesigte.

3. Dit gebeur soms dat stappers om een of ander rede vroeër wil omdraai. Niemand het beswaar hierteen nie, maar dan **moet** u asseblief vooraf, vóór vertrek, reël met die leier dat u plus nog 2 of 3 persone op 'n bepaalde tyd wil omdraai. Dit is noodsaaklik om veiligheidsredes. Ons kan nie toelaat dat 'n persoon of twee omdraai nie - veral nie in die berge nie of op openbare paaie nie. In vandag se tyd is dit gevaarlik ! of moet ek sê is dit veilig totdat ons wreed ontnugter word.

4. As u nie Georgepiek/Groeneweide of die roete van die program wil stap nie, moenie wegbly nie. Kom gerus na die vertrekpunt en ons reël 'n ander roete vir 4 of 6 persone - dalk besluit die hele groep om saam met u te stap.

5. 'n Baie belangrike, ou-ou, gebruik is dat wanneer die voorste stappers op enige punt kom waar daar 'n afdraaipunt, of kruispad of 'n vurk voorkom, hulle moet stop en wag totdat die res van die stappers, ja ook die heel agterste stappers, aangekom **en** vir 'n minuut of twee gerus en 'n slukkie water geneem het. Die leier sal dan opdrag gee in watter rigting verder gestap sal word.

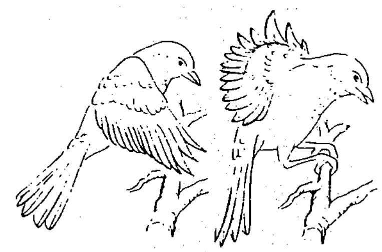
6. Ons moet ook nie toelaat dat die stapgroep te ver uitrafel nie - veral op die Saterdagstappe. Ons stap mos om te ontspan, om die stap te geniet, mekaar te leer ken en te bemoedig, grappies te deel, die blomme te soek, die natuur te geniet en om diegene wat op Dinsdae werk ook die geleentheid te gee om saam met ons rustig, in goeie gees en opgeruimde luim die stap mee te maak en nie gebind te wees aan die terugkomtyd nie. Waarom sal ons so 'n stap opdons met 'n <u>resies oor ??? km</u> om vóór 12:00 tuis te wees - Saterdag is 'n heeldagstap. Bring jou ontbyt, teetyd en middagete saam - dit bly maar lekker en gesellig - Saterdae is geen oefendae nie. Dinsdag is die oefendag??

7. Neem tog asseblief anti-histamien, anti-muskiet/muggie, pleisters, sonblok en veral water op u stappie saam. Ek onthou hoe ons op 'n dag by Eight Bells deur 'n swerm bye aangeval is. Die uwe het maklik 20 - 30 bysteke in die gesig en op die rug gehad - was dit nie vir die PREP nie sou dit sekerlik allergieë en pyn tot gevolg gehad het. Praat nie van die dag by Robberg toe ons so byna-byna op 'n yslike pofadder getrap het, of die dag verlede kwartaal, toe 'n yslike slang vanuit die bosse soos 'n ballerina op die blare van die varings tussen ons deur gesweef het. (Op pad vanaf Rondebossie het ons ± 6 duidelike, vars olifantspore teëgekom. So - vat jou pleisters saam.)

8. Lees u program deeglik elke week voor u u eie stap beplan. Val liewer in by u klub se program en bevorder samehorigheidsgevoel, lojaliteit, eensgesindheid en 'n suksesvolle stapjaar. O ja, bestudeer en neem deel aan die uitslaapstappe - dit is heerlik - dit maak jou kop skoon - dit stof die "stress" af - dit vernuwe jou gees en - die natuur kruip onder jou vel in. Bespreek jou plek vroegtydig by sekretaresse of leier vóór of op die aangeduide datum. So word reëlings vergemaklik en die spanning verlig, want die betrokkenes weet "daar is genoeg belangstelling".

9. Baie welkom aan ons nuwe lede

Dick en Rita Els
Hester en Deon Bosch
Rachel Jordaan



Geniet die stappe vir die tweede semester.

Gys Verwey

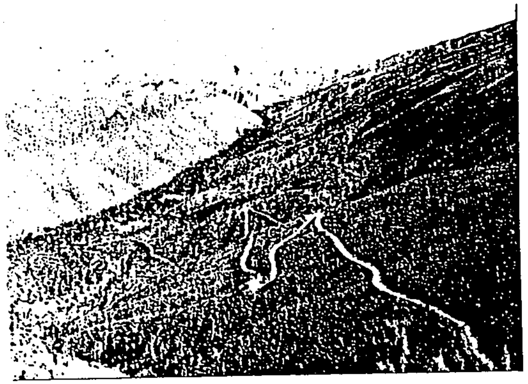
GEBED VAN 'N BOOM

"Jy wat verbygaan en jou hand teen my wil lig, luister eers voor jy my leed wil aandoen. Ek is die hitte van jou haard op koue wintersnagte, die vriendelike skadu wat jou teen die somerson beskerm en my vrugte is verfrissende drankies wat jou dors op jou reis sal les. Ek is die balk wat jou huis saamhou, die blad van jou tafel, die bed waarop jy slaap en die timmerhout wat jou boot sal bou. Ek is die handvatsel van jou skoffel, die vloer van jou woning, die hout van jou wieg en die huls van jou doodskis. Ek is die bron van goedhartigheid en die blom van skoonheid. Jy wat verbygaan, luister na my gebed en doen my geen leed aan nie.

GAMKASKLOOF

deur Elsie Verwey

Vroeg die oggend van 29 April vertrek ons, ons kinders en vriende na Gamkaskloof om die kloof weer te gaan herontdek. Dit was my en Gys se sesde besoek aan die kloof. Gamkaskloof is vir ons 'n stukkie mooi van ons land. Om die kloof binne te gaan van die kronkelpaadjie op die Swartbergkruin af, is 'n gesig om nooit te vergeet nie. Vir ons is Die Hel glad nie 'n



Die pad na onder. Elandspas. (Foto: Paul A Coetzer)

gepaste naam vir die pragtige plek nie ... maar indie volksmond sal dit seker so bly.

As jy kan stilhou net daar waar die kronkelpad begin, dan ontvou die allermooiste toneel van 'n grasgroen vallei tussen berge wat skuinslê in 'n V-vorm voor jou. In 1941 was daar die volgende landmetersbeskrywing van die kloof: Oos, wes, suid en noord is omring deur rotse, ontoeganklik behalwe deur die Gamkarivier-bedding.

Ene Koos van Zyl het die pad vanaf die Swartbergpas na die Gamkaskloof gebou. 'n Afstand van 52km. Hy sê die volgende oor homself met betrekking tot die padbouery. "Toe hy die pad af Hel toe gemaak het, het hy menigmaal kruiptrekker-en-al amper gat-oor-kop die Hel ingedonner".

Ons het ook al uitgevind dat die beste manier om 'n plek te verken, is deur dapper en stapper want dan sien jy die plek soos die Skepper dit gemaak het. Gamkaskloof se berge moet definitief uitgeklim word as jy rêrig iets van die kloof wil sien.

Vroeg die volgende oggend vertrek ons na die Leer om op die Klowers se voetspore die kronkelpaadjie van die leer uit te klim. Wat 'n wonderlike ervaring!!

Ons was bevoorreg om die sleutel van die hek te kon hê omdat ons in een van Dr. Allright se gerestoreerde huisies kon bly. Ons kronkel die baie steil pad met ons seun se Landrover op tot bo-op die berg en anderkant weer af tot by die Lapa waar ons die Landrover parkeer. Ons kry die boom waarop die name uitgekerf is en bestyg die berg. Eers moes ons oor die klein riviertjie

Die kloof van die westekant af. (Foto: Paul A Coetzer)

sukkel. Die paadjie genoem "Die Leer", is maar steil en baie klipperig. Die weer is ideaal vir stap. Elke nou en dan verwonder ons ons aan die valletjies-valletjies berge, die grasgroen kloof en die pragtige blou lug. Terwyl mens so stap dink jy in groot bewondering aan die mense van die kloof wat hulle Dover-gietysterstowe op Calitzdorp gekoop en dit op hulle skouers die kloof ingedra het tot in die kombuis. Daar word vertel dat toe Piet Cordier sy Dover-stoof gekoop het, hy dit met 'n handvol goue munte betaal het. 'n Ander storie wat ons gehoor het, is dat nadat die skooltjie gebou was, het een van die klowers "getender" om die skoolbanke een vir een via die leer die kloof in te dra!

Ons stap tot bo en kom by die leë drom en kraaltjie waar die klowers hulle blokvye, rosyne, koring, dierevelle ens, aan handelaars en smouse geruil het vir tee, koffie, suiker, negosie en sis.

Ons is die steil pad weer terug. Die afkom was amper moeiliker, want die klippe is los en ons is maar bang vir been-breek. Aan die voet van Die Leer kom ons weer by die stroompie water, groen gras en bome. As jy daar gaan lê met jou moeë liggaam, dink jy dadelik aan Psalm 23.

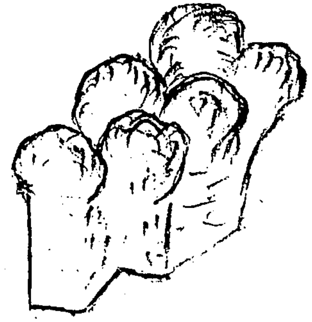
Ek wil saamstem met Sue van Waart: Die Hel is werklik 'n hemel op aarde. Eenvoudig pragtig! 'n Wonderlike wêreld. Die lug skoon en vars. Volop bome. Die skoon reuk en die gemurmel van die vele waterstroompies en die honderde voëls wat rondvlieg en sing. En ... 'n rustige hemelse stilte!

Ek kry die volgende uit Sue van Waart se nuwe boek - Die Hel-vallei van die leeus - wat ek so graag met u wil deel.

Die legende, tant Lenie Marais, in wie se ou huisie ons kan oornag as ons daar gaan stap, het, nadat die Kloof leeggeloop het in Prins Albert gaan woon. Dit was vir haar 'n baie groot aanpassing. Die dorpenaars het vir haar heeltemal te laat opgestaan. Die bakker van Prins Albert was die enigste een wat darem 'n bietjie vroeër opgestaan het. Hy het reeds vieruur begin werskaf in sy bakhuis.

Een oggend toe hy met sy dagtaak begin, kom tant Lenie daar aan netjies "opgedollie" en reg vir die dag. Hy wil toe van haar weet " Tant Lenie, jy't so baie en so hard in jou lewe gewerk - hoekom rus tante nie nou nie?"

Tant Lenie se antwoord: "Kyk, ek het vir my dogter gesê as ek die dag doodgaan, moet hulle my tog maar gou begrawe, want ek wil dadelik begin spook!"



GESONDHEIDSBESKUIT

6 Koppies koekmeel
4 koppies ontbytgraan
(ek gebruik Muesli)
10 teelepels bakpoeier
½ teelepel sout
2 koppie suiker

Meng al bogenoemde bestandele.

Roer met houtlepel die volgende by:

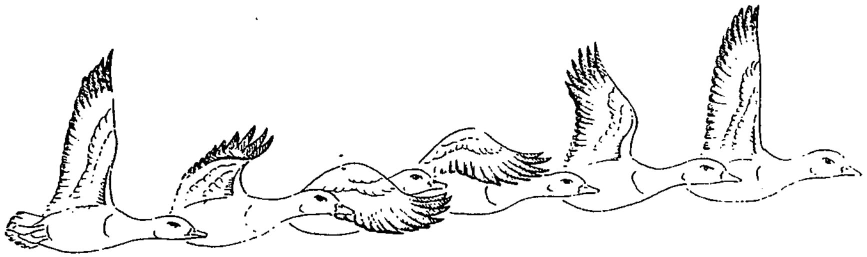
500 g gesmelte margarien
2 koppies melk

Bak in oondplaat 30 - 45 minute by 180g C

Dit is 'n baie maklike en heerlike resep.

KOM ONS LEER BY 'N SWERM GANSE

Elkeen van ons kan 'n paar lesse leer by ganse ......



Ganse wat in 'n V-formasie vlieg veroorsaak 'n volgstroom en voeg daardeur 71% ekstra vliegafstand by hul kapasiteit.	**Les:** Indien ons as stappers, as Afrikaanse kultuurorganisasies, as Afrikaanssprekendes en as Suid-Afrikaners saamwerk, kan ons baie meer bereik as wanneer ons individueel optree.
As 'n gans uit formasie vlieg, voel hy skielik die lugweerstand. Daarom beweeg hy vinnig terug om die voordeel van die volgstroom te benut.	**Les:** Kom ons bly in formasie agter diegene aan wat lei. Kom ons aanvaar die hulp van samewerking.
Die gans wat voor vlieg, word soms moeg. Dan val hy terug en 'n ander gans neem die voorhoede in.	**Les:** Dit is lonend om beurte te maak om die harde werk te doen. Ons moet mekaar se unieke vaardighede, vermoëns, vindingrykheid en talente erken en benut. Kom ons leer om te delegeer en die werk te verdeel.
Ganse wat in formasie vlieg, kwaak aanhoudend om dié wat voor vlieg aan te moedig om hul spoed vol te hou.	**Les:** Ons moet seker maak dat ons ons leiers aanmoedig en ondersteun. Individuele bemagtiging is die resultaat van kwaliteit-steun.
Wanneer 'n gans siek word, sal twee ganse saam met hom uit formasie val en hom grond toe begelei om hom te help en te beskerm.	**Les:** Ons moet die swakkes onder ons versterk, die moedeloses moed inpraat, die mense met hartseer vertroos en dié in nood help.

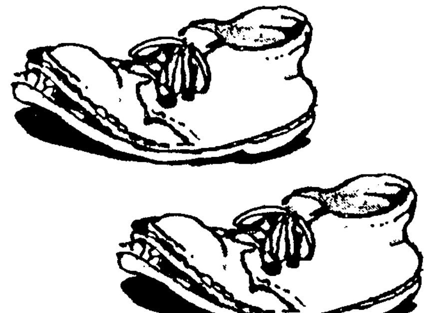
Watter hulp en ondersteuning is ek bereid om aan ander te verleen?
Is ek deel van die probleem of deel van die oplossing?

STAP OP MENSEREGTE-DAG

- Elsie Verwey

Dit is Dinsdag. Ons kyk op die almanak. Ai wat 'n heerlike vakansiedag vir hulle wat elke dag moet werk. Nogal Menseregtedag. Dit maak die dag nog aantrekliker en baie meer uitdagend. Ons in hierdie nuwe Suid-Afrika hou mos daarvan om 'n bietjie op ons regte te staan.

Vyf van ons besluit om 'n heerlike Dinsdagstap te geniet (tot groot ergenis van Gys want Dinsdag is mos Berg-en-Dal dag). Oom Tom is gewillig om ons leier te wees. Ons stap 'n paad-



jie wat vir ons deels bekend en deels onbekend is. Wat 'n wonderlike voorreg om 'n leier te hê wat ons bergpaadjies so goed ken.

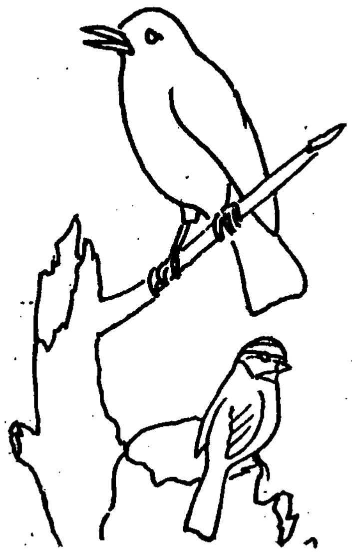
Baie bekend by ons is ons eetplekke. So neem ons toebroodjies, tee en vrugte saam want ons is mos ook die lekker ou hap-en-stap groep.

Ons vertrek vanaf Dikkop, die ou bekende paadjie tot by die treinspoor. Hier ontbyt ons en sit heerlik oor ditjies en datjies te gesels. Magdaleen oortuig my byna dat ons met 'n nuwe roete tot daar gekom het. Die opdraend van die rivier af het ons, volgens haar, heeltemal mis geloop. Die enigste opdraend was die bekende een tot by die spoor. Ons het so lekker gesels en na die geroep van die voëls geluister (Rose kon selfs 'n paar voëls se gewoontes en geluide met ons deel) dat die opdraend vandag heelwat platter en korter was. Ons stap 'n endjie, klim op die treinspoor vir 'n kort-kort entjie - klim teen 'n hoë wal, wat ek nooit weer sal kry nie, net oom Tom weet waar die afdraai is, uit en begin stap tussen hoë grasse en bome. Magdaleen noem die grasse afleiers. Die weervoorspelling was 'n hoë 35 grade Celcius maar ons voel niks. Dis heerlik koel tussen die hoë gras en bome.

Skielik is daar 'n uitroep en oom Tom roep ons om gou-gou nader te kom. Langs die pad sien ons 'n pragtige, lenige, swart slang. Mnr. Slang het ons seker hoor aankom. Met sierlike soepel bewegings seil hy tot bo-op die lang varingblare waarop hy gewigloos beweeg van tot tot top totdat hy tevrede was dat ons net sy gebied met hom vir 'n klein rukkie wou deel en niks meer nie.

Met die geruis van borrelende waterstrome stap ons verder deur driffies - Carlien se nuwe skoene sopnat. Hulle moet mos maar nat word - ook as hulle in die Drakensberge wil gaan stap. By 'n stroompie oor die pad maak ons ons waterbottels vol van die heerlike koel vars water vir vanaand wanneer "die Boeing oor is". Hier sit ons vir 'n wyle, eet die laaste toebroodjie - kyk na die groot ou skuimbal wat op en af in die stroom beweeg asof dit asemhaal en luister na die gemurmel van die watertjies. Ons is maar traag om op te staan en verder te stap. Ons voel lus om die lekker, mooi en aangename geure in 'n bottel op te vang, te verseël en vir later by die huis te bêre.

Dankie tog vir Menseregtedag. Dankie vir vriende met geduld. Dankie Liewe Heer vir gesondheid en krag om dit te kan geniet, te voel, te ervaar en in te asem waar die vier wiele van ons ou motortjie ons nie kan bring nie.



STAPPERS REëLS

Kitty Williams

Die eerste uitgawe van "Opsaal" (1992) lê hier voor my. Agt jaar verby; 'n kort deeltjie van 'n sewentigjarige se lewe, maar 'n groot hap uit die deeltye wat nog oorbly nadat jy afgetree het.

Ek is gevra om die geskrewe en ongeskrewe reëls van stap te herhaal vir diegene wat dit nie gelees het nie en ander wat dit al vergeet het.

Alhoewel ek nie meer gereeld saamstap nie, hoor ek dat bymekaarbly (Reël 4) steeds 'n tameletjie is. Dit sal altyd so wees want dis moeilik vir vinnige stappers om te drentel en onmoontlik vir stadige stappers om te draf. Wanneer die haastiges dan noodgedwonge moet wag, haal hulle uit verveling die kospak uit. Teen die tyd dat daar vir ete moet uitgespan word, is hulle kosblikke al leeg en daar word nooit genoeg tyd gegun om rustig vir ete te ontspan nie.

Dis egter 'n probleem wat met elke stap volgens die dag se roete en stappers opgelos moet word.

Berg-en-Dal bly steeds die lekkerste klub met die vriendelikste lede.

Onlangs, op Riversdal, met die pakdraers in die berg en slegs Eva Molzen, Lina en ek in die chalet, is daar half-drie die oggend 'n klop aan die venster.

"Kom binne!" roep Eva die nagtelike besoeker toe wat toe 'n vrou van twyfelagtige karakter blyk te wees wat slaapplek soek!!!

Gelukkig was Lina meer nugter.

1. Stappers moet te alle tye besef dat hulle op eie risiko stap.

2. Die aangewese leier van 'n groep is sover moontlik verantwoordelik vir die veiligheid van stappers. Hy/sy moet in alle opsigte gehoorsaam word. Stappers mag slegs van die groep wegbreek met die toestemming van die leier. Daar moet ook 'n sterk, geduldige stapper aangewys word om na die stadiger stappers om te sien.

3. Alle stappers moet behoorlik gekleed wees vir die betrokke stap/klim. Die regte skoene (en sole) is uiters belangrik. Tennisskoene is vir tennisbane en nie vir ons Kaapse berge nie. Dit maak nie saak hoe die weer in die oggend lyk nie, 'n windwerende anorak of baadjie, 'n bottel water, pleisters en rekverband behoort saamgedra te word.

4. Die leier besluit al na gelang die moeilikheidsgraad van die stap waar en wanneer stilgehou word vir tee en/of middagete. Op lang en moeilike stappe moet stadiger stappers genoeg tyd gegun word om behoorlik te rus met ete. (Die genot van bergpieke is die uitsigte en nie hoe vinnig jy weer kan afhardloop nie - al wag die krieket of rugby).

4. Natuurbewaringsreëls moet nagekom word, o.a. geen vure, geen beskadiging of verwydering van plante en blomme. Seep, tandepasta en skoonmaakmiddels moet nie in riviere gebruik word nie. Sanitasie is vandag een van die grootste kopsere met die groot aantal stappers op ons wandelpaaie en in die berge. Gebruik wit papier en begrawe alles. (Wees dankbaar ons word nog nie gedwing om alles uit te dra nie!) Moenie slegs klippe gebruik nie - die bobbejane keer dit om agter skerpioene aan.

6. Vergeet alle sneesdoekies by die huis en dra manssakdoeke saam.

7. Geen, en ons bedoel geen ander afval (skille, eierdoppe, ens. ens.) moet in die veld agtergelaat word nie, veral nie op paadjies en stilhouplekke nie. Dra plastieksakke saam om vullis terug te dra. Kinders moet van jongs af in veld-etiket gedissiplineer word en by volwassenes moet dit tweede natuur wees.

8. Jou uitstappie geniet?

Gee iets terug en trek 'n paar indringerplante uit.

My eerste Maanlig uitstappie

Die maan is helder, groot en rond. Die sterre skitter. Die hoë cirrus-vliesies wat soos kapok rondswewe, skep 'n allemintige romantiese atmosfeer. Lina het geskakel en ons genooi om op 'n maanlig uitstappie na Glentana te gaan. Die aand is reg.

Sowat agt of nege van ons is almal saam

in Bert en Sonja van Walbeek se Volkswagen mikrobus. By Glentana aangekom besluit ons om eers in 'n oostelike rigting na die rotse te loop. Pragtig - die strand lê wyd, oop en wit. Die see is kalm en spieëlblink. Ons is in ekstase. By die rotse besluit ons dat dit te moeilik en te gevaarlik was om verder te gaan. Ons draai om en begin in 'n westlike rigting te stap.

Skielik is daar 'n gil - 'n fratsbrander storm aan. Een en almal spring om teen die steil rotswand te probeer padgee. Austin bly egter staan. Hy word nat tot by sy boude. Die brander slaan teen die rotswand vas en spat op. Selfs diegene wat 'n riffie in die rotswand gekry en probeer klou het, is ook maar nat tot by die bo-dye.

Die brander sak terug - skielik bars almal uit van die lag. Is dit as gevolg van die skok of die komedie? Niemand kan uitgepraat raak oor die fratsgolf nie.

Ons stap verder wes, ver by die parkeerterrein verby. Die dun luggie maak ons bene koelkas koud.

By die bussie aangekom, pluk Louise 'n mandjie uit, pak 'n ry likeurglasies uit en vul dit met sjerrie. Sommige was baie verbaas - vir ander was die sjerrie 'n welkome drinkdingetjie.

'n Onvergeetlike aandjie - dit sal ons altyd bybly.

- Barry van Ginkel

WEDSTRYD

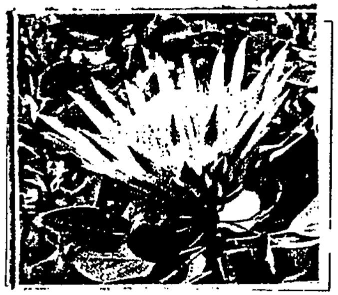
Ontsyfers die name van die tien Drakensbergstappers en wen 'n Drakensberg-vakansie op eie koste -

Sal omie sê sy dink haar Car se lien het
Sy dinges gesien
Matie ek sê vir jou sy Wil na die berge gaan
Of jy nou wil of Willie Hê nie. maar Annie
Allen lange kettingleer moes jy swaar beur
As ons eers die kiekies het sal ons Anneke-kies
Sien dis glad nie Fun-nie.

'n Ou lid kwyl en dwaal
deur Kitty Williams

Ons het in 1989 by Berg-en-Dal aangesluit toe hierdie wêreld nog nuut en onontdek voor ons gelê het. Om 'n Saterdagklim oor te slaan was ondenkbaar. Koue en reën het ons nie (soos tans) dieper onder die komberse laat inkruip nie. Vroeë aanvangstye het ons nie gepla nie. Wegslaapstappe was 'n lekkerte om na uit te sien, pakdra en pret, swaarkry en sweet, sneeu in November.

Name wat die verbeelding laat loop. Die Tronk, die Hel, (nie Gamkaskloof se Hel nie, maar 'n diep canyon by Groot Winterhoek met die mooiste en seker een van die grootste swemgate in die land, waar jy na die "onderwêreld" moet afdaal om in die lekker-gril swart dieptes te swem.



Die Tronk was vol toe ons in 1992 daar aankom. Toe slaap ons in Die Skuur. Die volgende dag sou ons afdaal na Die Hel, maar toe kom die reën. Die hele dag sit ons op kafbale in die donker skuur na buite en tuur - en dit reën! Toe het ek nog nie geweet dat 'n skaars tolbos daar naby groei nie. (vir die plantmense: (*Leucadendron diemontianum*).

Voordat ons Tronk toe gegaan het, was ons by Die Galg (naby McGregor) - niemand kon nog 'n bevredigende verklaring vir die naam gee nie. Die paadjie vanaf Die Galg na Greyton loop verby nog 'n prentjie-mooi swemgat.

In 1994 het ons begin om proteas te karteer en gou uitgevind jy kan nie saam met die klub stap en terselfdertyd herwaarts en derwaarts klim om protea-spesies te tel nie. Dit het ongelukkig direk aanleiding gegee tot my "afsterwe" van die klub. Wegslaapstappe het my egter die geleentheid gegee om ander areas se proteas te ontdek.

Jare gelede toe ons na 'n bitter koue klim agter die rotse bo-op Sleeping Beauty teen die wind skuiling gesoek het, het ek ook nie geweet dat ons letterlik bo-op 'n baie skaars tolbos sit nie. (*Leucadendron radianum*). Niemand het dit in daardie stadium al gekarteer nie, alhoewel plantkundiges reeds 'n voorbeeld na Kaapstad se Herbarium gestuur het.

Onlangs was ons weer Riversdal toe - insluitend Hennie Mouton met 'n pas toegewerkte lyf en die uwe wat nie die hitte kan hanteer nie. Toe ons Nekkies oorsteek en die miswolke koel lafenis bring, word ons verwelkom deur een orgidee - *Disa ferruginea* - 'n helder rooi sieraad in die pragtige groen fynbos.

Hierdie orgidee het volgens plantkenners, die voorkoms van *Tritoniopsis triticea* aangeneem om die skoenlapper wat by laasgenoemde blom nektar soek te flous en aan te lok. Sodoende word die nektarlose orgidee bestuif sonder om vergoeding aan die skoenlapper te skenk.

Dit gebeur heel dikwels in die plantewêreld want dit verg baie energie om nektar te vervaardig. Sommige blomme het selfs "diefwering" teen nektardiewe ontwikkel.

Ons was onlangs weer na Besemfontein (naby Seweweekspoort) om die jong plante van *Protea pruinosa* wat na die laaste brand opgekom het, te tel. Hierdie skaars sneeuprotea groei slegs op 'n paar plekke bokant 1800m in die Swartberge.

Met ons aankoms was die pieke in koue swart wolke gehul, gevolglik het ons die eerste dag onder na Verlorenhoek toe, gestap.

Die volgende dag, helder en sonnig, is ons op na die pieke, waar 'n feëwêreld op ons gewag het. Die wind het die nat sneeu, veral op die swart geraamtes van proteabosse in 'n sprokieswêreld van yskunswerke omskep. 'n Mens kon "glasornamente" van die struike, rotse en grashalms pluk. Selfs ons Duitse vriendin Heide, was sprakeloos by die aanskoue van soveel skoonheid. Die uitsigte in alle rigtings het ons telkens laat sit om net te kyk en te geniet.

'n Ander bekende sneeuprotea is die *Protea cryophila* (sneeublom) wat hoog op Sneeuberg in die Sederberge byna ongesiens blom. (Die Latynse "cryophila" - "lief vir koue" - en die volksnaam "Sneeublom" getuig altwee van die protea se voorkeure.)

Gee vir my berge en sneeu en fynbos. Ek wil hê die tyd moet stilstaan sodat my bene my vir altyd na die pieke kan dra.

OUDAG MEMORIES

- Salomé van Wyk

'n Visserman se silhoeët is afgeëts teen die agtergrond van alle skakerings van pienk, pers, blou, grys, oranje. Die kleure is spatsels teen die vlieswolke. Die Groot Skilder voltooi nog 'n meesterstuk.

Ons sit op die sand met ons rue teen 'n sandwalletjie. Ons teug welgehaaglik aan 'n glasie vonkelwyn. Vroeër het ons die drie tente langs mekaar opgeslaan. Ons is in die baaitjie by die Glentana wrak. Ind ie skemeraand lyk die ou geroeste wrak romanties. In my verbeelding hoor ek 'n orkes speel op die dek.

Allan vertel dat hy gelees het oor die wrak. Dit was nie 'n "grênd" passasiersboot nie, maar 'n sleepboot wat in 1902 daar gestrand het. Daar waai die romantiese beeld van die orkes weg met die wind. Die ou baaitjie mag nou idillies voorkom, maar die see en elemente kan so onvoorspelbaar wees. Dit was amper 100 jaar gelede. Mens voel so afgesonder hier in die baaitjie, amper soos dit moes gewees het vir daardie seemanne van destyds. Bokant die baaitjie is daar een huis. Hoe kan 'nmens so gelukkig weesdat jy jou eie huis op jou eie private strand kan hê? Rose en Dick vertel dat hulle al die eienars ontmoet het. Hulle dra al hulle benodigdhede af teen die koppe. Dit is 'n steil voetpaadjie. Vir die privaatheid moet hulle 'n prys betaal. Ons stem almal saam dat mens net die mooiste en beste dinge van die natuur kan beleef as jy bereid is om 'n bietjie te "suffer."

Die stappie en bietjie klouter oor die rotse vroeër was beslis die moeite werd. Louise het regtig 'n spesiale "spread" vir Allan en Carlien se verjaarsdag saamgebring. 'n Tafeldoek, met blomme, verskillende lekkernye en kerse in papierkardoese. Ons gaan stap almal 'n draai om die feestelike beeld gade te slaan. Niemand het 'n kamera gebring nie, maar die oomblik, die eraring word in ons harte vasgevang. Hierdie is 'n oudag "memory"!

MONTAGUEPAS IN 'N NUWE LIG,

Een van die stappers vra my of ek dan nog nooit Montaguepas gestap het nie. Weet ek dan nie waar stop ons vir ontbyt nie? Montaguepas was nie altyd die "filler" vir Berg-en-Dal. As dit reën of te veel gereën het of om watter rede die gereelde stap nie gestap kan word nie, dan stap ons maar

weer Montaguepas. Ek onthou daardie keer toe ek en Annekie en Carlien besluit het reën is nie vir ons nie en die res van die groep het in die reën die pas opgepiekel terwyl ons heerlik ontbyt ge-eet het by die Holiday Inn.

Daar was die ander keer toe ons die Basaar op Herold bygewoon het in ons stapkleree en toe weer terug tot by die tolhuis, na pannekoek en koeksisters. By 'n ander geleentheid het Lenie de Haan grond gekoop op die gladde gruisies en toe laat Magdaleen nie op haar wag nie en val sommer behoorlik. 'n Voertuig moes haar 'n geleentheid gee George toe en haar hand moes 'n paar steke kry.

Dan was daar die kere wat ons Cradockskloofpas opgestap het en Montague af. Ek het dit nooi geniet nie, want dit was gewoonlik in die hitte van die dag op 'n grys wit pad wat hou oë verblind en jou gesig rooi laat brand van die weerkaatsing. By 'n ander geleentheid het ons die pas vroegoggend opgeloop en dan met Cradockskloofpas afgekom. Dit was altyd vir my die lekkerste. Eenkeer het ons gesukkel omdie paadjie deur die rivier opna die Tolhuis te kry. Toe was daar nog hoë dennebome rondom die tolhuis en kon ons nie die tolhuis van onder van die rivier af sien nie. Dit het 'n geboendoe"bash" gegegee en het die oorleewingsdrang in ons almal uitgebring. Daardie stuk terug vanaf die Tolhuis tot by Witfontein was toe vir my nog baie langer as nou. Miskien omdat mens ge-isoleerd gevoel het tussen die hoë denne. Nou is dit oop en kan jy sien tot by Witfontein se rooidakhuisies.

Ek kan nog onthou toe ons nie na die Tol opgegaan het nie, maar berglangs terug na Witfontein. Oom Tom het ons dan altyd daar by die rivier gegroet en geloop huis toe. As ons dan by ons voertuie kom, sit hy lankal aan by die brugtafel. Dit het my altyd baie beïndruk.

En nou, nou wonder julle waar kom ek vandaan en dink Montague is 'n vreemde verskynsel vir my. En dit is nuut. As mens so lank laas gestap het soos ek, dan is selfs Montague 'n nuwe ervaring. Miskien moet die klomp wat so vooruit gejaag het ook weer soos 'n nuweling gaan kyk na die wonder van elke stap. Daardie groen bome en varings hier onder die kloof by Malgas en die rotsoorhange. Selfs die ou brug en die name van die draaie. Die wonderskoonheid van Losberg. En dan

die son wat bak op jou rug en die welbehaaglike teug aan die koppie rooibos. Ja, ek weet waar eet mens ontbyt op Montaguepas. Weet jy nog?

GOD SAL SY BELOFTES HOU

Is daar riviere wat vir u

onoorbrugbaar lyk?

Is daar berge wat vir u

te hoog is en waardeur u

nie kan tonnel nie?

God spesialiseer in die

onmoontlike!

Vertrou hom met u probleem!

Vra nie HOE nie, wees net stil;

Vra nie WANNEER nie,

wag op Sy wil;

bly slegs op Sy Woord vertrou;

GOD SAL SY BELOFTES HOU!

Jubilee Creek

Jubilee Creek was by sy eerste kennismaking 'n baie vreemde omgewing vir ou Oosie.

Ons het parkeer by Krisjan se Nek. Almal het so baie gesels dat jy nie kan sien waar jy loop nie. Dit hou net padlangs.

Toe ontbyttyd aanbreek, maak ons kennis met Jubilee Creek. Vandaar verder na Millwood.

Hendrik Mouton en nog 'n paar wil eers gaan besoek aflê by die ou Mynmuseum. Oosie, Gys, Elsie, Annie en Joey wag toe maar by die wegbreekpunt waar die ou begraafplaas is. Gys besluit om die geeste te gaan groet terwyl die ander 'n ruskansie geniet. Joey het egter ander planne. Sy sal stadigaan vooruit gaan totdat die gevolg haar later inhaal. Oosie besluit hy sal saam met Joey stap.

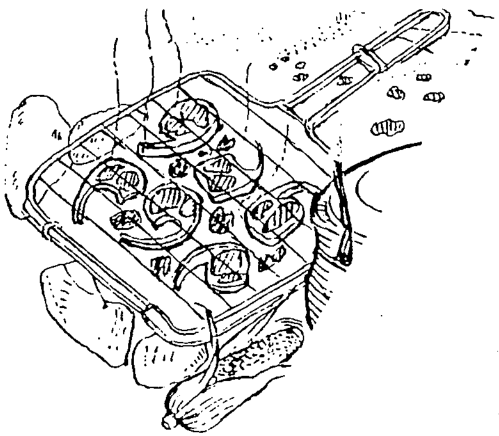
Die pad moes iewers 'n verkeerde draai gemaak het, want Jubilee Creek groet Oosie en Joey vir die tweede keer. Terug met die verkeerde pad! Min kilometers word later baie kilometers. Naderhand sê Oosie: "Kom Joey, die groep braai al vleis by Krisjan se Nek." "Wag Oosie" sê Joey, "eers 'n bietjie rus."

Toe verskyn daar 'n motor op die verkeerde pad. Wie die blyste was, Joey of Oosie, bly 'n duistere geheim. Annie en Elsie het ons kom soek en gevind, kort duskant die verkeerde draai op die regte pad.

By Krisjan se Nek is alles gereed. Almal wil weet waar Oosie en Joey was, lag en braai lekker saam - 'n groot opgewondenheid ná die stap.

So tussendeur vertel Oosie: "Ons voete was oppad na Krisjan se Nek, maar ons het by Jubilee Creek uitgekom." Toe vertrektyd aanbreek groet almal mekaar en Rose sê: "Wag mense, laat Oosie eerste ry. Vat hy die pad oos, dan gaan ons wes!"

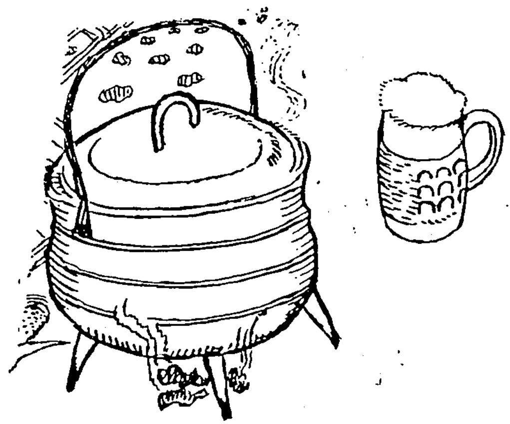
\- Oosie Oosthuizen



'N GESELSPOTJIE

Hoe lyk dit?
Wat van 'n gesellige geselspotjie?

Om ons vriendskappe te versterk, ge-



sellig te kuier rondom smaaklike hoender- en vleispotjies, so teën die 2de helfte van Augustus 2000.

Nee, dis nie 'n grap nie. 'n Paar ouens het al gepraat hieroor. Die gedagte is:

1. Elkeen wat wil kom, betaal R10 per persoon waarmee die potjie-bestandele, rys, meel vir brood en patee aangekoop sal word.
2. Elkeen bring sy eie stoel, eetgerei, koppie en drinkgoed.
3. Oosie bied aan om die potjies te berei met die hulp van Gys, Barry, Allan en Erhard.
4. Voorlopige datum - Sondag 20 Augustus om 10:00 of sou gou as moontlik na kerk te Dwarswegstrand.

Indien jy belangstel, skakel met Elsie (tel. 8840290) so gou as moontlik. Dit kan net 'n groot lekkerte wees - die potjiemaker ken sy storie!

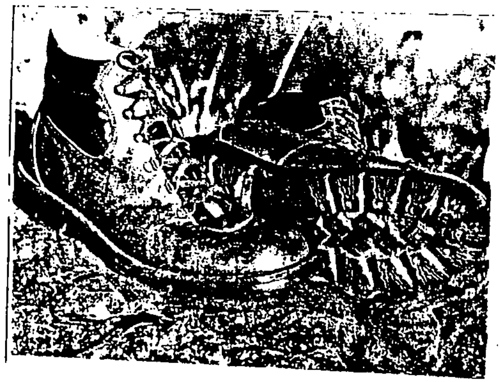
VOETSLAAN

- deur die Moutons

GENADENDAL VOETSLAANPAD

Op 17 Maart 1999 vertrek Eddie, Austin, Lenie en die Moutons na Genadendal. Ons oornag in die gerieflike hostelle van die Morawiese Kerk.

Op die 18de stap ons in warm weer op 'n goeie pad oor die berge na die karooplaas "De



Hoek" waar daar gelukkig koue storte en 'n werkende gasstoof was. die volgende dag loop die roete langs 'n jeeppad en klim ± 400 meter tot bo-op die berg. Verskeie spesies fynbos word hier aangetref.

Nou daal die roete na Genadendal war ons net na 13:00 aangekom het - 28 km afgelê. Hierdie roete is die moeite werd om te stap.

BOESMANSKLOOF
(Greyton/McGregor)

Op 20 Maart 1999 stap ons vanaf Greyton deur 'n fynbosvoetpad tot by die "Greyton/McGregor" pad. Hierdie is 'n besondere mooi roete en verskeie fynbos word op die roete aangetref. Op pad vind ons 'n pragtige rooi parasiet, wat slegs op die wortels van Proteas groei. Ons stap verby die pragtige "Oaksvalle" na die "Galg". Ons klim tot op die ou roete, wat bokant die kloof in 'n rotswand doodloop. Dit word beweer dat die padbouer die pad vanaf Mc Gregor tot hierdie punt gebou het en toe met die geld weggeloop het. Hiervandaan stap ons 2 km en oornag in gerieflike hutte op mnr. Oosthuizen se plaas.

Die volgende dag volg ons dieselfde voetpad terug na Greyton en keer terug na George - dit is 'n mooi naweek met 'n roete-afstand van 28 km.

DRAKENSBERGE

Op 10 April 1999 oornag ons, Louise, Faan en Mathie te White Mountain Motel. Die volgende dag stap ons vanaf Giants Castle Natuurbewaring met die Giantsrif voetslaanpad na Giants Castle Hut. Dit is mistig en reënerig. Die rugsakke is swaar daar ons voldoende klere, tent en matras moet dra. Na 4 ure se stap en ongeveer 500 meter se klim, bereik ons Giants Castle-hut waar ons Annekie en Willie aantref. Ons skoene en sokkies is deurweek.

Die oggend van 12 April stap ons die 19 km na Loteni, waar ons groep die namiddag aankom. Ons stap oor grasvlaktes aan die voet van die majestueuse Drakensbergpieke aan ons regterkant. Die trotse elande van hierdie berge verryk verder die skoonheid en grootheid wat 'n persoon hier ondervind. Almal voel moeg, maar tevrede en ons huur 'n woonhut vir die nag. Die dame aan diens kan nie haar verbasing verberg tot sy die "ou mense" sien nie. Die volgende og-

gend verduidelik ons aan die beheerbeampte waarom ons van ons roete afgedwaal het en val in die pad, daar ons baie hoogte verloor het en nou weer na die kleinberg moes styg. Die aand slaap ons regoor Shebas Breasts. Ons het ongeveer 8 km gestap en 700 meter geklim. Die volgende oggend bereik ons vroeg die kontoerpad en volg dit rigting Giant's Castle. Die namiddag slaan ons tent op, naby Oribipas.

Die 5de dag het ons langs die Oribipas na Giant's Castle uitgestap. Alhoewel ons nie die hoofberg uitgegaan het nie, was dit nogtans die moeite werd.

SLEEPING BEAUTY EN KRISTALKLOOF te RIVERSDAL

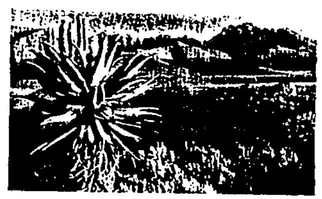
Op 23 Julie 1999 vertrek Eddie, Anna, ons Austin, Kitty en Piet na Takkieskraal. die volgende dag klim ons in ysige koue 840 m tot bo-op Sleeping Beauty. Ons skuil agter die baken en sit op die ys. Vanaf die piek het 'n mens 'n panoramiese uitsig oor die vlaktes na die see.

Op die 25ste stap ons die voetpad deur fynbos en die skaars Protea?? oor Wildehondekloofnek tot by Kristalkloofskuiling en draai terug na die Ou Tol en George.

Hierdie is 'n pragtige naweekstap wat beslis aan te bevele is.

BAVIAANSKLOOF

Op 13 Augustus 1999 vertrek Faan, Mathie, ons, Giel, Poekie, Austen, Kitty en Lenie de Haan na Baviaanskloof. Die aand sluit Allan en Carlien by ons aan. Die hutte alhier is gerieflik en word van sonkrag gebruik gemaak vir beligting. Gasstowe is beskikbaar asook storte wat deur gas verhit word. Hierdie is 'n baie mooi omgewing. Ons het daar 'n dagroete gestap en ook boesmantekeninge besigtig. Sondag ry ons die kloof af rigting Patensie. Alhoewel dit 'n grondpad is, is dit werklik die moeite werd. 'n Persoon kan 'n paar dae hier vertoef en die natuur geniet. Die afstand heen-en-weer is ongeveer 657 kilometer.



DORINGRIVIER WILDERNISGEBIED

Hierdie is 'n nuwe roete. Salomé, Eddie, Anna, ons, Faan en Mathie besluit om dit aan te pak. Die eerste been Witfontein na Tierkop lewer geen probleem nie en is aan almal bekend. Dag 2 se roete lei oor die Ou Outeniqua roete na Noordstasie en vandaar rigting Herold na Campherskloof. Die roete gaan verby Kransberg en met 'n stewige klim uit die rivier tot aan die voet van Cradockpiek. Alles gaan goed totdat ons die pad na Campherskloof moet volg. Na 'n groot gesukkel vind ons die hut wat, alhoewel nog nie volledig toegerus is nie, goeie skuiling bied.

Dag 3 stap ons teen Campherskloof uit. Alles is wel/tot op die waterskeiding, vanwaar alles afgebrand is en weer na die roete gesoek moet word. Ons volg die roete oor die hoofpad tot in die bos bokant Waboomskraal waar dit weer soek is. Hier besluit die groep - genoeg is genoeg ooringkloof aanvul, en almal keer huistoe. Hierdie roete hou baie moontlikhede in, maar moet eers goed gemerk word.

SEDERBERGE

Sondag 10 Oktober 1999 vertrek die volgende lede na die Sederberge. Eddie, Piet, Faan, Mathie en die Moutons wat gaan pakdra, asook dagstappers Gys, Elsie, Willie, Joey, Giel, Poekie, Barry en Louise. Om 13:30 is die groep te Algerië en val die ses pakdraers in die "pad" na Middelberg hut. Hierdie is 'n stewige klim Helsekloof uit, verby die waterval, deur rotse waarin Ou Seders doodgedruk is - alhoewel slegs ± 4 km gestap en 400m geklim word.

Die aand slaap die groep almal in die ou skuiling, daar dit baie koud buite is. Dag twee is dit baie koud en word die groep deur reën vertraag. Ons stap verby Jurie se berg, die Katedraalrotse, oor Grootlandsvlakte na Sleepadhut, deur Engelsmankloof na Crystal Pools-skuilings. Hierdie is 'n wenroete met sy pragtige rotsformasies.

Dag drie se roete lei langs Engelsmankloof af verby die swemgat en Van Zylsklip, waarna dit na regs swaai, teen die hang van 'n kloof uit, na die nek van Skerpioenberg. Die rotsformasies langs die roete neem verskeie figure aan, afhangende van jou verbeelding. Die roete daal nou

met Skerpioenkloof af na 'n stewige klim tot in die nek. Om 14:00 is almal by die skuiling te Boontjieskloof.

Dag vier se roete lei deur pragtige rotsformasies tot aan die voet van groot Koupoort met die Krakadouwpiek voor ons. Ons is reeds om 10:45 te Heuningvlei skuiling - 'n ou stal. Die namiddag stap ons na Krakadouwpas, met 'n pragtige uitsig oor die vlaktes.

Dag vyf. Vandag klim ons na die piek van Krakadouwberg. Dit is 'n stewige klim van ongeveer 600 meter tot op die eerste plato, maar die moeite werd. 'n Persoon moet jou pad goed merk, want op die berg is 'n doolhof van gange en skeure. Ons is vroeg namiddag weer by die skuiling.

Dag ses. Ons begin vroeg te stap met 'n jeeppad oor Blomberg na Pakhuispas. Ons roete klim voortdurend deur fantastiese rotsformasies tot aan die voet van Faith, Hope en Charity, waar ons om 09:30 uitstap en deur Gys, Willie en Joey opgelaai word.

Ons groep het ongeveer 67 km gestap. Die Sederberge bly 'n stappersparadys.

BEN MACDHUI

Hierdie roete begin en eindig by die geskiedkundige dorpie Rhodes.

Op 23 Februarie 1999 vertrek Rose, Dick en Louise in Louise se "4x4" Mazda 1300, Eddie en Colleen met sy 4x4 Toyota, Faan en Mathie en die Mouton met Faan se Isuzu. Hulle arriveer te Rhodes die aand.

24 Februarie 1999 begin die 3-daagse roete langs die Bellrivier en verder langs die voetheuwels van die Ben Macdhui plato tot by Marais Bank hut, 'n verwaarloosde ou plaashuis.

Die tweede dag volg die roete nog steeds die voetheuwels bokant die Kloppershoekspruit totdat dit na regs uitswaai na die plato. Hierdie dag moet die stappers 700 meter klim tot by Basoetoe Uitkyk. Hierna volg die stappers die jeeppad tot aan die voet an Ben Macdhui piek (3001 meter). Ons stappers het daarteen besluit om die piek 'n verdere 400 meter te klim, weens die dreigende donderstorms. Die aand oornag hulle in die "Hooggenoeg"-hut, 2530m. Hierdie is 'n pragtige hut met gaslampe, gasstoof en 'n stort.

Die derde dag daal die roete deur valleie en klowe terug na Rhodes, waar die stappers net na 13:00 aankom. Hierdie is 'n baie mooi roete in die suidelike Drakensberge. Dit vereis egter absolute fiksheid daar dit nie 'n gebaande roete is nie en die lang gras sy tol eis. Rhodes self is 'n afgesonderde dorpie en die meeste huise behoort aan stedelinge, wat slegs daarheen kom om te ontspan.

Op 27 Februarie 1999 vertrek die groep na Woodcliff, waar ons die Woodcliff 4-daagse sirkel roete gaan stap.

Vanaf Rhodes lei ons pad oor die Naudesnekpas - die hoogste in die land - 2500meter hoog. Die enigste openbare telefoon op die piek van die pas in 'n beeskraal. Die pad is sleg en dit neem Louise sewe ure om die 90 kilometer af te lê, maar sonder probleme. Die namiddag word 6 km gestap, teen 'n rivier op tot by Fogg se grot. Hierdie grot is in 4 kamers opgedeel en 'n bergstroom val oor gedeelte van die grot opening.

Dag 2 volg 'n jeeppad deur 'n vallei van Sandsteenrotse tot aan die voet van die berge. Hiervandaan is dit harde werk tot op die kruin - 'n 1000m se klim vanaf die grot. Die roete daal dan na Reedpark langs 'n rivier op 'n hoogte van 1225 meter.

Dag 3 word daar weer ernstig geklim tot op die plato van die berge waar 'n groot getal aasvoëls hou. Die uitsig vanaf die platorand is absoluut fantasties. Die roete daal nou langs 'n ou jeeppad in 'n vallei af tot by 'n ou plaashuis - Wide Valley. Dit is redelik warm en baie tyd word deur die waterbabas in die rivier verwyl.

Dag 4 - die roete volg 'n jeeppad en swaai dan na regs die berg uit en daal weer na 'n rivier. die stappers bevind hulle dan weer op dieselfde pad as die eerste dag en na 8 km stap die groep uit. Totale afstand 44 km. Hierdie is nie 'n gebaande roete nie en die stapper moet die wegwysers dophou. Dit is 'n roete wat deur stappers geniet sal word, wat nie omgee om hard te werk en met min geriewe tevrede sal wees.

Op 2 Maart 1999 om 09:00 stap die groep uit te Woodcliff, waar hulle deur mev. Sephton op koffie/tee onthaal word.

DIE DIAZ VASBYT

deur Barry van Ginkel

Die Diaz Vasbyt is nie sommer maar net 'n wandeling nie. Dit is beslis ook nie jou maat nie. As jy nie fiks is nie; as jy nie uithouvermoë het nie - kortom as jy nie murg in jou pype het nie, sal jy dit nooit voltooi nie.

Met ses lede is dit by uitstek 'n spanpoging. Dit is hier waar samehorigheid beproef word. Dit is hier waar kameradie opgebou word. Die spanlede sal mekaar ook nooit vergeet nie. Ek glo ook dat die lede moet saam oefen om werklik suksesvol te wees. Alleen sal jy net nooit die fiksheidsgraad bereik wat met die ondersteuning, motivering en dryf in 'n spanoefening bereik word nie. In die verlede was Freddie Jordaan 'n ware staatmaker. Hierdie jaar moes Theuns Victor weens gesondheidsprobleme onttrek en moes Freddie op sy eie daar in Oudtshoorn oefen. Daarbenewens het hy vir 'n maand vakansie gehou in Natal. Dit was 'n slegte kombinasie. Hiervoor het hy duur betaal.

Hierdie millenium vasbyt was vir ons 'n groot uitdaging. Ons wou graag vir baie van die jonger spanne ons rugkant gewys het. Reeds in September 1999 het ons begin oefen vir die groot geleentheid op 4 en 5 Februarie 2000.

Hennie Mouton het 'n oefenrooster opgestel. Een ding is seker en dit is dat hy weet hoe. Stap-oefeninge het met 10 km afstande begin. Dit is geleidelik vermeerder na 15, 20 en 25 km. Ons het selfs 'n 33 km afronding gehad. Dit was glad nie maklik nie, maar het ons goeie uithouvermoë gegee. Die Sewepassepad by Saasveld verby was gewoonlik ons oefenbaan waar ons vordering in tyd gemeet kon word. Die bergpad op, vanaf die Tuinroetetuin na die mas toe, is ook soms gebruik. Om stamina te bou is die moordende Montagupas vir 10 tot 12 km op en weer af uitgesweet. Jou longe werk dan soos 'n konsertina. Hennie Mouton weet hoe om 'n span te motiveer, te lei en te dryf. Alle eer kom hom toe.

Om 'n span saam te stel gaan nie altyd so maklik nie. Meeste mense sien net nie kans vir dié uitdaging nie. Niemand kan hul daarvoor kwalik neem nie. Hard, is dit hard en dit is beter om nie te begin nie as om halfpad kop uit te trek. Enkeles moes onttrek weens gesondheidprobleme. Ander moes inderhaas oorreed word. uiteindelik het ons 'n volspan gehad met die insluiting van Ernst Gobey, normaalweg 'n marathon atleet, en Mel Klopper wat in die diepkant ingegooi is.

Die span het uiteidelik bestaan uit Hennie Mouton (leier), Piet van der Veer, 'n baas stapper, Ernst Gobey, baie gemakliker met draf as stap, Mel Klopper, met sy baard, die Oom onder ons, Freddie Jordaan, die man met uithou en Barry van Ginkel, die man wat Danabaai se klippad gekoop het. Eddie van Niekerk was die spanbestuurder en het die vergaderings namens ons bygewoon en alle inligting gekry.

Netjies geklee in swart sportbroeke, pragtige maroon Williams Bay kraaghempies en verlede jaar se swart "All Gold" pette met die Berg-en-Dal wapen voor vasgewerk, het ons halfses die oggend op Santosstrand aangemeld. Margeret Jordaan het die hempies deur "Walk for Life" vir ons geborg. Na al die reëls en leviete vir die spanne voorgedra is, het die 88 spanne om 07:00 begin afstap. Elke 30 sekondes het die spanne volgens loting aangetree. Ons het geduldig ons beurt afgewag. Flink en fier het ons om 07:41 in gelid afgestap. Tot by "Beacon Point" was dit gesellig en gemaklik. Daarna matig op tot by Kloofstraat waarna sowat

vier geniepsige opdraendes volg. Daarna geleidelik af met St. Blaize, op met Brunsstraat, af met Van Riebeeck, om met Cecil Sheppard, Church, Cape ens. Daarna onder om die hospitaal met die onderste strate langs tot by Essenhoutstraat. Op daardie hoek is 'n welverdiende waterpunt. Die volgende waterpunt is eers waar die moordende Seemeeu voetslaanpad by Danabaai se strand uitkom:

By Essenhoutstraat se verlenging gaan 'n besonder klipperige grondpad al langs die bloekomplantasie verby. Die steilte af is redelik gemaklik. Dit is hier waar 'n span kan spoed opmaak. Hennie en Ernst laat waai daarvoor. Piet en Freddie volg. Mel en Barry moet uithang om by te bly. Die stadiger spanne maak dit nog moeiliker. Dit gaan effe deurmekaar en versteur jou ritme. Tydens 'n opkyk en met die hoë spoed skop Barry teen 'n uitstaande klip vas. Die val was vinnig, onverwags en baie hard. Die waterbottel spat oop, die stof trek, die klippe kneus en die regter voorarm begin onmiddellik 'n knop maak wat later so groot soos 'n tennisbal ontwikkel. Op die regter handpalm, net bokant die pinkie is 'n 30 mm skeur waar die bloed uitspuit. Tyd vir nonsens is daar nie. Mel bied verskrik sy sakdoek aan om die bloed te stol. Hennie-hulle trek al wie weet waar. Ek het gelukkig my eie sakdoek en draai dit styf om die hand. Vir Hennie skreeu ons alles is reg - laat waai maar net, ons sal nou by wees. Iewers op met Heiderand het 'n eerstehulpwa gestop, Barry se hand ontsmet en verbind. Die namiddag na die wedloop het 'n dokter op George die skeur met sewe steke geheg.

Daarvandaan spoed dit steeds met gruispaaie: Malva, Protea en af tot by die Seemeeu. Oorbodig om te sê dit is op en af, diep sand afgewissel met moeilike klipgange. Baie stappers murmureer; sommige spanne rafel uit want daar is die wat vinniger is en die wat net nie kan byhou nie. Ja, dis hier waar 'n span se karakter getoets word. In retrospeksie is dit wonderlik om daaroor te kan nadink. Barry het geen water nie en die sweet stroom, die asem hyg: uit die goedheid van sy hart bied Hennie sy waterbottel aan. Die water het ook al warm geword en dit walg. Dit help genadiglik vir die dors.

Toe ons by Danabaai se strand aangekom het, het ons vinnig skoene en kouse verwissel. Die Coke en water was 'n groot verkwikking. Dit was egter nie die einde van die marteling nie, want net hierna volg drie uitmergelende opdraendes. Heidestraat, E.pinea-, Erika- en E.grata mag wel pragtige straatname wees, maar die steiltes uit is geen grap nie. Daarvandaan is dit een lang eentonige stap met Florastraat tot in Louis Fourieweg af (redelik gelyk) tot in die dorpsgebied in Mosselbaai. Die pad af na die punt en weer op tot by Santosstrand maak 'n mens moedeloos. Dit is ook nie pynloos nie; die lyf en bene wil net nie meer nie. Wanneer die span kamma fier en met breë glimlagte Santos betree, het hulle 43 harde kilometers agter die rug. Môre wag nog 'n 33 km of wat.

DAG TWEE

Dit is verbasend hoe goed en vinnig 'n mens se gestel deur die loop van een nag herstel. Vrydagoggend toe is ons weer kaatjie van die baan. Hierdie keer stap die spanne af volgens die tydsduur wat op dag een gestap is. Die stadigste spanne eerste. Die roete loop weer om na die Punt maar swaai dan parallel terug met Marshstraat by Santosstrand verby en op met Vierdestraat. Vandaar op met Louis Fourieweg, om met Alhof Rylaan en uit met Baxterstraat. Dan oos met Hartenbos se pad, links met Kaap de Goede Hooplaan en op met Witwaterstrandweg. Dit is hier waar die manne van die muise geskei word, soos die spreekwoord lui. Freddie het met dag een sy voete letterlik in flarde gestap - dit was die ene blase. Dit was besonder pynlik en die longe asook sy bene kon nie meer met die res van die span se pas volhou nie. Intussen het Mel ook al ondersteuning begin kry. Piet se stamina was hier van groot waarde. Om die beurt het hy vir Freddie en Mel ondersteun. Hennie, Ernst en tot 'n mindere mate, Barry, het ook ondersteuning aangebied.

Dit is hier waar Lina Aucamp, 'n wardevolle helper en ondersteuner, iewers 'n tou geleen het. Die toupunt is vir Mel gegee, op na Piet, om na Hennie, terug na Barry, eindigend by Freddie. Dit het die span as 'n eenheid gebind en verhoed dat ons uitrafel. 'n Ander groot voordeel was dat twee manne nou gesamentlik kon ondersteuning bied aan een So het die span saamgetrek. Wat 'n wonderlike ervaring. Dit was beslis 'n groot bate en het baie bygedra om ons span se algemene spoed te verbeter.

Die roete het verder om die ATKV-terrein strand toe gelei. Strandlangs het dit goed gegaan. Die sand was stewig, die bries verfrissend en die see mooi. Ons kon nogtans nie so vinnig beweeg as wat ons wou nie.

Vanaf Hartenbosstrand het die roete die lang reguit Bay Viewweg gevolg tot in die ou Kaapse pad terug na Mosselbaai. Ons het uiteindelik weer Santosstrand bereik. Moeg, seer, tam, maar baie trots.

Nieteenstaande al die drama en vertragings het ons nogtans sowat vyf minute vinniger gestap as die vorige jaar. Ons algehele tyd oor die twee dae was 10:55:47. Die tydsduur vir dag 1 was 06:01.00 en vir dag 2 04:54:47. Vir manne wie se ouderdomme gewissel het vanaf 58 tot 72 is dit 'n besondere prestasie. Hennie Mouton is vereer as die oudste persoon wat nog die Diaz Vasbyt voltooi het. Om algeheel 27ste te eindig uit 88 spanne wat die eerste dag begin het (12 spanne het dit nie voltooi nie) is voorwaar 'n voortreflike prestasie

DIE DRAKENSBERGE

Die pieke en formasies hier
Simboliseer 'n iets of ding
en daarom word daar name
Daarmee in verband gebring

Om bergpiek name op te dis
Gaan baie Engels klink
Ek wonder net of nee ek dink
Dis omdat dit Natal is

There's buttresses like East and West
And something like the Sugar Loaf
However you can't bake it
In an ordinary stove

Daar's ook nog ander name
Soos die Poeding, Sphinx en Bell
En almal wil mens iets
Van rotsformasies hier vertel

The Inner en the Outer Horn
Old woman grinding corn
Cleft and Cathedral Peak
More than you can walk per week

There's Eeny Meeny Miny Mo
Madonna en Crow's Nest
However I can't quote them all
So let's forget the rest

DAG 1

'n Stappersgroep van Berg en Dal
Het eenkeer weer op loop gegaan
Hul doelwit-berg was Mount Aux-Sources
Van Drakensberg faam

Met Willie Nel as leier
En Annekie sy breier
Heers daar vertroue in die span
Ook hierdie stap te stappe kan

Maar eers moes hul die Sentinel
Se Zig-zags leer hanteer
En daarna wag daar voor Aux-Sources
'n Elle lange kettingleer

Aanvanklik het ons fluks gesels
Want ons is almal goeie pêls
Maar later raak ons baie stil
Waarom, ons klim die Sentinel

Nou was die leer geen grappies
Want raaktrap moes jy al die trappies
En handgreep mog nie weifel
Moes vasvat raakvat sonder twyfel

Stapsakke swaai na links en regs
Maar ons klim onverbid'lik hoër
En eers wanneer ons bo is, slegs
Dan verslap ons dis nou oor

Vanwaar die magtige Tugela
As net 'n syfering ontspring
Sy waters na benede juig
Oor kranse stort, kan ons getuig

DAG 2

Het jy al die gevoel gekry
Hoe afgronde wat duis'ling wek
Jou heel onwillig nader trek
Ons wou nie, maar ons het

Die mooi amfiteater
Bly agter mis versluier
So ons sal seker later maar
Weer vir die plek kom kuier

DAG 3

Majestieuse kranse
Het ons gelok gewink
Om hierdie GOEIE VRYDAG
Aan CHRISTUS dood te dink

Die son probeer sy beste bes
Misnewels op te vou
Maar hy bly vir Natalse mis
Hierdie keer net een te flou

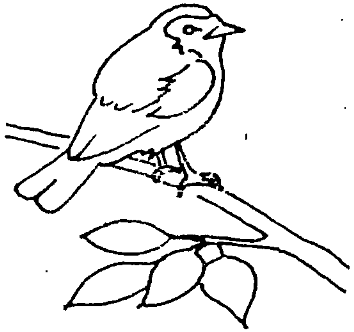
Een eensklaps wyl ons rustig eet
Word vergesigte ongemeet
As uitsig ons beskore
Op gister se misnewel spore

Die prag van die Amfiteater
In al sy grootsheid en sy glorie
Vertel aan ons die vol verhaal
Dat Christus almal nimmer faal

Nou luister hier my stapper mater
Wag nou maar weer tot heelwat later
En wie weet DV dalk miskien
Gaan jul weer iets uit my pen sien

Ons now my friends I am at home
Endeavouring to end this poem
Ons wag maar tot volgende keer
En boekstaaf dan gebeure weer.

Faan Strauss



"Julle krag lê in stil wees en vertroue hê." (Jes. 30:15)

IN STIL WEES EN VERTROUE

In hierdie dae van vakansie, rus en afwagting is dit goed om 'n slag tot stilstand te kom en die kragte van liggaam, siel en gees weer op te bou. Dit kan ons alleen doen as ons met ons gehawende liggaam en gees by God uitkom om deur sy groot krag besiel te word. 'n Naamlose skrywer het die volgende treffende gebed en boodskap nagelaat:

"Vertraag my pas, o Heer.
Bedaar die bange klop van my hart
deur die gemoedsrus wat U alleen skenk.
Stuit my haastige pas met 'n visioen van
die ewige uitgestrektheid van tyd.
Skenk aan my te midde van die verwarring
van my dae die kalmte van die tydlose berge.
Breek die spanning van my senuwees en spiere met
die strelende musiek van kabbelende waterstroompies.
Lei my tot 'n kennis van die herstellende krag van slaap.
Onderrig my in die kuns om minuut-vakansie te neem:
om stadiger te stap sodat ek die blomme kan bewonder;
om met 'n vriend 'n geselsie aan te knoop;
om 'n paar reëls uit die Blye Boodskap te lees.
Herinner my daagliks aan die fabel van die skilpad en die haas,
sodat ek sal besef dat die wedloop nie altyd deur die vinnigste
gewen word nie; dat daar meer aan
die lewe is as om sy spoed te versnel.
Laat my opwaarts kyk deur die takke van die
tronende bome en weet dat hulle groot, sterk en
hoog groei omdat hulle stadig en goed groei."

"Here my God, U het self ook gerus van u arbeid. Leer my hoe om sinvol en kreatief te ontspan."