



Dorpsgenoot Peter Boogaard bedwingt Mount Everest

Dorpsgenoot Peter Boogaard is erin geslaagd de Mount Everest te bedwingen. In de nacht van zaterdag 21 mei jl. heeft hij om 03.45 de top van 's werelds hoogste berg (8.848 m) bereikt. Een unieke prestatie, die nog aanzienlijk meer van waarde is omdat Peter daarmee het bereiken van de zogenaamde Seven Summits heeft gecompliceerd. Slechts negen andere Nederlanders kunnen dat claimen.

Door Wim van Tuijl

Peter heeft al eerder pogingen ondernomen om genoemde berg te bedwingen. In 2012 weerhielden extreme weersomstandigheden hem om de laatste 250 meter naar de top te klimmen en in 2015 was de zware aardbeving oorzaak van vroegtijdig afbreken van de tocht. De Chinese overheid schrapte direct alle beklimmingen; ook degene die al aan de gang waren. Terug naar Oegstgeest, was dus de enige optie en wachten tot 2016. Op zondag 10 april jl. vertrok Peter naar Tibet voor de derde poging. Met succes, laten we zeggen drie keer is scheeprecht.

Uitmuntende conditie vereist
Het beklimmen van zulke bergen vraagt een uitmuntende lichamelijke en mentale conditie. Peter: "De afgelopen 38 jaar heb ik vrijwel iedere dag getraind door o.a. krachttraining, hardlopen, fietsen en zwemmen". Dit deed ik zo'n 10 uur per week", zegt hij. Hij gaat kort in op zijn lange loopbaan in het bergbeklimmen. "Ik ben Alpien Instructeur bij de Nederlandse Klim- en Bergsport Vereniging (NKBV) en geef cursussen in de Alpen. Verder ben ik de Leeroach van onze regio, wat inhoudt dat ik verantwoordelijk

ben voor opleiding van kliminstructeurs. Ik volg regelmatig bijscholing", voegt hij toe. Het ontlokt de vraag hoe de uitdaging is ontstaan om fysiek en mentaal zo af te zien om op de toppen van de hoogste bergen van de zeven continenten te willen bereiken (The Seven Summits). "Het begon in 2007 toen ik in Pakistan een berg wilde beklimmen. Om politieke redenen kregen we geen visum. Toen heb ik met Wilco van Rooijen de hoogste berg van Europa, de Elbroes, beklommen." Het jaar daarop werd hij gevraagd om mee te doen met de Dutch Denali Expeditie om de hoogste berg van Noord-Amerika te beklimmen. Hier ging hij op in en ook deze berg wist Peter te bedwingen. "Toen ontstond het verlangen om in de komende jaren ook de hoogste top op de vijf andere continenten te gaan beklimmen. Ik wilde aan mezelf bewijzen dat ik in staat was om deze missie met succes te voltooien", geeft Peter aan.

Zware beproeving

Terug naar de Mount Everest. Dit jaar probeerde Peter de tocht te ondernemen via de noordkant van 's werelds hoogste berg. Peter: "In technisch opzicht is het juist een lastiger route, maar wel veiliger dan via de zuidkant". De tijdspanne van 10 april vertrekken tot zaterdag 21 mei de top bereiken, geeft aan dat er veel tijd opgaat in voorbereiding en beklimming. Peter vertelt: "Het begint met acclimatisatie. Vanwege de steeds ijler wordende lucht moet je lichaam langzaam wennen aan de toenemende hoogte. Onderweg zijn er verschillende kampen. Op 19 april kwamen we aan in Everest Base Camp, dat gelegen is op een hoogte van 5300 meter. Vlak onder het Basiskamp is een plek ingericht waar busladingen toeristen komen

om te genieten van uitzichten naar de 8.000 hoge bergen van de Himalaya en in het bijzonder Mount Everest. De bevolking heeft hier geanticipeerd: het wemelt van de souvenirwinkel", vertelt Peter.

Daarna begint het echte werk. Peter gaat onder leiding van Namgya en de sherpas Pasang en Dawa het hogerop zoeken. Peter heeft Namgya in 2011 ontmoet op Antarctica, bij het beklimmen van Mount Vinson. Beide vorige Everest expedities klommen Peter en Namgya samen, maar afgelopen november is Namgya tijdens een beklimming meer dan 1000 meter gevallen. Hij heeft het overleefd, maar revalideert nog steeds van een gecompliceerde enkelbreuk en kon daarom niet mee naar de top. Er was nog een klimmer in het team, maar die hield het mentaal niet vol en vertrok eind april naar huis. "Op 25 april gingen we richting het Intermediate Camp en daarna naar Advanced Basic Camp. Dan praten we over 6.450 meter en is het zaak tijd te nemen om te acclimatiseren aan de hoogte." Na het beklimmen van de North Col (7100 m) op 30 april begon Peter, vanwege het lage zuurstofgehalte snel veel gewicht te verliezen. "Na overleg was het beter om terug te keren naar het basiskamp. Daar kreeg ik van een voortreffelijke kok uitstekende stevige maaltijden voorgeschoteld." Op 8 mei werd de beklimming hervat. Wel hadden Peter en de sherpas last van de hevige kou en slapen ze bij elkaar in de tent omdat het dan warmer is dan vertoeven in een eigen tent. "We acclimatiseerden goed aan de omstandigheden, dus konden we verder bergopwaarts. Op 16 mei maakten we de planning voor the Summit oftewel het einddoel", vertelt Peter. Vier dagen later is het zover. Het is 20 mei 21.30 uur. Van-

uit het op 8300 meter hoogte gelegen laatste kamp gaat de poging beginnen. Een pretje? "Nee", zegt Peter. "Vanwege de straffe wind zie ik uit elkaar geblazen tenten en zelfs bevoren lichamen van klimmers die hun missie niet hebben overleefd. Het lukte ons om binnen zes uur en een kwartier de tocht naar de 8.848 hoge top te onderneemen en dat is zeer snel. Daarin zie ik dat intensieve training profijt biedt. Op de terugweg haalden we zelfs mensen in die een dag eerder waren begonnen met afdalen, maar conditioneel er slechter aan toe waren", aldus de 56-jarige bergbeklimmer.

Zone des doods

Het klimt hard, maar er is in de Himalaya een 'zone des doods'. "Die begint vanaf 7500 meter; de lucht is daar zo ijl dat het eigenlijk niet met het leven verenigbaar is en je kunt er niet langer dan een paar dagen blijven. Een perfecte conditie is daarom zo belangrijk, want dat draagt bij aan de juiste acclimatisatie van je lichaam. Mijn hartslag in Base Camp was uiteindelijk 55 slagen per minuut en mijn zuurstof saturatie in het bloed was 92% dat betekent prima acclimatisatie." Rijst de vraag wat het je doet als je op die hoogte bevoren lichamen tegenkomt. "Heel vreemd eigenlijk", zegt Peter. "Bij mij leeft de gedachte dat het mij niet overkomt en waarschijnlijk waren veel overledenen niet in die conditie die ik wel heb en eigenlijk is vereist om de barre omstandigheden op de grote hoogtes van de Mount Everest te kunnen weerstaan. Toen ik bezig was met het afbeilen na het bereiken van de top, zag ik onder me klimmers liggen die het niet hebben gehaald. Op dat moment ben ik zo bezig met zelf overleven dat ik dan geen emotionele betrokkenheid

voel bij hen. Eenmaal beneden in veiligheid gaan zulke beelden pas leven en dan doet mij dat emotioneel zeker wel wat."

Zijn stelling: "Het laatste gedeelte moet zo snel mogelijk, want dan ben je niet te lang in de gevaarzone. Uiteindelijk had ik één kwetsuur opgelopen: een bevriezingsplek op mijn rechterwang. Een kleinigheid, want het staat in schril contrast met het verdriet voor de nabestaanden van overledenen en hetgeen ik op de terugweg vernam: Eric Arnold, die de zuidzijde beklom, overleed aan hoogteziekte. Best wel een moeilijk moment, want in 2012 leerde ik hem op grote hoogte kennen toen we beiden de zuidzijde van de Mount Everest beklommen", mijmert Peter.

The Seven Summits

Peter glimlacht ontspannen bij de vraag of hij zijn doel heeft bereikt. "Ja", zegt hij. Al was die laatste berg een zware horde. Het zat me niet lekker dat ik de Mount Everest nog niet aan mijn lijstje kon toevoegen. Pas bij de derde poging had ik succes en completeerde als tiende Nederlander The Seven Summits. Ik voel me ontspannen en voldaan", geeft hij stellig aan. Is er dus geen uitdaging meer? "Ja hoor", uit Peter volmondig, maar wel op een andere manier. Ik ga eind juli in Oostenrijk een jeugdcursus bergbeklimmen geven aan acht tieners. Hen ga ik de elementaire beginselen van bergbeklimmen aanleren. Trouwens, ik doe dit al een aantal jaar. Ik vind het leuk om aan gemotiveerde jongeren hierin les te geven en mijn ervaringen met hen te delen. De lezer die de blog van Peter wil lezen, kan kijken op www.dutcheverest.nl. Hierop staat uitgebreid beschreven wat Peter van dag tot dag heeft beleefd.