Pakwenke

Almal het menings oor wat kan bly en wat moet in, maar dit hang af van persoonlike voorkeur. Jy mag ook niks agterlaat nie en al jou gemors moet saam uitgedra word – hou dit in gedagte wanneer jy maaltye beplan.

Benewens staatmakers soos 'n gasstofie, sonskerm, hoed en koplampie het ek by die volgende baatgevind:

Kamaste: Dit lyk koddig, maar hou die sand uit jou skoene. Niks veroorsaak so vinnig blase soos sand wat skaaf nie en dié enkelbeskermers was 'n uitstekende belegging. Wolsokkies vaar beter as katoen om blase te voorkom, maar tref ekstra voorsorg en pak ook pleisters.

Ordentlike koffie: Ek trek my neus op vir kitskoffie, selfs in die gramadoelas. The Hungry Hiker en Mama Alles se filterkoffie kom in gerieflike grootte sakkies, perfek vir jou espresso-keteltjie.

Los die tent: Party stappers verkies tente, myn insiens neem dit net nog plek op. 'n Ligte grondseiltjie (handig as dit dalk reën), 'n opblaasmatras en -kussing en 'n warm slaapsak was heeltemal voldoende. Ek het met 'n termiese langmoufrokkie, 'n warm sweetpakbroek en 'n mus op my kop geslaap.

Witgoud, grafie, aansteker: Wanneer Moeder Natuur roep, moet jy 'n struik of rots vind en 'n gaatjie grawe. Brand die toiletpapier wanneer jy klaar is.

Koel lappies: Wonderlappies is een van die beste uitvindings wat die buitelugmark onlangs opgelewer het. Jy week die lappie in water, skud hom en dan is hy yskoud.

Myne was 'n lewensredder in die hitte.

Elektroliete: Rehidrat-poeier in jou waterbottel help dat jy nie ontwater nie en voorkom krampe.

Slaap hier oor

Upington: The Cape Lodge
Die gastehuis is die perfekte plek om te oornag – dis netjies, gerieflik en het verskeie verblyfopsies vir alle sakke. Die luukse eenhede het twee kamers – een dubbel- en twee enkelbeddens, met 'n klein kombuis, sitkamer, badkamer en braaiarea. Vanaf R700 per eenheid.

Adres: Pelikaanstraat 18, Upington. Besoek www.thecapelodge.co.za.

Vastrap-gasteplaas, Grünau, Namibië
Ons het die aand voor ons staptog die 6 000-ha plaas met sy rustige atmosfeer gekies om by te oornag. Dis slegs 'n uur se ry van die canyon, wat dit 'n sakpasverblyfopsie maak vir besoekers aan die canyon, selfs al is hulle nie stappers nie. Die uitsig strek ver oor die grasvlaktes waar skape, beeste en ander plaasdiere wei. Een van die groot kokerbome het geblom toe ons in Julie daar was en suikerbekkies het rondom dit geswerm. 'n Selfsorg-chalet met slaapplek vir vier kos R1 200 per nag. Enkelkamers is goedkoper en Vastrap bied ook etes. Pryse is geldig van Oktober.

Adres: Op die B3-pad van Karasburg na Grünau. Besoek www.vastrapguestfarm.com.

Amaziah-gastehuis, Kuruman
Kuruman, gewoonlik 'n gewilde oorslaapplek vir reisigers na Namibië, is nie meer so veilig as in die verlede nie. Ons het egter besluit om buite die dorp oor te slaap by Amaziah en het nooit onveilig gevoel nie. Die oulike gastehuis bied verskeie stylvolle maar bekostigbare verblyfopsies. Vanaf R880 per kamer, vir twee mense.

Adres: Engelbrecht-straat 3, Kuruman. Besoek www.amaziahguesthouse.co.za

Jy stap hoofsaaklik rivierlangs, wat verseker dat water meestal volop is. Daar is wel dele waar die roete weg van die rivier af swenk.

Bleekvlerkspreeus is volop in die canyon, en altyd reg om 'n happie te bedel.

Ons het die laaste oggend 'n groep teëgekom, en vir 'n rukkie saam met hulle gestap.

Leer uit ons foute

Reken tyd in vir rompslomp
Ons het in Grünau oornag en eers met sonop na Ai-Ais gery om ons voertuig daar te los. Grünau is 'n uur se ry vanaf Ais-Ais, en daarvandaan is dit nog 'n uur Hobas toe. Ons was drie mense in twee motors waarmee ons Ais-Ais toe gery. Ons het die een motor daar gelos.

Daarna is al drie van ons in een voertuig na Hobas, waar ons ingeboek het en al die administrasie afgehandel het. Ons een stapmaat het toe twee stappers by die beginpunt, sowat 10 km van Hobas gaan aflaai.

Ongelukkig kan jy nie jou voertuig hier los nie en sy moes weer terugry Hobas toe, daar parkeer en van die Namibiese Parkeraad se pendeldiens gebruik maak om terug te kom. Met al die rompslomp het ons eers 11:00 begin stap.

Daar is ook 'n pendeldiens tussen Hobas en Ais-Ais, maar dit kos R400 per kop vir 'n eenrigting-rit en die pryse word ook op kort kennisgewing aangepas.

Vroeg uit die vere
As jy stadig stap, begin stap sodra dit lig word. In Julie kom die son 07:30 op, maar dis reeds 07:00 lig.

Ná die afdraande by Hobas het ons die eerste dag 2,7 km gestap, en kamp opgeslaan. Die tweede dag het ons laat begin stap en omtrent 10 km afgelê, juis omdat die rotse, sommige van hulle groter as mense, ons vordering gekniehalter het. Jy moet mooi trap en konsentreer, anders kan jy maklik 'n enkel swik.

Dit het beteken dat ons die afstand in die volgende drie dae moes opmaak indien ons die roete in die beplande vyf dae wou voltooi.

Die derde dag het ons 24 km gestap en die vierde dag het ons tot die uiterste beproef. Ons was vir meer as 12 uur op ons voete, met slegs 'n uur breuk vir middagete.

Daarna het ons weer laat waai. Iewers het ons 'n kortpad gemis en daardie dag omtrent 28 km afgelê.

Hoewel ons die laaste dag vroeg begin stap het, moes ons steeds vinnig stap en het eers 17:00 by Ai-Ais aangekom.

te, oor ronde spoelklippe wat onder my stapstewels rammel en sandbanke wat my kuite tot die uiterste toe beproef.

Hoewel my verhouding met die Vis se klippe een van liefde en haat was, het die geologiese diversiteit my steeds bekoor.

Tog is hier ook soveel meer as net klippe en indrukwekkende rotsformasies.

Baie stappers beskou die warmwaterbron by Palm Springs as 'n hoogtepunt van die roete om stywe spiere te laaf. Ons het hoogmiddag in die hitte van die dag hier verbygestap en wou niks van warm water weet nie. Daar is natuurlik ook wildeperde wat steeds in die canyon bly asook luitenant Thilo von Trotha se graf by die Kooigoedhoogte-pas. Die Duitse soldaat het in 1905, in 'n skermutseling met die plaaslike Nama-mense die lepel in die dak gesteek.

Die gesegde lei dat jy iets van die Visrivier af vat, of toelaat dat die Visrivier iets van jou af vat.

Die klippe het my voete gekou en die omgewing het my geduld beproef.

Maar die natuurskoon is ongerep, snags omvou die sterrehemel 'n mens soos 'n kombers, en die Visrivier se skitterende water bied lafenis vir moeë lywe. Dis voorwaar 'n wildernis en stilte wat jy net te voet kan ervaar.

■ **De Klerk is 'n vryskut-reisskrywer van Johannesburg.**

Smul heerlik in die gramadoelas met dié slim etes

Ná 'n lang dag op jou voete wil jy nie sukkel met kos nie, maar steeds lekker eet en ook nie jou rugsak te swaar pak nie.

Ek het gedehidreerde en gevriesdroogde etes van verskeie verskaffers aangeskaf vir 'n staptoer in die Visrivier-canyon en die gerieflikheid daarvan maak dit beslis die paar ekstra rand werd. Vir middagete het ons sommer 'n ete tussen twee mense gedeel.

Hungry Hiker (hungryhiker.co.za) se glutenvrye neutgranola (R60 vir 150 g) sit sommer vroegoggend 'n huppel in jou stap en werk ook goed as peuselhappies.

Die maatskappy **Mama Alles** (mamaalles.com) se produkte put inspirasie uit tradisionele Afrika-disse. Ek het die Sentraal-Afrika-grondboontjiebredie-maaltyd (R92 vir een porsie) met bestanddele soos bulgurkoring, patat, rissies, grondboontjiebotter, tamatie, klapperolie en komyn werklik geniet en omtrent die kookpot uitgelek.

Hul pakkies gedroogde hoemoes in verskeie geure is ook heerlike peuselhappies.

Forever Fresh (foreverfresh.co.za) se grootste voordeel is die kos se ligte gewig en die min moeite wat hul gevriesdroogde maaltye verg om voor te berei. Die bieflasagne (R199,95, genoeg vir twee mense) was luuks tussen die canyon se rotswande. Jy gooi sommer direk kookwater in die pakkie, seël dit vir 'n rukkie, en siedaar! Jy hoef nie eens skottelgoed te was nie.

Hungry Hiker se gedehidreerde moussaka met penne pasta (R95 vir een porsie) het my die vierde aand grys hare gegee. Doodmoeg ná 28 km se stap wou my gasstoof nie saamwerk nie. Die pasta het tyd nodig gehad om sag te kook, maar toe dit eers gaar is, was die wag die moeite werd. Die parmesaankaas het ook 'n tikkie weelde bygedra.

Trail Food Company (trailfood.co.za) se maaltye weeg 'n bietjie swaarder, maar hul gedehidreerde sampioen-risotto (R145 vir twee mense) het my laat besef dis moontlik om soos 'n koning te eet in die wildernis.

Back Country Cuisine (beskikbaar by uitgesoekte sport -en buitelugwinkels) se porsies is genoeg vir een Bloubul-stut, of twee mense met 'n gewone eetlus. Ek het een middag 'n biefkerrie en rys (R229, genoeg vir twee) gedeel met my stapmaat. Nie net was dit smaaklik nie, maar amper te veel.

– René de Klerk