

Nyhedsbrev for NKK oktober 2026 (in English below)

Her har du oktober måneds nyhedsbrev fra NKK. I det følgende er der info om Lumobæst 2026, om en succesfuld NFH-klubtur til Soffabacken, om kommende kurser og events om et spændende oplæg i januar om frygt i klatring.

- Lumobæst 2026
- Succesfuld tur til Soffabacken
- Events og kurser
- Oplæg om frygt i klatring

Lumobæst 2026:

Så er vi snart klar igen. Kom og vær med til den bedste boardkonkurrence i Danmark. Der kommer til at være et heat, som starter den 15. november og slutter den 15. januar. Hvis man vil være med til at bygge et sæt boulders til Lumobæst, så kan man tage kontakt til Karl via slack eller Lumo discorden.

Alle boulders er på Lumoboardet i NKK, de er navngivet Lumobæst x.z, hvor x er sværhedsgradskategorien og z er nummeret. Vi laver også et par lister på Lumoappen, så de bliver nemme at finde.

Det handler om at toppe så mange boulders som muligt i perioden. Husk at logge ind og tagge dem via Lumoappen, derudover sætter vi pris på, hvis I prøver at give et ærligt bud på en grad samt et like, hvis det var en god boulder.

Man deltager i den kategori, hvor man har den sværeste top. Det vides endnu ikke, hvor mange boulders der kommer i hver kategori. Vi bruger vanlige Bæst-regler, med den ændring at vi kun tæller toppe. Boulder i ens sværeste kategori kommer til at give 3 point, kategorien under giver 2 point og to kategorier under giver 1 point. Dvs. at det kun er boulders i de sværeste 3 kategorier, man kan toppe, der giver point denne gang.

Hvis der er uafgjort mellem vinderne i en kategori, bliver der trukket lod. Vinderne vil blive annonceret i et efterfølgende nyhedsbrev og præmierne kan hentes i klubben ved kontakt til Karl eller Hjalte.

Tak til alle dem der vil være med til at bygge til konkurrencen! Del gerne videoer af jeres hårdeste/fedeste toppe, evt. på Lumo Discord serveren eller på Instagram, hvor man kan tagge @Lumoclimbing eller #Lumobæst

Succesfuld tur til Soffabacken for NFH-børn og forældre:

Første weekend i oktober satte en god flok på ca. 40 NFH-børn og deres søskende og forældre kursen mod Soffabacken i Sverige for at prøve kræfter med klippeklatring. Turen var arrangeret af frivillige fra NFH-udvalget og forud lå en hel del planlægning og også et enkelt kursus i toprebssikring, for at børnene reelt kunne prøve at klatre i reb på klippe.

Det er anden klubbetur for NFH-børn og unge i 2026 og planen er, at der vil komme flere NFH-klubture i 2027.

Events og kurser:

Hold øje med events på www.nkk.dk For tiden er der mulighed for at komme på inde-til-ude-kursus og på et multipitchkursus. Medlemmer, der er instruktører, er desuden velkomne til at udbyde sikringskurser mm. Skriv blot til Kristina på sekretariat@nkk.dk og hør om mulighederne.

Spændende oplæg om frygt i klatring:

I starten af januar vil NKK desuden få besøg af Sidse Emilie Baecher, der driver virksomheden Modigt Mindset. Sidse har selv arbejdet intensivt med sin frygt i klatring og vil holde et oplæg i NKK den 7. januar kl. 19 netop om, hvordan man kan arbejde med at overkomme sin frygt, når man klatrer. Det koster 150kr. at deltage, og man kan tilmelde sig via events på NKKs hjemmeside.

Newsletter in English:

Newsletter for NKK October 2026

Here is the newsletter for NKK, October 2026 with information about Lumobæst 2026, a successful NFH-trip to Soffabacken, Sweden and about courses, events and an interesting talk held in NKK in January about fear in climbing.

- Lumobæst 2026
- Successful trip to Soffabacken
- Events and courses
- Interesting talk about fear in climbing

Lumobæst 2026:

We're almost ready to go again! Come join us for the best board competition in Denmark. There will be one competition period, starting on November 15th and ending on January 15th.

If you'd like to help build a set of boulders for Lumobæst, you can get in touch with Karl via Slack or the Lumo Discord.

All the boulders are on the Lumoboard at NKK. They are named Lumobæst x.z, where x is the difficulty category and z is the boulder number. We'll also make a couple of lists in the Lumo app to make them easy to find.

The goal is to top as many boulders as possible during the competition period. Remember to log in and tag your tops in the Lumo app. We also appreciate it if you try to give an honest grade suggestion, and leave a like if you thought it was a good boulder.

You compete in the category corresponding to the hardest boulder you have [topped.it](#) is not yet decided how many boulders there will be in each category. We'll be using the usual Bæst rules, with these small changes: we only count tops and boulders in your hardest category will give 3 points, the category below gives 2 points and boulders two categories below will give 1 point. So you only have to do the three hardest categories you can do!

The hope is that there will be some small prizes sponsored for the winners of the different categories, both for men and women. If you'd like to help out with this, you can also get in touch with Karl!

If there is a tie between the winners of a category, the winner will be decided by a random draw. The winners will be announced in a following newsletter, and the prizes can be picked up at the club by contacting Karl or Hjalte. We may also come up with another way to honour the winners.

Thanks to everyone who wants to help build for the competition! Feel free to share videos of your hardest/coolest tops, either on the Lumo Discord server or on Instagram, where you can tag @Lumoclimbing or use #Lumobæst

Events and courses:

Keep an eye on the events listed at www.nkk.dk At the moment, you can sign up for an indoor-to-outdoor climbing course and a multipitch course. Members, who are instructors, are also welcome to offer belaying courses and other activities. Just email NKKs operations manager, Kristina, at sekretariat@nkk.dk and ask about the possibilities.

Experience an interesting talk about fear in climbing:

In early January, NKK will also welcome Sidse Emilie Baecher, who runs the company Modigt Mindset. Sidse has worked intensively on her own fear of climbing and will give a talk at NKK on January 7th. at 7p.m.. about how climbers can work on overcoming their fear. The

talk costs DKK 150 to attend, and you can sign up through the events section of NKK's website.