

Dein Programm

guide

FITNESS

Extrem-Workout: mit Lauf-Ikone Christian Schiester in der Sauna

SEITE 82

GAMING

Mehr als nur ein Spiel: wie „FIFA“ den echten Fußballsport verändert

SEITE 93

GADGETS

Kopfhörer, Smartwatch und Co – 15 geniale Tech-Neuheiten

SEITE 98

REISEN

Mit dem Schiff zur Abfahrt: Norwegens coolster Ski-Trip

SEITE 78



Beim Abfahren gilt es keine Zeit zu verlieren: Auf den Lofoten wechselt das Wetter gefühlt alle zehn Minuten.

ARCTIC HAUTE ROUTE

SKIABFAHRT VOM GIPFEL ZUM MEER

Ein Ski-Trip, für den du eine Schwimmweste brauchst: An Bord eines alten Dampfers sucht Reisejournalist Simon Schöpf in Norwegen nach dem perfekten Powder-Ride.

Vor jeder Tour der Check: Pieps, Schaufel, Sonde, Schwimmweste. Alles da. Sekunde ... Schwimmweste? Ja, wer die Arctic Haute Route angeht, der muss sein Safety-Repertoire erweitern. Und seinen Horizont am besten gleich dazu. Klar,

man könnte mit dem Auto Richtung Berg fahren. Aber mit einem 80 Meter langen Dampfer gibt sich der Tourenstart viel stilvoller. Angekommen, irgendwo auf den Lofoten im Breitengrad 68°N, ein gutes Stück nördlich des Polarkreises: Die „MS Nordstjernen“



Autor Simon Schöpf trotz der norwegischen Kälte.



Einst transportierte die „MS Nordstjernen“ Pakete, heute abenteuerlustige Skifahrer.



Abhängen im Dreieck: Stockfisch wird hier zwei bis drei Monate getrocknet.

ankert im schützenden Austnesfjord, das ehemalige Postschiff ist unser schwimmendes Basislager für die nächsten drei Tage. Wir geben uns am Berg ganz den Elementen hin. Mit dem Schlauchboot geht es Richtung Ufer, die Skibrillen setzt man hier vorsichtshalber schon wegen der Gischt auf. Der Traum, der uns in den hohen Norden gelockt hat: die perfekte Abfahrt vom Gipfel bis ganz hinunter zum Meer, der Summit to Sea Ride.

Anschnallen können wir die Ski bereits am eingeschnittenen Strand von Laupstad. Das Ziel: der Sautinden, 596 Meter hoch. Was in den Alpen nach einer gemütlichen Anfängertour klingt, ist in

Die Skibrillen setzt man hier vorsichtshalber schon wegen der Gischt auf.

Nordnorwegen eine stattliche Unternehmung. Gestartet wird nämlich auf Meeresniveau, die zu bewältigenden Höhenmeter korrelieren exakt mit der Höhe des Gipfels.

Schnell ist die Baumgrenze überwunden, und wir befinden uns im schönen, offenen Gelände. Die „MS Nordstjern“ schrumpft

REISETIPPS

NORDISCH BY NATURE

Ein Trip auf die Lofoten-Inseln erfordert – und belohnt – Geduld: Die Anreise erfolgt via Frachtschiff, das Wetter bestimmt den Zeitpunkt der Abfahrt.



WISSEN

Alle Infos zur Lofoten-Reise: vom Skivergnügen zum Stockfisch-Schmaus.

ANREISE

Mit dem Flugzeug über Oslo nach Svolvær (Lofoten) beziehungsweise Tromsø, mit der Fähre über Bodø.

REISEZEIT

Die beste Zeit für Skitourengeher ist März und April. Meist liegt noch Schnee bis zum Meeresspiegel.

Mit etwas Wetterglück bekommt man Firnabfahrten bis zum Strand.

VERPFLEGUNG

Die Arctic Haute Route rühmt sich mit ihren norwegischen Spezialitäten wie geräuchertem Heilbutt-Kaviar und Moltebeermarmelade. Speziell in der Region: der Stockfisch, „Norwegens ältestes Export- und Kulturgut“.

UNTERKUNFT

Die „MS Nordstjernen“ lief 1956 aus der Hamburger Werft und wurde bis 2012 als Transportschiff eingesetzt. Nach der Renovierung bietet sie heute Platz für 70 Passagiere, dem Transportmittel entsprechend in einer Doppel-Kajüte mit Dusche.

VERANSTALTER

Die Reise wird von der Norwegian Adventure Company für 2040 Euro pro Person angeboten. Auf die „MS Nordstjernen“ schiffte man entweder auf den Lofoten ein (und schippert dann nordwärts) oder in Tromsø (südwärts), die Dauer beträgt in beide Richtungen dreieinhalb Tage (mit drei vollen Skitagen).

SAFETY FIRST

SO ENTKOMMST DU DER LAWINE

Der natürliche Feind des Tourenghebers ist die Lawine. Oberster Grundsatz, du ahnst es: gar nicht erst in eine Lawine kommen.



EQUIPMENT

Falls sich das Unglück einmal doch nicht vermeiden lässt, kann dir diese Ausrüstung das Leben retten:



1. AVALUNG:

Dieses schnorchelartige Gerät verbessert im Notfall deine Frischluftzufuhr. Es führt die ausgeatmete, CO₂-haltige Luft seitlich ab und filtert frische Luft zum Atmen über ein Ventil aus dem Schnee.



2. LVS AKA LAWINENPIEPS:

Du trägst den Mini-Transmitter ganz nah am Körper. Seine Pieps-Signale machen es Helfern leichter, dich in der Lawine zu orten und auszubuddeln.



3. AIRBAG-RUCKSACK:

Den Airbag händisch auslösen, und dein Rucksack bläht sich binnen Sekunden auf. Die Idee beruht auf dem sogenannten Paranuss-Effekt („Müsli-Effekt“): In einem fließenden Medium wie einer Lawine setzen sich die volumenmäßig größeren Körper an der Oberfläche ab.



Drei Tage Powder verspricht die Tour der Norwegian Adventure Company.

bald auf die Größe eines Spielzeugschiffs. Direkt hinter dem Boot schält sich nun der Higravstinden aus dem Nebel, mit 1.147 Metern die höchste Erhebung der Lofoten. Die Gipfel hier haben die Anmutung der Westalpen im Hosentaschenformat: Schroff und unnahbar ragen sie direkt aus dem Fjord in den Himmel, einen 800er könnte man gut und gerne mit einem 4000er in der Zentralschweiz verwechseln, würde man am Foto unten das Meer weg schneiden. Auf der ersten Passhöhe öffnet sich der Blick zum Ozean. Überall Wasser, überall Inselchen, egal, in welche Richtung der Blick fällt.

Der Golfstrom sorgt für angenehme Temperaturen, bitterkalt wird es hier auch im Winter nicht. Diese Meeresnähe sorgt aber auch verlässlich für einen Wetterwechsel im Zehnminutentakt, auf Schneesturm folgt Sonnenfenster folgt Schneesturm. „Auf den Lofoten haben wir manchmal alle vier Jahreszeiten innerhalb einer Stunde“, meint unser Guide Isaak. Prompt frischt sich der Wind zu einem Sturm auf und zwingt uns zum Abfellen.

Wie Füchse auf der Jagd lauern wir auf ein paar Sonnenstrah-

len, Isaak ist optimistisch: „Gleich kommt sie wieder raus!“ Und tatsächlich, ein paar Schwünge gehen sich aus mit guter Sicht, die „MS Nordstjern“ wird wieder größer, und wir freuen uns schon auf die wärmende Dusche in unseren Kajüten. Aber fast noch mehr auf das Abendessen an Bord. Auf der Speisekarte: Stockfischfilet aus den Lofoten und Rentiersteaks.

Zurück an Bord wirft die „MS Nordstjernen“ ihren 3600-PS-Motor an und brummt Richtung offenes Meer. Der Wellengang wird höher, das Dessert muss man schon gut festhalten, will man noch was davon haben. Wir schippern weiter nordwärts, vorbei an den Vesterålen Richtung Kvaløya, wo wir am nächsten Tag bequem aufwachen. Heute scheint es das Wetter besser mit uns zu meinen, ein Sonnenfenster hat sich angekündigt. Schon am Schlauchboot zum Ufer reißt der Himmel auf, und wir stehen bei Sonnenschein am Gråtinden (871 m), der Grauspitze. Kurz wird gejubelt, denn vor uns liegt: eine Abfahrt bis zum Strand, das Meer immer im Blick, jeder Schwung ein Genuss.

Erforsche die Lofoten-Inseln auf der „MS Nordstjernen“:
norwegianadventurecompany.com