

NORWEGEN

Ein Traum!

Einsame Loipen und endloses Weiß – bei einer Skiwanderung durchs norwegische Rondane-Gebiet vergisst der Langläufer die Welt

Von Rüdiger Dilloo



Hier muss man verweilen: Vorn der Muen, dahinter im Rondane-Nationalpark die Berge Bolhogdene und Ramstidene
© Lars Tvete/www.venabu.no

Wenn wir jetzt noch Fjellski hätten, wären wir, um wieder deutsch zu reden, sogar richtig happy. Fjellski sind nicht Skier mit Fellen, so einfach ist Norwegisch nun auch wieder nicht. *Fjell* heißt Berg, genauer: Land über der Baumgrenze. Hügel, Hochtal, Felsmassiv oder baumlose Hochebene – alles ist *fjell*. Hier langlaufen heißt, dass es gelegentlich steil und ruppig wird. Manche Loipen werden nur nach neuem Schneefall frisch gespurt, können also, nach einer sonnigen Frostwoche, eisig oder harschig sein. Unsere üblichen schmalen und schnellen, kippligen und kantenlosen Langlaufskier sind dann eher suboptimal. Wer je hier oben bei einer trotz Schneepflug unaufhaltsam schneller werdenden Abfahrt in der Loipe verkrampft dem Ende entgegentitterte – der wird beim nächsten Mal Fjellski leihen, kaufen oder erbetteln: breite Langlaufskier mit stabiler Führung und Stahlkanten. Für die Troll-Loipe, auf der wir uns befinden, sind Fjellski sehr ratsam. Die Troll-Loipe ist 170 Kilometer lang. Sie zieht sich vom Rondane-Gebirge bis Lillehammer. Sie ist wunderschön. Manchmal umwerfend.

Zur Begrüßung hat Peer Gynt einen Schneehasen geschickt

Anzeige

Norwegisch ist eine nette Sprache, wenn wir das hier mal ganz oberflächlich feststellen dürfen. Und norwegische Tourismusprosa ist – niedlich. *Hyggelig ferie* hat man uns versprochen, und in der Tat, *hyggelig* ist es überall hier im Rondane-Gebirge mit seinen weiß verschneiten Kuppen, an denen vorbei wir auf Skiern *fra hytte til hytte* laufen, *sport og fritid* aufs angenehmste miteinander verbindend, bei günstiger *halvpensjon* im *dobbelrom*. Kreativ könnten wir assoziieren: Diese Langlauferien – *langrennferie* – machen uns ausgesprochen *glykkelig*.

Eigenen Ko
Registrier

ARTIKEL

ZEIT 49/20C
»**Kommen nichts!**«
Das Osttiroler
Jahren erfol
Namen des

ZEIT 08/20C
Hier geht's
Auch die Sch
Und nachts
Skifahrer da

AUSDE

ZEIT 49/20C
Wo laufen :
Auf den Piste
voll. laut un
Vier beinhar
Wolfgang D
Joffe und Ch

ZEIT 8/200C
Ruhe und F
In Dämmer
die Berge. E
Schweizer D

ZEIT 32/199
Ulrich Grei
Millstätter
dem Motor
»



Borghild Krossli hat Fjellski, selbstverständlich. Borghild Krossli führt Langlaufwanderer durchs Rondane-Gebiet; im Tal drunten, in Lillehammer, betreibt sie ein kleines, auf Sport spezialisiertes Reisebüro. Sie ist 45 und erinnert uns mit ihrer kompakten Naturfrische an Rosi Mittermaier. Heiter schwingt sich Borghild beim Aufbruch unserer Gruppe den vergleichsweise schweren Rucksack der Anführerin um. Vor uns liegen heute 30 Kilometer, vor unserer Leiterin liegt eine mehrtägige Skiwanderung mit neun ihr in jeder Hinsicht unbekanntem Deutschen. Alter ungefähr zwischen 30 und 70. Aber sonst? Kondition? Langlauferfahrung? Kälteresistenz? Sturztoleranz? Quengelfaktor? Borghild hat beschlossen, den ersten Tag bequem angehen zu lassen. Wir quetschen uns in ein seltsames Gefährt im VW-Bus-Design der fünfziger Jahre, halb auf Skiern, halb auf Raupen. Wir werden die ersten ansteigenden, anstrengenden sechs Kilometer vom Hotel hinauf ins Fjell im Auto zurücklegen.

Im netten Norwegisch besteht man darauf, Hotel mit zwei l zu schreiben und o, wenn es wie ö lauten soll, mit einem Schrägstrich. Das Høgfjellshotell, wo wir uns gestern Abend zusammengefunden haben, liegt in Høvringen. Høvringen liegt 300 Kilometer nördlich von Oslo, 100 Kilometer nördlich von Lillehammer, der Olympiastadt von 1994, hoch über dem Gudbrandstal. Das fruchtbare Gudbrandstal gilt als Norwegens Kulturtal. Jahrhundertlang hat hier eine wohlhabende Bauernschaft Musikanten, Maler und Dichter hervorgebracht, und seit dem Welterfolg von Sigrid Undsets Roman *Kristin Lavranstochter* suchen Touristen gern – wie in der Schweiz nach der Heidi – die Spuren des hier angesiedelten fiktiven Bauernmädels. Man kommt ihnen mit einem »mittelalterlichen Kristin-Dorf« entgegen. Heute führt durchs Gudbrandstal Norwegens wichtigste Süd-Nord-Straße von Oslo nach Trondheim. Tankstellen, Supermärkte, Kleinindustrie; es ist wie im winterlichen Inntal oder Walliser Rhonetal: Hauptverkehrsadern durchs Gebirge wirken im Winter besonders schmutzig. Wir waren froh, als endlich beim Ort Sel das Nebensträßchen abzweigte. Serpentin führten vom Tal 8 Kilometer und 600 Höhenmeter hinauf nach Høvringen, der Wald wurde dünner, bei 800 Metern war die Baumgrenze erreicht, vor uns öffnete sich die hügelige Hochebene im schneehellen Nachtlit. Und was war das für ein schneeweißes Tier, das vor den Scheinwerfern über die schneeweiße Straße hoppelte? Perfekt. Ein Schneehase zur Begrüßung.

Das Høgfjellshotell ist typisch für alle, die wir bei dieser Skiwanderung kennen lernen sollten: sehr gemütlich und familiär, mit schönen Aufenthaltsräumen, aber eher einfachen Zimmern, mit großzügigen Sessellandschaften um Kaminfeuer herum, aber ohne eigenen Fernseher, mit perfekt eingerichteten Ski- und Wachswerkstätten, aber – teilweise – herausfordernd schmalen Herbergsbetten. Man spürt den lokalgeschichtlichen Hintergrund: Viele Hotels im Rondane-Gebiet haben sich aus schlichten Almhütten oder Sommerhäusern entwickelt; bis in die sechziger Jahre trieben die Bauern ihr Vieh aus dem Gudbrandstal hierherauf zu den Bergweiden. Rucksackwanderer kamen schon Ende des 19. Jahrhunderts, und diese Tradition pflegen selbst die Großhotels noch heute: Zielgruppe im Winterbetrieb sind nicht Party-People, die es auf Ski- und Tanzpiste krachen lassen wollen, sondern wandernde Langlauffamilien, Natur- und Ruhegenießer.

Zum Frühstück gab es zwei Überraschungen: Verschiedene Fischarten und richtiges Porridge sind neben dem Üblichen Teil des Buffets. Und Stullen und Obst für die Tagestour schmuggelt man nicht schlechten Gewissens unterm Pullover hinaus: Auf einem eigenen Tisch werden Tüten und Folien zum ungenierten Verpacken angeboten,



1. Wort mark
2. Button ank
3. Erklärung

über einer Durchreiche zur Küche offeriert ein Schild: Hier Thermoskannen füllen lassen. So geht's also auch. Ohne Extrakosten. Wie sympathisch.

Und als wir dann vorhin vors Hotel traten, beobachteten wir Szenen, die für uns neu waren. Bisher kannten wir die Welt des Langlaufs als trendig-modisch, körper- und tempobetont. Hier nun sahen wir Herrschaften in weiten Wärmehosen und farblosen Anoraks gemächlich auf ihre Fjellskier steigen; und eine Gruppe mit Kindern, die einen seltsamen schmalen Schlitten zurechtmachte: Zwei Hunde sind ihm – hintereinander – vorgespannt, seine Kufen haben genau die Spurbreite der Loipe, die Sitzfläche ist eine Art geschlossenes Futteral mit Rückenlehne, aus dem ein vielleicht achtjähriges Kind vergnügt herausschaute. Daneben zwei größere Kinder, startbereit zum Langlaufen. Langlaufende Kinder? Von Ruhpolding bis Pontresina ist uns diese Spezies auf der Loipe noch nicht begegnet.

Die Fahrt ins Fjell dauert 20 Minuten. Wir sind auf 1100 Metern, in einem Hochtal mit verschneitem See. Auf Skiern hätten wir wohl ein bis zwei Stunden gebraucht. Ein schönes kleines Berggasthaus, Smuksjøseter Fjellstue, ist in der großartigen weißen Einöde das einzige Gebäude. Direkt über uns im Osten steigen die Rondane-Berge auf, rundlich wie Elefantenrücken auf dieser Seite, ihre Gipfel fast 2200 Meter hoch.

Wir stehen hier am äußeren Rand des Rondane-Nationalparks, wo strikte Vorschriften gelten und es ein großzügiges Angebot gibt: Das Präparieren der Loipen ist nur mit Sondergenehmigung und selten erlaubt, Fahrzeuge und Neubebauung sind verboten. Aber in unverschlossenen Schutzhütten darf man kostenlos übernachten. Bei Minusgraden bedingt das große Rucksäcke mit Schlafsack, Isomatte, Kocher und so weiter; wir werden derart ausgerüsteten Langläufern noch begegnen. Unsere Route, die Troll-Loipe, ist gespurt, unser Gepäck wird von Hotel zu Hotel transportiert.

Ein Mann mit großem Gepäck verschwindet im Nirgendwo

Die Loipe ist eben. Der Schnee ist kalt. Die Skier sind richtig gewachst worden. Gleitschritt, Stockschub, Gleitschritt, Stockschub, das verlässlich gute Loipengefühl stellt sich ein. Und wie sind die anderen drauf? Nur anfangs beobachtet man noch die Mitläufer, nicht lange, dann ist man bei sich selbst. Dem Muskelspiel. Dem Rhythmus von Schritt und Atem. Dem persönlichen Gleichmaß und eigenen Tempo. Weiß in weiß und perspektivisch gestaffelt, gleiten Buckel und Rippen, Hänge und Tälchen vorbei, halluzinatorisch langsam, es ist, als sauge einen die Fjell-Landschaft in ihre gleichgültige, attraktive weiße Leere.

Träumer! Da vorn fällt die Loipe kurz, aber steil in eine Senke, was machst du jetzt? Vielleicht 150steile Meter, dann ein Gegenhang, ebenso kurz und steil aufwärts bis zu der Hütte dort, der Schwung trüge einen mühelos fast bis oben. Riskieren? Vernünftig sein? Eine Sekundenentscheidung. Anschub, tief in die Knie und runter. Ja! Manchmal ist es richtig, nicht viel zu denken.

Die Peer-Gynt-Hütte ist aus Schieferplatten aufgeschichtet, grau und gedrungen unter flach geneigtem Schieferdach, ein naturgemäßes Artefakt. Vielleicht ein Dutzend Skiwanderer sitzen davor in der Sonne. Wegweiser an einem Pfosten deuten in alle Richtungen. Peer Gynt? Der Träumer. Der Prahlhans, große Jäger, wilde Rentiere zu Tode reitende Lügenezähler – hier oben hat sich der Märchensammler Asbjørnsen, ein norwegischer Bruder Grimm, in Steinhütten wie dieser von Jägern und Hirten die Peer-Gynt-Geschichte erzählen lassen, und dann hat Ibsen Peer Gynt und Rondane in die Weltliteratur gereimt.

Weiter und weiter auf der Troll-Loipe, der Gnomenspur, durch den geschichtlich-mythologischen Hallraum, durchs baumlose Weiß, das sich jetzt zu einer Ebene öffnet. Stille wieder. Ssss... singt der Ski, fffüü... pfeift der Atem – keineswegs aus dem letzten Loch. Es geht uns gut. Saugut, trollgut. Wir fliegen, das ist ja richtig Tempo jetzt, das winzige Gefälle dieser Ebene ist fürs Auge nicht erkennbar, aber die Muskeln spüren es und setzen es um in Geschwindigkeit. Ein gedankenfreies Glücksgefühl stellt sich ein, als werde durch dauerhafte Anstrengung der Körper unvergänglich. Doch ganz allmählich wird das Gefälle stärker, die Ebene endet über einem weiten Tal. Drei Kilometer Abfahrt. Mäßig steil geht es hinunter, ein Ski bremst ausgestellt neben der Spur, die ersten Büsche, dann lichter Wald, dann Mysuseter im Talgrund, ein Dörfchen mit einem Lädchen, in dem wir etwas Heißes trinken.

»Jetzt sind es«, verkündet Borghild, »noch zwölf Kilometer Loipe bis zum Hotel. Wer möchte laufen, wer will vom Bus abgeholt werden?« Die zwölf Kilometer, meistens ansteigend, werden mühsam, das Tageslicht nimmt ab wie die Kraft, auf harter Waldloipe ein erster Sturz, dann ein zweiter, von wegen Glücksgefühl, von wegen unvergänglich. Die Sauna im Hotel Rondeslottet schenkt neues Wohlgefühl. Zum Abendessen gibt es neun Sorten Fisch. Der Schlaf kommt augenblicklich.

Vom Rondeslottet- laufen wir zum Rondablikk, vom Rondablikk- zum Venabuhotell. Wir begegnen Langläufern, wie wir es selbst sind, aber wir sehen auch ungewohnte Gestalten. Männer mit großem Gepäck, auf dem Weg ins Nirgendwo. Frauen im Geschirr, die Schlitten hinter sich herziehen. Menschen, die sich von Hunden ziehen lassen, direkt, an langen Leinen. Familien mit Zehnjährigen, die scheinbar klaglos weite Strecken laufen. Alte Leute, sehr alte, die sturzfrei abfahren, wo es uns zerlegt. Alle diese Menschen erinnern uns daran,

dass Langlaufen in Norwegen – in Skandinavien – nicht bloß Freizeitsport ist, sondern jahrhundertlang die selbstverständliche, sinnvollste Art der Fortbewegung durch weite winterliche Wälder war, dass Nansen Grönland auf Skiern durchquerte, dass der heutige Massenevent Wasa-Lauf in seiner mythenstiftenden Herkunft mit dem Heroismus des ursprünglichen Marathon-Laufs zu vergleichen ist.

Am letzten Tag begegnen wir einem weißbärtigen Mann aus dem Rheinland. Er kommt, seit er in den Sechzigern als Pfadfinder hier war, jeden Winter nach Norwegen. Nirgends sei es so schneesicher, sagt er, und so schön. Er wandert auf Fjellskiern durch die Winterwildnis, allein, von Hütte zu Hütte. Er zieht einen Schlitten. Er hat einen Kompass. Er wirkt sehr *glykkelig*.

INFORMATION

Anreise: Flüge von Hamburg nach Oslo und zurück bei Lufthansa und SAS zu Sondertarifen ab etwa 200 Euro inklusive Gebühren, bei Billiglinien ab 50 Euro. Vom



© ZEIT-Grafik

Flughafen direkt weiter mit dem Zug ins Gudbrandsdal. Die Hoteliers im Rondane-Gebiet holen ihre Gäste an den Talbahnhöfen ab

**Die meistgelesenen
Artikel des Tages**

[Lasst die Männer nicht in Ruh »](#)
[Keine Folter, nirgends »](#)
[Kleines Schröder-Tribunal »](#)

UNTERKUNFT: Halbpension im Doppelzimmer kostet in den großen Berghotels etwa 70 bis 100 Euro pro Person, empfehlenswert zum Beispiel: Høyfjellshotell (Tel. 0047-61/233722, www.hovringenhotell.no); Høyfjellshotell Raphamn (Tel. 0047-61/230266, www.rondeslottet.no); Høyfjellshotell Rondablikk (Tel. 0047-61/294940, www.rondablikk.no); Venabu Fjellhotell (Tel. 0047-61/293200, www.venabu.no).

Es gibt auch Ferienhäuser


GEFÜHRTE TOUREN: Die Saison beginnt Anfang Februar – vorher sind die Tage zu kurz und die Temperaturen zu eisig – und dauert bis April. Borghild Krosslis Reisebüro (Tel. 0047-61/289970, www.norske-bygdeopplevelser.no) bietet drei einwöchige Langlaufwanderungen von 60 bis 170 Kilometer Länge an. Preise ab etwa 900 Euro einschließlich Skiausrüstung, Vollpension und Gepäcktransport

AUSKUNFT: Norwegisches Fremdenverkehrsamt, Tel. 040/2294150, www.visitnorway.com. Außerdem www.skiingnorway.com; www.invanor.no

(c) DIE ZEIT 15.12.2005 Nr.51

LESER - KOMMENTARE

Eigenen Kommentar verfassen » | [Registrieren »](#)

DRUCKEN 

WEITERE ARTIKEL AUS DEM RESSORT REISEN

WEBLOGS

Sana'ani - Ein Jahr im Jemen

Muezzins, Krummdolche und Ganzkörperschleier -
Alltagsbeobachtungen in der jemenitischen Hauptstadt»

NORWEGEN

Ein Traum!

Einsame Loipen und endloses Weiß – bei einer Skiwanderung durchs norwegische Rondane-Gebiet vergisst der Langläufer die Welt »
Von Rüdiger Dilloo

NAMIBIA

Schöne Aussicht

Die Grootberg Lodge in Namibia und Bushman Sands in Südafrika bieten ihren Gästen Luxus und den Schwarzen eine Zukunft»
Von Anja Haegele

BLICKFANG

Weilers Wunderland

Deutschland - Eine Lesereise»

CHILE

Wie im Vergnügungspark

Im chilenischen Punta Arenas gibt es einen fantast mit Mausoleen wie Opernhäuser und geschwätzige
Von Wolf Alexander Hanisch

MAGNET

»

BÖHMEN

»

MAURITIUS

Moment mal - war das Glück?

Mauritius kennt man schon, bevor man ankommt. In den Luxushotels wird alles getan, damit die Realität den Sehnsuchtsbildern entspricht. Nur der Regen macht, was er will»

Von Susanne Mayer

Die Stadt mit dem gläsernen Herzen

Jablonec nad Nisou war Gablonz an der Neiße, die des Modeschmucks. In der Adventszeit funkelt sie

Von Ulla Lachauer

F R A N K R E I C H

Der Wahnsinn!

La Plagne hat 134 Pisten, 105 Lifte, die größte Seil und das Skifahren beginnt gleich vor der Haustür. die Architektur meckern»

Von Wolfgang Lechner

ZEIT.DE » REISEN » **NORWEGEN**

DEUTSCHLAND | INTERNATIONAL | WIRTSCHAFT | FEUILLETON | LITERATUR | LEBEN | REISEN
WISSEN | GESUNDHEIT | MENSCH & GESCHICHTE | BILDUNG & BERUF
WEBLOGS | ZUENDER | SPIELEN | FOTOGALERIE | DEBATTE
PREMIUM | MARKTPLATZ | AUS DER ZEIT | ARCHIV | SUCHE
ZEIT FÜR DIE SCHULE | IMPRESSUM | ZEIT-VERLAG | MEDIADATEN | PRESSE | HILFE | NEWSFEED | NURTE