

# 220 km durch die Arktis – Nordenskiöldsloppet

***Zum zweiten Mal habe ich das härteste und längste Skirennen der Welt beendet. Mit einer Zeit von 19 h 55 min habe ich die Medaillenzeit von 21 h 22min deutlich unterboten. Damit kommt erstmals die Medaille mit dem Konterfei des ersten Siegers aus dem Jahre 1884 Pava-Lasse Nilsson Tuorda zum SV Großwaltersdorf.***

28. März 2026: Es ist kurz nach 4 Uhr morgens in Jokkmokk. Der kleine Ort im schwedischen Teil Lapplands liegt nur 5 km nördlich des Polarkreises. 467 Skilangläufer aus 21 Nationen haben sich versammelt, um im Schneetreiben 110 km bis Njávve zu fahren und von dort 110 km zurück. Auf unserem Planeten gibt es kein längeres und härteres Skirennen. Jeder, der hier am Start steht, ist schon ein Gewinner und hat Mut bewiesen. Das Rennen ist bei Weitem nicht ausgebuht. Viele schreckt allein schon die Zahl 220 ab und dennoch ist es nicht nur die Anzahl der reinen Kilometer, sondern die Bedingungen in der Arktis die unberechenbar sein können. So schwingt vor dem Start bei allen die Demut vor der Natur und der Aufbruch ins Ungewisse mit. Dass ich überhaupt am Start stehe, hat sich erst 23 Tage vor dem Lauf entschieden. Günter Köhler aus Oberfrauendorf hatte mir hier einen freien Platz besorgt und dafür Sorge getragen, dass ich diesen auch annehme. Eine lange Vorbereitungszeit war somit nicht mehr möglich und Schnee gab es im Isergebirge und Erzgebirge auch nicht mehr so richtig. So fand die letzte Einheit vor der Abreise nicht auf Schnee, sondern im Laufschuh durch Zehdenick an der Havel statt. Aber eine meiner Stärken ist, dass ich für solche Sachen, sei es auf dem Rad, beim Schwimmen oder eben im Skilanglauf auch spontan ohne spezifische Vorbereitung einspringen kann.

Um 5 Uhr erfolgt der Start und alle hatten 30 Stunden Zeit, um nach Jokkmokk zurückzukehren. Der Start verläuft geordnet und gemütlich. Kein Kampf um Positionen und kein Suchen nach der kleinsten Lücke, um ein Platz gutzumachen. Bei so einer Distanz möchte niemand einen Stockbruch nach 100 m riskieren.

Eine Spur gibt es auf den ersten 70 km nicht. Durch den Schneefall ist die Loipe bereits zugeweht und die ersten fahren nicht in der ehemaligen Spur, sondern spuren quasi daneben eine neue Spur. Also bleibt dem Rest des Feldes auch nichts anderes übrig, als neben der Spur zu fahren. Man muss also selbst auf eine gerade Skiführung achten. Überholen ist auch schwierig, da es abseits der neuen Spur deutlich langsamer ist. Nach rund 13 km kommt man auf den See Burgávrre, im letzten Jahr war dieser eine Qual, keine Spur und blankes Eis. In diesem Jahr eine Schneeschicht und damit sollte es auch schon viel besser laufen. Dennoch habe ich Probleme mit meinem rechten Fuß, denn das Fußgewölbe schmerzt am Anfang schon ganz schön und ich frage mich, wie das die nächsten 200 km so weitergehen soll. Aber ich vermutete, dass der Schmerz mit der Zeit vergehen wird. Auch das Fahren ohne Spur ist sehr mühsam und der Diagonalschritt funktioniert unter den Bedingungen auch nicht gut. Andere bekommen das besser hin. So zum Beispiel Thomas aus dem Harz, der ebenfalls wie ich mit Wildost-Reisen unterwegs ist. Als er sich an mich herangearbeitet hat, rief er mir zu: „Ich habe dir eine Gruppe mitgebracht!“. Ich fahre zu diesem Zeitpunkt allein, kann aber trotz Motivation von Thomas an der Gruppe nicht dranbleiben und fahre mein Tempo weiter.

Nach etwas mehr als 70 km erreicht man den kleinen Ort Granudden am See Skalka. Am Verpflegungsstand purzel ich einmal hin, keine Ahnung wie das passierte, aber ich hole mir dabei ein blaues Fingergelenk und scherze mit einem Helfer, dass ich wohl alt werde. Er meinte nur, er sei alt und nicht ich! Wie an jeder der 19 Verpflegungsstellen nehme ich Iso, Blaubeersuppe und ein Gel zu mir. In Granudden sind es noch zusätzlich 4 bis 5 Löffel Nudeln. Man teilt mir dann noch mit, dass nach 2 km alles neu gespurt wurde. Das war wirklich eine sehr motivierende Botschaft.

Ab jetzt beginnt auch der schönste Teil der Strecke. Man verlässt so langsam die Wälder der Taiga und erblickt in der Ferne bereits das Hochgebirge im Sarek-Nationalpark. Zudem ist es ein wichtiges Gebiet der Samen für ihre Rentierzucht. Umso ärgerlicher finden es alle unserer Sportgruppe, dass einige unehrliche Sportler ihren Müll auf der Strecke liegen lassen. Wer die Natur nicht ehrt und verschmutzt und die Einladung der Samen in ihr Land mit dem Wegschmeißen von Gelpackungen dankt, hat bei so einem Lauf nichts zu suchen. Die angekündigten neuen Spuren sind allerdings super und alles läuft auf einmal viel besser. Bis zum nächsten Berg fahre ich zwei Esten hinterher. Einer erzählte sehr viel und der andere stimmte immer zu. Da estnisch fast wie finnisch klingt, fühlte ich mich wie in einem Aki-Kaurismäki-Film. Untermalt mit dem Gespräch der beiden vergingen wieder ein paar Kilometer.

In den Anstiegen prägte ich mir die Lage von Löchern und großen Steinen ein, denn auf der Rückfahrt mussten wir ja genau alles wieder hinunter und die Skier wollte ich mir vor dem Ziel nicht ruinieren. Am vorletzten Verpflegungspunkt vor der Wende kam mir bereits die Spitzengruppe entgegen. Sie hatte einen gewaltigen Vorsprung und war von einem tschechischen Team aus Liberec geprägt zu dem auch der zweifache deutsche Olympiateilnehmer Thomas Bing gehörte, der zu der Zeit in Führung lag. Hier treffe ich auch Jörg Richter vom WSC Oberwiesenthal und für ein kurzen Plausch zum bisher erlebten ist Zeit. Somit stehen auch dieses Jahr wieder zwei erzgebirgische Skivereine in der Ergebnisliste.

Nun geht es dann aber für schwedische Verhältnisse steil bergan zum höchsten Punkt der Strecke. Die Abfahrt hinab ist etwas holprig und man muss mit den wackeligen Klassischschuhen etwas aufpassen. Anschließend gelangt man auf den See Sakkat kurz vor dem Wendepunkt. Mittlerweile hat auch der Schneefall aufgehört und der Himmel ist fast strahlend blau. Perfekt, denn hier sind die Berge des Sarek-Nationalparks schon zum Greifen nah. Die kahlen schneebedeckten Berge und ein großes Steinmeer im Tal wirken wie aus einem Bilderbuch. Obwohl man schon 100 km auf der Uhr stehen hat und einiges schon etwas weh tut, spürt man eine tiefe Dankbarkeit und ein Glücksgefühl, dass man durch diese schöne Landschaft fahren darf. Die Natur verlangt uns hier einiges ab, belohnt uns aber mit bleibenden Erinnerungen, die viele Menschen in ihrem Leben nicht bekommen werden. Einige berichten mir im Ziel, dass sie hier fast Tränen in den Augen hatten. Mitten in diesen schönen Momenten kommt mir bereits Ronald aus der Oberlausitz entgegen. Der Altmeister ist ein Kämpfer vor dem Herrn der Extraklasse und ist Teil unserer Reisegruppe. Gegenseitig sprechen wir uns Mut zu und Ronald weist mich darauf hin, auch hier mal die Landschaft zu genießen und ein Blick zu wagen. Nur ein paar Minuten später kommt bereits Thomas in einem dynamischen Stil entgegen. Er wirkt noch sehr frisch und freut sich mich zu sehen. Beide werden am Ende super Zeiten von etwas mehr als 18 Stunden abliefern. Wahnsinn!

Am Verpflegungs- und Wendepunkt in Njávve ist erstmal Halbzeit. Hier werden die Skier ausgebürstet und eine neue Struktur eingeprägt. Aus meinem dort deponierten Kleiderbeutel packe ich nur meine Ersatzstirnlampe in meinen Trinkgurt. Andere lassen von ärztlichem Personal ihre Hände aufgrund von Blasen behandeln. Ich hatte vorsorglich schon Pflaster an den kritischen Stellen angebracht. In Njávve gibt es auch Mobilfunkempfang und ich schalte die mobilen Daten ein. Es blinken aufmunternde Nachrichten aus Großwaltersdorf, Zehdenick und Kesselsdorf auf. Ich habe zwar keine Zeit zu antworten, aber freue mich riesig, dass ich fern von der Heimat im Live-Ticker verfolgt werde. Das motiviert enorm durchzuhalten und bei jedem Überfahren einer Zeitschranke denkt man sich, ach schön, jetzt freut sich wieder jemand, dass ich einen Schritt weitergekommen bin.

Nun geht es auf zur zweiten Hälfte und es liegen nur noch 110 km vor mir. Das ist ein Vasalauf und noch mal 20 km dazu. Ein Sprint quasi. Und eine Helferin versichert mir, dass es dieses Jahr auch wirklich „nur“ 220 km sind. Der Nordenskiöldsloppet verschiebt einfach die Maßstäbe und ist eine Grenzerfahrung, die andere Rennen niedlich wirken lässt. Ich fahre nun mit Jörg aus der Schweiz zusammen weiter. Bis zum Ende des Rennens werden wir immer in Kontakt bleiben und uns

gegenseitig aufmuntern. Ich hatte ihn schon vor dem Rennen im berühmten Outdoor-Laden von Jokkmokk getroffen. Wir hielten uns gegenseitig für Österreicher und keiner von uns beiden ist einer.

Auf den ersten zwei drei Kilometern des Rückweges auf dem See Sakkat kann man noch mal den Blick auf den Sarek-Nationalpark genießen. Andreas und Pier aus unserer Reisegruppe kommen mir auf ihrem Weg nach Njávve noch entgegen und wir wechseln ein paar wenige Worte. Dann geht's in einen langen Anstieg zurück zum höchsten Punkt der Strecke. Nach nun schon knapp 115 km erfordert es viel Konzentration, um einen guten Stieg in der Diagonaltechnik hinzubekommen. Nach der folgenden Abfahrt kommt man in den gut gespurten Loipen bis zum Verpflegungspunkt in Granudden problemlos voran. Hier wartet nach 140 km der österreichische Erfinder des Rennens der Neuzeit Wolfgang Mehl auf die Athleten. Er reicht mir Nudeln, Getränke und Gel und spricht währenddessen mit mir über den schlechten Winter. Ohne den Neuschnee am Mittwoch wäre das vermutlich ähnlich wie letztes Jahr geworden, denn nur eine Woche vor dem Rennen fuhr er hier auf dem See nur durch Pfützen. Ich sage ihm, dass ich mich nun langsam auf den Weg mache, denn ich möchte die Medaillenzeit noch schaffen. Er meinte zu mir, es ist noch möglich, aber nicht sicher. In der Nacht fahren viele Läufer langsamer als sonst. Nun, ich denke mir, mit der Nacht habe ich gar keine Probleme, aber ich sollte mich dennoch sputen. Denn aus dem letzten Jahr weiß ich, dass die wirkliche Distanz auch mal bei 230 km liegen kann.

Bis zum nächsten Kontrollpunkt Bälkasgârro geht es zwar nur leicht, aber stetig bergauf. Das kostet viel Kraft und mit der untergehenden Sonne wird es auch kälter und man muss öfters mal einen Baum aufsuchen. Auf der Hälfte des Weges überhole ich einen entkräfteten Läufer, der am Berg viele Pausen macht. Vermutlich hat er sich mit seinem Doppelstockski überschätzt und würde sich nun am Berg lieber einen Fellski wünschen. Er fragt mich, wie weit es bis zum nächsten Kontrollpunkt ist, aber so genau weiß ich das auch nicht. Trotz des Anstieges gilt es auch die schöne Abendstimmung zu genießen. Bis zum Verpflegungspunkt ist die Abenddämmerung vorbei. Hier ist dann der nächste Kleiderbeutel deponiert. Meine Ersatzstirnleuchte tausche ich hier gegen meine Lupine aus, die ordentlich Licht machen wird. Ich ziehe noch in dickeres Oberteil über meinen dünnen Rennanzug, setze eine frische Mütze auf, wechsele zu einer Schutzbrille mit klaren Gläsern und tausche die dünnen Handschuhe gegen ein paar dickere. Dabei klebe ich meine Hände neu mit Pflaster ab, damit die bereits entstandenen großen Blasen an den Händen nicht noch größer werden. Andere wechseln ihre kompletten Klamotten und Schuhe, aber das ist mir zu langwierig und auch zu „gefährlich“. Wenn man sich beim Ausziehen des enganliegenden Rennanzuges einen Krampf oder ähnliches holt, dass will man nicht riskieren und bei dem Wetter ist das Wechseln der Sachen auch unnötig. Dann geht's wieder auf die Skier und man ist bei jedem Anschnallen froh, dass man nach unten kommt und nach dem Schließen der Bindung wieder nach oben.

Die Einsamkeit der arktischen Nacht hat auch ihre besonderen Reize. Bei klarem Himmel und zunehmenden Mond geht es durch Wald und Moor. Manchmal spielen die Gedanken verrückt und man sieht einen Wolf im Augenwinkel durchs Bild huschen. Ein paar nachtaktive Vögel die man hört sind aber keine Einbildung. Irgendwann taucht dann in der Ferne ein Licht auf. Es ist der nächste Verpflegungspunkt, der mit Fackeln und Lagerfeuer von weitem sichtbar ist. Wie im letzten Jahr wartet hier wieder die nette Helferin die mir ein Hotdog anbietet. Diesmal weiß ich schon im Vorfeld, dass es quasi eine Wurst ohne Brötchen sein wird. Sie meint zu mir, ich sehe glücklich aus, worauf ich ihr sage, ich bin froh, dass ich hier in der schönen Natur Ski fahren kann, dass wir genug Schnee haben und das ich das was ich gern tue heute sehr lang tun kann. Mittlerweile stehen rund 170 km auf der Uhr und es stellt sich eine innere Ruhe und Zufriedenheit ein. So als ob der Doppelstockschub mit dem man sich vorwärts bewegt nun immer so weitergehen könnte und nie aufhört.

Bevor es auf die letzten 20 km des Rennens geht, kommen noch die großen Seepassagen. Dieses Jahr ganz anders. Durch den Mond und die Schneedecke wirkt alles freundlicher und nicht wie im letzten

Jahr die dunkle schwarze Eiswüste bedeckt mit Wasser. Man kommt perfekt vorwärts und nach einem kurzen Fotostopp bin ich inmitten einer ca. fünfköpfigen Gruppe von denen einige auch große Instagramkanäle betreiben. Damit man auf dem endlosen Weiß des Sees nicht die Orientierung verliert, wurden grüne Markierungslichter aufgestellt. Nach dem letzten großen Verpflegungspunkt in Purkijaur musste man dann roten Markierungsleuchten folgen. Auf den letzten 20 km mache ich dann noch mal etwas Druck, denn ich merke, dass ich nicht nur sehr deutlich die Medaillenzzeit unterschreiten werde, sondern auch noch die Chance auf eine Zeit unter 20 Stunden habe, wenn ich nochmal richtig Gas gebe. Und als die Schilder für die letzten Kilometer auftauchen weiß ich auch, dass ich es schaffen werde. Es kommt noch eine Gruppe mit rund vier Läufern in hohem Tempo an mir vorbei gesprintet, aber ich denke mir, wozu soll ich nach über 200 km noch um ein, zwei Plätze ins Ziel sprinten, ich genieße lieber die letzten Kilometer des Rennens und der ganzen Skisaison noch ein bisschen.

5 Minuten vor 1 Uhr und somit nach 19 h 55 min erreiche ich auf Platz 251 innerhalb der Medaillenzzeit das Ziel. Ich hatte mich nun darauf gefreut, dass jemand auf mich zukommt und mir die Medaille umhängt. Aber niemand kam und ich guckte noch mal, ob ich mich in der Zeit geirrt habe. Die Verwirrung sieht man mir auch auf dem Zielvideo an. Irgendwann kommt eine Helferin zu mir und meint die Medaillen seien alle und es kommen gleich neue. Irgendwann die Aussage, dass es keine mehr gibt. Das ist natürlich eine große Enttäuschung, da man sich lang auf den Moment gefreut hat und das darf den Organisatoren eigentlich nicht passieren. Wie auch immer, ich freue mich, dass Katrin und Daniela mich am Ziel empfangen und schöne Bilder von mir machen. Ich leihe mir von einem Sportkollegen aus der Oberlausitz die Medaille, damit ich wenigstens ein paar Fotos machen kann. Dann schnell die warme Jacke überziehen und mit einer warmen Decke auf einem Rentierfell am Feuer Platz nehmen. Wer hier nun ein großes Verpflegungsprogramm erwartet, wird enttäuscht, aber man hat ohnehin keinen Hunger, hatte man unterwegs doch 19 Verpflegungspunkt. So ist der auf dem Feuer frisch gebrühte starke Kaffee auch ausreichend. Dieser sorgt auch gleichzeitig dafür, dass man die Nacht überspringt und gar kein Schlaf braucht. Am Feuer ist es auch gar nicht kalt und ich kann trotz -5°C noch entspannt auf Claudia aus unserer Reisegruppe warten, die als nächste aus unserer Gruppe ins Ziel kommt und ebenfalls mit einer tollen Leistung die Medaille mit nach Hause nimmt, die wir letztendlich ein paar Stunden später dennoch bekommen werden.

Obwohl mitten in der Nacht dauerte es keine 10 Minuten bis in der Familien-WhatsApp-Gruppe das Ergebnis gefeiert wurde und mein ehemaliger Arbeitskollege Nils aus Freiberg herzlich zum Rennen gratulierte. Der Nils, mit dessen Mannschaft ich noch immer das beste Ergebnis einer deutschen Vasalaufstaffel in der Geschichte innehabe. Mit der am Morgen größer werdenden Zahl an Glückwünschen realisiert man auch, dass man etwas Besonderes geleistet hat. Nicht jedem Sportler ist es vergönnt am längsten Rennen seiner Sportart erfolgreich teilzunehmen. Wenn man recherchiert, haben wohl in allen Austragungen der Neuzeit des Nordenskiöldsloppet bisher knapp 2.000 Sportler teilgenommen, wenn die Distanz über 200 km war. Etwas mehr als 1200 davon haben die Medaille gewonnen. Gegenüber den rund jährlich 15.000 Teilnehmern beim Vasalauf sind das Zahlen, die verdeutlichen, dass das noch nicht so viele Skilangläufer auf unserem Planeten geschafft haben.

Auch nach diesem Rennen bleibt es so, dass ich noch nie ein Rennen aufgegeben habe. Gerade auf solchen langen Distanzen kann so viel passieren und man ist froh, dass Material und auch Körper durchgehalten haben. Sicherlich hat hier auch das wöchentliche Kraft- und Stabtraining beim SV Motor Eberswalde geholfen.

Am Montagmorgen steht dann wieder die dreitägige Heimreise an. Man sieht mal wieder ein paar Rentiere, mal läuft ein Birkhuhn über die Straße. Von Jokkmokk geht es zunächst nach Östersund und am nächsten Tag über Norwegen mit schönem Blick auf den Trysilfjellet nach Oslo. Hier haben wir noch mal schöne winterliche Straßenbedingungen und wunderschöne Ausblicke. Kurze Pausen machen wir

auch immer wieder an gefrorenen Flüssen und Seen. Ab Oslo geht es dann mit der Fähre nach Kopenhagen mit einem schönen Abendbuffet. Am nächsten Morgen geht es weiter nach Gedser. Bevor wir dort auf die Fähre gehen, machen wir einen kurzen Stopp im Bahnmuseum mit einer Ausstellung zur Olsenbande. Nach einer kurzen Überfahrt ist dann Rostock erreicht und die Reise auch schon fast beendet. Durch die Fahrt mit Wildost waren wir wieder bestens umsorgt und hatten leckeres Essen und auch die Vorbereitung zum Rennen und die Abläufe nach dem Rennen waren bestens vorbereitet. Unsere Reiseleiterin Katrin hat auch einen großen Anteil daran, dass alle sechs Athleten ihrer Gruppe das Ziel erreichten und vier davon die Medaille mit nach Hause nehmen.

Und wie geht's nun weiter? Welche Ziele soll man sich stecken? Es ist ohnehin immer schwierig sich zum Training zu motivieren und weiterzumachen. Aber es ist wohl ganz normal, wenn man nach so einem großen Rennen erstmal in ein kleines Loch fällt. Definitiv würde ich nochmal starten, wenn auch mal jemand anderes aus unserem Verein Lust auf das Rennen hätte! 😊



Foto 1 Nach 19 h 55 min mit Medaille im Ziel.



Foto 2 Am Feuer mit Decke lässt es sich aushalten.



Foto 3 Die begehrte Medaille.



Foto 4 Am Wendepunkt in Njávve nach 110 km.



Foto 5 Kurz vor 5 Uhr morgens im Startbereich und die Urkunde für den Zieleinlauf der rund 20 Stunden später am nächsten Tag erfolgte.





Foto 6 Eindrücke von der Strecke.



Foto 7 Nachts auf dem See.



Foto 8 Am Polarkreisdenkmal kurz vor Jokkmokk.



Foto 9 Beeindruckende Landschaft auf der Rückfahrt von Jokkmokk nach Östersund.



*Foto 10 Polarlichter in Östersund.*



*Foto 11 Auf der Fahrt von Östersund nach Oslo wird es noch mal winterlich.*



Foto 12 Allein die Überfahrt mit der Fähre von Oslo nach Kopenhagen ist eine Reise wert.



Foto 13 Besuch im Eisenbahnmuseum von Gedser mit einer Ausstellung zur Olsenbande aus dem Film die Olsenbande stellt die Weichen.