

Rajalta Rajalle Hiihto 2009

Saunavaara/Finnland!

Freitag 06. März 09, 9/h 30, niedrige Wolkendecke, -7°C, Schnee soweit das Auge reicht! Kleiner als ein Mückenschiss auf der Weltkarte, ist diese Häuseransammlung kurz unterhalb des nördlichen Polarkreises und gut 2500km nordöstlich unserer Heimatgemeinde, für uns aber an jenem Tag der Mittelpunkt der Erde.

Saunavaara, Grenzort zwischen Russland und Finnland, ist für Egbert Ramge und mich an diesem Tag aber auch, zum zweiten Mal nach 2007, der Start zu einer Ski-Langlauf tour der besonderen Art.

Die **Rajalta-Rajalle-Hiihto**, zu deutsch sSki-Wanderung von Grenze zu Grenze, ist der älteste und längste, organisierte Skimarathon der Welt. Heuer zum 26. Mal soll die Reise in den kommenden sieben Tagen, von der russischen Grenze bis nach Tornio/Ruotsi an die 440km entfernte schwedischen Grenze führen.

Ja, jaaaa, die Finnen nennen dies tatsächlich eine Wanderung!!

An diesem Tag stehen für die insgesamt 27 Männer und 3 Frauen zw. 35 und 70 (!!!) Jahren, 63 km auf dem Programm.

63 km die es mit 840 Höhenmetern auch Kräfte mäßig gewaltig sin sich%haben.

63 km bis zum berühmten Wintersport - Ort Kuusamo!

Finnland ist nicht flach! Zumindest hier im Osten nicht. Von der Topographie und der Höhe über Null wie der Odenwald vorstellbar, heißt es für uns an diesem Tag, im übertragenen Sinne, mal eben von Eberbach am Neckar, bis nach Frankfurt am Main mit dem Ski zu rutschen.

Geht es die ersten 3 km flott bergab, ist aber spätestens danach Schluss mit Lustig!

Irgendwo müssen die 840 Höhenmeter ja her kommen!

Ist man am Anfang noch gesprächig, so wird es Kilometer um Kilometer stiller in der Gruppe, die sich mittlerweile auch weit auseinander zieht!

Dennoch bleibt Zeit . und dies wird sich auch in den kommenden Tagen eher verstärken - diese, sich so völlig von der zu Hause unterscheidenden, Landschaft zu genießen.

Die heutige Strecke führt durch weit auseinander stehende Nadelbaumwälder, sanfte Hügellandschaften, die . anfangs - den Blick weit nach Russland frei geben. Völlige Einsamkeit! Völlige Ruhe.

So ruhig, dass sich hier scheinbar noch nicht einmal Fuchs und Hase sgute Nacht%sagen.

Während der sieben Tage wird uns kein noch so kleines Tier zu Gesicht kommen. Völlige Stille wird der Begleiter sein. Kein Vogel zwitschert um diese Jahreszeit, kein Auto, kein Flugzeug. Nichts! Nur das Geräusch der eigenen Lungen und das gleichmäßige sschhhhhht, tschak, schhhhhhhht, tschak.....%der gleitenden Ski und des Stockeinsatzes.

Meditation, völlige Entspannung . ja, man solls nicht glauben - wirklich völlige Entspannung! Jeder Wellness . Urlaub ist ne Lachplatte gegen eine Woche durch Lapplands - Wälder!

Nach 20 km die erste Versorgung. Dankbar nimmt man warmen Saft, Rosinen, Schokolade und Gurkenscheiben an.

Bitte nicht lachen. Dies ist wahrlich die Ausdauer nahrung der Menschen hier oben. Nix Powerbar und Energiegel!

Nach weiteren 10 km ist Mittag auf dem Bauernhof. Ein einsames Gehöft mit netten Menschen, die ihre Garage zur Versorgungsstation umgerüstet haben. Belegte Brote, Tee, Kaffee, Kuchen, Obst. Und natürlich warmer Saft, Rosinen, Schokolade und Gurken.

Die Hälfte ist geschafft. Die Stimmung ist gut. Schnee super, Temperaturen auch, der Ski läuft und alle Aggregate im grünen Bereich!

An der Landschaft ändert sich vorläufig nichts. Hoch, runter, links durch den Wald, rechts durch den Wald, über zugefrorene Seen und Bäche/Flüsse! UUUUnglaublich intensive Gefühle. Überwältigt von der Natur!

Nach weiteren 32 km und einer Versorgung im Wald und in einem Kindergarten, erreichen wir unser erstes Nachtquartier. Eine Ferienressort der besseren Klasse. Blockhütten die man

sich zu sechst teilt. Abendessen von 17 bis 19h. Danach Besprechung des folgenden Tages und im Anschluss sAbendbrot%bis 21/h. (jajaaa, die Energiespeicher wollen aufgefüllt sein). Nach der überall vorhandenen und reichlich genutzten Sauna, muss noch das Skimaterial für den Folgetag vorbereitet werden. Und so ist im Wachsraum ein fröhliches Kommen und Gehen und es herrscht ein babylonischen Sprachgewirr. Schließlich setzt sich die muntere Reisegruppe aus einem Australier, Slowenen, Italienern, Dänen, Norwegern, Finnen und uns Deutschen zusammen. Amtssprache ist Englisch, welche in allen Ausbildungsstufen zwischen Odenwald-Suaheli, bis Oxford-Englisch beherrscht und gesprochen wird. Selbst Mischformen führen ein gleichberechtigtes und akzeptiertes da sein. Es wird viel gelacht und man fühlt sich in dieser großen europäischen Familie ausgesprochen wohl.

2. Tag.

-7°C, niedrige Wolkendecke. Unser Ziel heißt Taivalkoski, ist ebenfalls ein finnisches Wintersportgebiet, liegt 65 km entfernt und erreichen wir auf einer flachen, schnellen Tagesetappe. Durch die guten Bedingungen, ab Mittag kommt zusätzlich noch die Sonne heraus, lassen sich viele Kilometer im flotten Doppelstockeinsatz schieben.

Die Sonne, welche selbst zu Mittag kaum Handbreit über dem Horizont steht und fast 3 Meter lange Schatten erzeugt, taucht die Landschaft in ein unwirkliches, weiches Licht. Alles sieht wie gemalt, wie eigens für uns geschaffene Bühnenbilder aus.

Erstarrte Landschaft aus Eis und Schnee.

Wir überqueren große Hochmoorflächen und reisen durch Nadelwälder. Alles Leben scheint eingefroren. Über Stunden kann man allein in der Spur sein und sich als letzten Mensch auf dem Planeten fühlen. Unbeschreiblich schön!

Noch spürt und fühlt man, bei aller Abgeschiedenheit, die Nähe der Winterzentren Kuusamo und Taivalkoski. Die hervorragend präparierten Loipen der beider Orte, (allein Kuusamo hält fast 600(!) km bereit), werden fleißig genutzt. Nur selten werden mit dem Snowmobil Verbindungen zwischen parallel verlaufenden Strecken hergestellt. Aber auch das soll sich nach dem dritten Tag ändern.

Übernachtet wird wieder . und das kannten wir aus 2007 gar nicht- in Luxus-Ferienwohnungen mit je 6 Schlafgelegenheiten. Neben perfekter Wohnraumausstattung hatten wir eine eigene Sauna, die von uns auch fleißig genutzt wurde.

3. Tag

-10°C, leichter Schneefall. Ursprünglich waren für diesen Tag nur 45 km geplant. Aber die guten Bedingungen ließen eine weitere Streckenvariante mit insgesamt dann doch 56km und wieder einmal 780 Höhenmeter zu.

56 km durchs Winter . Wonder - Land! Wir waren völlig berauscht von den Bilder die sich uns boten. Viel Nadelwald, aber auch Birkenwälder wie wir sie überhaupt nicht kennen.

Durch die Kürze der Strecke und der Sonne, die sich wieder ab Mittag am Himmel breit machte, ließen wir uns recht Zeit, die wir auch fleißig zum Photographieren nutzten.

Fast wie Biathlon. 5 km Laufen, dann auf den Boden werfen . wg. der besseren Perspektive-Photo schießen und wieder auf. 5 km später dann stehend Anschlag! Lach!

Mittags erreiche wir unser Hotel im Skigebiet Syöte. Hier dürfen wir kostenlos den Lift der Alpin-Skifahrer nutzen. Denn das Hotel liegt direkt am Start der Skipiste.

Zu viert in einem Appartement. Wieder Abendessen, Besprechung, Abendbrot, Ski wachsen und schlafen wie erschossen!

So ganz neben bei sei bemerkt, dass man nicht täglich die gesamte Strecke fahren muss. Busse die uns begleiten und an den größeren Versorgungsstationen stehen, ermöglichen es, nur Teilabschnitte zu laufen. Erst mit dem Bus und nur die letzten Kilometer, oder eben die ersten 40 z.B. und anschließend in den Bus einsteigen. Ganz nach belieben und Leistungsvermögen!

4. Tag

Syöte . Ranua! -8 °C, Sonne, 84 (vierundachtzig) Kilometer. Wecken um 6/h und um 7/h 30 auf die Ski!

84 km. Nix für Weicheier, aber auch nicht unmöglich. Kopfsache!

84 km ins finnische Outback! 8 Std. reine Skizeit liegen vor uns. Mit den Pausen werden es am Ende 9,5 Std. sein.

8 Std. mit dir ganz allein. Kein small - talk, keine Ablenkung! Aber auch kein Telefon, kein Chef, bzw. Mitarbeiter/Kollege/Kunde, kein Familienmitglied, kurz niemand der etwas von dir will. Keine Diskussionen, keine Entscheidungen, keine Kompromisse. Nur der Weg nach Westen.

Gedanken kommen, Gedanken gehen. Kreisen um Freunde, Familie, Leben und Sterben, Vergangenheit, verpasste Chancen, Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Aber nie Gedanken um die Arbeit. Komisch, nicht? Nie um die Arbeit!!

Zeitweise läuft man in einem gedankenleeren Raum! Fragt sich, wo man die letzte halbe Stunde war?! Hat man was verpasst ? Reorganisation der internen Festplatte. Entfernen von unnötigen Gedankenmüll/Brainjunk. Wie gesagt, Wellness ins seiner reinsten Form!

Permanent überwacht vom innere Kontrollzentrum des eigenen Körpers. Es beobachtet sämtliche Vorgänge und meldet Abweichungen von der Norm sofort.

Der zweite kleine Zeh des rechten Fußes zum Beispiel, meldet seit geraumer Zeit bei jedem Schritt ein dezentes „Aua-Aua“ an die Zentrale. Der Nagel hat sich blau verfärbt.

„Schnauze“ brüllt ein Rezeptor und sendet eine Dosis Adrenalin in den entfernten Punkt des Körpers. Schnell klingt das Schmerzgefühl ab. Kommt erst wieder abends, wenn der Körper zu Ruhe kommt. (Und dann bleibt die Nacht zur Regeneration).

Auch das rechte Knie meldet eine Überlastung. „Ey Zentrale, issees möglich mal en bissel mehr über links zu laufen? Hier läuft was in den roten Bereich!“

Gefragt, getan. Nach kurzer Zeit alles wieder Beschwerdefrei.

Die Lungen freuen sich über jeden Atemzug, der den 5,8 Liter Hubraum mit absolut sauberer, sauerstoffreicher Luft versorgt. Die Bronchien arbeiten wie besessen. Heute gibt es kein Feierabend. Geben das lebenswichtige Gas mit Begeisterung in die Blutbahn ab, damit die Muskel ihre Brennkammern weiter und weiter unter Dampf lassen können.

Das Herz peitscht über Stunden mit dezerten 130 . 150 Schlägen den Blutstrom durch den Körper. Jede noch so kleine Ecke wird erreicht, weitet sich und profitiert von der extra Portion Sauerstoff und Energie.

Irgendwann meldet sich dann der Magen. „Holá Hombre, wenn ich nicht bald was zu tun habe, hat es sich schnell ausgelaufen. Noch ein paar Kilometer und du kannst mit dem Besen - Snowmobil, (das fuhr wirklich hinterher), ins Hotel fahren!“

Spricht´s und bekommt umgehend einen Riegel, ein belegtes Brötchen, oder eben Rosinen, Gurken, Schokolade!

Hier spürst du was Leben heißt. Du erlebst LEBEN! Du spürst deinen eigene Körper, spürst für was der Mensch gebaut ist.

Bewegung, Bewegung und nochmals Bewegung. Strecke machen, Energie umwandeln.

Denke an die überwiegende Masse der Gesellschaft, deren Freizeitbeschäftigung sich auf die Flasche Bier zum Feierabend, das Auto waschen am Freitag, Rasen mähen samstags und die Fernsehsoap am Sonntag reduziert.

Die Leere in deren Leben ist erschreckend!

Nach 25 Kilometern verlassen wir die Berge und fahren auf teilweise abenteuerlichen Wegen und in freier Technik (den ein- oder anderen unfreiwilligen Sturz eingeschlossen), hinab in die Ebene.

Noch 60 km! Aber irgendwie gehen auch die vorüber. Kurzweilig, keinesfalls eintönig. Zum Ende hin sicherlich aber heiß ersehnt!

Unser Ziel erreiche wir wieder über einen großen, zugefrorenen See! Wieder ein Hotel, wieder den Luxus eines Doppelzimmers.

Das wird ab morgen anders. Die letzten Tage werden wir ganz weit draußen, weg der Zivilisation, verbringen!

5. Tag.

Ranua . Hosio. Ruhetag! 45 km

Gut gefrühstückt und mit 9/h 30 relativ spät begeben wir uns auf die 45km hinaus auf die Strecke. Wieder begleitet uns die Sonne. Es ist einfach nur herrlich!

Im Gegensatz zu den vergangenen Tagen wird uns der Weg dieses mal aber nicht über die weiten Flächen der Tundren führen.

Nein, es warten recht knifflige Geländelauf-Eigenarten auf uns. Kaum freie Flächen, führt der Weg direkt durch die locker stehenden Nadel- und Birkenwälder. Im Slalom umlaufen wir nahezu jeden einzelnen Baum auf unserem Weg. Bedingt durch die natürliche Bodenstruktur müssen wir ein permanentes auf und ab . Wellen gleich- bewältigen. Schwer in einen Rhythmus zu kommen und unerhört Kräfte zehrend. Erst relativ spät begreife ich im Rhythmus der Wellenberge zu laufen und mich so zu bewegen, das der Stockeinsatz immer erst auf dem Wellenkamm erfolgt, damit, mit dem zusätzlichen Schwung durch das Wellental, erst wieder auf dem nächsten Wellenkamm der nächste Stockeinsatz erfolgen kann.

Unser Ziel ist eine ehemalige Grundschule in Hosio. Während die drei Damen im Obergeschoss einen Raum beziehen, dürfen sich die 27 Herren zwei Klassenräume teilen. Das obligatorische sKleidung trocken% erfolgt durch spannen von Wäscheleinen quer durch den Klassensaal, direkt über die Feldbetten hinweg. An den etwas strengen Geruch ist man zwischenzeitlich auch gewöhnt. Schließlich werden die Fußschweiß-feuchten Laufschuhe über den Heizkörpern getrocknet.

(Lieber heute die Nase beleidigt, als morgens in feuchte Schuhe steigen).

Die Stimmung ist gelöst und es wird viel gelacht. Geschlafen haben wir zwei, der verständlicherweise etwas unruhigen Nacht zum Trotz, tief und fest!

6. Tag

Hosio . Honkamaa. Wieder . 7°C, niedrige Wolkendecke, aber dennoch gutes Licht.

56 km von der Schule zum Marktflecken Honkamaa!

Wir nähern uns zum Ende hin wieder dem Leben! Überqueren öfter Straßen und gehen auch schon mal längere Strecken durch Ortschaften, die nicht so mit Schnee beschenkt sind!

Aber schon wenige Kilometer nach der sZivilisation% beschleicht dich erneut das Gefühl, dass einzigste Lebewesen des Planeten zu sein.

In unserem Ziel in Honkamaa stehen ganze 4 Gebäude. Dennoch sind wir von zahlreichen Menschen umgeben, wo wir nicht wissen wo sie her kommen. Außer den 4 Hütten erkennen wir weit und breit keine Niederlassung.

Eine Hütte ist Schuppen, eine Wohnhaus, ein Haus . das unserige- die Sammelunterkunft mit 8 Betten pro 10qm-Zimmer, daß Weitere dient der Treffen und Verpflegungsräume und das Vierte schließlich enthält die beiden Toiletten . jaja, man darf auf diesem Tripp nicht sonderlich sété peteté% sein . und ganz wichtig - die original finnische Sauna, die noch mit einem Holzofen befeuert wird. Auch Duschen sucht man vergeblich. Große Kübel werden mit heißem Wasser in den Sauna-Vorraum geschoben, dazu Schüsseln und Schöpfkelle!! Fertig ist die finnische Dusche.

Nachdem der finnische sZeremonienmeister% uns gründlich eingeheizt hat, geht es dann mit Gebrüll raus in den Schnee um sich darin zu wälzen. Brrrrrr..... nichts ist besser,.....als gleich wieder in die Sauna.

Das danach das original . alkoholfreie- Lapin Kulpa (Läppisches Bier- grins-), besonders gut geschmeckt hat, braucht sicher nicht extra erwähnt zu werden.

7. und letzter Tag

Honkamaa . Tornio-Finnland/Ruotsi-Schweden, 72 km

-8°C zunächst bedeckt, später Sonne. Mit Andacht geht man auf die letzte Etappe. Einerseits froh, andererseits mit Wehmut! Man freut sich es hinter sich zu haben und weiß, dass die unglaubliche Ruhe spätestens am Flughafen wieder zu ende sein wird. Von zu Hause ganz zu schweigen.

Die ersten 25 km gehören zu der anspruchsvollen Sorte. Steigungen und Abfahrten auf schmalen Loipen/Wegen, zwischen Bäumen und Felsen hindurch. So schmal, dass auf den Gefällstrecken oft nicht weit genug der Pflug gestellt werden kann um das Tempo kontrollierbar zu halten.

Das man sich hie und da einmal ablegt, gehört zum Ritual der Rajalle!

Bis 11km vor dem Ziel verläuft die Spur auf dem bekannten Terrain. Wälder, Freiflächen.

Nach der letzten Versorgung wird es dann nochmals richtig interessant.

Es geht hinab aufs Wasser! Aufs gefrorene Wasser!

In unseren Breiten völlig unvorstellbar. Du läufst Langlauf auf einem Seitenzufluss des Tornio-Flusses. Dieser selbst schon einer der breiteren Sorte, hält Platz für die Langläufer, Fußgänger und die unvermeidlichen Jugendlichen auf ihren Snow-Mobilen. An diesem Bild konnte ich mich kaum satt sehen.

6 Kilometer weiter vereint sich dieser Seitenarm mit dem Mündungsdelta des Tornios an dessen Ostseemündung! Und wir stehen immer noch mitten drauf, auf dickem Eis mit Schnee bedeckt! Dort, wo den Rest des Jahres die Schiffe fahren. UUUUNGLAUBLICH. Die letzten Kilometer sind schnell erzählt. Jetzt auf dem eigentlichen Tornio, der die Breite des Rheins hat, geht Fluss aufwärts. Auf der einen Seite Schweden, auf der anderen Seite Finnland! Das Eis ist von unzähligen Menschen bevölkert. Der letzte Kilometer ist für die Rajalta -Teilnehmer extra mit bunten Fähnchen markiert. Sogar einen Zieltransparent steht an der Uferböschung, direkt vor unserem letzten Hotel.

Egbert und ich werden von einer kleinen Schar Jugendlichen beklatscht, während wir uns selbst gegenseitig abklatschen. Bekommen unseren letzten warmen Saft.

Das obligatorische Photo von uns beiden unter dem Transparent ist schnell gemacht und dann ist die Rajalta-Rajalle Hiihto Vergangenheit. Monate der Vorfreude, der Spannung, erlöst durch den Reisebeginn vor 9 Tagen, sind Historie! Was bleibt ist eine unglaubliche Reise, voller Bilder und Erlebnisse, wie sie nicht alltäglich sind. Eine Reise an die ich mich immer wieder erinnern werde. Immer dann, wenn der Wunsch nach Ruhe und Entspannung aufkeimt. Ja es gibt sie, die maximale Erholung bei maximaler körperlicher Betätigung.

Die Rajalle ist der existierende Beweis.

Mehr unter www.rajaltarajallehiihto.ranua.fi . Persönlicher Kontakt: anitta.jaakola@ranua.fi

Bild 05: Am Start! Egbert Ramge (links), Georg Schellhaas

Bild 21: Winter-Impressionen

Bild 39: Winter-Impressionen

Bild 61: Winter-Impressionen

Bild 65: Weite

Bild 71: Ruhe

Bild 79: Alter schützt vor Leistung nicht

Bild 86: Im Ziel