



SANFTE STILLE, WILDE WASSER

Norwegen ist Europas Abenteuerregion Nr. 1, begeistert mit rauer Natur, schroffen Felsen und silbern schimmernden Fjorden. Auf Stand-up-Boards erlebt man den Norden in neuer Dimension – wir bringen euch hin & weg

TEXT TOBIAS HATJE FOTOS DAN PETERMANN



PADELN IM PARADIES

Blaue Fjordbuchten, grüne Uferwiesen, rote Fischerhäuschen – mehr Skandinavien geht nicht



» ALLES IM LOT Der Bootssteg am Moldefjord ist die perfekte Location für unsere Yogasession vor der Paddelaction

e

s vergehen keine zehn Minuten, und die Proteinportion für später hängt am Haken. Steinbeißer, Pollack, Kabeljau – die Ausbeute fürs Abendessen kann sich jetzt schon sehen lassen. Aber Kai-Nicolas Steimer (28) und Martin Öser (52) lassen sich noch

ein paar Minuten in dem kleinen Boot über den spiegelglatten Moldefjord treiben, direkt vor unserem Bootshaus, zehn Kilometer westlich von Molde. Und die beiden Hobbyangler fühlen sich wie beim Entenangeln auf dem Dom: Kaum dass sie ihre Ruten ausgeworfen haben, zappeln irgendwelche Fische an der Schnur. „Das ist Angeln für Anfänger“, kommentiert Kai das Petri Heil. Dass Norwegens Fjorde ein Paradies für Angler sind, ist bekannt. Aber dass es so einfach ist ...

Wir sind aber nicht in erster Linie zum Fischen gekommen, sondern um Norwegens wilde Schönheit mit den Brettern zu erkunden, die für uns die Welt bedeuten. Der Kieler Thomas Wendt (51), einst leidenschaftlicher Windsurfer, hat beim SUP seine neue Passion gefunden – und mit Norwegen den perfekten Spielplatz für seine Camps. Viele Urlaube seiner Kindheit hat er in den kleinen Hütten seines norwegischen Freunds und Meeresbiologen Trond Haukebø (71) verbracht, „aber damals waren wir hauptsächlich wandern

„Wenn du ‚Norwegen‘ hörst, denkst du doch eher an Wandern und Angeln. Wir hätten einen Geheimtipp für euch!“

Thomas Wendt

und Boot fahren“. Seine Idee: die kleinen Häuschen von Trond sowie das Bootshaus samt Anleger als Basislager für das Camp nutzen und von dort die zerklüfteten Küsten und Fjordlandschaften im Nordwesten Norwegens mit den SUP-Boards erkunden. Gekocht wird gemeinsam, hauptsächlich selbst gefangener Fisch in Kombination mit lokalen Zutaten, wenn möglich von Bio-bauernhöfen. Nur das Frühstücksmüsli bringt Thomas aus der Heimat mit. „Mit Norwegen verbindet man nicht unbedingt SUP oder nachhaltiges Reisen. Eher denkt man an Wandern und Abenteuer, an Mountainbiken oder eben ans Angeln. Dabei sind die meisten Fjorde mit der geringen Strömung und den vielen kleinen Felsinseln perfekt für SUP-Ausflüge.“ Und nicht nur die Fjorde versprechen Potenzial: Verschiedene Flüsse und auch die Wellen des Atlantiks an der Küste liegen lediglich eine Autostunde vom Basecamp entfernt.

Beim Pilotcamp rund 500 Kilometer nordwestlich von Oslo sind neben Kai und Martin noch Catherina (35) und Morten Korsgaard (41) aus Dänemark, Thomas' Kumpel Dirk Wortmann (44) und Fitnesscoach Svenja Sörensen (33) an Board. Übersetzt bedeutet Molde „Mutterboden“ und signalisiert, dass die Gegend um die 26.000-Einwohner-Stadt recht grün und abwechslungsreich ist – was auch mit dem für norwegische Verhältnisse recht milden Klima aufgrund des Golfstroms zusammenhängt: Sogar Rosen blühen hier! ▶



RODEORITT AUF SCHÄUMENDEN FLÜSSEN

» MASTER OF DISASTER Kai-Nicolas ist einer der besten SUP-Sportler in Deutschland – egal ob Race, Welle oder Wildwasser

**NORWEGEN NEU ERLEBEN**

Wilde Natur, Stand-up-Paddeln und fitte Flocken: Das gibt es beim SUP, Spirit & Soul Camp

GEWINNEN!

Lust auf Stand-up in Norwegen? Köln & FIT FOR FUN schicken euch hin. So geht's

Die Crew von SUP-Teamsport veranstaltet im Mai erstmals SUP-Camps in Molde/Norwegen: sieben Tage mit Unterkunft in einfachen, aber gemütlichen Hütten in top Lage direkt am Fjord. Leckeres Frühstück von Köln und gemeinsames Abendessen ist inklusive, genauso neueste SUP-Boards von Fanatic (An- & Abreise extra). Neben den täglichen SUP-Sessions werden auch Yoga, Trekkingtouren oder gemeinsames Angeln angeboten. Und so bist du dabei: Köln und FIT FOR FUN verlosen einen Aufenthalt (für 2 Personen) zum SUP, Spirit & Soul Camp vom 18. bis 24.5.2019. Registriere dich online bis zum 1.3. 2019 unter www.fitforfun.de/koeln und schicke uns zwei bis drei Sätze, warum du unbedingt dabei sein willst – plus Foto von dir. Aus allen Einsendern ziehen wir den Gewinner.

Eine Kooperation von



» ALLE AN BORD Der obere Teil des Eresfjord fließt ruhig, doch nur wenig weiter flussabwärts brodeln das Weißwasser



» BESTE AUSSICHTEN Touren wie zum Jendemsfjellet hinauf eröffnen grandiose Ausblicke, etwa auf den Julsund



» MOLDES WAHRZEICHEN Das Hotel in Form eines Segels und das Stadion des Fußballvereins liegen direkt am Ufer der Stadt

Bekannt ist Molde jedoch eher durch das jährlich stattfindende Jazzfestival, eines der berühmtesten weltweit.

Am nächsten Morgen versperren tief hängende, graue Wolken vor unserem Häuschen den Panoramablick auf die verschneiten Gipfel der Fjordsüdseite. Wir machen uns auf zum rund 50 Kilometer entfernten Fluss zwischen Eresfjord und Langfjord, auf der Suche nach einem Abschnitt, der noch befahrbar ist. Das Problem: Viele kleinere Flüsse in Norwegen sind in Privatbesitz – und zum Schutz vor Seuchen und Parasiten, die den Lachsbestand gefährden, ist das Befahren oft verboten. Trond Haukebø erzählt, dass es die Problematik schon seit den Siebzigerjahren gibt: „Die Gefahr ist, dass man die Parasiten von einem Fluss in einen noch nicht befallenen Fluss überträgt. Daher müssen Angler ihre Routen, aber natürlich auch Kajakfahrer oder Stand-up-Paddler ihre Boote und Boards desinfizieren, bevor sie von einem Fluss zu einem anderen wechseln.“ Wir hatten unsere Boards in Norwegen noch nicht im Wasser – doch wir merken, wie sensibel hier alle auf diese Problematik reagieren. Unsere „Fundstelle“ fließt anfangs harmlos daher, doch in der Mitte schäumt und strudelt das Wasser, Felsen direkt unter der Oberfläche werfen kurze Wellen auf. Catherina, Morten, Martin, Dirk und Thomas lenken vor der Weißwasserpassage ihre Boards ans Ufer, steigen aus und umtragen die Stelle. Lediglich Kai-Nicolas hat die nötige Erfahrung und Ausrüstung (Helm, Prallschutzweste, Wurfsack), um sich in den Wildwasserabschnitt reinzutrauen.

„Rauhe Natur, das grandiose Licht, die vielen Fjordlandschaften – Norwegen ist zum SUPen einfach perfekt“

Kai-Nicolas Steimer

Am nächsten Tag lockt uns die Sonne schon um sechs Uhr morgens aus den Betten. Es ist erst Anfang Mai, das skandinavische Mittsommerfest (21. Juni) für den Tag mit dem längsten Sonnenlicht ist noch sechs Wochen entfernt, doch bereits jetzt verdrängt die Dunkelheit der Nacht das Tageslicht höchstens noch für fünf Stunden. Nach einer Morgensession direkt vorm Bootshaus paddeln wir nachmittags am Ufer entlang die zehn Kilometer in Richtung Molde. Ein leichter Wind schiebt von hinten, hundert Meter entfernt auf dem Fjord überholt uns ein Schiff der Hurtigruten, deren Tour gen Nordkap auch hier vorbeiführt. Auf der felsigen Küste liegen verstreut kleine und große Holzhäuser – in leuchtendem Rot, Gelb, Grün oder auch mal dezentem Anthrazit angemalt, und alle mit hohem Neidfaktor: unverbaubarer Wasserblick, grandiose Naturgrundstücke und fast ohne Ausnahme mit einem Anleger fürs eigene Boot. Wir paddeln bis zum Fußballstadion, das direkt am Wasser im Zentrum der Stadt liegt. In Deutschland drängelt man sich in überfüllten U-Bahnen, um ins Stadion zu kommen, hier kommen die Fans bei Heimspielen per Segel- oder Motorboot – auch das unterscheidet Norwegens Lifestyle vom teutonischen Alltag.

Der Rückweg mit Gegenwind erweist sich allerdings als ziemlich anstrengend, wir laden die Boards aufs Autodach und shutteln zurück zu unseren Hütten. Da will die Sonne scheinbar nicht untergehen, und so angeln wir noch bis fast 21 Uhr direkt vorm Bootshaus unser Abendessen zusammen – diesmal im SUP-Style direkt vom Board aus. 