

# Weißer Wonne

Spaß im Schnee haben,  
ohne die Berge runterzubrettern – geht das?  
Im schwedischen Wintercamp Idre  
ist BRIGITTE WOMAN-Autorin  
Diana Helfrich durch das pulvrige Weiß getobt  
und hat abseits der Pisten  
ganz neue Seiten an sich entdeckt

FOTOS Djamila Grossmann



Diese Weite!  
Diese Stille!  
Und so viel  
Schnee...  
Auf Husky-  
Schlittentour  
nahe der Grenze  
zu Norwegen  
kann man sich an  
der Landschaft  
regelrecht  
berauschen



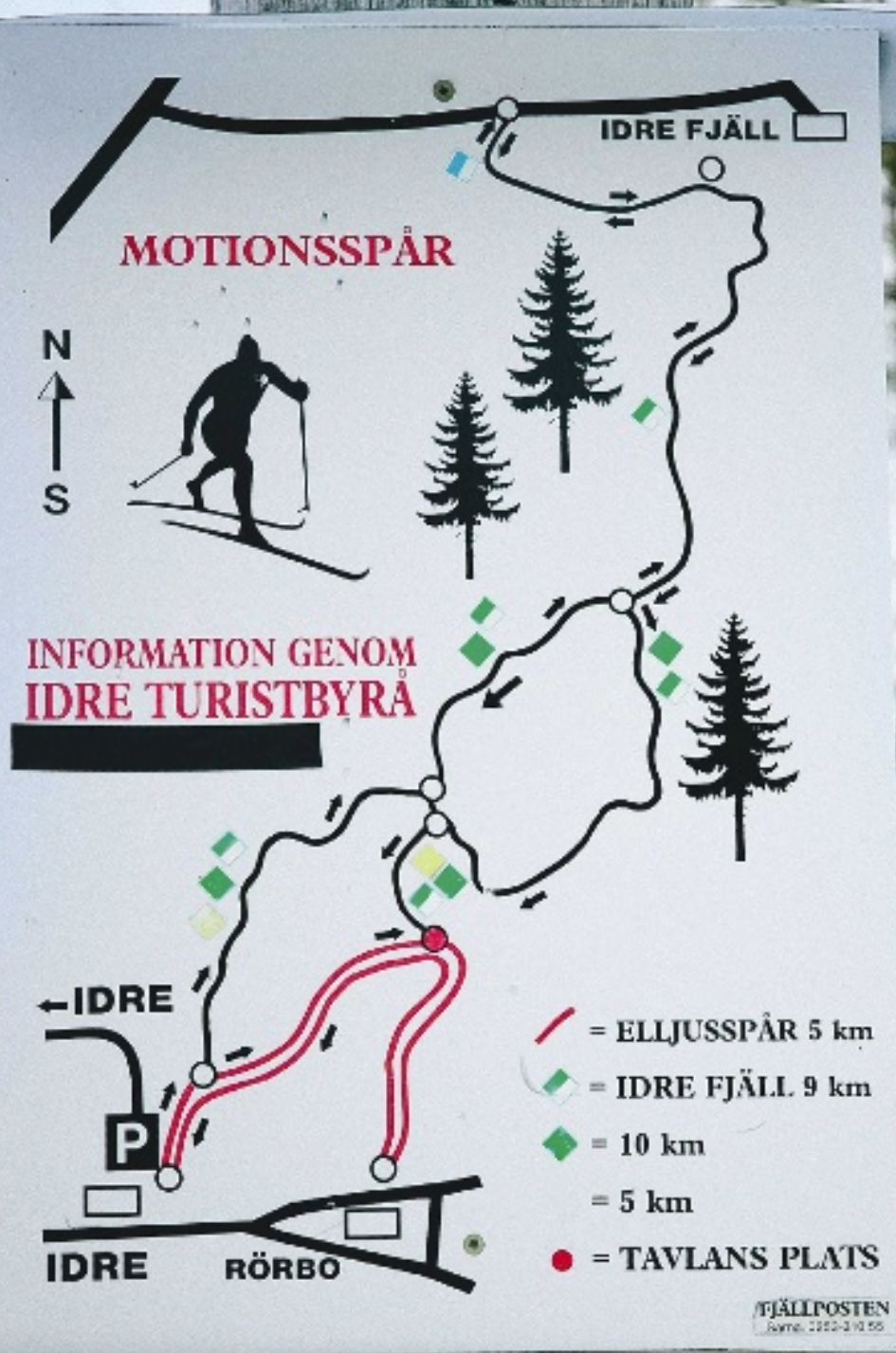


A woman with long brown hair, wearing a black knit beanie with a white flower, a light grey jacket, and a grey scarf, is looking off to the side. She has a backpack on, with a white strap and an orange buckle visible. The background is a snowy forest with evergreen trees covered in snow.

## **Ich bin ein Teil dieser Natur und kein Eindringling**

Und welche  
Route nehmen  
wir heute?  
Die über 80  
Loipenkilometer im  
mittelschwedischen  
Skidorf Idre  
führen BRIGITTE  
WOMAN-Autorin  
Diana Helfrich an  
die abgelegensten  
Orte mitten  
im Zauberwald









Heiß und kalt: Husky vor dem Start der Hundeschlitten-Tour. Im Schnee dampft der Badezuber, dahinter die Sauna. Lagerfeuer mit Stockbrot auf dem Idresee. Und abends wird's gemütlich: Entspannung in der Hütte







Wir haben kurz Pause: Langlaufski warten im Camp auf ihre Besitzer; Abfahrtski schweben in luftiger Höhe über das Skigebiet am Idre Fjäll und die Ausläufer des Dorfes

**S**chlange stehen am Skiverleih, an der Gondelbahn, am Lift. Party-People im Schnee, rund um die Uhr. Und Skifahrer, voll mit Jagertee, die mir einmal zu oft einen Schrecken eingejagt haben: Ich bin durch mit dem typischen Skiurlaub. Mich vom Wintersport ganz verabschieden, das will ich aber auch nicht. Dazu ist es einfach viel zu schön, sich in Winterlandschaften zu bewegen: in klarer, kalter Luft, mit wunderbaren weißen Ausblicken. Also mache ich mich auf nach Schweden, ins Naturparadies mit Schneegarantie – auf der Suche nach Wintersportarten jenseits von Abfahrtspisten. Und nach Urlaub auf Schweden-Art, in der Gruppe, gemütlich und naturverbunden

#### ZEHN HÜTTEN IM TIEFSCHNEE

Es ist heller Morgen, als unser Bus aus Hamburg auf das tief verschneite Gelände rollt. In Mittelschweden liegt das Aktivcamp Idre, mit Schneemützen bedeckt stehen zehn dunkelrot getünchte Hütten auf einer kleinen Anhöhe, von dort geht mein Blick auf das Hauptgebäude mit dem Speisesaal und den zugefrorenen weißen Idresee. Es ist nicht das pure Idyll, denn die Straße liegt zwischen Camp und See, aber: Hier ist so tiefer Winter, dass mir das Herz aufgeht. Und die Sonne scheint. Die 16 Stunden Fahrt durch die Nacht stecken mir in den Knochen, aber schon geht es los. Campleiterin Nathalie erklärt uns das Leben hier: Jeden Tag kann man sich ins nahe gelegene Skigebiet am Gebirge Idre Fjäll bringen lassen, darüber hinaus gibt es geführte Touren auf Schneeschuhen, Touren- oder Langlaufski. Sie stellt auch die „Teamer“ vor, überwiegend junge Outdoorfans aus Deutschland, die die Kleinbusse fahren und bei den Ausflügen in die Landschaft vorangehen. Dann ziehen Fotografin Djamila und ich in unsere Hütte ab: ein Raum mit zwei Schlafkojen, die man mit einem Vorhang abtrennen kann, ein Regal, ein Tisch mit vier Stühlen, zwei Sessel im Ikea-Stil, auf den Vorhängen ein rotes Pferd. Alles ein bisschen in die Jahre gekommen. Aber gemütlich, ohne spießig zu sein, typisch für Schweden. Ich freue mich auf den Rest des Landes.

#### ALLES LÄSTIGE BLEIBT IM TAL

Tourenski sind breiter als Loipenski, länger als Abfahrtski, haben eine Stahlkante und Schuppen auf der Unterseite. Alles, damit man mit ihnen auf Tiefschnee bergauf wandern kann, ohne einzusinken oder abwärtszurutschen. Wir sind am Grövelsjön, einem Skigebiet fast schon in Norwegen und noch ruhiger als das am Idre Fjäll nahe am Camp. Mit Teamer Lars, im Alltag Ergotherapeut, geht es erst mal eine Stunde den Berg hinauf. Ganz gemütlich. Es klappt mit den Schuppen, obwohl ich noch nie auf solchen Ski gestanden habe; ich rutsche nicht. Je höher wir kommen, desto mehr öffnet sich die Landschaft, ich sehe sanfte Kuppen, alle mit so dickem, perfektem Schnee überzogen, dass es die helle Freude ist. Die Berge wirken eher wie Hügel, denn Wind, Schnee, Eis, Regen und Sonne haben alle Ecken und Kanten abgeschliffen.

Die Baumgrenze liegt hier im Norden schon bei gut 800 Metern, also etwa auf halber Höhe im Vergleich zu den Alpen. Ob sich deswegen so rasch das Gefühl in mir ausbreitet, ganz weit oben zu sein und alles Lästige unter mir zu lassen? Vielleicht sind es auch die unerhörte Weite und die Stille, die mir den Kopf freipusten, als wir lange, lange über eine Ebene gleiten: Hier oben gibt es kein Restaurant, keinen Souvenirshop und so gut wie keinen anderen Wintersportler. Ich bin ein Teil dieser Natur und kein Eindringling.

Nach einem Mittagessen aus der Lunchbox geht es wieder abwärts, in der Spur von Teamer Lars gleite ich hinunter durch einen zauberhaften weißen Märchenwald. Als ich mich gerade frage, ob hinter der nächsten Kurve wohl ein Hexenhaus steht, zischt er von vorn: „Pssst! Schneehühner!“ Wir fahren vorsichtig weiter und sehen die weißen Vögel in den Bäumen sitzen. Als wir ganz nah sind, flattern sie auf.

#### ANSCHLUSS FINDEN – KEIN PROBLEM

„Na, wie war’s?“, fragt mich Anne abends beim Essen. Sie ist Röntgenassistentin und wie ich Mitte 40. Am Morgen hatte sie meine Zweifel mitaufgeschnappt, wie gut ich wohl auf Tourenski zu-

Im Schnee ist Ausrüstung alles: Teamer Lars, warm verpackt und mit Sonnenbrille. Und zu Schneeschuhen gehören unbedingt Stöcke, allein schon für mehr Gleichgewicht



rechtkommen würde. Sie fährt regelmäßig bei Aktiv-Gruppenreisen mit, „sonst mache ich ja gar keinen Sport“. Solche Reisen, sagt Anne, seien ideal für Singles sowie Paare, bei denen ein Partner sportbegeistert ist und der andere nicht. In unserer Gruppe sind zwei Pärchen, bei denen einer aufs Skifahren, der andere aufs Spaziergehen aus ist, außerdem ein ähnliches Mutter-Tochter-Gespann. Aber natürlich gibt es auch die anderen: ein junges Paar mit Eltern, für die es offensichtlich das Schönste ist, zusammen auf Skitour zu gehen, wintersportbegeisterte Singles, Freundinnen. „Und wie ist es mit den Leuten, wenn man allein auf einer Aktivreise ist?“, frage ich Anne. „Unkompliziert“, sagt sie und denkt einen Moment nach, man finde immer Anschluss. „Am Anfang denkt man, die sind ja komisch, aber schon drei Tage später wundert man sich, dass man das jemals gedacht hat.“

Ich bin eigentlich sehr happy mit der Besetzung, denn ich hatte erwartet, dass hier vor allem ganz junge Sportskanonen sind. Tatsächlich liegt das Durchschnittsalter bei knapp 44 Jahren. Kürzlich waren zwei über 70-jährige Damen dabei, erzählt Campleiterin Nathalie. „Die hatten Lust auf Winter, und da stellen wir uns gern drauf ein. Jeder, so viel er kann.“ Was mir sonst noch auffällt, sind die vielen semiprofessionellen Outdoorfans unter den Campteilnehmern. Man erkennt sie an den Bicolor-Trekkinghosen, den vielen Funktionsklamotten und den teuren Thermoskannen, aus denen man auch nach Stunden im Schnee noch Tee trinken und sich die Zunge daran verbrennen kann. Für sie starten am Idrecamp mehrtägige Hüttentouren in die umliegenden Gebirgszüge. Schweden ist ein Sehnsuchtsort für alle, die die Wildnis lieben.

#### **DIE HUNDE MACHEN STRECKE, UND WIR DÜRFEN MIT**

Die Wildnis hat auch Beat und Dominique, ein älteres Ehepaar aus der Schweiz, in den dünn besiedelten hohen Norden geführt. Sie leben mit ihren 35 Huskys an einem See im Dorf Drevdagen. Als wir am dritten Tag zu ihnen aufbrechen, sind

es minus 16 Grad, und ich habe alles an, was mein Koffer hergibt. Aber das wäre gar nicht nötig, denn Dominique überreicht uns als Erstes dicke Michelin-Männchen-Anzüge und -Überschuhe. Wir dürfen uns bei ihr im Haus umziehen. Als ich rauskomme, sind die anderen schon dabei, mit den Tieren zu kuscheln, die in großen Zwingern leben. Das kann ich nicht, ich habe ein bisschen Angst vor Hunden, was Beat natürlich sofort mitbekommt. Er legt vier seiner Tiere Geschirre an, die er mit einem Karabinerhaken an meinen Schlitten befestigt. Schließlich heulen 22 Hunde vor fünf Schlitten wie Motoren kurz vor einem Rennen. Ich kann kaum Beats kurze Einweisung verstehen. Wir stehen abfahrbereit. Die Hunde werden immer lauter, wollen rennen. Und dann geht es los. Das Tor öffnet sich, Beat löst die Leinen der Hunde. Augenblicklich hören sie auf zu jaulen und laufen. Gleich hinter dem Tor macht der Weg eine leichte Linkskurve, ich habe Angst, dass ich dort vor lauter Tempo vom Schlitten fliege. Aber es klappt. Und dann sind wir auf dem zugefrorenen See, und die Tiere laufen und laufen. Ich entspanne mich. Wenn ich nichts tue, geht es vorwärts. Wenn ich anhalten will, muss ich mit dem Fuß auf einen Metallbügel treten. Dominique fährt ganz vorn und schaut sich ab und zu um, ob alle Tiere und alle Menschen noch guter Dinge sind. In ihrem superdicken Norwegetherpulli sieht sie ein bisschen aus wie eine erwachsene Ronja Räubertochter, ganz eins mit der Natur und mit ihren Tieren. Wenn sie „chi“ ruft, versteht das der Leithund und biegt nach rechts ab. So lenkt uns Dominique durch die Weite, durch Wälder und über Seen, die wie hingegossen in der Landschaft liegen. Das Wetter ist absolut erstklassig. Wir sehen den Fulufjäll, den Nipfjället und den Städjan – mit 1131 Metern höchster Gipfel der Region. Wir steigen die Berge weit auf und fahren dann wieder ab. Der Schnee glitzert weiß, wie ein dicker Zuckerguss, aber nicht der dünne, durchsichtige auf Zitronenkuchen, sondern der mit Eiweiß, mit dem man auf Lebkuchenherzen „Mein Schatzi“ schreibt. Ab und zu ragt ein Ast in den Weg, und ich ducke mich ein wenig zur Seite oder schiebe





Ehrfurcht am Berg:  
Vor dem gefrorenen  
Wasserfall am  
Fulufjäll fühlt man  
sich ganz klein



## GUT ZU WISSEN

### VIELE SPORTARTEN, EINE UNTERKUNFT

Das Winter-Aktivcamp im mittelschwedischen Idre (Region Dalarna) ist für Einsteiger als auch begeisterte Wintersportler ideal. Jeden Tag hat man die Möglichkeit, sich zum nahe gelegenen Skigebiet shuttleln zu lassen oder an wechselnden geführten Touren auf Langlauf-, Tourenski, Schneeschuhen oder Hundeschlitten teilzunehmen. Auch einige Abfahrtspisten gibt es vor Ort, die passende Ausrüstung im nahe gelegenen Sportgeschäft. Neun Nächte in der Vier-Personen-Schwedenhütte kosten ab 859 Euro, im DZ ab 949 Euro, inklusive VP und Anreise im Reisebus ab Hamburg. Zu buchen bei Rucksack Reisen, Tel. 02 51-87 18 80, [www.rucksack-reisen.de](http://www.rucksack-reisen.de). Mehr Infos: [visitidre.se](http://visitidre.se)



Immer den anderen hinterher: Nur der Erste muss den richtigen Weg finden. Das rote Kreuz weist ihn selbst in tiefstem Schnee

ihn mit der Hand weg, sodass pulveriger Schnee zu Boden fällt. 36 Kilometer werden wir am Ende des Tages hinter uns haben, auf Tourenski hätte ich das niemals geschafft.

### ZUM DESSERT INS TIPI

Jeden Abend habe ich Appetit wie ein Teenager in der Wachstumsphase. Das ist für mich mit das Schönste am Wintersport: Das Essen schmeckt nie so gut wie nach einem Tag, an dem ich mich in der Kälte bewegt habe. Aber das schwedisch inspirierte Abendessen von Werner, dem deutschen Koch, würde auch ohne diesen Appetit-Booster auskommen – immer bereitet er liebevoll drei Gänge zu. Ich mache daraus vier, ich fange am Salatbuffet an. Wir sitzen pünktlich um 19 Uhr am Tisch und warten ungeduldig auf Werner, der es sich nicht nehmen lässt, erst mal eine kleine Geschichte rund um das Essen zu erzählen, bevor er das Buffet eröffnet; etwa die vom Bauern, der den dreckigen Milcheimer mit einem Kraut säuberte, worauf die Milch gleich nach dem Melken fest wurde. So hat er Dikmelk erfunden, die Werner mit einer warmen Blaubeersuppe als Vorspeise anbietet. Danach gibt es Hähnchenbrust auf Blattspinat, für die Vegetarier Tofu. Nach dem Essen bleiben einige im Haupthaus sitzen und zücken ihre Smartphones – hier gibt es, anders als in den Hütten, auch WLAN. Andere spielen Karten oder plaudern beim Bierchen. Ich bin viel zu kaputt dafür, nur zweimal werde ich gesellig. An einem Abend ziehe ich zum Dessert mit ins Tipi, ein großes Indianerzelt, das auf dem Gelände steht. Werner backt Waffeln auf dem Lagerfeuer, dazu trinken wir Glühwein. Einer spielt Gitarre,

einige singen „Die Affen rasen durch den Wald“. Am letzten Abend gehe ich in den Zuber: eine riesige dampfende Holzwanne im Freien, die über Stunden hinweg so weit aufgeheizt wird, dass ich beim Hineingleiten schnappatme. Nach dem ersten Schreck ist es einfach überirdisch, mitten im Schnee in der Hitze zu sitzen. Anne ist dabei und Dagmar, die mit mir auf der Huskytour war, Susanne kenne ich noch nicht. Aber schon bald kichern wir unterm Sternenhimmel, als wären wir alle zusammen zur Grundschule gegangen.

### AUF DIE PISTE, GANZ GEMÜTLICH

Am letzten Morgen, nachdem ich bereits Schneeschuhwandern, Langlaufen, Eisangeln und Eisstockschießen ausprobiert habe, will ich doch noch mal wissen, wie es auf dem Berg ist. Plötzlich habe ich eine Riesenlust auf Abfahrtsski. Die Skipässe gibt es in einem weitläufigen Kassenraum mit Sitzmöbeln im 50er-Jahre-Look. Per Schlepplift geht es auf knapp 900 Meter Höhe, auf den Idre Fjäll und zu den 41 Pistenkilometern. Die sanften Abfahrten zu nehmen ist ein ganz entspanntes, fröhliches Vergnügen. Und obwohl große Teile des Landes Schulferien haben, sehe ich kaum mal eine Schlange am Lift. Ich mache ein paar Abfahrten und bedaure dann, keine Picknicktasche dabeizuhaben: Auf dem großzügig angelegten Grillplatz tummeln sich Familien und holen ihre Kinder, Würstchenpakete, Kaffee Kannen und Zimtschnecken aus den Schlittenanhängern, die sie über die Loipen gezogen haben. Ich kehre in der Våffelstuga (Waffelstube) ein, dort ist es wohlig-warm, der Kaffee gut und die Waffel mit Sahne und Erdbeermarmelade ein Gedicht. Und wie ich da sitze und mir perfekte Waffel-Sahne-Erdbeer-Bissen zusammenstelle, dämmert mir, dass ich vielleicht gar nicht genug habe vom Abfahrtsski. Zumindest, wenn er nicht in den rummeligen Alpen stattfindet, sondern auf Schweden-Art. □