

Noorwegen

# SSSTILTEGEBIED

Een week in de wildernis. Alleen met boot en backpack,  
omringd door stilte. Dat ervaar je in het Noorse Hedmark.



TEKST **JOSKE JANSEN** + FOTOGRAFIE **EKTOR TSOLODIMOS** EN **JOS VAN PAREREN**



>





REIZEN KANOËN IN HEDMARK

**‘HET LIJKT  
OF WE  
ZWEVEN,  
ZO STIL  
GLIJDEN WE  
DOOR HET  
WATER’**





Het water is zo schoon, dat we het drinkwater gewoon uit het meer halen. We zitten dus nooit zonder water.

**Waar ben** ik in vredesnaam aan begonnen, vraag ik mezelf af. Het hoost! De golven worden steeds hoger, de stroming woester. Snel terug naar de kant. Met één been in het water probeer ik grip te krijgen op de spekgladde stenen. Ik wil naar het basiskamp. Nu. Want hoe langer we in de regen blijven staan, hoe natter onze spullen worden. En een wasdroger, die gaan we hier in de wildernis niet aantreffen.



#### EEN WEEK VAN DE WERELD

In het afgelegen Østerdalen, op zo'n 300 kilometer ten noorden van Oslo, organiseert K-jak meerdaagse kanotochten. In de zomermaanden bevindt zich hier het basiskamp van de reisorganisatie. En dat is geen toeval. Als er een plek is waar je als kanoër heen móét, dan is het Hedmark. Een van de ruigste en stilste natuurgebieden van Europa. Hier, midden in de nog ongerepte natuur, worden we voorbereid op ons avontuur: een kanotocht van een week. Zonder gids... Want de doorgewinterde avonturiers die we hier in het basiskamp ontmoetten, gaan straks helemaal hun eigen weg. De groepjes van twee tot zes man zijn onderweg volledig op zichzelf aangewezen. Maar ik heb vier zeer ervaren reisgenoten: Jos (oprichter van K-jak) Ektor (freelancefotograaf) en twee reisleiders.

>



‘DE RENDIEREN  
ZIJN NIET BANG  
VOOR MENSEN. ZE  
BLIJVEN GEWOON  
STAAN OM NAAR  
ONS TE LUISTEREN  
EN TE KIJKEN’

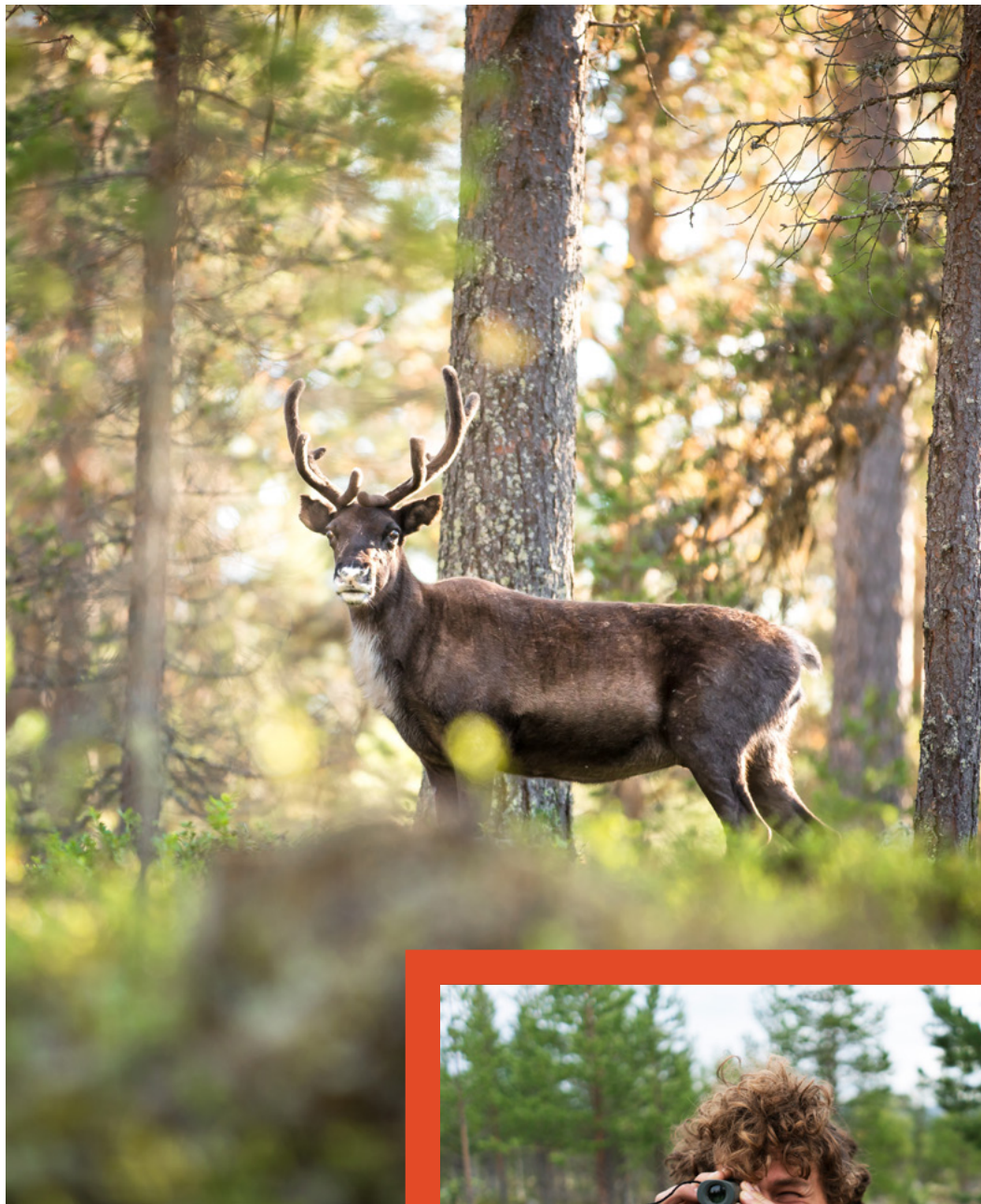
#### **HONGER? DAN VANG JE EEN VIS**

De eerste dag, als alle groepen nog bij elkaar in het basiskamp zijn, vertelt Jos wat ons te wachten staat. Jos: “We varen rondom de meren Isteren en Sølensjøen. Jullie bepalen zelf de route aan de hand van de kaart.”

Terwijl hij dit zegt, wandelen er drie grote rendieren dwars door het kamp. Sommige medereizigers schrikken van de imposante beesten, maar Jos verzekert ons dat ze geen vlieg kwaad doen en gaat rustig door. De dieren blijken verre van mensenschuw, ze blijven tot het einde van Jos’ uitleg rondhangen.

Jos vertelt over de ruige omgeving en alles wat je moet weten om veilig op reis te gaan. Waar de hoogtelijnen op de kaart staan en wat ze betekenen, bijvoorbeeld – voor velen geheel onbekende informatie. Ook legt hij uit dat rondom de meren veel, soms erg diepe moerassen te vinden zijn. Deze kun je vermijden door vooraf goed op de kaart te kijken en de gemarkeerde gebieden te ontwijken.

De volgende dag is het eindelijk zover: nadat we door de organisatie gedropt zijn met de kano’s en het benodigde materiaal, vertrekken we.



**Rechtsboven:** Doordat de stenen met mos begroeid zijn, is het glad. En dat maakt het klimmen extra lastig. •

**Rechts:** Deze ongerepte natuur, wat een verschil met het dagelijkse stadsleven.





## DOEN



Kanoën én hiken. Ondanks dat er geen officiële wandeltrails zijn, is duidelijk op de kaart te zien waar verharde en onverharde wegen liggen. Ook is het beklimmen van de bergen een uitstekende bezigheid tijdens je verblijf. Er zijn verschillende bergen rondom de drie meren waarvan de berg Midtre Sjølen (ook wel Rendalssjølen genoemd) naast het meer Sjølensjøen, de hoogste klim is: 1.755 meter.



In onze backpacks zit een tent, warme slaapzak, matje en voedsel voor de hele week. Mocht dat toch niet voldoende blijken, dan zwemmen er genoeg vissen in de meren die vast lekker smaken. Verder bestaat mijn uitrusting uit een warme fleecetas, stevige wandelschoenen en een stretch wandelbroek. Want ook al ontdekken we van alles vanaf het water, we gaan ook een flink aantal hikes maken.

### WAAR DE WIND ONS BRENGT

Het startpunt van onze kanotrip is het Isterenmeer. Hoewel we van tevoren een route hebben uitgestippeld op de kaart, zullen we in de praktijk kijken waar de wind ons brengt, zegt Jos. De eerste slagen zijn wat onwennig, maar na een tijdje voel ik de flow, die Ektor – mijn kanopartner – al een tijdje te pakken heeft. Ektor maakt toffe foto's van de K-jak-reizen en is inmiddels gespecialiseerd in het varen en fotograferen tegelijkertijd. Omdat Ektor achterin zit, heeft hij de rol van stuurman. Ik zit voorin. Mijn taak is om goed uit te kijken naar eventuele gevaren in het water.

Het eerste kwartier ben ik stil van verbazing. Wat een prachtige omgeving. En zo stil. De zon schijnt op mijn gezicht. Wow. Wat een gevoel van vrijheid. Het lijkt wel of we zweven, zo stil glijden we door het water. Het is kraakhelder. En zo schoon dat je het gewoon kunt drinken. Nu snap ik wat reisleader Jos bedoelde met écht ongerepte natuur. De bossen zijn hier eeuwenoud. Zover we kunnen kijken zien we bomen met bergen op de achtergrond. Het enige wat je hier hoort is het geluid van klotsend water tegen de boot.

### HOKJE 46

Na een snelle lunch aan wal stappen we weer in de kano. Het zonnetje van vanochtend is nergens meer te bekennen, maar dat mag de pret niet drukken. Na een uurtje varen en zo'n vijf kilometer verder, komen we aan bij een stuk moeras. Niet helemaal goed ontweken dus... Gelukkig hebben we tijdens de introductielessen een speciale techniek geleerd voor dit soort situaties: landtransport, wat betekent dat je met al je spullen een stuk land of moeras oversteekt om vervolgens verder te kanoën. Op het eerste gezicht lijkt

>



### ALLEMANS-RECHT



In Noorwegen geldt het allemansrecht. Dit betekent dat je overal in de Noorse natuur vrij mag kamperen, als je maar geen schade toebrengt aan het milieu of dieren verwondt. Je dient rekening te houden met anderen die in de natuur verblijven. Vissen is toegestaan, maar alleen met een visvergunning.



het mee te vallen, maar zodra ik mijn voet erin zet, zak ik een halve meter de modder in, toch een stuk dieper dan het lijkt. Daarnaast bestaat het moeras vooral uit modder met een dikke laag mos erop, hierdoor is het ook nog eens spekglad.

Ektor en ik slepen met veel moeite onze spullen naar de overkant, een paar honderd meter verderop. Ondanks een paar uitglijpartijen en wegzakincidenten komen we heelhuids aan. Vervolgens staan we voor een nieuwe uitdaging: het oversteken van de baai Bålvika, waar de golven opeens een stuk hoger zijn dan eerder op de dag. Hoewel het hard waait en het peddelen loodzwaar is, geniet ik volop van de avontuurlijke tocht. Heel even waan ik me in de hoofdrol van mijn eigen actiefilm.

Na een paar uur ploeteren zien we in de verte eindelijk een klein rood bewegend stipje. Is dat Jos? We hebben van tevoren afgesproken om elkaar op een specifieke plek op de kaart, namelijk in 'hokje 46', te treffen. Dit blijkt ter plekke lastig in te schatten, aangezien de kaart wat waterschade heeft opgelopen tijdens het landtransport. We roepen en zwaaien, en wat een opluchting: het rode stipje zwaait terug. *We made it!*, denk ik als we eindelijk het strand op glijden. Ik voel een overweldigend gevoel van blijdschap en ontroering als ik de rest van de groep na de lange tocht begroet met een dikke knuffel. Wat een overwinning! We zetten snel onze tenten op en beginnen aan het avondmaal met vers gevangen vis op een knetterend kampvuur.

### TOPOVERNACHTING

De volgende ochtend hoor ik in de verte het hoefgetrappel van rendieren. Verder is er een ongekende stilte. Wat een fantastisch begin van de dag. Dit is even wat anders dan het altijd lawaaiige Amsterdam. We nemen nog snel een duik en pakken dan de tent in. Ik heb zin in vandaag!

Via het eilandje Fjerdingsholmen, waar we uitgebreid lunchen in het zonnetje, varen we naar de voet van de Nordre Bjørnberget. Hier meren we aan. Vol goede moed beginnen we aan de 940 meter hoge klim van deze 'noordelijke Berenberg'. Na een paar honderd meter voel ik dat dit zwaarder gaat zijn dan verwacht. Ik kijk omhoog.

>





**THE ROAD**

**ENDS. YOUR**

**ADVENTURE**

**BEGINS.**



**BIKE  
PACKING**



# GOED VOORBEREID DE BERGEN IN

## WIL JE MEER WETEN OVER:

- Hoe het werkt in een hut
- Tochtenplanning
- Het weer in de bergen
- Hoogteziekte, acclimatiseren
- Hoe je knie- en enkelblessures voorkomt
- Tips voor een duurzame bergvakantie

**NKBV.NL/BERGWANDELTIPS**



Bergwandelen  
Alpinisme  
Sportklimmen





‘DIT IS DE MOOISTE PLEK  
WAAR IK OOI MIJN  
TENT HEB OPGEZET’

Die top. Zo hoog. Zo ver. En dan met die zware backpack. Het voelt als een onmogelijke uitdaging. Verstand op nul en gaan, zeg ik tegen mezelf. “Gewoon je voeten blijven optillen, dan kom je er vanzelf,” moedigt Jos me aan.

Erg steil is de tocht omhoog niet, maar de ondergrond bestaat grotendeels uit glad, vochtig mos. Dat maakt het lastig. Maar hoe hoger we klimmen, des te spectaculairder het uitzicht. Na een paar uur glibberen en glijden, flink wat adempauzes en heel wat zweetdruppels, komen we dan eindelijk aan op de top van de Bjørnberget. Wat een vergezicht! Een 360°-view met alleen maar bergen, bossen en meren. Het is rustgevend en adembenemend tegelijk. Zoiets heb ik nog nooit eerder gezien. We besluiten om te overnachten op de top. Met stip op één is dit de mooiste plek waar ik ooit mijn tent heb opgezet. Na de opbouw van ons minitenten-kamp begint de zon aardig snel te zakken en de zonsondergang transformeert de lucht in een kleurenspektakel. Na dit schouwspel sprokkelen we hout voor een vuurtje om ons eten en onszelf op te warmen. We gaan vroeg naar bed en kruipen de volgende ochtend – nog in onze slaapzakken – naar buiten om de zonsopgang te zien. Als de zon uiteindelijk boven de berg uitkomt, straalt er een warme gloed over ons heen. Het begin van alweer een dag die ik nooit zal vergeten. ◀

## INFO

### HOE KOM JE ER?

Vlieg van Schiphol in 1 uur en 45 minuten naar Oslo Gardermoen. Vanaf hier brengt een bus, verzorgd door K-jak, je in een kleine vier uur naar het startpunt van het kanoavontuur.

### BESTE REISPERIODE

Mei t/m september

### WAAR VERBLIJF JE?

De eerste en de laatste nacht verblijf je in het basiskamp van K-jak in het noorden van Østerdalen. Je slaapplekken voor de rest van de week bepaal je samen met je medereisgeno(o)t(en), maar bevinden zich meestal rondom de meren Sølensjøen en Isteren.

### WAT NEEM JE MEE?

Warme slaapzak (comforttemperatuur van 0 graden of kouder), kleren voor elk weertype en een goede tent. K-jak verhuurt kampeerpakketten aan mensen die niet alles zelf hebben en verstrekt uitgebreide paklijsten voorafgaand aan de reis aan de deelnemers.

### ETEN EN DRINKEN

Je neemt van tevoren eten mee voor zeven dagen in de natuur. Water is niet nodig, want je kunt je voorraad gewoon uit het midden van de meren halen. Na de aankoop van een visvergunning op het kanokamp, heb je de mogelijkheid om je avondmaal zelf te vangen en te bereiden.

### MEER INFO

**k-jak.nl**