

## **Der grosse Langlauf-Showdown in Norwegen!**

### **Kombination Trollmarathon und Skarverennet**

**13.-23. April 2023**

Verbinden Sie den Trollmarathon nördlich von Lillehammer mit dem grossen Finale der norwegischen Langlaufszene, dem Skarverennet in Geilo. Während am Trollmarathon zwischen 300 und 400 Läufer an den Start gehen, sind es am Skarverennet tausende. Damit wird das Skarverennet zum grössten Abschlussevent der Langlaufsaison in Norwegen, egal ob im Wandertempo oder ambitioniert, egal ob Skating oder klassisch: es geht allen um das Erlebnis, die einzigartigen Strecken in der norwegischen Bergwelt mit persönlichen Bestleistungen und viel Spass mit Gleichgesinnten unter die Ski zu nehmen.

Unser Programm mit Leitung von Daniel Sandoz verbindet den Trollmarathon in Sjusjøen mit dem Skarverennet in Kamben. Wir übernachten zusätzlich einmal in Lillehammer und besuchen die Firma Swix, wir haben ausreichend Zeit, die Nationalparks der Regionen auf Langlaufski auch ohne Rennstress zu entdecken und nehmen zum Abschluss mit der Elite Norwegens und vielen Hobbylangläufern den Zug nach Finse zum Start des Skarverennets mit dem Ziel in Geilo.



## Reiseprogramm

### Donnerstag

Ankunft in Oslo und Fahrt mit dem eigenen Bus oder mit dem Zug bis nach Sjusjøen in unser kleines familiär geführtes Hotel Rustad. Nachtessen und erstes Meeting.

### Freitag

Unser Hotel liegt direkt an der Loipe und nur wenige Meter vom Zieleinlauf entfernt. Vormittags laufen wir vom Ziel in die entgegengesetzte Richtung, wir können uns so einen Eindruck der Strecke machen und die Ski testen. Am Nachmittag bereiten wir die Ski für den Lauf am kommenden Tag im grossen Wachsraum des Hotels vor. Gemeinsames Abendessen im Hotel.

### Samstag

Je nach gewählter Distanz erfolgt der Start in Venabygdسفjellet (für 95 und 120 km) oder in Gopollen (45 km). Für uns bedeutet das ein frühes Aufstehen, um mit dem Bus vom OK zu dem jeweiligen Startpunkt zu gelangen. Und schon geht es los! Das Debüt des Trollmarathons verlief 1994 über die Distanz von 95 Kilometern, die auch heute noch als Hauptlauf bezeichnet wird. Kein Gedrängel am Start, freie Fahrt ab dem ersten Kilometer! Die Distanzen sind lang, die arktische Landschaft faszinierend. Bis zu 14 Verpflegungsposten sorgen für ausreichend Energie für die Läufer auf ihrem Weg nach Sjusjøen.

Nach dem Zieleinlauf sind es nur noch weniger Meter in unser Hotel, wo wir gemeinsam die Kalorien wieder auftanken und den Lauf Revue passieren lassen können.



### Sonntag

Heute heisst es aktive Erholung. Nach einem ausgiebigen Frühstück laufen wir vom Hotel bis nach Lillehammer, 13 Kilometer bergab bis in das Stadion, in dem auch jedes Jahr der Zieleinlauf des Birkebeiners gefeiert wird. Weiter geht es zu unserem Hotel in Lillehammer. Am Nachmittag erkunden wir die Fussgängerzone und das Olympiamuseum. Abendessen im Hotel in Lillehammer.



### **Montag**

Nach dem Frühstück haben wir die Gelegenheit, die Firma SWIX zu besuchen, deren Hauptsitz sich in Lillehammer befindet. Anschliessend verlassen wir Lillehammer und fahren Richtung Westen, zu unserem Ausgangspunkt für die kommenden Tage nach Kamben. Unser Hotel liegt wunderschön auf einem Hochplateau 20 Minuten oberhalb von Gol, umgeben von einem grossen Loipennetz mitten im Fjell, ideal für abwechslungsreiche Tagestouren, klassisch oder Skating.

### **Dienstag bis Freitag**

Frühstück und tägliche, geführte Ausflüge auf dem Golsfjell-Plateaus. Für das Mittagessen können wir uns vom Frühstücksbuffet ein Lunchpaket zusammenstellen und mitnehmen. Die wohlverdiente Pause am Mittag gönnen wir uns in einer urigen Hütte oder an einem warmen Skitag allenfalls auch am Loipenrand, wie es in Norwegen Tradition ist. Am Nachmittag heisst es Erholung in der Sauna oder bei einem Apéro in den gemütlichen Sitzecken im Hotel.

### **Samstag**

Transfer mit dem Taxibus nach Gol und von der mit dem Zug des Veranstalters bis hinauf nach Finse. Die Fahrzeit beträgt ca. eine Stunde, die Stimmung im Zug voller Langläufer ist fröhlich und gespannt. Angekommen in Finse geht es für die Hobbyläufer direkt auf die Ski, die Startzeit ist individuell, gelaufen werden kann in beiden Techniken. Im Ziel angekommen wird erstmal ausgiebig gefeiert, bevor es dann wieder mit dem Zug nach Gol geht und zurück ins Hotel.

### **Sonntag**

Nach dem Frühstück heisst es Abschied nehmen, Rückreise mit dem Zug nach Oslo und Rückflug





**Rustad Hotel – das gemütliche Familienhotel (Donnerstag bis Sonntag)**

Das familiär geführte Hotel Rustad liegt idyllisch oberhalb vom gleichnamigen See mit fantastischer Aussicht und direktem Zugang zu den Loipen. Beim Hereinkommen fällt sofort auf, dass die Gäste sich hier wohlfühlen können: gemütliche Sofa- und Sitzecken am Kamin oder vor dem Fenster sowie Lesecken sorgen für ein heimeliges Ambiente. Die 46 Zimmer sind im skandinavischen Stil eingerichtet mit Dusche, Bad, WC und ausgestattet mit TV und Telefon. Ausserdem verfügt das Hotel über je eine Sauna für Damen und Herren sowie ein sehr gut ausgerüsteter Ski- und Wachsraum. Ein grosses Frühstücksbuffet und ein reichhaltiges Abendessen verwöhnen die Gäste kulinarisch. Kostenlos können sich die Gäste des Hauses auch ein Lunchpaket für den Mittag vom Frühstücksbuffet zusammenstellen und mitnehmen.



### **Kamben Høyfjellshotel (Montag bis Sonntag)**

Das Hotel Kamben thront auf dem Golsfjell, 1000 m ü.M., umgeben von einer grossartigen Gebirgslandschaft und ist somit idealer Ausgangspunkt für Langlauftouren im Hochfjell. Die Besitzer Martin und Elin kümmern sich liebevoll um ihre Gäste. Die vierzig Zimmer sind einfach aber gemütlich eingerichtet, viele Sitzecken, Kaminstube und Lesezimmer und ein Aufenthaltsraum mit grandioser Aussicht sorgen für ein geselliges Hüttenambiente bei gleichzeitig vollem Hotelkomfort. Morgens gehen Sie gestärkt nach einem grossen Frühstücksbuffet auf die Loipe, während man am Abend bei einem mehrgängigen Menü die Kalorien wieder auffüllen kann. Am Nachmittag steht allen Gästen die Sauna zum Entspannen zur Verfügung.





**Termin: 13.-23. April 2023 (Donnerstag-Sonntag)**

### **Leistungen**

- ✓ Transfer vom Flughafen Oslo nach Sjusjøen
- ✓ 3 Übernachtungen im Rustad Hotel, Standardzimmer
- ✓ 3 x Frühstücksbuffet und 3 x Abendessen
- ✓ Mittagslunchpakete zum Mitnehmen
- ✓ Fahrt zum Start des Trollmarathons
- ✓ Gepäcktransfer Sjusjøen – Lillehammer
- ✓ 1 Übernachtung im Mittelklassehotel in Lillehammer mit Frühstück
- ✓ Besuch bei Swix inklusive Transfer
- ✓ 6 Übernachtungen im Høyfjellshotel in Kamben
- ✓ 6 x Frühstücksbuffet, selbstgemachte Lunchpakete und reichhaltiges Abendessen
- ✓ Fahrt zum Bahnhof am Renntag nach Gol (zum Startpunkt des Zuges zum Start)
- ✓ Rückreise Høyfjellshotel zum Flughafen nach Oslo am Sonntag
- ✓ Reiseleitung durch Sandoz Concept, voraussichtlich Daniel Sandoz/Tanja Beumler

**Preis pro Person im Doppelzimmer: CHF 1960,- / Euro 1790,-**

**Preis pro Person im Einzelzimmer: CHF 2400,- / Euro 2170,-**

### **Nicht im Preis inklusive:**

- ✓ Flug nach Oslo
- ✓ Startgebühr Trollmarathon und Skarverennet



## Anmeldung: Trollmarathon uns Skarverennet

**Termin: 13.-23.04.2023, Leistungen gemäss Ausschreibung Programm 2023**

\_\_\_\_\_  
Vorname, Name

\_\_\_\_\_  
Geburtsdatum

\_\_\_\_\_  
Strasse

\_\_\_\_\_  
PLZ, Ort

\_\_\_\_\_  
Telefon

\_\_\_\_\_  
Email

\_\_\_\_\_  
Nationalität

\_\_\_\_\_  
Worldloppetpass No. falls vorhanden

Anmeldung

Doppelzimmer-

Einzelzimmer

Ich reise als Begleitperson und nehme nicht an den Rennen teil.

Ich möchte an folgenden Läufen starten: \_\_\_\_\_

Flugangebot ab folgendem Abflughafen: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Datum, Unterschrift