



Nächtliche Spiegelung im Bergsfjord

MITTSOMMERFESTE ZUR SOMMERSONNENWENDE

Der Höhepunkt des Sommer, die Mittsommernacht, wird um die Zeit der Sommersonnenwende (21. Juni) in allen nordeuropäischen Ländern zelebriert, unabhängig davon, ob die Region südlich oder nördlich vom Polarkreis liegt. Es gehört sicher zu den unvergesslichen Eindrücken, eines dieser Feste einmal selbst erleben zu können:

Norwegen und Dänemark: In Norwegen und Dänemark wird alljährlich am 24. Juni das Sankt-Hans-Fest gefeiert. Bereits am 23. Juni, dem sogenannten Sankt-Hans-Abend und Vorabend des Johannistages, werden überall im Land riesige Feuer entzündet.

Schweden: Das legendäre und populäre Midsommar-Fest feiern die Schweden immer an dem Samstag, der zwischen dem 20. und 26. Juni eines Jahres liegt. Die ausgelassenen Feierlichkeiten mit viel gutem Essen, Gesang und Tanz beginnen in der Regel bereits am Freitagabend.

Finnland: Auch in Finnland spielen riesige Feuer und exzessive Feierlichkeiten zur Sommersonnenwende eine große Rolle. Das finnische Juhannus Fest wird ebenfalls immer an dem Samstag gefeiert, der zwischen dem 20. und 26. Juni liegt.

Island: Die Isländer genießen zwar ausgelassen die endlosen Sommertage und veranstalten zu dieser Zeit große Musikfestivals. Allerdings werden zur Jónsmessa am 24. Juni eines Jahres nicht so spektakuläre Feierlichkeiten wie in den anderen nordischen Ländern zelebriert.



ENTDECKUNGEN UNTER DER MITTERNACHTSSONNE

SCHLAFLOS IN NORDNORWEGEN

»Wie merkwürdig es mir in den Nächten ergehen konnte, kein Mensch würde es glauben«, schwärmte schon der norwegische Schriftsteller Knut Hamsun in seinem 1894 veröffentlichten Roman »Pan« über die Zeit der Mitternachtssonne. Im Norden Norwegens konnten wir uns von der Magie endloser Tage und Nächte voller Schatten selbst überzeugen ...

TEXT & FOTOS: CORNELIA UND SIRKO TRENTSCH

Man sagt, wenn die Sonne im Norden nicht mehr untergeht, berühren sich Himmel und Erde. Eine fast mystische Zeit mit magischem Licht, in dessen goldenem Schein wohl die Elfen und Trolle tanzen sollen. Doch nicht nur die Fabelwesen sind dann aktiv. Während die Natur scheinbar explodiert, erwacht zugleich allerorten das Leben. Nach einem langen dunklen Winter kosten die Menschen jeden Augenblick der zumeist kurzen und intensiven Sommer aus. Ausgelassen feiern sie daher in allen nordischen Ländern zur Sommersonnenwende traditionelle Feste mit faszinierenden Bräuchen und uralten Ritualen. Mit dem zugleich längsten Tag des Jahres ist der Höhepunkt einer Zeit erreicht, die man südlich des Polarkreises als »Weiße Nächte« erlebt. Dort folgt in einem märchenhaften Zwielflicht das Morgengrauen gleich der Abenddämmerung. Währenddessen geht am Polarkreis und nördlich davon die

Sonne für eine gewisse Zeit gar nicht unter. Sie scheint in den kurzen Sommernächten über dem Horizont festgepinnt zu sein und taucht die Landschaft in die schönsten Sonnenfarben. Fasziniert von dem Gedanken, dass die endlosen Tage quasi zu einem unendlichen Sommer verschmelzen, machen wir uns auf den Weg nach Norwegen – auf der Suche nach diesem goldenen Licht eines anscheinend nie enden wollenden Sonnenuntergangs.

REISE INS WARME LICHT

»Wie spät ist es ...?« Wir wissen, dass es Abend ist, obwohl wir zugleich spüren, dass es nicht stimmen kann. Einmal mehr stehen wir vor der Entscheidung, uns aus Vernunftgründen schlafen zu legen oder den Rucksack zu packen und zu weiteren Entdeckungen in der



Nächtliches Panorama während unserer Wanderung auf den Nordkollen

Umgebung aufzubrechen. Eine lokale Touristenbroschüre empfiehlt in diesem Fall: »Warum sollten Sie also versuchen zu schlafen, wenn Ihnen nicht danach ist? Gehen Sie einfach raus und genießen Sie die klare Sommernacht.« So machen wir es und beginnen gegen 23.00 Uhr mit dem Aufstieg auf den Berg Nordkollen.

»Warum sollten Sie also versuchen zu schlafen, wenn Ihnen nicht danach ist?«

Mit lediglich 211 Metern Höhe ist er immerhin der höchste Punkt auf der Insel Hillesøya unweit von Tromsø. Tatsächlich lohnt sich der erstaunlich steile Anstieg dieser Rundwanderung, denn am Ziel wird man mit einem unvergesslichen Panorama über die Küstenlinie belohnt. Es ist gegen 1.00 Uhr in der Nacht und aus der Ferne leuchtet die tief stehende Sonne im goldgelben Glanz. Wenn Tag und Nacht auf diese Weise verschmelzen, wirkt die ohnehin einzigartige Landschaft eher wie ein riesiges Gemälde, in dem wir als zwei kleine dunkle Punkte fast verloren wirken.

Die Insel Senja ist am Horizont ebenso auszumachen wie die mächtigen Bergmassive auf der Insel Kvaløya, während an der Küste in versteckten Buchten das smaragdgrüne Wasser schimmert. Als wir uns schließlich gegen 2.00 Uhr schweren Herzens von dieser Szenerie trennen können und zurückwandern, steigt die Sonne bereits zu ihrem täglichen Ritual auf. Durch die helle Nacht sind Gitarrenakkorde zu hören und auf den Felsen am Meer sind einige Lagerfeuer der Beleg dafür, dass wir nicht alleine aktiv sind. Tatsächlich treffen wir auf unseren nächtlichen Touren viele Einheimische, die in gleicher Weise die hellen Nächte nutzen und genießen.

Mit einer jungen Frau aus Tromsø kommen wir ins Gespräch. Voller Begeisterung erzählt sie uns, dass sie im Krankenaus arbeitet und dort im Sommer freiwillig die Spätdienste übernimmt, um in der Nacht wandern zu gehen und am Vormittag kurz zu schlafen. Zum Abschied erhalten wir den Tipp, am Abend in Tromsø mit der Seilbahn Fjellheisen auf den Aussichtspunkt am Storsteinen hinaufzufahren.

UNVERGESSLICHE AUSSICHTEN

Nach dieser »Nachtschicht« zwingen wir uns am Tag erst einmal, etwas zu schlafen und verstehen langsam, warum Schlafmasken sowie Verdunklungsrollos hier alljährlich zu Kassenschlagern werden. Da es im Prinzip nicht dunkel wird, kann das körpereigene Schlafhormon Melatonin nicht gebildet werden und man ist tatsächlich kaum müde. So wird auch unser Rhythmus fast gänzlich durch einen Blick auf die Uhr und weniger durch normale Bedürfnisse bestimmt. Nach

einem abendlichen Essen – oder war das in diesem Fall nun ein Frühstück? – brechen wir auf, um erneut die Nacht zum Tag zu machen. Die Seilbahn Fjellheisen bringt uns in kürzester Zeit zur Bergstation oberhalb von Tromsø, scheinbar eine Pilgerstätte zu dieser Zeit. Die Öffnungszeiten des dort gelegenen Restaurants sind darauf ebenso angepasst wie die Fahrpläne der Seilbahn. Erst um 1.00 Uhr in der Nacht wird es hier oben, knapp 500 Meter über der Stadt, etwas ruhiger. Bis dahin genießen auch wir das dramatische Spiel aus Wolken und der goldenen Sonne, die selbst nach Mitternacht immer noch über den Bergmassiven strahlt. Währenddessen liegt das »Paris des Nordens«, wie Tromsø auch genannt wird, als Miniaturwelt vor uns und das allabendlich ankommende Postschiff der Hurtigruten wirkt wie ein Modellboot. Fantastische Aussichten, die sich unauslöschlich einbrennen.

Auf dem nächtlichen Heimweg zu unserer Unterkunft Lauklines Kystferie lassen wir uns bewusst treiben. Wer kann und will schon während eines scheinbar ewig währenden Sonnenuntergangs schlafen gehen? Irgendwann siegt die Vernunft – nur um am Abend erneut unsere Ausrüstung zusammenzupacken. Unser Ziel ist ein weiterer fantastischer Aussichtspunkt in der Umgebung von Tromsø. Auf einer kurzen Wanderung oberhalb des verträumten Fischerdorfes Rekvik erreicht man den 516 Meter hohen Brosmortinden. Von dem Felsen auf den steilen Klippen lassen sich abermals phänomenale Aussichten genießen, derweil einige Bereiche dieser imposanten Kulisse in den warmen Sonnenfarben angeleuchtet werden. Wie ein übermächtiger Scheinwerfer strahlt die Sonne unaufhörlich und

BEISPIELE FÜR VERSCHIEDENE PERIODEN DER MITTERNACHTSSONNE AN AUSGEWÄHLTEN ORTEN NÖRDLICH VOM POLARKREIS

Mitternachtssonne in Norwegen

Bodø: 4. Juni – 8. Juli
 Lofoten: 28. Mai – 14. Juli
 Vesterålen (Andenes): 22. Mai – 21. Juli
 Tromsø: 20. Mai – 22. Juli
 Hammerfest: 16. Mai – 27. Juli
 Nordkap: 14. Mai – 29. Juli
 Spitzbergen: 20. April – 22. August

Mitternachtssonne in Finnland

Rovaniemi: 7. Juni – 6. Juli
 Inari: 22. Mai – 22. Juli

Mitternachtssonne in Schweden

Kiruna: 28. Mai – 16. Juli
 Jokkmokk: 6. Juni – 8. Juli

Mitternachtssonne an der Küste von Senja

scheint sich mitten in der Nacht nur kurz über dem Horizont auszu-ruhen.

MAGIE AUF DER INSEL SENJA

Unsere weitere Reise führt uns auf die Insel Senja – ein magisch schönes Eiland, mit einer faszinierenden Landschaft, die fast alles bietet, was Norwegen ausmacht. Während der Fährüberfahrt von Brensholmen nach Botnhamn ziehen dunkle Wolken auf. Schlech-

»So wird auch unser Rhythmus fast gänzlich durch einen Blick auf die Uhr und weniger durch normale Bedürfnisse bestimmt.«

tes Wetter am Tag? Macht nichts, wir haben ja noch die Nacht. Diese Hoffnung platzt aber wie eine Seifenblase und weicht der bitteren Erkenntnis, dass es eben niemals eine Garantie auf unzählige Sonnenstunden geben kann. Wir nutzen das durchwachsene Wetter für etwas Nachtschlaf, um Senja am Morgen drauf von seiner schönsten Seite zu erleben. Die Wetterprognose verspricht eine sonnige Nacht und so schlafen wir noch etwas »vor«, bevor wir am Nachmittag auf der Nationalen Touristenroute »Senja« an der Nordwest-Küste entlangfahren. Die 102 Kilometer lange Strecke ist eine der 18 offiziellen Norwegischen Landschaftsrouten und verbindet die Fischerdörfer Botnhamn und Gryllefjord. Die spektakuläre Straße folgt dabei fast durchweg der Küstenlinie, mit dem Nordatlantik auf der einen und steilen Berghängen auf der jeweils anderen Straßenseite. Entlang dieser Strecke erreicht man eine Vielzahl ganz unterschiedlicher Attraktionen und Sehenswürdigkeiten, die sich hier aneinanderreihen. Der Aussichtspunkt Bergsbotn, der Rastplatz Tungeneset mit dem Blick zur populären Felsformation »Gebiss des Teufels«, das Fischerdorf Husøy mitten im Fjord sowie paradisiische Strände sind dabei nur eine kleine Auswahl. Hinter jeder Kurve, jedem Tunnel eröffnen sich neue Aussichten auf diese unglaubliche Landschaft. Aufgrund unserer vielen Fotopausen

kommen wir kaum voran. Macht aber auch nichts, denn es wird ja ohnehin nicht dunkel ... Deshalb nutzen wir nach diesem kleinen Roadtrip auch gleich die Nachtstunden für eine weitere Wanderung. Ein Einheimischer hat uns die Tour auf den »Sukkertoppen« empfohlen. Seinen Namen – zu gut Deutsch: »Zuckerhut« – trägt der markant geformte Gipfel wohl zu recht. Der recht steile Aufstieg von der Meereshöhe bis zum Ziel in 465 Meter Höhe ist auch entsprechend herausfordernd, aber angesichts des Ausblicks schnell vergessen. Unterhalb des Gipfels findet man einige Stellen, um windgeschützt und entspannt dieses Panorama genießen zu können. Es lässt sich schwer sagen, wie viel Zeit wir dort verbracht haben. Wir versinken für einen Moment im Hier und Jetzt, genießen diesen erhabenen Augenblick: Um uns herum ist nächtliche Stille, herrscht dieser besondere Frieden einer Sommernacht nach einem betriebsamen Tag und doch leuchtet alles in den schönsten Sonnenfarben. Einfach herrlich ...!!

Als wir wieder am Ausgangspunkt angekommen, sind wir zwar geschafft, aber eben nicht müde. Es ist gegen 3.00 Uhr und spontan fahren wir noch ein Stück am Meer entlang. Diese Atmosphäre

— Anzeige



Geobuchhandlung Kiel - Schülperbaum 9 - 24103 Kiel - 0431 91002



Kurz nach Mitternacht – Aussicht über Tromsø

müssen wir einfach auskosten, zumal die Umgebung wie eine bearbeitete Kopie der Tagesversion wirkt. Überdies fasziniert uns, wie auch hier die Einheimischen sich diese hellen Nächte zunutze machen. Zwischen den Holmen und Schären sehen wir immer wieder vereinzelte Kajaks auf dem Meer dahingleiten, während an vielen Stellen Stative auf- oder abgebaut und sogar Häuser gestrichen werden. Jeder will die goldenen Stunden dieses kurzen, aber so intensiven Sommers nutzen.

DAS PHÄNOMEN DER MITTERNACHTSSONNE

Nachdem im Winterhalbjahr alljährlich die Nordlichter am dunklen Himmel im hohen Norden Europas tanzen, scheint sich der Sommer mit dem Licht der Mitternachtssonne dafür zu revanchieren. Dabei könn(t)en wir nicht sagen, was für uns schöner ist, denn beide Naturphänomene haben ihren ganz eigenen Reiz und prägen unverwechselbar den exotisch romantischen Hauch des Nordens. Natürlich finden sich gerade an der Küste Nordnorwegens oftmals perfekte Bedingungen, um die Mitternachtssonne zu genießen. Die nach Norden weit geöffneten Buchten und die steilen Klippen sind optimale Orte, um die tief stehende Sonne zu sehen und sich in der Nacht verzaubern zu lassen. Aber auch im Norden von Schweden und Finnland – nördlich vom Polarkreis – gibt es einige Plätze, um das goldene Licht der Sonne in der ganzen Nacht zu genießen.

Idealerweise sucht man sich dafür einen höher gelegenen Punkt mit weitem Blick über die Umgebung.

Da Island etwas unterhalb des Polarkreises liegt, geht dort die Sonne auch im Sommer kurz unter. Aufgrund der nordwestlichen Lage von Island scheint sie aber in den Wochen um die Sommersonnenwende bis nach Mitternacht und taucht dann nur kurz hinter den Horizont. Dadurch sind die Nächte sehr hell und begeistern die Besucher mit dem unnachahmlichen Zwielficht. Dieses milchige Dämmerlicht ist zu dieser Zeit in allen nordeuropäischen Ländern unterhalb des Polarkreises zu erleben. Selbst im Norden von Dänemark glimmt um die Sommersonnenwende in der gesamten Nacht ein orange-rotfarbener Schweif am Horizont.

Generell gilt die Faustformel, dass die Nächte umso heller sind und die Periode der Mitternachtssonne umso länger anhält, je weiter man in den Norden reist. Beobachtet man das Phänomen direkt am nördlichen Polarkreis, geht die Sonne zur Sommersonnenwende um den 21. Juni nicht unter. Da die Erdoberfläche geneigt ist, kann man dieses Schauspiel weiter nördlich noch intensiver und über einen entsprechend längeren Zeitraum verfolgen. Im Vorfeld kann man sich im Internet auf verschiedenen Webseiten über die ungefähren Zeiten des Phänomens am jeweiligen Reiseziel informieren. Wir empfehlen dafür den Kalkulator auf der Webseite www.sonnenverlauf.de, wo zudem der Stand der Sonne zu den einzelnen Uhrzeiten an beliebigen Tagen überprüft werden kann. ■

FOTOTIPPS FÜR NÄCHTLICHE AUFNAHMEN IM PERFEKTEN LICHT

Die gute Nachricht vorweg: Durch den quasi ewig währenden Sonnenuntergang hat man in der Regel viel Zeit, um zu experimentieren und sich in Ruhe mit den optimalen Einstellungen, dem perfekten Motiv und dem Bildaufbau zu beschäftigen. Generell sollte man die Nachtstunden mit dem perfekten Licht auch nutzen, um neue Perspektiven und Kompositionen zu finden.

Beste Zeit: zwischen 0.00 Uhr und 3.00 Uhr, da der tiefste Stand der Sonne in den meisten Regionen aufgrund der mitteleuropäischen Sommerzeit nicht um Mitternacht, sondern gegen 1.00 Uhr in der Nacht erreicht ist. Den Stand der Sonne zum möglichen Motiv kann man idealerweise vorab auf der bereits erwähnten Webseite ermitteln.

Technik: Idealerweise nutzt man eine Kamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten und wählt im Vorfeld einen sehr geringen ISO-Wert von etwa 100 sowie die gewünschte Blende – siehe dazu den folgenden Punkt »Sonnenstrahlen«. Entweder wählt man dazu nunmehr die passende Belichtungszeit oder überlässt das im Modus Blendenpriorität / Zeitautomatik (A oder AV) der Kameraautomatik. In jedem Fall sollte man als Objektiv eine Festbrennweite bevorzugen und wenn möglich entsprechende Grauverlaufsfil-

tern (ND Filter) verwenden. Die grau beschichteten Bereiche dieser Filter dunkeln während der Aufnahme die extrem hellen Elemente im Bild (Sonne und Himmel) wie eine Sonnenbrille ab. Damit helfen sie Dynamikumfang der Aufnahme zu erweitern trotz der extremen Bedingungen eine ausgewogene Belichtung zu erzielen.

Bildaufbau: Das intensive Licht der Mittsommernächte lässt die Farben der Umgebung besonders kräftig erscheinen. Durch den außergewöhnlichen Lichteinfall wirkt die Umgebung überdies meistens sehr räumlich. Daher sollte man auf einen entsprechenden Bildaufbau mit gut akzentuiertem Vordergrund sowie Hintergrund achten und sich auf nur wenige unterschiedliche Farbnuancen beschränken, um die Stimmung gut transportieren zu können.

Sonnenstrahlen: Wunderschöne Sonnenstrahlen bzw. sogenannte Sonnensterne erhält man, wenn man die Blende weit schließt und entsprechend hohe Blendenwerte zwischen $f/16$ und $f/22$ wählt. Uns erscheint eine Blende von $f/16$ in der Regel als guter Kompromiss zwischen Bildschärfe, Tiefenschärfe und einem ansprechenden Sonnenstern. Dessen Eindruck kann man noch verstärken, wenn man eine Kante im Motiv nutzt bzw. ein Teil der Sonne durch ein Objekt verdeckt wird.