



# GLEITZEIT

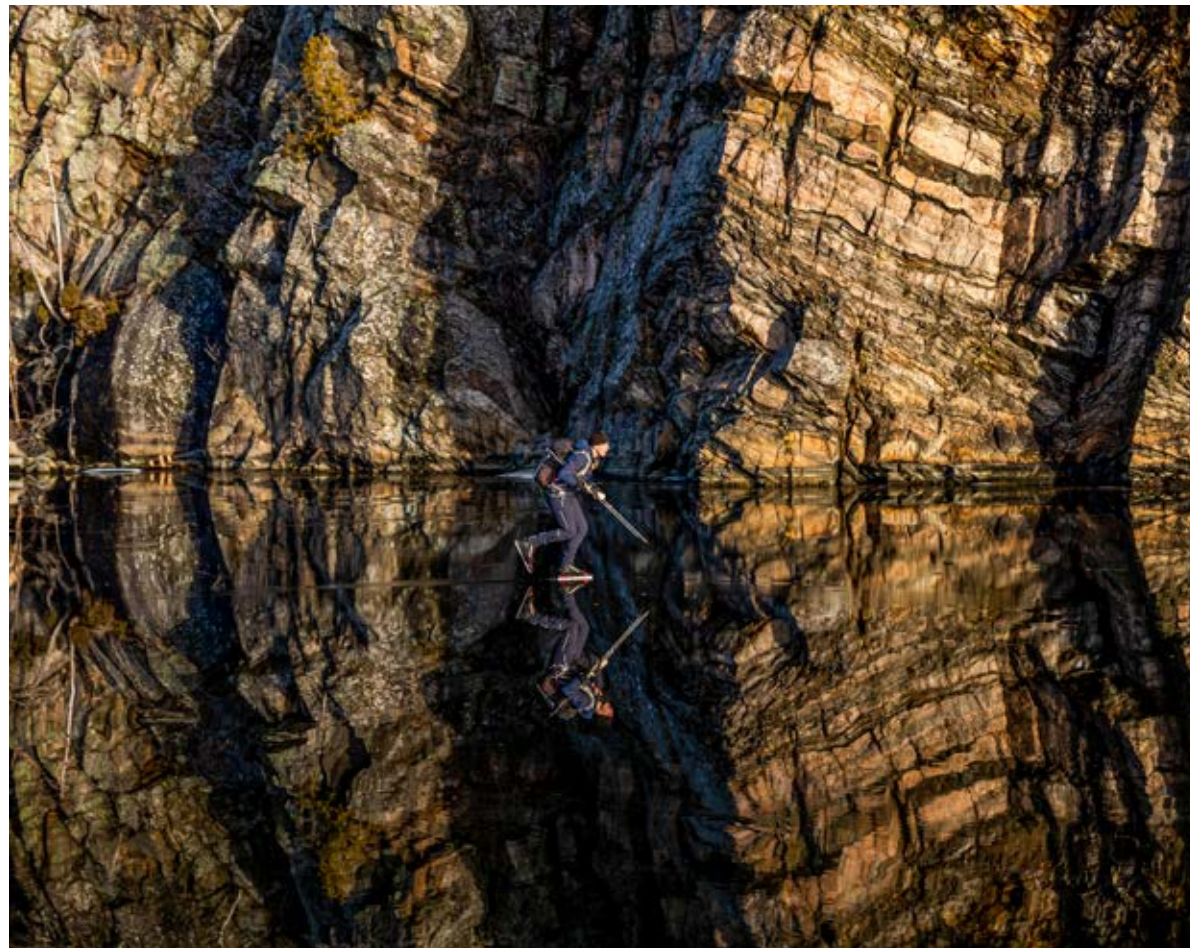
**Nordic Ice Skating ist in Schweden Volkssport.  
Sobald es die Bedingungen zulassen,  
flitzen Tausende nahezu schwerelos über die  
zugefrorenen Wasserflächen des Landes.**

TEXT OUTKOMM | FOTOS HENRIK TRYGG

»Black Ice entsteht bei Temperaturen weit unter dem Gefrierpunkt, wenn es zu kalt zum Schneien ist.«

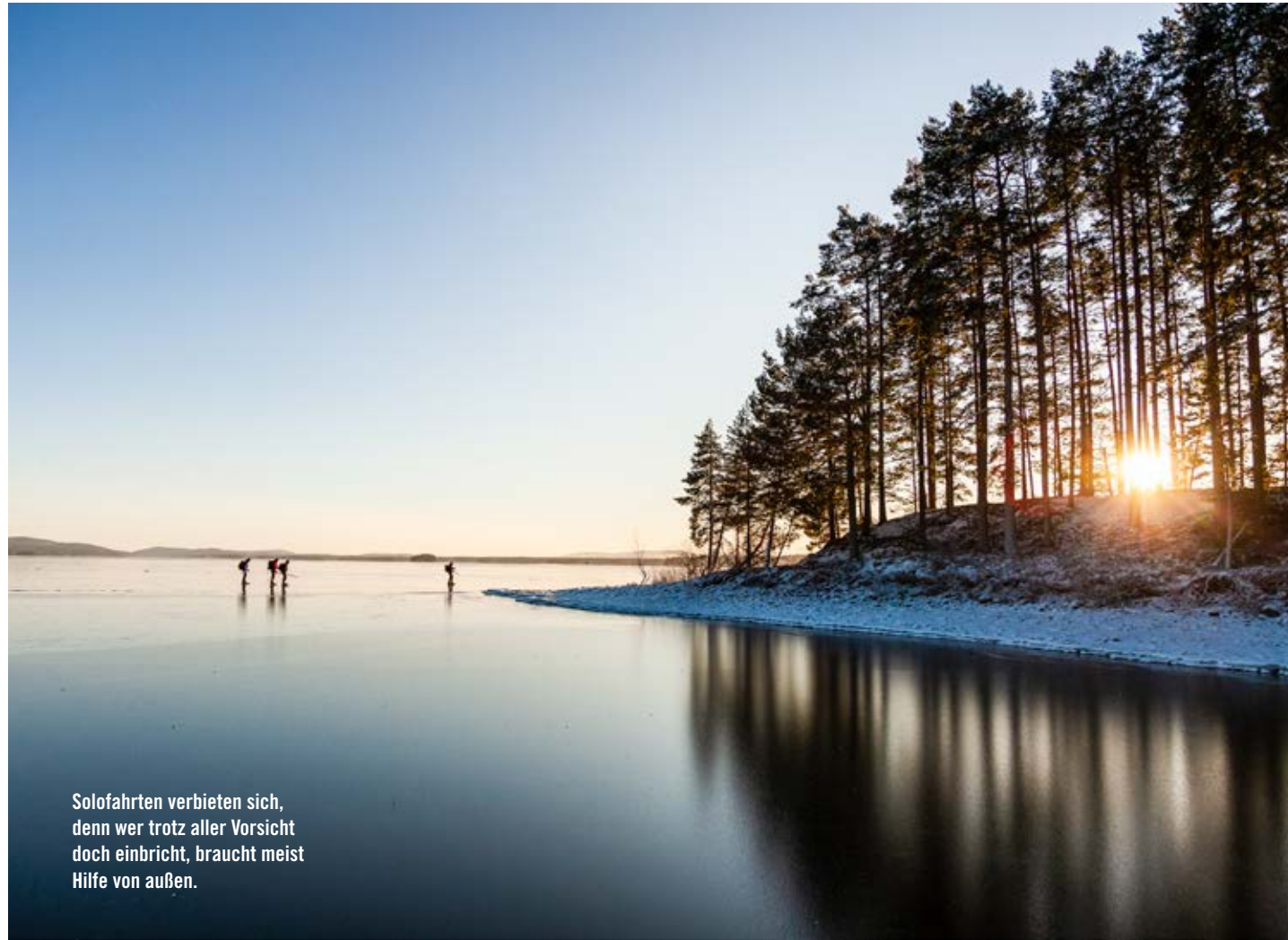


In besonders kalten Wintern beginnt der Spaß vielerorts direkt vor der Haustür.



Solange der Wind den Schnee vom Eis weht, lässt sich gut Strecke machen. Sobald sich aber eine Schneedecke bildet, bekommt der Spaß ein Loch.





Solofahrten verbieten sich, denn wer trotz aller Vorsicht doch einbricht, braucht meist Hilfe von außen.



Sicher ist sicher – ein gerade zugefrorener Spalt wird besser übersprungen.

**»Vor dem Start muss die Dicke des Eises gemessen werden. Gut fünf Zentimeter sollten es im Mittel schon sein.«**



Ist Fliegen wirklich schöner?  
Wer im Einklang mit der Natur über unendlich erscheinende Wasserflächen schwebt, verliert sich schnell im Augenblick.

**D**er Stockholmer Fotograf Henrik Trygg ist passionierter Nordic Ice Skater und immer auf der Suche nach tragfähigem Eis. Was das Besondere am »Black Ice« ist und was es alles zum »Längfärdsskridskoäkning« braucht, verrät er in diesem Gespräch.

**Henrik, was ist »Black Ice«?**

Das sogenannte Black Ice entsteht unter klaren und sehr kalten Bedingungen. Es braucht ein Hochdruckgebiet, einen klaren Himmel und, damit das Eis richtig glatt gefriert, darf es keinen Wind haben.

**Wie beurteilst du die Tragfähigkeit?**

Es geht nicht nur um die Dicke, sondern auch um die Qualität. Wenn die Eisschicht viele Luftblasen enthält, ist sie weniger stabil. Unter einer Dicke von 45 Millimetern, die wir mit dem Bohrer ermitteln, geht's nicht los.

**Wann startet bei euch in Schweden die Skating-Saison?**

Normalerweise beginnt die Saison Anfang November und dauert teilweise bis in den April. Einmal standen wir bereits am 20. Oktober hier in Stockholm auf dem Eis. Doch bis man durch den Schärenarten cruisen kann, dauert es viel länger. Durch den Salzgehalt braucht das Meereis mehr Zeit, bis es stabil gefroren ist. Die besten Monate, um auf der Ostsee zu skaten, sind Februar und März.

**Benutzt ihr normale Schlittschuhe?**

Nein, unsere Touren-Schlittschuhe haben eine längere Kufe, die mittels einer Bindung an einem speziellen Schuh befestigt ist. So kann man zwischen zwei Seen auch mal zu Fuß gehen. Die Kanten der Kufen sind aber weit weniger aggressiv und verzeihen mehr Fehler.

**Wie gefährlich ist es, auf dünnem Eis unterwegs zu sein?**

Oberste Grundregel ist, dass man sich niemals allein aufs Eis begibt. Wir haben zudem noch einiges an Sicherheitsequipment dabei: Im Rucksack etwa fahren wir einen aufgeblasenen Trockensack spazieren. Falls man einbrechen sollte, dient dessen Luftblase als Auftrieb. Im Drybag sind auch trockene Wechselkleider und ein Seil mit Karabiner. Manche haben noch ein kurzes Seil mit Spikes um die Schultern. Damit kann man sich im Notfall auch selbst retten. Zudem haben wir zwei Stöcke mit Stahlnadeln am Ende. Diese brauchen wir, um Löcher ins Eis zu rammen und dessen Qualität und Dicke zu testen. Auch dienen diese Stöcke zur Stabilisierung, wenn das Eis mal uneben und nicht so leicht zu fahren ist. ◀

**HEISS AUF SCHWARZES EIS**

Wer sich zum ersten Mal aufs schwarze Eis wagt, sollte dies in Begleitung eines erfahrenen »Ice-Guides« tun. Besonders rund um Stockholm gibt es einige Anbieter, die von der Schnuppertour bis zur mehrtägigen Eissafari jedem Aspiranten einen sicheren Einstieg ermöglichen.

► Mehr unter [www.iceguide.se](http://www.iceguide.se)



„Für mich als Bergführer ist die richtige Wahl der Bekleidung von extrem großer Bedeutung.“

Markus Schubert, staatlich geprüfter Berg- und Skiführer IVBV, UIAGM, IFMGA und Heeresbergführer. Mitglied des Tierra-Testteams