

# Tuffaste turen

Det blåser ofta storm eller kuling och när det är dags att vända är det "bara" tolv mil kvar. Bara sju av tio startande tar sig i mål. Följ med Di Lördag på världens längsta och tuffaste skidtävling.

**HENRIK LENNGREN** (TEXT)

lordag@di.se, 08-573 650 00





# i världen

FOTO: RICHARD STROM/RED BULL CONTENT POOL

# N

är Andreas Nygaard i en sekundduell korsar mållinjen först av alla i Red Bull Nordenskiöldslppet står det digitala uret på 11:49. I intervjuerna efteråt har han svårt att komma ner i varv.

”Det här var det tuffaste jag gjort. Det var brutalt hårt i dag”, säger han.

Med en sluttid på elva timmar och 49 minuter hade Andreas Nygaard tillhört den sista tiondelen av den skara som tar sig i mål i Vasaloppet. Men Nordenskiöldslppet är inte heller likt någonting annat. När skidlöparna kommer till Mora har de plågat sig igenom nio mil i fädrens spår. I Nordenskiöldslppet betraktas Årrenjarka fjällstation vara den psykologiskt viktigaste kontrollen. Den sker vid vändpunkten efter tio mil och då återstår tolv mil i motsatt vindriktning.

2019 tvingades deltagarna staka sig igenom hård motvind innan vändningen. I byarna blåste det hård kuling med 17 meter per sekund. Varje stavtag blev en utmaning.

**400 deltagare brukar** ställa sig på startlinjen, men bara cirka 70 procent av dem tar sig i mål. Så är också Nordenskiöldslppet världens längsta och tuffaste skidtävling, ett nischat extremlopp där trötthet, utmattning, skavsår samt problem med ögonen på grund av vind och snöfall är vardagsmat.

”Vädret är en stor faktor. 2016 hade vi blank is på samtliga sjöar, 2018 var det kraftigt snöfall under hela tävlingen och ifjol fick deltagarna skida runt i stormvindar på tävlingsdagen”, säger Wolfgang Mehl.

Han är huvudanledningen till att loppet, med anor från 1884 och är därmed världens äldsta organiserade skidlopp, nu gjort comeback i tävlingskalendern.

”Första gången jag hörde talas om loppet var när jag flyttade från Wien till Jokkmokk 2009. Jag tänkte direkt: den här historien är så bra, varför arrangerar man inte loppet igen?”

Fem år senare, när tanken legat och grotten stund, hade han samlat ihop tillräckligt med pengar för att få till en förstudie om det över huvud taget var möjligt att återuppliva tävlingen. Finansieringen förverkligades genom kommunens bygdemedel, regionala medel och Sparbanken Nords stiftelse.

”Officiellt var syftet med förstudien att utreda frågor som sponsorer, bansträckning, finansiering och organisa-





FJÄRDE GÅNGEN GILLT. Ingrid Hellberg har fullföljt Nordenskiöldsløppet alla år sedan 2016, något som bara hon och tolv andra åkare lyckats med.

tion, men för mig var det samtidigt en möjlighet att få ihop resurser för att komma igång.”

Till en början ställde sig många tveksamma till att det skulle vara möjligt att genomföra ett 22-milslopp på vildmarkens vidder. Jokkmokks SK, Sveriges äldsta skidklubb, hade målet att få igång ett Nordenskiöldsløppet på fem mil som skulle bli seedningslopp för Vasaløppet.

”Jag och några andra tyckte att vi ska satsa större och göra något som var unikt i världen. Under förstudien kom jag i kontakt med Red Bull som visade intresse att bli loppets huvudpartner – och då hände saker på riktigt”, säger Wolfgang Mehl.

**Förstudien avslutades i januari 2016.** Tre månader senare genomfördes det första loppet i ny regi. Då hade originalsträckan och originaldistansen aldrig åkts sedan 1884. Nu har varumärket stärkts år för år. Wolfgang Mehl uppskattar att nio av tio längdåkningsintresserade personer känner till Nordenskiöldsløppet i dag.

”Vi kommer aldrig få så många deltagare som Vasaløppet, men vi vill visa att en bra tränad och väl förberedd person

kan klara Nordenskiöldsløppet – även om man inte är elitidrottare. Den äldsta deltagaren som har fullföljt loppet fyllde 80 år några veckor efter loppet.”

**Det är inte bara en kamp med kroppen utan också med huvudet?**

”Ja, det som är mest fascinerande med ultraidrott är hur mycket den mentala biten spelar roll. Desto längre distans, desto viktigare är vad som sker i huvudet. Ytterst få som kommer till start första gången har tidigare åkt längre än nio mil. Ändå klarar majoriteten att åka mer än den dubbla distansen.”

**Wolfgang Mehl poängterar** att man gärna vill attrahera fler kvinnor. I dag är andelen kvinnliga åkare mellan 10 och 15 procent. Ingrid Hellberg, trädgårdsmästare på Fjällbotaniska trädgården i Jokkmokk, drar sitt strå till stacken. Hon är en av 13 åkare som har fullföljt alla lopp sedan 2016, och som därmed får en VIP-startväst och en VIP-middag efter årets upplaga av tävlingen.

”När jag fick höra att tävlingen skulle komma tillbaka blev jag lockad av möjligheten att åka skidor så långt som man gjorde 1884”, säger hon.

Ingrid Hellberg är den ena av blott två

**”Att bryta loppet finns aldrig i mina tankar.”**

INGRID HELLBERG

kvinnliga åkare som lyckats gå i mål samtliga fyra lopp.

”Att bryta loppet finns aldrig i mina tankar. Har jag anmält mig så ska jag skida hem i mål, även om det tar längre tid. Jag anpassar skidåkningen efter hur jag mår”, säger hon.

**Den 28 mars** i år finns det alltså inte mycket som kan stoppa Ingrid Hellberg från att göra sitt femte framträdande i världens tuffaste skidlopp.

”Min ambition är att åka i mitt tempo och må bra i fina skidspår samt att gå i mål med ett stort leende.”

Hon får sällskap av Richard Sylwander, som deltagit fyra gånger och kommit i mål två gånger.

”22 mil är vansinnigt långt, så det gäller att man är förberedd, hyfsat tränad och har ett hårt pannben. När man passerar mållinjen känner man sig oerhört trött men samtidigt övervinnlig. Det är många som passerar mållinjen och svär att det var första och sista gången de åkte loppet, men två dagar senare har de anmält sig till nästa års lopp. Upplevelsen och känslan är lite beroendeframkallande.”

Vid två tillfällen har Richard Sylwan-

der tvingats kasta in handduken. 2017 ådrog han sig kraftig smärta i armbågen och bröt efter 17 mils åkning. 2018 var han lite bättre förberedd men mot kvällen kom sträng kyla med snöfall.

”Jag valde att värma mig i ett tält efter cirka 14 mil. Det var ett ödesdigert beslut eftersom tältet inte var tillräckligt uppvärmt och jag blev snabbt ordentligt nerkyld. Dessutom valde några andra åkare, som hade åkt tillsammans med mig under senaste 5 milen, att avbryta loppet på grund av nedkyllning och utmattning. Jag hade energi kvar men började tappa motivation när jag förstod att jag skulle åka helt ensam de resterande åtta milerna i kolsvart mörker och minus 15 grader. Så här i efterhand är jag väldigt besviken att jag bröt loppet och jag har lovat mig själv att aldrig bryta igen.”

**Även om man** klarar av att ta sig i mål efter 22 mils åkning väntar vissa vedermodor även minuterna, timmarna och dygnen därefter. Richard Sylwander tecknar bilden av en allmänt sliten kropp med muskelsmärta, ledvärk och inte sällan smärta i armbågen.

”Den första natten efter loppet är man extremt trött men har samtidigt svårt att





MOTORN. Wolfgang Mehl drog igång den förstudie som ledde till nystarten av loppet 2016.



VINNARE. Andreas Nygaard tog hem segern i det 22 mil långa loppet 2019, på tiden 11:49.



FULLT I WILDMARKEN. Redan 2016 blev Nordenskiöldsloppet ett av Jokkmokks största evenemang, efter Jokkmokks marknad.

sova med konstant värk i alla leder. De efterföljande dagarna kännetecknas av ihållande träningsvärk. Man har svårt att ställa sig upp och sitta ner. Ett enkelt bestyr som toalettbesök kan bli både komplicerat och smärtsamt. Det är extra viktigt att sova, äta och dricka ordentligt under de första 48 timmarna efter målgång.

Tidigare år, berättar Richard Sylwander, var hans egen träningsmängd ganska begränsad.

”Men inför årets tävling är det mer seriöst. Jag tränar cirka 400 timmar per år och siktar på att komma i mål på 17 timmar.”

**Redan när Richard Sylwander 2015 fick boken ”Nordenskiöldsloppet 1884: Historien om världens hårdaste skidtävling”** av sin mamma Louise blev han genast inspirerad av loppet som sådant. Adolf Erik Nordenskiöld är nämligen Richard Sylwanders morfars farsfars farbror.

”Trots släktbandet hade jag aldrig hört talas om detta lopp. Jag ville undersöka möjligheten att återskapa Nordenskiöldsloppet till ett modernt ultralopp och ringde till Jokkmokks kommun för att se om det fanns förutsättningar. Då

fick jag höra att Wolfgang Mehl redan hade lämnat in en förfrågan om förstudie till Jokkmokks kommun och att han planerade ett första lopp.”

Vid den tidpunkten ansåg sig Richard Sylwander vara en glad motionär som åkte längdskidor max två-tre gånger om året, men samtidigt sökte efter en tuff utmaning.

”Kanske var det lite av en 40-årskris också. Hursomhelst var jag nog en av de första att anmäla mig, och efter det loppet var jag helt fast. Jag kommer förmodligen åka Nordenskiöldsloppet varje år tills jag dör”, säger Richard Sylwander.

Hans mamma Louise Nordenskiöld är ordförande i Nordenskiöld släktförening, som stiftat vandringspokalen.

”Familjen har alltid stöttat mig men jag tror att min fru tycker det är lite märkligt att jag år efter år vill utsätta mig för detta ’självlägeri’, som hon kallar det. I dag fokuserar jag all min träning med främsta målsättning att förbättra mina tider i Nordenskiöldsloppet och Vasaloppet.”

**Sedan starten är sportdryckstillverkaren Red Bull huvudpartner i tävlingen.** Enligt kommunikationschefen Jesper

**”Folk i Jokkmokk ser loppet verkligen som sitt”**

WOLFGANG MEHL

Antell utgör extrema tävlingar en del av företagets dna.

”Nordenskiöldsloppet handlar om idén om att återuppväcka loppet ur en 132 år lång dvala och att ge skidåkare en möjlighet att växa genom att testa sina yttersta gränser.”, säger han.

Jesper Antell konstaterar att extrema utmaningar lockar allt fler.

”Även om det inte är ett lopp för alla så finns det utrymme för Nordenskiöldsloppet att växa i takt med att fler hör talas om tävlingen.”

**För arrangörstaben är Nordenskiöldsloppet en stor utmaning, inte minst organisationsmässigt** då det gäller att få ihop tillräckligt många funktionärer i Norrbottens glesbygd. 500 funktionärer från 35 lokala ideella föreningar är involverade trots att kommunen bara har knappt 5 000 invånare.

”Folk i Jokkmokk ser loppet verkligen som sitt lopp, som en stor möjlighet att sätta Jokkmokk och regionen på kartan. De är väldigt stolta över att Sveriges första dokumenterade skidtävling gick här, och att det bara var skidlöpare från trakten som klarade 22 mil på skidor på under ett dygn”, säger Wolfgang Mehl.

## Di Fakta

### Nordenskiöldsloppet

■ **Nordenskiöldsloppet**, 22 mil långt, är världens längsta och tuffaste skidtävling. Loppet går till största delen genom vildmarksområden.

■ **Vid** alla kontroller serveras det sportdryck, geler, bars, vatten, te, kaffe, Red Bull, bullar, mackor med ost, bananer och apelsiner. Vid tre ”stora kontroller” bjuds det dessutom på varm mat: vanligtvis soppa och pasta. En genomsnittsperson får i sig cirka 10–15 geler, tio bars, fem–tio bananer, fem–tio bullar och mackor, och man dricker cirka tio liter.”

■ **Loppet** blev redan 2016 Jokkmokks andra största evenemang efter vintermarknaden.

■ **Omsättningen** för lokala företag var 2019 cirka 13,5 Mkr. Loppet har en omsättning på 2,9 Mkr. Antal gästnätter runt loppet är cirka 3 350. Totalt har Nordenskiöldsloppet betalat ut 1,6 Mkr till lokala föreningar sedan första loppet 2016. Några byaföreningar har fått nytt liv tack vare loppet.

Även logistiskt sätts arrangörerna på prov. Nio av 13 kontroll- och servicepunkter ligger utanför allmänna vägar.

”Till fem kontroller plogar vi många mil smala skogsvägar bara för loppet; och till fyra kontroller transporteras allt material med skoter och skoterkälke. Totalt är det många ton material som ska ut till kontrollerna. Överallt måste det finnas uppvärmda tält, sjukvårdskunig personal, transporter för att köra deltagare som bryter så fort som möjligt tillbaka till ’civilisationen’”, säger Wolfgang Mehl.

**Precis som Vasaloppet** har Nordenskiöldsloppet några klassiska kontroller. Starten sker i Purkijaur, på exakt samma ställe som loppet tog fart 1884. Purkijaur är även näst sista kontroll efter 20 mils åkning.

”Där är det ofta mycket publik på plats. Det går att nå fjällstationen via bilväg, men många kör dit med skoter också. En hel by lever verkligheten för loppet. Folk från Purkijaur (en by med 40 invånare) brukar säga att detta är det bästa som har hänt byn under 50 år, att man aldrig tidigare gjort så mycket tillsammans.” □