



BIRKENFESTIVAL UND BIRKEBEINER-LAUF



HIGHLIGHTS:

- den legendären Birkebeinerlauf erleben und mitmachen
- kleine Gruppe in komfortabler Hütte/Lodge
- weitläufiges, gut präpariertes und markiertes Skigebiet



Aus den Erfahrungen der letzten 10 Jahre haben wir verschiedene Möglichkeiten geschaffen, am Birken-Festival teilzuhaben: Über 13.000 Hobby- und Profiskiläufer überwinden auf 54 km zwei Berge und verschiedene Landschaften. Das erinnert an den heldenhaften Lauf zweier Krieger, die im Jahre 1206 den kleinen Prinzen Håkon Håkonsson von Lillehammer über die Berge nach Rena und weiter nach Trondheim in Sicherheit brachten. Alle Teilnehmer müssen deswegen einen 3,5 kg schweren Rucksack tragen, der das Gewicht des Kindes symbolisiert. Zwar gibt es an der Spitze die Jagd nach Bestzeiten, aber für die meisten Läufer geht es ums Mitmachen und ein friedliches Skivergnügen. Es ist schon ein besonderes Gefühl, mit so vielen Gleichgesinnten so ein Erlebnis zu teilen. Die Teilnahme bedeutet nicht unbedingt Höchstleistung, sondern Taktik und etwas Durchhaltevermögen. Der Textschreiber (64 Jahre, BMI 27...) hat es z.B. 2023 in 7:30 Stunden geschafft. Mehr über Altersklassen und Zeiten finden Sie im Internet unter www.birkebeiner.no/en/ in der Rubrik „results“.

A) BIRKEBEINER-WOCHE:

Sa. 09.03.24 - Mo. 18.03.24

09.03.24: Auf klassische Weise per Fähre Richtung Oslo (oder individuell am 10.03.24 nach Oslo)

10.03.24: Weiterreise nach Sjusjøen. Dort beziehen wir gegen 14.00 Uhr unsere Hütten und genießen die ersten Eindrücke der Landschaft bei einer kleinen Skitour.

11.03.24 - 15.03.24: Kennenlernen des Skigebiets, Vorbereitung auf das Skirennen, Technik- und Taktikworkshop, Erfahrungsaustausch, Erkunden der Strecke.

16.03.24: Teilnahme am großen Klassiker Birkebeinerrennet. Passender individueller Zubringer nach Rena durch einen Sausewindbus. Der Ablauf ist perfekt organisiert! Direkt nach dem Rennen erfährt man seine Zeit und bekommt ein Teilnahmediplom.

17.03.24: Transfer nach Oslo (Flughafen oder Fähren).

18.03.24: Bei Reisevariante Bus/Schiff: Ankunft in Kiel um 10.00 Uhr

FÜR 1.380 € BEKOMMEN SIE:

- Busreise ab OL, HB, HH nach Kiel
- Fährfahrt Kiel-Oslo-Kiel mit Bett in ruhiger Viererkabine (3-Sterne, außen)
- Alle nötigen Transfers vor Ort
- Unterkunft im Zweibettzimmer in Hütte
- Frühstück, Lunchpaket, Abendessen
- Wachskunde
- Reiseleitung durch 8-fachen Birkebeiner-Läufer und Sportlehrer

DAS KOSTET EXTRA:

- Zuschlag Einzelzimmer 290 €

- Startnummer Birkebeinerrennet 165 €
- Zuschlag für Zweibettkabine hin + rück pro Person: außen 169 €, innen 120 €

B) BIRKEBEINER KOMPAKT:

Diese Version ist geplant für Menschen mit wenig Zeit, die eigenständig bis nach Lillehammer erst am Donnerstag vor dem Rennen anreisen.

Do. 14.03.24 - So. 17.03.24

14.03.24: Individuelle Anreise nach Lillehammer Bahnhof und mit dem Bus nach Sjusjøen. Dort beziehen Sie Ihre Hütten und genießen die ersten Eindrücke der Landschaft.

15.03.24: Erkunden der Strecke, Erfahrungsaustausch und Vorbereitung auf das Skirennen.

16.03.24: Teilnahme am großen Klassiker Birkebeinerrennet mit persönlichem Zubringer.

17.03.24: Transfer bis Lillehammer/Oslo (Bahnhof, Flughafen, Fähren).

FÜR 875 € BEKOMMEN SIE:

- Transfer Lillehammer-Sjusjøen-Lillehammer
- Alle nötigen Transfers vor Ort
- Unterkunft im Zweibettzimmer in Hütte
- Frühstück, Lunchpaket, Abendessen
- Wachskunde
- Reiseleitung wie beschrieben

DAS KOSTET EXTRA:

- Zuschlag Einzelzimmer 155 €
- Startnummer Birkebeinerrennet 165 €

SKIGEBIET:

Siehe Sjusjøen (Seite 17)

WOHNEN:

Etwa 7 km süd-südöstlich von Sjusjøen, in einem Hüttendorf in ruhiger Lage direkt neben der Loipe, beziehen wir mehrere Häuser. Alle sind modern eingerichtet, haben 2-3 Schlafzimmer, einen Kamin, eine Küche mit Spülmaschine und ein gemütliches Wohnzimmer.

VERPFLEGUNG:

Bewährtes Sausewind-Konzept siehe Seite 7. Außerdem erwartet uns ein kleiner „Nachmittagshappen“.

BEGLEITUNG/BERATUNG:

Die Reise wird von einem sehr erfahrenen Reiseleiter mit sportwissenschaftlicher Ausbildung begleitet, der seit vielen Jahren Skitouren führt und 8x das Rennen mitgemacht hat. Täglich gibt es etwa 2-stündige Skikurse zu ausgewählten Themen und Techniken. Es bleibt viel Zeit, das schöne Gebiet zu erlaufen, einen Teil der Strecke zu erkunden und sich auf das Rennen vorzubereiten.

BITTE BEACHTEN/MITBRINGEN:

- Handtücher für den Eigenbedarf und Saunahandtuch mitbringen

ACHTUNG:

Alle Startgebühren werden bei Buchung nach dem 30.01.24 bis zu 25% teurer!