

11. Tag, Trollkyrkja und Fahrt nach Runde, 12. Juli 2016

Quellen: Rother Norwegen Mitte, www.wikipedia.de, www.visitnorway.de



Die Nacht auf dem Parkplatz bei der Trollkyrkja war zwar geruhsam, da wir wie immer sehr müde von unseren Unternehmungen waren, aber am frühen Morgen hörte man doch den Auto- und insbesondere LKW-Lärm recht deutlich. Es hatte leicht geregnet und dicke Wolken, die die Berge umhüllten, erwarteten uns. Wir frühstückten in Ruhe mit Brötchen und diesmal sogar gekochten Eiern und beobachteten die Camper um uns herum, die auch die Nacht auf dem Parkplatz verbracht hatten. Zum einen war da das junge Pärchen, das noch bis 9 Uhr, als wir zur Wanderung aufbrachen, in seinem Auto schlief, die Scheiben von innen beschlagen. Dann stand dort ein sehr interessanter Pick-up Kastenwagen von einem "alternativen" französischen jüngeren Paar mit zwei Huskies, beide lange Haare, er mit Bart. Der Wagen ganz urtümlich selbst zusammengebaut, vornan ein Geweih über dem Führerhaus, innen Tannenzapfen, Moos und allerlei Natur. Letztlich stand im hinteren Bereich ein kleiner Van einer russischen Familie, die dort mit Seitzelt zu sechst darin geschlafen hatten. Allen drei Schlafgenossen sollten wir auf unserer Wanderung später noch begegnen.

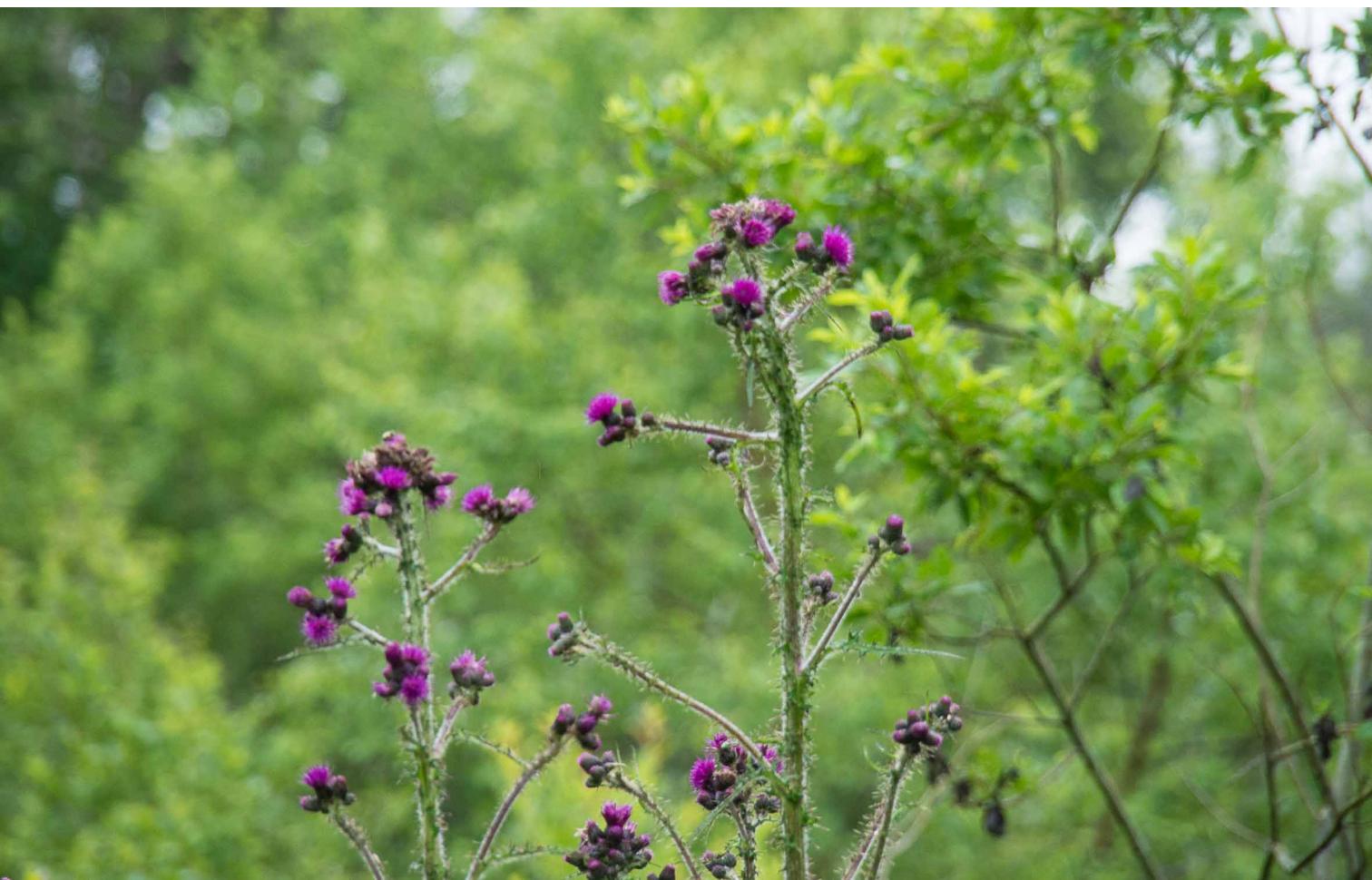
Nun ging es los, das Wetter war schwül feucht und neblig und ging nach kurzer Zeit in Regen über, so dass wir unsere Regenkleidung herausholen mussten. Es später hörte der Regen wieder auf. Zunächst führt der Weg noch ca. einen Kilometer eben zum Berg hin, dann ging es im Wald relativ schnell steil bergauf. Die ersten 500 Meter waren zwar



mit Steinen etwas mühsam zu laufen, der schwierige Teil kam aber zum Schluss. Hier ging es entlang eines Gebirgbaches/Wasserfalls über größere Blocksteine und diverse morastige Felder. Wir waren froh gute Stiefel zu haben und waren am Ende der Wanderung ziemlich verdreckt. Schließlich hatten wir den Höhleneingang erreicht, setzten unsere Stirnlampen auf und stiegen in die Höhle hinein. Hier hätte man besser auf die Stöcke verzichtet, denn man klettert am einfachsten sich an Steinen/Wänden festhaltend weiter. Die Höhle war überraschend kalt, einige elektrische Kerzenlichter ergaben eine hübsche Stimmung. Nach mehreren Kurven erreichten wir die berühmte Lagune, bei der ein Wasserfall in ein Marmorbecken tost und von oben Licht hineinscheint. Dadurch entsteht eine mystische Stimmung. Als wir aus der Höhle hinaus kamen, war inzwischen auch die russische Familie angekommen, deren Wanderkünste der Älteren im Hinblick auf Kleidung und Schuhwerk wir sehr bewunderten, denn es ist doch ein anstrengender Anstieg und uns begegnete später noch manch anderer Wanderer ziemlich schnaufend. Beim Weg zurück waren wir über unsere Stöcke dankbar, denn so konnten wir relativ gefahrlos trotz des feuchten Untergrundes wieder hinunter klettern. Es war lustig, wie viele Deutsche uns noch begegneten, immer einen kurzen Smalltalk haltend und zum wiederholten Male erklärend, wie weit es denn noch hinauf sei.





















Das Trollkirkedal

– ein unter Naturschutz stehendes
Moorgebiet

Die Trollkirka (Trollkirche) ist ein Verband von Kalkgrotten, der in mehreren Jahrtausenden von fließendem Wasser gebildet wurde. Auf der Wanderung hierher kann man auch eine Naturlandschaft mit einer besonders reichhaltigen Pflanzenwelt erleben. Das Schutzgebiet liegt auf der westlichen Seite des Flusses, der Pfad zur Trollkirka verläuft am Rand des Schutzgebietes.

Das Trollkirkedal ist eine intakte und ungewöhnlich abwechslungsreiche Moorlandschaft, von Hangmooren dominiert. Die Moore werden von kleineren und größeren Baumgruppen unterbrochen, dazwischen liegen Niedermoore und Strangmoore. Die Wasserzufuhr aus kalkhaltigem Boden führt dazu, dass ein großer Teil des Moores sogenanntes „Reichmoor“ ist. Durch den hohen Nährstoffgehalt entsteht eine extrem reichhaltige Vegetation.

Das Gebiet ist als Naturschutzgebiet und als repräsentatives Moorgebiet für Norwegen ausgewiesen. Die Moore sind Teil einer größeren und sehr wertvollen Naturlandschaft zwischen Fræneidet und dem Langvatnet - dem Talstadhestgebiet. Das Schutzgebiet liegt zwischen 70 und 495 Metern über NN.

Reichmoore treten in Gebieten mit einer kalkreichen Mineralerde auf. Diese liefert den Nährboden für viele verschiedene Kräuter, aber auch für vom Aussterben bedrohte Orchideen. Reichmoor ist ein sehr artenreiches Biotop. Hier finden wir die Rostrote Kopfbirne (Riedgrasgewächse), den Gezähnten Moosfarn (Moosfarne), die Kleine Simsenlilie (Liliengewächse), den Alpenhelm (Braunwurzgewächse), das Fleischrote Knabenkraut (Orchideen), den Winter-Schachtelhalm (Schachtelhalmgewächse) und das Breitblättrige Wollgras (Riedgrasgewächse).



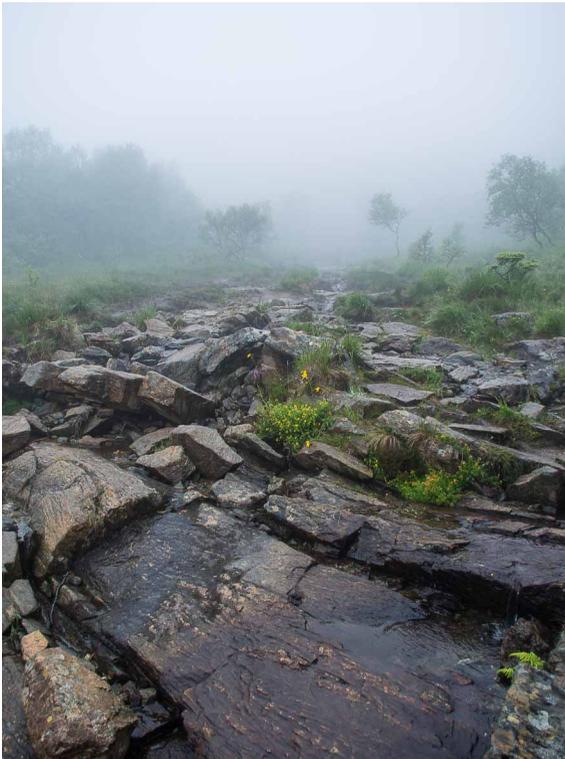












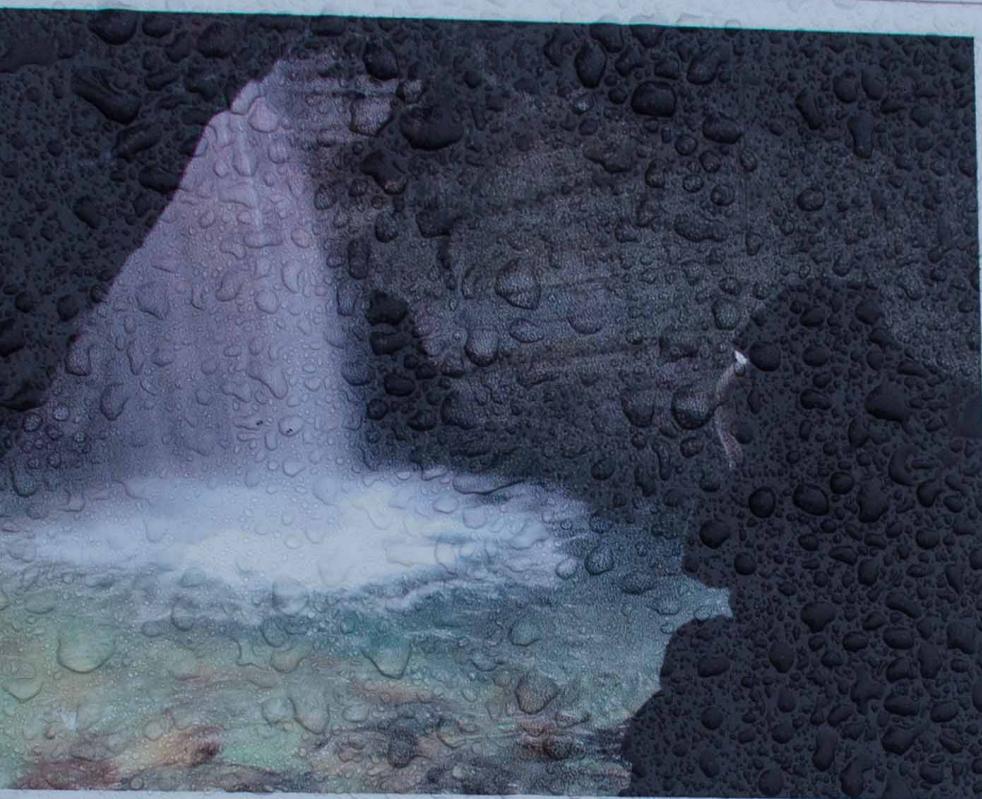








rotter



Die Höhle

Sie befinden sich jetzt am Eingang zur Haupthöhle. Diese ist 70 m lang und damit die längste in Südnorwegen. Der Höhlengang ist 2-3 m breit und an der niedrigsten Stelle 1,5 m hoch. An einzelnen Stellen werden turmartige Räume von 6-7 m Höhe passiert. Am Höhlenende können Sie einen der schönsten Teile der Trollkirche sehen, die „Altartafel“. Ein Marmorgewölbe mit einem 14 m hohen Wasserfall und einer Öffnung zum Tageslicht.

Etwas weiter oben führt eine Leiter hinunter in die eigentliche gute Stube der Trollkirche, die zweite Grotte, deren Decke und Wände von weißem

Marmor bestimmt werden. Hier strömt Tageslicht herein, und durch einen Spalt ganz hinten im Gewölbe tritt der Wasserfall aus. Ein wunderschöner Anblick, den Sie nicht versäumen sollten.

Die dritte Höhle ist nicht ganz einfach zu finden. Den Eingang bildet ein Loch in der Erde oben auf dem Plateau. Bei Saisonbeginn kann der Eingang noch mit Schnee gefüllt sein. Vor ein paar Jahren gab es noch zwei Eingänge, aber der eine ist eingestürzt. Der größte Teil der oberen Höhle bietet keine Standhöhe, hat aber lange Gänge zu den Seiten hin.



En god lommelykt, samt skotøy som tåler vann er anbefalt utstyr som gjør det enkelt å ta seg inn. Inne i grottene er det kaldt og fuktig, det anbefales derfor bruk av lue og votter. Det henstilles til ikke å bruke fakler, da disse soter ned taket i grottene.



A good torch and waterproof footwear are recommended when exploring the caves. As the caves are cold and damp, we recommend that you wear a hat and gloves. You are asked not to use flares as they cover the roofs of the caves with soot.



Eine gute Taschenlampe sowie wasserfestes Schuhwerk, mit dieser Ausrüstung können Sie problemlos hineingehen. In den Höhlen ist es kalt und feucht, deshalb wird zu Handschuhen und Mütze geraten. Es wird darum gebeten, keine Fackeln zu benutzen, weil diese die Grottendecke verrußen.





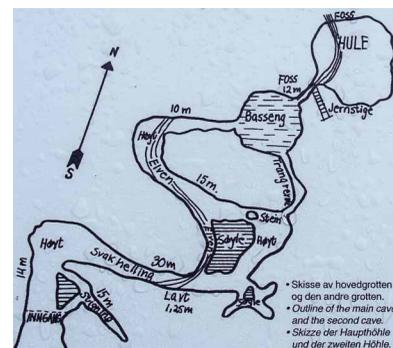
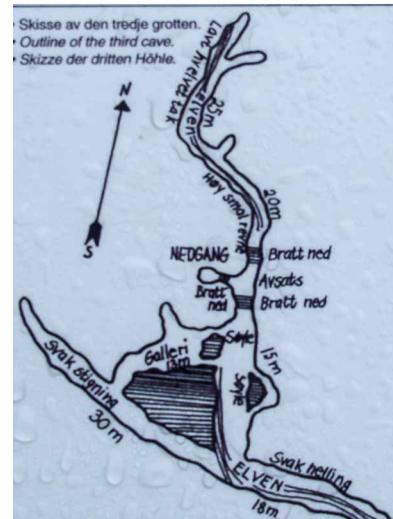
Willkommen in der Trollkirche (Trollkirka)

Um diese "Kathedrale" zu schaffen, brauchte die Natur mehrere Millionen Jahre. Die Trollkirche ist ein Höhlensystem mit mehreren Einstiegen und Seitengängen, die vom Wasser gegraben wurden, das durch den Berg fließt. Die Trollkirche verändert sich immer wieder im Laufe der Zeit, da das Wasser und der Frost einzelne Gänge schließen und neue öffnen.

Die Trollkirche besteht heute aus drei Grotten, die in eine geheimnisvolle, fremde Welt führen. Vor 100 Jahren waren es noch vier, eine Grotte ist jedoch zusammengestürzt. An mehreren Stellen führen schmale Spalten im Fels in größere, offene Räume, Fremden wird jedoch aufgrund der Gefahr, feststecken zu bleiben, davon abgeraten, diese zu erforschen. Eine Sage berichtet von einem Hund, der einmal in die Höhle lief und auf der anderen Seite des Gebirges wieder herauskam.

Besuchen Sie außerdem die Gegend oberhalb der Trollkirche. Hier finden Sie schöne Seen, an denen Sie zelten können. Die Trolltindene laden ein zum Klettern, zu Erlebnissen in wilder Natur und märchenhafter Aussicht.

Der Aufenthalt in und um die Höhlen herum geschieht auf eigene Gefahr.















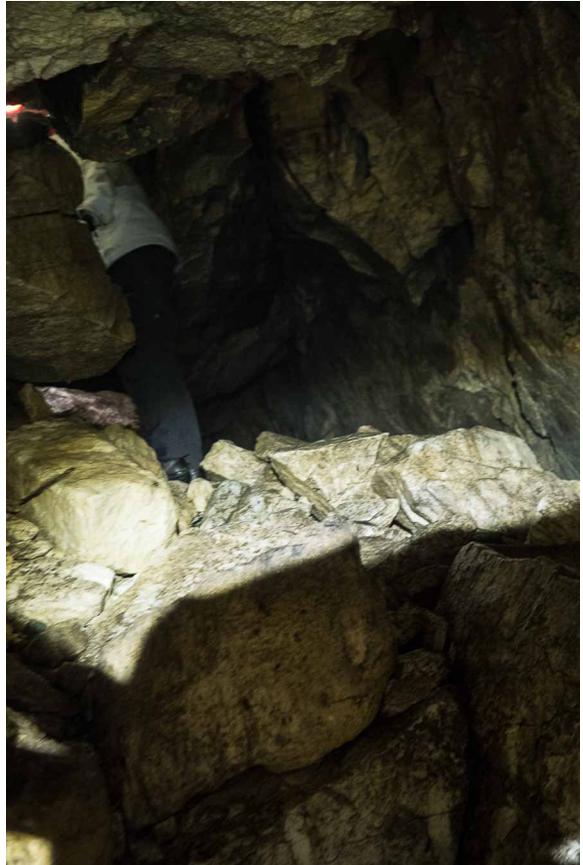
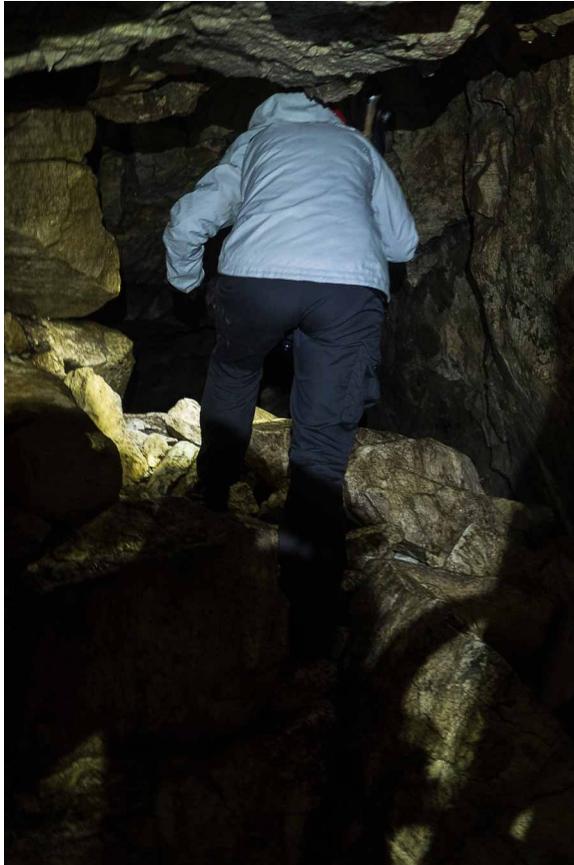






Hier kann man sehr gut den weißen Marmor erkennen.

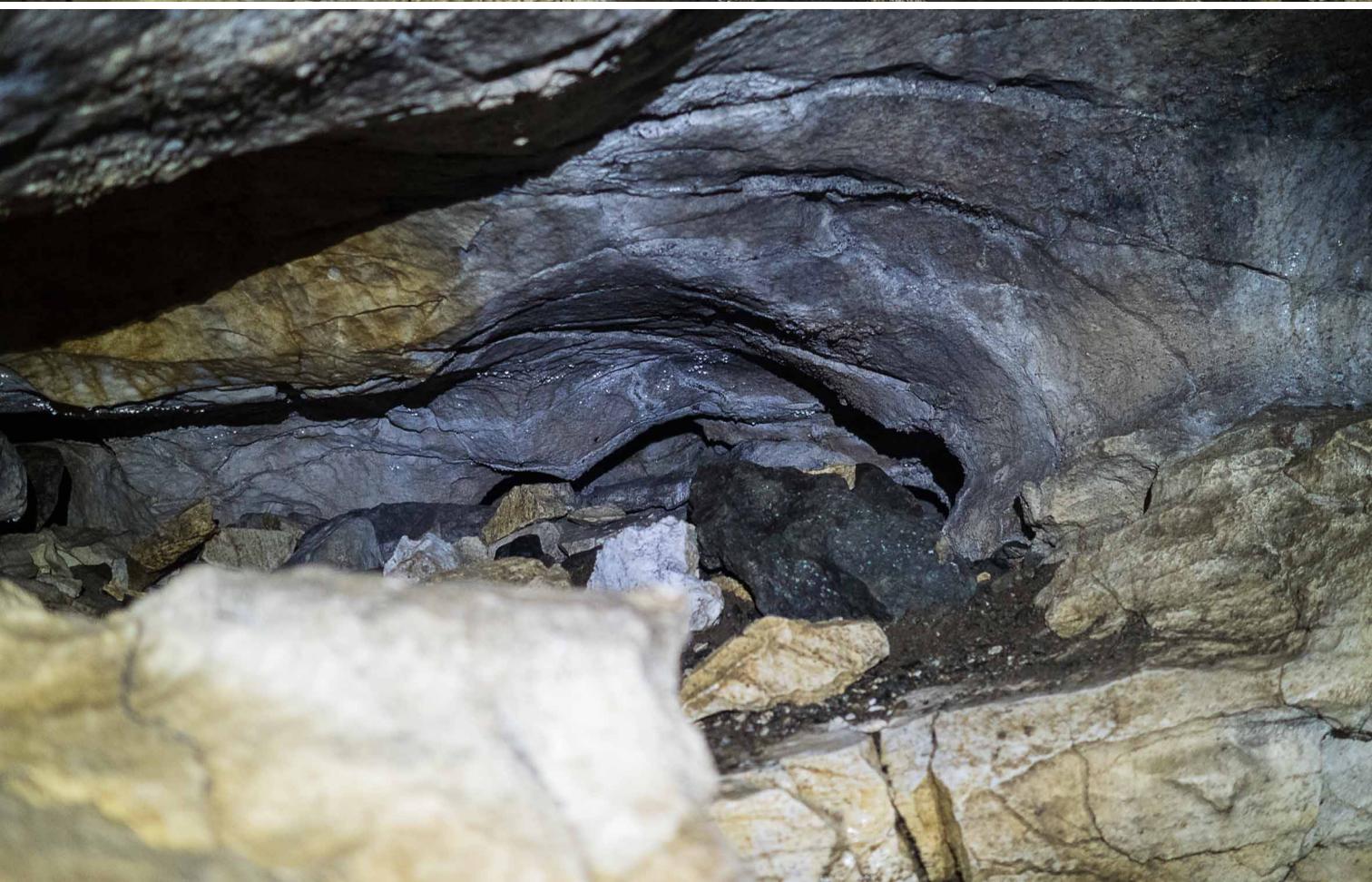




















Fræna kommune - rik natur og mange turmuligheter



Velkommen til utkikkspunktet!

Kystkommunen Fræna har 9000 innbyggere og dekker nesten hele Romsdalshalvøya til mot Hustadvika. Her finner du mange attraksjoner og mange turmuligheter innen de beste fjell- og kystområdene. Her finner du mange attraksjoner og mange turmuligheter innen de beste fjell- og kystområdene. Her finner du mange attraksjoner og mange turmuligheter innen de beste fjell- og kystområdene.

Trollkirka er en av mange attraksjoner i Fræna. Den ligger i den vestlige delen av kommunen, og er en av de mest populære turistattraksjonene i Fræna. Her finner du mange attraksjoner og mange turmuligheter innen de beste fjell- og kystområdene.

Welcome to the lookout point!

The coastal community of Fræna, with its 9,000 inhabitants, covers most of the Romsdal peninsula facing Hustadvika. It is rich in natural resources, with many fine attractions and plenty of opportunity for excursions. From this vantage point, you can spot two fine hiking mountains, Kvannfjellet and Jendemsfjellet. The former, to the south, is Fræna's highest at 980 m, but the latter, the pyramid of the south-west, is its most distinctive. The mountains of Fræna are rich in limestone and marble geology. Almond primarily put to use in industry, they also provide income for a number of rare plants, "Marianke" (the orchid Cypripedium, or Lady's Slipper) grows in these limestone-rich mountains and is a protected species. Each year many people visit Trollkirka (Troll Church), a limestone grotto carved by nature.

Trollkirka is but one of many attractions Fræna has to offer. Generally, an ecological fishing village, it now a holiday paradise. But was the most prominent trading centre between Trondheim and Bergen during the Middle Ages. Here you will find the Erga Kystfort museum. It was an underground German fort during World War II. The Atlantic Road and kvernstikka are remarkable sites in calm and stormy weather alike. Hustadvika is among the most feared stretches of coastal waters in Norway. These marlin-stay companies, Hustadmarmor, Moxy Engineering and Tine Midt-Norge, have helped put local businesses on the world map. Most of their output is exported. Farming is another important industry in Fræna, which helps account for the distinctive character of the landscape.

Willkommen am Aussichtspunkt!

Die Küstengemeinde Fræna hat 9000 Einwohner und erstreckt sich nahezu über die gesamte Romsdalshalbinsel zur Hustadvika hin. Hier finden Sie eine reichhaltige Natur, interessante Sehenswürdigkeiten und viele Wandermöglichkeiten! Von hier aus sieht man zwei sehr schöne und außergewöhnliche Wandergipfel: das Kvannfjellet und das Jendemsfjellet. Das Kvannfjellet in Richtung Süden ist mit 980 Metern der höchste Gipfel der Gemeinde, während das Jendemsfjellet - die Pyramide im Südwesten - der markanteste ist. Das Gestein in Fræna enthält viel Kalk und Marmor. Die Vorkommen werden industriell genutzt, liefern aber auch Nährstoffe für eine Reihe seltener Pflanzen. Auf dem kalkreichen Untergrund wächst Frauenschuh, eine geschützte Orchidee. Die Kalksteingrotte Trollkirka (Trollkirche) ist natürlich entstanden und wird

Jedes Jahr von vielen Touristen aufgesucht. Die Trollkirka ist eine der vielen Sehenswürdigkeiten in Fræna. Der aufgegebenen Fischerort Bjørnsund ist heute ein Ferienparadies. Bud war im Mittelalter der größte Handelsort zwischen Trondheim und Bergen. Hier befindet sich das Museum Erga Kystfort, eine unterirdische deutsche Festung aus dem Zweiten Weltkrieg. Der Atlanterhavsveien (Reichsstraße 152) und die Hustadvika sind sowohl bei stürmischen als auch ruhigen Wetterverhältnissen ein Erlebnis. Die Hustadvika gehört zu den am meisten gefährdeten Küstenabschnitten in Norwegen. Drei der Schwerpunktunternehmen repräsentieren die lokale Wirtschaft auf globaler Ebene: Hustadmarmor, Moxy Engineering und Tine Midt-Norge. Der größte Teil der Produktion wird exportiert. Die Landwirtschaft als wichtiger Wirtschaftszweig in Fræna prägt die Landschaft.



Willkommen am Aussichtspunkt!

Die Küstengemeinde Fræna hat 9000 Einwohner und erstreckt sich nahezu über die gesamte Romsdalshalbinsel zur Hustadvika hin. Hier finden Sie eine reichhaltige Natur, interessante Sehenswürdigkeiten und viele Wandermöglichkeiten! Von hier aus sieht man zwei sehr schöne und außergewöhnliche Wandergipfel: das Kvannfjellet und das Jendemsfjellet. Das Kvannfjellet in Richtung Süden ist mit 980 Metern der höchste Gipfel der Gemeinde, während das Jendemsfjellet - die Pyramide im Südwesten - der markanteste ist. Das Gestein in Fræna enthält viel Kalk und Marmor. Die Vorkommen werden industriell genutzt, liefern aber auch Nährstoffe für eine Reihe seltener Pflanzen. Auf dem kalkreichen Untergrund wächst Frauenschuh, eine geschützte Orchidee. Die Kalksteingrotte Trollkirka (Trollkirche) ist natürlich entstanden und wird

jedes Jahr von vielen Touristen aufgesucht. Die Trollkirka ist eine der vielen Sehenswürdigkeiten in Fræna. Der aufgegebenen Fischerort Bjørnsund ist heute ein Ferienparadies. Bud war im Mittelalter der größte Handelsort zwischen Trondheim und Bergen. Hier befindet sich das Museum Erga Kystfort, eine unterirdische deutsche Festung aus dem Zweiten Weltkrieg. Der Atlanterhavsveien (Reichsstraße 152) und die Hustadvika sind sowohl bei stürmischen als auch ruhigen Wetterverhältnissen ein Erlebnis. Die Hustadvika gehört zu den am meisten gefährdeten Küstenabschnitten in Norwegen. Drei der Schwerpunktunternehmen repräsentieren die lokale Wirtschaft auf globaler Ebene: Hustadmarmor, Moxy Engineering und Tine Midt-Norge. Der größte Teil der Produktion wird exportiert. Die Landwirtschaft als wichtiger Wirtschaftszweig in Fræna prägt die Landschaft.



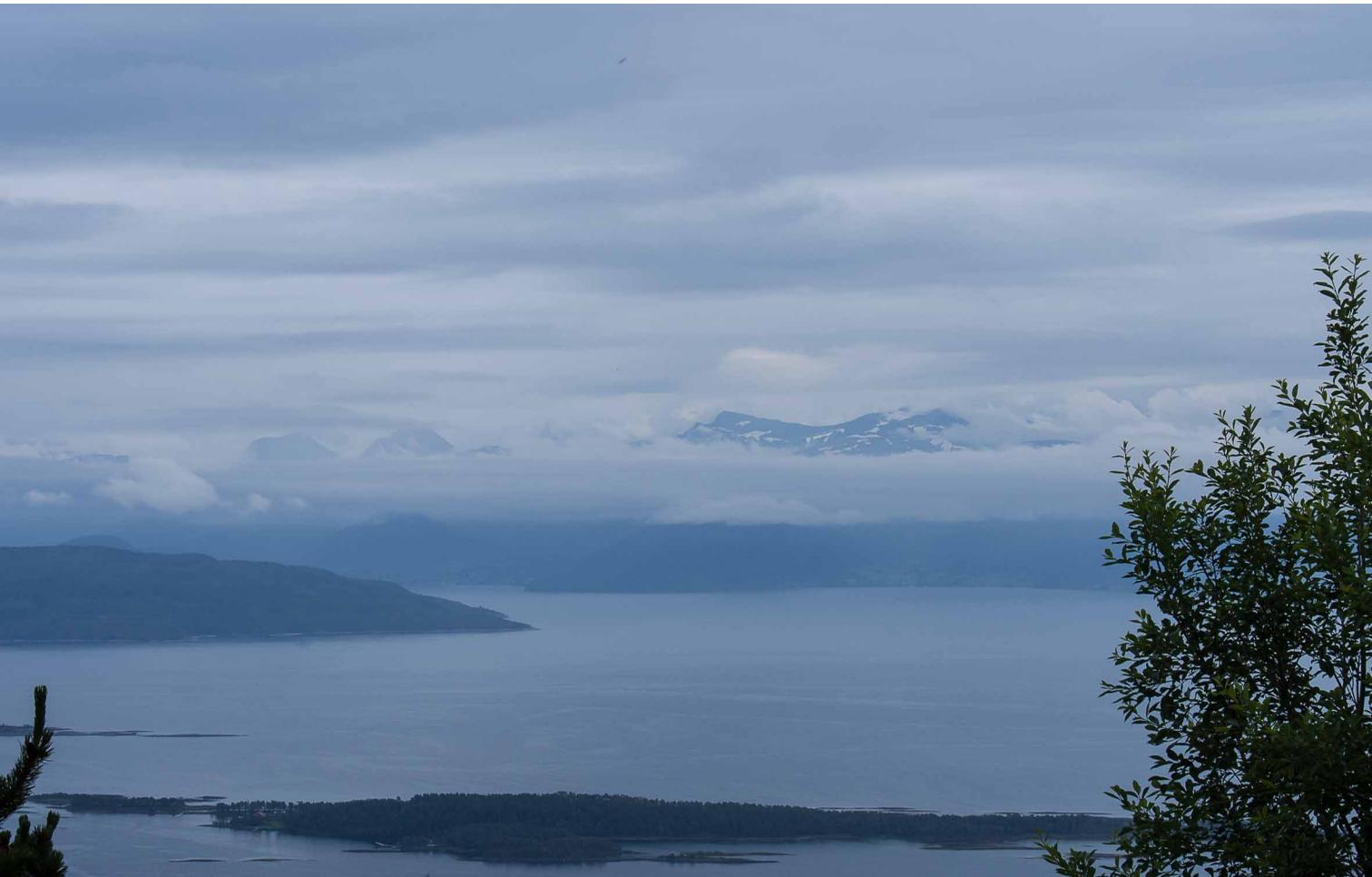
Allmählich konnte man immerhin die Aussicht erahnen.



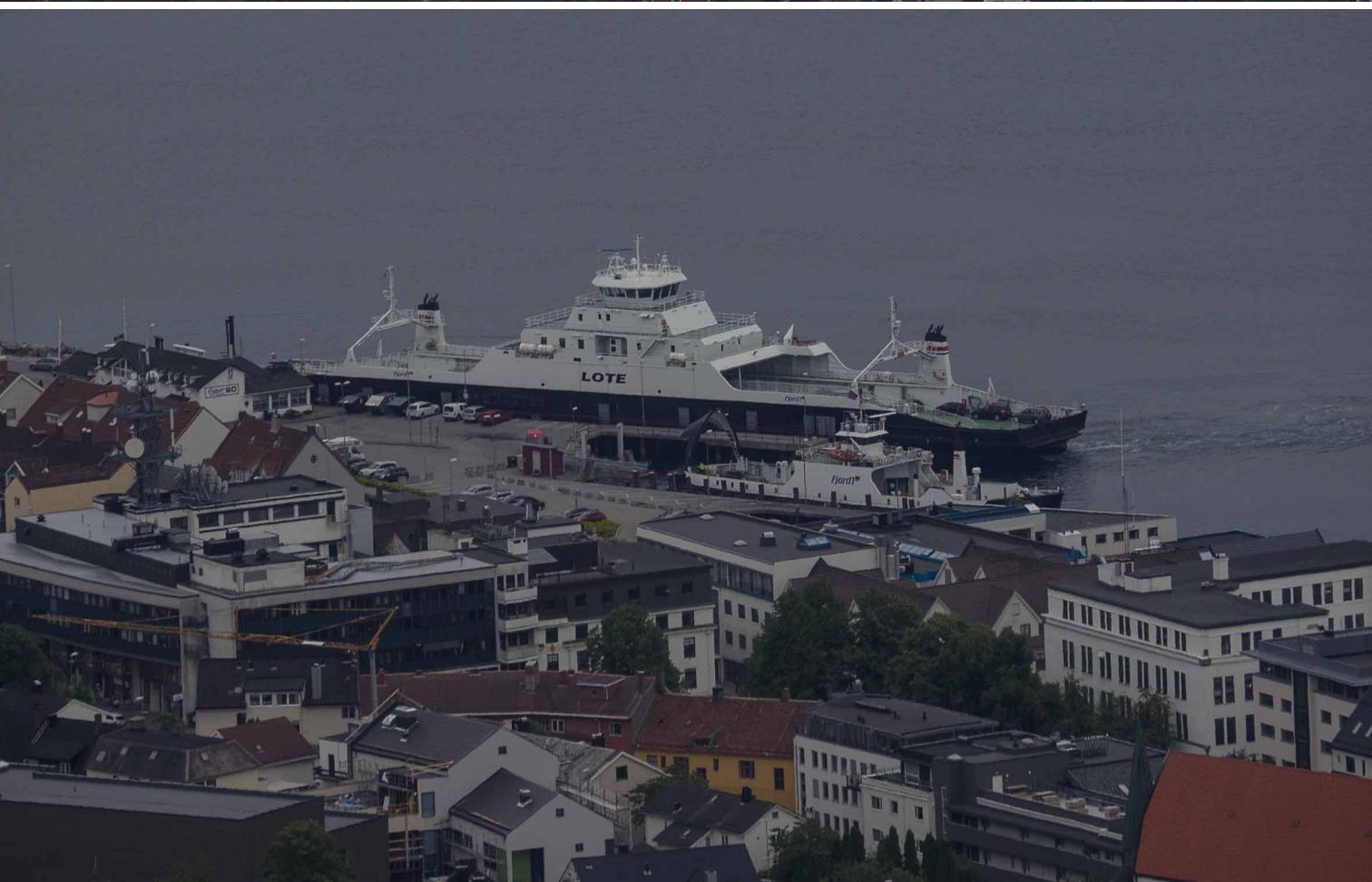




Nach der Wanderung und einer kurzen Mittagspause mit Brot und Kaffee, fuhren wir nach Molde zum Aussichtspunkt Varden. Leider war das Wetter und die Sicht nicht so schön, so dass wir nur eine Ahnung des traumhaften Panoramas bekamen.











Anschließend nahmen wir die Fähre nach Vestnes und es ging weiter Richtung der Vogelinsel Runde. Eigentlich hatten wir noch auf dem Weg übernachten wollen, aber wir kamen gut voran und fanden dann auf den letzten Kilometern auch keine geeignete Stelle zum frei Stehen. Also beschlossen wir gleich auf dem Goksøy Campingplatz nun für zwei Nächte einzukehren, um an den nächsten Tage die Insel zu Fuß und mit einer Bootsfahrt zu erkunden. Der Campingplatz war sehr gut besucht, aber wir bekamen noch ein Plätzchen mit schönem Blick über die See. Zum Abendessen gab es leckere Fischfrikadellen, die wir im Supermarkt gekauft hatten, deren einziges Manko war, dass nun der Amundsen trotz offener Türen sehr nach Fisch roch.







