

Innerdalen 15.-16.07.2016





Storsletta med Nauvnebba, Tårnfjellet og Innerdalsstær i bakgrunnen. Foto: Eystein Opdal

Skarvfjellet. Foto: Eystein Opdal

Rendalssetra. Foto: Eystein Opdal



Innerdalen er viktig som beiteområde for sau. Landskapet rundt Rendalssetra er preget av lang blå setting og er både utrolig og vakker. Foto: Eystein Opdal

Innerdalshytta. Foto: Hege Sæther Mørn

INNERDALEN

Innerdalen landskapsvernområde ble fredet ved kgl.res i 1967. Dagens verneregler ble vedtatt ved kgl.res. av 17.6.77.

Formålet med landskapsvernområdet er å bevare et vakker naturlandskap som på grunn av topografi, vassdrag og vegetasjon har betydelig rekreativ og naturvitenskapelig verdi.

Området dekker et areal på 73 km² og ligger i Rendalssetra kommune, Møre og Romsdal fylke. Området ligger som en kile inn i Trollheimen landskapsvernområde.

NATUR OG KULTUR

Innerdalen er kjent som en av de vakreste fjelldalene i Europa, med Innerdalsstærnet som dominerende og kjent landskapslemme. Sentralt i dalen ligger Innerdalsvatnet, Rendalssetra og Innerdalshytta. De mange fjellene som omgir dalen rager opp mot 1850 moh. En del av disse toppene var trolig nunatakker i sin under siste istid.



Ranunculus (Ranunculus acris)

I nord ligger Rendalsvatnet og det regulerte Langvatnet. Berggrunnen i området er hovedsakelig gneis. Floraen er kystdominert, skogen hovedsakelig bjørk - dels med høystaudesamfunn med stor planteproduksjon. Dalbunnen mot Innerdalsporten i øst er dominert av næringsfattig mvt. De sørlige fjellene mellom Innerdalen og Sunddalen ligger i et karrig og høyalpint belte.

OPPLEVELSER OG FRILUFTSLIV

Innerdalen er egnet både for aktivitet / turer av lengre varighet og for dagsturoplevninger. Det går kjente merkede ruter fra Todalen over Bjørnskaret og fra Storidalen gjennom Innerdalsporten til Innerdalen, i tillegg til merkede stier fra Gjara og Fåhle. For dagsturer

og lettere adkomst til Innerdalen anbefales veien fra Nordalen.

Innerdalen er kjent for klateruter og toppturner, til fjell som Innerdalsstærnet, Skarvfjellet, Rendalskammen og Trolla. På Innerdalshytta finnes både beiyent og ubeiyent overnatting for fjellfolk.

Også på Rendalssetra er det overnatting og servering. Aktiv seterdrift gir et flott ramme for å oppleve levende historie, natur og kultur. Mange familier kombinerer et besøk på Rendalssetra med fjellture i dette vakre landskapet.

VERNEFORMÅL OG VERNEREGLER

Formålet med vern av Innerdalen er å bevare et vakker naturlandskap som på grunn av topografi, vassdrag og vegetasjon har betydelig rekreativ og naturvitenskapelig verdi.

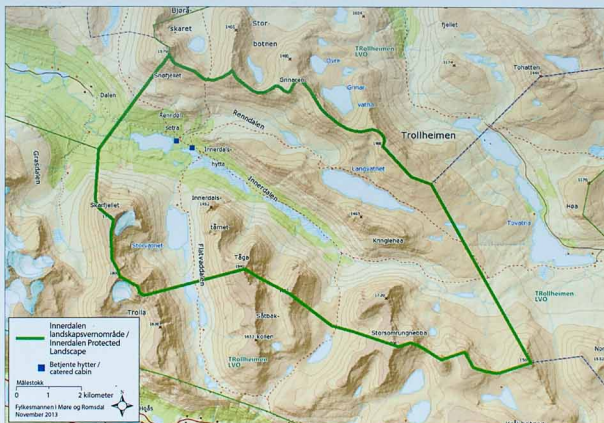
Du er velkommen til å besøke områdene, men vi ber om at du merker deg følgende utdrag av verneregler:

- Landskapet er vernet mot tekniske inngrep av enhver art.
- Motorsen ferdsel, til lands og til vanns og landing og lavflyging med luftfartøy er forbudt - unntatt et nødvendig transport i forbindelse med bosettingen og seterbruket.
- Planter og dyresamfunn er fredet mot all skade og ødeleggelse som ikke følger av lovlig næringsutøvelse eller vanlig aktsom ferdsel.
- Hule og tærretrær egnet som boplass for fugler skal ikke felles.
- Nye dyre- eller plantearter må ikke innføres.
- Dyrt og fugler med bo og reir er fredet hele året, med unntak av lovlig jakt og fangst etter villøvens bestemmelser.
- Fiske kan foregå etter gjeldende regler - husk fiskekort!

I særskilte tilfeller gis dispensasjoner fra vernereglerne.

Vernereglerne er utformet med tanke på at all ferdsel og aktivitet skal skje hensynsfullt - slik at naturkvalitetene i området ikke forringes.

- Trollheimen er også et beiteområde - husk båndvagnen!
- Soppel må tas med ut av området.



Hvittrygget (Dendrocopos leucotos) ved Rendalssetra. Foto: Eystein Opdal



Dyre- og fuglelivet i området er rikt og variert. Hjort, rådyr, elg, hare, endr, røysatt og rev er vanlige. I tillegg finnes streifdyr av jern og gaupe.

FORVALTNING, INFORMASJON OG OPPSYN

Forvaltningsmyndighet for verneområdene i Trollheimen er Verneområdestyret for Trollheimen.

Verneområdestyret for Trollheimen
71 66 24 42
www.nasjonalparkstyre.no/trollheimen

Statens Naturoppsyn - Trollheimen
www.naturoppsyn.no



Innerdalsstærnet. Foto: Lars Andreas Dybvik

Innerdalen Protected Landscape was declared by Royal Decree in 1967. The current conservation regulations were adopted in terms of a Royal Decree on 17 June 1977.

The purpose of the protected landscape is to preserve a beautiful natural landscape, which is of great recreational and scientific value due to its topography, watercourses and vegetation.

The site covers an area of 73 km² and lies in Sunddal municipality in the county of Møre and Romsdal. The site forms a wedge into the Trollheimen Protected Landscape. Innerdalen was declared as Norway's first protected landscape as early as 1967, on the initiative of landowner Oystein Opdal, to safeguard the valley from extensive hydropower development. Innerdalen has been a centre for mountaineering sports since 1895, and Innerdalshytta has been run as a mountain lodge since 1895. Rendalssetra is run as a traditional summer farm combined with a mountain lodge.

NATURE AND CULTURE

Innerdalen has a reputation as one of the most beautiful mountain valleys in Europe, with the peak of Innerdalsstærnet as a majestic and well-known landmark. Innerdalsvatnet Lake, Rendalssetra and Innerdalshytta are located in the centre of the valley. The many mountains that surround the valley rise up to 1850 metres above sea level. Some of these peaks were probably nunataks projecting above the ice during the last ice age.

To the north is the valley of Rendalen with Rendalsvatnet Lake and the regulated lake of Langvatnet. The bedrock in the area is mainly gneiss. The flora is dominated by coastal species, and the forest consists mainly of birch - including tall-herb communities with vigorous plant production. The valley floor towards Innerdalsporten in the east is dominated by oligotrophic peat bog. The southern mountains between Innerdalen and Sunddalen lie in a barren upper alpine belt.

ADVENTURE AND OUTDOOR ACTIVITIES

Innerdalen is suitable for activities and trips of longer duration as well as for day trips. There are marked routes from Todalen via Bjørnskaret and from Storidalen through Innerdalsporten to Innerdalen, as well as marked trails from Gjara and Fåhle. For day trips and easier access to Innerdalen, the road from Nordalen is recommended.

Innerdalen is well-known for climbing routes and summit hikes to mountains such as Innerdalsstærnet, Skarvfjellet, Rendalskammen and Trolla. At Innerdalshytta, both full-service and self-service accommodation is available to mountain travellers.

Accommodation and meals are also provided at Rendalssetra. Active dairy farming creates a magnificent setting in which you can experience living history, nature and culture. Many families combine a visit to Rendalssetra with mountain hikes in this beautiful landscape.

PURPOSE AND REGULATIONS FOR PROTECTION

Innerdalen has been protected to preserve a beautiful natural landscape, which is of great recreational and scientific value due to its topography, waterways and vegetation.

You are welcome to visit the areas, but please note the following extract from the conservation regulations:

- The landscape is protected from technical interventions of all types.
- Motorized transport on land and water as well as landing and low flying with aircraft are prohibited - except for necessary transport for the people living in the area and operation of the mountain farms.
- Plants and animal communities are protected against all damage and destruction that does not result from lawful commercial activity or normal traffic showing consideration and proper care.
- Hollow and dry trees suitable for nesting birds must not be felled.
- New animal or plant species must not be introduced.
- Animals and birds with their homes such as burrows, dens and nests are protected throughout the year, except for lawful hunting and trapping under the provisions of the Wildlife Act.
- Fishing is permitted under the regulations in effect - remember your fishing license!
- I særskilte tilfeller gis dispensasjoner fra vernereglerne.

Vernereglerne er utformet med tanke på at all ferdsel og aktivitet skal skje hensynsfullt - slik at naturkvalitetene i området ikke forringes.

- Trollheimen is also a grazing area - remember that dogs must be kept on a leash.
- Take your litter with you out of the area.

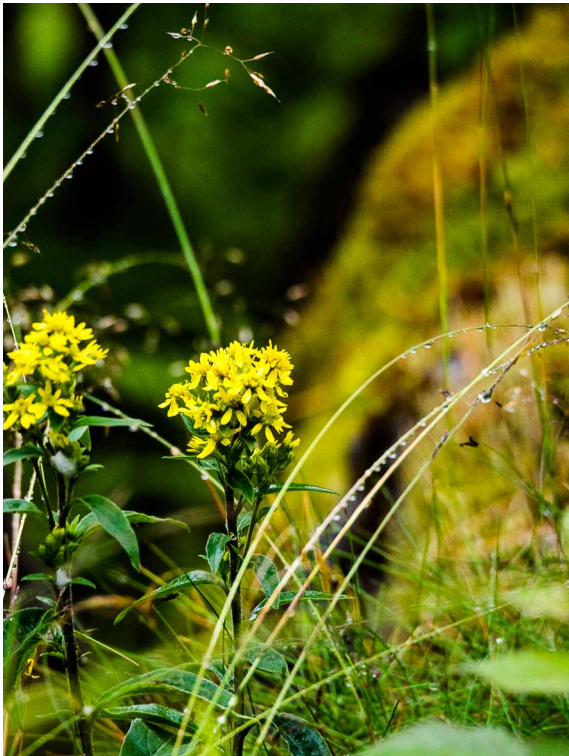
Utløpning og tagesleng: Trond Haugekall. © Verneområdestyret for Trollheimen 2014

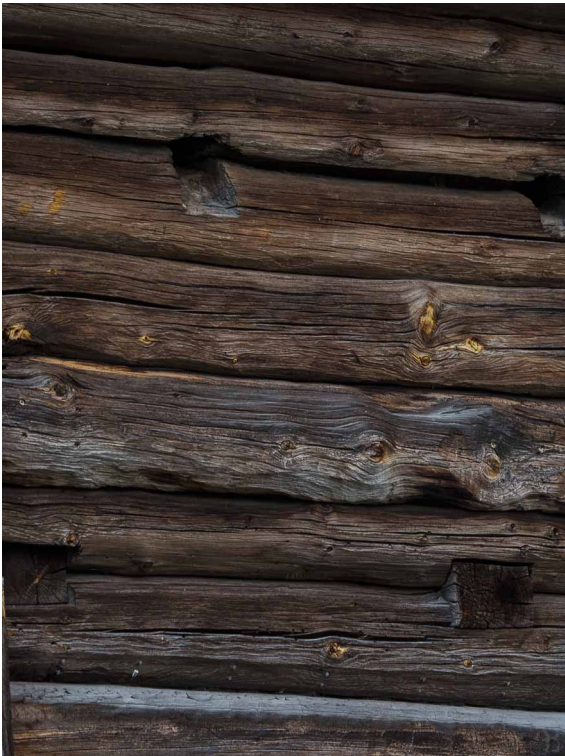
14. Tag, Innerdalen erste Etappe, 15. Juli 2016

17 Kilometer, 930 Meter bergauf, 130 Meter bergab

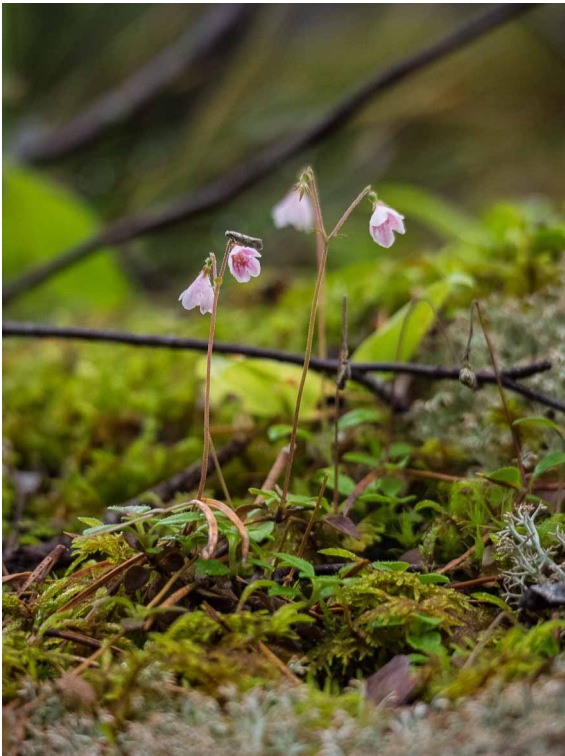
Das Wetter war zwar wolzig und die Berge verhangen, die wir erst am nächsten Tag als unglaublich imposant und beeindruckend identifizieren würden können. Wir starteten die 4 km hinauf zur Innerdalshytta. Nach den ersten paar hundert Metern stoppte plötzlich ein Auto neben uns und ein freundlicher bärtiger Norweger bot uns an, unsere schweren Rucksäcke mit hoch zur Hytta zu nehmen und sie dort hinzustellen. Wir freuten uns riesig über das nette Angebot und nahmen es dankend an. Nun ging es leichter bergauf und bald war die Hytta und noch weitere Häuser erreicht. Das Tal liegt ungemein malerisch und wird nicht umsonst als das schönste Hochtal in Norwegen bezeichnet.











Renndølsetra





66092

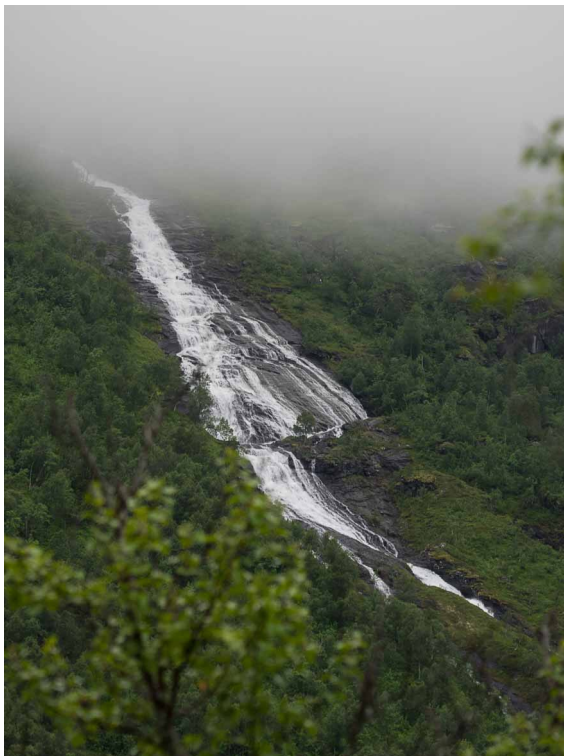
66093

Innderdalshytta









Innerdalen lebt von den Gegensätzen der lieblichen Natur im unteren Bereich und den schroffen Felsen und rauhen Bergwelt oberhalb sowohl von den steil aufragenden Felswänden, die das Tal einfassen. Leider konnten wir von letzterem Reiz aufgrund der sehr niedrigen wolken nichts sehen. Wir schulterten wieder unsere Rucksäcke, die wir vor der Hütte fanden und liefen weiter. Der Weg führte nun innerhalb des Tales nicht weit entfernt von einem Fluss. Üppige Pflanzen wuchsen links und rechts, große Farne, Birken und es blühte überall.











Der Weg wurde derweil immer mooriger und sumpfiger und wir stapften durch mit Wasser durchzogene Moose und schlammige Erde.









Moltebeeren











Während normalerweise man immer noch ab und zu Steine findet, auf die man balancierend treten kann, fehlten diese immer mehr und unsere Schuhe sanken tiefer und tiefer in die wässrige Moorlandschaft. Leider hatten wir den Fehler begangen, nur unsere normalen Wanderschuhe zu tragen und keine wasser- und bergfesten Schuhe. Das rächte sich nun gehörig, denn nach einiger Zeit waten wir nicht durch durch das Wasser, sondern hatten auch das Wasser in den Schuhen und bei jedem Schritt hörte man das schmatzende Geräusch des Wassers auch im Schuh. Den Höhepunkt der Sumpfwanderung erlebten wir, als bei einer ganz unwegsamen Stelle zunächst Thomas fast bis zum Knie mit einem Fuß im Moor versank und Judith kurz darauf an einem Stein rutschend sich mit dem Rucksack ins Moor setzte. Ziemlich genervt machten wir daraufhin auf einem "trockenen" Stein eine Mittagspause. Es war recht warm und ab und zu kam die Sonne hervor, so dass zumindest Judith ihre Schuhe auszog und die Füße trocknete und ein weiteres Paar Socken anzog - die leider nach kurzer Zeit dann aber auch nass waren. Und nasse Füße sind sehr unangenehm, denn sie quellen ja leicht auf und sind deshalb besonders empfindsam beim Laufen. Außerdem strengt das Laufen in sehr an, wenn man immer mit den Füßen so tief einsinkt. Wir überlegten kurz, umzukehren, konnten uns aber dann mit der Vorstellung nicht anfreunden, den ganzen sumpfigen Weg zurückgehen zu müssen.



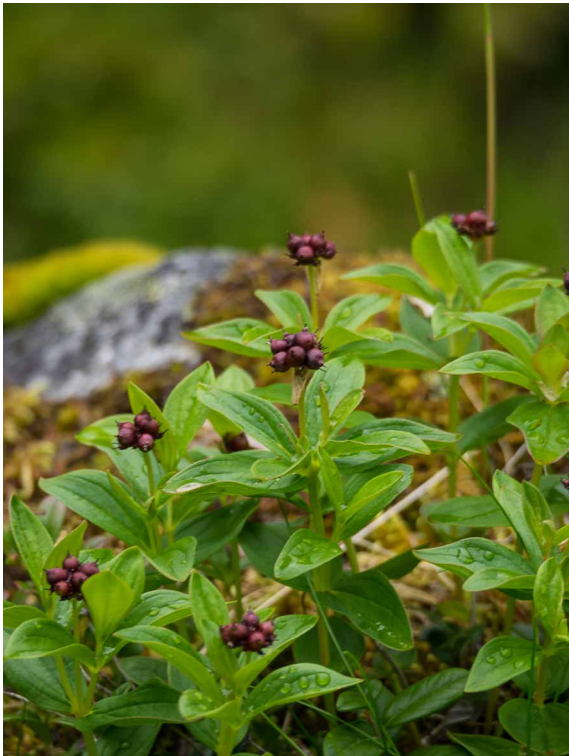




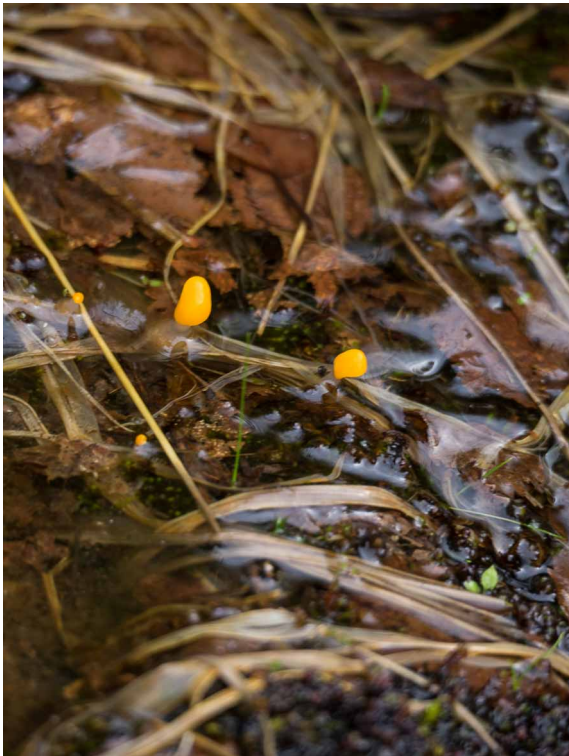




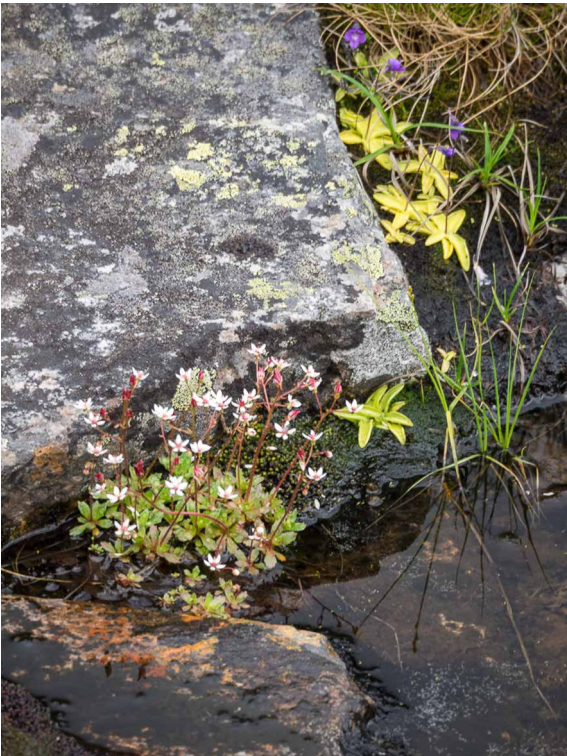
Während der Mittagspause entdeckte dann Thomas einen der Lichtblicke des Tages, kleine Sonnentaupflanzen, die dort in Massen wuchsen.









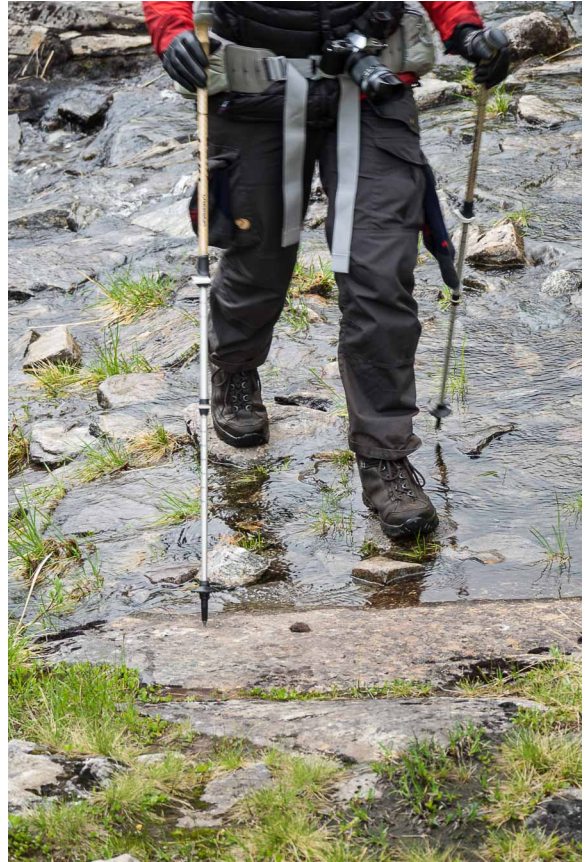
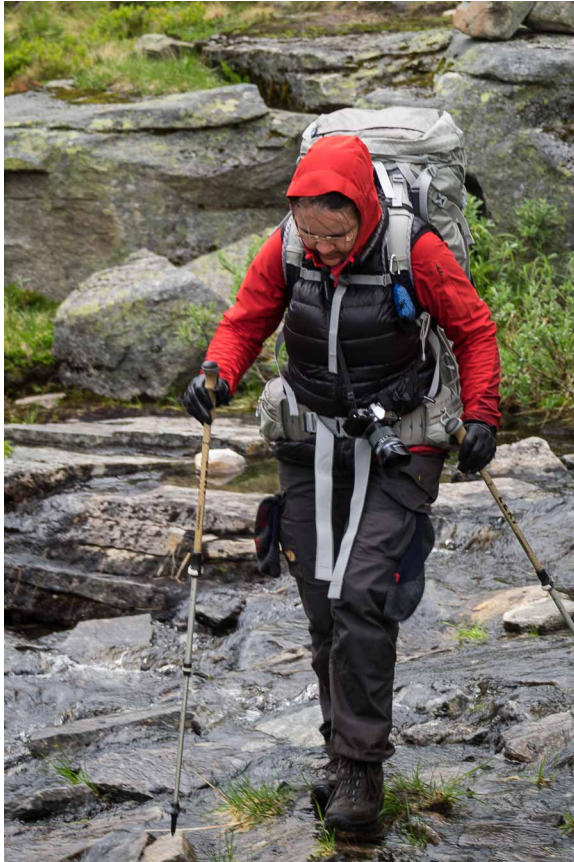












Eine der unzähligen Bach- und Flussdurchquerungen in Norwegen.

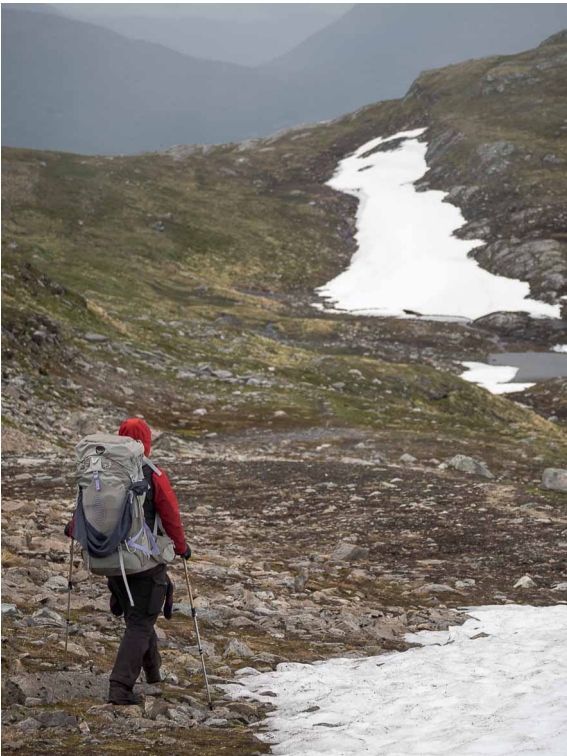








Nun hatten wir unseren inneren Schweinehund überwunden und gingen weiter. Die Sumpflandschaft war nach weiteren 1-2 km überwunden und der Weg stieg langsam aber stetig an. Die Landschaft wurde gebirgiger und wir machten eine kurze Müsliriegelrast. Wir zählten die Kilometer, die noch zum geplanten Zeltlager zurückzulegen sind und es waren gefühlt immer noch viel zu viele. So zog sich der Weg, wir waren müde und fragten uns ab und an, warum wir uns dies eigentlich selbst antun. Oben auf dem Bergrücken angekommen, genossen wir einen schönen Rundumblick, die prächtige Bergwelt Norwegens unter uns liegenden und ahnten wieder, warum. Aber es ist wohl eine Mischung aus dem Naturerlebnis und der Selbstüberwindung, dem Erfolgsgefühl, es doch zu schaffen. Judith sinnierte, dass der Spruch, dass man "den Berg bezwingt" ein vollkommen unsinniger ist. All das Wandern ist nur eine "Selbstbezwungung", der Berg ist so wie er ist, der Mensch ist völlig unwichtig Angesicht der Natur.









Schließlich hatten wir die vorab durch Google Satellit geplante Nachtstätte erreicht und es war wirklich eine ideale Ecke. Hinter uns lag ein altes Schneefeld, vor uns ein kleiner See und Bachlauf. Es war dort auch relativ trocken und wir konnten auf den niedrigen Heide und Moosflächen unser Zelt aufbauen. Wir kochten Spaghetti Bolognese und schliefen wie üblich sehr schnell ein.





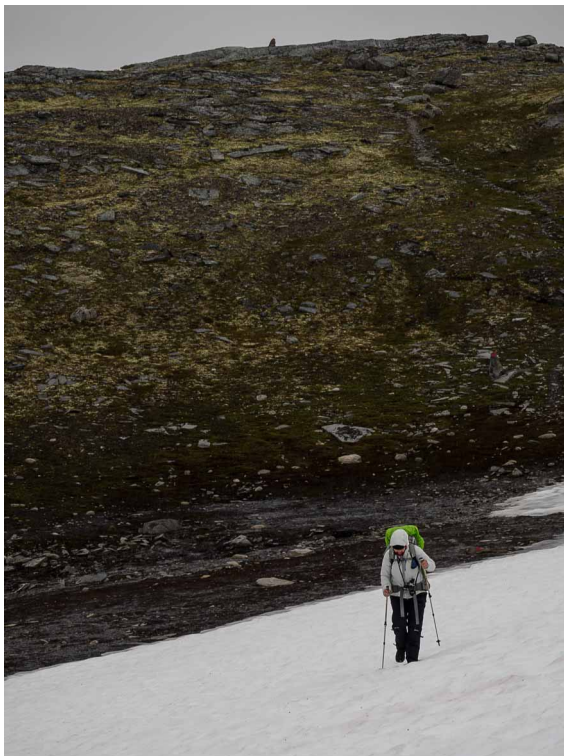


15. Tag, Innerdalen zweite Etappe, 16. Juli 2016

15,7 Kilometer, 160 Meter bergauf, 950 Meter bergab

Wir wachten kurz vor sieben auf uns lauschten wenig erfreut dem Regengeräusch auf unserem Zelt. Wir guckten kurz heraus, aber es sah leider nicht danach aus, als ob der Regen gleich wieder vorbei war. Also mussten wir notgedrungen uns im Zelt fertig machen. Das muss gut geplant sein, denn für zwei Personen in einem so niedrigen Zelt ist nicht viel Platz. Zunächst holte Thomas Wasser für unseren Kaffee und den Babybrei. Der Kocher wurde im Vorzelt aufgestellt, das Wasser wurde heiß gemacht und erstmal gab es heißen Kaffee, danach dann den warmen Schokoladenbrei. Während Thomas dann im Regen im Bach das Geschirr wusch, zog sich Judith an. Dann rollte sie die Matratzen zusammen. Leider waren bei Thomas Matratze in der Mitte ein Steg auseinandergegangen, so dass eine große Rolle entstanden war, auf der sich nicht so gut schlief. Die weiteren Sachen wurden dann im Zelt in die Rucksäcke gepackt, wir zogen uns regenfest an und dann ging es raus, das Zelt zusammenzufalten.





Schließlich stiefelten wir los über die Bergrücken, ein restliches Schneefeld nach dem anderen querend. Langsam hörte der Regen auf und ein schöner Blick über die teilweise noch schneebedeckten Berge offenbarte sich. Wolkenschwaden hingen über den Bergspitzen, kahler grauer Stein so weit das Auge reichte.











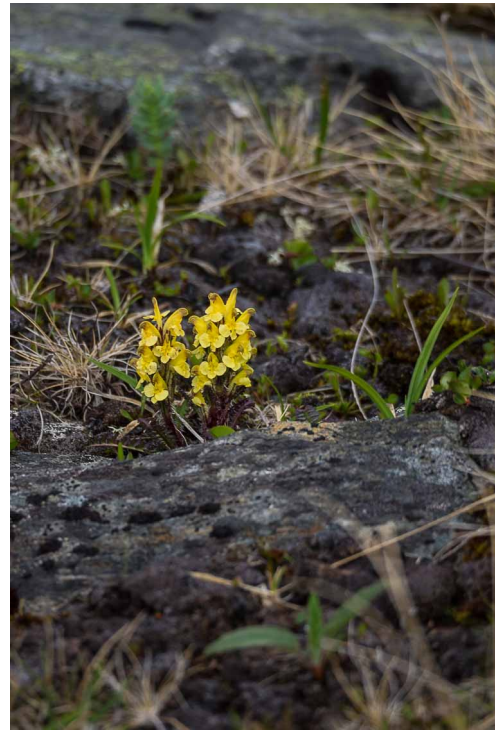
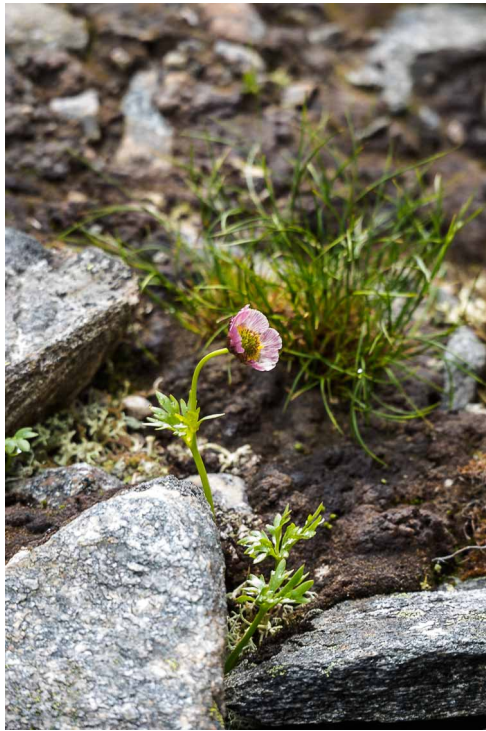




Nach einigen Bergseen, die wohl durch den Schnee gespeist werden, lag schließlich der See Langvatnet vor uns. Es faszinierte uns, dass noch einige alte Eisschollen auf dem Wasser trieben, und wiederum an anderen Stellen das Türkisblau des Uferbereichs so verlockend zum Baden aussah wie eine Adriaküste. Wir wanderten auf der rechten Seite am See entlang, mussten noch über einige steile Passagen mit Blocksteinen kraxeln.

















Plötzlich hörte Judith ein knarrendes Geräusch und zwei Schneehühner flogen weg. Diese gaben zu unserer Überraschung so knarrende Geräusche von sich und noch zwei weiteren begegneten wir auf unserer Wanderung. Na, wer entdeckt es?

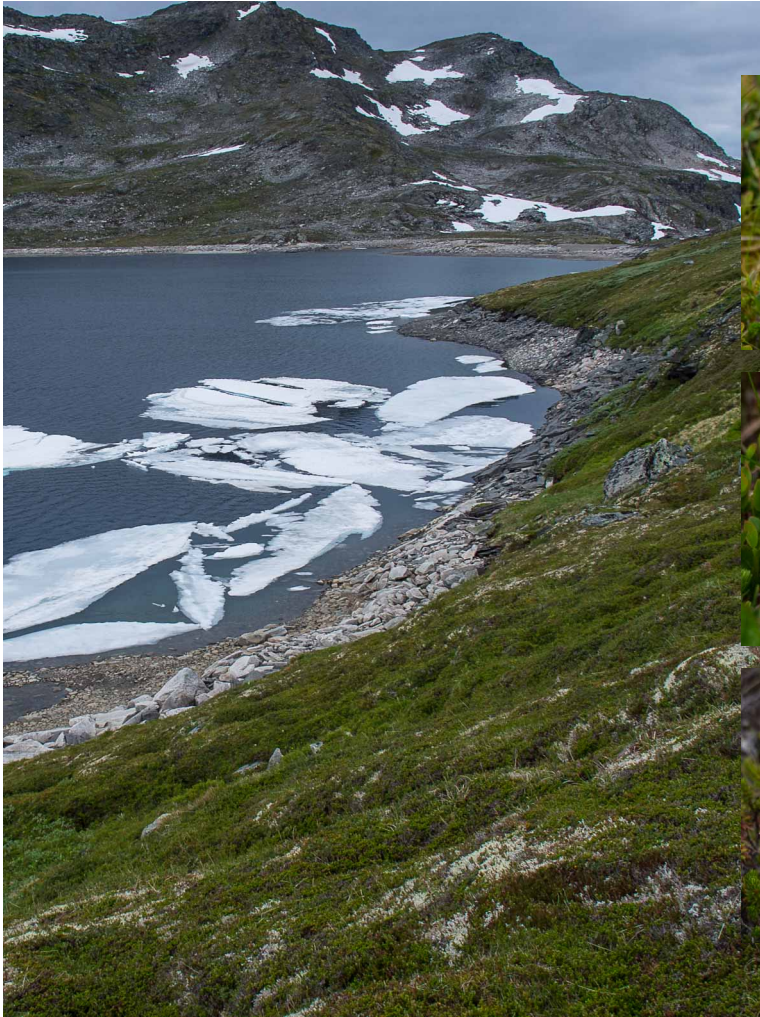














Anschließend ging es steil hinab in ein weiteres lieblicheres Tal, wo wir mit herrlichem Blick auf weitere Seen unsere Mittagsrast machten. Nachdem wir weitergingen, setzte plötzlich heftiger Regen ein. Waren unsere Füße vom gestrigen Tag durch das Morastwaten nass geworden, kam nun der Regen von oben hinzu und abermals quietschten unsere Socken. Nachdem es noch lange über eine Hochebene ging, begann dann der vermutete steile Abstieg in kleinen Serpentinaen entlang eines rauschenden Gebirgsbaches. Norwegen wird für uns immer ein Land der Wassermassen sein, von oben, als auch rundherum in den Fjorden und in unzähligen Seen und unglaublich mächtigen Wasserfällen.

















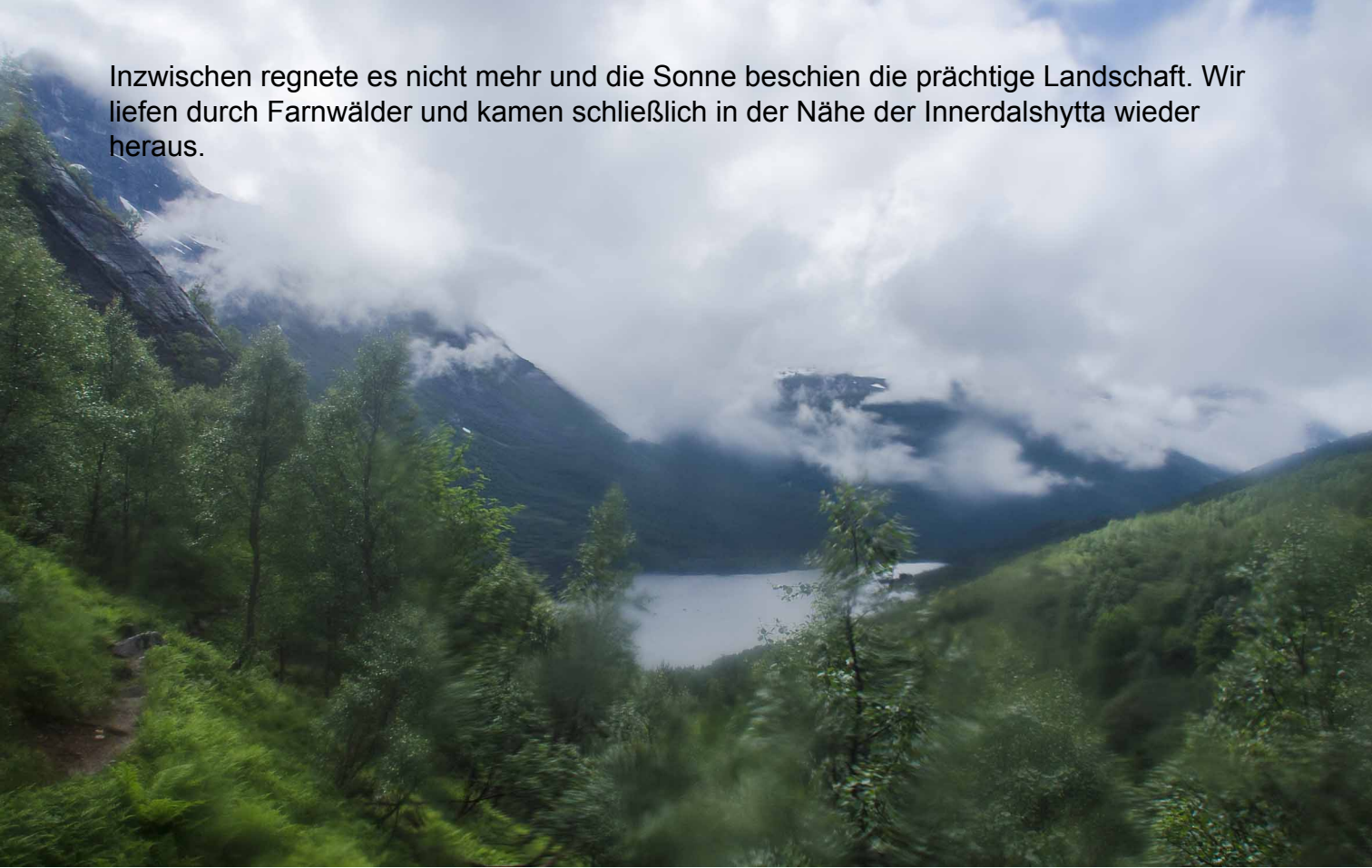






Jedenfalls wurde der erdige Pfad, der hinunter ging, durch das Wasser sehr rutschig und unsere nicht sehr geeigneten Schuhe führten dazu, dass wir nur mühsam, teilweise rutschend den Berg hinunter kamen.

Inzwischen regnete es nicht mehr und die Sonne beschien die prächtige Landschaft. Wir liefen durch Farnwälder und kamen schließlich in der Nähe der Innerdalshytta wieder heraus.











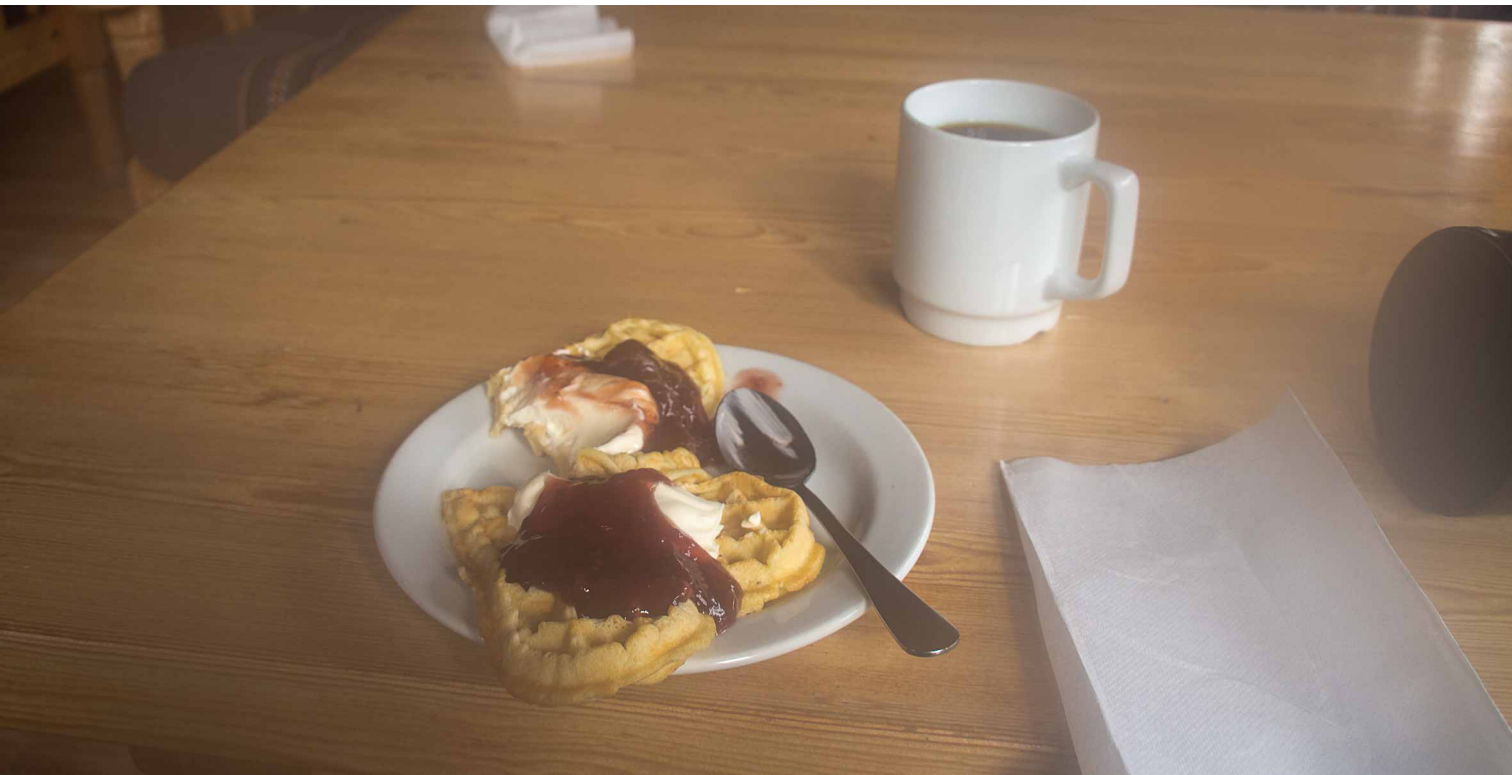


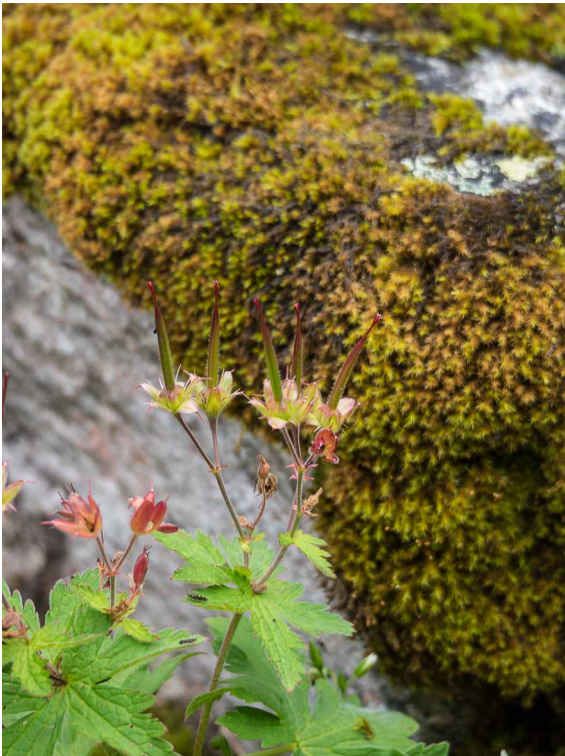




Jetzt war eine kurze Pause nötig, Socken ausziehen, halbnasse Kleidung lüften und dazu eine Waffel mit Kaffee. Leider waren die Waffeln nicht frisch gebacken - wie wir es von den anderen Hütten kannten - sondern lagen schon länger da und waren deshalb recht matschig.

Die letzten 4 km ging es dann zügig wieder hinunter zum Parkplatz, wo wir anschließend wieder glücklich unsere Außendusche benutzten.












PS: die Wanderung 27 Innerdalen im Rother Reiseführer Ausgabe 2014 ist so aus unserer Sicht nicht machbar. Dort wird die Strecke in 2 Tage geteilt, mit dem ersten Tag 4 km zur Hütte, wo übernachtet wird und dann den 2. Tag die gesamte Tour von insgesamt 27 km. Die angedachte Gehzeit von knapp 9 Stunden ist unter Berücksichtigung von Pausen und ob des wirklich nicht zu unterschätzenden Schwierigkeitsgrades (moorige, schwer zu gehende Bereiche, Blockgesteine, steile Abstiege) vollkommen unrealistisch. Hinzu kommt, dass man ca. 950 Höhenmeter hinauf und hinunter überwinden muss. Wir würden deshalb hiervon dringend abraten, könnte ggf. Der Wanderer dann auf halber Strecke schon in den späten Abend kommen und den gesamten Weg nicht mehr schaffen und ohne Proviant und Zelt im Berg übernachten müssen.

A white Amundsen camper van is parked on a road. The driver's side door is open, and a man is sitting in the driver's seat, looking towards the camera. The van has a large white storage compartment on the side of the open door. In the background, a large, rugged mountain face features a prominent waterfall cascading down. The foreground is filled with lush green trees and bushes. The sky is overcast.

Wir fahren dann noch zu unserem nächsten Wanderziel, dem See Reinsvatnet, den man über eine beeindruckende Maut-Serpentinenstraße erreicht, die Richtung Aursjøvegen führt. Dort aßen wir bei einer Zwischenpause Spaghetti mit Thunfischsauce und fielen müde, aber zufrieden in unsere Amundsen-Schlafkoje.

Amundsen