

# Dagbog Indlandsisen 2006

## **Indlandsisen dag 1**

21-04-2006

Hej Alle sammen så er vi ved at være klar til den helt store tur over isen.

Vi har snart pakket i 3 dage og vores pulke er klar til start i morgen engang i løbet af dagen.

Efter ankomsten til Grønland har vi ikke bestilt andet end at klargøre vores grej og spise moskusokse burgers med pomes.

Vejret lover lidt blandet i løbet af i morgen men det skal være meget dårligt hvis ikke vi kommer afsted.

Vi glæder os meget og spændingen er stor i gruppen.

I år består gruppen af Jesper Melin Pedersen: Ekspeditionsleder og daglig leder af Nerthus Explorer.

Har det overordnede ansvar for turen og stået for de logistiske forberedelser.

Rolle: Er Gruppens leder og bestemmer farten og dagsprogrammet.

Er eneste mand der kan trække splitten hvis gruppen opgiver Styrke: Er Løjtnant af Reserven og har siden videreuddannet sig i SiriusPatruljen og gjort tjeneste i Grønland i 2 år og derfor ekspert i livet på Isen.

Tidl.

eliteorienteringsløber og sidste par år været ankermand i Adventure holdet Team Friluftslageret og af den grund ekstrem udholdende Jens Jacob: Holdets store vildmarksdeltager.

Der er stort set ikke den verdensdel han ikke har besøgt som friluftsmenneske.

Har rejst til Nordpolen, rejst mod sydpolen og kæmpet sig igennem Alaskas Vildmark i kajak Rolle: Med sit sindige nordjyske sind og enorme erfaring har Jens Jacob en afgørende rolle den første uge hvor hans store erfaring skal gavne gruppens opstart.

Styrke: Rent praktisk enorm erfaring i overlevelse og ekstreme kuldegrader.

Har meldt sig i storform og styrkemæssigt et trækdyr.

På den vanskelige opstigning til Indlandsisen bliver Jens Jacob læsset med en af de tungere pulke

Jürgen: Gruppens muskelbundt - med sort bælte indenfor Jiujitsu-Karate og Judo vores bedste våben mod Isbjørne.

Er til daglig på militærkontrakt og gør tjeneste i det sydjyske som sergent.

Af uddannelse Tømrer Rolle: Stor erfaring med at leve og overleve i naturen og en sand vindertype.

Med sin mentalitet vigtig som indpisker.

Styrke: Er det store trækdyr.

Så længe der er Ramstein og batterier i MP 3?eren eksistere ordet overgivelse ikke i hans univers.

Claus: I gruppen kendt som varmemesteren fra Køge(arbejder på teknisk afd.

Køge psykiatrisk sygehus).

Har en mangeårig lidenskab for rejseliv og specielt den grønlandske is.

Gruppens mest forberedte deltager med et enormt kendskab til isen, tidligere ekspeditioner og været meget aktiv i ?grej-opbygning? - et altoverskyggende tema for gruppen.

Rolle: Praktisk dygtig og vigtig for lejropbygning og reparation af materielle skader.

Styrke: Aktiv maratonløber og sidste 2 år gennemført Copenhagen maraton.

På de lange trækdage på over 20 km vigtig som motor og temposætter.

Finn: Den rolige jyske datalog der de sidste par år har udvidet sit rejseliv til mere og mere ekstreme oplevelser.

Senest 2005 besteget Mount Blanc.

Rolle: En all-rounder der kan bruges i alle aspekter.

Har sammen med Jesper ansvaret for telekommunikationen og opkoblingen til Sdr.

strømfjord Styrke: Hans mentale ro og evne til konstant at bringe balance i gruppen har på træningslejren i Norge allerede vist sig værdifuld.

Kim Pedersen: Uddannet Læge og bosiddende i de norske fjelde hvor han har ligget i træningslejr sidste 14 mdr.

Skal på sin jomfrurejse som friluftsmenneske og målrettet kastet sig over den hårde af slagsen

Rolle: Har det medicinske ansvar for gruppen og supportet af Nerthus Læge hovedansvar for Lægetasken.

Bliver personen der kan sende deltagere hjem med alvorlige skader og sygdom enhver ekspeditions mareridt Styrke: Selvom krydsning af Indlandsisen ikke kræver specielle skiegenskaber har livet i langrendssporet i Norge givet kilometer i benene hvilket bliver vigtigt på de lange trækmarker henover isen.

Har på træningslejren vist sig som frygtløs i de ikke ufarlige nedkørsler med pulk og viser gerne vejen for holdet som ?Crashkonge?.

Følg med her på siden hvor vi skriver hjem hver dag. **Indlandsisen dag 2. Vejr fast!!!**

22-04-2006

½ time før vi skulle afsted fik vi vejrmedlingen om dårligt vejr fra Canada med vind og sne.

Vi besluttede os for at blive et par dage i Sønderstrøm fjord for at få en optimal start på vores store eventyr.

SOM plaster på såret har vi i dag været på moskus safari hvor vi så 10-12 dyr samt snakket udstyr med vores Norske venner som skal være 80 dage afsted.

Vores ekspedition har ca.

85 kilo som startvægt pr.

mand hvilket vi i gruppen syntes er passende men den norske gruppe har 150-170 kilo hvilket får vores pulke til at se meget små ud.

I aften skal vi hygge os med vores nye venner menuen står på moskus kølle kartofler og sovs. pises.

Vi regner med at være klar til afgang i løbet af i morgen hvor vi bliver transporteret ud til indlandsisen som ligger ca.

30 km.

fra vores lejr.

Se vores køretøj i aktion på billedet ved siden af.

### **Indlandsisen dag 3. Vi er i gang!!!**

26-04-2006

Vi startede fra OLD cAMP kl 14 i en stor landbil.

Holdet var meget spændt og det var med sommerfugle i morven at vi kørte de 36 km ind til start punktet 660.

Turen var helt fantastisk og pludseligt var drømmen blevet en realitet.

Indlandsisen lå foran os- den var på engang fascinerende og skræmmende.

Ved start var vores norske og australske venner allerede begyndt opstigningen til isen.

De havde i sidste øjeblik valgt at ændre kurs efter råd fra bus guiden hvilket de snart fortrød- det var nemlig den forkerte kurs.

Vi gik i 90 grader modsat vinkel og snart havde vi dem på slæb.

Opturen var som ventet stejl og vores visit udfordret fra start.

Pågrund af store problemer med crampons ( special snesko) havde vi mange stop fra at justere.

## **Indlandsisen dag 4 og 5. Op på isen**

26-04-2006

Vi startede ud med høj moral- vores første hele dag på isen.

VI havde 10 knob så specielt vores ansigts masker blev testet.

Karakteristisk for dag er at tidligere vej o ptil indlandsisen er nedlagt.

DEn var VW som test bane.

DAG 4 Det har givet krydsningen en ny dimention da det utvivlsomt er blevet fysisk krævende at komme o ppå isen.

Vi nåede kun 4 km i dag, men alle har knoklet og der har været stille i teltet her til aften.

Med tanke på vores venner fra Norge og Australien gruer vi for deres tur.

Finn fik i dag første advarsel for hvad vinden kan udrette.

Efter 7'ende pas fik han et white spot.

(lille forfrysning).

Specielt ansigtet er meget udsat men alle får normalt disse spot som behandles med en varm håndflade.

Dag 5.

VI vågnede op til blå himmel og solskind og i dette fantsatiske vejr tog vi 10 km som planlagt efter kilometer skemaet.

Terrænet er omend det stadig stiger fladet ud og har givet ny moral til gruppen.

På sidste pas kunne vi skifte vores snesko ud med ski- en befrielse.

Det har været koldt at gå nede i sneen og desuden har alle haft justerings problemer så det er ikke med vemod at vi nu forhåbentlig kan blive på bræder hele vejen til østkysten.

I dag har Jespers drøm om at blive adventure fotograf blevet realiseret for vi mødte imponerende Spalter i isen- dybe og farefulde med også dragende.

Med dette motiv tog Jesper drømme billeder til albummet derhjemme.

Blåisen i baggrunden vil vi aldrig glemme !.

## **Indlandsisen dag 6 og 7. Kursen er sat til Dey 2.**

28-04-2006

Dag 6 .

Regningen for opturen blev betalt i dag.

Jürgen har været rigtig hårdt ramt- har tisset rødt det sidste døgn.

( protein nedbrydnings produkt).

Men ham blev heldigvis mere frisk op af dagen og kom flot i mål.

Et godt bevis for at krydsningen af indlandsisen kræver fysik.

Jens jacob som slæber 120 kg.

i pulken og trækker som en okse præsenterede en moden vabel ved middags pausen.

Finn har været slidt hele dagen men i lejren glemte ham de tunge ben og rullede hele gruppen i petang.

Klaus har haft en ok dag men har lidt bøvl med den tunge pulk og ryggen.

Generelt syntes vi selv at opturen er klarer tilfredsstiende og vi er nu klar at komme igang på det flade stykke.

Position : N67°10'820 W049°27'663 Dag 7.

Vi vågnede i regn og blæst kl.

0100.

Jesper var hurtigt oppe og rede de tasker som ikke gerne skulle blive våde.

Alle var våde kl 0730 da vi startede lejren op med primusen.  
Dagen skulle vise sig at blive meget blandet i vejret, først på dagen var der fin sigt men hen under eftermiddagen lukkede det ned med blæst ca.  
20 knob og sne/slud.  
Alle har været bedre gående i dag end de andre dage.  
Isen begynder at flade ud og tempoet stiger, dog er vi stadig blaget af vores tunge pulke.  
I dag har vi tilbagelagt 16 km.  
Vi er nu ved at være over det værste område med spalter men på det sidste pas fik vi alle en påmindelse om at vi kan vide os sikker endnu da Jürgen stak sin stav i en lille spalte som lå skjult under sneen.  
Vi ser alle frem til en god nats søvn og dagen i morgen.  
Position N67°07'402 W49°07'221

### **Indlandsisen dag 8. Dårligt vejr !!!**

30-04-2006

Aftenen til igår begyndte med meget kraftig blæst som omkring 60-70 knob.  
Dette resulterede i en ødelagt snemur samt et telt som kræver en kærlig hånd.  
Det ene telt har fået et revne efter en af stængerne knækkede under er vind stød .  
Vi ligger nu og afventer at det gode vejr som vi ved er på vej kommer til os.  
Morgenmaden skal snart serveres og vi er ved at være klar til afgang.  
Vi regner med at tage fra lejren kl.  
1300.  
indtil videre.  
Klokken blev 1400 inden vi var klar til afgang da det tog en lille time at sy flængen i teltduen.  
Humøret i gruppen er højt, dog stadig plaget af den hårde optur som tog hårdt på alle.  
Turen i dag bød på blæst fra syd, hvilket er næste lige i snotten.  
Vi stoppede her til aften kl.  
b 2130 og har nu kl 2330 spist og klargjort til morgenmad i morgen.  
Position:N 67 03 636 W 048 48 370 Dag 9.  
Vi kan ikke klage over vejret- vind stille og solskin.  
Tror alle har haft tid at nyde de enorme ismasser og den helt specielle natur.  
Omkring første pas måtte ekspeditionslederen præcisere at vi er på oplevelsestur med det sidemoment at det kræver god fysik og de sidste 20 % skal frem hver dag.  
Vi har kiloproblemer og overbelastnings skader.  
Jürgen er absolut hårdest ramt af en forstrækning i den ene balde som gjorde ham totalt ukampdygtig efter andet pas.  
Vi måtte tage en stor beslutning så vi delte hans vægt fra pulken ud på de øvrige 5 efter styrke.  
Turens læge(kim) er uventet kommet på hårdt arbejde da 3 ud af 6 kører på smerte og betændelsesdæmpende medicin.  
Vi er alle stolte af at vi trods massive problemer har nået 18 kilometer idag.  
Ros til vores ekspeditionsleder som har været på hårdt arbejde idag som coach og med en stor mængde skridtsved.  
Billedet er til Jespers Kone som venter sig her til Juni.  
I love you baby.

## **Bål isen**

02-05-2006

Dag 10: I dag var 8 dag på isen men det føltes som om vi har her i 3 uger ? vi har allerede oplevet utrolig meget og mødt vores grænser både mentalt og fysisk.

Vi har været relativ heldig med vejret fraset stormen som virkelig har taget hårdt på vores lille telt. Som nødløsning har vi med tapet alle stængerne med sportstape og kører med dem på pulken.

Der skal et mirakel til hvis det holder til østkysten.

Vi har erkendt at i forhold til kilometerskemaet og med skadet folk på teamet er vi for vægttunge . Derfor brændte vi vores nødrationer og 10 liter fuel af fra morgenstunden som vores eneste alternativ.

Vi har virkelig kæmpet i dag og chefen kunne efter 6 pas meddele at vi stadig manglede 4 km med det resultat at Kim måtte ned på knæ med krampe og Finn måtte bede om at blive aflastet 10 kg ? herefter slog han op i et stort grin og sagde ?godt kæmpet drenge? I mangler 500 meter!!!! Go humor men hævn bliver sød! Aftenen sluttede på minus 25 grader, sne i skægget, iskolde fødder til chefens hjemmelavede pandekager ? det er jo søndag.

Dag 11: Vi vil i dag beskrive vores energi indtag der er nøje udregnet hjemmefra.

Efter planen skal hver person indtage 6000 kilokalorier sv. t til 1,1 kg mad.

Vi smider mad ud hver dag så dette er forklaringen på det vægttab som er på vej ? hele gruppen er begyndt at blive hulkindet.

Der er næsten umulig at indtage de forbrændte kalorier hvilket specielt Kim og Claus mærker med løs mave så de er sat på specialkost med rigeligt væske, sukker og salt indtag.

Vi starter ud med morgenmad kl 0830 hvor chefkokken serverer wasaknækbrød med smør efterfulgt af stor portion havregrød.

I løbet af dagen har vi små madrationer til hver pause.

Udvalget er Rittersport, marcipanbrød, matadormix, kiks, peanunts, nødder og pølse.

Væskeindtaget dækkes af sportsdrik og tevand.

I frokostpausen serveres suppe til de udvalgte.

Aftensmaden består af forskellige ris, pasta og kartoffelmos retter.

Vi nåede i dag 22,2 km og har nu gået 118 km ? formkurven er på vej opad.

Dagens glædelig begivenhed er at Jürgen næsten er på fuld styrke igen efter sin skade Vi glæder os alle til i morgen.

## **Ekstreme kuldegrader og højsol**

03-05-2006

kulden har absolut slået igennem på vores tur vores aften temperatur nåede minus 28 grader.

Godt at vores soveposer går til minus 28 grader så har vi 2 grader at køre på !! Jürgens ene underlag er desværre gået i stykker så prisen på lån af underlag fra dem som kører 2 lags system er dyrt her midt på isen.

Heldigvis er dagtemperaturen perfekt omkring minus 5-10 grader og ingen vind så vi skyder god hastighed idag nåede vi 22,2 kilometer.

Morgendagen fik den værst tænkelig start med Jens jacob der præsenterede 2 absolut ikke køreklare

tæer tæer.

De var højrøde og vabelfyldte.

lægeteamet blev sat på hård prøve- Dødt hud blev bortklipp herefter rensning med vådserviet ,sportstape blev pålagt.

dagsturen blev klaret med kraftig reduceret pulkvægt og smertestillende tabletter.

Ny sårpleje til aften og stereoidcreme til natten.

I skrivende stund tører vi støvler under "brænderen" og ændrer snøresystemet, Vi venter spændt på morgendagen.

Vi har nu kun 44,2 km til en af klodens mest særprægede turistattraktioner Dye 2 - mere om dette de kommende dage.

### **Dye 2 i sigte !!!.**

04-05-2006

Dag 13.

Vi kører dagen efter tidsskema ellers bliver vi for uorganiseret i forhold til kulden som nåede 30,2 i nat.

Vi kører 5-6 pas om dagen á 3x20 min varighed med stor pause hver time.

Her til morgen kom kim helt forkert ud af starthullerne.

Han frøs, kørte med halv fart og virkede helt ude af "dagsform".

Jesper opfangede hurtigt situationen og mente ham måtte være dehydreret og elektrolyt forstyrret efter 2 dage med dårlig mave.

HAn fik 2 liter væske på ham.

Trods tiltaget var vi en halv dag for sent ude for på næste pas skulle kim have væske akut.

Hurtigt fik vi sukker koncentrat i ham og efter 4 timer i teltnog yderligere 4 liter væske med salt og sukker var kim igen klar og tilbagelagde de sidste 10 km.

af ruten.

vi ligger nu her i teltet og glæder os til dagen i morgen hvor vi når dye 2.

Billedet er gruppen efter en lang dag foran slæderne.

### **Dye 2 i sigte !!!.**

05-05-2006

Dag 14: Denne dag vil vi aldrig glemme.

Det vil for alle deltagere være en mærkedag for livet.

Vi har givet os 100 % idag og gået 26,7 km en meget lang distance.

Årsagen til denne motivation er Dye 2.

Det er helt ufatteligt at møde en amerikansk camp her midt ude i ingenting.

Den nedlagte radarstation bliver brugt som landingsbane for amerikanske piloter i landing i Artisk klima.

Den modtagelse vi fik af de 4 bosiddende amerikanere var ubeskrivelig.

En enorm gæstfrihed mødte vi og beretningerne om livet under disse ekstreme forhold gjorde stort indtryk.

Når vi kommer hjem vil billederne og oplevelsen stå stærkt indprintet.

Vi lavede Moskusbøffer, kartoffelmos og sovs i deres lille ydmyge telt.

Vi fik at vide at vi som ekspeditionsgruppe så relativ friske ud.  
Vi var ikke underernærede, havde god attitude og moral samt virkede organiseret i udstyr.  
Nu får vi en overnatning i et opvarmet telt godnat og sov godt til alle derhjemme.

## **Hotel dye 2.**

05-05-2006

Dette må være en af klodens mest specielle turistattraktioner.

Under de mest primitive forhold bor 4 amerikanerne i telte og passer flypladsen.

Niveauet kunne til forveksling ligne en mini militær camp med kun det mest nødvendige - vi synes det vild luksus med bare en stol og en kop kaffe.

Service niveauet er helt i top og i vores verden kan det sidestilles med et hotelophold.

Det er enormt spændende at snakke med disse mennesker som arbejder her og på sydpolen som del af USA's artistiske forskningsprojekt og høre om oplevelserne.

Vi bruger dagen til restitution for hele vejen rundt er der småskavanker der skal plejes.

Varmecreme, udstrækning, zinksalve, smertestillende tabletter og vabelpleje er del af livet i vores telt.

Det blæser 20-30 knob lige i hovedet derfor har vi taget vores første hele overlæggerdag og håber vi kan komme på dye 2 i aften.

De næste dage vil der hver dag komme en hilsen hjem fra en af ekspeditionsdeltagerne.

Kim - Til min familie og bro'r kommer snart hjem til status - fuld værdi, håber det kan skabe lidt ro.

So far holder kadaveret ved det går hele vejen - Never Give Up!!.

Robin Hood is still alive, sidst set i sherwood skoven men nu fundet på Dye 2.

## **Baren er genåbnet på Dye 2!!!**

07-05-2006

Dag 15: Dagen igår var uforglemmelig.

Vi fik en guidet rundvisning Dye 2.

Det var en historisk oplevelse, surrealistisk og som at gå rundt på Titanic.

Året 1988 forlod amerikanerne Dye 2 fra den ene dag til den anden og alt er som da de forlod stedet.

Store madrationer, tallerkner, kort, nøgler, blade, magasiner øl, diverse reservedele til radarstationen osv ligger fortsat spredt rundt.

vi var helt betaget af efterladenskaberne fra den kolde krig.

For klaus var det en helt speciel oplevelse da hans far arbejdede der i 60'erne og 70'erne.

Med vemod forlod vi idag kl 1130 flybasen og vores amerikanske venner sendte os afsted.

Vi slog lejr kl 1930, undervejs ca 1 time og 45 min pause, dvs effektiv ca 6 timers skiløb.

Vi nåede 24 km.

Alle er enige om at det var vores bedste dag trods vanskelig vejrforhold.

Vinden var 20-25 knob dog i ryggen og tung sne.

dagens hilsen Jurgen - Til sin familie - savner jer derhjemme specielt min søn der fylder 1 år den 18

maj of Dig pus! Er midt i min livsdrøm, glæder mig til at dele det med Jer allesammen.

### **Find finnerne**

08-05-2006

Dag 16: Da vi stod op i morges mødte vi et absolut særsyn på isen - mennesker! Det var to finske mandfolk.

De var 1 af 3 ekspeditioner der var startet for 1 mdr siden fra østsiden.

De to andre norske teams var blevet evakueret.

Årsagen var "very heavy weather" citat finnerne.

De så "tough" ud, men alligevel afkræftet og med store forfrysninger.

For os bonderøve fra flade Danmark et moralsk opløft at vi stadig er intakte.

Vi gik 25 km idag og var ude at hænge i 9,5 timer, farten var tilfredsstillende.

Nu kommer overbelastningsskaderne som er uungåelig.

5 ud af 6 er under lægelig behandling - det er med i prisen.

Dagens hilsen Klaus: Allerførst en kæmpestor hilsen til Heidi, Hjalte, Tobias, Sibbe og Ulrik.

Jeg savner Jer - Jeg elsker Jer.

Jeg tænker på Jer hver dagm når jeg i mit stille sind, under min hue, bag mine briller og ansigtsmaske knokler med at trække min stadig tunge pulk km efter km.

Jeg har det godt og glæder mig til at fuldføre iseventyret.

Til sidst også en hilsen til resten af min familie, venner og kollegaer.

### **blufærdighed på prøve**

09-05-2006

Dag 17.

Endnu en dag er gået på isen.

Det har samlet set været vores bedste dag og moralen er støt stigende.

Vi har uden uheld kunne gå kontinuerlig fra kl 0905 til 1750 med pauser.

Samlet distance er nu oppe på 260 km.

Vi er nu kun 26 km fra summit(toppunktet).

Dagens tema er blufærdighed - Vi har nu levet sammen i 15 dage på isen og det giver et nært forhold specielt i hovedteltet på 7,5 m<sup>2</sup> hvor vi lever 6 mand om aftenen.

Vi lugter ikke godt, har ikke vasket os i 14 dage, tøjet stinker, vi er svedige og Jürgen har ekstrem gasproduktion og tilklistret netundertøj.

Toiletbesøg klares 2 m fra teltet og desværre er vindretningen nogen gange lige i hovedet.

På ruten må man bare stå af på naturens vegne, mens man bliver overbegloet og er sigtemål for snebolde.

Vores grænser er blevet nedbrudt og ligevægten mellem vores vaner og uvaner er fundet.

Dagens hilsen Finn - Hej alle derhjemme her på isen går det godt og humøret er stadig i top.

Håber I har et godt - FIP! Billedet er udsigten fra vores telt her til aften kl.

2200.

## **Alpe D'Huez**

10-05-2006

26,2 km og hvilken kongeetape i badende solskin.

Vi er nu oppe i 2474 meters højde og meget tæt på toppen.

Der er virkelig blevet trådt spor derude idag og i pauserne kom folk frem i klumper.

Discovery channel med holdkaptajn Jesper Melin og hans tro hjælperytter Jens jacob har i front trukket i et malende tempo og efterladt folk op ad bjerget.

Kim "Jacula" har som 3 mand hægtet sig på og flere gange blevet sat men alligevel kæmpet sig tilbage.

Han var lige ved at snyde favoritterne i det afgørende og dramatiske spurtopgør men måtte slibe få meter fra mål - jens jacob fik sejren.

Vi ligger nu heroppe og kan næsten fornemme tindingen - Summit få km fremme - hvilken bedrift vi er stolte.

foran ligger stadig hårde etaper.

I holdets ansigter begynder nu at vise sig strabadserne - der er rødsprængte øjne, kogte ansigter og fremtrædende kindben.

Det er udholdenhed, mental styrke og rigtig kost der skal bringe os de resterende 250 km inden vi kan modtages på østkysten og herefter i Kastrup lufthavn.

Vi hører I har 25 grader derhjemme - vi glæder os!! Dagens surprise Finn: Til cacao blev der serveret Bogø påskeæg og Ferrero Rocher.

dagens hilsen Jens jacob - Har det fint bortset fra et par genstridige vabler.

## **sUMMIT**

11-05-2006

Dag 19 - Vi ramte toppen i ca 2500 meters højde.

Et stort øjeblik og tanken om at skispidserne nu vender nedad giver håb.

Det er turens største delmål og kun maksimal uheld kan nu forhindre Team Nerthus Explore i at nå østkysten.

Før man når her til ligger 1 års forberedelse.

En god fysik er påkrævet.

Kondition optrænes i form af løb, styrke optrænes med træk af bildæk, mave/ryg i styrkecenter, optimalt set minimum 14 dages skitræning og så har man også opskriften på en god grundtræning.

Grej/udstyr er et kapitel for sig, her er vi ekstremt godt forberedt og har brugt timevis på at optimere udstyrslisten og komme ned i lav udgangsvægt.

Alt har fungeret efter hensigt og vi har undgået forfrysninger og dagen igennem er vi tempereret.

En god medicintaske til skader er et must.

Kommunikationsudstyr/kort har Nerthus Explore stået for og vores rute og GPS positioner er nærmest en bestseller på Grønland.

Det har været rystende at opleve andre ekspeditioners ruteplanlægning.

Et andet punkt vi har været fokuseret på er team building og samarbejde til at takle problemerne. På vores første weekend havde vi mental coach til at opsætte spilleregler og vi har virkelig lært meget på det punkt.

Helt grundlæggende vil man det her i hjertet for den mentale indgangsvinkel er altafgørende.

Man undgår ikke at gå kold, møde sine grænser eller helt forsvinde i hovedet og så skal man bruge sit indre til at komme videre.

Og ja sådan kunne vi fortsætte.

.  
. .  
. .  
. .  
. .

Hele livet i lejren og restitutionsprocessen er et kapitel for sig og vi har løbende optimeret dette og vil berette om vores tiltag de næste dage.

Vi er fortsat ved godt mod - pas på Jer selv derhjemme

## **Det er ingen ferie det er en Expedition**

12-05-2006

Nedstigningen er påbegyndt.

Det er dog stadig relativt flat, og vi er nu i ca 2400 meters højde, hvor vi ligger badet i solskin med turens fineste vejr.

Den overordnede målsætning er nu så hurtig som muligt at få tilbagelagt de resterende 150 km til nedkørslen.

Det har vi i plenum haft en snak om idag.

Nedkørslen er ikke ufarlig pga gletcher og de frygtede storme på østkysten.

Derfor er det vigtigt vi ikke bliver presset på tiden.

Et andet element er helikopteren som skal hente os ud fra isens endepunkt = morenen.

Den kan man ikke bare ringe til da både lokale forsinkelser og vanskelige vejrforhold kan give op til 3 dages ventetid.

Vi er rigtig godt kørende og håber på 30 km i morgen.

For at optimere energiniveauet til de lange dags marcher har vi ændret kosten med øget indtag af kulhydrater morgen og aften samt ekstra sportsdrik i løbet af dagen.

Vores chefkok Jesper har virkelig tryllet for at få den kabale til at gå op, og har de sidste dage lavet kongemad ved at supplere med vores dagsrationer fra dag 27-30.

Take care at home - Team Nerthus Explore DEt er ikke alle der har det lige hårdt på vej over isen.

## **Verdens bedste slankekur**

13-05-2006

Østkystexpressen ruller videre.

I solskin og sidevind tilbagelagde vi 30,2 km.

En lang distance der slider hårdt på bentøjet.

Vi stod op allerede kl 0500 for at starte 0700.

Klokken 1700 kom vi trætte mål.

De mange timer ude i den grønlandske kulde, vind eller solskin om man vil giver ekstremt energiforbrug for at holde varmen og lavintensitetstræningen giver stor fedtforbrænding.

Vi er nu nået et punkt hvor vi knap kan spise hvad vi forbruger.

reserverene hjemmefra er opbrugt.

Så derfor har vi alletiders tilbud.

Er du kommet ud af form og mavebæltet hænger kan vi tilbyde verdens bedste og mest effektive slankekur - kryds Grønland på ski på 4 uger med Nerthus Explore.

Jürgen, Jens Jacob og Jesper har tabt knap 10 kg.

Kim, Klaus og Finn ca 5 kg, så I kan godt forvente at modtage os i en slanket udgave.

Dagens ekstra hilsen - Stort tillykke med konfirmationsdagen til Tobias fra Klaus, der forsøgte at ringe fra satellittelefonen.

Dagens surprise - Kim havde baileys med til cacaoen i lommelærke med indgraveret "til livsnydelse" fra sin læsemakker under studiet.

Vi kører videre imorgen og mangler nu 120 km til den barske nedstigning.

## **Lejrliv**

13-05-2006

Dag 22: Vi slog lejr efter 26,2 km allerede klokken 1600.

Det har været en rigtig hård dag og de lange distancer sidder i benene.

Vi prøver at komme tidlig i lejr for at få restitution og en fuld nats søvn.

Vi kører med en del skader men ikke værre end vi kommer frem.

Skadessituationen; - Kim har seneskinnehindebetændelse, men efter 1 g Pinex, 1200 mg Ibuprofen og 50 mg tradolan = stærk smertestillende fik han alligevel en sjov dag - Jürgen er ramt af solskoldning af ansigt og fået forbrænding på ve øje.

- jesper er skadesfri fraset en øm ryg efter at have trukket pulk hele foråret - Finn har haft achillesenebetændelse men er i bedring - Klaus haft lidt problemer med knæet og albuerne men efter justeringer i klar bedring - Jens jacob hovedproblem er fortsat vablerne på storetåen der har givet regulært sår som vi dog har fået styr på lejrliv; Vi bliver vækket klokken 0500 ved, at Jesper tænder for brænderen.

Der skal smeltes vand, Vi har ca 20 liter med på turen.

Der er mulighed for ekstra vand til frokost.

Jesper laver ristet havregryn med smør, rosiner og nødder.

Vi får mælk og te til.

I morgenteltet skal vabler og fødder tapes og ømme muskler og sener får varmecreme.

Herefter skal taskerne og pulkene pakkes og teltene slås ned.

morgen toilettet skal klares.

Vi er kl 0700 klar til afgang, Normalt er vi fremme ca 1700.

lejropsætning deles i hold.

vi har inde og ude hold.

Indeholdet gør teltet klar med underlag og soveposer.

Udeholdet slår telt op og sikrer det.

Den vigtigste opgave er bygning af snemur og udendørstoilet.

vi er klar til et nyt tårn imorgen Billedet er kokken på hårdt arbejde, der skal smeltes ca.

30 liter vand i døgnet samt laves varmt mad 3 gange til 6 personer.

## **En forårsdag i helvede**

15-05-2006

dag 23:jørgen Leths mest berømte film danner rammen om cykelrytternes kamp mod brostenene. Det er de store drømme, de knuste forhåbninger, mænd der græder, de ukendte ryttere der træder ud af skyggen og sådan kan man blive ved.

.  
. .

På en krysning af Indlandsisen har vi også en forårsdag i helvede.

Den ramte vi idag.

Man vågner om morgenen og mærker kulden når man kl 0500 kravler ud af soveposen og prøver at få varmen i de stive lemmer.

Kl 0700 går starten.

Langsomt lukker det ned, og det føles, som om man går i en bomuldstot.

Vinden tager til og står lige i hovedet sammen med sneen der falder tungt.

Nu bliver der brug for udstyret hjemmefra.

Bomuldsanorakken med den karakteristiske pels trækkes godt op over hovedet.

Googles med indsyet neopren skal give syn og beskytte ansigtet.

De forskellige ansigtsmasker og tørklæder dækker det øvrige ansigt.

Vinden når op mod middag op på 30 knob.

Hjemme i Dannevirke vil man sætte kaffen over, tænde op for kaminen, finde sin pude i divaen og tænde for TV Avisen for at høre om snestormen der har lukket al infrastruktur ned.

I sådan et vejr har teamet idag travet 25 km - en meget speciel oplevelse.

Og det kan lade sig gøre!! Kolonnen kører helt tæt og man sikrer hele tiden bagude at makkeren er med.

Kommunikationen kører op gennem rækkerne.

Benene bliver hurtigt trætte i den tunge sne men heldigvis har vi stærke folk tilbage der kan holde farten i front.

Højdepunkterne er pauserne hvor man tager sin pulktaske og sætter sig i en lille ring.

Stormsækken trækkes op over de tilisede ansigter og man sidder pludselig i læ for vinden.

Varmen kommer fra medbragt Primus.

Efter 7,5 time kapitulerer vi og den vanskelige procedure med at slå telt op i stormvejr påbegyndes. Det kræver absolut teamwork.

Nu er vi inde i varmen og man mærker at idag har adrenalinen ligget højt, og selvom man tager det alvorligt er det også en dag man trækker på smilebåndet over - det er jo kampen mod Grønlands barske natur der driver os frem.

Dagens gode nyhed: Vejrmedlingen siger uændret vind og sneforhold de næste 3 dage!!! Ja, nu bliver vi presset!! og endnu et kapitel af en forårsdag i helvede kan skrives.

.  
. .

**Billedet viser gruppen igang med at bygge læ mur.**

## **En forårsdag i himmelen**

16-05-2006

Dag 24: En ekspedition er altid en opvejelse imod oplevelse og krydsningens varighed.

I betragtning af af, at vi ikke deltager i Scott-Amundsens kapløbet, valgte vi at tage en forårsdag i himmelen fremfor i helvede.

Oversat betyder det, at man bliver i teltet i stormen fremfor at træde spor og nå 0 km.

Dette kan vi tillade os af den simple årsag, at vi ikke er forsinket og derfor har tid til at vente på bedre vejr.

Vores plan er nu at vende døgn, dvs at gå om natten hvor minusgraderne gør overfladen hård fremfor at træde spor i 1/2 meters dybde i den varmefront der venter os.

En overlæggerdag på nuværende tidspunkt er som sendt fra himmelen.

Vi restituerer og får tid til at reflektere over turen.

Det er helt specielt at ligge i telt i dette klima og føle sig "safe" bag 2 stk tynd nylon.

Vi læser bøger, skriver dagbog, drikker te, cacao, kaffe, hygger, spiser dagsrationer, sover og har samling til de store måltider.

Nedturen er det store toiletbesøg som er en meget kold og våd oplevelse.

Med mellemrum må snevagten sikre lejren og krave teltene fri af sne.

Vi sender fra et opvarmet telt de varmeste hilsner til Grønland, Færøerne, søens folk og Christi fra Kastrup nr 59 i M-babe magasin.

## **Natkørsel**

17-05-2006

Vi har nu ligget i lejren i 2 døgn og ventet på bedre vejr.

Vi er udhvilet og restitueret og har spist pasta x 2 allerede idag.

Summen i maven er tilbage og vi længtes efter at komme videre med afslutningen på turen.

Vi har været i kontakt med østsiden og forvarslet dem om vores ankomst om 4-5 dage.

Vi har fået GPS position for helikopterafhentning.

Har har i lige linje 122 km til punktet.

Det lyder måske ikke af meget men stadigvæk mangler 1/5 af turen og det er enormt vigtig vi holder fokus og koncentrationen.

Vi skal følge vores procedurer og regler for at få den rigtige nedstigning.

om præcis 2,5 timer kl 2300 lokal tid starter vi på natkørsel.

Der er kommet 1/2 meter sne og den skal have frost for at være køreklar.

Alle glæder sig til den dimension helt unikt for Grønland at det er muligt med natkørsel.

Team Nerthus Explore on the road again!!

## **Minus 30 og frisk vind fra nordvest**

18-05-2006

Dag 26: Vi har nu under 100 km til afhentning.

vi er stadig under pres og karavannen har sjældent været så presset som i nat.

Her blev drenge gjort til mænd under helt ekstremme forhold.

vi gik endnu en halvmarathon på ski med pulk.

kl 2250 trådte vi praktisk talt direkte fra vores varme soveposer ud i en meget kold nat.

Temperaturen var nede og vende omkring minus 30 og for Kim, Jürgen, Finn og Klaus var det første møde med rigtigt polarklima.

Det gik gennem marv og ben, og man kunne slet ikke fokusere på opgaven, man følte kulden drev al energi ud af kroppen.

I løbet af de næste 3 pas, fik vi justeret vores påklædning, og nattens første udfordring var bestået. Nu kom så næste udfordring, vinden tog til og snart havde vi en kraftig nordvesten vind og ekstra vindstoppertøj måtte i brug.

For dem som havde overskud var farvespillet helt fantastisk.

At opleve indlandsisen med klar himmel og se solen stå op er en naturoplevelse af den anden verden.

Jesper havde varme og overskud til at skyde nogle mindeværdige billeder.

Langsomt kom morgenen og lidt mere varme, og nattens sidste prøvelse var at træde spor i det ufremkommelige terræn med blødt sne som gjorde vi sank dybere og dybere ned i sneen.

Forest trak Finn, Jens jacob og Jesper på skift i 25 min indtil vi trætte og udmattede slog lejr 10,5 time efter start.

Nattens forhold var vanskelige og understreger hvorfor en krysning altid vil være en ekstrem udfordring trods nymoderne udstyr og kommunikation.

Vi ligger nu i de opvarmede telte og fylder os med de nødvendige kulhydrater og venter på natten, kulden og endnu 30 km.

trods træthed hygger vi stadig i teltet.

## **Østkysten vi er fremme**

25-05-2006

Den 20 maj omkring middag begynder østkystens landskab at forme sig.

Karakteristisk skyder nunataqerne sig op fra isen.

Klippeformationerne giver islandsabet sit særpræg.

Total udmattet kastede vi vores sidste kræfter frem mod nunataqen, der lå nærmest vores helikopterafhentningssted.

Vi sad bogstavligt som forstenet og ord kan ikke beskrive den lettelse og glæde, der udspillede sig efter næsten en måned på isen.

Jesper lå på ryggen og kiggede op i himlen.

Jens jacob gik rundt med kameraet og fik en kommentar fra de udtrættede mænd, der sad med deres drømme og følelser.

Jürgen var mentalt forvandlet og havde overskud til at gå rundt og småsnakke og meget burgerklar, Kim sad med hovedet i skødet helt tom i sit udmattede ansigt og var usædvanlig stille, Klaus havde satellittelefonen og ringede hjem til sin Heidi, Finn var som sædvanlig rolig og gik rundt i sine tanker og var hurtig til at gå rundt og takke folk, og der var plads til en "klammer".

Forud for denne forløsning var gået 4 vanvittige døgn.

Vi havde kørt r.

.  
. .

ud af bukserne for at nå 122 km på 4 dage.

Dette for at undgå stormen, som var på vej og få en helikopter ud fra isen inden det lukkede ned.

Vi kørte 12 timer i døgnet med start omkring midnat.

Det drama der udspillede sig ude på ruten bragte os sammen på en måde som var helt unikt.

At gå så mange timer efter 3,5 uge på isen er meget vanskelig.

Vi flyttede vores grænser og trodsede de overbelastede ben, trætheden, sulten, de høje skavler, vinden, kulden, distansen og holdt moralen, fik folk på benene, påfyldt ny energi, sovet i dagtimerne, pacet folk frem med snor om livet, hentet den tabte pulk midt på natten, uddelt varm saft, ekstra marcipan, delte hansker osv.

.  
. .  
. .  
. .

og ja det var teamet der bragte os de 600 km over isen!! Vi er alle utrolig stolte over dette projekt - vi gjorde det som mange troede var umulig og som hos vores norske broderfolk har bragt enorm respekt.

Vi takker Nerthus Explore og vores guide Jesper for krydsningen.

Vi har hele turen følt os "safe" og fået fantastisk hjælp og opbakning.

Det er på baggrund af vores fælles grundige forberedelse at vi har klaret opgaven.

Et slag på tasken er at der her i forsommeren har været ca 11 ekspeditioner hvoraf 5 er blevet evakueret - det bekræfter bare endnu mere sværhedsgraden.

Vi takker af og håber beretninger har inspireret Jer - til familie og venner ses i Kastrup lufthavn 25 maj kl 2100 dansk tid.

## **Hvorfor vil nogen krydse indlandsisen**

06-04-2008

Tit spørger folk mig om hvilke typer der krydser indlandsisen, hvilket jeg har svært at svare på da det er så forskelligt.

DEt samme kan jeg kun svare på når spørgsmålet så efterfølgende lyder, hvorfor vil man overhovedet fryse og slide sig selv om over 30 dage som en krydsning af indlandsisen tager.

Svaret kan ikke entydigt gives.

Jeg tror at vi er mange som søger det basale.

En ekspedition stiller krav til opfyldelse af de basale behov, tryghed, mad og varme.

Fokus rette mod disse værdier , værdier som vi normalt tager som en selvfølge.

For mig som skal krydse indlandsisen for 2 gange ved jeg selvfølgelig hvad der venter mig.

Mine forventninger er afpasset til det for skal ske.

Alligevel glæder jeg min med spænding til de dage hvor de sidste tanker er tænkt og jeg bliver tanke tom.

Jeg oplevede det et par dage tilbage i 2006 og mens jeg var ved SIRIUS.

Dette er en meget speciel følelse du har ikke flere tanker og du mister fuldstændig tidsfornemmelsen 3 timer bliver hurtigt til 3 min.

Mange tror før de starter på forberedelserne til en tur over indlandsisen at udfordringen er turen fra A til B.

Senere finder de ud af at turen faktisk startede da de meldte sig til turen og først slutter når de et par år senere har fået alle sanser indtrykkende på plads.

Hvis de da ikke rammes af den frygtede polarfeber og atter er på eventyr.

### **Hvorfor vil nogen over hovedet krydse indlandsisen ?**

06-04-2008

Tit spørger folk mig om hvilke typer der krydser indlandsisen, hvilket jeg har svært at svare på da det er så forskelligt.

Det samme kan jeg kun svare på når spørgsmålet så efterfølgende lyder, hvorfor vil man overhovedet fryse og slide sig selv op over 30 dage som en krydsning af indlandsisen tager.

Svaret kan ikke entydigt gives.

Jeg tror at vi er mange som søger det basale.

En ekspedition stiller krav til opfyldelse af de basale behov, tryk, mad og varme.

Fokus rettet mod disse værdier, værdier som vi normalt tager som en selvfølge i dagligdagen.

For mig som skal krydse indlandsisen for 2.

gange ved jeg selvfølgelig hvad der venter mig.

Mine forventninger er afpasset til det som skal ske.

Alligevel glæder jeg mig med spænding til de dage hvor de sidste tanker er tænkt og jeg bliver tanke tom.

Jeg oplevede det et par dage tilbage i 2006 og mens jeg var ved SIRIUS.

Dette er en meget speciel følelse du har ikke flere tanker og du mister fuldstændig tidsfornemmelsen 3 timer bliver hurtigt til 3 min.

Mange tror før de starter på forberedelserne til en tur over indlandsisen at udfordringen er turen fra A til B.

Senere finder de ud af at turen faktisk startede den dag de meldte sig til turen og at turen først slutter når de et par år senere har fået alle sanser indtrykkende på plads, hvis de da ikke rammes af den frygtede polarfeber og atter er på eventyr.