

I 2011 krysset birkeneskvinnen Astrid Furholt (46) innlandsisen på Grønland. Det ble tre uker med blodslit, men også storslagne naturopplevelser. Astrid var aldri i tvil om at hun skulle på en ny langtur, men visste ikke helt hvor. Så dukket polfarer og ekspedisjonsleder Børge Ousland opp på tv-skjermen.



**ASTRID FURHOLT:** 46 år, vokst opp på Furholt i Vegusdal. Har drevet med allsidig friluftsliv i mange år. Jobber for tida i Bærum kommune som kretfsykepleier.



På tvers over Sør-Amerikas nest største bre:

# – Den ultimate turen



**FRILUFTSLIV.** – Det var helt tilfeldig at jeg satt og så på tv, det var et program der polfarer og profesjonell ekspedisjonsleder Børge Ousland fortalte om en tur i Patagonia, helt sør på grensa mellom Chile og Argentina. Han hadde krysset verdens tredje største isbre. Han kalte det «Den ultimate turen», hvor man får prøvd alt mulig – trekke pulk, klatre i is og fjell, gå lange distanser og til og med ri. Alle elementene i samme tur. Det høstes fantastisk og veldig spesielt ut, forteller Astrid, som opplevde at det gikk kaldt nedover ryggen da hun hørte polfareren fortelle.

– Jeg tenkte bare: Det er min neste tur! Dermed satte Astrid i gang med å søke på nettet, kontaktet Børge Ousland og trøpet utålmodig omkring mens hun ventet på informasjonsmøtet halvannen måned etter. Utgiftene til den tre uker lange turen, som inkluderte organisering, utstyr, reise og forsikring, var beregnet til cirka hundre tusen kroner. Astrid var klar til å melde seg på med det samme, men ringte ei venninne og fortalte at dette, det var neste tur.

– Hun svarte bare at vi fikk begynne å spare...!

## Tung sekk og pulk

I slutten av oktober landet følget på tre deltakere pluss guide Bengt Rotmo i Santiago, Chile.

Derfra gikk ferden inn til foten av Andesfjellene, først med bil langs humpete grusvei, deretter to dager på hesteryggen sammen med chilenske hestekarere, eller gauchos, som de kalles.

– Vi hadde 12 hester til sammen, og det var en fantastisk ridetur, et eventyr. Fra før hadde jeg veldig lite erfaring med å ri, det var mitt svakeste punkt på hele ekspedisjonen. Men jeg ble god venn med hesten, og ikke stol i det hele tatt, forteller Astrid fornøyd.

## Krav til deltakerne

Oppakningen denne gangen var litt annerledes enn grønlandsturen, her måtte både ryggsekk og pult tas i bruk vekselvis. Astrid anslår at sekken veide 30-35 kilo. Det betyr at børen til 46-åringen tilsvarte omtrent halvparten kroppsvekta.

Det er altså ikke hvem som helst som kan og får slippe til på en slik ekspedisjon. Kravet

er at man har minst må ha gått en grønlandstur eller vært på ekspedisjon før.

– Man må rett og slett ha en del forkunnskaper – om det å ferdes på bre, å være på tur i alle mulige elementer. Også takle situasjoner med veldig dårlig vær, forklarer Astrid.

Sosial kompetanse kommer også godt med når man skal leve tett sammen fire personer i 21 dager.

– Det fungerte kjempebra. Når man er på tur sånn, må en bare godta ting og rare vaner. Man kan selvfølgelig gå og irritere seg, men egentlig må man bare gjøre det beste ut av det.

## Ekstremt godvær

Turen gikk fra havnivå til rett over 1.800 meters høyde. Opp en brearm på vestsida, kryssing av breen og ned en annen brearm mot Stillehavet.

– Det er et værhardt område, blant de hardeste i verden. Det ligger relativt nær Sydpolen og har noe av det samme klimaet, forteller Astrid.

Desto mer flaks hadde de med været, som

var nærmest perfekt store deler av turen,

– Normalt er det 6.000 mm regn i året der, det er ikke småtter! Så det var helt vanvittig at vi fikk så godt vær på nesten hele turen. Det var denne toppen på 4.000 meter, de første som klatra brukte tre måneder på grunn av været. De hadde ikke solskinn én dag, mens vi hadde tre dager på rad. De andre guidene har ennå ikke sett den toppen i solskinn...

Terrenget varierer mellom elvedaler, morenelandskap, fjell og breer. Det er kun tre steder i verden man kommer ned fra isbre og rett over i regnskog, og dette er ett av dem.

– Det var helt rått. Plutselig sto vi blant fantastiske, svære blomster og store bregner. Det var helt rart.

## Bitte liten hjort

Mens elgen på Furholt har slaktevekt på flere hundre kilo, kan Patagonia vise til et av de aller minste hjortedyrene i verden. Den skyer og truede puduen veier kun 6-8 kilo og har en mankehøyde på omtrent 35 cm.

– Vi tilbragte de to siste nettene i ei skogvokterhytte, og plutselig fikk jeg øye på et

bittelite, rart dyr. Den likna egentlig en liten gris, og var utrolig snål. Jeg visste ikke hva det var, men fikk tatt et bilde. Skogvokteren hadde vært der i mange år uten å ha sett dyret, men kunne fortelle at det var en pudu.

Fuglelivet var en opplevelse. Da turdelta-kerne begynte å komme ned fra breen, erfarte de at det ikke pleide å være mye folk i området.

– Fuglene hoppa rundt inntil oss, satte seg på sekkene og satt omtrent oppå oss. Vi var som hvilken som helst stein, de ensa oss ikke en gang. Det var en morsom opplevelse.

– Ellers så vi villhester og villkatter. Villkattene likna litt på vanlige katter, men var høyere og rare i panna og litt tjukke i halen.

## La på seg underveis

Astrid er opptatt av kosthold og ernæring, og har forska litt på seg sjøl og etter den tre uker lange turen. Med 12 timers hardt slit hver dag utsettes kroppen for et skikkelig hardkjør. Til tross for påkjennningene la 46-åringen faktisk på seg litt i løpet av turen. En scanning av kroppsvevet viste at Astrid hadde tre kilo mer

muskelmasse etter turen.

Astrid spiste seg litt opp på forhånd, men ikke mye. Frokosten på turen besto av havregrot med ekstra proteiner om morgenen og frysetørrede middagsrasjoner om kvelden.

– Men i motsetning til de andre var jeg nøye med å få i meg mye proteiner underveis, gjennom porsjonspakker fra ernæringsprodusenten Herbalife, forteller hun.

Astrid brukte heller ikke sjokolade eller andre raske karbohydrater, bare litt mandler og svsker for variasjonens skyld. Hun opplevde ikke å gå helt tom, slik som de andre.

– De hadde nok mer problemer med blod-sukkeret, det merker du jo – «nå må jeg bare ha en sjokolade». Jeg fylte på jevnlig med langtidsenergi, det funker veldig fint for meg, mener Astrid, som syntes det var interessant å se at kroppen faktisk kunne restituere seg under anstrengelser hvis den ble tilført proteiner i riktig form.

## Møtte Ousland

Turen oppfylte alle forventninger og vel så det. I Paris møtte gjengen Børge Ousland og

**MEKTIG (T.V.):** Det var umulig å ikke bli berørt av den storslåtte naturen i Andesfjellene. Astrid forteller om øyeblikk med sterke følelser:

– Andesfjellene er bare en drøm, og vanvittig vakre. For eksempel det å se fjellene, majestetiske toppler på 4.000 m som stiger opp av breen. Det blir så følelsesladet med alt det fine og vakre, så mange og voldsomme inntrykk. Man klarer ikke å holde tårene tilbake! Det skjedde flere ganger i løpet av turen, forteller hun. Den høyeste toppen på bildet er St. Valentin, som rager 4.000 meter og 14 centimeter (!) over havet.

## BILDEREKKA FRA VENSTRE:

**IKKE BARE GODVÆR:** – Vi hadde tre døgn med kraftig vind og storm, så teltene ble nesten dekket under snø i løpet av natta.

**SMÅ:** Mennekene blir små i ismassene til en av Sør-Amerikas største breer.

**DOBBEL DISTANSE:** Oppå breen kunne deltakerne gå i taulag og trekke pulk, men i bratte områder og på turen forøvrig måtte sekken fram. Da måtte distansen gås to ganger, først med utstyret, deretter med pulken. – Det var mye klatring, og noen av plassene vi skulle ned med utstyr kjentes det nesten umulige. Vi måtte binde pulken på ryggsekken, og tyngdepunktet ble liggende høyt oppe og langt ute. Jeg kjente meg som ei skikkelig «rutebøtte»!

**VED BREKANTEN:** Langs hele brekanten kommer det til syne rester av regnskog som har blitt liggende under isen. Det er mange tusen år gammel trestammer, uberørte av tida som har gått. – Helt merkelig å gå i, i følge Astrid Furholt.

**REGNSKOG:** På stillehavssida er klimaet fuktig og vegetasjonen frodig. Det er et av få steder i verden der man blir møtt av regnskog på vei ned fra det karrige brelandskapet.

**LITEN HJORT:** Mens elgen på Furholt har slaktevekt på flere hundre kilo, kan Patagonia vise til et av de aller minste hjortedyrene i verden. Den skyer og truede puduen veier kun 6-8 kilo og har en mankehøyde på omtrent 35 centimeter. Astrid fikk knipset et bilde av den sjeldne gjesten.



**KONTRASTER:** Fra breen gikk turen ned til østtsida av Andesfjellene. De første tegnene på frodig vegetasjon begynner å vise seg.

**Tekst: Anne Mette Hope**  
**Foto: Privat**