

PACKLISTE FÜR DIE NORDLICHTER-NACHT

LAPPLAND · FROST · POLARLICHTER
ZUM ABHAKEN BEI MINUS 30 GRAD

Micha vom Finnland Club

Bevor du in die Nacht gehst

> **Mein Nordlicht bei minus 30 Grad**
>
> In Rovaniemi hatten wir ein kleines Mökki an einem zugefrorenen See gemietet, ein Stück außerhalb der Stadt. Als wir bei minus 30 Grad vor die Tür und auf den See gegangen sind, hing das Licht über den Bäumen und über dem Wasser. Ich habe die Kamera rausgeholt, mir sind nach wenigen Minuten fast die Finger abgefroren, und ich war trotzdem so überwältigt, dass ich nicht aufhören konnte.

Die richtige Kleidung entscheidet, ob du die Nacht genießt oder nach zehn Minuten wieder rein willst. Mit dieser Liste bist du vorbereitet.

Die drei goldenen Regeln

3 Schichten
Zwiebelprinzip: unten Wolle, in der Mitte Fleece, außen winddicht

2 Paar
Handschuhe: dünne zum Fotografieren, dicke Fäustlinge darüber

2 Nächte
einplanen, denn Wolken machen jede Vorhersage zunichte

Warm bleiben: von innen nach außen

- [ ] **Unterste Schicht:** Thermounterwäsche aus Merinowolle, Ober- und Unterteil
  Keine Baumwolle. Die wird feucht und kalt.
- [ ] **Mittlere Schicht:** Fleece oder dicker Wollpullover
- [ ] **Außen:** warme, winddichte Winterjacke und Schneehose
- [ ] **Overall:** Viele Touren leihen dir einen Thermo-Overall. Vorher fragen!
- [ ] **Füße:** dicke Wollsocken plus ein Ersatzpaar, Winterstiefel mit dicker Sohle, eine Nummer größer
- [ ] **Kopf:** Mütze über die Ohren, Schal oder Sturmhaube
- [ ] **Hände:** dünne Innenhandschuhe und dicke Fäustlinge
- [ ] **Extra:** Handwärmer für Handschuhe und Schuhe

Für die Wartezeit

- [ ] Thermoskanne mit heißem Getränk, ohne Alkohol (wärmt nur scheinbar)
- [ ] Snack: Schokolade, Nüsse, ein Brot
- [ ] Sitzkissen oder Isomatte gegen die Kälte von unten
- [ ] Lippenpflege und fettige Gesichtscreme
- [ ] Stirnlampe mit Rotlicht, das blendet nicht

Fotos und Technik

- [ ] Handy mit Nachtmodus oder Kamera
- [ ] Stativ oder feste Unterlage
- [ ] Ersatzakku und Powerbank, warm in der Innentasche
- [ ] Handy-Handschuhe mit Touch-Fingerkuppen
- [ ] Flugmodus bei langen Belichtungen spart Akku

Vor der Buchung

- [ ] Aurora-Vorhersage **und** Wolkenvorhersage geprüft
- [ ] Tour mit mehreren Anläufen oder Wiederholung bei Nichtsichtung gewählt

- [ ] Kleingedrucktes zur „Garantie“ gelesen: Wiederholung oder Erstattung?
- [ ] Abholung vom Hotel geklärt, wenn du keinen Mietwagen hast
- [ ] Gefragt, ob Overall, Stiefel und warme Getränke inklusive sind
- [ ] Reisepass oder Ausweis und Buchungsbestätigung dabei

Erfrierungen erkennen

Weiße, gefühllose Stellen an Nase, Wangen, Ohren oder Fingern sind ein Warnzeichen. Dann sofort ins Warme, die Stelle langsam mit Körperwärme aufwärmen, **nicht reiben** und nicht mit heißem Wasser. Achtet in der Gruppe gegenseitig auf eure Gesichter.

Wann hast du die besten Chancen?

Frage	Antwort
Saison	Im Norden etwa von Ende August bis April, solange die Nächte dunkel sind.
Wie oft?	In Nordlappland zeigen sich die Lichter laut Visit Finland in etwa jeder zweiten klaren Nacht, laut dem finnischen Wetterdienst in Kilpisjärvi sogar in rund drei von vier klaren Nächten. In Südfinnland sind es nur etwa 10 bis 20 Nächte im Jahr.
Was du brauchst	Dunkelheit, klaren Himmel und Abstand zur Stadtbeleuchtung. Bei dichten Wolken hilft auch der beste Platz nicht.
Vorhersage	Der finnische Wetterdienst (Ilmatieteen laitos) zeigt Weltraumwetter und eine Karte mit den Chancen für ganz Finnland.

Quellen: Visit Finland, Ilmatieteen laitos (via Visit Inari / Finland Naturally), Stand 2026.

So fotografierst du Nordlichter

Mit dem Handy

- Nachtmodus einschalten, Blitz aus.
- Handy auf ein Stativ oder fest auflegen. Jede Bewegung verwischt das Bild.
- Selbstauslöser nutzen, damit das Antippen nicht wackelt.
- Akku warm halten und erst kurz vorher rausholen.

Mit der Kamera

- Manueller Modus, Blitz aus, Stativ.
- Blende möglichst offen, etwa f/1,4 bis f/2,8.
- ISO etwa 1600 bis 6400, Belichtung etwa 1 bis 12 Sekunden.
- Von Hand auf „unendlich“ scharfstellen, im RAW-Format speichern.
- Vorher Testbilder machen und die Werte anpassen.

Mein Tipp für die Finger

Zieh dünne Innenhandschuhe an und darüber dicke Fäustlinge. Den Fäustling ziehst du nur kurz zum Auslösen aus. So konnte ich weiter fotografieren, ohne dass die Finger völlig abfrieren.

Kamerawerte: Richtwerte aus Fotoratgebern (u. a. Capture the Atlas, DIY Photography), je nach Helligkeit der Lichter anpassen.

Ohne Auto zu den Lichtern

In der Stadt stört das Licht. Ohne Mietwagen kommst du nachts aber schlecht raus: Taxis sind teuer, Busse fahren nachts kaum, und auf glatter Straße ist Fahren nichts für Anfänger. Eine geführte Tour hat drei Vorteile: Der Guide kennt die Wetterlage und fährt dorthin, wo der Himmel frei ist. Du musst nicht selbst fahren. Und viele Veranstalter fahren weiter oder wiederholen die Tour, wenn es nicht klappt.

Drei Touren ab Rovaniemi, die ich empfehle

- Der Klassiker: Nordlichter-Tour mit Garantie und Fotos*: rund 6 Stunden, Kleingruppe
- Jagd nach den Nordlichtern mit Gratis-Fotos*: rund 5 Stunden, private Option möglich
- Nordlichter-Jäger mit Barbecue*: rund 3 Stunden, zum Reinschnuppern

Dauer sind Richtwerte, aktuelle Preise und Termine siehst du bei GetYourGuide. *Werbung | Partnerlink. Wenn du darüber buchst, bekomme ich eine kleine Provision. Für dich ändert sich am Preis nichts.

Anreise nach Rovaniemi

Wie	Dauer ab Helsinki	Gut zu wissen
Flugzeug	gut 1 Stunde	Rovaniemi hat einen eigenen Flughafen.
Nachtzug (Santa Claus Express)	rund 12 Stunden	Du schläfst im Zug und sparst eine Hotelnacht.
Tageszug	etwa 8 Stunden	Mit Blick auf die Winterlandschaft.

Fahrpläne und Preise ändern sich, prüfe sie vor der Buchung bei VR (vr.fi).

Mein Tipp: ein Mökki am See

Statt im Stadthotel zu bleiben, haben wir ein kleines Mökki an einem zugefrorenen See gemietet, wie es sie rund um Rovaniemi viele gibt. Dort ist es dunkel und still, und wir hatten Glück: Die Lichter standen direkt vor der Hütte. Verlassen würde ich mich darauf nicht, aber die Chancen sind deutlich besser als in der Stadt.

Finnisch für die Nordlicht-Nacht

Finnisch	Deutsch	Finnisch	Deutsch
revontulet	Nordlichter	*pakkanen*	Frost, Kälte
tähtitaivas	Sternenhimmel	*pilvinen / selkeä*	bewölkt / klar
mökki	Ferienhütte	*kuuma kaakao*	heißer Kakao

Alle Nordlicht-Touren in Rovaniemi

Vergleiche Touren, Termine und Bewertungen bei GetYourGuide: Nordlicht-Jagd, Husky-Safari, Rentierschlitten und Schneeschuh-Touren. Scanne den Code mit dem Handy, auch vom ausgedruckten Blatt.

Touren ansehen*

Mehr für deine Lappland-Reise

- Reiseführer „Lappland im Winter“ (Reise Know-How)*: Polarnacht, Schnee und Nordlicht
- Reiseversicherung für deinen Winterurlaub*

*Werbung | Partnerlink. Für dich ändert sich am Preis nichts.

Weitere kostenlose Guides findest du auf **finnlandclub.com/ressourcen**. Titelbild KI-generiert. Viel Glück am Himmel! **Onnea matkaan!**
Micha vom Finnland Club