

Ruska, Wald und Nordlicht: Warum der finnische Herbst eine Reise wert ist

Zwischen goldenem Laub und tanzenden Polarlichtern zeigt sich Finnland im Herbst von seiner stillsten und zugleich eindrucksvollsten Seite



Quelle Visit Finland v.l.n.r.: © Pertti Turunen, Emilia Hoisko, Julia Kivelä, Toni Panula,

Frankfurt am Main, 10. August 2026. Wenn sich ab September die Wälder im Norden Finnlands in ein Farbenmeer aus Rot, Orange und Gelb verwandeln, beginnt in [Finnland](#) die Zeit, die die Menschen dort „Ruska“ nennen. Der Begriff steht für die herbstliche Laubfärbung – ein Naturschauspiel, das sich in wenigen Wochen von Nordfinnland aus über das ganze Land ausbreitet und Reisende aus aller Welt anzieht. Wer in dieser Jahreszeit nach Finnland reist, erlebt eine seltene Kombination: farbenprächtige Natur, essbare Schätze direkt aus dem Wald und die ersten Nordlichter der Saison.

Ruska: Wenn sich die Wälder verfärben

Der finnische Herbst beginnt in Lappland und wandert von dort langsam gen Süden. Birken, Ebereschen und Moore leuchten in warmen Rot-, Orange- und Gelbtönen, während die Luft klar und frisch wird. Es ist eine ruhige, fast meditative Jahreszeit. Sie ist

ideal für ausgedehnte Wanderungen durch Nationalparks und Wälder, ob allein oder mit einem lokalen Guide. Wer möchte, findet für seine oder ihre individuelle Kondition die passende Route: von leichten Spaziergängen bis zu anspruchsvollen Mehrtagestouren.

Der finnische Herbst bringt nicht nur Farben, sondern auch Geschmack. Während Preiselbeeren, Pfifferlinge und Steinpilze in den Wäldern reifen, füllen sich auch Felder und Gärten mit Wurzelgemüsen wie Kohlrabi, Roter Bete und Karotten. Diese Zutaten prägen die finnische Küche in dieser Jahreszeit besonders stark – vom herzhaften Rentiereintopf bis zur Preiselbeermarmelade, die klassisch zu deftigen Gerichten serviert wird. Wer die Wälder Finnlands im Herbst durchstreift, sammelt so nicht nur Eindrücke, sondern oft auch die Zutaten für das Abendessen. Dank des Jedermannsrechts darf jeder, auch Urlauber, frei durch die Natur streifen und Beeren sowie Pilze selbst ernten. Ein Erlebnis, das Naturgenuss und Kulinarik auf einzigartige Weise verbindet. Geführte Sammeltouren mit lokalen Guides bieten die Gelegenheit, mehr über die essbaren Schätze des Waldes zu erfahren und sie anschließend selbst zu probieren.

Nordlichter über Finnland

Kaum ist die Sonne untergegangen, beginnt in Finnland die zweite große Attraktion des Herbstes: die Aurora-Saison. Sie startet bereits Ende August und dauert bis in den April hinein. Besonders in Lappland, fernab künstlicher Lichtquellen, stehen die Chancen an klaren Abenden gut, das grün-violette Farbspiel am Himmel zu beobachten. Wer dann Herbstlaub und die Nordlichter miteinander verbinden möchte, findet in dieser Jahreszeit ein einmaliges Zeitfenster, das es so in keiner anderen Saison gibt.

Finnland gilt als eines der walddreichsten Länder Europas und gerade im Herbst, wenn die Wälder in voller Farbenpracht stehen, wird dieser Naturreichtum besonders spürbar: weite, menschenleere Landschaften, Stille und ein Gefühl von Weite, das im hektischen Alltag selten geworden ist.

Auch abseits der Wildnis hat der finnische Herbst einiges zu bieten. Städte wie Helsinki überraschen mit renommierten Museen, ikonischem Design und einer vielseitigen Restaurantszene – ein reizvoller Kontrast zur Ruhe der Wälder und Seen.

Weitere Informationen über Finnland unter: www.visitfinland.com/de.

ÜBER VISIT FINLAND



Visit Finland hat sich zum Ziel gesetzt, Finnland als Reiseziel zu fördern, das Land an internationale Reisende zu vermarkten und Unternehmen der Reisebranche bei der Internationalisierung zu unterstützen. Visit Finland kooperiert mit touristischen Dienstleistungsunternehmen, Reiseveranstaltern, Transportunternehmen, Botschaften sowie den finnischen Regionen und ist Teil von Business Finland. Für weitere Informationen besuchen Sie bitte www.visitfinland.com.

Pressekontakt

global communication experts

Dr. Rainer Fornauf-Scholz / Simone Altmann

Hanauer Landstraße 184, 60314 Frankfurt am Main

Tel.: +49 69 175371-034/-030, E-Mail: visit.finland@gce-agency.com

Web: www.visitfinland.com/de