

Interview / 2026-01-16 Uhr

Abenteurer Tim Marklowski – große Errungenschaften und geringe Umweltbelastung

Tim Marklowski will das Bild der großen Outdoor-Abenteurer herausfordern. Im Jahr 2025 machte der Schweizer Bergführer und Abenteurer mehrere extreme Fahrten – mit minimalem CO2-Ausstoß.

von: Gabriel Arthur



In: Tim Marklowski.
Foto: Christian Jaeggi Fotografie

Die Idee entstand in den Flitterwochen von Tim Marklowski und seiner Frau. Sie hatten sich ein kleines Segelboot von einem Freund geliehen und waren monatelang auf See. Als sie in den Gewässern zwischen Korsika und Sardinien segelten, war Tim von einem Gedanken beeindruckt: „Wunder, ob jemand zwischen den beiden Inseln geschwommen ist?“ Die Strecke beträgt etwa 13 Kilometer, mit vielen Strömungen und Schiffen.

Nach weiteren Recherchen erkannte Tim, dass es bereits getan war. Aber auf Korsika und Sardinien gibt es zwei Wanderwege, die viele als die härtesten in Europa gelten: GR20 und Selvaggio Blu. Und nach Tims Forschung hatte es niemand von der Nordspitze Korsikas über die bergige GR20 bis zur Südspitze geschafft, schwamm nach Sardinien und setzte sich von Norden nach Süden über Selvaggio Blu fort.

"Ich war mir ziemlich sicher, dass ich das Fahrrad passieren würde, das Laufen und Wandern - aber ich hatte keine Erfahrung mit Fernschwimmen im offenen Wasser", sagt Tim, "und erzählt mir von seinem Traum, ein All-Terrain-Tier zu sein."

Hey! Hey! Wir verstehen, dass Sie Anzeigen nicht mögen können, aber es ist eine wichtige Einnahmequelle für das Äußere zu existieren.

Wenn du nicht zuschlagen willst von der Werbeblockierung für das Äußere, so dass wir hoffen, dass Sie uns stattdessen unterstützen wollen, indem Sie [Melden Sie sich für eine Plus-Mitgliedschaft an](#) - Dann können Sie alle Anzeigen verstecken und auch diesen hässlichen Text vermeiden!



„Seit ich ein Kind war, habe ich davon geträumt, mich überall wie ein glattes Tier bewegen zu können – wie ein Fisch schwimmen, wie eine Bergziege über Felsen laufen.“

„Ich möchte die Idee herausfordern, dass die großen Abenteuer weit weg im Himalaya, in Südamerika und Alaska sind. Mit ein wenig Kreativität findet man überall große Herausforderungen.“



Foto: Sandra Boschert

Alle Geländeabenteurer

Im Februar 2025 begann eine intensive Phase des Schwimmtrainings – parallel zu einer Reihe von harten Bergabenteuern. Die Idee war, mehrere ikonische, harte Touren durch Europa mit einem persönlichen "All-Terrain-Tier" -Twist zu unternehmen. Darüber hinaus: Tims Umweltverpflichtung schloss das Fliegen in die verschiedenen Umgebungen aus.

Till vardags bor Tim i Bern, och arbetar som bergsguide runt om i Alperna. Februari spenderades i det italienska isklättringsmeckat Cogne, där han bland annat klättrade den klassiska "Cold Colour" – ett 600 meter högt isfall – tre gånger. I början av april tog han tillsammans med en vän an Alpernas mest ikoniska nordvägg: Eiger i Schweiz.

– I normala fall finns det alltid spår där – men vi prickade en period precis efter ett kraftigt snöfall. Det var tungt men samtidigt fint att få vara i en orörd miljö och få uppleva känslan av att göra en förstabestigning.



Foto: Sandra Boschert

7 000 höjdmeter på 24 timmar och 24 minuter

I mitten av maj skidade Tim L'Haute Route mellan Chamonix och

Zermatt. Den turen brukar ta sex dagar.

- Vi gjorde det på 72 timmar, bar med oss all mat och sov utomhus alla nätter, i bara sovsäckarna.

Nästa utmaning: att ta sig från den lägsta till högsta punkten i Schweiz under 24 timmar: från sjön Locarno till toppen av Dufourspitze, Europas näst högsta bergstopp. I augusti cyklade Tim från Locarno till Zermatt, och fortsatte till fots uppför berget.

- Officiellt är höjdskillnaden 4 441 meter, men med alla passager längs vägen, så blev det över 7 000 höjdmeter. Men jag missade min deadline med 24 minuter, säger Tim med ett leende.



Den stora finalen: triathlon i extremformat

I september var det dags för äventyrårets stora final. Tim cyklade från Korsikas norra spets till starten på GR20. Den bergiga leden är 180 kilometer lång och många tar uppemot två veckor på sig. För Tim tog det fem dagar att nå målet, där kompisar väntade med cykeln.

- Nere vid kusten kunde jag inte ge mig ut på simningen direkt, på grund av för höga vågor. Efter några dagar lugnade det ned sig. Sedan följde den svåraste etappen under hela året.

En följbåt från ett lokalt dykföretag var med - ”regeln var att jag och min kompis aldrig fick nudda båten” - och halvvägs kände Tim hur det började pirra i händer och fötter.

- Det var fortfarande vågor och jag blev sjösjuk och kräktes. All kraft försvann. Men efter att jag simmat bröstsim ett tag minskade illamåendet. Sedan lugnade vattnet ner sig och vi kunde fortsätta.

På Sardinien upprepades proceduren: cykling, bergslöpning i högt tempo och cykling till sydspetsen. Sedan en båtresa tillbaka till fastlandet och tåg hem till Bern.

- När jag tittar på kartan över min sista tur 2025, så tycker jag det är en väldigt vacker linje, från norr till söder. Äventyr måste också handla om kreativitet och skönhet, tycker jag.

Om Tim Marklowski

Tim är IFMGA-bergsguide och ambassador för Protect Our Winters Switzerland samt Mountain Wilderness Switzerland. Han har sedan flera år ägnat sig åt “all-terrain adventures” där målet är att ta sig fram för egen kraft i alla slags terräng och klimat.



Av: Gabriel Arthur
Publicerat: 2026-01-16

Kategorier: [Yrke](#) / [Äventyrare](#), [Artikelgrupp](#) / [Intervju](#)

LÄS MER

INTERVJU

"Att få tillverka Jörnkängan är en gåva"

I över 40 år har den kulturförklarade Jörnkängan tillverkats av Anders Dernebo i Jörn. Nu har det unika hantverket förts vidare: till Myrene Fjellström.



INTERVJU

Grattis Utsidan – en av Sveriges äldsta webbplatser har fyllt 30!

2025 fyllde Utsidan 30 år. I årets sista intervju pratar vi med grundaren Christer Lindh om hur sidan kom till, dess historia – och framtid.



[10 kommentarer](#)

INTERVJU

På turskidor mellan stugor – ny bok guidar till svenska fjällen

I över 30 år har Oskar Karlin skidat mellan stugor i den svenska fjällvärlden. Nu har han samlat kunskaper, råd och tips i en 400 sidor tjock bok.



INTERVJU

"När isen ligger i skärgården släpper jag allt"

I mitten av november lade sig de första skridskoisarna i Stockholm. Vi har pratat med Pamina Falck, kommunikationsansvarig på SSSK, om säsongstarten.



FORUMDISKUSSIONER

Hästsport i naturen
[rida genom sverige](#)

Löpning
[Årets löpning - är det i år det händer?](#)

Segelsporter
[GÖTEBORG: Akut hjälp sökes för att rädda mitt hem \(Magnificent Midget\)](#)

Jakt
[Staten backar – samebyar kan få kontroll över jakten utan huvudförhandling](#)

Löpning
[Köpa mina första trail-löpskor](#)

Löpning
[Djurmöte](#)

Löpning
[Kuperat är bra - backträning och sånt](#)

Övriga aktiviteter
[Diskussionsforum för simning med packning?](#)

FORUM

[Övriga aktiviteter](#) →
[Skärmflygning](#) →
[Segelsporter](#) →
[Rodd](#) →
[Multisport](#) →
[Löpning](#) →
[Kite](#) →
[Jakt](#) →
[Hästsport i naturen](#) →
[Hundsport](#) →
[Fritt fall](#) →

INTERVJU

"Allt började i Sarek": Möt vår nya bloggare Claes Grundsten



Sveriges kanske mest kände naturfotograf berättar om sina drivkrafter, hur det är att arbeta som fotograf i dag och om kärleken till Sarek.

LÄSTIPS



UPPTÄCK

