

55.000 Seen, Weiße Nächte und eine Robbe, die nur hier lebt

Zehn Erlebnisse, die den Sommer im Finnischen Seenland unvergesslich machen

Lakeland Finland, 29. Juni 2026 – Der erste Sprung in den See nach der Sauna. Eine Kajaktour zwischen unzähligen Inseln. Abendlicht, das selbst kurz vor Mitternacht noch über dem Wasser liegt. Im finnischen Seenland folgt der Sommer seinem eigenen Rhythmus.

Lakeland Finland, Europas größte Seenlandschaft, verbindet Naturerlebnisse, Kultur und finnische Lebensart auf einzigartige Weise. Zwischen weitläufigen Nationalparks, lebendigen Seestädten und mehr als 55.000 Seen warten seltene Wildtiere, regionale Genusskultur und einige der außergewöhnlichsten Veranstaltungen Nordeuropas. Vielleicht erklärt genau dieses Lebensgefühl, warum Finnland seit Jahren den Spitzenplatz im World Happiness Report belegt.

Zehn eindrucksvolle Erlebnisse, die zeigen, warum das finnische Seenland im Sommer so fasziniert.

1. Die Magie der Weißen Nächte erleben

Wenn anderswo die Straßenlaternen angehen, beginnt im Finnischen Seenland oft erst der schönste Teil des Tages. Im Hochsommer bleibt es fast rund um die Uhr hell. Die Sonne verschwindet nur kurz hinter dem Horizont und taucht Seen und Wälder in goldenes Licht – es ist die Zeit der Weißen Nächte.

Ein besonderer Geheimtipp ist in dieser Zeit der Besuch der Insel Hietasalo bei Kuopio im Kallavesi-See. Besonders farbenfroh präsentieren sich dann die langen Sommernächte - das Licht legt sich golden über Sandbuchten, Kiefernwald und Felsen. Ob beim Baden, Wandern oder Grillen an einer der ausgewiesenen Feuerstellen – Hietasalo ist der „Place to be“ für unendliche Sommer-Sonnen-Tage im Finnischen Seenland.

2. Mit dem Dampfschiff durch Europas größte Seenlandschaft schippern

Im Finnischen Seenland wird der Weg schnell zum Highlight – vor allem, wenn man ihn an Bord eines alten Dampfschiffs erlebt. Die S/S Heinävesi tuckert von Kuopio nach Savonlinna und bringt ihre Gäste ganz entspannt durch enge Kanäle, vorbei an Inseln, Wald und typisch finnischen Ufermotiven.

Ganz anders fühlt sich die Fahrt zur Insel Ärjä im Oulujärvi bei Kajaani an: plötzlich öffnen sich die Landschaft, der Blick wird weiter, und helle Sandstrände tauchen auf. Fast so wie an der Ostseeküste – nur eben mitten in Finnland.

3. Einer der seltensten Robbenarten der Welt begegnen

Manche Tiere sind allein schon Grund genug für eine eigene Reise ins Finnische Seenland – die Saimaa-Ringelrobbe gehört dazu. Nur etwa 500 dieser Süßwasserrobben leben ausschließlich im 4700 km² großen Saimaa-Seensystem. Nirgendwo sonst auf der Welt ist diese Art zu finden.

Besonders nachhaltig gelingt die Begegnung mit ihr bei einer geführten Tour mit einem elektrischen Eco-Boot im Schärengbiet von Puumala. Lautlos gleitet das Boot zwischen den Inseln hindurch. Mit etwas Glück taucht plötzlich eine Robbe zwischen den Felsen auf.

Noch mehr Wildnis wartet in den Wäldern im Osten des finnischen Seenlands. Hier leben Braunbär, Elch, Vielfraß, Wolf und Luchs. Die Wildtierfotografie in der Region gehört dank einer hochentwickelten und sicheren Infrastruktur mit professionellen Beobachtungshütten zudem zweifellos zur Weltspitze.

4. Schwitzen wie ein Finne – in einer echten Rauchsauna

Finnland und Sauna gehören zusammen. Wer die finnische Saunakultur in ihrer ursprünglichsten Form erleben möchte, besucht eine Rauchsauna.

In der historischen Jätkänkämppä-Holzfällerhütte bei Kuopio wird diese Tradition bis heute gepflegt. Stundenlang heizt der Rauch die Sauna auf, bevor gelüftet wird. Zurück bleibt eine besonders weiche Wärme und der charakteristische Duft des Holzes. Nach dem Saunagang sorgt der Kallavesi-See für Erfrischung. Oft begleiten regionale Spezialitäten und Livemusik den Abend.

Ganz anders, aber ebenso eindrucksvoll, präsentiert sich die moderne Sauna World in Ukko-halla. Neun unterschiedliche Saunen, Whirlpools und direkter Zugang zum See zeigen, wie vielfältig die finnische Saunakultur heute gelebt wird.

5. Durch Nationalparks wandern, paddeln und staunen

In Deutschland gibt es 16 Nationalparks, allein im Finnischen Seenland sind es 17. Dazu kommen noch mehrere UNESCO Global Geoparks. Die große Anzahl von Parks unterstreicht, wie stark die Region von ursprünglicher Natur geprägt ist – mit dichten Wäldern, tausenden Seen und einer außergewöhnlichen Ruhe. Jeder Park hat dabei seinen eigenen Charakter. Der Koli-Nationalpark in Nordkarelien ist berühmt für seine spektakuläre Hügellandschaft. Absolut empfehlenswert ist hier eine Abend-Wanderung auf den 347 Meter hohen Ukko-Koli, einen weißen Quarzgipfel, von dem man einen fantastischen Ausblick auf den riesigen Pielinen-See hat.

Im Nationalpark Tiilikkejärvi erstreckt sich zwischen stillen Sandstränden und einem bedeutenden historischen Denkmal ein sandiger Gletscherkamm quer durch den See und prägt mit seiner einzigartigen Form die abwechslungsreiche Naturlandschaft. In Hossa-Nationalpark im Norden des Lakelands begeistern eine beeindruckende Hügellandschaft, steile Felswände und unzähligen klaren Seen die Besucher

6. Mit dem Kajak durch Inselwelten gleiten

Es gibt wohl kaum eine bessere Perspektive auf das Finnische Seenland als vom Wasser aus. Ob mit dem SUP, dem Boot oder Kanu – schon ein paar Meter vom Ufer entfernt eröffnet sich eine neue, fast lautlose Welt aus Inseln, Wäldern und endlosen Wasserflächen. Die mehrtägige Kajaktour vom Valamo-Kloster bis in den Kolovesi-Nationalpark verbindet Kultur, Natur und Abenteuer. Unterwegs wechseln sich stille Buchten, Inselwelten und historische Orte ab. Wer es entspannter mag, folgt der sogenannten Squirrel Route, einer bei Einheimischen beliebten Kanustrecke durch kleine Seen, Flüsse und Wälder

7. Die Aromen von Wald und See entdecken

Frischer Barsch oder Seeforelle, wilde Heidelbeeren, Pfifferlinge, Roggenbrot und saisonale Zutaten prägen die Küche des Finnischen Seenlands. Im Restaurant Ehtoo in Kuopio entstehen daraus moderne Interpretationen finnischer Klassiker – kreativ, reduziert und mit klarem Fokus auf regionale Produkte.

Als genussvolle Ergänzung lohnt sich ein Abstecher nach Nordkarelien: Bei den Äksyt Ämmät nahe Joensuu geben karelische Frauen ihr Wissen rund ums Kochen und Backen weiter. Hier lernen Gäste ganz praktisch, die berühmten karelischen Piroggen von Hand zu formen – die dünnen Roggenteigtaschen gehören zu Finnlands bekanntesten Spezialitäten und sind bis heute fest in der Region verwurzelt.

Für Orientierung sorgt das D.O.-Saimaa-Siegel: Es steht für echte regionale Produkte, klare Herkunft und verantwortungsvolle Herstellung. Gleichzeitig trägt es dazu bei, die kulinarischen Traditionen der Saimaa-Region lebendig zu halten und weiterzuentwickeln.

8. Urlaub im Mökki – perfekter Rückzugsort am See

Das typisch finnische „Summerfeeling“ erlebt man am intensivsten im Mökki – dem klassischen Sommerhaus der Finnen, direkt am Wasser. Es ist weit mehr als nur eine Unterkunft: ein Lebensgefühl, tief verwurzelt in finnischer Tradition und zugleich erstaunlich zeitgemäß.

Ein Sommertag beginnt direkt hier, oft barfuß vom Steg in den kühlen See. Danach Kaffee an der frischen Luft, Stille, Natur. Später geht es aufs SUP oder ins Kanu, ohne Plan, einfach los. Dazwischen: angeln, lesen, treiben lassen – und vor allem die Ruhe genießen. Am Abend wird die Sauna angeheizt, der Grill vorbereitet, während die Sonne noch immer am Himmel steht.

Viele Mökkis wie beispielsweise die moderne Villa Ozero in Nordkarelien verbinden Tradition mit zeitgemäßem Komfort und Lifestyle: stilvolle Architektur, große Fenster zum See, eigene Sauna und ein kleines Boot am Ufer. Auch die Wooddream Villas in Süd-Karelien bieten wunderbare Umgebung abseits von Trubel und Hektik.

9. Durch Finnlands schönste Seestädte bummeln

Zwischen all der unberührten Natur lohnt sich immer wieder ein Abstecher in die Städte des Seenlands – nicht als Kontrast, sondern als stimmige Ergänzung. In Savonlinna etwa prägt die mittelalterliche Burg Olavinlinna das Stadtbild: eindrucksvoll auf einer kleinen Insel gelegen, scheint sie direkt aus dem Wasser aufzuragen und verleiht der Stadt eine ganz besondere Atmosphäre.

Weiter nördlich empfängt Kuopio seine Besucher mit lebendiger Gelassenheit. Rund um die Markthalle und den Hafen spielt sich das alltägliche Leben ab, während der Kallavesi-See stets in Sichtweite bleibt und der Stadt ihre entspannte, fast sommerliche Leichtigkeit verleiht.

Auch Lappeenranta lebt vom Wasser: Die Promenade, Cafés und Strände am Saimaa machen die Stadt zu einem beliebten Treffpunkt – lebendig, aber nie hektisch. Joensuu wiederum präsentiert sich als kulturelles Zentrum Nordkareliens, mit einer kreativen Szene und viel Raum für Austausch, eingebettet in die weite Landschaft der Region.

10. Oper im Schloss, Folk am See und Tanz unter freiem Himmel

Mit den langen, hellen Sommernächten gewinnt auch das Kulturleben im Finnischen Seenland an Intensität.

Eines der bekanntesten Events Nordeuropas ist das Savonlinna Opera Festival (3. Juli – 1. August 2026), das die mittelalterliche Wasserburg Olavinlinna in eine spektakuläre Opernkulisse verwandelt. Eigene Akzente setzt das Kihaus Folk Festival in Rääkkylä in Nordkarelien (10.–11. Juli 2026), bei dem traditionelle Klänge, Geschichten und moderne Folk-Interpretationen aufeinandertreffen. Auch Kuhmo in der Region Arctic Lakeland wird zum Treffpunkt für Musikliebhaber: Beim Kuhmo Chamber Music Festival (12.–25. Juli 2026) entstehen mit über 60 Konzerten intime Konzerterlebnisse inmitten der Natur.

Und dazu noch: Unter einem Himmel voller Sterne schlafen

Wenn der Sommer langsam in den Herbst übergeht, zeigt sich eine weitere Seite von Lakeland Finland. Die Nächte werden wieder dunkler, die Sterne leuchten heller und mit etwas Glück erscheinen bereits die ersten Nordlichter am Himmel. Spiegeln sie sich in den stillen Seen, entsteht ein Naturschauspiel, das selbst erfahrene Finnland-Reisende immer wieder fasziniert.

Über Lakeland Finland

Lakeland Finland ist das größte Seengebiet Europas und erstreckt sich über weite Teile Zentral- und Ostfinnlands. Die Region ist geprägt von einem einzigartigen Mosaik aus Seen, Inseln, Flüssen und dichten Wäldern und gehört zu den ursprünglichsten Naturlandschaften Europas.

Finnland wird oft als das „Land der tausend Seen“ bezeichnet – tatsächlich gibt es hier mehr als 188.000 Seen, von denen sich die meisten im Lakeland befinden. Zu den bekanntesten Gewässern gehört der Saimaa-See, der größte See Finnlands und eines der größten zusammenhängenden Süßwassergebiete Europas.

Die Region verbindet unberührte Natur mit finnischer Lebensart. Sommerhäuser am See, traditionelle Saunen, Nationalparks, lebendige Städte und zahlreiche Outdoor-Aktivitäten prägen das Erlebnis im Lakeland. Besucher können hier zu jeder Jahreszeit aktiv sein. Wandern, Radfahren, Angeln im Sommer oder im Winter Skilanglauf und Schlittschuhlaufen auf zugefrorenen See.

Das Gebiet zählt zu den wichtigsten touristischen Regionen Finnlands und steht für authentische Naturerlebnisse, nachhaltigen Tourismus und die besondere Verbindung der Menschen zu ihrer Seenlandschaft.

Anreise

Ab Deutschland bestehen Nonstop-Flugverbindungen nach Helsinki. Von dort führen Bahn oder Busverbindungen in zwei bis vier Stunden nach Lakeland Finland. Inlandsflüge verkürzen die Strecke zusätzlich. Autoreisende nutzen Fährverbindungen z.B. ab Travemünde nach Helsinki.

www.visitlakelandfinland.com



**Co-funded by
the European Union**

Weitere Presseinformationen und Bildmaterial bei:

Jutta Tempel

Director Communications

COMEIO GmbH Branding & Communications

Hofmannstr. 7A, 81379 München

Tel: +49 (0)89 74 888 2- 36

E-Mail: tempel@comeo.de

www.comeo.de