

INHALT

ÜBERSICHTSKARTE	13	5 Natur- und Kulturpark Finnskogen / Ein Stück finnische Geschichte	38
»FRILUFTSLIV« FÜR ALLE!	14	6 Meeresnationalpark Jomfruland / Kleinod vor der Küste Telemarks	40
WILLKOMMEN IN NORWEGEN	18	7 Natur- und Kulturpark Valdres / Bäuerlicher Charme	42
UNSER NACHHALTIGKEITSKODEX	21	8 Nationalpark Jotunheimen / Welt der Riesen	44
OSTNORWEGEN	22	9 Nationalpark Rondane / Norwegens erster Nationalpark	48
1 Meeresnationalpark Ytre Hvaler / Exkursion ins kalte Nass	24	10 Nationalpark Femundsmarka / Grenzenloses Paddelvergnügen	52
2 Meeresnationalpark Færder / Der letzte Schliff	28	Wildtiere beobachten / Auf den Spuren von Elch & Co	56
3 Regionalpark Telemarkskanalen / Das blaue Band von Südnorwegen	30		
4 Regionalpark Haldenkanalen / Im flussreichen Grenzland	36		

RUND UM OSLO	58	19 Trolltunga / Ein Scherz der Natur	80
11 Hovedøya / Inselhüpfen im Oslofjord	60	20 Nationalpark Folgefonna / Eis und Regen an der Westküste	84
12 Østensjøvannet / Rundweg durchs Schnatterparadies	62	21 Nationalpark Hardangervidda / Erhebende Wildnis	86
13 Naturreservat Nordre Øyeren / Artenreiches Flussdelta	64	22 Osterfjord / Langsam durchs Nadelöhr	90
14 Nordmarka / Wildnis nahe der Hauptstadt	68	23 Regional- und Geopark Fjordkysten / Norwegens westlichster Punkt	92
15 Kjøsterudjuvet / Spektakuläre Felsschlucht	70	24 Nationalpark Jostedalsbreen / Europas größter Gletscher	96
WESTNORWEGEN	72	25 Geirangerfjord / Norwegens Vorzeigefjord	100
16 Preikestolen / Predigt mit Aussicht	74	26 Himakånå / Die »kleine Trollzunge«	104
17 Kjerag / Norwegens Adrenalinberg	76	Norwegische Landschaftsrouten / Architektur im Dialog mit der Natur	
18 Magma Geopark / Einladende Mondlandschaft	78		106

SÜDNORWEGEN

- 27 **Skjernøy** / Südliche Inselgruppe
28 **Mandalselva** / Lachsangeln für Kenner
29 **Lista** / Überraschungen mit Meerblick
30 **Meeresnationalpark Raet** / Sommerfrische hoch drei
31 **Ryfylkeheiane** / Bergwelt im Hinterland
32 **Hovden** / Skigebiet im tiefen Süden

108**MITTELNORWEGEN****126**

- 110 33 **Trondheimfjord** / Himmlische Landschaften in Norwegens Mitte 128
112 34 **Bymarka** / Wo Stadt auf Natur trifft 130
114 35 **Archipel Hitra-Frøya** / Sumpfe, Hirsche und Angelgewässer 132
118 36 **Norwegens geografischer Mittelpunkt** / Irgendwo im Nirgendwo 134
122 37 **Nationalpark Lierne** / Im Reich der Bären 136
124 38 **Nationalpark Blåfjella-Skjækerfjella** / Berge und Bauernhöfe 142
39 **Solendet** / Kulturlandschaft mit Knabbenkraut 144

Norwegens Speisekammer / Trøndelag für Feinschmecker 146

NORDNORWEGEN			
40 Regionalpark Vefsna / Angeln und andere Abenteuer	148	46 Lofoten / Roadtrip zwischen Fjell und Meer	168
41 Regionalpark Vegaøyen / Eine einsame Insel als Welterbe	150	47 Nationalpark Reisa / Alles im Fluss	170
42 Natur- und Kulturpark Okstindan / Das Dach von Nordnorwegen	152	Kultur der Samen / Im Reich der Rentiere	174
43 Marmorslottet / Eine Landschaft grau in grau	156	48 Weltkulturerbe Alta / Prähistorische Kunstwerke	176
44 Nationalpark Saltfjellet-Svartisen / Wildes Doppelpack am Polarkreis	158	49 Varanger / Go East!	178
45 Nationalpark Sjunkhatten / Familienfreundliche Wildnis	160	50 Nationalpark Sør-Spitsbergen / Landschaft der Extreme	180
	166	REGISTER	186
		BILDNACHWEIS	187
		IMPRESSUM	188