

# Inhaltsverzeichnis

## Vorwort

8

## Als Wanderer in Norwegen

9

Wege und Markierungen	9
Anforderungen und Tourencharakter	9
Beste Jahreszeit	10

## Norwegen – das Land

12

Klima und Wetter	12
Vegetationszonen	13
Landschaftsformen	16

## Der Süden mit Hardangervidda und Hardangerfjord

18

1 Zum Aussichtspunkt oberhalb von Oslo <i>Oslo Stadtzentrum – Holmenkollenbahn nach Frognerseteren – Tryvann – Tryvannstårnet – Frognerseteren – Holmenkollenschänze – Bahnstation Holmenkollen</i>	21
2 Zu den ehemaligen Silbergruben von Kongsberg <i>Kongsberg Skisenter – Haus Sachsengruve – Knutehytta (730 m) – Kongsberg Skisenter</i>	24
3 Gaustatoppen – höchster Berg Südnorwegens <i>Parkplatz Stavsrobua – Gaustahytta (1850 m) – Parkplatz</i>	27
4 Preikestolen – Aussichtskanzel über dem Lysefjord <i>Parkplatz nahe der Preikestolhytta – Preikestolen (597 m) – Parkplatz</i>	31
5 Entlang des Sees Mårvatn <i>Stegaros – Bootsanlegestelle Synken – Boot nach Mårbu – Stegaros</i>	34

<b>6 Auf der Hardangervidda</b> <i>Halne Fjellstova – Krækkja Turisthytta – Haugastøl</i>	38	<b>12 Auf dem alten Postweg</b> <i>Byrkjelo – Breimsbygda Skisenter – Utvik</i>	66
<b>7 Von Granvin nach Ulvik am Hardangerfjord <i>Granvin – Alm Vatnaset – Ulvik</i></b>	42	<b>13 Hoch über dem Nordfjord</b> <i>Rake – Oppheim – Raksetra – Opp- heimsetra – Skredfjell (1155 m) – Lohgesetra – Loen</i>	69
<b>8 Im Naherholungsgebiet oberhalb von Bergen <i>Bergen Marktplatz – Fløibanen – Run- demanen (533 m) – Skuteviken – Ber- gen</i></b>	46	<b>14 Im Glomsdal</b> <i>Hjelle – Glomnes – Sigdestad – Glomnessetra – Hjelle</i>	73
<b>Weitere Tourenvorschläge</b>	51	<b>15 Hinunter zum Geirangerfjord</b> <i>Flydal – Flydalsnakk (438 m) – Geiranger</i>	76
<b>Mehrtägige Tour</b> <i>Über die Hardangervidda</i>	53	<b>16 Zur Patchellhytta in den Sunnmørsalpane <i>Liasetra – Habostaddal – Patchellhytta – Liasetra</i></b>	79
<b>Fjordnorwegen</b>	54	<b>17 Im Valldal</b> <i>Gudbrandsjuvet – Alstadsetra – Grønning – Olavshelleren – Gudbrandsjuvet</i>	81
<b>9 Durch das Aurlandsdal</b> <i>Østerbø – Vassbygdi</i>	57	<b>18 Durch das Ljosådal und Skorgedal</b> <i>Brevik – Ingridsætra – Ljosådal – Skorgedal – Skorgen</i>	83
<b>10 Molden – Aussichtspunkt über dem Sognefjord <i>Straße nach Mollandsmarki – Svarthiller – Molden (1118 m) – Straße nach Mollandsmarki</i></b>	62	<b>Weitere Tourenvorschläge</b>	87
<b>11 Zur Gletscherzunge Austerdals- breen</b> <i>Tungestølen – Austerdalsbreen – Tungestølen</i>	64	<b>Mehrtägige Touren</b>	89
		<i>Von Finse zum Sognefjord • Im Sunnmørsfjell</i>	

## 6 Inhalt

<b>Die Hochgebirgsregionen</b>	<b>90</b>
<b>19 Aufstieg zum Hugakollen</b>	<b>95</b>
<i>Neset/Hemsing bru – Hugakollen (1134 m) – Neset</i>	
<b>20 Utladal – das Tal der Wasserfälle</b>	<b>97</b>
<i>Hjelle bei Øvre Årdal – Hjelledalen – Vetti Gard – Vettisfossen – Hjelle</i>	
<b>21 Zum Utsikten bei Eidsbugarden</b>	<b>100</b>
<i>Eidsbugarden – Utsikten (1518 m) – Tyinholmen – Eidsbugarden</i>	
<b>22 Über den Besseggen-Grat</b>	<b>104</b>
<i>Gjendesheim – Bootsfahrt nach Memurubu – Besseggen-Grat – Gjendesheim</i>	
<b>23 Zur Peer-Gynt-hytta im Rondane-Nationalpark</b>	<b>107</b>
<i>Hørringen – Smuksjøseter – Peer-Gynt-hytta – Hørringen</i>	
<b>24 Auf dem Königsweg von Hjerkinn nach Kongsvoll</b>	<b>111</b>
<i>Bahnhof Hjerkinn – Hjerkinn Fjellstue – Gåvålisætra – Kongsvoll Fjellstue</i>	
<b>25 Auf den Spuren der Moschus-ochsen im Dovrefjell-Nationalpark</b>	<b>114</b>
<i>Kongsvoll Fjellstue – Hestgjeterhytta – Kongsvoll Fjellstue</i>	
<b>26 Hinunter in die Schlucht Åmotan (Sunndal)</b>	<b>117</b>
<i>Jenstad – Lundli – Åmotan – Jenstad</i>	
<b>27 Vom Storlidal zum See Gjevilvatn</b>	<b>121</b>
<i>Storli – Vassendsetra am Gjevilvatn – Storli</i>	
<b>Weitere Tourenvorschläge</b>	<b>125</b>
<b>Mehrtägige Touren</b>	<b>128</b>
<i>Rundwanderung durch Jotunheimen • Durch den Rondane-Nationalpark • Über das Dovrefjell • Durch Trollheimen</i>	
<b>Die Täler des Ostens</b>	<b>129</b>
<b>28 Von Sjusjøen nach Lillehammer</b>	<b>131</b>
<i>Sjusjøen – Mesnsaga – Lillehammer</i>	
<b>29 Im Ringebufjell</b>	<b>135</b>
<i>Venabu Fjellhotel – Myfallet – Dørjuvet – Veslefjell (1034 m) – Forrestadsetra – Venabu Fjellhotel</i>	
<b>30 Im Alvdal Vestfjell</b>	<b>138</b>
<i>Straumbu Turistgard – indre Kampen (1243 m) – Straumbukampen (1186 m) – Straumbu Turistgard</i>	
<b>31 Im Almengebiet des Bergdorfs Vingelen</b>	<b>140</b>
<i>Vingelen – Nonsvola (1089 m) – Aasgårdvollen – Vingelen</i>	
<b>32 Am Femundsee</b>	<b>145</b>
<i>Elgå – Bootsfahrt nach Revlingen – DNT-Hütte Svukuriset – Elgå</i>	
<b>33 Von Ratvolden zur Sextus-Grube</b>	<b>148</b>
<i>Ratvolden – Storkletta (917 m) – Christianus-Sextus-Grube – Ratvolden</i>	
<b>Weitere Tourenvorschläge</b>	<b>151</b>
<b>Mehrtägige Touren</b>	<b>152</b>
<i>Durch das Alvdal Vestfjell • In den Nationalpark Femundsmarka</i>	

<b>Der Norden</b>		
<b>34</b>	Im Nationalpark Børgefjell <i>Parkplatz im Simskardal – Simskardhytta – Parkplatz</i>	156
<b>35</b>	Zum Fuß des Gletschers Okstindbreen <i>Leirskardal – Steinbua – Okstindbreen – Leirskardal</i>	159
<b>36</b>	Zu den verlassenen Bergbauern- höfen im Storndal <i>Storvollen – Bredekfosse – Granneset – Bredek – Storvollen</i>	161
<b>37</b>	Zur Argaladhytta im Skaitidal <i>Skaiti – Argaladhytta – Skaiti</i>	165
<b>38</b>	Kirkskaret – Aussichtspunkt auf der Insel Austvågøy (Lofoten) <i>Lyngvær – Finnmarkdal – Kirkskaret (500 m) – Kabelvåg</i>	168
<b>39</b>	Zum Storheia auf Hadseløya (Vesterålen) <i>Hadsel Kirke – Lekangdal – Storheia (504 m) – Hadsel Kirke</i>	170
<b>40</b>	Auf dem »Rallarveien« entlang der Ofotbahn <i>Bjørnfjell Stasjon – Katterat Stasjon</i>	173
<b>41</b>	Sautso Canyon – Nordeuropas größte Schlucht <i>Parkplatz Beskades – Sautso Canyon – Parkplatz Beskades</i>	176
<b>42</b>	Knivskjellodden – nördlichste Landspitze Europas <i>Parkplatz an der Straße zum Nordkap – Knivskjellodden – Parkplatz</i>	179
	Weitere Tourenvorschläge	181
	<i>Mehrtägige Touren Nordlandsruta • Øvre-Dividalen-Nationalpark</i>	183
<b>Anhang</b>		
	Anreise nach Norwegen	184
	Ausrüstung	184
	Bergvereine und Berghütten	184
	Informationsquellen	185
	Öffentliche Verkehrsmittel	185
	Unterkunftsmöglichkeiten	186
	Wanderkarten und Reiseliteratur	188
	Geographische Begriffe	189
<b>Register</b>		
		190