

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 21
Oslo Stadtzentrum – Holmenkollenbahn nach Frognerseteren – Tryvåt – Tryvannstårnet – Frognerseteren – Holmenkollenschanze – Bahnstation Holmenkollen
- 2 Zu den ehemaligen Silbergruben von Kongsberg 24
Kongsberg Skisenter – Haus Sachsengrube – Knutehytta (730 m) – Kongsberg Skisenter
- 3 Gaustatoppen – höchster Berg Südnorwegens 27
Parkplatz Stavsrobua – Gaustahytta (1850 m) – Parkplatz
- 4 Preikestolen – Aussichtskanzel über dem Lysefjord 31
Parkplatz nahe der Preikestolhytta – Preikestolen (597 m) – Parkplatz
- 5 Entlang des Sees Mårvatn 34
Stegaros – Bootsanlegestelle Synken – Boot nach Mårbu – Stegaros

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

Die Hochgebirgsregionen**90**

- 19** Aufstieg zum Hugakollen 95
*Neset/Hemsing bru – Hugakollen
 (1134 m) – Neset*

- 20** Utladal – das Tal der Wasserfälle 97
*Hjelle bei Øvre Årdal – Hjelledalen –
 Vetti Gard – Vettisfossen – Hjelle*

- 21** Zum Utsikten bei Eidsbugarden 100
*Eidsbugarden – Utsikten (1518 m) –
 Tyinholmen – Eidsbugarden*

- 22** Über den Besseggen-Grat 104
*Gjendesheim – Bootsfahrt nach
 Memurubu – Besseggen-Grat –
 Gjendesheim*

- 23** Zur Peer-Gynt-hytta im Rondane-
 Nationalpark 107
*Høvringen – Smuksjøseter – Peer-
 Gynt-hytta – Høvringen*

- 24** Auf dem Königsweg von
 Hjerkin nach Kongsvoll 111
*Bahnhof Hjerkin – Hjerkin
 Fjellstue – Gåvålisetra – Kongsvoll
 Fjellstue*

- 25** Auf den Spuren der Moschus-
 oxen im Dovrefjell-
 Nationalpark 114
*Kongsvoll Fjellstue – Hestgjeterhytta –
 Kongsvoll Fjellstue*

- 26** Hinunter in die Schlucht
 Åmotan (Sunndal) 117
Jenstad – Lundli – Åmotan – Jenstad

- 27** Vom Storlidal zum See
 Gjevilvatn 121
*Storli – Vassendsetra am Gjevilvatn –
 Storli*

Weitere Tourenvorschläge 125

Mehrtägige Touren 128
*Rundwanderung durch Jotunheimen •
 Durch den Rondane-Nationalpark • Über
 das Dovrefjell • Durch Trollheimen*

Die Täler des Ostens**129**

- 28** Von Sjusjøen nach Lillehammer 131
Sjusjøen – Mesnsaga – Lillehammer

- 29** Im Ringebufjell 135
*Venabu Fjellhotel – Myfallet –
 Dørjuvet – Veslefjell (1034 m) –
 Forrestadsetra – Venabu Fjellhotel*

- 30** Im Alvdal Vestfjell 138
*Straumbu Turistgard – indre Kampen
 (1243 m) – Straumbukampen
 (1186 m) – Straumbu Turistgard*

- 31** Im Almengebiet des Bergdorfs
 Vingelen 140
*Vingelen – Nonsvola (1089 m) –
 Aasgårdvollen – Vingelen*

- 32** Am Femundsee 145
*Elgå – Bootsfahrt nach Revlingen –
 DNT-Hütte Svukuriset – Elgå*

- 33** Von Ratvolden zur
 Sextus-Grube 148
*Ratvolden – Storkletta (917 m) –
 Christianus-Sextus-Grube – Ratvolden*

Weitere Tourenvorschläge 151

Mehrtägige Touren 152
*Durch das Alvdal Vestfjell • In den
 Nationalpark Femundsmarka*

Der Norden 153

- 34 Im Nationalpark Børgefjell 156
*Parkplatz im Simskardal –
 Simskardhytta – Parkplatz*
- 35 Zum Fuß des Gletschers 159
 Okstindbreen
*Leirskardal – Steinbua –
 Okstindbreen – Leirskardal*
- 36 Zu den verlassenen Bergbauern- 161
 höfen im Stormdal
*Storvollen – Bredekfossen –
 Granneset – Bredek – Storvollen*
- 37 Zur Argaladhytta im Skaitidal 165
Skaiti – Argaladhytta – Skaiti
- 38 Kirkskaret – Aussichtspunkt auf 168
 der Insel Austvågøy (Lofoten)
*Lyngvær – Finnmarkdal – Kirkskaret
 (500 m) – Kabelvåg*
- 39 Zum Storheia auf Hadseløya 170
 (Vesterålen)
*Hadsel Kirke – Lekangdal – Storheia
 (504 m) – Hadsel Kirke*
- 40 Auf dem »Rallarveien« 173
 entlang der Ofotbahn
Bjørnfjell Stasjon – Katterat Stasjon

- 41 Sautso Canyon – Nordeuropas 176
 größte Schlucht
*Parkplatz Beskades – Sautso Canyon –
 Parkplatz Beskades*

- 42 Knivskjellodden – nördlichste 179
 Landspitze Europas
*Parkplatz an der Straße zum
 Nordkap – Knivskjellodden –
 Parkplatz*

Weitere Tourenvorschläge 181

Mehrtägige Touren 183
 Nordlandsruta • Øvre-Dividalen-
 Nationalpark

Anhang 184

- Anreise nach Norwegen 184
 Ausrüstung 184
 Bergvereine und Berghütten 184
 Informationsquellen 185
 Öffentliche Verkehrsmittel 185
 Unterkunftsmöglichkeiten 186
 Wanderkarten und Reiseliteratur 188
 Geographische Begriffe 189

Register 190