

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

TEIL 1: ALLGEMEINE INFORMATIONEN

I. ÜBER DAS LAND	4	
1. Geologie & Geographie	4	
2. Klima	5	
3. Flora & Fauna	6	
II. AUSRÜSTUNG & PROVIANT	9	
1. Kleidung	9	
2. Camping-Ausrüstung	19	
3. Stiefel	34	
4. Checklisten	35	
5. Verpflegung	38	
III. UNTERWEGS	42	
1. Orientierung	42	
2. Allg. Wandertips	47	
3. Sicherheit	52	
4. Übernachtung	54	
5. Fremdenverkehrsverbände & Wandervereine	59	
6. Anlagen & Einrichtungen	62	
7. Wanderzeit	64	
8. Verkehrsverbindungen	65	
IV. FREIZEIT-AKTIVITÄTEN	66	
1. Wanderungen	66	8. Hundeschlittenreisen 76
2. Kanufahrten	67	9. Rentierschlittenfahrt 76
3. Bergsteigen	69	10. Gletschertouren 77
4. Floßfahrten	72	11. Goldwaschen 77
5. Stromschnellenfahrt	73	12. Höhlenerkundungen 77
6. Pony-Trekking & Planwagenfahrten	75	13. Radtouren 77
7. Skitouren	75	14. Voyageur-Kanu 77
		15. Draisine-Fahrten 77
V. ANREISE	78	

TEIL 2: WANDERGEBIETE & ROUTENBESCHREIBUNGEN

I. SCHWEDEN	82
Wanderungen im Tiefland	83
S 1 Höga Kustenleden	92
Wanderungen im Gebirge	94
LAPPLAND	96
S 2 Kungsleden 1 (L 1)	96
S 3 Kungsleden 2 (L 2)	104
S 4 Kungsleden 3 (L 3)	107
S 5 Südl. Kungsl. (L 4)	110
s 6 Padjelanta 1 (L 5)	120
S 7 Padjelanta 2 (L 6)	125
S 8 Padjelanta 3 (L 7)	128
S 9 Riksgränsen- Allesjaure (L 8)	130
S 10 Abisko- Katterjåkk (L 9)	134
S 11 Allesjaure- Nikkaluokta (L 10)	138
S 12 Sarek 1 (L 11)	142
S 13 Sarek 2 (L 12)	150
JÄMTLAND-HÄRJEDALEN	153
S 14 Storlien-Sylarna (JH1)	153
S 15 Sylarna-Ljungdalen (JH2)	155
S 16 Vålådalen-Sylarna (JH3)	156
S 17 Vålådalen-Helagshütten (JH4)	161
S 18 Große Rundstrecke (JH5)	162
DALARNA	162
NATIONALPARKS	163
KANUWANDERN IN SCHWEDEN	171
K 1 Wildnissafari	174
K 2 Kanuroute 1 (Dalsland)	174
K 3 Kanuroute 2 (Västerdalsälven)	176
K 4 Kanuroute 3 (Lappland)	179
K 5 Kanuwandern im Voyageurkanu	182
Weitere Routenbeschreibungen	183
FLOSSFAHRT AUF DEM KLARÄLVEN	187

II. NORWEGEN	193
HARDANGERVIDDA	195
N1 Finse-Haukeliseter	196
N2 Geilo-Vøringfoss	204
JOTUNHEIMEN	212
N3 Gjendesheim-Hjelle	213
DOVREFJELL-ROMSDAL	225
N4 Dovrefjell-Romsdal Tour	226
FEMUNDSMARK	233
N5 Røros-Svukuriset-Røros	234
GRENZPFAD VON TROMS	240
N6 Galgujävi-Innset	242
III. FINNLAND	252
SF1 Bärenpfad (Karhunkierros)	254
PIRKANMAA WANDERGEBIET	260
SF2 Pirkka-Route 1 (Baron-Pfad)	261
SF3 Pirkka-Route 2	263
SF4 Pirkka-Route 3	266
MITTELFINNISCHES WANDERGEBIET	268
SF5 Vitasaari-Saarijärvi	269
K6 Wasserwandern	274
FINNISCH-LAPPLAND	276
SF6 Hetta-Pallastunturi	276
SF7 Äkäslompolo-Pallastunturi	280
SF8 Lemmenjokki-Route 1	283
SF9 Lemmenjokki-Route 2	288
NATIONALPARKS	292
ANHANG	298
Wörterverzeichnis geogr. Begriffe	298
Internationaler Jagd- und Wildnis-	
führerverband (IJWV)	299
Ausrüstungsfirmen	300
Bücher	301
Stichwortverzeichnis	305