

Reiseplanung

Die Reiseregion im Überblick	8
Die schönsten Touren	10
In zwei Wochen zu den Highlights des Südens	10
Oslo > Kongsberg > Notodden > Haugesund >	
Stavanger > Mandal > Kristiansand > Arendal	
> Risør > Oslo	
Zwei Wochen Fjorde und Fjells	11
Oslo > Hønefoss > Geilo > Kinsarvik > Kvanndal	
> Bergen > Voss > Flåm > Fjærland > Stryn >	
Ålesund > Dombås > Fagernes > Hønefoss > Oslo	
In vier Wochen von Oslo zum Nordkap	
und zurück	13
Oslo > Lillehammer > Trondheim > Mosjøen	
> Mo i Rana > Narvik > Alta > Honningsvåg >	
Nordkap > Alta > Bodø > Grong > Steinkjer	
> Trondheim > Støren > Røros > Tynset > Elverum	
> Eidsvoll > Oslo	
Touren in den Regionen – Übersicht	15
Special Hurtigruten	
»Hurtigruten – schönste Schiffsreise der Welt«	16
Klima und Reisezeit	18
Anreise	20
Reisen im Land	21
Special Kinder	
»Unterwegs mit Kindern«.....	24
Sport und Aktivitäten	26
Unterkunft	30

Land & Leute

Steckbrief Norwegen	36
Lage][Politik und Verwaltung][Wirtschaft	
Geschichte im Überblick	38
Natur und Umwelt	39
Umweltbewusstsein und Umweltschutz][
Fauna und Flora	
Special Wildlife	
»Wildlife nordisch«.....	43

Die Menschen	45
Samen][Sprache][Religion und Toleranz	
Kunst und Kultur	48
Literatur][Architektur][Malerei][Bild-	
hauerei][Kunsthandwerk][Musik	
Feste und Veranstaltungen	52
Essen und Trinken	53

Unterwegs in Norwegen

Oslo und Umgebung	58
--------------------------------	----

Die norwegische Hauptstadt überzeugt durch ihre Lage am Ende des Oslofjords. Zudem hat sie sich in den letzten Jahren zu einer quicklebendigen europäischen Metropole entwickelt.

Zur Orientierung	59
Tour in der Region	59
Unterwegs in Oslo	61
Festung Akershus][Innenstadt][Museums-	
insel Bygdøy][Weitere Museen	
Special Aker Brygge	
»Angesagt: Aker Brygge«	62
Unterwegs in Oslos Umgebung	72
Henie Onstad Kunstmuseum][Baerums Verk	
][Frederikstad	

Der Süden

Der Süden	75
------------------------	----

Die sonnenverwöhnte Südküste lockt mit Sandstränden, Schären und weißen Hafenstädtchen. Wälder und Seen sind typisch für die traditionsbewusste Provinz Telemark im Landesinneren.

Zur Orientierung	76
Touren in der Region	76
Unterwegs im Süden	79
Kongsberg][Stabkirche Heddal][Mørgedal	
][Haukeligrend][Rjukan][Skien][Telemark-	
Kanal][Risør][Lyngør][Tvedestrand][Grimstad	
][Kristiansand][Mandal][Setesdalen][
Stavanger][Lysefjord	

Das Fjordland	92
Die zerklüftete Küste Norwegens sucht in Europa ihresgleichen.	
Für viele Besucher sind deshalb die Fjorde, die sich vielfingrig bis zu 200 km ins Landesinnere vorschieben, die Seele Norwegens.	
Zur Orientierung	93
Touren in der Region	93
Unterwegs im Fjordland	96
Bergen][Baronie Rosendal][Sørfjord][Utne][
Insel Sotra][Insel Fedje][Voss][Nærøyfjord][
Stabkirche Børgund][Sognefjord][Jostedalsbreen][Jølstravatnet][Nordfjord][Vestkapp][
Geirangerfjord][Trollstigen][Insel Runde][
Ålesund][Moide][Håholmen][Kristiansund	
Täler und Fjells	115
In den großen Tälern leben die Menschen noch heute von der Landwirtschaft. Die Gebirge mit ihren gezackten Gipfeln und die Hochebenen sind menschenleer und ein Paradies für Wanderer.	
Zur Orientierung	116
Touren in der Region	116
Unterwegs in den Tälern und Fjells	120
Hardangervidda][Numedalen][Valdresdal	
][Jotunheimen][Mjøsa-See][Gudbrandsdal	
][Rondane-Gebirge][Dovrefjell][Østerdal	
][Røros	
Unter dem Polarkreis	135
Jenseits von Trondheim wird die Besiedelung spärlicher und die Natur imposanter. Den landschaftlichen Höhepunkt bilden die Lofoten mit ihren Bergriesen.	
Zur Orientierung	136
Touren in der Region	136
Unterwegs unter dem Polarkreis	139
Trondheim][Bølareinen][Namdal	
][Mosjøen][Brønnøysund][Vega-Inseln][Sieben	
Schwestern][Saltfjell-Svartisen][Bodø][
Skulpturenlandschaft Nordland][Lofoten	
][Vesterålen][Steigen][Hamarøy][Narvik	

Der Norden 153

Die unendliche Nordkalotte bis hinauf zum Nordkap ist fast menschenleer, die wenigen Städte liegen meist an der Küste. Nur die Samen trotzen den Mücken auf der Finnmarksvidda.

Zur Orientierung 154

Touren in der Region 154

Unterwegs im Norden 155

Insel Senja][**Tromsø**][**Lyngen-Alpen**][**Alta**
][**Hammerfest**][**Nordkap**][**Karasjok**][**Vardo**][
Kirkenes

Infos von A-Z 162

Register 164

Mini-Dolmetscher 168

**Echt
gut!**

Die schönsten historischen Holzhotels.....	33
Die sehenswertesten Stabkirchen	49
Die besten Fischrestaurants	54
Die interessantesten Freilichtmuseen	69
Die imposantesten Fjorde Norwegens.....	102
Die schönsten Wanderungen.....	122

Karten

Oslo	66
Oslo und Umgebung	73
Der Süden	78
Kristiansand	86
Das Fjordland	94
Bergen	98
Täler und Fjells	119
Unter dem Polarkreis	138
Trondheim	140
Der Norden	154
Übersichtskarte	Umschlag hinten