

Inhalt

Einleitung	6
Skandinavien ...	7
Norwegen	8
1 Edvard Munch und der Oslofjord	12
2 Fjordbyen – Oslos moderne Skyline	14
3 Skulpturen im Vigeland-Park/Frogner-Park	16
4 Auf der Nordseestraße Norwegens Südküste entlang	18
5 Die Hardangervidda – Europas größte Hochebene	20
6 Wunderwerk der Natur: der Geirangerfjord	22
7 Hurtigrute – die „schönste Seereise der Welt“	24
8 Krimis made in Norway	26
9 Telemark – die Wiege des Skisports	28
10 Lillehammer – Olympisches Museum und Freilichtmuseum Maihaugen	30
11 Das mittelalterliche Bergen und Spuren der Hanse	32
12 Zwischen Gudvangen und Flåm – Hohepunkte des Fjordlandes	34
13 Wanderungen zu den Gletscherzungen Nigardsbreen, Bøyabreen und Supphellebreen	36
14 Abstecher zum norwegischen Westkap – mit Blick auf den Atlantik	38
15 Ålesund, die Jugendstilstadt	40
16 Molde – Internationales Jazzfestival	42
17 Malerisches Trondheim – Norwegens alte Hauptstadt	44
18 Traumstraße zur Mitternachtssonne – der Reichsweg 17	46
19 Ferien in urigen Rorbuer auf den Lofoten	48
20 Der Trollfjord auf den Vesterålen – die schönste Sackgasse der Welt	50
21 Tromsø – urbanes Leben nördlich des Polarkreises	52
22 Das Nordkap – nicht nur der Mitternachtssonne wegen	54
Schweden	56
23 Auf den Spuren von Alfred Nobel	60
24 Stockholm mit Gamla Stan, Königlichem Schloss und Storkyrkan	62
25 Svea, Wikinger und jede Menge Gold: das Historische Museum	64
26 Scharengarten und Scharenboote	66
27 Göteborg – die pulsierende Westküstenmetropole	68
28 Der Charme der Entschleunigung: mit dem Oldtimer-Schiff von Göteborg nach Stockholm	70

29	Ein Land für Angler	72
30	Mittsommer – das Volksfest des Jahres	74
31	Schloss Gripsholm	76
32	Krebsessen – feierlich zelebriert	78
33	Modernes Schweden in Malmö	80
34	Durch Schwedens Mitte: Von Kristinehamn nach Gällivare und weiter auf der Erzstrecke	82
35	Idylle pur an Schwedens südlichstem Punkt	84
36	Das Streichholzmuseum in Jönköping	86
37	Das mittelalterliche Visby auf Gotland	88
38	Der Wasa-Lauf in Dalarna	90
39	Luleå und Gammelstad – am nördlichen Ende der Ostsee	92
40	Der Wintermarkt der Samen in Jokkmokk	94
41	Für Spezialisten: der Fernwanderweg Kungsleden	96
42	Kiruna: Eine Stadt zieht um	98
Finnland		100
43	Der Klassiker – die finnische Sauna	104
44	Spezialitäten wie Aalquappen-Rogen, Malzbrei, Piroggen, Moltebeeren, Elchbraten oder Rentierschnetzeltes	106
45	Design und Architektur in Helsinki	108
46	Alvar Aalto – Großmeister der Moderne	110
47	Helsinkis Bibliotheken	112
48	Inselfestung Suomenlinna	114
49	Schärenidyll bei Tammisaari (Ekenäs)	116
50	Festivals in Turku	118
51	Ganz schön schräg – die Finnen und ihre skurrilen Sportevents	120
52	Auf der historischen Königsstraße	122
53	Die Åland-Inseln	124
54	Die Altstadt von Rauma	126
55	Lahti – nicht nur für Langläufer	128
56	Bootswandern auf vielen Seen	130
57	Die Opernfestspiele Savonlinna	132
58	Die größte Holzkirche der Welt	134
59	Vaasa – die schwedische Exklave	136
60	Mit dem Hundeschlitten durch Lappland	138
61	Wo bitte wohnt der Weihnachtsmann?	140
62	Dem Polarlicht ganz nah – Kakslauttanen Arctic Resort	142
Dänemark		144
63	Das Königliche Schloss Frederiksborg	148
64	Musik und Meer – Opernhaus und Aquarium Der Blaue Planet in Kopenhagen	150
65	Carlsberg – Geschichte einer Brauerei	152
66	Dänemarks Freizeit- und Vergnügungsparks: Tivoli, Bakken, Djurs Sommerland, Legoland, LEGO House	154
67	Radtour auf der Traumstraße der dänischen Riviera	156
68	Øresund-Brücke – die dänisch-schwedische Verbindung	158
69	Dänische Delikatessen	160

70	Mit Hans Christian Andersen durch Odense	162
71	Segeln in der „Dänischen Südsee“ bei Langeland	164
72	Für Inselfans:	
	Avernakø, Bjørnø, Drejø, Hjortø, Lyø, Skarø	166
73	Aufstieg und Fall der Wikinger in Ribe	168
74	Insel Fanø – Seefahrtstradition, Ferienhäuser und endloser Sandstrand	170
75	Die Nordseeküste von Jütland	172
76	Eine Klasse für sich – Urlaub im dänischen Ferienhaus	174
77	Bernstein – das Gold der Nordsee	176
78	Skagen – der nördlichste Punkt	178
79	Aalborg – das Utzon Center an der Hafenfront	180
80	Aarhus – Kopenhagens kleine Schwester	182
81	Bornholm – das Inseljuwel	184
82	Mit Julemanden und Julenisser – Auf geht's zu Dänemarks Weihnachtsmärkten	186
83	Die autonomen Färöer-Inseln	188
Island		190
84	Isländische Naturphänomene I: Gletscher und Gletscherläufe	194
85	Isländische Naturphänomene II: Lawinen und Treibeis, Seen, Flüsse und Wasserfälle	196
86	Heiß und stinkig: Geysire	198
87	In der Blauen Lagune	200
88	Reykjavík – die nördlichste Hauptstadt der Welt	202
89	Mit dem Geländewagen durch das einsame Hochland	204
90	Mit dem Islandpony unterwegs	206
91	Island kulinarisch: gesengte Schafsköpfe und verrotteter Hai	208
92	Inselumrundung: Halbinsel Snæfellsnes	210
93	Die Westfjorde – das geologisch älteste Island	212
94	Wertvolles Handelsgut – isländische Eiderdaunen	214
95	Die Edda – Götter- und Heldenlieder	216
96	Die Metropole im Norden: Akureyri	218
97	Die Walbucht von Húsavík	220
98	Die Pseudokrater vom Mückensee (Mývatn)	222
99	Im Skaftafell-Vatnajökull-Nationalpark und die Südostküste entlang	224
100	Ausflug von Reykjavík auf die Westmännerinseln	226
101	Papageientaucher – die Clowns des Nordatlantiks	228
Anhang		230
Reiseformen		232
Unterwegs in Skandinavien		235
Das Jedermannsrecht		237
Besondere Lichtverhältnisse: Mitternachtssonne, Nord- oder Polarlicht		239
Die Ureinwohner Skandinaviens: die Samen		241
Abbildungsnachweis		245
Stichwortverzeichnis		246
Die Autoren		249