

Inhalt

Am Rand des Kontinents: ›Die Schweiz am Meer‹	10
Reisen in Norwegen	12
Planungshilfe für Ihre Reise	14
Vorschläge für Rundreisen	19

Wissenswertes über Norwegen

Steckbrief Norwegen	24
Natur und Umwelt	26
Wirtschaft, Soziales und aktuelle Politik	36
Geschichte	40
Zeittafel	48
Gesellschaft und Alltagskultur	50
Architektur und Kunst	54

Wissenswertes für die Reise

Anreise und Verkehr	64
Übernachten	71
Essen und Trinken	74
Outdoor	79
Feste und Veranstaltungen	84
Reiseinfos von A bis Z	87

Unterwegs in Norwegen

Kapitel 1 – Oslo und Oslofjord

Auf einen Blick: Oslo und Oslofjord	106
Oslo	108
Im Inneren Zirkel	108
Am Oslofjord	112
Bygdøy	114
Im Zeichen der Kunst	116
Rings um den Oslofjord	126
Halden	126

Aktiv: Mit Kanu oder Schiff über den Halden-Kanal	128
Fredrikstad	129
Horten und Umgebung	131
Tønsberg und Umgebung	133
Sandefjord	135
Aktiv: Mit dem Fahrrad die »Küstenroute« entlang	136

Kapitel 2 – Das Østland

Auf einen Blick: Das Østland	140
Durch die Telemark	142
Von Oslo nach Hokksund	142
Kongsberg	143
Stabkirche von Heddal	145
Über die Tuddalstraße nach Rjukan	145
Rjukan	147
Aktiv: Gaustatoppen: Wanderung auf das »Dach« der Telemark	148
Von Rjukan nach Haukeliseter	149
Über Røldal nach Odda	152
Hardangervidda	156
Nationalpark Hardangervidda	156
Durch das Numedal nach Geilo	157
Geilo	161
Aktiv: Mit dem Rad den Rallarvegen entlang	162
Ausflüge von Geilo aus	163
Aktiv: Mit der Bergenbahn über die Hardangervidda	166
Jotunheimen	168
Vågåmo	168
Lom	170
Vom Valdres ins Ottadal	173
Aktiv: Der Besseggenrat – Wandern auf Peer Gynts Spuren	178
Über die Sognefjellstraße ins Ottadal	180
Aktiv: Aufstieg auf den Galdhøpiggen	182
Durch das Gudbrandsdal	184
Am Mjøsa-See entlang	184
Lillehammer	187
Von Lillehammer nach Otta	192
Rondane-Nationalpark	199

Das obere Gudbrandsdal.....	199
-----------------------------	-----

Entlang der schwedischen Grenze	203
Von Halden nach Kongsvinger.....	203
Durch den Finnskogen nach Elverum	206
Trysil	208
Zum Femund-See und Umgebung	209
Auf dem Rørosvegen.....	213
Røros.....	213

Kapitel 3 – Das Sørland

Auf einen Blick: Das Sørland	218
Riviera am Skagerrak	220
Die ›Weißen Orte‹	220
Aktiv: Auf dem Telemark-Kanal vom Meer in die Bergwelt	222
Kristiansand	226

Im Angesicht der Nordsee	231
Mandal	231
Kap Lindesnes	232
Flekkefjord.....	233
Egersund	234
Aktiv: Mit dem Rad die ›Nordsee-Route‹ entlang	235
Der Nordsjøveien	236

Kapitel 4 – Das Vestland

Auf einen Blick: Das Vestland	240
Stavanger und Umgebung.....	242
Stavanger.....	242
Von Stavanger nach Norden.....	250
Aktiv: Der Preikestolen – Norwegens berühmteste Felskanzel	251
Aktiv: Wanderung auf den Gipfel des Kjerag	252

Bergen.....	254
Rings um den Hafen	255
Durch das Hanseviertel.....	256
Die Bergens Kunstgate entlang	259
Über die Nordnes-Halbinsel	261
Rings um Bergen.....	262
Aktiv: ›Norwegen in einer Nussschale‹	268

Hardangerfjord	272
Am Sørfjord.....	273

Aktiv: Wanderung zur Gletscherzunge	
Buarbreen	276
Folgefonn-Nationalpark.....	277
Halbinsel Kvinnherad	280
Kinsarvik und Lofthus	280
Nach Bergen.....	284
Voss	284
 Sognefjord	 286
Am Südufer	286
Im Lærdal.....	294
Am Nordufer	295
Lustrafjord.....	298
Nationalpark Jostedalsbreen	301
Fjærland.....	304
 Auf der ›Goldenen Route‹	 306
Durch das Ottadal.....	306
Auf dem Geirangervegen	308
Geirangerfjord	311
Auf Panoramastraßen nach Åndalsnes.....	313
Åndalsnes	316
Durch das Romsdal	319
 Ålesund.....	 320
Stadtrundgang	320
Weitere Sehenswürdigkeiten	321
Insel Runde	328
 Von Molde nach Kristiansund.....	 329
Molde	329
Auf dem Atlanterhavsveien.....	331
Kristiansund	333
 Kapitel 5 – Trøndelag	
 Auf einen Blick: Trøndelag	 338
Das Dovrefjell	340
Dovrefjell-Sunndalsfjella-Nationalpark.....	340
Von Dombås nach Oppdal	341
Oppdal	344
 Trondheim.....	 346
Stadtrundgang	346
Weitere Sehenswürdigkeiten	351
Aktiv: Lachsangeln in der ›Königin der Flüsse‹	355

Kapitel 6 – Nord-Norge

Auf einen Blick: Nord-Norge	358
Von Trondheim zum Nordkap.	360
Durch Nord-Trøndelag	360
Zum Polarkreis	362
Saltdal	365
Entlang der ›Wespentaille‹ Norwegens	367
Narvik	369
Von Narvik nach Alta	371
Alta	375
Aktiv: Wanderung zum Alta-Canyon	376
Von Alta nach Hammerfest	379
Hammerfest	379
Zur Nordkap-Insel Magerøya	382
Aktiv: Knivskjellodden: Zu Fuß ans Ende der Welt	386
Der Kystriksveien	388
Von Namsos nach Brønnøysund	389
Aktiv: Inselhüpfen mit dem Fahrrad	396
Von Brønnøysund nach Sandnessjøen	397
Von Sandnessjøen nach Bodø	399
Bodø	404
Die Lofoten	408
Austvågøy	409
Vestvågøy	416
Flakstadøy	419
Moskenesøy	423
Die ›Wal-Route‹	426
Tromsø	428
Im Stadtteil Tromsdalen	428
Auf Tromsøya	429
Aktiv: Aufstieg zum Gipfel des Tromsdalstind	434
Die Finnmark	436
Porsangerfjord	436
Karasjok	439
Kautokeino	442
Varanger-Halbinsel	446
Kirkenes	450
Aktiv: Das Pasviktal – Stippvisite in der Taiga	452
Kulinarisches Lexikon	454
Sprachführer	456

Register 458
Bildnachweis/Impressum 464