

INHALT

5 – Vorwort

6 – Wer wir sind

8 – Vorbereitung

- 8** **Reisefahrzeug**
- 16** **Routenplanung**
- 20** **Übernachten**
- 24** **Wissenswertes**

28 – Es geht los

30 – Dänemark

- 44** **Kopenhagen**

48 – Schweden

- 54** **Südschweden**
- 68** **Mittelschweden**
- 74** **Stockholm**
- 80** **Mittelschweden**
- 100** **Nordschweden**

114 – Norwegen

- 120** **Nordnorwegen**
- 168** **Mittelnorwegen**
- 180** **Trondheim**
- 182** **Südnorwegen**

Packlisten

- 14** **Campingküche**
- 22** **Campvibes**
- 86** **Kanu**
- 132** **Was gehört in den Rucksack?**

61 Wildcamping-Knigge

64 Astrid-Lindgren-Orte

83 Kanutour

Rezepte

- 92** **Zimtschnecken**
- 124** **Stockbrot**
- 199** **Vegane Köttbullar-Soße**