

# Inhalt

Vorwort	4
Kartenverzeichnis	10
Steckbrief Norwegen	10
Hinweise zur Benutzung	11
Die Regionen im Überblick	12
Reiserouten und Touren	14
Südnorwegen: Zu jeder Zeit	20
Zehn Orte zum Staunen	22
Fünf Ziele für Familien	24
Fünf typisch norwegische Erlebnisse	25

## 1 Oslo und Umgebung 26

<b>Oslo</b>	<b>29</b>
<i>Der Friedensnobelpreis</i>	39
<i>Oslo auf Nebenwegen</i>	43
<i>Projekt Fjordbyen</i>	50
<b>Östlich des Oslofjords</b>	<b>76</b>
Halden	76
Sarpsborg	78
Fredrikstad	80
<i>Felszeichnungen –</i>	
<i>Erzählungen aus alter Zeit</i>	85
Oldtidsruta/Rv 110	87
Hvaler	88
Hankø	88
Moss	89
Drøbak	91
Askim und Mysen	94
<b>Westlich des Oslofjords</b>	<b>95</b>
Drammen	95
Horten	99
Holmestrand	100
Åsgårdstrand	101
Tønsberg	102
Nøtterøy und Tjøme	105
Westl. und nördl. von Tønsberg	107
Sandefjord	107

Larvik	112
<i>Sehnsucht nach der Ferne</i>	114
Stavern	117
Nevlunghavn/Mølen	118
Ula und Kjerringvik	118
Helgeroa	118
Rv 40	121

## 2 Der Süden 122

<b>Die Küste entlang</b>	<b>125</b>
Porsgrunn und Skien	128
Kragerø	131
Jomfruland	135
Skåtøy	136
Portør	136
Drangedal	136
<i>Theodor Kittelsen</i>	137
Risør	138
Tvedestrand und Lyngør	142
Arendal	144
Grimstad	147
Lillesand	149
Kristiansand	151
Mandal	161
Skjernøya, Kap Lindesnes	164
Lyngdal/Lista	165
Kvinesdal/Knaben/Feda	167
Flekkefjord	168
Sirdal	170
Nordsjøvegen –	
von Flekkefjord nach Egersund/	
Stavanger	171
Stavanger	176
<i>Flucht in die Neue Welt</i>	177
<i>Niels Henrik Abel –</i>	
<i>Genie der Mathematik</i>	187
Sola	190
Sandnes	192
Lysefjord – Preikestolen	193
<b>Das Binnenland</b>	<b>196</b>

Kongsberg	197	Bergen	268
Rosenmalerei	199	Osterøy	293
Numedal	201	Sotra/Øygarden	293
Notodden	205	<b>Nördlich von Bergen</b>	<b>294</b>
Rjukan	207	Dale	294
Snowshoe Thompson	208	Voss	294
Bø i Telemark	213	Küste bis Sognefjord	298
Telemark-Kanal	215	<b>Sognefjordregion</b>	<b>300</b>
Seljord	217	Äußerer Sognefjord und Dalsfjord	301
Morgedal	218	Vik/Vangsnes	303
Die Entstehung des modernen Skilaufs	219	Gamalost – der Käse der Wikinger	304
Kviteseid/Vrådal/Fyresdal	219	Gudvangen/Nærøyfjord/Undredal	306
Nisser – die Kobolde Norwegens	220	Flåm	308
Dalen	223	Aurland	311
Haukelifjell	225	Lærdal	313
Setesdal	226	Øvre Årdal	316
Evje	226	Kaupanger	317
Byglandsfjord	228	Sogndal	318
Rysstad	230	Solvorn/Urnes/Hafslo	321
Valle	231	Gaupne/Jostedalen	323
Bykle	231	Luster	325
Hovden	232	Skjolden	327
		Mittlerer Sognefjord – Nordufer	329
		<b>Zwischen Sogne- und Nordfjord</b>	<b>335</b>
		Skei	335
		Gaular	338
		Førde	339
		Florø	341
		Bremanger	343
		<b>Nordfjord</b>	<b>344</b>
		Måløy	345
		Selje/Vestkapp	347
		Die Legende von der	
		Heiligen Sunniva	349
		Nordfjordeid	350
		Ørsta/Volda	352
		Sandane	354
		Ostende des Nordfjords	355
		<b>Wege zwischen Geirangerfjord</b>	
		<b>    und Trondheim</b>	<b>362</b>
		Geirangerfjord	362
		Die Trolle	368
		Trollstigen und Åndalsnes	369

3

Der Westen

234

**Hardangerfjord**

Røldal

Sauda

Sand/Ryfylke

Odda

Westufer

Lofthus

Kinsarvik und Eidfjord

Ulvik und Granvin

Øystese/Norheimsund

**Küste zwischen Stavanger**

**und Bergen**

Karmøy

Haugesund

Tysnes – die Götterinsel

Rosendal

236

237

240

241

245

247

249

250

255

256

258

259

262

264

267

Ålesund	374	<i>Ein Gesetz wird geschaffen –</i>	
Hareid und Vogelinsel Runde	382	<i>die Reichsversammlung</i>	
Molde	384	<i>und der 17. Mai</i>	446
Kristiansund	391	Lillehammer	450
Zwischen Kristiansund		Ringebu	461
und Trondheim	394	Vinstra	464
		Otta	465
		Dombås	467
		Dovrefjell	468
		Oppdal	471
		<b>Östlich des Gudbrandsdal</b>	<b>474</b>
		Kongsvinger	475
		Elverum	476
		Østerdalsveien	478
		Trysil	481
		Femundsee und Nationalparks	482
		Røros	484
<b>4 Der Osten</b>	<b>396</b>		
<b>Gebirge und Täler westlich</b>			
<b>des Gudbrandsdal</b>	<b>399</b>		
Hønefoss und Tyrifjord	399		
Krøderen	402		
<b>Hallingdal</b>	<b>403</b>		
Nesbyen	404		
Gol	405		
Hemsedal	407		
Torpo/Ål	409		
Hol	410		
Geilo	410		
Hardangervidda	412		
<i>På Hytta – das Glück im Kleinen</i>	413		
Finse	414		
<b>Valdres</b>	<b>415</b>		
Fagernes	416		
Das Valdres-Tal ab Fagernes	419		
Borgund-Stabkirche	421		
Beitostølen/Valdresflya	422		
Vågåmo	430		
Lom	431		
<b>Jotunheimen</b>	<b>435</b>		
Sognefjellveien	435		
Stichstraßen in das			
Herz Jotunheimens	437		
<i>Nordische Mythologie –</i>			
<i>von Göttern, Riesen und</i>			
<i>anderen Wesen</i>	438		
<b>Mjøsa-See und Gudbrandsdal</b>	<b>441</b>		
Hadeland und Gjøvik	442		
Eidsvoll	445		
Hamar	446		
		<b>5 Praktische</b>	
		<b>Reisetipps A–Z</b>	<b>488</b>
		Anreise	490
		Autofahren	498
		Barrierefreies Reisen	505
		Camping	505
		Einkaufen	507
		Ein- und Ausreisebestimmungen	510
		Elektrizität	512
		Essen und Trinken	512
		Feiertage, Feste und Events	516
		Fotografieren	517
		Geld	517
		Gesundheit	518
		Mit Haustier unterwegs	520
		Information	520
		Mit Kindern unterwegs	522
		Klima und Reisezeit	523
		Kommunikation unterwegs	525
		LGBT+	526
		Maße und Gewichte	526
		Notfälle	526
		Öffnungszeiten	528

Orientierung und Landkarten	529
Post	531
Rauchen	531
Reisegepäck und Ausrüstung	531
Sicherheit	532
Sport und Aktivitäten	532
THEMA Angeln	534
THEMA Rad fahren	539
THEMA Wandern	545
<i>Arbeiten und Studieren in Norwegen</i>	546
<i>Der Streit um das richtige Norwegisch</i>	548
Sprache	549
Unterkunft	550
Verhaltenstipps	553
THEMA Jedermannsrecht	553
Verkehrsmittel	554
Zeit	561

## **6 Land und Leute 562**

Naturraum	564
<i>Reise durch die Vegetationszonen</i>	567
<i>Walfang</i>	569
<i>Nationalparks Norwegens</i>	572
<i>Polarkreis, Polarnacht</i>	
<i>und Mitternachtssonne</i>	578
Geschichte	582
Staat und Gesellschaft	590
Wirtschaft	594
Bevölkerung	597
Religion	601
Kunst und Kultur	601
<i>Edvard Munch</i>	608

## **7 Anhang 614**

Literaturtipps	616
Kleine Sprachhilfe (bokmål)	619
Register	622
Der Autor	635
Schreiben Sie uns!	636