

<b>Land und Leute</b>	20
<b>Südnorwegen erleben</b>	20
Geologie und Geografie	22
Entstehungsgeschichte	22
Landschaftsformen	23
Bodenschätze	25
Klima und Reisezeit	26
Flora	27
Sommergrüne (nemorale) Laubwälder	27
Nordeuropäische Mischwälder	27
Boreale Nadelwälder	28
Tundra	28
Fauna	29
Im Wasser	29
Landsäuger	30
Vögel	31
Nationalparks	32
Umweltschutz und Umweltprobleme	33
<b>Geschichte</b>	36
Die Germanen	36
Die Samen	37
Die Expeditionen der Wikinger	38
Königreich Norwegen	39
Hanseatischer Handel	40
Dänische Domäne	41
Nationale Erneuerung	41
Erster und Zweiter Weltkrieg	43
Wohlstand und Wohlfahrt	44
Norwegen im 21. Jahrhundert	45
Zeittafel	46
<b>Staat und Gesellschaft</b>	48
Politisches System	48
Parteien	49
Gewerkschaften	50
Bildung und Arbeit	51
Gesundheits- und Sozialwesen	51
Chancengleichheit	52
<b>Wirtschaft</b>	53
Erdöl und Erdgas	53
Fischfang und Aquakultur	54
Landwirtschaft	54
Weiterverarbeitende Industrie	56
Tourismus	56
<b>Kunst und Kultur</b>	57
Literatur	57
Malerei und Bildhauerei	60
Musik	61
Film	63
Landestypische Architektur	64

<b>Bevölkerung</b>			67
Bevölkerungsstruktur	68	Sprache	69
Die samische Bevölkerung	68	Folklore und Tradition	70
Religion	69		

## **Reisepraktisches** 72

---

<b>Anreise</b>			72
Einreiseformalitäten und Zoll	73	Via Ostdeutschland	78
Mit dem eigenen Fahrzeug und der Fähre	75	Mit dem Bus	79
Direktverbindung ab Kiel	76	Mit der Bahn	80
Ab Jütland/Dänemark	76	Mit dem Flugzeug	81
Via Seeland (DK)	78		

<b>Unterwegs in Südnorwegen</b>			82
Mit Auto, Wohnmobil oder Motorrad	83	Autofahren	88
Verkehrsvorschriften	83	Passagierdienst	88
Tanken und Parken	84	Hurtigruten	89
Entfernungen	84	Sightseeing	89
Maut	85	Mit dem Bus	90
Straßensperrungen	85	Mit der Bahn	90
Wohnwagengespanne	86	Ticketoptionen	91
Mietwagen	86	Südnorwegens schönste Bahnstrecken	92
Mit dem Fahrrad	86	Mit dem Flugzeug	92
Zu Wasser	87		

<b>Übernachten</b>			93
Hotels	93	Wanderhütten	96
Hytter (Hütten/Ferienhäuser)	94	Camping	96
Rorbuer	95	Pensionen und Gästehäuser	97
Vandrerhjem, Jugendherberge, Hostel	95		

<b>Essen und Trinken</b>			98
Typisch norwegisch	98	Wo isst man?	102
Wann isst man?	101		

<b>Sport, Freizeit, Abenteuer</b>	<b>103</b>		
Angeln	103	Kanu und Kajak	107
Bergsteigen und Klettern	104	Orientierungssport	108
Bergwandern	104	Outdoor-Abenteuer	108
Fliegen	105	Rafting	109
Gletscherwandern	106	Reiten	109
Minerallensuche	106	Segeln	109
Golf	106	Skilaufen	110
Hundeschlittenfahren	106	Surfen und Kiteboarden	111
Jagen	107	Tauchen	111
 <b>Wissenswertes von A bis Z</b>			<b>112</b>
Ärztliche Versorgung	112	Kartenmaterial, Navi, GPS	123
Alkohol	113	Kinder	124
Apotheken und Medikamente	113	Kriminalität	124
Arbeiten und Auswandern	113	Maßeinheiten und Gewichte	124
Ausrüstung und Kleidung	114	Medien (deutschsprachig)	124
Baden und Schwimmen	115	Mückenschutz	125
Behinderung	115	Museen	125
Diplomatische Vertretungen	116	Nachtleben	126
Drogen	116	Nationalflagge	126
Einkaufen	117	Nationalhymne	126
Ermäßigungen	117	Notruf	127
Feiertage und Ferien	118	Öffnungszeiten	127
Festivals und Veranstaltungen	118	Pannenhilfe	127
FKK	119	Post und Paket	127
Foto und Film	119	Rauchen	128
Gasflaschen	120	Sommerzeit	128
Geld und Finanzen	120	Strom und Steckdosen	128
Haustiere	121	Taxis	128
Homosexuelle Szene	121	Telefonieren	129
Internet	121	Touristeninformationen	130
Jedermannsrecht	122	Trampen	130
		Trinkgeld	131
		Trolle	131

<b>Der Oslofjord</b>			<b>134</b>
<b>Oslo</b>			<b>135</b>
Stadtstruktur	138	Sehenswertes in der	
Stadtgeschichte	139	Umgebung von Oslo	172
Sehenswertes	161		
<b>Die Ostseite des Oslofjords</b>			<b>174</b>
Fredrikstad	174	Drøbak	182
Sarpsborg	177	Verwaltungsbezirk Akershus	183
Moss und Insel Jeløy	180		
<b>Die Westseite des Oslofjords</b>			<b>184</b>
Drammen	184	Åsgårdstrand	188
Horten	186	Tønsberg	189
<b>Die Südküste</b>			<b>194</b>
<b>Von Sandefjord nach Kristiansand</b>			<b>195</b>
Sandefjord	196	Kragerø	207
Ula	200	Risør	209
Larvik	201	Tvedestrand	212
Stavern	204	Arendal	213
Abstecher Skien/ Telemarkkanal	206	Fevik	216
Brevik	206	Grimstad	217
Langesund	206	Lillesand	219
<b>Kristiansand</b>			<b>222</b>
Stadtstruktur	222	Sehenswertes in Kristiansand und Umgebung	228
Stadtgeschichte	223	Ausflüge in die Umgebung	229
<b>Von Kristiansand nach Stavanger</b>			<b>231</b>
Mandal	232	Flekkefjord	240
Halbinsel Lista	235	Egersund	241
Kvinesdal	237	Jæren-Ebene	243
Knaben	239		
<b>Stavanger</b>			<b>244</b>
Stadtstruktur	245	Sehenswertes im Zentrum	255
Stadtgeschichte	245	Gamle Stavanger/Alt-Stavanger	256

Sehenswertes südwestlich und südlich des Zentrums	257	Umgebung von Stavanger	259
<b>Südliches Fjordland</b>		<b>260</b>	
<b>Um den Boknafjord</b>		<b>260</b>	
Lysefjord	261	Ryfylke-Inseln	266
Sehenswertes um den Lysefjord	263	Hjelmelandsvågen	266
Preikestolen	263	Sand	268
Die Ryfylke-Region	265	Umgebung von Sand	271
		Sauda	271
<b>Um den Hardangerfjord</b>		<b>273</b>	
Sørfjord	274	Eidfjord und Øvre-Eidfjord	283
Odda	275	Ulvikfjord/Ulvik	286
Die Westseite des Sørfjords	278	Osafjord/Osa	287
Utne	278	Granvinfjord/Granvin	288
Die Ostseite des Sørfjords	279	Weitere Stationen am Hardangerfjord	288
Lofthus	279	Norheimsund	288
Kinsarvik	280	Rosendal	289
Um den Eidfjord	282		
<b>Entlang der Küste von Stavanger nach Bergen</b>		<b>291</b>	
Insel Karmøy	291	Kopervik	294
Skudeneshavn	293	Avaldsnes	294
Åkrehamn	294	Haugesund	296
<b>Bergen</b>		<b>299</b>	
Stadtstruktur	300	Sehenswertes außerhalb des Zentrums	319
Stadtgeschichte	300	Ausflüge in die Umgebung	320
Sehenswertes	314		
<b>Binnenland</b>		<b>322</b>	
<b>Hallingdal</b>		<b>323</b>	
Hønefoss	324	Gol	329
Nesbyen	328		
<b>Numedal</b>		<b>331</b>	
Kongsberg	333	Durch das Numedal von Süd nach Nord	336
<b>Telemark</b>		<b>337</b>	
Notodden	338	Rauland	344
Rjukan	340	Seljord	345

Bø (i Telemark)	346	Drangedal	354
Morgedal	348	Reise durch das Drangedal	355
Dalen	349	Skien	356
Telemarkkanal	350	Porsgrunn	357
Vrådal	353		

## **Hardangervidda und Hardangervidda-Nationalpark** \_\_\_\_\_ 359

Wandern in der Hardangervidda	360	Biketour auf dem Rallarvegen	364
Südliche Hardangervidda	361	Myrdal	365
Haukeli und Haukelifjell	362	Voss	365
Nördliche Hardangervidda	363	Flåm und Flåmsbana	368
Finse	364	Geilo	371

## **Setesdal** \_\_\_\_\_ 375

Evje-Hornnes	376	Valle und Rysstad	383
Byglandsfjord und Bygland	379	Bykle	385
Abstecher ins Sirdal	381	Hovden	385

## **Um den Mjosasee** \_\_\_\_\_ 387

Lillehammer	389	Stange	403
Gjøvik	397	Eidsvoll	404
Hamar	399		

# **Kleiner Wanderführer für Südnorwegen** \_\_\_\_\_ 406

Wanderung 1	Kyststi Stavern	410
Wanderung 2	Zum Preikestolen	412
Wanderung 3	Über die Mönchstreppe auf die Hardangervidda	413
Wanderung 4	Bergens Hausberge – vom Fløyen zum Ulriken	415
Wanderung 5	Zur Knutehytta	418
Wanderung 6	Auf den Årdalsknappen	420

Alle Wanderungen sind mittels GPS kartiert. Waypoint-Dateien zum Downloaden unter: [www.michael-mueller-verlag.de/gps](http://www.michael-mueller-verlag.de/gps)

## **Etwas Norwegisch** \_\_\_\_\_ 422

## **Register** \_\_\_\_\_ 429