

Auf den Spuren von Elfen und Trollen in Island	11
Elfen, Trolle und das huldufólk	14
Elfen heute	20
Geschenke von Elfen	22
Festtagsbräuche in Verbindung mit Elfen	24
Vopnafjörður – Ostisland	27
<i>Die Geschichte von dem Jungen aus dem Sunnudal</i>	28
<i>Der Mann im Wasserfall</i>	31
<i>Der Traum von Björg Helgadóttir</i>	32
<i>Die Landratsfrau von Burstarfell</i>	34
Borgarfjörður eystri – Ostisland	37
<i>Álfadans – Elfentanz</i>	39
<i>Beeile dich!</i>	40
<i>Unheimliche Wesen in Njarðvík</i>	41
<i>Naddi</i>	43
<i>Snotra</i>	44
<i>Das Dorf Bakkagerði in Borgarfjörður eystri</i>	48
<i>Jóhannes Sveinsson Kjarval</i>	48
<i>Die Elfenfrau von Bakkagerði</i>	50
<i>Das unheimliche Licht</i>	50
<i>Die Elfenburg – Álfaborg</i>	54
<i>Das Elfenvolk aus der Álfaborg</i>	55
<i>Die Elfenfrau Borghildur</i>	56

<i>Borgar-Márin</i>	58
<i>Ein Mädchen heiratet in der Elfenburg</i>	60
<i>Das Kirchengespenst von Desjarmýri</i>	62
<i>Der schöne Hügel – Fagrahól</i>	64
<i>Die Elfenfrau im Fagrahól</i>	65
<i>Hofströnd – Höfn</i>	66
<i>Hafnarbræður</i>	67
<i>Skelja-Glámur</i>	68
<i>Das unklare Anliegen</i>	68
<i>Das Fjordtal von Borgarfjörður eystri</i>	70
<i>Folge meiner Spur</i>	70
<i>Die Elfen aus dem dunklen Tal</i>	71
<i>Gellivör</i>	77
<i>Hamra Setta</i>	82
<i>Unsichtbare Pferde und das verschwundene Lamm</i>	83
<i>Der Elfenmann im großen Stein</i>	85
<i>Das Mädchen von Hvannstóð</i>	86
<i>Dis hat Manga umgebracht</i>	87
<i>Die Frau in Stefáns Traum</i>	88
<i>Ungeheuer und Gespenster in den Buchten von Borgarfjörður eystri</i>	90
<i>Das Ungeheuer von Brúnavík</i>	90
<i>Seekühe in Breiðuvík</i>	91
<i>Die Gänseseen</i>	92
<i>Sigvaldi und Gunna</i>	94

Hier sind alle fröhlich94

*Gekennzeichnete Wanderwege rund um Borgarfjörður
eystri*.....96

Seyðisfjörður – Ostisland 99

Die Trollfrau unter dem Fardagafoss101

Katla.....101

Der Gufufoss102

Die Elfenburg im Vestdal102

Der Zwergenstein – Dvergasteinn.....104

Ein Wasserteufel im Hánefsstaðafloss.....106

Wanderwege.....107

**Rund um den Lagarfljót im
Fljótsdalshérað – Ostisland** 109

Skrukka.....109

Birna und Skit-Oddur110

Dort darfst du nicht liegen111

Gespenster an der Mündung des Ormarstaðaflosses112

Die Elfenfrau Fjalgerður.....112

Der singende Stein – Ás.....113

Elfen wechseln ihren Wohnort114

Reisende115

Der Junge im Elfenstein115

Das Ungeheuer im Lagarfljót.....116

Seekühe im Lagarfljót.....118

Die Geschichte von Jón Oddsson.....118

<i>Elfen in der Hengifossárschlucht</i>	<i>120</i>
<i>Der Felsen Einbúi</i>	<i>120</i>
<i>Skriðuklaustur</i>	<i>122</i>
<i>Der Trollfrauenwall</i>	<i>123</i>
<i>Valþjófsstaðir</i>	<i>124</i>
<i>Der Kirchenfelsen</i>	<i>124</i>
<i>Hallormstaður</i>	<i>125</i>
<i>Gekennzeichnete Wanderwege im Hallormstaðawald</i>	<i>125</i>
<i>Das Gespenst in der Vallaneskirche</i>	<i>127</i>
<i>Du bist so heiß.....</i>	<i>128</i>
<i>Grimur und Bera.....</i>	<i>129</i>
<i>Geheimnisvolles Licht</i>	<i>130</i>
<i>Die Trollfrau aus der Köldukvislarschlucht.....</i>	<i>130</i>
<i>Die Menschenhand.....</i>	<i>131</i>
<i>Mókollur.....</i>	<i>132</i>
<i>Das Elfenvolk in den Felsen von Egilsstaðir.....</i>	<i>133</i>
Hafnarfjörður – Südwestisland	136
<i>Die verschwundene Festtagstafel</i>	<i>140</i>
<i>Die Vorlesung im Hamarskotsfelsen</i>	<i>141</i>
<i>Eine plötzliche Erscheinung.....</i>	<i>141</i>
<i>Die Elfenfrau aus der Hafnarfjarðarlava</i>	<i>142</i>
<i>In Kaldárseli</i>	<i>142</i>
<i>Kjartan aus Keflavík</i>	<i>144</i>
<i>Spaziergang auf den Spuren der Elfen in Hafnarfjörður.....</i>	<i>148</i>

Wandern in Island	149
<i>Wanderrouten</i>	150
<i>Wanderwege rund um Borgarfjörður eystri</i>	150
<i>Wanderwege bei Seyðisfjörður</i>	152
<i>Gekennzeichnete Wanderwege im Hallormstaðawald</i>	153
<i>Alphabetisches Verzeichnis der isländischen Begriffe</i>	155
<i>Kurze Anmerkungen zur Aussprache isländischer Wörter</i>	157
<i>Internet-Links</i>	157
<i>Touristen-Information</i>	157
<i>Literaturhinweise</i>	158
<i>Die Autorin</i>	161