

Inhalt

Über den Autor, Symbole	9
Einleitung	10
Land und Leute	12
Geschichte	13
Geografie	14
Regionen	15
Geologie	15
Klima	17
Flora	18
Fauna	20
Umweltsituation heute	23
Bevölkerung	24
Wirtschaft	26
Reise-Infos von A bis Z	30
Anreise	31
Angeln	34
Ärztliche Hilfe	35
Diplomatische Vertretungen	35
Geld	35
GPS	36
Information	36
Jedermannsrecht	37
Literatur	38
Mitternachtssonne	39
Mücken	39
Outdoor-Aktivitäten	40
Reisedokumente	41
Reisen in Finnland	41
Reisezeit	42
Sauna	43
Sprache	44
Telefon	45
Unterkunft	45
Veranstaltungen in Kuusamo	47
Wetterbericht/Nachrichten	47
Zeit	48
Etappen-Übersichtskarte	54
Höhenprofil-Übersicht	55

Die Bärenrunde	49
Der Oulanka-Nationalpark	50
Ein Jahr im Oulanka-Nationalpark	52
Die Bärenrunde auf einen Blick	53
Ausrüstung	56
Übernachtungsmöglichkeiten	57
Kuusamo	58
1. Etappe: Hautajärvi - Savilampi - Taivalköngäs	60
Variante: P an der Straße Kuusamo - Salla - Ristikallio - Taivalköngäs	63
2. Etappe: Taivalköngäs - Oulanka-Informationszentrum	65
Naturlehrpfade / Keroharjuroute	69
3. Etappe: Oulanka-Informationszentrum - Jussinkämppä	70
4. Etappe: Jussinkämppä - Silastupa	73
5. Etappe: Silastupa - Porontimajoki	77
6. Etappe: Porontimajoki - Ruka	80
 Die Bärenrunde im Winter	 86
Ausrüstung	89
Streckenführung im Winter	92
 Kanutouren	 96
Die Kanutouren im Überblick	98
Ausrüstung	99
Kanuverleih	99
Tour 1: Oulankajoki	100
Tour 2: Konttiselkä - Yli-Kitka - Ala-Kitka	102
Tour 3: Oivanginjärvi - Kuusamojärvi - Muojärvi - Kiitämä - Suininki	108
Tour 4: Iijärvi - Soivionjärvi - Iso-Kero - Irnijärvi	117
 Kleiner Sprachführer und Index	 123