

Inhalt

Einstimmung	8
Steckbrief Lofoten	8
Inseln über dem Polarkreis	9
Geologie	11
Erdgeschichtliches	11
Aus Eis geboren	12
Seltene Seen	14
Klima und Wetter	16
Segen der nördlichen Breite	16
Klimawandel, Statistik und	
Wetterbericht	19
Licht über Lofot	20
Zwischen Mitternachtssonne	
und Polarnacht	20
Polarlightcenter/App	23
Flora	25
Reichtum im Kargen	25
Die Vegetationsstufen	26
Die Flechte: ein Mikrokosmos	30
Wanderzeit – Sammelzeit	30
Fauna	33
Jäger und Gejagte	33
Die Vogelfelsen.....	35
Vogelpopulationen in Gefahr.....	37
Geschichte	39
Chronologie	39
Geschützt für die Menschheit	
oder ausgebeutet für Wenige?	49
Fischfang – Segen der See	53
Dorsch	53
Archipel des Kabeljau	54

Meeresangeln	58
13 Gebote des Küstenanglers	58
Angeltipps	60
Lachszucht.....	65
Wal-Kampf	67
Vom Nordlandboot zum	
Trawler	68
Die Königskrabbe	70
Ein Magnet für Künstler	73
Großartige Motive	73
Ein reiches Künstlermilieu	76
Galerien auf einen Blick	78

PRAKTISCHER TEIL	80
Vor der Reise	81
– Information	81
– Diplomatische Vertretungen ...	81
– Einreisebestimmungen	81
– Geld	82
– Budget	83
– Reisezeit	84
– Kleidung und Ausrüstung	85
– Gesundheitsvorsorge	87
– Reisende mit Handicap.....	87
– Reisen mit Kindern	88
– Karten	88
– Literatur	89
Anreise	90
– Mit dem eigenen Fahrzeug	90
– Mit der Eisenbahn.....	95
– Mit dem Bus	97
– Mit dem Flugzeug.....	97
– Mit der Hurtigruten	99
– Mitfahren	99
– Pauschalarrangement	99

Information	100	Wörterkladde.....	161
– Touristenbüros	100	– Ein Land, zwei Sprachen	161
– Die Lofoten im Internet	101	– Aussprache/Betonung	162
Transport	102	– Mini-Lexikon	162
– Mit dem eigenen Fahrzeug ..	102	12 INSELROUTEN	167
– Mietwagen	103	Allemannsretten	168
– Öffentliche Verkehrsmittel ...	104	Route 1: Austvågøya –	
– Mit dem Fahrrad	105	Svolvær	170
Unterkunft	108	Route 2: Austvågøya –	
– Campingplätze	108	Kabelvåg.....	176
– Wildcampen	111	Route 3: Austvågøya –	
– Rorbu-/Sjøhuscamps	114	Rings um Ørsvågen	183
– Jugendherb./Hostels/B & B...	122	Route 4: Austvågøya –	
– Hotels	124	Nach Henningsvær	186
Essen und Trinken	126	Route 5: Austvågøya –	
– Die nordische Küche	126	Die Kaiserroute	192
– Restaurants, Cafés, Treffs	128	Route 6: Vesterålen –	
– Kulinarisches Lexikon	132	Die Wal-Route	198
Ferien aktiv	134	Route 7: Gimsøya	201
– Bootstouren	134	Route 8: Vestvågøya – Auf	
– Moskenesøya	134	Seitenwegen nach Leknes	206
– Ab Austvågøya	137	Route 9: Vestvågøya –	
– Walsafaris	138	Kontinent im Kleinen.....	211
– Selbst aktiv	140	Route 10: Flakstadøya	220
– Tourenveranstalter	140	Route 11: Moskenesøya.....	228
– Angeln	140	Route 12: Værøy und Røst	235
– Bergsteigen/Klettern.....	141	20 WANDERUNGEN	239
– Seekajak	143	Pfade in die Bergwildnis	240
– Schwimmen/Baden	145	– Sicherheit	240
– Tauchen/Schnorcheln.....	147	– Schwierigkeitsgrad.....	242
– Vogelbeobachtung.....	148	– Orientierung	242
– Wellenreiten	148	– Begriffe auf Topo-Karten.....	243
– Windsurfen	149	– Literatur/Websites	244
– Wintersport.....	150		
Praktisches A–Z	151		

- Länge, Dauer, Höhen	245	Wanderung 11, Austvågøya:	
- Wanderzeit.....	245	Vågakallen –	
- Begriffe Wetter(-bericht).....	246	Extremer geht's nicht	282
- Organisierte Wanderungen ..	247	Wanderung 12, Gimsøya:	
- Touren im Überblick	248	Hoven – Hoch über Gimsøya ..	287
Wanderung 1, Austvågøya:		Wanderung 13, Vestvågøya:	
Tjeldberginden –		Von Unstad nach Eggum –	
Wanderziel Nummer 1	249	Am offenen Nordmeer	288
Wanderung 2, Austvågøya:		Wanderung 14, Vestvågøya:	
Glomtinden –		Baden und Angeln	
Panoramatour für alle	250	am Steinsfjord	292
Wanderung 3, Austvågøya:		Wanderung 15, Vestvågøya:	
Kleppstadheia –		Himmeltindan –	
Buckelberg mit Blick	255	Bis zum Himmel hoch	294
Wanderung 4, Austvågøya:		Wanderung 16, Flakstadøya:	
Sautinden –		Flakstadstien –	
Einfach (und) schön	256	- Mit Vestfjord-Blick	298
Wanderung 5, Austvågøya:		Wanderung 17, Moskenesøya:	
Festvågtinden –		Kvalvika – Strände von	
Henningsvær von oben	257	karibischer Schönheit	302
Wanderung 6, Austvågøya:		Wanderung 18, Moskenesøya:	
Zur Matmora –		Reinebringen – Blicke	
Bergwelt zwischen Fjorden ...	258	wie aus dem Flugzeug	307
Wanderung 7, Austvågøya:		Wanderung 19: Moskenesøya	
Fløya – Svolvær		Munkebu und Munken –	
aus Vogel-luftiger Höhe	263	Wo die »Wand« am	
Wanderung 8, Austvågøya:		monumentalsten ist.....	311
Kroktinden –		Wanderung 20: Værøy –	
Ins Zentrum der »Wand«.....	268	Ein Paradies nicht nur	
Wanderung 9, Austvågøya:		für Seevögel.....	315
Svarttinden – Hoch über			
dem Gimsøystraumen	273	REGISTER	322
Wanderung 10, Austvågøya:		Orts-/Sachregister	322
Über das »Dach« der		Personenregister	330
Inselwelt.....	276	Bildnachweis.....	332