

Inhaltsverzeichnis

Vielfalt des Nordens	10	11 Mit dem Postschiff auf der Reichsstraße Nummer 1	46
Norwegen – Land der tiefen Fjorde		12 Der Jotunheimen-Nationalpark – im Heim der Riesen	50
1 Oslo – Stadt mit vielen Namen und Gesichtern	20	13 Galdhøpiggen und Glittertind – Zeugen der Erdgeschichte	54
2 Vom Oslofjord nach Kristiansand – Sonne satt	24	14 Faszinierende Landschaften in Fjordnorwegen	56
3 Kap Lindesnes 57° 58' 53" Nord	26	15 Unterwegs mit der Flåmbahn – spektakuläre Ausblicke	62
4 Rjukan-Notodden – Industrie trifft Natur	27	16 Lærdal – köstlicher Wildlachs	64
5 Die Telemark – charmante Küste, vielseitiges Binnenland	28	17 Die Stabkirche Borgund – ganz aus Holz	65
6 Hardangervidda – die Hochebene im Herzen Norwegens	30	18 Der Jostedal-Nationalpark – kaltes Paradies	66
7 Stavanger – Boomtown und Europäische Kulturhauptstadt	34	19 Ålesund – mehr als Stockfisch und Jugendstil	68
8 Der Lysefjord – heller Granit und dunkles Wasser	36	20 Runde – arktische Bruderchen, Trottellummen und Basstöpel	74
9 Der Hardangerfjord – Landschaft der Gegensätze	38	21 Trollstigen und Trollwand – wo Trolle lauern	78
10 Bergen – Tor zu den Fjorden Norwegens	42	22 Der Rondane- und der Dovrefjell- Sundalsfjella-Nationalpark	80
		23 Die Kupferstadt Røros und der Femundsmarka-Nationalpark	84
		24 Trondheim – Wiege des norwegischen Königtums	88

25	Der Vega-Archipel – eine uralte Kulturlandschaft	90
26	Svartisen und Saltfjell – im Land von Alpenrose und Silberwurz	92
27	Der Ofotfjord – grandiose Naturkulisse	94
28	Der Tysfjord – Orcas, Seeadler und Polarlicht	96
29	Lofoten – der Fuß des Luchses	98
30	Der Nusfjord – das schönste Fischerdorf der Lofoten	102
31	Der Trollfjord – Wasserstraße für Könner	104
32	Die Vesterålen – Stiefgeschwister der Lofoten	106
33	Die Insel Senja – Berge, Wälder, Fjorde und Seen	110
34	Tromsø – Pforte zum Eismeer	112
35	Die Fjorde im Norden und ihr Hinterland	116
36	Bei den Sami in der Finnmark	118
37	Hammerfest – die nördlichste Stadt Europas?	122
38	Nordkap – das Ende des Kontinents	124
39	Im Land der Mitternachtssonne und des Polarlichts	128
40	Spitzbergen – Insel in der Arktis	130

Schweden – Land der abertausend Schären

41	Öresundregion – zwischen Tradition und Moderne	136
42	Rund um Ystad – dunkle Geheimnisse	138
43	Karlskrona – Kulturerbe an der Südostküste	140
44	Schonen – die Speisekammer Schwedens	142
45	Südwestküste – lange Sandstrände, Küsten & Felsinseln	146
46	Göteborg – eine maritime Schönheit	150
47	Smögen & Hamburgsund – Fischerdörfer vor rosa Granit	152
48	Die Felsritzungen von Tanum – Kunst für die Ewigkeit	156
49	Vänern und Vättern – das blaue Herz Schwedens	158
50	Götakanal – romantische Landschaft, historische Dampfer	162
51	Växjö – das Tor zum Glasreich	166
52	Öland – von der Sonne verwöhnt	168
53	Gotland – Ostseeinsel mit bezauberndem Charme	172

Inhaltsverzeichnis

54 Östergötland – lebendige schwedische Geschichte	176	64 Dalarna – zwischen Fjäll & Fabriken	202
55 Södermanland & Östergötland – im Reich des Landadels	178	65 Jämtland – im Land der rauschenden Wasser	206
56 Trosa & Stendörren – Idylle aus dem Bilderbuch	180	66 Höga Kusten – Weltnaturerbe mit Superlativ	210
57 Stockholm – eine grüne Metropole auf 14 Inseln	182	67 Gammelstad – historische Kirchstadt in Luleå	210
58 Unterwegs in den Schären Stockholms	186	68 Arvidsjaur & Arjeplog – Land zwischen Berg und See	214
59 Schloss Gripsholm – Herrscher, Macht & Dichterseelen	190	69 Auf dem Silberweg durch die »Pite lappmark«	220
60 Gamla Uppsala & Birka – Zeitreise zu den alten Herrschern	192	70 Jokkmokk – Treffpunkt der Sámi	222
61 Am Bottnischen Meerbusen – vom Wasser geprägt	194	71 Norrland – ungezähmte Ströme & Wasserkraft	224
62 Falun – Kupfer für die Welt	198	72 Eurostadt Tornio Haparanda – aus zwei mach eins	228
63 Rund um den Siljan – lebendige Tradition	200	73 Leben am Torneälv – unendliche Weiten voller Abgeschiedenheit	230
		74 Sarek & Co – wilde Landschaften	234
		75 Kebnekaise – Bergmassiv mit magischer Anziehungskraft	238
		76 Kiruna – die nördlichste Stadt Schwedens	242
		77 Riksgränsen – Paradies für Skifahrer und Wanderer	246

Finnland – Land der 100 000 Seen

78	Helsinki – die junge finnische Hauptstadt	252
79	Unterwegs am Finnischen Meerbusen	256
80	Die ehemalige Hauptstadt – Turku	258
81	Åland-Inseln – Mosaik aus Land und Wasser	260
82	Seenland – Paradies für Mensch und Tier	262
83	Tango-Rausch in Seinäjoki	266
84	Finnische Seenplatte	267
85	Karelien – russisches Erbe	268
86	An der finnischen Westküste	270
87	Lappland – Reich der Samen und Rentiere	272
88	Angeln im Schein der Mitternachtssonne	278
89	Nationalpark Pallas-Yllästunturi – unterwegs in die Wildnis	280

Dänemark – Land der zwei Meere

90	Kopenhagen – Geschichte trifft Moderne	284
91	Bornholm – die Sonnenscheininsel	288
92	Jütlands Westküste – Fjorde, Wind und Meer	292
93	Ostseeinseln – keine gleicht der anderen	294
94	Nichts (mehr) zu jammern in der Jammerbucht	296
95	Frederikshavn – Hafenstadt am Kattegatt	298
96	Bunkerromantik an der Westküste	300
97	Schatzsuche zwischen Lønstrup und Hjørring	302
98	Esbjerg – diskreter Charme	304
99	Rømø, Fanø und Mandö – wie Perlen im Wattenmeer	306
100	Grönland – Land der Menschen	308
	Register	314
	Impressum	318