

Inhalt

Am Rande des Kontinents: Die Schweiz am Meer	10
Norwegen als Reiseland	12
Planungshilfe für Ihre Reise	14
Vorschläge für Rundreisen	19

Wissenswertes über Norwegen

Steckbrief Norwegen	24
Natur und Umwelt	26
Wirtschaft, Soziales und aktuelle Politik	36
Geschichte	40
Zeittafel	48
Gesellschaft und Alltagskultur	50
Architektur und Kunst	54

Wissenswertes für die Reise

Anreise und Verkehr	64
Übernachten	71
Essen und Trinken	74
Outdoor	79
Feste und Veranstaltungen	84
Reiseinfos von A bis Z	87

Unterwegs in Norwegen

Kapitel 1 – Oslo und Oslofjord

Auf einen Blick: Oslo und Oslofjord	106
Oslo	108
Im Inneren Zirkel	108
Am Oslofjord	112
Bygdøy	114
Im Zeichen der Kunst	117
Rings um den Oslofjord	126
Halden	126

Aktiv: Mit Kanu oder Schiff über den Halden-Kanal	128
Fredrikstad	129
Horten und Umgebung	131
Tønsberg und Umgebung	133
Sandefjord	135
Aktiv: Mit dem Fahrrad die »Küstenroute« entlang	136

Kapitel 2 – Das Østland

Auf einen Blick: Das Østland	140
Durch die Telemark	142
Von Oslo nach Hokksund	142
Kongsberg	143
Stabkirche von Heddal	145
Über die Tuddalstraße nach Rjukan	146
Rjukan	147
Aktiv: Gaustatoppen: Wanderung auf das »Dach« der Telemark	148
Von Rjukan nach Haukelisetser	149
Über Røldal nach Odda	152
Hardangervidda	156
Nationalpark Hardangervidda	156
Durch das Numedal nach Geilo	157
Geilo	161
Aktiv: Mit dem Rad den Rallarvegen entlang	162
Ausflüge von Geilo aus	163
Aktiv: Mit der Bergenbahn über die Hardangervidda	166
Jotunheimen	168
Vågåmo	168
Lom	170
Vom Valdres ins Ottadal	173
Aktiv: Der Besseggenrat – Wandern auf Peer Gynts Spuren	178
Über die Sognefjellstraße ins Ottadal	180
Aktiv: Aufstieg auf den Galdhøpiggen	182
Durch das Gudbrandsdal	184
Am Mjøsa-See entlang	184
Lillehammer	187
Von Lillehammer nach Otta	192
Rondane-Nationalpark	199

Das obere Gudbrandsdal	200
Entlang der schwedischen Grenze	203
Von Halden nach Kongsvinger	203
Durch den Finnskogen nach Elverum	205
Trysil	207
Zum Femund-See und Umgebung	209
Femund-See	209
Auf dem Rørosvegen	212
Røros	213

Kapitel 3 – Das Sørland

Auf einen Blick: Das Sørland	218
Riviera am Skagerrak	220
Die »Weißen Orte«	220
Aktiv: Auf dem Telemark-Kanal vom Meer in die Bergwelt	222
Kristiansand	226
Im Angesicht der Nordsee	231
Mandal	231
Kap Lindesnes	232
Flekkefjord	233
Egersund	234
Aktiv: Mit dem Rad die »Nordsee-Route« entlang	235
Der Nordsjøveien	236

Kapitel 4 – Das Vestland

Auf einen Blick: Das Vestland	240
Stavanger und Umgebung	242
Stavanger	242
Von Stavanger nach Norden	250
Aktiv: Der Preikestolen – Norwegens berühmteste Felskanzel	251
Aktiv: Wanderung auf den Gipfel des Kjerag	252
Bergen	254
Rings um den Hafen	255
Durch das Hanseviertel	256
Die Bergens Kunstgate entlang	259
Über die Nordnes-Halbinsel	261
Rings um Bergen	262
Aktiv: »Norwegen in einer Nusschale«	268
Hardangerfjord	272

Am Sørjord	273
Aktiv: Wanderung zur Gletscherzunge Buarbreen	276
Folgefonn-Nationalpark	277
Halbinsel Kvinnherad	278
Kinsarvik und Lofthus	278
Nach Bergen	282
Voss	284
Aktiv: Fly High! – Luftsport in Voss	285

Sognefjord	286
Am Südufer	286
Im Lærdal	294
Am Nordufer	296
Lustrafjord	298
Nationalpark Jostedalsbreen	302
Fjærland	304

Auf der ›Goldenen Route‹	306
Durch das Ottadal	306
Auf dem Geirangervegen	308
Geiranger und Geirangerfjord	311
Auf Panoramastraßen nach Åndalsnes	313
Åndalsnes	315
Durch das Romsdal	317

Ålesund	320
Stadtrundgang	320
Weitere Sehenswürdigkeiten	321
Insel Runde	328

Von Molde nach Kristiansund	329
Molde	329
Auf dem Atlanterhavsveien	331
Kristiansund	333

Kapitel 5 – Trøndelag

Auf einen Blick: Trøndelag	338
Das Dovrefjell	340
Dovrefjell-Sunndalsfjella-Nationalpark	340
Von Dombås nach Oppdal	341
Oppdal	344

Trondheim	346
Stadtrundgang	346
Weitere Sehenswürdigkeiten	351

Aktiv: Lachsangeln in der »Königin der Flüsse« 355

Kapitel 6 – Nord-Norge

Auf einen Blick: Nord-Norge	358
Von Trondheim zum Nordkap	360
Durch Nord-Trøndelag.....	360
Zum Polarkreis.....	362
Saltdal.....	365
Entlang der »Wespentaille« Norwegens.....	367
Narvik.....	369
Von Narvik nach Alta.....	370
Alta.....	375
Aktiv: Wanderung zum Alta-Canyon.....	376
Von Alta nach Hammerfest.....	379
Hammerfest.....	379
Zur Nordkap-Insel Magerøya.....	383
Aktiv: Knivskjellodden: Zu Fuß ans Ende der Welt.....	386
Der Kystriksveien	388
Von Namsos nach Brønnøysund.....	388
Von Brønnøysund nach Sandnessjøen.....	393
Aktiv: Inselhüpfen mit dem Fahrrad.....	396
Von Sandnessjøen nach Bodø.....	398
Bodø.....	404
Die Lofoten	408
Austvågøy.....	409
Vestvågøy.....	416
Flakstadøy.....	422
Moskenesøy.....	423
Die »Wal-Route«.....	426
Tromsø	428
Im Stadtteil Tromsdalen.....	428
Auf Tromsøya.....	429
Aktiv: Aufstieg zum Gipfel des Tromsdalstind.....	434
Die Finnmark	436
Porsangerfjord.....	436
Karasjok.....	439
Kautokeino.....	442
Varanger-Halbinsel.....	443
Kirkenes.....	450
Aktiv: Das Pasviktal – Stippvisite in der Taiga.....	452

Kulinarisches Lexikon	454
Sprachführer	456
Register	458
Abbildungsnachweis/Impressum	464
