

Inhalt

Wandern auf den Lofoten	7
Reise-Infos	14
Anreise	14
Unterkünfte	15
Verkehrsmittel	16
Wanderinfrastruktur	17
Jedermannsrecht	17
Klima und Reisezeit	18
Die Insel Austvågøya	22
⌚ Die Überschreitung der Matmora (8,8 km)	24
➔ <i>Tour für Gratliebhaber</i>	
⌚ Von Norden zum Rundfjellet (6,7 km)	30
↳ <i>Tour für Freunde von herrlichem Weitblick</i>	
⌚ Der Kongstindan bei Svolvær (4,1 km)	34
↳ <i>Tour für Liebhaber großartiger Tiefblicke</i>	
Zum Doppelgipfel des Varden (10,9 km)	37
↳ <i>Tour für Liebhaber märchenhafter Ruhe</i>	
⌚ Zum Glomtinden über Kabelvåg (5,4 km)	42
↳ <i>Tour für Genießer</i>	
Zur Kleppstadheia und zum Kvasstinden (6,9 km)	46
↳ <i>Tour für Freunde müheloser Aussicht</i>	
Von Sydalen auf den Krokstinden (7,7 km)	50
↳ <i>Tour für Liebhaber großartiger Naturlandschaft</i>	
⌚ Von Gravermarka zum Svarttinden (6,7 km)	54
↳ <i>Tour für Freunde einfacher Panorama-Gipfel-Freuden</i>	
Die Inseln Gimsøya und Vestvågøya	57
⌚ Auf den Storknubben auf Gimsøya (5 km)	58
↳ <i>Tour für Freunde schnell erreichter Aussichtslogen</i>	

1 Über den langen Grat zum Middagstinden (8,1 km)	61
⇒ <i>Tour für Freunde von lustigen Aussichtstouren ()</i>	
2 Auf den mächtigen Haveren (7,2 km)	65
⇒ <i>Tour für Liebhaber eines mächtigen Gipfelthron</i>	
3 Steilanstieg zum Hätinden (4,6 km)	70
⇒ <i>Tour für Liebhaber wilder Landschaften</i>	
4 Gemütlich zum Hellostinden (8,6 km)	74
⇒ <i>Tour für entspanntes Wandern</i>	
5 Der Varden bei Moland (4,8 km)	78
⇒ <i>Tour für jedes Wetter</i>	
6 Der sanfte Kamm des Finnkjerka (6,6 km)	81
⇒ <i>Tour für die ganze Familie</i>	
7 Von Slydalen zum Blätinden (9,4 km)	84
⇒ <i>Tour für Liebhaber einsamer Landschaften</i>	
8 Zum Nonstinden bei Unstad (5 km)	87
⇒ <i>Tour für Freunde grandioser Tiefblicke ()</i>	
9 Auf den Guratinden und Bulitinden (9,1 km)	91
⇒ <i>Tour für Gipfelsammler</i>	
10 Grattour vom Pass Einangen nach Mortsund (4,3 km)	94
⇒ <i>Tour für Freunde von Grattänzen !</i>	
11 Zum Breitinden über Ballstad (9,5 km)	98
⇒ <i>Tour für Freunde von idyllischer Seenlandschaft</i>	
Die Insel Flakstadøya	102
12 Zur Nesheia oberhalb von Nusfjord (7,8 km)	104
⇒ <i>Tour für Liebhaber grenzenloser Freiheit</i>	
13 Von Nesland nach Nusfjord (9,3 km)	108
⇒ <i>Tour für Liebhaber von Küstenwanderungen</i>	

• Ostanstieg zur Tønsåsheia (7,8 km)	111
⇒ <i>Tour für Panoramaliebhaber</i>	
• Die Überschreitung des Hustinden (10,6 km)	116
⇒ <i>Tour für Freunde von aussichtsreichen Überschreitungen</i>	
• Gemütliche Tour zur Hestræva (4,7 km)	120
⇒ <i>Tour für Genusswanderer</i>	
• Zum Volandstinden und Nesfjellet (8 km)	124
⇒ <i>Tour für Sammler von Gipfelfreuden</i>	
Die Insel Moskenesøya	127
• Über den Røren zur Stokkvika (6,5 km)	128
⇒ <i>Tour für Liebhaber einsamer Buchten</i>	
• Zum Ryten und in die Kvalvika (10,8 km)	131
⇒ <i>Tour für Liebhaber spektakulärer Gipfelsicht mit herrlichem Strand</i>	
• Von Selfjord auf den Markan (10,2 km)	135
⇒ <i>Tour für Liebhaber von Fjorden</i>	
• Auf den mächtigen Narvtinden (6,3 km)	138
⇒ <i>Tour für Liebhaber einer majestätischen Aussicht</i>	
• Zum Brunakseltinden und Bunesstrand (9,5 km)	142
⇒ <i>Tour für Berg- und Strandliebhaber</i>	
• Zum Reinebringen über dem Reinefjorden (3,3 km)	145
⇒ <i>Tour für Liebhaber von Himmelsleitern</i>	
• Drei Gipfel am Moskenesvatnet (8,1 km)	149
⇒ <i>Tour für Liebhaber herrlicher Gipfelerlebnisse</i>	
• Zum Andstabben über Å (4,1 km)	153
⇒ <i>Tour für Liebhaber wilder Tiefblicke</i>	