

# INHALTSVERZEICHNIS

Übersichtskarte	8
Vielfalt des Nordens	12

## NORWEGEN

1 Oslo – Stadt mit vielen Namen und Gesichtern	22
2 Vom Oslofjord nach Kristiansand – Sonne satt	26
3 Kap Lindesnes 57° 58' 53" Nord	28
4 Rjukan-Notodden – Industrie trifft Natur	29
5 NORWEGENS SONNENKÜSTE Idyllische Orte, schöne Strände und felsige Abgründe	30
6 Die Telemark – Charmante Küste, vielseitiges Binnenland	32
7 Hardangervidda – Die Hochebene im Herzen Norwegens	34
8 Stavanger – Boomtown und Europäische Kulturhauptstadt	38
9 Der Lysefjord – Heller Granit und dunkles Wasser	40
10 Der Hardangerfjord – Landschaft der Gegensätze	42

### VOM FJORD HINAUS IN DIE WELT

Die Wikinger: Volk mit vielen Facetten	46
11 Bergen – Tor zu den Fjorden Norwegens	48

12 Mit dem Postschiff auf der Reichsstraße Nummer 1	54
13 Der Jotunheimen-Nationalpark – Im Heim der Riesen	58
14 IM REICH DER RIESEN Hohe Berge und tiefe Fjorde	62
15 Galdhøpiggen und Glittertind – Zeugen der Erdgeschichte	64
16 Fjordnorwegen – Faszinierende Landschaften	66
17 Unterwegs mit der Flåmbahn – Spektakuläre Ausblicke	72
18 Lærdal – Köstlicher Wildlachs	74
19 Die Stabkirche Borgund – Ganz aus Holz	75

### TRAGENDE SÄULEN DES GLAUBENS

Die Stabkirchen sind ein Symbol norwegischer Architektur	76
20 Jostedal-Nationalpark – Kaltes Paradies	78
21 Ålesund – Mehr als Stockfisch und Jugendstil	80
22 Runde – Arktische Brüderchen, Trottellummen und Basstöpel	86
23 Trollstigen und Trollwand – Wo Trolle lauern	90
24 Der Rondane- und der Dovrefjell-Sundalsfjella- Nationalpark	92
25 Die Kupferstadt Røros und der Femundsmarka- Nationalpark	96

<b>26</b>	<b>Trondheim –</b> Wiege des norwegischen Königiums	100
<b>27</b>	<b>KYSTRIKSVEIEN</b> Erlebnisreiche Fahrt an der Westküste	102
<b>28</b>	<b>Der Vega-Archipel –</b> Eine uralte Kulturlandschaft	104
<b>29</b>	<b>Svartisen und Saltfjell –</b> Im Land von Alpenrose und Silberwurz	106
<b>30</b>	<b>Der Ofotfjord –</b> Grandiose Naturkulisse	108
<b>31</b>	<b>Der Tysfjord –</b> Orcas, Seeadler und Polarlicht	110
<b>32</b>	<b>Lofoten –</b> Der Fuß des Luchses	114
<b>33</b>	<b>Der Nusfjord –</b> Das schönste Fischerdorf der Lofoten	118
<b>34</b>	<b>Der Trollfjord –</b> Wasserstraße für Könner	120
	<b>SAGENHAFTES NORDEUROPA</b> Von Trollen, Elfen und zerbrochenen Eierschalen	122
<b>35</b>	<b>Die Vesterålen –</b> Stiefgeschwister der Lofoten	124
<b>36</b>	<b>Die Insel Senja –</b> Berge, Wälder, Fjorde und Seen	128
<b>37</b>	<b>INSELHOPPING IN NORDNORWEGEN</b> Von Tromsø über die Vesterålen und Lofoten nach Bodø	130
<b>38</b>	<b>Tromsø –</b> Pforte zum Eismeer	132
<b>39</b>	<b>Die Fjorde im Norden und ihr Hinterland</b>	136

<b>40</b>	<b>Bei den Sami in der Finnmark</b>	140
<b>41</b>	<b>Hammerfest –</b> Die nördlichste Stadt Europas?	144
<b>42</b>	<b>Nordkap –</b> Das Ende des Kontinents	146
<b>43</b>	<b>Im Land der Mitternachtssonne und des Polarlichts</b>	150
	<b>EISBERG VORAUSS!</b> Die Erforschung der Arktis	152
<b>44</b>	<b>Spitzbergen –</b> Insel in der Arktis	154

## SCHWEDEN

<b>45</b>	<b>Öresundregion –</b> Zwischen Tradition und Moderne	160
<b>46</b>	<b>Rund um Ystad –</b> Dunkle Geheimnisse	162
<b>47</b>	<b>Karlskrona –</b> Kulturerbe an der Südostküste	164
<b>48</b>	<b>Schonen –</b> Die Speisekammer Schwedens	166
<b>49</b>	<b>Südwestküste –</b> Lange Sandstrände, Klippen & Felsinseln	170
<b>50</b>	<b>Göteborg –</b> Eine maritime Schönheit	174
<b>51</b>	<b>Smögen &amp; Hamburgsund –</b> Fischerdörfer vor rosa Granit	178
<b>52</b>	<b>Die Felsritzungen von Tanum –</b> Kunst für die Ewigkeit	182
<b>53</b>	<b>FISCHERDÖRFER UND FELSENLANDSCHAFTEN</b> Von Göteborg zum Svinesund	184

<b>54 Vänern und Vättern –</b> Das blaue Herz Schwedens –	186	<b>68 Rund um den Siljan –</b> Lebendige Tradition	230
<b>55 Götakanal –</b> Romantische Landschaft, historische Dampfer	190	<b>69 Dalarna –</b> Zwischen Fjäll & Fabriken	232
<b>56 Växjö –</b> Das Tor zum Glasreich	194	<b>70 Jämtland –</b> Im Land der rauschenden Wasser	236
<b>57 Öland –</b> Von der Sonne verwöhnt	196	<b>71 Höga Kusten –</b> Weltnaturerbe mit Superlativ	240
<b>58 Gotland –</b> Ostseeinsel mit bezauberndem Charme	200	<b>72 Gammelstad –</b> Historische Kirchstadt in Luleå	242
<b>59 Östergötland –</b> Lebendige schwedische Geschichte	204	<b>73 Arvidsjaur &amp; Arjeplog –</b> Land zwischen Berg und See	244
<b>60 Södermanland &amp; Östergötland –</b> Im Reich des Landadels	206	<b>74 Auf dem Silberweg durch die »Pite lappmark«</b>	250
<b>61 Trosa &amp; Stendörren –</b> Idylle aus dem Bilderbuch	208	<b>75 Jokkmokk –</b> Treffpunkt der Sami	252
<b>62 Stockholm –</b> Eine grüne Metropole auf 14 Inseln	210	<b>76 DER RUF LAPPLANDS</b> <b>Wälder, Seen, Elche und Rentiere:</b> <b>Von Mora nach Gällivare</b>	254
<b>63 Unterwegs in den Schären Stockholms</b>	214	<b>77 Norrland –</b> Ungezügelmte Ströme & Wasserkraft	256
<b>64 Schloss Gripsholm –</b> Herrscher, Macht & Dichterseelen	218	<b>78 Eurostadt Tornio Haparanda –</b> Aus zwei mach eins	260
<b>65 Gamla Uppsala &amp; Birka –</b> Zeitreise zu den alten Herrschern	220	<b>79 Leben am Torneälv –</b> Unendliche Weiten voller Abgeschiedenheit	262
<b>66 Am Bottnischen Meerbusen –</b> Vom Wasser geprägt	222	<b>80 Sarek &amp; Co. –</b> Wilde Landschaften	264
<b>67 Falun –</b> Kupfer für die Welt	226	<b>EINZIGARTIGES LEBEN IM NORDEN</b> <b>Schwedisch-Lappland gehört zum</b> <b>UNESCO-Welterbe</b>	268
<b>SCHÄTZE IM UNTERGRUND</b> <b>Bergwerke als spannender Teil der</b> <b>Industriegeschichte Skandinaviens</b>	228	<b>81 Kebnekaise –</b> Bergmassiv mit magischer Anziehungskraft	272
		<b>82 Kiruna –</b> Die nördlichste Stadt Schwedens	276
		<b>83 Riksgränsen –</b> Paradies für Skifahrer und Wanderer	280

## FINNLAND

84	<b>Helsinki</b> – Die junge finnische Hauptstadt	286
85	<b>Unterwegs am Finnischen Meerbusen</b>	292
86	<b>Turku</b> – Die ehemalige Hauptstadt	294
87	<b>Åland-Inseln</b> – Mosaik aus Land und Wasser	296
88	<b>Seenland</b> – Paradies für Mensch und Tier	298
89	<b>VIEL MEHR ALS NUR WASSER</b> <b>Rundtour durch das Seenland</b>	302
90	<b>Tango-Rausch in Seinäjoki</b>	304
91	<b>Linnansaari und Kolovesi</b> – Naturrefugien	305
92	<b>Karelien</b> – Russisches Erbe	306
93	<b>An der finnischen Westküste</b>	308
94	<b>Lappland</b> – Reich der Samen und Rentiere	310
	<b>VOLK IM WANDEL</b> <b>Die wechselvolle Geschichte der Sámi</b>	316
95	<b>Ein toller Fang am Tenojoki</b>	318
96	<b>DURCH DIE WEITE LAPPLANDS</b> <b>Vom Bottnischen Meer zum Nordatlantik</b>	320
97	<b>Im Nationalpark Pallas-Yllästunturi</b> – Unterwegs in der Wildnis	322

## DÄNEMARK

98	<b>Kopenhagen</b> – Geschichte trifft Moderne	326
99	<b>Bornholm</b> – Die Sonnenscheininsel	330
100	<b>Jütlands Westküste</b> – Fjorde, Wind und Meer	334
101	<b>JÜTLAND FÜR ENTDECKER</b> <b>Strände, Städte und anregende Kultur</b>	336
102	<b>Ostseeinseln</b> – Keine gleicht der anderen	338
103	<b>In der Jammerbucht</b> – Nichts (mehr) zu jammern	340
104	<b>Frederikshavn</b> – Hafenstadt am Kattegatt	342
	<b>MEISTER DES LICHTS</b> <b>Die Künstlerkolonie der Skagen-Maler</b>	344
105	<b>Bunkerromantik an der Westküste</b>	346
106	<b>Schatzsuche zwischen Lønstrup</b> <b>und Hjørring</b>	348
107	<b>Esbjerg</b> – Diskreter Charme	350
108	<b>Rømø, Fanø und Mandø</b> – Wie Perlen im Wattenmeer	352
109	<b>Grönland</b> – Land der Menschen	354
	<b>Straßenkarten</b>	360
	<b>Register</b>	378
	<b>Die Autoren</b>	382
	<b>Bildnachweis</b>	382
	<b>Impressum</b>	384