

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 Kulturfeststadt	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 Basstölpel	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	

26	Trondheim – Wiege des norwegischen Königstums	100	40	Bei den Sami in der Finnmark	140
27	KYSTRIKSVEIEN Erlebnisreiche Fahrt an der Westküste	102	41	Hammerfest – Die nördlichste Stadt Europas?	144
28	Der Vega-Archipel – Eine uralte Kulturlandschaft	104	42	Nordkap – Das Ende des Kontinents	146
29	Svartisen und Saltfjell – Im Land von Alpenrose und Silberwurz	106	43	Im Land der Mitternachtssonne und des Polarlichts	150
30	Der Ofotfjord – Grandiose Naturkulisse	108	EISBERG VORAUS!		
31	Der Tysfjord – Orcas, Seeadler und Polarlicht	110	Die Erforschung der Arktis		
32	Lofoten – Der Fuß des Luchses	114	44	Spitzbergen – Insel in der Arktis	154
33	Der Nusfjord – Das schönste Fischerdorf der Lofoten	118	SCHWEDEN		
34	Der Trollfjord – Wasserstraße für Könner	120	45	Öresundregion – Zwischen Tradition und Moderne	160
SAGENHAFTES NORDEUROPA Von Trollen, Elfen und zerbrochenen Eierschalen			122	46	Rund um Ystad – Dunkle Geheimnisse
35	Die Vesterålen – Stiefgeschwister der Lofoten	124	162	47	Karlskrona – Kulturerbe an der Südostküste
36	Die Insel Senja – Berge, Wälder, Fjorde und Seen	128	164	48	Schonen – Die Speisekammer Schwedens
37	INSELHOPPING IN NORDNORWEGEN Von Tromsø über die Vesterålen und Lofoten nach Bodø	130	166	49	Südwestküste – Lange Sandstrände, Klippen & Felsinseln
38	Tromsø – Pforte zum Eismeer	132	170	50	Göteborg – Eine maritime Schönheit
39	Die Fjorde im Norden und ihr Hinterland	136	174	51	Smögen & Hamburgsund – Fischerdörfer vor rosa Granit
			178	52	Die Felsritzungen von Tanum – Kunst für die Ewigkeit
			182	53	FISCHERDÖRFER UND FELSENLANDSCHAFTEN Von Göteborg zum Svinesund
			184		

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

FINNLAND

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

DÄNEMARK

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