

## ■ Intro

<b>3-mal draußen .....</b>	2
<b>Impressionen .....</b>	8
<i>Im Licht des Nordens: von den Schären zum Eismeer</i>	
<b>Auf einen Blick .....</b>	11

## Magazin

<b>Panorama .....</b>	12
<i>Das sieht nach Urlaub aus!</i>	
<b>Beste Reisezeit .....</b>	18
Frühling, Sommer .....	18
Herbst, Winter .....	20
<b>Friiluftsliv – aus Liebe zur Natur .....</b>	22
<b>So schmeckt's in Norwegen .....</b>	24
In aller Munde .....	27
<b>Einkaufsbummel .....</b>	28
Das perfekte Souvenir .....	29
<b>Mit der Familie unterwegs .....</b>	30
Urlaubskasse – Spartipps fürs Budget .....	30

Übernachten mit Kindern .....	31
Kleine und große Abenteuer .....	31
Kultur für Kids .....	32
Badeparadies Norwegen .....	33
Leuchtende Augen .....	33

<b>Kunstgenuss .....</b>	34
<i>Edvard Munch: viel Geschrei um den »Schreik«</i>	
Munchs Lehrer und Einflussnehmer: Christian Krohg .....	37

<b>Moderne Architektur .....</b>	40
<i>Norwegen brandneu</i>	
Snøhetta .....	41

<b>So feiert Norwegen</b>	42
<i>Nationalfeiertag – ein Fest für die Kinder</i>	
<b>Norwegen – gestern und heute</b>	44
Am Puls der Zeit	47
<b>Orte, die Geschichte schrieben</b>	48
<i>Rjukan und der Kampf um das schwere Wasser</i>	
Wer mehr wissen möchte	49
<b>Das bewegt Norwegen</b>	50
<i>Rekordverdächtige Bahnstrecken</i>	
Bergenbahn	50
Flåmbahn	51
<b>ADAC Traumstraße</b>	52
<i>Fjorde, Fjells und weite Täler – die ganze Vielfalt des Landes</i>	
Von Oslo bis Fagernes	52
Von Fagernes bis Kinsarvik	53
Von Kinsarvik bis Lærdalsøyri	54
Von Lærdalsøyri bis Geiranger	55
Von Geiranger bis Dombås	56
Von Dombås bis Trondheim	57

## Im Blickpunkt

<b>Für Frieden und Völkerverständigung</b>	70
Vorreiter des Expressionismus und Symbolismus	82
Köstliches aus dem Meer	109
Geniestreiche mittelalterlicher Baumeister	113
Alles Käse!	135
Die Lofot-Fischerei	152
Aurora Borealis – Magische Himmelslichter	155
Sápmi und die Samen	163
Hexen in der Finnmark	166

## INHALT

# ■ Unterwegs

## ADAC Quickfinder

*Das will ich erleben* ..... 60

### Oslo und der Süden des Landes

64

- 1 Oslo** ..... 66
- 2 Østfold** ..... 80
- 3 Vestfold** ..... 81
- 4 Skien** ..... 83
- 5 Rjukan** ..... 84
- 6 Telemark** ..... 85
- 7 Telemark-Kanal** ..... 86
- 8 Setesdal** ..... 86
- 9 Sørland** ..... 87
- 10 Kristiansand** ..... 90

Übernachten ..... 92

### Westnorwegen, das Land zwischen Fjord und Fjell

94

- 11 Stavanger** ..... 96
- 12 Haugesund** ..... 101
- 13 Hardangerfjord** ..... 102
- 14 Bergen** ..... 104
- 15 Hurtigruten** ..... 110
- 16 Voss** ..... 110
- 17 Sognefjord** ..... 112
- 18 Jostedalsbre** ..... 114
- 19 Ålesund** ..... 115
- 20 Geirangerfjord** ..... 117
- 21 Molde** ..... 118
- 22 Kristiansund** ..... 120
- 23 Romsdal** ..... 121

Übernachten ..... 122

### Ostnorwegen, das Land der Berge und Täler

124

- 24 Jotunheimen** ..... 126
- 25 Hardangervidda** ..... 128
- 26 Numedal** ..... 129

**27 Hallingdal** ..... 130

**28 Valdres** ..... 131

**29 Mjøsa** ..... 132

**30 Østerdal** ..... 134

**31 Gudbrandsdal** ..... 135

**32 Rondane** ..... 137

**33 Røros** ..... 137

Übernachten ..... 139

### Der hohe Norden: Mittel- und Nordnorwegen

140

**34 Trondheim** ..... 142

**35 Durchs Namdal nach**

**Mo i Rana** ..... 147

**36 Auf der Küstenstraße nach Bodø** ..... 148

**37 Von Mo i Rana nach Narvik** ..... 150

**38 Lofoten** ..... 151

**39 Vesterålen** ..... 154

**40 Tromsø** ..... 156

**41 Von Narvik nach Alta** ..... 160

**42 Hammerfest** ..... 161

**43 Nordkap** ..... 162

**44 Finnmark** ..... 163

**45 Ostfinnmark** ..... 165

**46 Spitzbergen** ..... 166

Übernachten ..... 167

## ■ Service

**Norwegen von A–Z** ..... 171

*Alle wichtigen reisepraktischen  
Informationen – von der Anreise  
über Notrufnummern bis hin zu  
den Zollbestimmungen.*

<b>Festivals und Events</b> .....	176
<b>Chronik</b> .....	184
<b>Mini-Sprachführer</b> .....	185
<b>Register</b> .....	186
<b>Bildnachweis</b> .....	189
<b>Impressum</b> .....	190
<b>Mobil vor Ort</b> .....	192