

# INHALT

## Land und Leute

---

<b>Norwegen erleben</b> .....	14
<b>Geologie und Geografie</b> .....	17
Entstehungsgeschichte .....	17
Landschaftsformen .....	18
Fjorde .....	20
Bodenschätze .....	21
<b>Klima, Mitternachtssonne und Polarlicht</b> .....	22
Klima und Reisezeit .....	22
Polarlicht .....	27
Mitternachtssonne, Polarnacht und „Weiße Nächte“ .....	24
<b>Flora</b> .....	32
Sommergrüne (nemorale) .....	32
Laubwälder .....	32
Nordeuropäische Mischwälder .....	32
Boreale Nadelwälder .....	33
Tundra .....	33
<b>Fauna</b> .....	34
Im Wasser .....	34
Vögel .....	37
Landsäuger .....	35
<b>Nationalparks</b> .....	37
<b>Umweltschutz und Umweltprobleme</b> .....	39
<b>Geschichte</b> .....	42
Die Germanen .....	42
Die Samen .....	43
Die Expeditionen der Wikinger .....	43
Königreich Norwegen .....	45
Hanseatischer Handel .....	46
Dänische Domäne .....	47
Nationale Erneuerung .....	47
Erster und Zweiter Weltkrieg .....	49
Wohlstand und Wohlfahrt .....	50
Zeittafel .....	51
<b>Staat und Gesellschaft</b> .....	53
Politisches System .....	53
Parteien .....	54
Gewerkschaften .....	55
Bildung und Arbeit .....	55
Gesundheits- und Sozialwesen .....	56
Chancengleichheit .....	57
<b>Wirtschaft</b> .....	58
Erdöl und Erdgas .....	58
Fischfang und Aquakultur .....	59
Landwirtschaft .....	61
Weiterverarbeitende Industrie .....	61
Tourismus .....	61
<b>Kunst und Kultur</b> .....	62
Literatur .....	62
Malerei und Bildhauerei .....	65
Musik .....	66
Film .....	69
Landestypische Architektur .....	69

<b>Bevölkerung</b> .....	73
Bevölkerungsstruktur.....	74
Die samische Bevölkerung.....	74
Religion.....	75
<b>Sprache</b> .....	75
<b>Folklore und Tradition</b> .....	76

<b>Reisepraktisches</b> .....	77
-------------------------------	----

<b>Anreise</b> .....	77
----------------------	----

Einreiseformalitäten und Zoll.....	78	Mit dem Bus.....	83
Mit dem eigenen Fahrzeug.....		Mit der Bahn.....	84
und der Fähre.....	79	Mit dem Flugzeug.....	84

<b>Unterwegs in Norwegen</b> .....	85
------------------------------------	----

Mit Auto, Wohnmobil.....		Mit dem Bus.....	94
oder Motorrad.....	86	Mit der Bahn.....	94
Mit dem Fahrrad.....	90	Mit dem Flugzeug.....	96
Zu Wasser.....	92		

<b>Übernachten</b> .....	98
--------------------------	----

Hotels.....	98	Wanderhütten.....	101
Hytter (Hütten/Ferienhäuser).....	99	Camping.....	101
Rorbuer.....	100	Pensionen und Gastehäuser.....	102
Vandrerhjem, Jugendherberge, Hostel.....	100		

<b>Essen und Trinken</b> .....	103
--------------------------------	-----

Typisch Norwegisch.....	103	Wo isst man?.....	107
Wann isst man?.....	106		

<b>Sport, Freizeit, Abenteuer</b> .....	108
-----------------------------------------	-----

Angeln.....	108	Kanu und Kajak.....	113
Bergsteigen und Klettern.....	109	Orientierungssport.....	113
Bergwandern.....	109	Outdoor-Abenteuer.....	113
Fliegen.....	110	Rafting.....	114
Gletscherwandern.....	110	Reiten.....	114
Goldwaschen und Mineraliensuche.....	111	Segeln.....	114
Golf.....	111	Skilaufen.....	115
Hundeschlittenfahren.....	111	Surfen und Kiteboarden.....	116
Jagen.....	112	Tauchen.....	116
		Walsafaris.....	116

<b>Wissenswertes von A bis Z</b> .....	117
----------------------------------------	-----

Ärztliche Versorgung.....	117	Diplomatische Vertretungen.....	121
Alkohol.....	118	Drogen.....	122
Apotheken und Medikamente.....	119	Einkaufen.....	122
Arbeiten und Auswandern.....	119	Ermäßigungen.....	123
Ausrüstung und Kleidung.....	119	Feiertage und Ferien.....	123
Baden und Schwimmen.....	120	Festivals und Veranstaltungen.....	123
Behinderung.....	120	FKK.....	125

Foto und Film.....	125	Nationalflagge.....	131
Gasflaschen.....	125	Nationalhymne.....	131
Geld und Finanzen.....	126	Notruf.....	132
Haustiere.....	126	Öffnungszeiten.....	132
Homosexuelle Szene.....	127	Pannenhilfe.....	132
Internet.....	127	Post und Paket.....	132
Jedermannsrecht.....	128	Rauchen.....	133
Kartenmaterial, Navi, GPS.....	129	Sommerzeit.....	133
Kinder.....	129	Strom und Steckdosen.....	133
Kriminalität.....	129	Taxis.....	133
Maßeinheiten und Gewichte.....	130	Telefonieren.....	134
Medien (deutschsprachig).....	130	Touristeninformationen.....	135
Mückenschutz.....	130	Trampen.....	135
Museen.....	130	Trinkgeld.....	135
Nachtleben.....	131	Trolle.....	135

## Oslofjord

---

<b>Oslo</b> .....	139
-------------------	-----

<b>Die Ostseite des Oslofjords</b> .....	174
------------------------------------------	-----

Fredrikstad.....	174	Drøbak.....	182
Sarpsborg.....	178	Verwaltungsbezirk Akershus.....	183
Moss und Insel Jeløy.....	180		

<b>Die Westseite des Oslofjords</b> .....	184
-------------------------------------------	-----

Drammen.....	184	Åsgårdstrand.....	189
Horten.....	187	Tønsberg.....	190

## Südnorwegen

---

<b>Die Südküste</b> .....	198
---------------------------	-----

Von Sandefjord		Fevik.....	217
nach Kristiansand.....	199	Grimstad.....	217
Sandefjord.....	200	Lillesand.....	219
Ula.....	203	Kristiansand.....	222
Larvik.....	203	Von Kristiansand	
Stavern.....	206	nach Stavanger.....	231
Abstecher Skien/		Mandal.....	231
Telemarkkanal.....	207	Halbinsel Lista.....	235
Brevik.....	207	Kvinesdal.....	236
Langesund.....	207	Knaben.....	238
Kragerø.....	208	Flekkefjord.....	239
Risør.....	210	Egersund.....	241
Tvedestrand.....	213	Jæren-Ebene.....	242
Arendal.....	214	Stavanger.....	243

<b>Binnenland</b> .....	257
Telemark.....	258
Notodden.....	259
Rjukan.....	261
Rauland.....	266
Seljord.....	267
Bø (i Telemark).....	268
Morgedal.....	270
Dalen.....	271
Telemarkkanal.....	272
Vrådal.....	274
Drangedal.....	276
Skien.....	277
Porsgrunn.....	279
Hardangervidda und Hardangervidda Nationalpark.....	280
Südliche Hardangervidda.....	283
Haukeligrend und Haukelifjell.....	283
Nördliche Hardangervidda.....	284
Finse.....	285
Myrdal.....	286
Geilo.....	287
Setesdal.....	290
Evje-Hornnes.....	291
Byglandsfjord und Bygland.....	293
Abstecher ins Sirdal.....	295
Valle und Rysstad.....	297
Bykle.....	299
Hovden.....	300

## Westnorwegen

---

<b>Um den Boknafjord</b> .....	306
Lysefjord.....	306
Preikestolen.....	308
Die Ryfylke-Region.....	311
Ryfylke-Inseln.....	312
Hjelmelandsvågen.....	312
Sand.....	314
Umgebung von Sand.....	315
Sauda.....	316
<b>Um den Hardangerfjord</b> .....	318
Sørfjord.....	319
Odda.....	319
Die Westseite des Sørfjords.....	321
Utne.....	321
Die Ostseite des Sørfjords.....	322
Lofthus.....	322
Kinsarvik.....	324
Um den Eidfjord.....	326
Eidfjord und Øvre-Eidfjord.....	327
Ulvikfjord/Ulvik.....	329
Osafjord/Osa.....	330
Granvinfjord/Granvin.....	331
Voss.....	331
Norheimsund.....	335
Rosendal.....	336
<b>Entlang der Küste von Stavanger nach Bergen</b> .....	337
Insel Karmøy.....	338
Skudeneshavn.....	340
Åkrehamn.....	340
Kopervik.....	340
Avaldsnes.....	341
Haugesund.....	342
<b>Bergen</b> .....	345
<b>Sognefjord</b> .....	371
Vik.....	373
Vangsnes.....	374
Balestrand.....	375
Leikanger.....	377
Sogndal.....	377
Kaupanger.....	379
Fjærlandsfjord.....	380
Fjærland.....	380

Die Gletscherzungen .....	382	Aurlandsfjord .....	391
Lusterfjord (Lustrafjord) .....	383	Aurland .....	391
Solvorn .....	383	Flåm und Flåmsbana .....	392
Luster .....	387	Lærdalsfjord .....	394
Skjolden .....	388	Lærdal .....	394
Nærøyfjord .....	389	Årdalsfjord .....	395
Gudvangen .....	390		
<b>Um den Sunnfjord</b> .....			396
Flørø .....	396		
<b>Nordfjord</b> .....			400
Sandane .....	400	Loen .....	403
Nordfjordeid .....	400	Stryn .....	404
Olden .....	402		
<b>Geirangerfjord</b> .....			407
Geiranger (Maråk) .....	407	Hellesylt .....	412
<b>Ålesund</b> .....			413
<b>Romsdalsfjord und Moldefjord</b> .....			424
Åndalsnes .....	424	Molde .....	427
<b>Kristiansund</b> .....			429
<b>Sunddal</b> .....			433

## Ostnorwegen

---

<b>Um den Mjøsasee</b> .....			437
Lillehammer .....	439	Stange .....	453
Gjøvik .....	447	Eidsvoll .....	454
Hamar .....	450		
<b>Gudbrandsdal</b> .....			455
Um das Hafjell .....	456	Otta .....	463
Ringebu .....	459	Rondane-Nationalpark .....	465
Vinstra .....	461	Dombås .....	466
Kvam .....	463		
<b>Dovrefjell</b> .....			468
Dovrefjell-Sunndalsfjella- Nationalpark .....	469	Oppdal .....	471
<b>Zwischen Gudbrandsdal und Fjordland</b> .....			474
Romsdal .....	474	Nationalpark Jotunheimen .....	477
Bjørli .....	475	Vågåmo .....	478
Um das Jotunheimen-Massiv .....	476	Lom .....	480

Skjåk .....	483	Bygdinsee und Gjendesee .....	487
Über das Sognefjell .....	484	Beitostølen .....	490
Über die Valdresflya .....	486		

## **Zwischen Gudbrandsdal und Hardangervidda .....**

Valdres-Tal .....	491	Fagernes .....	492
Aurdal .....	492	Vom Valdres-Tal ins Lærdal .....	495

## **Hallingdal .....**

Hønefoss .....	496	Gol .....	499
Nesbyen .....	498		

## **Numedal .....**

Kongsberg .....	503	Durch das Numedal von Süd nach Nord .....	506
-----------------	-----	----------------------------------------------	-----

## **Östlich des Gudbrandsdals .....**

Elverum .....	508	Zwischen Rena und Tynset .....	512
Abstecher Trysilfjell und Trysil .....	510	Femundsee und Nationalpark Femundsmarka .....	514
Østerdalen .....	511	Røros .....	516
Rena .....	511		

# **Mittelnorwegen**

## **Trondheim .....**

Trondheimsfjorden .....	543	Abzweig nach Namsos .....	549
Levanger .....	544	Namdalen .....	551
Stiklestad .....	545	Grong .....	552
Steinkjer .....	547		

# **Nordnorwegen**

## **Auf der E 6 durch die Provinz Nordland .....**

Hattfjelldal und Børgfjell-Nationalpark .....	560	Abstecher nach Sulitjelma .....	572
Mosjøen .....	561	Von Fauske nach Narvik .....	572
Mo i Rana (Mo) .....	564	Abstecher zum Stetind – Norwegens Matterhorn .....	573
Durch das Saltdal .....	568	Abstecher nach Hamarøy .....	574
Fauske .....	570	Narvik .....	576

## **Entlang der Helgeland-Küste .....**

Brønnøysund .....	582	Sandnessjøen .....	585
Von Brønnøysund nach Sandnessjøen .....	584	Bodø .....	589

<b>Die Lofoten</b> .....	595
Røst.....	601
Værøy.....	601
Moskenesøy.....	603
Å.....	603
Sørvågen/Moskenes.....	604
Reine/Hamnøy.....	606
Flakstadøy.....	608
Ramberg.....	608
Abstecher nach Nesland.....	609
<b>Die Vesterålen</b> .....	626
Hadseløya.....	627
Stokmarknes/Melbu.....	627
Langøya.....	630
Sortland.....	630
Der Westen von Langøya.....	632
<b>Troms</b> .....	643
Gratangen.....	643
Andselv/Bardufoss.....	647
Abstecher: Insel Senja und Nationalpark Ånderdalen.....	649
<b>Finnmark</b> .....	667
Zwischen Alta und Nordkap.....	668
Alta.....	669
Abstecher nach Hammerfest.....	673
Honningsvåg.....	676
Das Nordkap.....	679
Östliche Finnmark.....	680
Lakselv.....	681
Tana Bru.....	682
<b>Svalbard/Spitzbergen</b> .....	695
Longyearbyen.....	696
Ny Ålesund.....	700
<b>Nusfjord</b> .....	610
<b>Vestvågøy</b> .....	611
<b>Ballstad</b> .....	612
<b>Leknes/Fygje</b> .....	613
<b>Stamsund</b> .....	615
<b>Austvågøy</b> .....	616
<b>Henningsvær</b> .....	616
<b>Kabelvåg/Storvågan</b> .....	618
<b>Svolvær</b> .....	621
<b>Der Norden von Langøya</b> .....	633
<b>Andøya</b> .....	635
<b>Andenes</b> .....	636
<b>Hinnøya</b> .....	638
<b>Harstad</b> .....	639
<b>Tromsø</b> .....	651
<b>Lyngenfjord und Reisafjord</b> .....	663
<b>Skibotn</b> .....	664
<b>Storslett und Reisadal</b> .....	665
<b>Vadsø</b> .....	683
<b>Vardø</b> .....	684
<b>Kirkenes</b> .....	685
<b>Abstecher ins Pasvikdal</b> .....	689
<b>Finnmarksvidda</b> .....	689
<b>Karasjok</b> .....	690
<b>Kautokeino</b> .....	692
<b>Barentsburg</b> .....	700
<b>Sprachführer</b> .....	702
<b>Register</b> .....	711