

Reiseinfos von A-Z

Angeln	9
Anreise	9
Ausrüstung	12
Autofahren	16
Diplomatische Vertretungen	17
Feiertage	17
Fotografieren	17
Gefahren	18
Geld	20
Gesundheit/Reiseapotheke	20
Haustiere	20
Infos / Wichtige Adressen	20
Jedermannsrecht & Naturschutz	21
Karten	22
Kinder	22
Klima/Wetter	23
Landschaft	24
Lagerfeuer	25
Literatur	26
Mücken	27
Notruf	27
Reisezeit	27
Solotouren	28
Telefonieren	29
Transport	29
Übernachten	30
Verpflegung	32
Veranstalter	33
Zollbestimmungen	33
Checklisten	34

Stadttelegramme

Bergen	40
Kristiansand	41
Oslo	42
Stavanger	43
Ålesund	45
Trondheim	46
Zu den Touren / Symbole	37
Tourenübersicht	38

Die Touren

Wanderungen

1 - Ein Gletscher von allen Seiten (Hardangerjøkulen)	47
2 - Herbstliches Jotunheimen	57
3 - Karge Täler, steinige Höhen (Rondane Nationalpark)	71
4 - Abenteuerspielplatz Lysefjord: Kjeragbolten und Preikestolen	81
5 - Wunderbare, wilde Weite (Hardangervidda)	89
6 - Eine traumhaft schöne Runde im Trollheimen	97

Kanutouren

7 - Auf dem Wasser des schönsten Fjords (Lysefjord)	113
8 - Ein Kanla, der zum Glück keiner ist (Telemarkkanal)	121
9 - Norwegens Kanu-Klassiker (Femundsee)	131
10 - Ein perfekter Strandurlaub (Isterensee)	139

Radtouren

11 - Die Riviera Norwegens (Südküste nach Osten)	149
12 - Gewaltiges Fjordland: von Bergen nach Åndalsnes	159
13 - Auf den Spuren der Pioniere: Der Rallarvegen	175

Wintertouren

14 - Auf großem Fuß durchs Fjell (Schneeschuhtour Dovrefjell)	185
15 - Durch eine weiße Wunderwelt (Per Ski durchs Rondane)	201
16 - Wintersport auf der größten Hochebene Europas (Hardangervidda)	211
17 - Mit Ski und Pulka im Jotunheimen	219

Kompakttouren

18 - Große Rundtour Jotunheimen - Wanderung	232
19 - Im Kajak auf dem Trysilvelva - Kanutour	234
20 - Südwestliche Runde per Rad - Radtour	236
21 - Wanderung durchs Trollheimen - Wanderung	238
22 - Zu Fuß durch die Femundsmarka - Wanderung	240

Sonstiges

Sprachführer	244
Über den Autor	249
Danke an...	249
Register	262