

Vorweg	7
--------	---

Reiseinfos von A-Z

Angeln	9
Anreise	9
Ausrüstung	15
Autofahren	21
Diplomatische Vertretung	21
Schwedische Vertretung im Ausland	22
Feiertage & Feste	22
Foto & Film	23
Gefahren	24
Geld	26
Gesundheit	27
Haustiere	28
Infos und wichtige Adressen	28
Jedermannsrecht	29
Karten	30
Kinder	31
Klima	32
Lagerfeuer	33
Literatur	33
Mücken	35
Notruf	36
Post	36
Reisezeit	36
Tageslicht	38
Telefonieren	39
Übernachtung	39
Veranstalter	42
Verpflegung	42
Zoll- & Einreisebestimmungen	45
Checklisten	46

Stadttelegramme

Örebro	51
Stockholm	52
Jönköping	54
Helsingborg	55
Göteborg	57
Malmö	59

Die Touren

Zu den Touren / Symbole	49
Tourenübersicht	50

Wandern

1 - Rundtour auf dem Torsåsleden	61
2 - Zu Fuß durch den Store Mosse Nationalpark	73
3 - Trekking auf dem Bergslagsleden	81

Rad

4 - Radtour im Südosten von Skåne	93
5 - Öland auf dem Rad erleben	105
6 - Auf dem Gotslandsleden per Rad rund um Gotland	115
7 - Mit dem Rad dem Vättern-Sommenleden folgen	133
8 - Radeln auf dem Näckrosleden	147
9 - Mit dem Rad entlang der Westküste	165

Paddeln

10 - Paddeln auf dem Göta-Kanal	179
11 - Im Kajak über den Vätternsee	191
12 - Mit Kanu immer dem Fluss Stångån nach	201
13 - Paddeltour auf dem Fluss Tidan	211
14 - Seenpaddeln im Värmland	225

Kombitour

15 - Auf Schiene und Wasser entlang des Dalslandkanals	237
--	-----

Sonstiges -

Über die Autorin	255
Danke an... ..	255
Register	262