



Reiseatlas | 72 Karten und Pläne | Loose Aktiv: 19 Touren | fair und grün reisen

# NORWEGEN

€ Budget-Tipps

Viel Norwegen für wenig Geld

**STEFAN LOOSE**  
TRAVEL HANDBÜCHER



# Inhalt

Highlights .....	2
Reiseziele und Routen .....	23
Klima und Reisezeit .....	34
Reisekosten .....	37



## Traveltipps von A bis Z .....

Anreise .....	40
Botschaften .....	42
Einkaufen .....	43
Einreisepapiere .....	44
Essen und Trinken .....	44
Feste und Feiertage .....	48
Fotografieren .....	52
Frauen unterwegs .....	52
Geld .....	52
Gepäck und Ausrüstung .....	53
Gesundheit .....	54
Informationen .....	54
Kinder .....	58
Maße und Elektrizität .....	58
Medien .....	58
Nachtleben .....	59
Post .....	59
Reisende mit Behinderungen .....	59
Reiseveranstalter .....	60
Schwule und Lesben .....	60
Sicherheit .....	61
Sport und Aktivitäten .....	61
Sprachkurse .....	71
Telefon .....	71
Toiletten .....	71
Transport .....	71

Übernachtung .....	77
Verhaltenstipps .....	79
Wasser .....	80
Zeit .....	80
Zoll .....	80



## Land und Leute .....

Geografie .....	82
Flora und Fauna .....	84
Umwelt .....	90
Bevölkerung .....	93
Geschichte .....	98
Regierung und Politik .....	104
Wirtschaft .....	106
Kunst und Kultur .....	108



## Oslo und Südnorwegen .....

Oslo .....	117
Die Karl Johans gate .....	120
Die Pipervika .....	126
Auf Bygdøy .....	127

Die Kunststadt Oslo .....	128
<b>Der Oslofjord</b> .....	147
Halden .....	147
Fredrikstad .....	151
<b>Aktiv: Auf dem festen Kiel über den Halden-Kanal</b> .....	152
Horten .....	159
Tønsberg .....	162
<b>Aktiv: Die Küsten-Fahrradroute</b> .....	166
<b>Die Südküste</b> .....	170
Skien .....	170
Risør .....	175
<b>Aktiv: Unterwegs auf dem Telemarkkanal</b> .....	176
Grimstad .....	181
Lillesand .....	184
Kristiansand .....	186
Mandal .....	192
Die Lista-Halbinsel .....	194
Kvinesdal und Sirdal .....	196
Flekkefjord .....	197
Von Flekkefjord nach Egersund .....	200
Egersund .....	201
<b>Aktiv: Die Nordseeroute</b> .....	202
Von Egersund nach Stavanger .....	205
<b>Das Setesdal</b> .....	205
Evje .....	206
Byglandsfjord .....	208
Rysstad .....	209
Valle .....	211
Bykle .....	214
Hovden .....	215
<b>Hallingdal und Numedal</b> .....	217
Ål .....	217
Dagali .....	220
Das Uvdal .....	221
Das Numedal .....	222
<b>Telemark</b> .....	224
Kongsberg .....	225
Von Kongsberg nach Rjukan .....	229
Rjukan .....	229
<b>Aktiv: Gaustatoppen – Das Dach der Telemark</b> .....	230
Dalen .....	235
<b>Hardangervidda mit Hardangervidda- Nationalpark</b> .....	238

Geilo .....	239
<b>Aktiv: Radwandern auf dem Rallarvegen</b> .....	242
Zum Sognefjord .....	247



## **Westnorwegen** ..... 249

<b>Das Rogaland</b> .....	251
Stavanger .....	251
<b>Aktiv: Der Kjerag – Aussichtsplatz der Superlative</b> .....	260
Der Lysefjordvegen .....	262
Von Stavanger ins Hordaland .....	263
<b>Aktiv: Der Preikestolen – weltberühmte Felskanzel</b> .....	264
<b>Hardangerfjord</b> .....	267
Rødal .....	267
Von Rødal zum Hardangerfjord .....	269
Odda .....	269
<b>Aktiv: Besuch in der Eiszeit – zum Buarbeen</b> .....	272
Der Folgefjonn-Nationalpark .....	274
Die Kvinnherad-Halbinsel .....	274
Eidfjord .....	278
Utne .....	283
Jondal .....	284
<b>Bergen und Umgebung</b> .....	286
Das Hanseviertel Bryggen .....	287
Rings um den Vågen .....	287
Bergens Kunststraße .....	290
Die Nordnes-Halbinsel .....	291
<b>Sognefjord</b> .....	302
Voss .....	303
Abstecher nach Vik .....	307
Flåm .....	308
Aurland .....	311
Lærdal .....	313
Die Umgebung von Lærdal .....	315

Fjærland .....	319
Entlang des Lustrafjords .....	321
<b>Nördliches Fjordland</b> .....	328
Ålesund .....	328
Die Insel Runde .....	336
Geiranger und Geirangerfjord .....	338
Molde .....	348
Kristiansund .....	351



## Ost- und Mittelnorwegen 355

<b>Das Gudbrandsdal</b> .....	357
Hamar .....	358
Lillehammer .....	363
Otta .....	373
Hoch über dem Gudbrandsdal .....	374
Dombås .....	378
Das Dovrefjell .....	381
Oppdal .....	384
<b>Jotunheimen</b> .....	386
Lom .....	387
Über das Sognefjell .....	391
<b>Aktiv: Gipfeltour auf den Galdhøppigen</b> .....	392
Vågåmo .....	396
<b>Aktiv: Über den Besseggenrat</b> .....	398
Die Valdresflya .....	400
Fagernes .....	403
<b>Entlang der schwedischen Grenze</b> .....	406
Kongsvinger .....	406
Finnskogen .....	409
Elverum .....	411
Trysil .....	414
Røros .....	420
<b>Trondheim und Umgebung</b> .....	425
Der Nidaros-Dom .....	426
Die Museen .....	428
Die alten Speicherhäuser .....	429
Außerhalb des Stadtzentrums .....	429



## Nordnorwegen 437

Die Helgelandsküste .....	438
Namsos .....	442
Rørvik .....	444
<b>Aktiv: Inselhüpfen mit dem Fahrrad</b> .....	450
Nesna .....	454
Træna und Lovund .....	456
Von Nesna nach Kilboghavn .....	457
Svartisen .....	457
Ørnes .....	460
Saltstraum .....	461
Bodø .....	462
<b>Die Lofoten</b> .....	468
Måskenesøy .....	475
Reine und Hamnøy .....	475
Å .....	475
<b>Aktiv: Zum Vogelberg Mostadheia</b> .....	476
<b>Aktiv: Auf den Reinebriggen</b> .....	480
Flakstadøy .....	483
Nusfjord .....	483
Vestvågøy .....	485
<b>Aktiv: Hoch über Gimsøy</b> .....	488
Svolvær .....	490
Kabelvåg .....	492
Storvågan .....	493
Nach Henningsvær .....	493
<b>Aktiv: Auf den Glomtind</b> .....	494
Henningsvær .....	496
<b>Vesterålen und Senja</b> .....	502
Andøy .....	507
Andenes .....	507
Senja .....	510
<b>Durch Nordland und Troms</b> .....	513
Grong .....	513
Von Grong nach Mosjøen .....	516
Mo i Rana .....	518
Über den Polarkreis .....	520
Vom Saltdal nach Narvik .....	524

Narvik .....	528
Målselv .....	534
Tromsø und Umgebung .....	536
<b>Aktiv: Hoch über Tromsø</b> .....	540
Skibotn .....	548
Das Reisdal .....	550
Øksfjord .....	552
<b>Die Finnmark</b> .....	553
Alta .....	555
<b>Aktiv: Zum Alta-Canyon</b> .....	558
Kautokeino .....	561
Karasjok .....	565
Hammerfest .....	568
Die Nordkapinsel Magerøya .....	573
<b>Aktiv: Zum Knivskjellodden,</b> <b>nördlicher als das Nordkap</b> .....	578
Lakselv .....	580
Mehamn .....	581
Tana bru .....	583
Berlevåg .....	584
<b>Båtsfjord</b> .....	586
Vadsø .....	587
Vardø .....	590
Kirkenes .....	593



## Anhang ..... 599

Bücher .....	600
Sprachführer Norwegisch (Bokmål) .....	602
Index .....	608
Bildnachweis .....	614
Impressum .....	615



## Reiseatlas ..... 616

Themen	
Die besten Orte, um Tiere zu sichten	25
Norwegens Natur auf der Spur	26
Lutefisk	46
Stoccafisso und Bacalao	47
Kulinarisches Wörterbuch	47
Feiertage	48
Russ oder das „Ablegen der Hörner“	49
Das Jedermannsrecht	56
Tipps für die Bergwildnis	65
Tipps für Autofahrer	72
Land im Licht	86
Seevogelkolonien in Gefahr	91
Ein Land, zwei Sprachen	100
Alles für Norwegen – der König	103
Stabkirchen: „Himmelsschiffe vor Anker“	113
Das schönste Opernhaus der Welt	121
Peace on Earth!	127
Edvard Munch: Vom Bürgerschreck zum Ordensträger	129
Gustav Vigeland und die Gigantomanie	131
Norwegens südlichster Festlandspunkt: Kap Lindesnes	195
Es ist nicht alles Gold, was glänzt	210
Das Rygnestadtunet	212
Aktiv im Numedal	224
Der Silberberg Saggrenda	225
Methusalem des Nordens	240
Stairways to heaven: Aufstieg zur Trollzunge und Preikestolen	270
Über den Folgefonn nach Odda	274
Der Vøringsfoss, Norwegens berühmtester Wasserfall	280
Auf alten Gleisen	286
Bergen aus der Vogelperspektive	292
Norwegen für Eilige	293
Norwegen mit dem Postschiff erleben	294
Extremsport satt!	306
Stalheim: berühmt und beeindruckend	311
Extremwege nach Lærdal	312
Die Bücherstadt Fjærland	320
Der Austerdalsbreen – Norwegens spektakulärster Eissturz	321
Der Nigardsbreen	325
Rund um Runde	336
Wo Millionen Vögel leben – die Vogelfelsen	337
Ørneveien – aus Adlerperspektive	338
Wandertouren rings um Geiranger	340