

**martin schmidt**



# süd norwegen

*handbuch für  
individuelles entdecken*



empfohlen von



Handbuch für individuelles Reisen zwischen Kap Lindesnes und Trondheim

## Inhalt

### Praktische Reisetipps A–Z

(unter Mitarbeit von E.H.M. Gilissen)

An- und Rückreise	14
Ausrüstung	23
Autofahren	24
Behinderte	30
Ein- und Ausreisebestimmungen	30
Einkaufen und Preisniveau	32
Elektrizität	34
Essen und Trinken	34
Feste und Feiertage	39
Film und Foto	40
Geld	40
Gesundheit	41
Haustiere	42
Information	43
Jedermannsrecht	45
Karten	45
Mit Kindern unterwegs	46
Kino	47
Lernen und Arbeiten	47
Maße und Gewichte	49
Mietwagen	49
Mücken	50
Museen	50
Nachtleben	51
Notfall	52
Öffnungszeiten	53
Post	54
Radfahren	55
Rauchen	56
Reisezeit	57
Sicherheit	57
Sport und Freizeit	58
Sprache	67
Telefonieren	69
Trampen	70

Uhrzeit	70
Unterkunft	71
Verkehrsmittel in Norwegen	76
Versicherungen	83

### Land und Leute

Naturraum	86
Geschichte	100
Staat und Gesellschaft	106
Wirtschaft	110
Bevölkerung	113
Religion	117
Kunst und Kultur	117

### Oslo und Umgebung

<b>Oslo</b>	<b>134</b>
<b>Östlich des Oslofjords</b>	<b>171</b>
Halden	172
Sarpsborg	174
Fredrikstad	176
Der Oldtidsveien/Rv 110	180
Hvaler	180
Hankø	182
Moss	182
Drøbak	183
Askim und Mysen	186
<b>Westlich des Oslofjords</b>	<b>186</b>
Drammen	187
Horten	189
Holmestrand	190
Åsgårdstrand	191
Tønsberg	191
Nøtterøy und Tjøme	194
Westl. und nördl. von Tønsberg	194
Sandefjord	195
Larvik	198
Stavern	200
Ula	202
Rv 40	203

## Der Süden

### Die Küste entlang 206

Porsgrunn/Skien	207
Kragerø	209
Jomfruland	213
Skåtøy	213
Portør	213
Drangedal	213
Risør	214
Tvedestrand und Lyngør	218
Arendal	220
Grimstad	222
Lillesand	223
Kristiansand	225
Mandal	233
Kap Lindesnes	234
Lista	235
Kvinesdal/Knaben/Feda	236
Flekkefjord	237
Sirdal	238
Nordsjøvegen	240
Egersund	241
Stavanger	243
Sola	255
Sandnes	257
Lysefjord – Prekestolen	257

### Das Binnenland 260

Kongsberg	261
Numedal	263
Notodden	267
Rjukan	269
Bø i Telemark	272
Telemark-Kanal	274
Seljord	275
Morgedal	277
Kviteseid/Vrådal/Fyresdal	278
Dalen	280
Haukelifjell	281
Setesdal	282
Evje	284

Byglandsfjord	284
Rysstad	286
Valle	286
Bykle	286
Hovden	288

## Der Westen

### Hardangerfjord 292

Røldal	293
Sauda	293
Sand/Ryfylke	294
Odda	296
Westufer	299
Lothus	301
Kinsarvik und Eidfjord	301
Ulvik und Granvin	304
Øystese/Norheimsund	306

### Küste zw. Stavanger und Bergen 307

Karmøy	307
Haugesund	310
Rosendal	315
Bergen	315
Osterøy	335
Sotra/Øygarden	335

### Nördlich von Bergen 336

Dale	336
Voss	336
Küste bis Sognefjord	338

### Sognefjordregion 340

Äußerer Sognefjord	
und Dalsfjord	341
Vik/Vangsnes	343
Gudvangen/Nærøyfjord/	
Undredal	345
Flåm	347
Aurland	349
Lærdal	350
Øvre Årdal	353
Kaupanger	354
Sogndal	354

Solvorn/Urnes/Hafsloh	357	Geilo	424
Gaupne/Jostedal	360	Hardangervidda	427
Luster	362	Finse	428
Skjolden	364	<b>Valdres</b>	<b>428</b>
Leikanger/Hermansverk	365	Fagernes	430
Balestrand	366	Das Valdres-Tal	
Fjærland	367	ab Fagernes	432
<b>Zwischen Sogne- und Nordfjord</b>	<b>371</b>	Borgund-Stabkirche	433
Skei	371	Beitostølen/Valdresflya	435
Gaular	371	Vågåmo	439
Førde	373	Lom	440
Florø	374	<b>Jotunheimen</b>	<b>443</b>
<b>Nordfjord</b>	<b>377</b>	Sognefjellveien	444
Måløy	377	Stichstraßen in das	
Selje/Vestkapp	379	Herz Jotunheimens	444
Nordfjordeid	381		
Ørsta/Volda	382		
Sandane	384	<b>Der Osten</b>	
Olden	384	<b>Mjøsa-See und Gudbrandsdal</b>	<b>450</b>
Loen	386	Hadeland und Gjøvik	451
Stryn	388	Eidsvoll	453
<b>Wege zw. Geirangerfjord</b>		Hamar	454
<b>und Trondheim</b>	<b>391</b>	Lillehammer	456
Geirangerfjord	391	Ringebu	467
Trollstigen und Åndalsnes	395	Vinstra	468
Ålesund	399	Otta	469
Hareid und Vogelinsel Runde	406	Dombås	471
Molde	408	Dovrefjell	472
Kristiansund	412	Oppdal	474
Zwischen Kristiansund		<b>Östlich des Gudbrandsdal</b>	<b>476</b>
und Trondheim	414	Kongsvinger	476
<b>Gebirge und Täler westlich</b>		Elverum	478
<b>des Gudbrandsdal</b>	<b>415</b>	Østerdalsveien	480
Hønefoss und Tyrifjord	416	Trysil	481
Krøderen	416	Femund-See	
<b>Hallingdal</b>	<b>417</b>	und Nationalparks	482
Nesbyen	419	Røros	484
Gol	419	<b>Trondheim</b>	<b>488</b>
Hemsedal	421	Orkanger	498
Torpo/Ål	423	Fosen	498
Hol	424		

## Anhang

Literaturtipps	502	Der Autor	515
Kleine Sprachhilfe (bokmål)	506	Danksagung	515
Register	509	Kartenverzeichnis	516
		<b>Kartenatlas</b>	<b>nach Seite 516</b>

## Exkurse

Als Gast in Norwegen – Verhaltenstipps	15
Der Streit um das richtige Norwegisch	68
Das Land im Überblick	87
Reise durch die Vegetationszonen	88
Walfang	91
Nationalparks in Südnorwegen	92
Polarkreis, Polarnacht und Mitternachtssonne	98
Edvard Munch	124
Routen durch Südnorwegen	130
Der Friedensnobelpreis	142
Oslo auf Nebenwegen	149
Projekt Fjordbyen	153
Felszeichnungen – Erzählungen aus alter Zeit	181
Sehnsucht nach der Ferne	201
Theodor Kittelsen	209
Die Flucht in die Neue Welt	248
Niels Henrik Abel – Genie der Mathematik	256
Rosenmalerei	261
Snowshoe Thompson	271
Die Entstehung des modernen Skilaufs	277
Nisser – die Kobolde Norwegens	279
Tysnes – die Götterinsel	314
Gamalost – der Käse der Wikinger	344
Die Legende von der Heiligen Sunniva	379
Die Trolle	394
På Hytta – das Glück im Kleinen	426
Nordische Mythologie – von Göttern, Riesen und anderen Wesen	446
Ein Gesetz wird geschaffen – die Reichsversammlung u. der 17. Mai	453
Nationalpark Femund	483

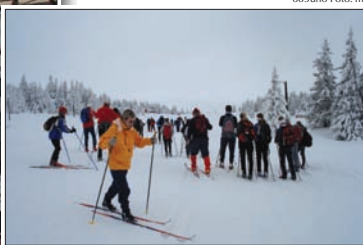
## Land und Leute



083ono Foto: ms



083uno Foto: ms



---

Königliches Schloss in Oslo

---

Das Polarschiff Fram

---

Volkssport Skilauf

## Naturraum

### Geografie

Norwegen ist mit einer **Fläche von 323.758 km<sup>2</sup>** etwas kleiner als Deutschland, mit einer Nord-Süd-Ausdehnung von 1750 km jedoch mehr als doppelt so lang. Das von seinen Bewohnern *Norge* oder *Noreg* genannte Land, dessen Name wahrscheinlich von „gate til nord“, „Weg nach Norden“, stammt, ist, wie es sich für einen Weg gehört, nur sehr schmal (430 km bis 6,3 km, nördlich von Narvik) und somit, neben Chile und Kroatien, wohl der „beste geografische Witz“ auf Erden.

Die **Küstenlänge**, inklusive aller **150.000 Inseln** und der zahllosen **Fjorde**, summiert sich auf unglaubliche **25.148 km**, was knapp dem halben Umfang der Erdkugel entspricht. Der längste und mächtigste aller Fjorde ist dabei der 205 km ins Landesinnere hineinreichende Sognefjord. Unweit desselben liegen auch, im Jotunheimen-Gebirge, die höchsten Gipfel des Landes, der 2469 m hohe Galdhøpiggen und der 2452 m hohe Berg Glittertind.

Westlich der Bergmasse wölbt sich wie ein Deckel der **486 km<sup>2</sup> große Jostedalsbreen, der mächtigste Festlandgletscher Europas**, über das Felsgestein. Ist die Landschaft hier schroff und wild, so dominieren im Osten dichte skandinavische Wälder sowie das über 200 km lange Tal Gudbrandsdal. Landwirtschaft wird vor allem in der Region um Oslo, im flachen Jæren

bei Stavanger und nahe Trondheim betrieben. Die Waldgrenze liegt im südlichen Binnenland bei 900 bis 1000 m, an der windigen Küste bei etwa 300 m und in Norden des Landes bei 150 bis 200 m.

Gegründet wurden die heute größten Orte des Landes im 11./12. Jahrhundert nahe eines Süßwasser führenden Flusses, Baches oder Sees und an windgeschützten Fjordarmen, den mittelalterlichen Hauptverkehrswegen im gebirgigen Norwegen. Der Anlass für die Anlage einer Siedlung war kirchlicher (Klostergründung) oder verwaltungstechnisch-wirtschaftlicher Art.

### Geologie und Geomorphologie

Hauptbildungszeit der norwegischen Landmasse war der Zeitraum des Ordovizium/Silur. Vor 500 bis 400 Millionen Jahren stießen die Nordamerikanische und die Eurasische Kontinentalplatte zusammen. Tiefengesteine wurden gefaltet und emporgehoben. Es entstanden die **Kaledoniten**. Ein Teil dieses Urgebirges sind die heutigen Felsmassive Norwegens. Sie bestehen zum größten Teil aus magmatischen und metamorphen Gesteinen wie Graniten und Gneisen.

Vor ca. 600.000 Jahren begann sich, bedingt durch einen Anstieg der Niederschläge und ein Absinken der Temperaturen, eine mehrere tausend Meter mächtigen **Eiskappe** herauszubilden. Das Eis, das sich langsam gen Süden bewegte, rundete dabei die Spitzen der Berge zu Kuppen, die in Nor-



wegen *Fjelle* genannt werden. Es entstanden auch weitläufige Hochebenen (*vidde*), wie die der Hardangervidda, und schon bestehende Täler wurden durch die mächtige gefrorene Last nochmals vertieft. Als sich das Eis vor etwa 10.000 Jahren zurückzog, waren viele Täler so weit abgesunken, dass sie unter dem Meeresspiegel lagen, mit Salzwasser voll liefen und sich die für Norwegen typischen **Fjorde** bildeten. Diese sind dort am tiefsten, wo der Gletscher einst am mächtigsten war, also im Landesinneren. So liegt z. B. der Grund des Sognefjords bei Balestrand 1300 m unter der Wasseroberfläche, während er kurz vor der Mündung in die Nordsee nur 20 m tief ist. Andere Täler entstanden durch den Abfluss von Schmelzwässern unter dem Eis. Drang hernach Seewasser ein, so bildete sich eine Förde, wie z. B. der Oslofjord, der sich zudem besonders gut hat eintiefen können, da das Gebiet Teil einer unterirdischen Störungs- oder Grabenzone ist, die in Richtung Süden noch durch das Rhein- und Rhônetal markiert wird.

Am Küstensaum des Landes wurden bestehende Inseln zu flachen Felseilanden, den Schären, abgehobelt. Ganze Insellabyrinthe solcher Art sind der Südostküste Norwegens und dem Festlandsgebiet zwischen Trondheim und Bodø vorgelagert.

Noch heute kann die Wirkung des Eises auf die Landschaft in Norwegen beobachtet werden. Als bestes Beispiel bietet sich da der Nigardbreen, ein Ausläufer des mächtigen Plateaugletschers Jostedalsbreen, an. Die

norwegischen **Gletscher** sind jedoch keine Relikte der letzten Eiszeit. Sie bil-

## Das Land im Überblick

**Fläche:** 323.758 km<sup>2</sup>, zzgl. der teilautonomen Gebiete Svalbard (62.924 km<sup>2</sup>) und Jan Mayen (380 km<sup>2</sup>) im Nordatlantik sowie Bouvetøya (58,5 km<sup>2</sup>) und Peter I Øy (180 km<sup>2</sup>) im Südatlantik.

**Nord-Süd-Ausdehnung:** ca. 1750 km

**West-Ost-Ausdehnung:** max. 430 km, min. 6,3 km (nördlich von Narvik)

**Küstenlänge** (inkl. aller Fjorde und Inseln): 25.148 km

**Höchster Berg:** Galdhøpiggen im Jotunheimengebirge (2469 m)

**Längster Fjord:** Sognefjord (205 km)

**Längstes Tal:** Gudbrandsdal (über 200 km)

**Größter Gletscher:** Jostedalsbreen (486 km<sup>2</sup>)

**Einwohner:** 4,7 Millionen, davon etwa 40.000 Samen (14 Einwohner/km<sup>2</sup>)

**Größte Städte: Oslo (Hauptstadt) 540.000 Einwohner** (mit Vororten über 800.000), Bergen 242.000, Trondheim 160.000, Stavanger 115.000, Kristiansand 77.000, Fredrikstad 71.000

**Sprache:** Norwegisch in zwei Schriftversionen (Bokmål und Nynorsk), Samisch

**Religion:** 89 % evangelische Lutheraner, ca. 35.000 Katholiken, 21.700 Muslime

**Verwaltung:** 19 Fylke (Provinzen)

**Staatsform:** Parlamentarische Monarchie seit 1905, Verfassung von 1814

**Staatsoberhaupt:** König Harald V., seit 1991

**Regierungschef:** Jens Stoltenberg, seit Herbst 2005

**Währung:** Norwegische Krone (NOK) 1 Krone = 100 Øre

**BSP je Einwohner:** 38.730 US \$ (2005)  
**Arbeitslosenrate:** 1,9 % (2008)



deten sich erst nach einer neuerlichen Klimaverschlechterung vor gut 2500 Jahren. Während der kühlen Jahre der sogenannten „Kleinen Eiszeit“, im 17. Jahrhundert, erreichte die Ausdehnung des gefrorenen Nass ihr Maximum. Zu dieser Zeit wurden in einigen Tälern, wie dem Loendal und dem Jostedal, sogar ganze Höfe vom Eis verschlungen. Seit der Mitte des 18. Jh. ziehen sich die Gletscher jedoch wieder zurück, wobei es zu Beginn der 90er Jahre des 20. Jh. wieder erste sanfte Anzeichen für ein Vorrücken des Eises gab.

## Flora

Den klimatischen Bedingungen folgend, kann man Norwegen in **fünf Vegetationszonen** untergliedern:

### Nordeuropäische Laubwaldregion

Dieses Gebiet umfasst einen schmalen Küstenstreifen entlang des Oslofjords. Es gedeihen **Erlen, Linden, Eichen, Ulmen und Rotbuchen**, deren größter Bestand des Landes in Larvik liegt. In den letzten Jahrhunderten wurde diese Region auch zunehmend **landwirtschaftlich genutzt**, so dass inmitten der Anbauflächen nur noch Relikte des ursprünglichen Waldes anzutreffen sind. Botanisch interessant sind die Inseln Jeløy bei Moss, Håøya bei Drøbak (Boot ab Oslo) sowie Fornebu, Lindøya und vor allem Gressholmen im Stadtgebiet von Oslo.

### Nordeuropäische Mischwaldregion

Das Areal erstreckt sich, der vom Golfstrom erwärmten Küste folgend, vom Oslofjord (hier Glomma und Vorma folgend, bis zum Mjøsaasee reichend) über Kristiansand, Stavanger, Bergen, Molde nach Trondheim und folgt den Fjorden ins Landesinnere. Kennzeichnend für das Gebiet ist die Grenze für das Vorkommen von Eichen, die gleichzeitig den Übergang zur Borealen Nadelwaldzone markieren. Anzutreffen sind in der

## Reise durch die Vegetationszonen

Die Abfolge von der ersten über die zweite bis zur dritten Vegetationszone ist hervorragend in Oslo zu beobachten. Dominieren hier auf den vom golfstromerwärmten Wasser umspülten Inseln des Oslofjords und der Innenstadt noch Kastanie, Linde, Ahorn, Erle und Rotbuche, so setzt sich mit zunehmender Entfernung vom Fjord mehr und mehr die Fichte und die anspruchslose Birke durch. Ab Höhen von nur 200 m, im Waldgebiet der Nordmarka, haben etwas mehr Wärme liebende Laubbäume dann schon ausgesprochenen Seltenheitswert. Auf Kahlschlagflächen und im Unterholz der Wälder gedeihen Unmengen von Himbeeren, Walderdbeeren und Blaubeeren.

Deutlich wird man bei einer Fahrt auf der E 16, von der Valdres über das Filefjell nach Lærdal, den Übergang von der dritten über die vierte in die zweite Vegetationszone miterleben können. Zunächst befindet man sich in der Borealen Nadelwaldzone. Es gedeihen an Bäumen fast nur Fichte und Kiefer. Sommers ist es oft warm und trocken, zur kalten Jahreszeit herrscht meist strenger Frost. Fährt man nun hinauf ins Gebirge, so wird der Wald immer lichter. Es dominiert die kleine Fjellbirke, die Bergkuppen sind waldlos und schon ab Anfang Oktober die Heimat des Winters. Nach einer Passhöhe um die 1000 m reist man hinab in ein wasserreiches Tal. Der Untergrund besteht plötzlich aus Moosen und es wachsen, im Einflussbereich des Golfstromes, Buchen (z. B. an der Borgund-Stabkirche), Eichen sowie allerlei Obstbäume.



Nordeuropäischen Mischwaldzone vorwiegend **Nadel-Nutzhölzer** (Fichte), durchsetzt mit **Erle, Espe, Birke und Ebersche**. Kultiviert wurden auch **Esche, Hasel, Ulme, Eiche, Winterlinde und Rotbuche**. Markant für dieses Gebiet sind gleichfalls der immergrüne **Ilexstrauch**, der z. B. im Zentrum von Bergen gedeiht, sowie die in den vergangenen Jahrhunderten eingeführten **Rosen**, für die Molde berühmt wurde, und die zahllosen **Obstbäume** (Apfel, Kirsche, Birne) entlang der Ufer von innerem Hardanger- und Sognefjord.

Die äußere **Küste** dieser Zone ist **nahezu waldfrei**. Eine Ursache dafür sind sowohl die oft auftretenden Orkane als auch der Holzeinschlag der letzten Jahrhunderte, zum Beispiel für den Schiffbau. Die Küstenregion hat einige **Moore** vorzuweisen, deren Torf von ehemaligen größeren Waldbeständen zeugt. Eine typische Pflanze für diese Gegenden ist das **Wollgras**, mit seinem buschigen, weißen Köpfchen, u. a. anzutreffen auf der Vogelinsel Runde.

### Boreale Nadelwaldzone

Diese Zone umfasst fast gesamt Ostnorwegen und das zentrale Südnorwegen bis in eine Höhe von etwa 900 m, wo ein 100 bis 200 Höhenmeter breiter Saum aus **Fjellbirken** die Waldgrenze und damit den Übergang zum Kahlfjell markiert. Nordwärts reicht das Gebiet der Borealen Nadelwaldzone bis in die Gegend von Bodø. Es dominieren lichte **Fichten- und Kiefernbestände**, durchsetzt mit etwas **Grauerle, Zitterpappel und Ebersche**. Kennzeichnend für diese Vegetationszone ist auch die für Norwegen typische **Moltebeere**. Sie gedeiht in sumpfigen Gebieten, in Südnorwegen vereinzelt in Höhen um 700/800 m (z. B. in der Gegend um Geilo), im „Moltebeer-Bezirk“ Nordland fast überall. Die Pflanze wird etwa 30 cm

**Verständigung**

ja	ja
nei	nein
Hei!	Hallo!
God dag! („gu daag“)	Guten Tag!
Hva heter du? („wa heter dü“)	Wie heißt du?
Jeg heter ... („jei heter“)	Ich heiße ...
Hvor kommer du fra? („wur kommer dü fra“)	Wo kommst du her?
Jeg kommer fra ...	Ich komme aus ...
Jeg bor i ... („jei bur i“)	Ich wohne in ...
Hvordan går det? („wurdan goor dé“)	Wie geht es dir?
oder (gleich beliebt): Hvordan har du det? („wurdan har dü dé“)	wörtlich: Wie hast du es?
Det går bra. („dé goor bra“)	Es geht gut.
bare bra	sehr gut (wörtlich: nur gut)
dårlig („doorli“)	schlecht
takk	danke
vær så god („wa sche gu“)	bitte (wörtlich: sei so gut); wenn man aber jemanden bittet, etwas zu tun, sagt man:
vær så snill („vär saa snill“)	wörtlich: sei so nett
Snakker du tysk/ engelsk/fransk/ norsk? („snakker dü tüsk/engelsk/ fransk/noschk“)	Sprichst du deutsch/ englisch/franzö- sisch/norwegisch?

Jeg snakker ...	Ich spreche ...
Jeg snakker bare litt ...	Ich spreche nur etwas ...
Jeg forstår ikke! („jei forstoor ikke“)	Ich verstehe nicht.
Jeg skjønner virkelig ingenting! („jei skjønner wirkeli ingenting“)	Ich kapiere' wirklich gar nichts!
Kan du snakke litt saktere? („kan dü snakke litt saktere“)	Kannst du etwas langsamer sprechen?
Unnskyld! („ünnschül“)	Entschuldigung!
Det går bra/greit.	Okay, ist in Ordnung.
Hvor mye koster det? („wur müe koster dé“)	Wie viel kostet das?
Det koster ...	Es kostet ...

**Zahlen**

en/ett – 1
to („tu“) – 2
tre – 3
fire – 4
fem – 5
seks – 6
sju („schü“) oder syv („süv“) – 7
åtte – 8
ni – 9
ti – 10
elleve („elwe“) – 11
tolv („tol“) – 12
tretten – 13
fjorten („fjurt“) – 14
femten – 15
seksten („seisten“) – 16
syttten („sötten“) – 17

aatten – 18  
nitten – 19;  
20 – zwei Möglichkeiten: *jjuve* („chüe“) oder *tyve*.

21 heißt dementsprechend: *tjuveen* („chüe-en“), *enotype* („en o tüwe“).

Der lieben Zunge wegen kann es besser sein, für 20 das Wort *tyve* zu benutzen. Denn 27 würde ansonsten *tjuvsju* („chüeschü“) heißen, und damit haben selbst Norweger ihre liebe Mühe ...  
*tretti* oder *tredve* – 30

*førti* – 40

*femti* – 50

*seksti* – 60

*sytti* („sötti“) – 70

*åtti* („oti“) – 80

*niti* – 90

*hundre* („hündre“) – 100

### Zeit

<i>tid</i>	Zeit
<i>time</i>	Stunde
<i>dag</i>	Tag
<i>natt</i>	Nacht
<i>døgn</i>	Tag und Nacht, 24 Stunden

### Zeichen (Beschriftungen)

<i>Adgang forbud</i>	Zutritt verboten
<i>ankomst</i>	Ankunft
<i>avgang</i>	Abfahrt
<i>bilferje</i> oder <i>bilferge</i>	Autofähre
<i>bildekk</i>	Autodeck
<i>brygge</i>	Anlegestelle
<i>bekk</i>	Deck (auf Booten)
<i>drosje</i>	Taxi
<i>inn</i>	Eingang
<i>lugar</i>	Kabine

*lukket, stengt*

*lykehus*

*ut/nødut*

Geschlossen

Krankenhaus

Ausgang/Notausgang (eines der beliebtesten Schilder in norwegischen Häusern)

*åpent*

Geöffnet

### Wochentage

<i>mandag</i> ( <i>måndag</i> )	Montag
<i>tirsdag</i> ( <i>tysdag</i> )	Dienstag
<i>onsdag</i>	Mittwoch
<i>torsdag</i>	Donnerstag
<i>fredag</i>	Freitag
<i>lørdag</i> ( <i>laurdag</i> )	Samstag
<i>søndag</i> ( <i>sundag</i> )	Sonntag

### Monate

<i>måned</i>	Monat
<i>januar</i> („janüar“)	Januar
<i>februar</i> („febrüar“)	Februar
<i>mars</i> („marsch“)	März
<i>april</i> („apriil“)	April
<i>mai</i>	Mai
<i>juni</i> („jüni“)	Juni
<i>juli</i> („jüli“)	Juli
<i>august</i> („augüst“)	August
<i>september</i>	September
<i>oktober</i> („okttober“)	Oktober
<i>november</i> („nuwember“)	November
<i>desember</i>	Dezember

# Register

## A

Aasen, Ivar 68, 382  
 Abblendlicht 27  
 Abel, Niels Henrik 256  
 Aga 299  
 Agrarwirtschaft 111  
 Aker Brygge 144  
 Akkerhaugen 273  
 Ål 423  
 Ålesund 399  
 Alkohol 37  
 Alvdal 480  
 Ambjørnsen, Ingvar 123  
 Amundsen, Roald 148, 201  
 Åndalsnes 395  
 Angeln 59  
 Anreise 14  
 Aquavit 38  
 Arbeiten 47, 49  
 Arbeitslosenrate 113  
 Architektur 117  
 Årdal 294  
 Årdalsfjord 352  
 Arendal 220  
 Åseral 284  
 Åsgårdstrand 191  
 Askim 186  
 Atlanterhavsvegen 410  
 Aulestad 466  
 Aurland 349  
 Ausfuhr 31  
 Ausländer 116  
 Ausreisebestimmungen 30  
 Ausrüstung 23  
 Austevika 375  
 Austrått 499  
 Auswanderung 248  
 Auto 14  
 Autofahren 24  
 Automobilclub 29  
 Avaldsnes 309

## B

Baden 60  
 Bærums Verk 156  
 Bahn 20, 76  
 Bahnstrecken 77  
 Balestrand 366

Banken 41  
 Barbeque 38  
 Barkeid 480  
 Baustile 120  
 Bautasteine 222, 314  
 Bed & Breakfast 72  
 Begby 180  
 Behinderte 30  
 Beitostølen 435  
 Benzin 28  
 Bergen 315  
 Bergen-Bahn 77  
 Bergsteigen 60  
 Besseggen 437  
 Bevölkerung 113  
 Bier 37  
 Bildung 108  
 Billigfluglinien 22  
 Birkebeiner-Rennen 465, 480  
 Birkenes 225  
 Bjølstad 435  
 Bjordal 339  
 Bjørnson, Bjørnstjerne 121  
 Bjugn 499  
 Bleikøya 147  
 Bø i Telemark 272  
 Bødalsbreen 386  
 Boine, Marie 126  
 Bokmål 68  
 Bømlo 313  
 Borgund 433  
 Borre 191  
 Botne 190  
 Botschaften 52  
 Bøyabreen 369  
 Bøyaelvi 367  
 Braathens 81  
 Brandal 406  
 Brandbu 451  
 Brekstad 499  
 Bremanger 376  
 Brevik 208  
 Briefmarken 54  
 Briksdalsbreen 385  
 Brokke 286  
 Bud 410  
 Bulandet 341  
 Bull, Ole 328  
 Bus 20, 79  
 Bygdøy 147  
 Bygland 284

Byglandsfjord 284  
 Bygstad 372  
 Bykle 286

## C

Camping 73  
 Campingkocher 24

## D

Dale 336  
 Dalen 280  
 Dalsfjord 341  
 Dänemark 14  
 Diebstahl 53  
 Diesel 28  
 Dombås 471  
 Dovre 92  
 Dovrefjell 472  
 Dovrefjell-Sunndalsfjella 92  
 Drachenboote 100  
 Drammen 187  
 Drangedal 213  
 Drevsjø 483  
 Drøbak 172, 183  
 Dyrepark 232

## E

EC-Karte 40, 53  
 Edda 102, 446  
 EG-Beitritt 105  
 Egersund 241  
 Eidfjord 301, 304  
 Eidfoss 384  
 Eidsbugarden 353  
 Eidsvoll 453  
 Eikesdalen 475  
 Eiktre 225  
 Eiktunet 451  
 Einkaufen 32  
 Einreisebestimmungen 30  
 Einwohner 87  
 Eivindvik 339  
 Elch 90, 480  
 Elektrizität 34  
 Elgå 483  
 Elverum 478  
 Erdöl 111  
 Erik der Rote 101, 201  
 Erikson, Leif 101  
 Espedalen 466

Espevær 313  
Essen 34  
Etne 312  
Evje 284

**F**

Fagernes 430  
Fähre 14, 81  
Fana 328  
Fauna 90  
Feda 236  
Fedafjord 235  
Fedje 339  
Feiertage 39  
Feigefossen 359  
Felszeichnungen 100, 181, 376  
Femundsee 482  
Femundsmarka 92  
Femundsmarka-  
Nationalpark 483  
Ferienhäuser 75  
Fernbusverbindungen 78  
Fernsehen 110  
Feste 39  
Fevik 221  
Film 40, 127  
Fimreite 355  
Finse 428  
Fischerei 111  
Fjærland 367  
Fjordbyen 153  
Fjorde 87  
Fjordinger 381  
Flå 419  
Flåm 347  
Flåm-Bahn 77, 347  
Flekkefjord 237, 240  
Flora 88  
Florø 374  
Flugzeug 21, 80  
Flydalsjuvet 393  
Fokstugu 472  
Folgefonn 92  
Folgefonn-Gletscher 315  
Folklore 128  
Førde 373  
Forollhogna 92  
Forsand 259  
Fosen 498  
Foto 40  
Fram 148

Frauen 116  
Fredrikstad 176  
Freizeit 58  
Fremdenverkehrsamt 43  
Freundschaftsgesellschaft 45  
Friedensnobelpreis 142  
Frøya 414  
Frühling 57  
Fyresdal 278

**G**

Gaarder, Jostein 122  
Galdhøpiggen 443, 447  
Gamalost 35, 344  
Gamle Hellesund 225  
Gamle Strynfjellsveg 390  
Gamlebyen 152  
Gamlehaugen 327  
Gardnos Brekzie 419  
Garmo 439  
Gästehäuser 72  
Gaular 371  
Gaupne 360  
Gaustabanen 270  
Gautefall 214  
Geilo 424  
Geirangerfjord 391  
Geirangervegen 393  
Geld 40  
Geografie 86  
Geologie 86  
Geschichte 100  
Geschwindigkeits-  
begrenzung 25  
Gesellschaft 106  
Gesundheit 41, 108  
Gewichte 49  
Gimmestad 384  
Giske 403  
Gjerde 360  
Gjøvik 451  
Gletscher 315, 360,  
368, 385, 386  
Gletscherwandern 60  
Gløppen 384  
Gløppenelva 384  
Gol 419  
Gold waschen 61  
Golf 61  
Golfstrom 97  
Götter 446

Granvin 304  
Gressholmen, 147  
Grieg, Edvard 125, 327  
Grimsdalstunet 280  
Grimstad 222  
Grøndal 421  
Grønland 149, 151  
Grovang 232  
Grünerløkka 149, 150  
Gudbrandsdal 450  
Gudvangen 345  
Gunnarstorp 180  
Gutulia 92  
Gutulia-Nationalpark 483

**H**

Hadeland 451  
Hafjell 462  
Hafsrjord 255  
Hafslo 357  
Halden 172  
Halden-Kanal 173  
Halling 418  
Hallingdal 417  
Hallingskarvet 427  
Hamar 454  
Hamre 335  
Hamsun, Knut 122, 222  
Handy 69  
Hankø 182  
Hanse 102  
Haraldshaugen 311  
Haraldson, Olav 101  
Hardangerfjord 292  
Hardangervidda 92, 427  
Hareid 406  
Hareidlandet 406  
Haugesund 310  
Haukelifjell 281  
Haukeligrend 281, 289  
Hauptstadt 136  
Haustiere 42  
Hedal 428  
Hedmark-Museum 454  
Hedrum 203  
Hegde 435  
Heidal 435  
Helgøya 456  
Hellern 240  
Hellesøy 335  
Hellesylt 390, 392

- Hem 203  
Hemsedal 421  
Herbst 57  
Hermansverk 365  
Heyerdal, Thor 148, 201  
Hidra 237  
Hitra 414  
Hjerkinn 473  
Hjertøya 408  
Hochschule 108  
Hokksund 260  
Hol 424  
Holberg, Ludvig 120  
Høllen 232  
Holmenkollen 155  
Holmestrand 190  
Hønefoss 416  
Hornelen 376  
Hornes 180  
Hornindalsvatnet 383  
Horten 189  
Hostels 72  
Hotels 71  
Hovden 288  
Hove 344  
Hovedøya 147  
Høyanger 341  
Høyjord 195  
Huldrefossen 373  
Hunderfossen 461  
Hundeschlitten 61  
Hurtigrute 82  
Hütten 73, 426  
Hvaler 180  
Hydrefossen 421  
Hytter 426
- I**  
Ibsen, Henrik 121, 207, 222  
Information 43  
Innbygda 481  
Innerdal 476  
Internet 44  
Isfjord 396  
Isomatten 24  
Iveland 284
- J**  
Jæren 240  
Jagd 61  
Jazz 127
- Jedermannsrecht 45  
Jelsa 294  
Jenstad 475  
Jevnaker 451  
Joiken 113  
Jølstra 371  
Jomfruland 213  
Jondal 299  
Jøssingfjord 240  
Jostedal 360  
Jostedal-Gletscher 360  
Jostedalsbreen 92  
Jostedalsbreen  
Nationalpark 388  
Jotunheimen 92, 443  
Jugendherbergen 73, 163  
Julhogget 480  
Justøya 224  
Jutulporten 439  
Juvasshytta 445
- K**  
Kalmarer Union 103  
Kalnes 176  
Kalvåg 376  
Kampen 149  
Kanu 62  
Kap Lindesnes 234  
Kardemommeby 232  
Karmøy 307  
Karten 45  
Käse 344  
Kaupanger 354  
Kielland, Alexander 121  
Kinder 46  
Kinn 375  
Kino 47  
Kinsarvik 301  
Kittelsen, Theodor  
124, 209, 417  
Kjendalsbreen 386  
Kjerringa 380  
Kjerringvik 202  
Kjeungskjær Fyr 499  
Kleidung 23  
Klettern 60  
Klima 95  
Klippfisch 399  
Knaben 236  
Kobolde 279  
Kolonnekjøring 27
- Kolsås 156  
Kongevegen 243, 471, 472  
Kongsberg 261  
Kongsvinger 476  
Kongsvoll Fjellstue 473  
Kon-Tiki 148  
Koppang 480  
Korssund 342  
Kragerø 209  
Krankenkasse 108  
Krankenversicherungskarte 41  
Kreditkarte 40  
Kreisverkehr 27  
Kreuzfahrt 14  
Kriminalität 58  
Kristiansand 225  
Kristiansund 412  
Krøderen 416  
Krossdal 335  
Krossobanen 270  
Kultur 117  
Kunst 117  
Kvinesdal 236  
Kviteseid 278  
Kvitfjell 468
- L**  
Lachsangeln 59  
Lærdal 350  
Lågen 461  
Landkarten 45  
Landsmål 68  
Langesund 209  
Langfoss 295, 312  
Langøyene 147  
Larvik 198  
Last-Minute-Flüge 23  
Legevakt 41  
Leikanger 365  
Leirvassbu 445  
Lekeland 208  
Lie, Jonas 121  
Lillehammer 456  
Lillesand 223  
Lillingstonheimen 342  
Lindesnes 234  
Lindøya 147  
Lista 235  
Literatur 120  
Litldalen 475  
Ljosland Fjellhage 284



Loen 386  
 Loendal 386  
 Loenvatn 386  
 Lofthus 301  
 Lognevatn 284  
 Lom 440  
 Lomen 432  
 Lummen 90  
 Lunde 274, 314  
 Lungegårdsvann 325  
 Lunner 451  
 Luster 362  
 Lustrafjord 364  
 Lyngdal 235  
 Lyngør 218  
 Lysefjord 257  
 Lysøen 328

**M**

Måbø 304  
 Maestro-Karte 40, 53  
 Magalaupeit 474  
 Mahlzeiten 35  
 Malerei 123  
 Måløy 377  
 Mandal 233  
 Maråk 391  
 Maße 49  
 Massenmedien 109  
 Massneset 339  
 Matre 339  
 Maut 28  
 Meeresangeln 60  
 Meile 49  
 Mietwagen 49  
 Mineralien 61  
 Mitfahrrzentralen 23  
 Mitternachtssonne 97, 98  
 Mjonøy 282  
 Mjøsa-See 450  
 Mobiltelefon 69  
 Modal 339  
 Molde 408  
 Mollestaðeika 225  
 Moltebeere 89  
 Monarchie 106  
 Mongstad 339  
 Morgedal 277  
 Mørkedal 421  
 Moschusochsen 90, 473  
 Moskvo 373

Moss 182  
 Mosterøy 250  
 Mücken 50  
 Munch, Edvard 124, 151, 191  
 Mundal 368  
 Museen 50  
 Musik 125  
 Mysen 186  
 Mythologie 446

**N**

Nachtleben 51  
 Nærbø 243  
 Nærøydal 345  
 Nærøyfjord 345  
 Nakholmen 147  
 Nansen, Fridtjof 201  
 Napoleonische Kriege 103  
 Nationalfeiertag 39  
 Nationalpark 91, 92, 482  
 Naturschutz 93  
 Nes 273, 372  
 Nesbyen 419  
 Nevlunghavn 202  
 Nigardsbreen 360  
 Nisser 279  
 Nobel, Alfred 142  
 Nobelpreis 142  
 Nomeland 286  
 Norddalsfjord 393  
 Norderhov 416  
 Nordfjord 377  
 Nordfjordeid 381  
 Nordland-Bahn 78  
 Nord-Sel 470  
 Nordsjøvegen 240  
 Norheim, Sondre 277  
 Norheimsund 306  
 Normannen 100  
 Norsjø 274  
 Norsk-Jernbane-Museum 454  
 Norsk-Utvandrer-Museum 454  
 Nor-Way Bussekspress 80  
 Norwegian 23, 81  
 Norwegisch 67  
 Notfall 52  
 Notodden 267  
 Notrufe 53  
 Nøtterøy 194  
 Numedal 263  
 Nynorsk 68

**O**

Odda 296  
 Öffnungszeiten 53  
 Ogna 242  
 Ölbohrinseln 112  
 Olden 384  
 Oldendal 384  
 Oldtidsveien 180  
 Olympische  
   Winterspiele 457  
 Onarheim 314  
 Oper 152  
 Oppdal 474  
 Oppstryn 388  
 Orientierungssport 63  
 Orkanger 498  
 Orkladal 498  
 Ormtjernkampen 92  
 Ørnevegen 393  
 Orre 243  
 Ørsta 382  
 Osa 305  
 Oseberg-Schiff 192  
 Osen 372  
 Oslo 134  
 Østerdalsveien 480  
 Osterøy 335  
 Otta 469  
 Ottadalen 439  
 Outdoortravel 63  
 Øvre Årdal 353  
 Øvre Eidfjord 304  
 Øye 433  
 Øyer 461  
 Øygarden 335  
 Øystese 306

**P**

Paddeln 62  
 Panne 29  
 Papageientaucher 90  
 Parlament 103, 106  
 Parteien 106  
 Peer Gynt 468  
 Peer-Gynt-veien 466  
 Pensionen 72  
 Pferde 381  
 Pflanzen 88  
 Polarkreis 98  
 Polarnacht 97, 98  
 Politik 106

- Pølser 38  
 Porsgrunn 207  
 Portør 213  
 Post 54  
 Preisniveau 32  
 Prekestolen 257  
 Presse 109  
 Promillegrenze 26  
 Pullover 336
- Q**
- Quisling, Vidkun 105
- R**
- Radfahren 55  
 Radio 110  
 Rafting 63  
 Randsfjord 416  
 Rauchen 56  
 Ravnejuvet 280  
 Rechts vor links 28  
 Reiårsfossen 284  
 Reichsversammlung 453  
 Reinli 430  
 Reiserouten 130  
 Reisezeit 57  
 Reiten 63  
 Religion 87, 117  
 Rena 480  
 Rennfast 250  
 Rentier 90  
 Rentierzucht 114  
 Restaurants 35, 36  
 Riddarspranget 435  
 Riksforsamling 103  
 Ringebu 467  
 Ringerike 416  
 Risør 214  
 Rjukan 269  
 Rjukandefoss 421  
 Rodeløkka 149  
 Røldal 293  
 Rømmegrøt 35  
 Romsdal 396  
 Romsdal-Bahn 78  
 Rondane 92  
 Rorbuer 75  
 Røros 484  
 Røros-Bahn 78  
 Rosendal 315  
 Rosenmalerei 261
- Runde 406  
 Ryfylke 294  
 Rysstad 286
- S**
- Sæverud, Harald 328  
 Salmeli 236  
 Samen 113, 483  
 Samisch 69  
 Sand 294  
 Sandane 384  
 Sandefjord 195  
 Sandnes 257  
 Sandvika 174  
 Sandvin-See 296  
 Sarpsborg 174  
 SAS 81  
 Sauda 293  
 Schlafsaalunterkünfte 73  
 Schlafsack 23  
 Schnellboot 81  
 Schönhaar, Harald 101  
 Schulpflicht 108  
 Seeadler 90  
 Segeln 64  
 Selja 379  
 Selje 379  
 Seljord 275  
 Sem 194  
 Setesdal 282  
 Setesdal-Bahn 232  
 Sicherheit 57  
 Silberschmuck 283  
 Sima-Kraftwerk 302  
 Sira 238  
 Sirdal 238  
 Sirdalsheiane 286  
 Sjoa 435  
 Skarvan og Roltdalen 92  
 Skåtøy 213  
 Skei 371  
 Skibladner 450  
 Skien 207  
 Skilauf 64, 277  
 Skjeberg 174  
 Skjolden 364  
 Skottfoss 274  
 Skredhaugen 301  
 Skudeneshavn 308  
 Slådal 439  
 Slettebø 242
- Slidredomen 432  
 Smøla 414  
 Snøhetta 473  
 Snøvegen 349  
 Snowshoe Thompson 271  
 Sogndal 354  
 Sogndalsstrand 241  
 Søgne 232  
 Sognefjellhytta 444  
 Sognefjellveien 444  
 Sognefjord 340  
 Sola 255  
 Solberg 180  
 Solvorn 357  
 Sommer 57  
 Sørland-Bahn 77  
 Sotra 335  
 Sozialwesen 108  
 Spiterstulen 445  
 Sport 58  
 Sprache 67  
 Sprachkurse 47, 506  
 St. Hanshaugen 149  
 Staat 106  
 Stabbur 119  
 Stabkirchen 101, 117  
   Borgund-Stabkirche 433  
   Eidsborg-Stabkirche 280  
   Fantoft-Stabkirche 327  
   Flesberg-Stabkirche 264  
   Hedal-Stabkirche 428  
   Heddal-Stabkirche 267  
   Hegge-Stabkirche 435  
   Hopperstad-Stabkirche 343  
   Høre-Stabkirche 432  
   Kvernes-Stabkirche 410  
   Lom-Stabkirche 440  
   Lomen-Stabkirche 432  
   Nore-Stabkirche 265  
   Øye-Stabkirche 433  
   Reinli-Stabkirche 430  
   Ringebu-Stabkirche 467  
   Rødven-Stabkirche 396  
   Røllag-Stabkirche 264  
   Urnes-Stabkirche 357  
   Uvdal-Stabkirche 265  
   Vågå-Stabkirche 439  
 Stadhavet 377  
 Stadlandet 379  
 Stalheimskleiva 345  
 Stathelle 209

Stavanger 243  
 Stavern 200  
 Storbekken, Egil 481  
 Storedal 180  
 Storting 103, 106  
 Strom 34  
 Stryn 388  
 Strynseelv 388  
 Studieren 48  
 Styrvold 203  
 Suldalslågen 294  
 Suldalsvatnet 294  
 Suleskavegen 286  
 Sunddal 475  
 Sunniva 379  
 Sunnmøre 382, 402  
 Suphellebreen 369  
 Surfen 66  
 Svanøy 375  
 Svarstad 203  
 Svellnosbreen 447  
 Svinesundbrücke 172

**T**

Tanken 28  
 Tauchen 66  
 Telefonieren 69  
 Telemark 260  
 Telemark-Kanal 274  
 Theater 127  
 Tiere 90  
 Tjølling 202  
 Tjøme 194  
 Tofte 471  
 Tolga 481  
 Tønsberg 191  
 Tørdal 214  
 Torpo 423  
 Toten 451  
 Tourismus 111  
 Touristeninformation 43  
 Tøyen 149  
 Trachten 128  
 Trampen 70  
 Trinken 34  
 Troidhaugen 327  
 Trolle 394  
 Trollstigen 395  
 Tron 480  
 Trondäsen 238  
 Trondheim 488

Trysil 481  
 Tunnel 28  
 Turistkontor 43  
 Turtagrø 353  
 Tvedestrand 218  
 Tyrifjord 416  
 Tysnes 314

**U**

Uhrzeit 70  
 Ula 202  
 Ulefos 274  
 Ullevål Hageby 149  
 Ulriken 327  
 Ulvik 304  
 Ulvøysund 225  
 Umweltschutz 93  
 Undredal 345  
 Undset, Sigrid 122, 470  
 Universität 108  
 UNO 105  
 Unterkunft 71  
 Ureinwohner 113  
 Urnes 357  
 Uthaug 499  
 Utne 299  
 Utsira 313  
 Utvær 341

**V**

Vågåmo 439  
 Valdres 428  
 Valdresflya 435  
 Valdres-Tal 432  
 Valle 286  
 Vangsnæs 343  
 Varden 408  
 Vassfaret Bjørnepark 419  
 Vegetationszonen 88  
 Venabyggtjell 467  
 Vennesla 232  
 Verfassung 106  
 Verhaltenstipps 15  
 Verkehrsmittel 76  
 Verkehrsvorschriften 25  
 Verlust von Geld 53  
 Versicherungen 83  
 Vesterhus 225  
 Vestkapp 379  
 Vestre Slidre 432  
 Vigatunet 294

Vigeland, Gustav 124, 153  
 Vik 343  
 Vikafjell 343  
 Vingen 376  
 Vinstra 468  
 Vogelinsel Runde 406  
 Volda 382  
 Volksmusik 129  
 Vøringfoss 302  
 Voss 336  
 Vrådal 278

**W**

Währung 40, 87  
 Walfang 91  
 Wanderhütten 76  
 Wanderkarten 46  
 Wandern 66  
 Wasserkraft 111  
 Weidemann, Jakob 124  
 Weltkriege 104  
 Wergeland, Henrik 121  
 Westufer 299  
 Wetter 95  
 Wetterverhältnisse 64  
 Widerøe 81  
 Wikinger 100, 186, 197  
 Winter 26, 57  
 Wirtschaft 110  
 Wohnmobil 29

**Z**

Zeit 70  
 Zeitungen 109  
 Zelt 24  
 Zoll 31  
 Zoo 232

## Kartenverzeichnis

### Stadtpläne

Ålesund .....	400
Bergen .....	318
Fredrikstad .....	177
Kragerø .....	210
Kristiansand .....	227
Lillehammer .....	459
Oslo Übersicht .....	Umschlagklappe vorn
Oslo Zentrum .....	141
Risør .....	216
Sandefjord .....	196
Stavanger Übersicht .....	250
Stavanger Zentrum .....	244
Trondheim .....	489

### Übersichtskarten

Bergen, Sognefjord .....	XIV
Fährverbindungen .....	17
Finnmark .....	II
Gudbrandsdal .....	XII
Møre og Romsdal .....	VI
Norwegen Übersicht .....	Umschlagklappe hinten
Oslo bis Lillehammer .....	XVI
Oslofjord .....	XX
Polarkreis bis Narvik .....	IV
Sogn og Fjordane .....	X
Stavanger bis Bergen .....	XVIII
Südlichstes Norwegen .....	XXII
Trøndelag .....	VIII
Trondheim bis Polarkreis .....	V