



NORWEGEN



Die Welt auf
eigenen Wegen
entdecken

Mit
**BUDGET-
TIPPS**

STEFAN LOOSE
TRAVEL HANDBÜCHER



Verlauf steigt sie als Sognefjellstraße steil zum höchsten Straßenpass des Nordens auf, und auch wer diese weltberühmte, weil atemberaubend schöne Hochgebirgsstrecke nicht befahren will, sollte der R 55 einmal zumindest bis zum Fjordende folgen, was auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln problemlos möglich ist.

Es erwarten einen rund 70 km Wegstrecke mit ständig wechselnden Panoramen, wie sie „norwegischer“ nicht sein könnten, und anstatt den gleichen Weg zurückzunehmen, kann man alternativ auch bei Skjolden auf die Nebenstraße einzubiegen, die am Ostufer des Lustrafjords entlang bis hinunter zur Stabkirche von Urnes verläuft, von wo aus es im Sommer Fährverbindungen über den Fjord hinweg zurück nach Solvorn an der R 55 nördlich von Sogndal gibt.

An den Fuß der Sognefjellstraße

Nördlich von Solvorn präsentiert sich die Landschaft in ihren malerischsten Ausprägungen. Selbst zur Zeit des römischen Reiches soll hier, wo die Böden sehr fruchtbar sind, schon Landwirtschaft betrieben worden sein. Hauptort dieser auch heute noch agrarwirtschaftlich intensiv genutzten Fjordregion ist die Ortschaft **Hafslo**, die wenige Kilometer nördlich von Solvorn an der R 55 liegt. Sie ist Ausgangspunkt für einen Besuch des Austerdalsbreen (s. Kasten unten).

In **Gaupne**, rund 13 km weiter nordöstlich, dreht sich in touristischer Hinsicht alles um den Nigardsbreen (S. 325). Nur 5 km trennen diesen Ort von **Nes/Høyheimsvik**, populär vor allem wegen des herrlichen Panoramas über den

Fjord hinweg auf den Feigumfoss. Bei **Skjolden** ist das Ende des Lustrafjords erreicht und damit der Beginn der **Sognefjellstraße**. Sie führt durch das Kernland von Jotunheimen hindurch, die alpine Sensation Norwegens mit den höchsten Bergen ganz Skandinaviens, und man muss sie einfach mal genommen haben, diese „Traumstraße des Tourismus“.

Das Ostufer


Wer die R 55 von Sogndal bis Skjolden befahren hat, kann auf dem Rückweg dem Ostufer des Lustrafjords bis hinunter zur Stabkirche von Urnes folgen. Der besondere Reiz dieser Strecke liegt in der steten Aussicht über den Fjord hinweg auf die „Breheimen“ genannte Gletscherlandschaft des Jostedalsbreen-Nationalparks (S. 326), aber auch der auf etwa halber Strecke am Weg liegende **Feigumfoss** markiert ein Highlight. Mit einer Höhe von 275 m, davon 218 m in freiem Fall, zählt er zu den höchsten naturbelassenen Wasserfällen des Nordens. Auch wer bereits den Hardangerfjord mit seinen Dutzenden Fällen besucht hat, wird begeistert sein.

Das gilt insbesondere für Reisende, die sich nicht mit dem Blick von der Straße aus zufriedengeben, sondern zum beschilderten Aussichtspunkt wandern, der etwa 300 m hinter dem Dorf Urnes an einem Parkplatz beginnt. Der Weg ist leicht zu begehen und etwa 30 Min. lang. Bei der **Stabkirche von Urnes** (s. Kasten oben) ist das Ende der Straße erreicht, von wo das Fährschiff auf rund 20 Min. während der Passage nach **Solvorn** zurückfährt.

Der Austerdalsbreen – Norwegens spektakulärster Eissturz

Von den insgesamt 24 Gletscherzungen des Jostedalsbreen (S. 326) gilt zwar der Nigardsbreen (S. 325) als der populärste, spektakulärer aber ist der Austerdalsbreen, der am wildesten zerklüftete Eissturz des Königreichs. Doch während man an den Nigardsbreen mit dem Boot heranhafen kann, muss man sich die Aussicht auf „Europas schönstes Eisschauspiel“ erwandern: 2 Std. dauert die gut markierte und mittelschwere Tour von der bewirtschafteten Wanderhütte **Tungastølen** aus zur rund 150 m höher gelegenen Gletscherzunge, die durch die drei Gletscherfälle Loke, Odin und Tors gebildet wird (schon von der Straße aus sichtbar). Tungastølen selbst wird nicht von öffentlichen Verkehrsmitteln angefahren und liegt am Ende einer 35 km langen Stichstraße (letzter Abschnitt ist mautpflichtig), die in **Hafslo**, ein paar Kilometer nördlich von Solvorn an der R 55, beginnt und sich als eine wahre Traumstraße entpuppt.



Einzigartig: die Stabkirche von Urnes

Gerade die Kombination von atemberaubender Natur mit den Zeugnissen einer jahrhundertalten Kultur ist es, die dem Sognefjord ihren ganz besonderen Reiz verleiht, und in Vollenendung ist dieses Miteinander bei der **Stabkirche von Urnes** (Urnes stavkirke) zu genießen. Auf einer hohen Landzunge gelegen und von Wiesen und Birken gesäumt, thront sie vor der alpin anmutenden Kulisse über dem spektakulären Lustrafjord. Einen schöneren Standort für einen Sakralbau als diesen kann man sich kaum vorstellen, und doch ist es nicht der einzigartigen Lage zu verdanken, dass die Stabkirche von Urnes als Kulturerbe der Menschheit auf die World Heritage List der Unesco gesetzt wurde. Vielmehr sind es ihr ehrwürdiges Alter – bereits im 11. Jh. errichtet, ist sie die älteste des Landes – sowie vor allem die Schnitzereien insbesondere am Nordportal, die zu den herausragendsten im Königreich zählen. Auch in ihrem Inneren offenbart sich im Schnitzwerk die enge Verzahnung des frühen Christentums mit dem germanischen Götterglauben. Einzigartig sind insbesondere die mit fantastischen Motiven des alten heidnischen Glaubens geschmückten Würfelkapitelle der Säulen.  www.stavechurch.com, ☎ 2. Mai–Sep tgl. 10.30–17.45 Uhr, sonst nach Absprache, ☎ 57678840, Eintritt 90 NOK inkl. obligatorischer Führung (auch auf Englisch, aber nicht auf Deutsch).

Ausgangspunkt für einen Besuch der am Ostufer des Lustrafjords gelegenen Stabkirche von Urnes ist der rund 15 km nördlich von Sogndal an der R 55 ausgeschilderte Ort **Solvorn**, der von Sogndal aus auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln (Gletscherbus) erreicht werden kann und sich mit seinen schneeweißen gepflegten Holzhäusern als ein wahres „Puppenstübendorf“ erweist. Hier lohnt u. a. ein Blick auf das berühmte **Walaker Hotel** (S. 323), bevor man die Fähre (20 Min.) hinüber zur anderen Fjordseite mit der Stabkirche nimmt, die zudem im Rahmen von Bootsausflügen besucht werden kann. Vom Fähranleger aus sind es rund 15 Gehminuten zur Kirche hinauf, unterhalb derer ein Café einlädt. Wer mit dem eigenen Fahrzeug unterwegs ist und eine Rundtour beschreiben möchte, sollte das Fahrzeug auf die Fähre mitnehmen und dann von Urnes aus der **Ostufersstraße** (s. rechts) des Fjords nach Skjolden folgen, von wo aus es entlang des Westufers wieder nach Sogndal zurückgeht.



ÜBERNACHTUNG UND ESSEN

Solvorn

 **Eplet Bed & Apple**, Solvorn, ☎ 41649469,  <http://eplet.net>. Empfehlenswertes Gästehaus des Weltenbummlers Trond Henrik in traumhafter Wiesen- und Obstthain-Lage. DZ, Betten in Mehrbettzimmern sowie in einem Tipi, auch Platz für 25 Zelte, angeschlossen sind Gästeküche, Grillplätze im Garten, Internet und für Gäste kostenloser MTB-Verleih. Vermittlung von Dutzenden Aktivitäten – alles in allem eine



© DUMONT BILDARCHIV / DR. CHRISTIAN NOWAK

der empfehlenswertesten Budget-Unterkünfte am Sognefjord! ☎ 1. April–Anfang Okt. Zelt 120 NOK p. P., Bett 240 NOK, DZ ab 3  **Walaker Hotel**, Solvorn, ☎ 57682080,  www.walaker.com. Die Sonne blinzelt ins Himmelbett, Schwaden von Rosenduft wehen ins Zimmer, und vor dem Fenster ertrinkt der Fjord in goldenem Licht ... Das Erwachen im Walaker Hotel ist märchenhaft. Überhaupt hat in diesem über 300 Jahre alten Traditionshotel, das sich bereits seit neun Generationen in Familienbesitz befindet, alles Märchenklasse. Es ist das älteste

Hotel von Norwegen, mit seinen Zimmern im Empire-, Louis-XVI.-, Barock- oder Rokokostil auch das gemütlichste. Laut Umfragen dazu das beliebteste, nicht zuletzt wegen der grandiosen Fjordlage. Romantischer kann man kaum wohnen und, im angeschlossenen Restaurant, gepflegter und stilvoller kaum zu Abend essen. Das Dinner wird um 19.30 Uhr serviert, man kann aus verschiedenen Menüs auswählen, und wenn es sich lohnt, mal mehr für ein Essen auszugeben, dann hier, wo man auch prachtvoll im Fjordgarten sitzen und Kaffee und Gebäck genießen kann. ☺ Mitte April–Mitte Okt. 6

Nes/Høyheimsvik



Nes Gard Bed & Breakfast, Nes Gard, R 55, Høyheimsvik, ☎ 95232694, 🌐 www.nesgard.no. Dass die Wirklichkeit mitunter schöner ist als eine Postkarte, davon kann man sich in dieser Boutique-Pension aus dem Jahr 1859 überzeugen, die vor einer großartigen Berg- und Fjordkulisse gegenüber dem rauschenden Feigumfoss über dem Fjord thront. Die traditionelle Architektur und geschmackvolle Innenausstattung verbindet Historisches mit modernem Service. Am Fjordufer lädt eine Badebrücke ein, es werden Ruderboote, Seekajaks (200 NOK) und Fahrräder (200 NOK) vermietet. DZ ab 650 NOK p. P. inkl. Frühstück. 6



Viki Fjordcamping, Høyheimsvik, ☎ 99539730, 🌐 www.vikicamping.no. Idyllischer Platz am Fjord mit Aussicht auf den Feigumfossen auf der gegenüberliegenden Uferseite. Grüne Zeltwiesen und 13 Hütten in verschiedenen Preisklassen. Verleih von Ruder- und Motorbooten sowie von Kanus und Angelausrüstung. ☺ Anfang Mai–Mitte Okt. Stellplatz ab 180 NOK, Hütten ab 500 NOK, in der Hochsaison ab 650 NOK.

Gaupne



Pluscamp Sandvik, Sandvikvegen 17, Gaupne, ☎ 57681153, 🌐 www.sandvikcamping.com/de. Ganzjährig geöffneter Wiesenplatz am Ortseingang mit guter Ausstattung, Fjord- und teils auch Gletscherblick. 60 Stellplätze sowie 22 Hütten (ab 480 NOK) unterschiedlichen Standards, Boots- und Fahrradverleih, Kiosk.

Skjolden

Skjolden Brygge, Skjolden, ☎ 91803025, 🌐 www.skjoldenbrygge.com. Von außen ein recht schlicht wirkendes Hotel in einer Gartenanlage am Fjord, doch von innen höchst komfortabel und mit Restaurant, Bar, Schwimmhalle, Sauna, Fitnessraum, Kletterwand, Solarium und Bootsverleih. Angrenzend gibt es zudem schicke Ferienhäuser in verschiedenen Komfortklassen, außerdem Apartments der gehobenen Kategorie; Mindestaufenthalt 3 Nächte. ☺ Mitte Mai–Mitte Sep. Ab 5

Nymoen Leirplass, Skjolden, ☎ 57686603, 🌐 www.skjolden.com/nymoen. Ein sonniger Wiesenplatz am See Eidsvatnet mit grandioser Aussicht. Die 13 ansprechenden Hütten variieren in Größe und Ausstattung. Insgesamt recht einfache Ausstattung, doch sauber und ruhig. ☺ Anfang Mai–Mitte Okt. Stellplatz 200 NOK, Hütten ab 1



Vassbakken Kro & Camping, Vassbakken, Skjolden, ☎ 57686188, 🌐 www.vassbakken.com. Außerordentlich idyllische Anlage, grasgedeckt, mit 24 Doppel- und Mehrbettzimmern, die durchaus Mittelklassehotel-Niveau haben; auch Zelten ist hier möglich (Stellplatz ab 170 NOK), Wohnmobile sind willkommen, und obendrein laden 13 Hütten ein, die ab 690 NOK kosten. Bleibt das absolut empfehlenswerte Restaurant, dem auch eine Außen-/Panoramaterrasse angeschlossen ist. ☺ Mai–Mitte Sep. 3

AKTIVITÄTEN

Radfahren

Die „Romantische Straße“ von Skjolden nach Urnes ist zum Radeln geradezu prädestiniert. Ein empfehlenswerter Abstecher führt von Urnes ins naturschöne Kinsedal (etwa 5 km).

Seekajak

Geführte Kajaktouren von Marifjøra (südl. von Gaupne) nach Solvorn bietet **FjordSeal** in Marifjøra, ☎ 99090159, 🌐 www.fjordseal.com: 20. Juni–Aug tgl. um 9.30 Uhr, 4 Std., 700 NOK alles inkl. Die Tour ist auch für Kinder ab 7 Jahre geeignet, es gibt auch Tandemkajaks.

Das Jostedal mit Nigardsbreen und Bergsetbreen

Das wechselvolle Leben der Gletscherzungen zwischen Warm- und Kaltzeiten kann man nirgends so anschaulich verfolgen wie am Beispiel des Nigardsbreen. Dieser Seitenarm des Jostedalsbreen wuchs in der ersten Hälfte des 18. Jh. derart an, dass zahlreiche Gehöfte im angrenzenden Jostedal Opfer der Eismassen wurden. Auch die namensgebende Siedlung Nigard wurde seinerzeit (1743) verschüttet. Nur sieben Jahre später traten die Eismassen den Rückzug an; mehr als 5 km Länge hat der Nigardsbreen seitdem verloren, und der 1,5 km lange Gletschersee unterhalb seiner Zunge begann sich schon in den 1930er-Jahren zu bilden, also lange bevor das Phänomen der globalen Klimaerwärmung bekannt wurde.

Ausgangspunkt für einen Besuch des Nigardsbreen ist das Städtchen **Gaupne** (S. 322), wo eine zur Gletscherzunge ausgeschilderte Nebenstraße beginnt. Sie misst 37 km Länge, und dass man ihr zweimal folgen muss (da es sich um eine Sackgasse handelt), wird niemand als nachteilig empfinden, markiert doch allein schon die Fahrt durch das **Jostedal** mit dem reißenden Jostedalselv und zahlreichen Wasserfällen einen Höhepunkt. Nach rund 30 km liegt der kleine Ort **Gjerde** am Weg (mit Supermarkt, Hotel und Camping), wo eine Stichstraße von rund 5 km Länge ins liebeliche Bergsetdalen abzweigt. Am Ende findet sich ein Parkplatz, an dem ein markierter und gut ausgebauter Wanderweg beginnt, der nach rund 3,5 km (ca. 1 Std.) an den Fuß des **Bergsetbreen** heranführt. Dieser Gletschersturz präsentiert sich nicht ganz so spektakulär wie der Nigardsbreen, aber dafür muss man sich den Anblick auch nicht mit Hundertschaften von Besuchern teilen.

Dann wird das **Jostedalen-Breheimsenteret** (S. 328) erreicht, und das letzte Wegstück, rund 3 km lang und mautpflichtig (80 NOK pro Pkw), führt mitten durch ein Moränenfeld hindurch, das anzeigt, wie weit die Gletscherzunge zur Zeit ihrer größten Ausdehnung ins Tal hineinreichte. Hier kann man vom Autofenster bereits herrliche Bilder auf den in eleganten Kurven zu Tal fließenden Eiskoloss genießen, aber Parknischen gibt es nur wenige, und eindrucksvoller ist in jedem Fall, diese Etappe, die am **Gletschersee** endet, zu Fuß zu bewältigen (markierter Wanderweg beginnt am Breheimsenter).

Aber die eindrucksvollsten Motive bekommt man erst im Rahmen der **Bootsfahrt** über den Gletschersee zu sehen (Ende Mai–Ende Sep tgl. 10–18 Uhr, 60 NOK hin und zurück, ☒ www.brevegen.no) bzw. im Rahmen einer Wanderung, die um den Gletschersee herumführt (ca. 1 Std.), von dessen Nordufer aus es zu Fuß bis an die **Gletscherzunge** herangeht (ca. 20 Min.). Im August 2014 ist hier ein deutsches Ehepaar von abstürzenden Eisbrocken erschlagen worden. Die beiden Touristen hatten wohl die Absperrung ignoriert und sich zu nah an das Eis herangewagt, weshalb nicht eindringlich genug davor gewarnt werden kann, Gletschergänge allein zu unternehmen und Warnschilder/Absperrungen auf die leichte Schulter zu nehmen!

Wandern

In der Umgebung des Lustrafjords bieten sich Dutzende Touren in allen Schwierigkeitsgraden an. Das Touristenbüro vertreibt eine gute Broschüre (auch auf Deutsch) über die 30 schönsten Wandertouren sowie eine Wanderkarte.

SONSTIGES

Alkohol

Luster vinmonopol, Pyramiden Senter, Gaupne, ☎ 22015000, ☹ Do, Fr 11–17, Sa 11–15 Uhr.

Fahrradverleih

Eplet Bed & Apple, S. 323.
Nes Gard Bed & Breakfast, S. 324.
Skjolden turistinformasjon, S. 326.

Feste

Kulturdagane Skjolden, Skjolden, Ende Mai. Lokales Kulturfestival, u. a. mit Kunstausstellungen, Volkstanz und Markt.
Fjellfilmfestivalen, Turtagrø, Anfang September. 2-tägiges Filmfestival zum Thema Berg und Natur. ☒ www.fjellfilmfestivalen.no.

Geld

Luster Sparebank, Gaupne, ☎ 57682700.

Informationen

Gaupne turistkontor, im Lustrabad gelegen,
☎ 99231500, 🌐 www.sognefjord.no,

⌚ Juni–Mitte Aug tgl. 10–17 Uhr.

Jostedalen Breheimssenteret, Jostedal,
☎ 57683250, 🌐 http://jostedal.com, ⌚ Mai–
20. Juni und 26. Aug.–30. Sep. tgl. 10–17,
21. Juni–25. Aug. tgl. 9–18 Uhr. Touristeninfor-
mation, Buchungsstelle für Aktivitäten (u. a.
Gletschertouren), Café sowie Interaktive
Ausstellung zum Nigardsbreen und Breheim-
Nationalpark (75 NOK).

Skjolden turistinformasjon, Fjordstova,
☎ 99231500, 🌐 www.skjolden.com, ⌚ Mitte
Juni–Mitte Aug Mo–Fr 10–17 Uhr.

Medizinische Hilfe

Luster legevakt, ☎ 57685600.

Polizei

Luster lensmannskontor, Gaupne, ☎ 02800.

Post

Gaupne Post i butikk (Coop-Supermarkt im
Einkaufszentrum Pyramiden), Gaupne,
☎ 22030000, ⌚ Mo–Fr 9.30–21, Fr 9.30–20,
So 12–20 Uhr.

Taxis

☎ 57681620.

NAHVERKEHR

Der von Sogndal zum Nigardsbreen verkehren-
de *Brebus* (Gletscherbus, S. 319) bietet Zustei-
gemöglichkeiten in Solvorn, Hafslø und Gaupne.

TRANSPORT**Selbstfahrer**

Die Sognefjellstraße ist nur im Sommer von
etwa Mitte Mai bis Ende Sep geöffnet.

Busse

Sämtliche Orte am Lustrafjord sind mit
SOGNDAL verbunden sowie, im Sommer, über

die Sognefjellstraße (S. 391) mit LOM, VÅGÅ
und OTTA.

Schiffe

Die **Fähre** von Solvorn nach URNES (43 NOK,
Pkw 117 NOK) ist rund ums Jahr mehrmals
tgl. im Einsatz: von Mai–Sep 9x tgl zwischen
7.10 und 16.50 Uhr. Infos unter ☎ 91721719,
🌐 www.lustrabaatane.no.

**Der Jostedalsbreen-
Nationalpark**

Von den rund 1700 norwegischen Gletschern,
die zusammen eine Fläche von über 3300 km²
bedecken, ist der 487 km² große **Jostedals-
breen** der ausgedehnteste. Noch imposanter
wird es, wenn man weiß, dass er zusammen mit
den benachbarten und bis zu 500 m mächtigen
Eisfeldern rund 30 weiterer Gletscher eine zu-
sammenhängende Fläche von insgesamt rund
1000 km² bildet. Damit ist er der größte Plateau-
gletscher des europäischen Festlandes, und
so verwundert es nicht, dass die gesamte Re-
gion im Norwegischen als **Breheim** bezeichnet
wird. Dieses „Gletscherheim“ steht als Joste-
dalsbreen-Nationalpark seit 1991 unter Schutz,
und mit über 600 000 Besuchern jährlich gehört
das 1230 km² große Eis-Refugium zu den bedeu-
tendsten Sehenswürdigkeiten des Landes.

Es erstreckt sich zwischen dem Sognefjord
im Süden und dem Nordfjord im Norden west-
lich der ebenfalls unter Schutz stehenden Hoch-
gebirgslandschaft Jotunheimen und präsentiert
sich dem staunenden Betrachter als ein blend-
end weißes Eismeer, aus dem zwei Dutzend
Gletscherzungen von bis zu 2038 m Höhe tal-
wärts fließen. Jedoch handelt es sich bei die-
sem Gletscherfeld nicht, wie oft angenommen,
um ein Überbleibsel der letzten Eiszeit, sondern
es verdankt seine Existenz vielmehr einer Klima-
verschlechterung, die gegen 500 v. Chr. einsetz-
te. Im Laufe der Jahrhunderte dehnte sich das
Eisfeld je nach den vorherrschenden Klima-
bedingungen immer wieder drastisch aus oder
schrumpfte und hat heute etwa die gleiche Grö-
ße wie im 18. Jh.

