



STO CKH OLM

Sightseeing aktiv im Wasser, auf Wiesen und in Wäldern:
Mit Rad und Kanu die grüne Stadt entdecken

Kreatives Stockholm
Auf den Spuren von Modemachern und Designern

Reisen mit
**Insider
Tipps**

Die wichtigsten MARCO POLO Highlights!

Diese Highlights sind im Cityatlas, in der Faltkarte und auf dem hinteren Umschlag eingezeichnet



1 SCHÄREN
Inselreich im wahrsten Sinne des Wortes: 30 000 kleine Eilande drängen sich vor den Toren Stockholms → S. 24

2 GAMLA STAN
Wo die Metropole ihre Wurzeln hat: enge Gassen, alte Kirchen, terrakottafarbene Giebelhäuser im Herzen der Stadt → S. 33

3 KUNGLIGA SLOTTET
Viel Platz für Königs & Co: Eins der größten Schlösser der Welt mit mehr als 600 Zimmern → S. 33

4 ABBA-MUSEUM
Über 40 Jahre illustrierte Erfolgsgeschichte der berühmten Popgruppe mit jeder Menge Musik → S. 47

5 SKANSEN
Alte Bauernhäuser, prächtige Herrenhöfe und Elche im Freilichtmuseum mit Cityblick → S. 50

6 VASA
Das mächtigste Kriegsschiff des 17. Jhs. konnte nicht schwimmen. Nun liegt es hoch und trocken im eigenen Museum → S. 50

7 STADSHUSET
Stockholms Wahrzeichen trägt drei goldene Kronen → S. 54

8 DROTTNINGHOLM
Schwedisches Versailles: Seit 1981 lebt die Königsfamilie in dem traumhaften Schloss vor den Toren Stockholms → S. 56

9 ASTRID LINDGRENS HEM
Zu Hause bei Astrid Lindgren: In dieser Wohnung lebte die beliebte Kinderbuchautorin über 60 Jahre lang und schrieb Weltliteratur → S. 52

10 ÖSTERMALMS SALUHALL
Exklusive Köstlichkeiten aus Schwedens Wäldern, Wiesen und Gewässern unter einem Marktdach → S. 71

11 DESIGNTORGET
Ausgefallene und funktionale Kreationen junger wie etablierter Designer → S. 72

12 ICEBAR
Cocktails aus Eisgläsern im kältedichten Poncho bei frostig-frischen minus 5 Grad → S. 78

13 GRAND HÔTEL
Tradition, Noblesse, Luxus – mit Blick auf das Königliche Schloss: Das Fünfsternehaus ist das beste Hotel am Platz. Deshalb logieren hier jedes Jahr die Nobelpreisträger → S. 85

14 GRÖNA LUND
Schwedens ältester Vergnügungspark auf der grünen Insel Djurgården lockt mit seinen spannenden Attraktionen von der Achterbahn bis zum Spökhuset Jahr für Jahr Tausende Besucher an → S. 108

15 MIDSOMMAR
Mit Blumen, Tanz und Schnaps feiern die Stockholmer den längsten Tag des Jahres → S. 110



STO CKH OLM



MARCO POLO AUTORIN

Tatjana Reiff

Rheinland goes Stockholm: Ihre Liebe zu Schweden entdeckte die Kölnerin schon als Kind in den Ferien. Nach einem Skandinavistikstudium hat sie sich ihren Traum erfüllt und ist nach Stockholm gezogen. Als freie Journalistin, etwa für die ARD, ist sie viel im Land unterwegs und durfte schon hinter manche schwedische Gardine gucken. In Stockholm genießt sie die hohe Lebensqualität, das ruhigere Tempo und das viele Wasser.



**DIE
TOUREN-APP**
zu den Erlebnistouren zeigt, wo's langgeht:
inklusive Tourenverlauf und Offline-Karte



**EVENTS
& NEWS**
Schnell die wichtigsten Infos auf dem Smartphone:
Events, News, neue Insider-Tipps und ggf. aktualisierte
Erlebnistouren als PDF zum Downloaden

HOLEN SIE MEHR AUS IHREM MARCO POLO RAUS!

SO EINFACH GEHT'S!



1

go.marcopolo.de/stoc



2

downloaden und entdecken

GO!

OFFLINE!



6 INSIDER-TIPPS
Von allen Insider-Tipps
finden Sie hier die 15 besten

8 BEST OF ...
● Tolle Orte zum Nulltarif
● Typisch Stockholm
● Schön, auch wenn es regnet
● Entspannt zurücklehnen

12 AUFTAKT
Entdecken Sie Stockholm!

18 IM TREND
In Stockholm gibt es viel Neues
zu entdecken

**20 FAKTEN,
MENSCHEN & NEWS**
Hintergrundinformationen zu
Stockholm



26 SEHENSWERTES
28 Norrmalm
33 Gamla Stan
39 Östermalm
43 Södermalm & Långholmen
46 Djurgården
52 In anderen Vierteln
55 Außerhalb



58 ESSEN & TRINKEN
Die besten Adressen

68 EINKAUFEN
Shoppingspaß und
Bummelfreuden

SYMBOLS

INSIDER TIPP Insider-Tipp

★ Highlight

● ● ● Best of ...

☀️ Schöne Aussicht

🌿 Grün & fair: für ökologische oder faire Aspekte

(*) kostenpflichtige
Telefonnummer

PREISKATEGORIEN HOTELS

€€€ über 200 Euro

€€ 140–200 Euro

€ bis 140 Euro

Die Preise gelten für zwei Personen im Doppelzimmer pro Nacht mit Frühstück

PREISKATEGORIEN RESTAURANTS

€€€ über 33 Euro

€€ 22–33 Euro

€ bis 22 Euro

Die Preise gelten für ein für das jeweilige Restaurant typisches Hauptgericht

76 AM ABEND
Wohin ausgehen?

84 ÜBERNACHTEN
Adressen von günstig bis luxuriös



92 ERLEBNISTOUREN
92 Stockholm perfekt im Überblick
97 Skeppsholmen: auf dem einstigen Flottenstützpunkt
100 Mit dem Rad durch Djurgården
103 Designtour durch Norrmalm & Vasastan

108 MIT KINDERN UNTERWEGS
Die besten Ideen für Kinder

110 EVENTS, FESTE & MEHR
Alle Termine auf einen Blick

112 LINKS, BLOGS, APPS & CO.
Zur Vorbereitung und vor Ort

114 PRAKTISCHE HINWEISE
Von A bis Z

120 SPRACHFÜHRER

124 CITYATLAS & STRASSENREGISTER



142 REGISTER & IMPRESSUM

144 BLOSS NICHT!

GUT ZU WISSEN

Augenfutter → S. 16
Lesehunger → S. 25
Einfach mal auszeiten → S. 43
Fit in the City → S. 51
Art goes underground → S. 54
Lieblings(ad)ressen → S. 63
Spezialitäten → S. 66
Frage der Herkunft → S. 80
Nur nicht (ver)schlafen → S. 88
Winterliches Stockholm → S. 107
Feiertage → S. 111

KARTEN IM BAND

(126 A1) Seitenzahlen und Koordinaten verweisen auf den Cityatlas und die Übersichtskarte Stockholm mit Umland auf S. 136/137
(O) Ort/Adresse liegt außerhalb des Kartenausschnitts
Es sind auch die Objekte mit Koordinaten versehen, die nicht im Cityatlas stehen

(A-B 2-3) verweist auf die herausnehmbare Faltkarte

UMSCHLAG VORN:

Die wichtigsten Highlights

UMSCHLAG HINTEN:

Linienplan zu U- und S-Bahnen

Die besten MARCO POLO Insider-Tipps

Von allen Insider-Tipps finden
Sie hier die 15 besten



INSIDER TIPP Köstliche Kellermahlzeit

Klein, gemütlich und mittelalterlich ist das *Kryp in* in Gamla Stan mit schwedischen Spezialitäten vom Lachs bis zum Rentier → S. 63

INSIDER TIPP Junges Gemüse

So niedlich: Im Mai und Juni gibt's Nachwuchs im Tierpark des Freilichtmuseums *Skansen* – gucken Sie doch mal Elch-, Rentier- und Bärenbabys an! (Foto re.) → S. 50

INSIDER TIPP New art – far out

Moderne Gegenwartskunst im *Magasin 3*, Stockholms Kunsthalle im Freihafen im Nordosten der Stadt. Auf 1500 m² stellen hier international etablierte Künstler ihre zeitgenössischen Werke aus → S. 54

INSIDER TIPP Nationalgebäck in XXL

Überall in Schweden wird sie gerne gegessen: die *kanelbulle*, eine Hefeschnecke mit viel Zimt. Im Café *Saturnus* (Foto o.) in Östermalm gibt es sie in köstlicher Übergröße → S. 61

INSIDER TIPP Nordisch bepackt

Urban, funktional und mega-in bei den Stockholmern sind die Taschen und Rucksäcke der schwedischen Designbrüder Anton und Daniel *Sandqvist*, die sie unter ihrem Familiennamen verkaufen → S. 74

INSIDER TIPP Zimmer mit Aussicht

Toller Blick, kleiner Preis: Das frühere Schwesternheim des Krankenhauses *Ersta*, auf den Felsen über der Stockholmer Hafeneinfahrt, bietet ruhige und komfortable Zimmer zu günstigen Preisen → S. 89

INSIDER TIPP Süß-salzige Sucht

Im Laden *Lakritsroten* gibt es leckeres Süßholz in vielen Variationen für Lakritzfans! Probieren Sie zum Beispiel Bonbons, Schokolade oder Tee! → S. 71

INSIDER TIPP Pomade goes underground

Der urige Kellerladen von *Sivletto* ist ein Wallfahrtsort vieler Rockabillys → S. 75

INSIDER TIPP Freilufttänzen zum

Summen der Motoren

Unter einer Autobahnbrücke am südlichen Ende Södermalms vergnügt sich junges, alternatives Publikum bei Drinks, Musik und Boule im *Trädgård*. Trotz seiner Stadtrandlage ein populärer Outdoor-Club → **S. 81**

INSIDER TIPP Natürlicher Luxus

Im Öko-Safaricamp *Island Lodge* finden Sie die perfekte Kombination aus Einfachheit und Exklusivität! Hier schlafen Sie zwar in einem Zelt mit Mückennetz, dafür aber steht darunter ein Designerbett mit allerfeinster Leinenwäsche → **S. 88**

INSIDER TIPP Bye, bye, Winterblues!

Bevor Ihnen die Dunkelheit so richtig aufs Gemüt schlägt: Ab ins *Studio Nirvana*. Dort baden Sie im *Sonnenraum* eine ganze Stunde lang bei tropischen Temperaturen in Licht und Wärme. Das wirkt Wunder. Ehrlich! → **S. 107**

INSIDER TIPP Charmante Schlafstatt

Knarrender Holzboden, enge Treppen, windschiefe Mauern: In den Zimmern des gemütlichen *Hotel Sven Vintappare* schlafen Sie wie vor 400 Jahren → **S. 88**

INSIDER TIPP Panorama-Picknick

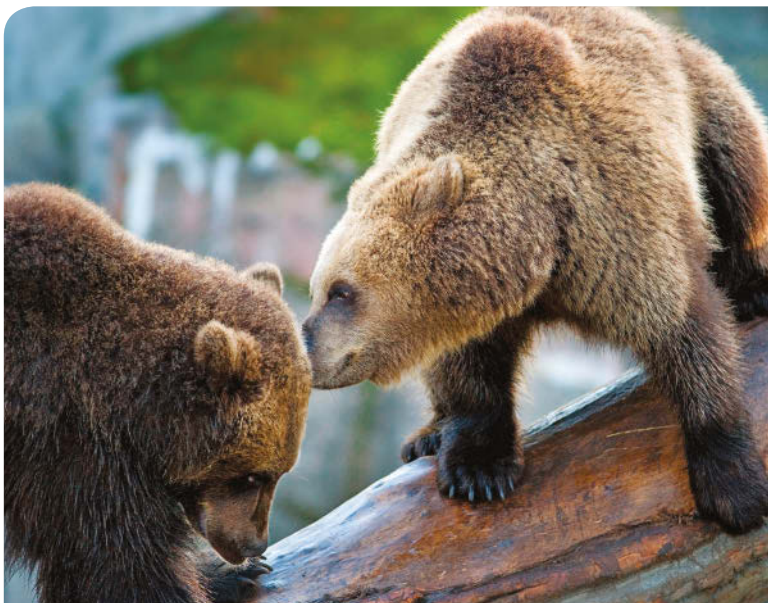
Die Grünanlage thront auf den hohen Klippen von Södermalm mit einem supertollen Blick auf die Insel Kungsholmen und den Mälarsee: Der *Skinnarviksparken* ist der ideale Platz für ein Picknick in der Abendsonne → **S. 44**

INSIDER TIPP Steinlose Badefreuden

Barfuß-Erlebnis der besonderen Art: Der *Sandstrand Trouville* auf der Schäreninsel Sandhamn ist eine wahre, weiche Wonne → **S. 57**

INSIDER TIPP Kurios nautisch

Im versteckten Café *Skrotens* an der alten Werft auf Djurgården genießen Sie Kaffee und Kuchen mit Blick auf buntgemixtes, gebrauchtes Schiffszubehör → **S. 61**



BEST OF ...

TOLLE ORTE ZUM NULLTARIF

Neues entdecken und den Geldbeutel schonen

SPAREN

● **Gute Aussichten**

Auf Södermalms felsigen Höhen erstreckt sich der 400 m lange *Monteliusvägen* mit phantastischem Panorama. Im Gegensatz zu anderen Aussichtspunkten ist die Kulisse mit Mälarsee, Stadshuset und Riddarholmen, die Sie hier genießen können, ganz und gar gratis → **S. 28**

● **Cooler Kurven**

Schlittschuhfans kommen im Stockholmer Winter voll auf ihre Kosten. Im Vasaparken und auf dem Sportplatz Östermalm können Sie auf künstlichen Eisbahnen jeden Tag umsonst *Schlittschuh laufen* → **S. 51**

● **Klingende Bank**

Ihre Hommage an Stockholm „Sakta vi går genom stan“ machte Jazzsängerin Monica Zetterlund in den 1960er-Jahren berühmt. 2005 kam sie bei einem Brand ums Leben. In Vasastan wurde ein Park nach ihr benannt. Dort können Sie ohne Eintritt auf einer *Teakbank* Zetterlunds Gesang lauschen: Er setzt ein, sobald Sie sich hinsetzen → **S. 36**

● **Umsonst fit**

Parkträning Friskis bietet von Juni bis August kostenloses Training in Stockholmer Parks an: Yoga, Gymnastik, Joggen → **S. 51**

● **Junge Virtuosen**

Seit 1771 werden an der *Königlichen Musikhochschule* Musiker, Komponisten, Dirigenten und Lehrer ausgebildet. Gratis Konzert-Kostproben zeigen Ihnen, was der Nachwuchs in Sachen klassischer Musik, Folk und Jazz so drauf hat → **S. 82**

● **Zu Ehren des Königs**

Im Stechschritt und in schneidiger Uniform, hoch zu Ross und mit Musikkapelle: Die *Wachablösung* im Königlichen Schloss mit großer Parade ist einer der Publikumsmagnete Stockholms. Doch die Soldaten im Dienste Seiner Majestät sind nicht zum Spaß da: Sie halten Ehrenwache und beschützen den König (Foto) → **S. 34**



Diese Punkte zeichnen in den folgenden Kapiteln die Best-of-Hinweise aus

TYPISCH STOCKHOLM

Das erleben Sie nur hier

● **Be a Fashionista!**

Stockholmer lieben es, sich modisch zu kleiden. Die aktuellsten Styles werden gleich gekauft. Da wollen Sie mithalten? Sind aber unsicher? Oder haben keine Zeit? Lassen Sie sich bei MOOD, NK (Foto) oder Åhléns von Ihrem *Personal Shopper* beraten! → S. 73

● **Waterfront-Safari**

Vom Wasser aus lassen sich Stockholms 14 Inseln prima erforschen! Und zwar mit einem *Ticket der Stockholmer Verkehrsbedriebe SL*. Damit können Sie vier verschiedene Pendelboote benutzen und von Insel zu Insel hüpfen → S. 118

● **Fleischbällchen de luxe**

Die typisch schwedischen *köttbullar* gibt es im Restaurant *Operakällarens Bakficka* in erstklassiger Qualität. Zusammen mit Sahnesauce, Kartoffelpüree und Preiselbeeren ein unvergesslicher Genuss → S. 65

● **Royals zum Anfassen**

Wer die königliche Familie hautnah erleben will, braucht sich nur am 6. Juni zum *Nationaldagen*, dem schwedischen Nationalfeiertag, in Stockholm an den Straßenrand zu stellen. Dann nämlich fahren die Royals mit der Kutsche quer durch die Stadt nach Skansen zum Feiern mit ihren Untertanen → S. 110

● **Noble Stätte**

Sie erkennen Stockholms *Rathaus* schon von Weitem am Turm mit den drei goldenen Kronen: das *Stadshuset* ist das Wahrzeichen der schwedischen Hauptstadt. Hier wird geheiratet, verwaltet und gefeiert. Etwa alljährlich am 10. Dezember beim Galadiner zu Ehren der Nobelpreisträger. Normalsterbliche lassen sich rund ums Jahr durch die prachtvollen Säle führen → S. 54

● **Gesundes Großstadtleben**

Nehmen Sie sich ein Beispiel: Die Stockholmer sind ziemlich gesundheitsbewusst, sie ernähren sich (meistens) gesund, bewegen sich viel, mit Vorliebe im Freien. Und sie kaufen gerne bio. Produkte aus ökologischem Anbau, bevorzugt aus der Region, haben Hochkonjunktur. Sie bekommen sie z. B. bei *Paradiset* auf Södermalm → S. 72



TYPISCH

BEST OF ...

SCHÖN, AUCH WENN ES REGNET

Aktivitäten, die Laune machen



● **Rollendes Café**

Vom Norrmalmstorg bis nach Skansen fährt die alte Straßenbahn *Djurgårdslinjen 618*, die zum Café umgebaut wurde. Ideal für Fußmüde und die Pause zwischendurch (Foto) → S. 47

● **Abenteuer Kino**

Antarktis, Tiefsee, Universum: *Cosmonova* bringt Sie zu den faszinierendsten Plätzen der Erde! Im 3D-Kino mit kupfelförmiger Leinwand sehen Sie Filme im größten Format 15/70 und haben das Gefühl, Sie wären mittendrin → S. 81

● **Abgehoben**

Der Traum vom Fliegen – hier wird er wahr. In einem Windtunnel pustet Sie ein Luftstrahl in die Höhe, und Sie fliegen wie mit 200 km/h im freien Fall. *Bodyflight* macht's möglich! → S. 116

● **Pracht vergangener Zeiten**

Lassen Sie den Straßenlärm hinter sich und treten Sie ein in eine andere Welt: Im *Hallwyl-Palast* mit seinen prunkvollen Räumen, seiner bedeutenden Kunstsammlung und dem kostbaren Originalinventar scheint die Zeit vor 100 Jahren stehen geblieben zu sein → S. 29

● **Eine Nase für Trends**

„Immer einen Schritt voraus“ lautet die Philosophie des Edelkaufhauses *Nordiska Kompaniet*. Ob Barbiepuppe, Nylonstrümpfe oder Jeans – NK hatte sie in Schweden zuerst! Bummeln Sie über fünf Etagen mit exklusiver Mode, Einrichtung und Designartikeln → S. 73

● **Baden unterirdisch**

Wo einst Dominikanermönche beteten, können Sie heute in einem winzigen Schwimmbad baden. Das *Storkyrkobadet* mit Sauna und Porzellanbadewannen wurde in den 1930er-Jahren eingerichtet → S. 43

REGEN

ENTSPANNT ZURÜCKLEHNEN

Durchatmen, genießen und verwöhnen lassen

ENTSPANNT

● **Urlaubsfeeling unter Palmen**

Herrliche Lage, freie Sicht aufs Wasser, köstliche Cocktails: Auf der Ponton-Terrasse der Loungebar *Mälarpaviljongen* lassen Sie den Tag in aller Ruhe ausklingen → S. 79

● **Ausgiebig genießen**

Im Stockholmer *Grand Hôtel* wird im Restaurant *Verandan* das berühmte schwedische *smörgåsbord* aufgetischt. Mit Blick aufs Wasser und das Königliche Schloss genießen Sie drei Stunden lang in aller Ruhe die vielen leckeren Köstlichkeiten. So oft und so viel Sie möchten → S. 63

● **Japanischer Seelenbalsam**

Versteckt in Kiefernwäldern südöstlich von Stockholm liegt die Wellnessanlage *Yasuragi*. Im japanischen Bad mit Außenbassin finden Sie bei entspannenden Anwendungen, energiespendenden Aktivitäten und asiatischer Küche zu innerer Ruhe und Harmonie → S. 43

● **Grüne Oase mitten in der City**

Wiesen, Wälder, Wasser: Natur pur erleben Sie auf der Insel *Djurgården*. Hier erwarten Sie weder Hektik noch Großstadtlärm, nur verschlungene Spazierwege und Vogelgezwitscher, frische nordische Luft und herrliches Blätterrauschen – und das alles in Fußnähe zur Innenstadt (Foto) → S. 46

● **Feine Füße**

Bei *Fiskpedikyren* können Sie bei einer Fußpflege der ganz besonderen Art entspannen: Kleine Garra-Rufa-Fische übernehmen das Peeling und sorgen für herrlich sanfte Füße → S. 70

● **Abschalten mit Original**

Qualitätsfilme aus aller Welt laufen im Stockholmer Programmokino *Zita* – jeweils in der Originalsprache. Für zwei Stunden machen Sie hier Pause vom Alltag, lassen Herz und Geist freien Lauf und träumen sich weg – bis der Vorhang schließlich fällt → S. 81



AUFTAKT





ENTDECKEN SIE STOCKHOLM!

Goldgelbe **Bürgerhäuser**, die im klaren nordischen Licht warm leuchten, prachtvolle Renaissancegebäude, die von Jahrhunderte altem **Wohlstand** zeugen, schreiende Möwen, die über weißen Schärendampfern kreisen: Stockholm wird Sie faszinieren – besonders durch das viele Wasser, das in der Sonne herrlich glitzert und im Winter zu Eis erstarrt. Ein Drittel der Fläche Stockholms ist übrigens **Wasser**, und das ist rein und von sehr guter Qualität. Hier können Sie mitten in der Stadt unbesorgt baden oder dicke Lachse angeln!

Das zweite Drittel der Stadtfläche ist grün. Abgesehen von vielen kleinen lauschigen Ecken mit Bäumen, Büschen und Rasen zieht sich ein riesiger, geschützter **Nationalpark** von 27 km² mitten durch die Innenstadt, der **Ekoparken**. In welcher anderen Millionenmetropole gibt es das schon? Und die Grünanlagen sind immer gut besucht, im Sommer wie im Winter, denn die Stockholmer sind – wie die Schweden generell – sehr **naturverbunden**. Kaum kommen die ersten Strahlen der Frühjahrs-sonne durch, gibt es für die sonnenhungrigen Hauptstädter kein Halten mehr. Dann müssen sie endlich wieder raus ins Freie, nachdem sie monatelang im Dunkeln gesessen haben. Mit Mobiltelefon bewaffnet, sitzen sie verträumt mit geschlossenen

Augen auf den Treppenstufen des *Dramaten* und genießen bei einem Caffè Latte die Wärme und das Licht, auf die sie so lange verzichten mussten. Schnell werden Tische und Stühle selbst noch vor das winzigste Café gestellt und mit **Woldecken** bestückt. Den einen oder anderen Stockholmer (und vor allem die Touristen!) mag es bei objektiv niedrigen Frühlingstemperaturen nämlich doch noch frösteln. Aber die meisten Hauptstädter sind dann schon recht leicht bekleidet. Jedenfalls für mitteleuropäische Verhältnisse. Sie haben eben ein anderes Temperaturempfinden!

Im Mai und Juni, wenn alles grünt und blüht, wird die Stadt richtig lebendig. Dann starten die **Schärendampfer** tutend in die neue Saison, Festivals und Marathonläufe locken Besucher an, mit Kind und Kegel zieht es die Stockholmer **zum Picknicken ins Freie**. Denn dann tanken sie schon mal ordentlich Licht und Energie für die kalten, dunklen Wintertage, wenn die Straßen der Hauptstadt sich wieder leeren, die Schiffe vertäut am Ufer liegen und es drinnen umso gemütlicher wird. Jede Menge Lampen in den Fenstern leuchten warm in das Winterdunkel, Feuerschalen vor den Eingangstüren verbreiten **heimelige Stimmung**. Die dunkle Jahreszeit überleben? Die Stockholmer wissen, wie's geht.

Sie tanken Licht und Energie für die langen, dunklen Wintertage

Zum Beispiel mit Sport. Auch der hilft über den Winterblues. Die Stockholmer passen ihre Sportart einfach der Jahreszeit an. Die prima **Badeseen** und Kajakgewässer des Sommers werden im Winter zu herrlichen **Schlittschuhbahnen**; Golfplätze, auf denen sie im Sommer eingelocht haben, eignen sich in der dunklen Jahreszeit ideal zum Skilanglauf. Und im Übrigen bleibt die Gewissheit: Der nächste Sommer kommt bestimmt!

Wer Stockholm zum ersten Mal besucht, stellt fest: Für eine Großstadt ist sie relativ klein. **Auf 14 Inseln** und über 50 Brücken schlängelt sich die Stadt um viele Buchten und Wasserflächen herum, kriecht von einem Tunnel in den nächsten, um am anderen Ende die Hügel und Anhöhen zu erklimmen – eine große Fläche zwar, doch mit kompaktem Zentrum, das Sie dank eines klaren Schachbrettmusters gut erkunden können. Auch auffällig: Für eine Großstadt ist Stockholm

