

# Norwegen

Martin Schmidt

REISE Know-How Verlag Peter Rump Bielefeld



## TIPPS

### **Nordische Mythologie und Natur:**

das mächtige Gebirge Jotunheimen | 435

### **Die roten Felsen im Süden:**

Ausflug zum Kap Lindesnes | 164

### **Abenteuer auf Schienen:**

mit der Flåm-Bahn vom Fjord in die Berge | 308

### **Die steinerne Kanzel am Fjord:**

eine Rundfahrt vom Lysefjord zum Preikestolen | 193

### **Die spannendste Straße des Nordens:**

über die kühnen Serpentina des Trollstigen | 369

### **Freilichtmuseum, Wikingerschiffe**

### **und Thor Heyerdahls Expeditionen:**

die Museumshalbinsel Bygdøy in Oslo | 46

### **Und sie bewegt sich doch:**

Besuch der Gletscherzunge des Briksdalsbreen | 355

### **Zwischen Himmel und Wasser:**

zu Fuß und mit dem Boot am Geirangerfjord | 362

### **Jahrtausende alte Geschichten in Stein:**

die Felszeichnungen in Alta | 622

### **Eine Welt wie aus dem Bilderbuch:**

Ausflug nach Reine auf den Lofoten | 574

### **Eine Stadt voller Attraktionen:**

Bergen, die Hauptstadt Fjordnorwegens | 268

## Norwegen



» Ja, vi elsker dette landet,  
som det stiger frem, furet, værbitt,  
over vannet, med de tusen hjem.

Ja, wir lieben dieses Land,  
das, vom Meer zernagt und durchfurcht,  
mit tausend Heimen aus den Fluten ragt. «

*Anfang der norwegischen Nationalhymne,  
Text von Bjørnstjerne Bjørnson (1832–1910),  
norwegischer Dichter, Politiker und Literaturnobelpreisträger*



## Impressum

Martin Schmidt

REISE KNOW-HOW Norwegen

erschieden im

REISE KNOW-HOW Verlag Peter Rump GmbH

Osnabrücker Str. 79

33649 Bielefeld

Deutschland

+49-521-946490

info@reise-know-how.de

© REISE KNOW-HOW Verlag Peter Rump GmbH

**9., neu bearbeitete und aktualisierte Auflage 2025**

Alle Rechte vorbehalten.

**PDF-ISBN 978-3-8317-4624-8**

### Gestaltung und Bearbeitung

Umschlag: Peter Rump, der Verlag

Inhalt: Günter Pawlak, Wayan Rump, der Verlag

Kartografie: B. Spachmüller, Cathérine Raisin

Fotonachweis: S. 814

Lektorat: Michael Luck, Liane Werner

Lektorat (Aktualisierung): Katja Schmelzer

### Bibliografische Information der Deutschen National bibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese  
Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie;  
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet  
über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

### Anzeigenvertrieb

KV Kommunalverlag GmbH & Co. KG,

Alte Landstraße 23, 85521 Ottobrunn,

Tel. 089-928096-0, [info@kommunal-verlag.de](mailto:info@kommunal-verlag.de)

### Bildlegende Umschlag und Vorspann

Titelbild: Wandern auf den Vesterälen in Nordnorwegen  
(Adobe.Stock.com ©EVERST)

Vordere Umschlagklappe: In der Altstadt von Stavanger  
(Adobe.Stock.com ©Volha);

kleines Foto: Schild „Achtung Troll quert“ (ms)

S. 1: Mädchen in norwegischer Tracht (ms)

S. 2/3: Dorf Vikten auf den Lofoten (ms)

Wir freuen uns über Kritik, Kommentare  
und Verbesserungsvorschläge, gern  
per E-Mail an [info@reise-know-how.de](mailto:info@reise-know-how.de).

Alle Informationen in diesem Buch sind vom  
Autor mit größter Sorgfalt gesammelt und  
vom Lektorat des Verlages gewissenhaft  
bearbeitet und überprüft worden.

Da inhaltliche und sachliche Fehler nicht  
ausgeschlossen werden können, erklärt  
der Verlag, dass alle Angaben im Sinne der  
Produkthaftung ohne Garantie erfolgen  
und dass Verlag wie Autor keinerlei  
Verantwortung und Haftung für inhaltliche  
und sachliche Fehler übernehmen.

Die Nennung von Firmen und ihren Produkten  
und ihre Reihenfolge sind als Beispiel ohne  
Wertung gegenüber anderen anzusehen.  
Qualitäts- und Quantitätsangaben sind rein  
subjektive Einschätzungen des Autors und  
dienen keinesfalls der Bewerbung von  
Firmen oder Produkten.

Die Information über und die Bereitstellung  
von digitalen Zusatzinhalten (z.B. Links, GPS-  
Tracks o.Ä.) ist eine freiwillige Zusatzleistung  
des Verlages, auf die kein Anspruch besteht  
und für deren Richtigkeit aufgrund der Verän-  
derlichkeit solcher Informationen auch nicht  
gehaftet werden kann. Insbesondere behält  
sich der Verlag deshalb vor, die Bereitstellung  
und die Zugriffsmöglichkeit zeitlich zu befris-  
ten und den Zugriff hierauf auch vorfristig  
abzuschalten.



Martin Schmidt

# NORWEGEN

# Vorwort

Norwegen ist ein Erlebnis! Es ist das Land der mächtigen Fjorde, gewaltigen Berge und der filigranen Stabkirchen. Das vorliegende Reisehandbuch will helfen, Norwegen individuell zu entdecken, sei es im lichtdurchfluteten Sommer, im farbenfrohen Herbst, zur mystischen Winterszeit oder während des berausenden Frühlings. Der Reiseführer geleitet dabei zu den Touristenattraktionen und auch zu weniger bekannten Natur- und Kultursehenswürdigkeiten. Er präsentiert detailliert das **Reich der Fjorde** und die **endlose Küstenregion**, ebenso den **lieblichen Süden** und die **weiten Waldgebiete des Ostens**. Des Weiteren führt das Buch den Norwegen-Reisenden nach **Norden**, zur faszinierenden Inselwelt der Lofoten, nach Tromsø, Hammerfest, zum Nordkap und zum Land der Samen.

Auf zahlreichen Reisen konnte ich die Erfahrung machen, wie wichtig es ist, die Menschen und ihre Kultur zu kennen, um das Land und seine Besonderheiten zu verstehen. Das Buch möchte daher dem Besucher einen tieferen **Blick in die Seele Norwegens** gewähren. Neben den dafür benötigten landeskundlichen Informationen muss der Reisende natürlich auch die „harten“ Informationen zur Hand haben, die ihm unterwegs helfen, ans Ziel zu kommen. Es wurde daher Wert auf eine umfangreiche Auflistung von Adressen, Internetlinks,

Hintergrundinformationen und Tipps gelegt. Sie beinhalten auch ausführliche Angaben zu zahlreichen sportlichen Aktivitäten.

Neben der herrlichen Landschaft laden auch die Städte Norwegens zu einem Aufenthalt ein. Auf Haupt- und Nebenwegen kann z.B. das **quirlige Leben Oslos** erkundet werden, es lockt die **Küsten- und Kulturmetropole Bergen**, weitere Ziele sind die **Ölhauptstadt Stavanger** und die **Domstadt Trondheim**. Dazu enthält das Buch umfangreiche praktische Informationen zu Unterkünften, Restaurants, Cafés, Verkehrsmitteln und städtischen Freizeitaktivitäten.





Speziell in einem Land mit hohem Preisniveau – und das ist Norwegen – ist es wichtig, die Preise zu kennen und bei Unterkünften genügend Auswahl und mehrere Alternativen zu haben. Das Buch listet daher eine Vielzahl Hotels und Campingplätze auf, preiswerte und teure, einfache und komfortable.

Dieser Reiseführer ist auch ein Handbuch mit Informationen und Hinweisen zum Reisen mit und ohne Auto, nach und in Norwegen. Er enthält Berichte über das Wegenetz, über Fahrten im Winter, zu Bahn und Buslinien, kurz: alles für eine Reise ohne Komplikationen. Neu hinzugekommen sind in dieser Auf-

lage zahlreiche **Extra-Tipps in Sachen erholsamer Urlaub**, zu Fotospots, Picknickplätzen und offenen Hütten. Auch Wandertipps zum Thema sind in dieser neuen Rubrik mit dem Namen „Hygge & Kos – Entspannung auf Norwegisch“ untergebracht (s.a. „Hinweise zur Benutzung“, S. 13).

*Velkommen til Norge* – willkommen in Norwegen!



Martin Schmidt



# Inhalt

Vorwort	4
Kartenverzeichnis	11
Steckbrief Norwegen	12
Hinweise zur Benutzung	13
Die Regionen im Überblick	14
Reiserouten und Touren	16
Norwegen: Zu jeder Zeit	20
Zehn Orte zum Staunen	22
Fünf Ziele für Familien	24
Fünf typisch norwegische Erlebnisse	25

## 1

## Oslo und Umgebung 26

<b>Oslo</b>	<b>29</b>
<i>Der Friedensnobelpreis</i>	39
<i>Oslo auf Abwegen</i>	43
<i>Projekt Fjordbyen</i>	50
<b>Östlich des Oslofjords</b>	<b>76</b>
Halden	76
Sarpsborg	78
Fredrikstad	80
<i>Felszeichnungen –</i>	
<i>Erzählungen aus alter Zeit</i>	85
Oldtidsruta/Rv 110	87
Hvaler	88
Hankø	88
Moss	89
Drøbak	91
Askim und Mysen	94
<b>Westlich des Oslofjords</b>	<b>95</b>
Drammen	95
Horten	99
Holmestrand	100
Åsgårdstrand	101
Tønsberg	102
Nøtterøy und Tjøme	105
Westl. und nördl. von Tønsberg	107
Sandefjord	107

Larvik	112
<i>Sehnsucht nach Ferne</i>	114
Stavern	117
Nevlunghavn/Mølen	118
Ula und Kjerringvik	118
Helgeroa	118
Rv 40	121

## 2

## Der Süden 122

<b>Die Küste entlang</b>	<b>125</b>
Porsgrunn und Skien	128
Kragerø	131
Jomfruland	135
Skåtøy	136
Portør	136
Drangedal	136
<i>Theodor Kittelsen</i>	137
Risør	138
Tvedestrand und Lyngør	142
Arendal	144
Grimstad	147
Lillesand	149
Kristiansand	151
Mandal	161
Skjernøya, Kap Lindesnes	164
Lyngdal/Lista	165
Kvinesdal/Knaben/Feda	167
Flekkefjord	168
Sirdal	170
Nordsjøvegen –	
von Flekkefjord nach Stavanger	171
Egersund	173
Stavanger	176
<i>Flucht in die Neue Welt</i>	177
<i>Niels Henrik Abel –</i>	
<i>Genie der Mathematik</i>	187
Sola	190
Sandnes	192
Lysefjord – Preikestolen	193
<b>Das Binnenland</b>	<b>196</b>

Kongsberg	197	Bergen	268
<i>Rosenmalerei</i>	199	Osterøy	293
Numedal	201	Sotra/Øygarden	293
Notodden	205	<b>Nördlich von Bergen</b>	<b>294</b>
Rjukan	207	Dale	294
<i>Snowshoe Thompson</i>	208	Voss	294
Bø i Telemark	213	Küste bis Sognefjord	298
Telemark-Kanal	215	<b>Sognefjordregion</b>	<b>300</b>
Seljord	217	Äußerer Sognefjord und Dalsfjord	301
Morgedal	218	Vik/Vangsnes	303
<i>Die Entstehung des modernen Skilaufs</i>	219	<i>Gamalost – der Käse der Wikinger</i>	304
Kviteseid/Vrådal/Fyresdal	219	Gudvangen/Nærøyfjord/Undredal	306
<i>Nisser – die Kobolde Norwegens</i>	220	Flåm	308
Dalen	223	Aurland	311
Haukelifjell	225	Lærdal	313
Setesdal	226	Øvre Årdal	316
Evje	226	Kaupanger	317
Byglandsfjord	228	Sogndal	318
Rysstad	230	Solvorn/Urnes/Hafslo	321
Valle	231	Gaupne/Jostedal	323
Bykle	231	Luster	325
Hovden	232	Skjolden	327
		Mittlerer Sognefjord – Nordufer	329
		<b>Zwischen Sogne- und Nordfjord</b>	<b>335</b>
		Skei	335
		Gaular	338
		Førde	339
		Florø	341
		Bremanger	343
		<b>Nordfjord</b>	<b>344</b>
		Måløy	345
		Selje/Vestkapp	347
		<i>Die Legende von der</i>	
		<i>Heiligen Sunniva</i>	349
		Nordfjordeid	350
		Ørsta/Volda	352
		Sandane	354
		Ostende des Nordfjords	355
		<b>Wege zwischen Geirangerfjord</b>	
		<b>und Trondheim</b>	<b>362</b>
		Geirangerfjord	362
		<i>Die Trolle</i>	368
		Trollstigen und Åndalsnes	369

## 3

## Der Westen

## 234

## Hardangerfjord

## 236

Røldal

237

Sauda

240

Sand/Ryfylke

241

Odda

245

Westufer

247

Lofthus

249

Kinsarvik und Eidfjord

250

Ulvik und Granvin

255

Øystese/Norheimsund

256

Küste zwischen Stavanger  
und Bergen

## 258

Karmøy

259

Haugesund

262

*Tysnes – die Götterinsel*

264

Rosendal

267



Ålesund	374	Ein Gesetz wird geschaffen –	
Hareid und Vogelinsel Runde	382	die Reichsversammlung	
Molde	384	und der 17. Mai	446
Kristiansund	391	Lillehammer	450
Zwischen Kristiansund		Ringeby	461
und Trondheim	394	Vinstra	464
		Otta	465
		Dombås	467
		Dovre fjell	468
		Oppdal	471
	<b>396</b>	<b>Östlich des Gudbrandsdal</b>	<b>474</b>
		Kongsvinger	475
	<b>399</b>	Elverum	476
	399	Østerdalsveien	478
	402	Trysil	481
	<b>403</b>	Femundsee und Nationalparks	482
	404	Røros	484
	405		
	407		
	409		
	410		
	410		
	412	<b>Trondheim</b>	<b>491</b>
	413	Orkanger	506
	414	Fosen	507
	<b>415</b>	<b>Nord-Trøndelag und Nordland</b>	<b>508</b>
	416	<b>Auf der E 6 nach Narvik</b>	<b>508</b>
	419	Stjørdal	509
	421	Halbinsel Frosta	510
	422	Levanger/Verdal	511
	430	Levanger/Verdal – Steinkjer	512
	431	Steinkjer	512
	<b>435</b>	Steinkjer – Grong	513
	435	Grong	514
		Grong – Mosjøen	516
	437	Mosjøen	517
		Mo i Rana/Polarkreis	519
		Mo i Rana – Fauske	521
	438	Fauske und Sulitjelma	522
	<b>441</b>	Fauske – Narvik	523
	442	Narvik	525
	445	<b>Rv 17: Die Küste entlang</b>	
	446	durchs Helgeland	<b>530</b>
<b>4</b>			
<b>Der Osten</b>			
<b>Gebirge und Täler westlich</b>			
<b>des Gudbrandsdal</b>			
Hønefoss und Tyrifjord			
Krøderen			
<b>Hallingdal</b>			
Nesbyen			
Gol			
Hemsedal			
Torpo/Ål			
Hol			
Geilo			
Hardangervidda			
<i>På Hytta – das Glück im Kleinen</i>			
Finse			
<b>Valdres</b>			
Fagernes			
Das Valdres-Tal ab Fagernes			
Borgund-Stabkirche			
Beitostølen/Valdresflya			
Vågåmo			
Lom			
<b>Jotunheimen</b>			
Sognefjellveien			
Stichstraßen in das			
Herz Jotunheimens			
<i>Nordische Mythologie –</i>			
<i>von Göttern, Riesen und</i>			
<i>anderen Wesen</i>			
<b>Mjøsa-See und Gudbrandsdal</b>			
Hadeland und Gjøvik			
Eidsvoll			
Hamar			

Namsos	531	Hammerfest	630
Rørvik und Insel Leka	532	<i>Schneewittchen im Nordmeer</i>	634
Brønnøysund	533	Insel Magerøya/Nordkap	635
<i>Das Loch im Torghatten</i>	534	Porsangerfjord/Lakselv	640
Brønnøysund – Tjøtta	536	Rv 98/Nordkinn	642
Alstahaug	537	Tana Bru	643
Sandnessjøen	538	Berlevåg/Båtsfjord	644
Sandnessjøen – Forøy	540	Vadsø	646
Forøy – Ørnes	541	Vardø	647
Ørnes – Saltstraumen	542	Neiden	649
Saltstraumen	543	Kirkenes	650
Bodø	544	Karasjok (Kárásjoga)	655
<b>Die Lofoten</b>	<b>550</b>	Kautokeino (Guovdageaidnu)	657
Svolvær	554	<i>Die Samen</i>	658
Kabelvåg	560	Spitzbergen (Svalbard)	660
Henningsvær	562		
Borg	565		
Stamsund	566		
Leknes, Gavidal und Fygle	567		
<i>Der große Branntweinkrieg</i>	568		
Ballstad	570	Anreise	668
Nusfjord	571	Autofahren	676
Flakstad und Ramberg	572	Barrierefreies Reisen	683
Reine	574	Camping	683
Moskenes und Sørvågen	577	Einkaufen	685
Å	578	Ein- und	
Værøy	580	Ausreisebestimmungen	688
Røst	581	Elektrizität	690
<b>Die Vesterålen</b>	<b>583</b>	Essen und Trinken	690
Stokmarknes und Hadsel	583	Feiertage, Feste und Events	694
Sortland	585	Fotografieren	695
Andøy	588	Geld	695
Harstad	592	Gesundheit	696
<b>Troms und Finnmark</b>	<b>594</b>	Mit Haustier unterwegs	698
Narvik – Setermoen	598	Information	698
Andselv/Bardufoss	599	Mit Kindern unterwegs	700
Insel Senja	600	Klima und Reisezeit	701
Tromsø	603	Kommunikation unterwegs	703
Lyngenfjord und Skibotn	617	LGBT+	704
Storslett	619	Maße und Gewichte	704
Alteidet/Øksfjord/Altafjord	621	Notfälle	704
Alta	622	Öffnungszeiten	706
<i>Der Altaelv-Staudamm</i>	629	Orientierung und Landkarten	707

## 6

**Praktische  
Reisetipps A–Z****666**

Post	709
Rauchen	709
Reisegepäck und Ausrüstung	709
Sicherheit	710
Sport und Aktivitäten	710
<b>THEMA</b> Angeln	712
<b>THEMA</b> Rad fahren	717
<b>THEMA</b> Wandern	723
<i>Arbeiten und Studieren in Norwegen</i>	724
<i>Der Streit um das richtige Norwegisch</i>	726
Sprache	727
Unterkunft	728
Verhaltenstipps	731
<b>THEMA</b> Jedermannsrecht	731
Verkehrsmittel	732
Zeit	739

## 7

## Land und Leute

740

Naturraum	742
<i>Reise durch die Vegetationszonen</i>	745
<i>Walfang</i>	747
<i>Nationalparks Norwegens</i>	750
<i>Polarkreis, Polarnacht und Mitternachtssonne</i>	756
Geschichte	760
Staat und Gesellschaft	768
Wirtschaft	772
Bevölkerung	775
Religion	779
Kunst und Kultur	779
<i>Edvard Munch</i>	786

## 8

## Anhang

792

Literaturtipps	794
Kleine Sprachhilfe (bokmål)	797
Register	802
Der Autor	814
Schreiben Sie uns!	815



8035 vn



# Karten

Norwegen	Umschlag hinten	Stavanger Zentrum	182
Die Regionen im Überblick	15	Svolvær	556
Reiserouten und Touren	17, 19	Tromsø, Umgebung	606

Tromsø Zentrum	610
Trondheim	498

## Übersichtskarten

Region Oslofjord	28
Der Süden	126
Der Westen – südlicher Teil	238
Der Westen – nördlicher Teil	336
Der Osten – südlicher Teil	400
Der Osten – nördlicher Teil	428
Trondheim bis Polarkreis	490
Polarkreis bis Narvik	518
Finnmark	596
Alta und Umgebung	624
Magerøya	636
Kirkenes und Umgebung	654

## Thematische Karte

Fährverbindungen	670
------------------	-----

## Stadtpläne

Ålesund	376
Bergen	280
Bodø	546
Fredrikstad	82
Hammerfest	632
Kragerø	132
Kristiansand	154
Lillehammer	454
Narvik	526
Oslo Übersicht	Umschlag vorn
Oslo Zentrum	34
Risør	140
Sandefjord	110
Stavanger Übersicht	178

## Steckbrief Norwegen

■ **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:** max. 430 km

■ **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:** Jostedalsgreen (486 km<sup>2</sup>)

■ **Einwohner:** 5,4 Mio., davon etwa 40.000 Samen (14 Einwohner/km<sup>2</sup>)

■ **Größte Städte:** Oslo (Hauptstadt) 720.000 Einwohner (mit Vororten über 900.000), Bergen 292.000, Trondheim 215.000, Stavanger 149.000, Kristiansand 117.000, Fredrikstad 85.000

■ **Sprache:** Norwegisch in zwei Schriftversionen (*bokmål* und *nynorsk*), Samisch

■ **Religion:** über 90 % evang. Lutheraner, ca. 46.000 Katholiken, 100.000 Muslime

■ **Verwaltung:** 15 *fylke* (Provinzen)

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

■ **Staatsoberhaupt:** König *Harald V.*

■ **Regierungschef:** *Jonas Gahr Støre* seit Herbst 2021

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

■ **Zeit:** MEZ

☑ Strand bei Ramstad auf den Lofoten



# Hinweise zur Benutzung

## Nicht vergessen!

Die Highlights der Region erkennt man an der **gelben Markierung**.




... steht für spezielle Empfehlungen des Autors: abseits der Hauptpfade, nach seinem persönlichen Geschmack.

## Der Schmetterling ...

... zeigt an, wo man besonders gut Natur erleben kann oder Angebote im Bereich des nachhaltigen Tourismus findet.

## Kinder-Tipps

 Das Symbol kennzeichnet Sehenswürdigkeiten und Aktivitäten, an denen auch kleine Norwegen-Besucher ihre Freude haben.

## Verweise auf die Stadtpläne

**1** Die farbigen Nummern in den „Praktischen Tipps“ der Ortsbeschreibungen verweisen auf den jeweiligen **Karteneintrag**.

## Updates nach Redaktionsschluss

Auf der Produktseite dieses Reiseführers in unserem Internetshop finden Sie zusätzliche Informationen und **wichtige Änderungen**.

## Preiskategorien für Hotels

(Zwei Personen im DZ)

- ① unter 1200 NOK
- ② 1200–1500 NOK
- ③ 1500–2000 NOK
- ④ 2000–2500 NOK
- ⑤ über 2500 NOK

## Preiskategorien für Hütten/Nacht

- ① unter 1000 NOK  
Einfache Hütten (2–4 Pers.); oft mit Kochnische, Bad meist auf Campingplatz.
- ② 1000–1500 NOK  
Gute Hütten (mind. 4 Pers.); meist mit Bad und Kochnische.
- ③ 1500–2000 NOK  
Komforthütte (mind. 4–8 Pers.); oft auch mit TV und Kamin.
- ④ über 2000 NOK  
Luxushütten mit allem Komfort (mind. 6–10 Pers.).

## Preiskategorien für Restaurants

(Hauptgericht ohne Getränke)

- ① unter 200 NOK
- ② 200–300 NOK
- ③ 300–500 NOK
- ④ ab 500 NOK

## Hygge & Kos –

### Entspannung auf Norwegisch

In den Ortskapiteln sind **Extra-Tipps** für einen erholsamen Urlaub untergebracht. *Hygge* und *Kos* (sprich: kuus) sind zwei norwegische Wörter, die das genussvolle Verweilen im Augenblick beschreiben. Aufgelistet sind u.a. Aktivitäten wie familienfreundliche Wanderungen, Rast-, Grill- und Picknickplätze, *Dagstur*-Hütten (offene (kommunale) Hütten, gemütlich mit Liebe zum Detail und sehr *hyggelig* (nett) eingerichtet) sowie Unterstände (*Gapahuks*). **Hinweis:** Viele der erwähnten Orte werden von Gemeinden, Vereinen oder Schulen instand gehalten. Bitte hinterlassen Sie die Orte sauber und ordentlich.



# Die Regionen im Überblick

## 1 Oslo und Umgebung | 26

Mit **Oslo (S. 29)** besitzt Norwegen eine der dynamischsten Städte Europas. Die Neue Oper, das Stadtviertel Tjuvholmen und die spektakuläre Sprungschanze des Holmenkollen sind nur einige Beispiele dieser sprunghaften Entwicklung. Doch Oslo bietet noch mehr: Spannende Museen, das Königliche Schloss, die Prachtstraße Karl Johans gate und die Skulpturenlandschaft des Vigelandsparks. Erholung versprechen die Wälder der Nordmarka und der Oslofjord. Dieser fasziniert durch seine idyllische Landschaft, mit glatt geschliffenen Schären und kleinen Eilanden. Entlang des Wasserarmes laden bunte, norwegische Holzhausorte wie **Fredrikstad (S. 80)**, **Drøbak (S. 91)** und **Åsgårdstrand (S. 101)** zum Verweilen ein.

## 2 Der Süden | 122

Der Süden des Landes, auch Sørlandet genannt, besticht durch eine kontrastreiche Landschaft. So reist man entlang der **südöstlichen Küste (S. 125)** durch Regionen mit romantischen Schären, glasklaren Seen, idyllischen, weiß gepinselten Holzhausorten, wie **Kragerø (S. 131)**, **Risør (S. 138)** oder **Lillesand (S. 149)**, und rauschenden Wäldern. Die südwestliche Küste hingegen ist rauer und besticht durch teils urtümliche Felslandschaften. Hier liegen die charmante Stadt **Stavanger (S. 176)** und die mächtige Felskanzel des **Preikestolen (S. 193)**. Im **Binnenland (S. 196)** sind das ursprüngliche **Setesdal (S. 226)**, das **Stabkirchtal Numedal (S. 201)**, die Weite der Hochebene der südlichen Hardangervidda sowie die gewaltige Bergregion nahe **Rjukan (S. 207)** einen Besuch wert.

Lohnend ist eine Bootsfahrt auf dem **Telemark-Kanal (S. 215)**, vom Meer ins Gebirge.

## 3 Der Westen | 234

Westnorwegen (*Vestlandet*) ist reich an Attraktionen von Weltrang, wie der Fels der **Trolltunga (S. 245)** bei Odda. Ein guter Ausgangspunkt ist die überaus sehenswerte Stadt **Bergen (S. 268)**, die zweitgrößte des Landes. Von hier erreicht man schnell die atemberaubende Fjordlandschaft. Hervorzuheben sind der idyllische **Hardangerfjord (S. 236)**, der schmale **Nærøfjord (S. 306)**, der mächtige, imposante **Sognefjord (S. 300)** und der eindrucksvolle **Geirangerfjord (S. 362)**. Nicht verpassen sollte man die gigantischen Wasserfälle der Region, wie den **Låtefoss (S. 244)** und den **Vøringsfoss (S. 251)**, die Gletscherzungen **Briksdalsbreen (S. 355)** und **Nigardsbreen (S. 323)**, die **Stabkirche in Urnes (S. 321)**, die straßenbaulichen Meisterwerke des **Trollstigen (S. 369)** und der Atlantikstraße bei **Molde (S. 384)** sowie den Blick vom Aksla auf die Jugendstilstadt **Ålesund (S. 374)**.

## 4 Der Osten | 396

Der Osten Norwegens lässt den Reisenden etwas zur Ruhe kommen. Hier finden sich ausgedehnte Wälder und große Seen, wie der idyllische **Mjøsa (S. 441)** und der urtümliche **Femund (S. 482)**. Imposante Bergregionen wie **Jotunheimen (S. 435)**, wo die höchsten Gipfel des Landes zu finden sind, Rondane und die Hochebene des **Dovrefjells (S. 468)** laden zu ausgedehnten Wanderungen ein. Sehenswerte Orte sind die Olympiastadt **Lillehammer (S. 450)**, mit dem überaus sehenswerten Freilichtmuseum Maihaugen, und die historische Bergwerksstadt **Røros (S. 484)**.

## 5 Mittel- und Nordnorwegen | 488

In der Mitte des Landes liegt die sympathische Universitätsstadt **Tromsø**

(S. 491). Diese ist Ausgangspunkt für

eine Reise in ein wahres Abenteuerland: Nordnorwegen! Man findet hier schöne Küstenlandschaften

mit sagenumwobenen Bergen und Sandstränden, Felsmassive, Gletscherzungen und

die Hochebene der Finnmarksvidda. Highlights

sind die alpenähnlichen **Lofoten** (S. 550), die

Inselgruppe der **Vesterålen** (S. 583), die

Stadt **Tromsø** (S. 603), die

Lyngsalpen, **Hammerfest** (S. 630), die

nördlichste Stadt Europas, sowie das **Nordkap**

(S. 635).



# Reiserouten und Touren

Norwegen ist ungemein **abwechslungsreich** und daher **vielfältig**. Wer wenig Zeit zur Verfügung hat, kann sich auf den Großraum Oslo beschränken. Die Erkundung der Hauptstadt lohnt in jedem Fall, die Landschaft der Umgebung ist sehenswert, besitzt jedoch nicht jene Dramatik, für die das Land bekannt ist.

Der **Süden Norwegens** vereint **liebliche**, wie auch **raue Küstenlandschaft**, **endlose Waldgebiete**, **schroffe Hochebenen** sowie **sehenswerte Kleinstädte**. Wer hingegen die typischen **Fjorde** und **Wasserfälle** erleben möchte, sollte **nach Westen** reisen und die abwechslungsreichen Landschaften zwischen Bergen und Molde erkunden. **Wanderer** kommen dort ebenso auf ihre Kosten wie in den Gebirgen **Jotunheimen** und **Rondane**

und auf dem **Dovrefjell**. Die für Norwegen typischen **Stabkirchen** können im **Osten** und **Westen** besucht werden.

## Oslo und Umgebung

**Dauer: 3–4 Tage**

Norwegens **dynamische Hauptstadt** ist mit der Fähre ab Kiel oder dem Flieger perfekt zu erreichen. Oslo bietet zahllose Attraktionen, die ein verlängertes Wochenende zu einem Erlebnis werden lassen. **Auf den Spuren der Geschichte** wandelt man bei einem Gang über die **Paradestraße Karl Johans gate**. Diese beginnt am Bahnhof und führt vorbei an der **historischen Domkirche** und dem **Parlament** hinauf zum stattlichen **Königlichen Schloss**.

Der „Karl Johan“ ist, ebenso wie das hochmoderne Stadtviertel **Aker Brygge**, eine Top-Adresse für einen **Einkaufsbummel**. Kleine Läden finden sich zudem im angesagten Stadtviertel **Grünerløkka**, das zu Fuß ab dem Zentrum erreicht werden kann. Der Weg führt dabei über das Wildwasser des **Akerselva**.

Mit der spannenden **Museumsinsel Bygdøy**, wo u.a. Wikingerschiffe und das Polarschiff *Fram* zu sehen sind, dem neuen **Nationalmuseum für Kunst** am innerstädtischen Hafen und dem neuen **Munch-Museum** bietet Oslo Ausstellungen auf Weltniveau.

Auch die einzigartige **moderne Architektur** entlang des Fjords hält höchsten Ansprüchen stand. Herausragendes Beispiel ist hier die an eine Eisscholle er-



807/mms

☐ Am Geirangerfjord in Westnorwegen

innernde **Oper** und das von **Renzo Piano** entworfene **Astrup Fearnley Museum**.

Für Sportfreunde aus aller Welt dürfte hingegen der **Holmenkollen** mit der ältesten Sprungschanze der Welt und dem interessanten **Skimuseum** Ziel Nummer eins sein. Auf den Anhöhen über der Stadt wollen zudem **tausende Kilometer Wanderwege** und **zahllose Seen** entdeckt und erkundet werden.

In den Abendstunden lohnt ein Rundgang über die **Hafenpromenade** ebenso, wie ein Besuch der **Oper**, eines Jazzkonzerts im **Club Blå** oder einer der vielen angesagten **Kneipen** und **Cafés** der Stadt.

Wer etwas Zeit im Gepäck hat, sollte zudem einen Ausflug über den **Oslofjord** einplanen. Fähren legen zu den kleinen Inseln nahe des Zentrums ab. Auch lohnt ein Abstecher in den Badeort **Drøbak**, wo historische Holzhäuser aus dem 19. Jh. erhalten sind. Eine Fähre setzt zur **Festungsinsel Oscarsborg** über.



— Westnorwegen Route



## Westnorwegen erleben

**Dauer:** Mindestens zwei Wochen

Die **Highlights Westnorwegens** lassen sich ab **Bergen** entdecken. Ausgehend von der sehenswerten, zweitgrößten Stadt Norwegens bereist man das Reich der Fjorde und Berge am besten mit dem eigenen **Auto** oder **Mietwagen**.

Die rund **1200 km lange Route** folgt sehr gut befahrbaren Hauptstraßen und schließt die größten **Highlights Westnorwegens** mit ein, wie z.B. den **Sognefjord**, die **Gletscherzunge Brikdalsbreen**, den **Geirangerfjord**, die **Serpentinenstraße Trollstigen**, die **Passstraße des Sognefjell** und die **Stabkirche von Borgund**.

Die beste **Übernachtungsmöglichkeit** sind die zahllosen Campingplätze. Diese bieten neben Stellplätzen für Zelte und Wohnmobile auch meistens Hütten in unterschiedlicher Größe und Ausstattung an. Hotelzimmer sind oft teuer, bei rechtzeitiger Buchung über die Homepage der Hotelkette (z.B. [www.thonhotels.no](http://www.thonhotels.no), [www.scandichotels.no](http://www.scandichotels.no)) oder über Buchungsportale können jedoch gute Preise erzielt werden.

In den meisten touristisch sehr gut erschlossenen Orten, wie **Fjærland**, **Sogndal**, **Stryn** oder auch **Geiranger**, gibt es eine Vielzahl an **Freizeitangeboten** und **Küstenregionen** versprechen Anglern so manch guten Fang.

## Große Norwegenrundreise

**Dauer: Mindestens drei Wochen**

Neben einigen **klassischen Zielen in West- und Ostnorwegen** umfasst diese Route auch die **großen Highlights im Norden des Landes**. Zu diesen zählen neben den **Lofoten** auch **Tromsø**, das „Paris des Nordens“ sowie das Sehnsuchtsziel vieler Urlauber, das **Nordkap**. Eindrucksvoll ist die Fahrt entlang der Küste Helgelands, über die Reichsstraße 17 (Rv 17). Übernachtet werden kann auf Campingplätzen bzw. in Stelzenhäusern (*Rorbuer*), die auf den Lofoten und Vesterålen zahlreich vertreten sind.

Die **Tierwelt des Nordens** lässt sich besonders gut in der **Finnmark** (Rentiere) und in **Andenes** (Wale) erleben und bestaunen. Die Rückfahrt erfolgt über die E 6, auf der man, falls man im Norden etwas Zeit verloren hat, relativ schnell vorankommt.

Ab Norwegens Hauptstadt **Oslo** geht es zunächst nach Nordwesten in das ursprüngliche **Tal der Valdres**. Vorbei an der **Stabkirche von Borgund** führt die E 16 nach **Vik** am **Sognefjord**. Über **Sogndal**, entlang am wild-romantischen Seitenarm des **Lustrafjordes** geht es anschließend über Serpentinien hinauf auf den höchsten Pass Nord-Europas, das **Sognefjell**. Ein gigantischer Blick auf hohe Berge und Gletscher belohnt für die Mühen. Die Route führt weiter in Richtung des berühmten **Geirangerfjords**, den man am besten vom Aussichtsblick **Dalsnibba** betrachtet. Nördlich des Fjordes warten die Serpentinien des **Trollstogens** und die **Atlantikstraße** mit Abenteuern auf. Über **Kristiansund** geht es weiter nach **Trondheim**, der historischen Hauptstadt des Landes. Hier ist ne-

ben den Lagerhäusern am Fluss Nidelv der mächtige **Nidarosdom** sehenswert.

**Nach Norden** geht es nun über die Reichsstraße (Rv) 17 zunächst an der Küste entlang durch die Region **Helgeland**. Zwar müssen sechs Fähren genommen werden, die landschaftlichen Erlebnisse mit Bergen wie dem Torgatten und den Sieben Schwestern sind jedoch einzigartig. Nahe **Glomfjord** kann zudem ein Ausläufer des Gletschers Svartisen besucht werden. Die größte Stadt der Region ist **Bodø**. Im Hafen des quiriligen Ortes legt die Fähre in Richtung der „Alpen im Nordmeer“ ab.

Die **Lofoten** warten mit steil aufragenden Bergen und romantischen Fischerorten auf. Stilvoll übernachtet man in Rorbuern, historischen Stelzenhäusern. Wer es eilig hat, fährt über die E 10 in Richtung E 6 und folgt dieser nach Norden. Hat man etwas Zeit im Gepäck, lohnt der Umweg über **Andenes** auf der Insel **Andøya**. In dem Ort am „Ende der Welt“ starten im Sommer Walsafaris. Eine Fähre setzt zur Insel **Senja** über.

Ziel beider Routen ist **Tromsø**, die größte und mit Abstand lebendigste nordeuropäische Stadt nördlich des Polarkreises. Besonders lohnend sind hier ein Besuch der Eismeerkerkathedrale und ein Blick vom Aussichtsblick **Storsteinen**.

Imposantes Ziel der Tour ist das weltbekannte **Nordkap**, das selbst bei ungünstigen Wetterverhältnissen fasziniert.

Die **Rückfahrt** erfolgt über die zu meist gut ausgebaute **E 6**. Höhepunkte unterwegs sind die bis zu 6000 Jahre alten **Felszeichnungen von Alta**, die imposante Berglandschaft von **Bardufoss**, der Wasserfall **Laksforsen** und das **Gudbrandsdal**, das sich nördlich der Olympiastadt **Lillehammer** erstreckt.





**Historischer Markt**

Mitte Februar findet im ostnorwegischen Røros der historische Markt „Røros Martnan“ statt.

**Festspiele in Bergen**

Ende Mai finden die internationalen Bergener Festspiele statt, mit Konzerten, Tanz- und Theateraufführungen.

**Nationalfeiertag**

Der 17. Mai ist der Tag der Kinder, die Fähnchen schwenkend durch die Straßen ziehen und Lieder zu Ehren Norwegens singen. Vor allem in Oslo, Bergen und Lillehammer ist dann viel los.

**Skisaison in Norwegen**

Von Februar bis Mitte April ist die beste Zeit, in der Heimat des modernen Ski-sports die Loipen und Pisten des Landes zu erkunden.

JAN

FEB

MÄR

APR

MAI

JUN

**Skifestival**

Das traditionsreiche Holmenkollen Skifestival in Oslo zieht an zwei Wochenenden im März tausende Wintersportfans in seinen Bann.

**April/Ostern**

Zeit, ein letztes Mal die Ski unterzuschlagen und auf den Hochebenen Schnee und Sonne zu genießen. Picknickzutaten: Thermoskanne, Orangen und *Kvikk Lunsj* (Schokowaffeln).

**Mittsommer**

23. Juni – *Sankt Hans*: Mittsommer wird mit großen Lagerfeuern im ganzen Land gefeiert.

**LEGENDE**

- Winter
- Frühjahr/Herbst
- Sommer

**Raw Air Tour**

Mitte März gastieren die weltweit besten Skispringer zur spektakulären *Raw Air Tour* in Norwegen. Gesprungen wird auf den Anlagen in Lillehammer, Trondheim, Vikersund und Oslo.

**Fisch-Festival**

Ende Oktober ist die Zeit des *rakfisk*, des in Salzlake eingelegten Fisches. Ein eigenes Festival widmet sich ihm in Fagernes.

**Oslo-Marathon**

Wie jede größere Stadt, die etwas auf sich hält, veranstaltet auch Oslo einen Marathon. Dieser findet alljährlich Ende September statt.

**Die beste Reisezeit**

Mitte Juni bis Mitte August sind die Tage lang und hell, die Temperaturen sind am höchsten.

**Juletid**

In der Weihnachtszeit werden kleine Weihnachtsmärkte abgehalten, im Fernsehen läuft der TV-Adventskalender. Es wird viel gebacken, und es gibt spezielles Weihnachtsbier.

**JUL****AUG****SEP****OKT****NOV****DEZ****Mitte September – Goldener Herbst**

Der *Indian Summer* hält mit seinen goldenen Farben Einzug in Südnorwegen.

**Julebukk**

In einigen Regionen treibt der Weihnachtsbock Ende Dezember sein Unwesen und fordert Süßigkeiten.

**Zeit der Sommerfestivals**

Von Juli bis August finden viele Sommerfestivals, z.B. mit Jazz in Molde und Kongsberg und Rock in Åndalsnes, statt.

**Unbeständiges Wetter**

Von Oktober bis Dezember ist das Wetter oft sehr unbeständig – Zeit, die Kraft der Natur zu spüren.

**Radrennen**

Im August ist es Zeit für eines der landschaftlich schönsten Radrennen Europas, das *Arctic Race of Norway*. Vier Tage lang fahren die Rennradprofis durch den Norden des Landes.

# Zehn Orte zum Staunen



9005.ms

## Eine Eisscholle in Oslo | 53

Mit den neuen Hafenvierteln Tjuvholmen, Barcode und Sørenga erfindet sich Norwegens Hauptstadt gerade neu. Herausragende Architektur lässt den einst charakterlich eher kleinstädtischen Ort kompetenft in neue Sphären aufsteigen. Bestes Beispiel für den neuen Weg ist die marmorverkleidete Oper, der man über Rampen sogar aufs Dach steigen kann.



9023.ms

## Sicher gelagert in der Trolltunga | 172

Kuriose Felsen gibt es in Norwegen viele, die spitze Trolltunga (Zunge des Trolls) und der zwischen Berghängen eingeklemmte Fels Kje-rag sind mit die bekanntesten. Weniger beachtet ist der Ruggestein, ein 80 Tonnen schwerer Felsbrocken, der sich bewegen lässt.



9011.ms

## Der Preikestolen thront über dem Lysefjord | 193

Sagenhafte 600 Meter über dem Fjord ragt die mächtige Felskanzel des Preikestolen (Predigtstuhl) empor. Der Ausblick von dem steiner-nen Plateau auf die urwüchsige Landschaft Südwestnorwegens ist überwältigend und viele Fotos wert.



9033.ms

## Im Himmel von Bergen | 268

Die farbenfrohen Holzhäuser des Hanseviertels Bryggen in der zweitgrößten Stadt Norwegens, Bergen, ziehen Touristen magisch an. Den besten Blick auf die Stadt am Meer hat man vom Hausberg Fløyen, zu dem eine spektakuläre Standseilbahn emporführt.



823no.ms

## In der Enge des Nærøfjords | 306

Steile Berghänge, über deren Felsen Wasserfälle sprudeln, grüne Almen und dunkles Wasser – der teils nur 200 Meter schmale Nærøfjord begeistert die Besucher. Boote fahren durch den Meereswas-serarm, der unter UNESCO-Schutz steht.

### Immer am Meer entlang auf der Atlantikstraße | 389

Von Insel zu Insel springen die schwungvollen Brücken der rund acht Kilometer langen Atlantikstraße. Von den modernen, architektonisch ausgefeilten Rastplätzen hat man einen einzigartigen Blick auf die einmalige Küstenlandschaft Averøys.



904ms

### Der durchbohrte Berg Torggatten | 534

Hoch aufragende Berge gibt es in Europa reichlich, aber nur einen mit einem gigantischen Loch in der Mitte. Darüber, wie dieses in den 258 Meter hohen „Markthut“ (Torggatten) hineingeraten ist, gibt es unterschiedliche Ansichten. Vielleicht war das Meer Schuld, vielleicht aber auch ein Pfeil.



Adobe Stock.com/andriy

### Malerische Aussichten auf den Lofoten | 550

Die „Alpen im Nordmeer“, wie die Lofoten auch genannt werden, sind für ihr Bergpanorama und ihre kleinen roten Stelzenhäuser (*Rorbuer*) berühmt. Zu einer harmonischen wie eindrucksvollen Einheit kommen Natur und Architektur im Fischerort Reine zusammen.



800n.ms

### Abenteuerliches Tromsø | 603

In der größten skandinavischen Stadt nördlich des Polarkreises geht es zur Sache. Städtische Dynamik mit moderner Architektur, regem Wirtschafts-, Kultur- und Kneipenleben, trifft auf atemberaubende Natur. Das Panorama lässt sich am besten vom Berg Storsteinen bewundern, zu dem eine Gondelbahn hinaufführt.



Adobe Stock.com/evich81

### Nördlicher geht es nicht – zum Nordkap | 635

Zumindest auf dem Festland wird man in Europa nicht weiter nördlich gelangen können als bis zum Nordkap. Einmalig wie der Blick auf die endlosen Weiten des Nordmeeres, ist auch die internationale Atmosphäre am Kap, hervorgerufen durch Besucher aus allen Teilen der Welt.



801n.ms



# Fünf Ziele für Familien



911.ms

## Abwechslungsreiches Stavanger | 176

Die Region rund um Stavanger hat Familien viel zu bieten. Stadt- leben mit spannenden Museen und kleinen Geschäften auf der ei- nen, überwältigende Natur auf der anderen Seite. Doch auch geruh- sam geht es zu. Weite Sandstrände und kleine Inseln wollen erkun- det werden.



912.ms

## Inselleben im Westen | 268

Die Region südlich der Stadt Bergen ist besonders bei Anglern be- liebt. Doch auch Familien mit Kindern kommen hier auf ihre Kosten. Vor allem auf der Insel Tysnes gibt es viele einfache Wanderwege und schöne Ferienhäuser. Ausflüge führen in die abwechslungsrei- che Umgebung.



913.ms

## Den Fjorden so nah im Fjærland | 331

Der innere Sognefjord besticht durch seine Vielfalt an Möglichkei- ten. Im gleichermaßen idyllisch und spektakulär gelegenen Fjær- land sind die Gletscherzungen leicht zugänglich, ein Bücherdorf und ein spannendes Museum wollen erkundet werden. Zahllose Ausflugsmöglichkeiten runden das Angebot ab.



914.ms

## Kontrastreiche Küste bei Molde | 384

Das sympathische Molde ist für seine Rosen, das Jazzfestival im Sommer und das überwältigende Bergpanorama bekannt. Inseln im Fjord und am Meer können mit Booten erreicht werden, gut mar- kierte Wanderwege erkundet werden. Boote, Kanus und Fahrräder verleihen verschiedene Anbieter.



920.ms

## Erholsames Lillehammer | 450

Bekannt geworden ist die charmante Kleinstadt Lillehammer durch die Olympischen Winterspiele 1994. Man kann hier jedoch nicht nur extrem gut Skifahren, auch im Sommer gibt es für Familien zahllose Möglichkeiten: Museen, Familienparks, einfache Wanderwege, Ba- deesen und viel Action.

# Fünf typisch norwegische Erlebnisse

## Gesammelte Häuser auf Bygdøy | 46

Die Idee, Häuser vor dem Verfall zu bewahren, umzusetzen und interessierten Besuchern zugänglich zu machen, wurde 1882 in Kristiania, dem heutigen Oslo, geboren. Auf der Museumshalbinsel Bygdøy ist heute das älteste Freilichtmuseum der Welt zu sehen, zahllose weitere gibt es an vielen Orten im ganzen Land.



918s.ms

## Rentiere und Elche | 229

Für nahezu jeden Besucher sind diese beiden Tierarten untrennbar mit Skandinavien verbunden. Auch in Norwegen sind sie zu erleben: Rentiere im Nationalpark Reinheimen und Elche in den dichten Wäldern Ostnorwegens. Wer Elche hingegen aus nächster Nähe erleben möchte, sollte eine Elchsafari (buchbar z.B. bei *TrollAktiv*) im Setesdal besuchen.



918s.ms

## Ingenieurstkunst am Hardangerfjord | 251

Kreisverkehre, Tunnel und Brücken sind die Basis des norwegischen Straßennetzes. Am Hardangerfjord kommt alles zusammen. Die Straße mündet in einem Tunnel mit beleuchtetem Kreisverkehr, der direkt zur mächtigen, schwungvollen Hardangerbrücke führt. Wo sonst hat man so etwas schon gesehen?



916s.ms

## Typisch norwegische Landschaft in der Region Luster | 325

Den drei norwegischen F's, Fjord (Meereswasserarm), Fjell (Hochebene/runder Berg) und Foss (Wasserfall) begegnet der Besucher allerorten. In der Region Luster gibt es alle Landschaftsformen auf einmal zu bestaunen – und als Zugabe noch erhabene Gletscher.



917s.ms

## Hölzernes Nationalheiligtum in Borgund | 421

Stabkirchen, sie erinnern an asiatische Pagoden und sind zweifellos Norwegens wichtigster Beitrag zur Welt der Architektur. Das am imposanteste und am besten erhaltene Bauwerk ist in Borgund, unweit des mächtigen Sognefjords zu finden. 1180 wurde die *Stavkirke* mit 14 Säulen und christlich-heidnischem Schmuckwerk errichtet.



Adobe Stock, copesanz

**Oslo | 29**

**Östlich des Oslofjords | 76**

Askim und Mysen | 94

Drøbak | 91

Fredrikstad | 80

Halden | 76

Hankø | 88

Hvaler | 88

Moss | 89

Oldtidsruta/Rv 110 | 87

Sarpsborg | 78

**Westlich des Oslofjords | 95**

Åsgårdstrand | 101

Drammen | 95

Helgeroa | 118

Holmestrand | 100

Horten | 99

Larvik | 112

Mølen | 118

Nevlunghavn | 118

Nøtterøy und Tjøme | 105

Rv 40 | 121

Sandefjord | 107

Stavern | 117

Tønsberg | 102

Ula und Kjerringvik | 118

Westlich und nördlich

von Tønsberg (Straße 312) | 107





702no.ms

# 1

## Oslo und Umgebung

» Oslo, die lebendige Hauptstadt Norwegens, besticht durch die Lage zwischen dem idyllischen Oslofjord und den rauschenden Wäldern der Nordmarka sowie durch sehenswerte Museen, moderne Architektur und geschichtsträchtige Gebäude wie das Königliche Schloss oder die Festung Akershus. In der Umgebung lohnen Holzhausorte und Schärenlandschaften einen Aufenthalt.



☐ Drobak am Oslofjord





## OSLO UND UMGEBUNG

Die Gegend um den Oslofjord ist die am dichtesten besiedelte, 25 % aller Norweger leben entlang des 100 km ins Binnenland reichenden Meeresarmes. An seinen Ufern liegen mit Tønsberg, Sarpsborg und Oslo die ältesten Orte des Königreichs.



Speziell für die Hauptstädter stellt der Fjord eine wichtige Verkehrsachse und ein beliebtes Freizeitrevier dar. An schönen Sommerwochenenden könnte man meinen, halb Norwegen sei auf dem Wasser versammelt, der Sonne zu Ehren und dem vielleicht bootlosen Nachbarn zum Trotz (sollte es den überhaupt geben). In harten Wintern kann es passieren, dass der Fjord als einer der wenigen im Land am Rande zufriert und so zur Bühne für Sonntagsspaziergänge auf Eis wird.

## NICHT VERPASSEN!

➔ **Museumshalbinsel Bygdøy –**

Einmalige Museen und viel Natur in Oslo | 46

➔ **Oper Oslo –**

Eine „Eisscholle“, der man aufs Dach steigen kann | 53

➔ **Vigelandspark –**

Die eigenwillige Skulpturenlandschaft des Gustav Vigeland in Oslo | 54

➔ **Holmenkollen –**

Die wohl berühmteste Skisprungschanze der Welt | 55

➔ **Insel Tjøme –**

Glatte Felsen und das „Ende der Welt“ | 105

**Diese Tipps erkennt man an der gelben Markierung.**

# Oslo

Einst galt Oslo als die graue Maus unter den nordischen Hauptstädten. Doch spätestens seit dem spektakulären Umbau der zentrumsnahen Uferbereiche ist die Maus zum Tiger geworden. Ein spannender **Mix aus beeindruckender moderner und zeitlos schöner klassischer Architektur**, modernem Lifestyle und typisch norwegischem „friluftsliv“ – also dem Leben mit und in der Natur – erwarten den Besucher. Reist man als Gast mit der Fähre an, erscheint es zunächst so, als ob man mit **718.000 Einwohnern** Europas größtes Dorf vor sich hat, ein kleinteiliges, farbenfrohes Häusermeer, eingebettet zwischen hohe Berge, endlose Wälder und die meist spiegelglatte Oberfläche des Fjordes. Es dominieren deutlich weniger als anderswo prunkvolle Bauten, wuchtige Schlösser und große Anwesen, Oslo ist eine **Stadt mit vielen Freiräumen**.

Sie lädt dazu ein, **alles etwas ruhiger, „koseliger“** (gemütlicher) **angehen** zu lassen, in einem der unzähligen Restaurants einen Kaffee zu schlürfen, von einem der zahllosen Saunaboote in den Fjord zu springen, den Tag im Park vor dem Parlament zu genießen oder an einem sonnigen Wintertag durch die verschneiten, golden beleuchteten Straßen zu bummeln.

Für einen ersten Eindruck bieten sich die **Rundblicke** von der weltberühmten Holmenkollen-Skisprungschanze und den Fähren auf dem Fjord an. Doch es überzeugt nicht nur die Lage der Stadt, sondern auch ihre **kulturelle Vielfalt**. Über fünfzig Gebäude, Museen und