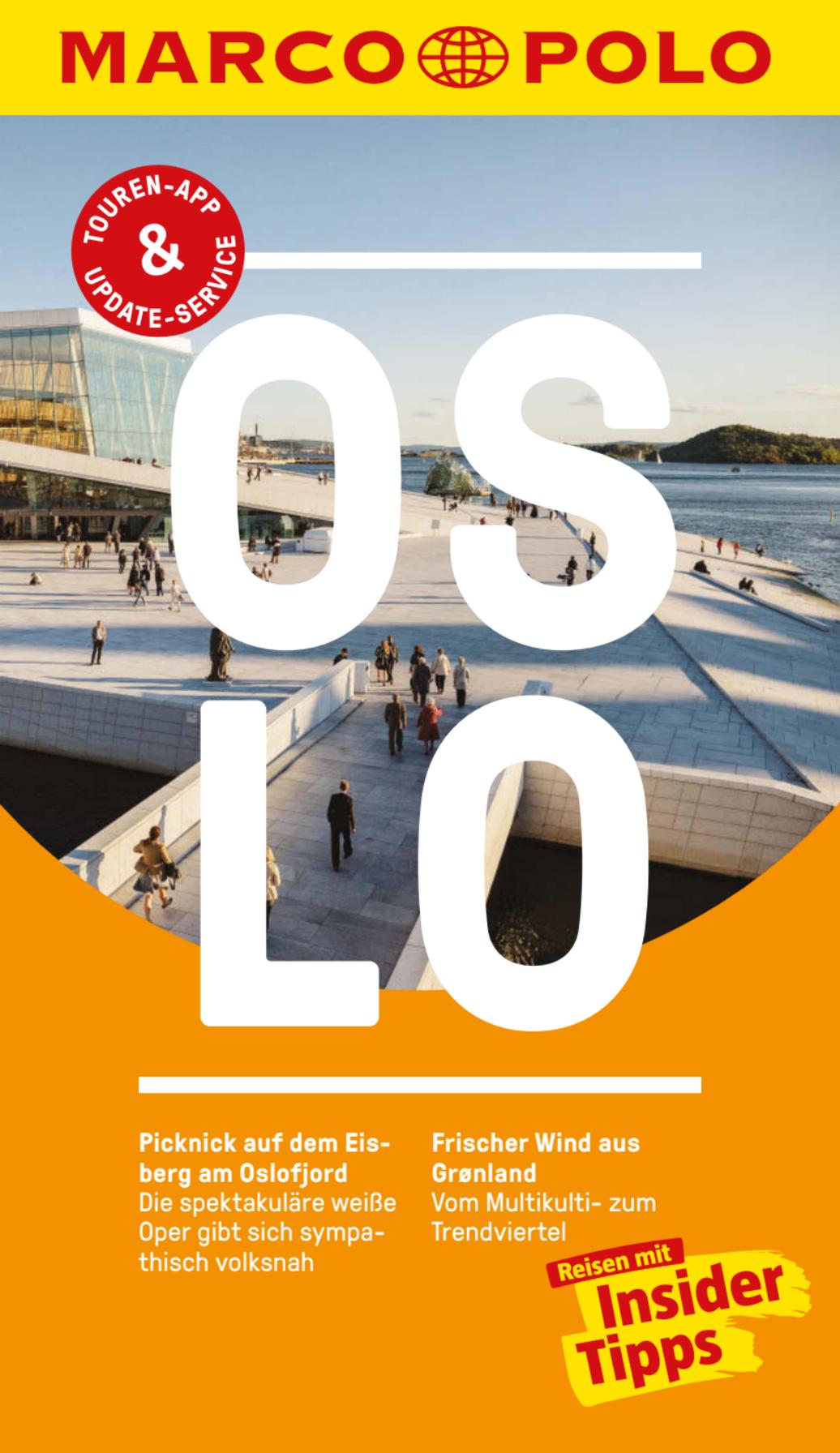




OSLO



Picknick auf dem Eisberg am Oslofjord
Die spektakuläre weiße Oper gibt sich sympathisch volksnah

Frischer Wind aus Grønland
Vom Multikulti- zum Trendviertel

Reisen mit
**Insider
Tipps**

Die wichtigsten MARCO POLO Highlights!

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



11

1 AKER BRYGGE
Früher Werftgebiet, heute Oslos wichtigste Kneipenmeile und beliebter Treff für Einheimische und Touristen → S. 28

2 ASTRUP FEARNLEY MUSEET
Architektur von Welt umgibt Gegenwartskunst → S. 29

3 NASJONALGALLERIE
Kunst für alle: Norwegens größte Gemäldesammlung dürfen Sie sich kostenlos ansehen → S. 32

4 AKERSHUS FESTNING OG SLOTT
Die mächtige Festung über dem Fjord hat viele Angriffe und Oslos wechselvolle Geschichte gut überstanden → S. 35

5 VIGELANDSPARKEN
Der Skulpturenpark des norwegischen Bildhauers ist die Attraktion Nummer eins in der Hauptstadt → S. 41

6 MUNCHMUSEET
Der Meister des Expressionismus vermachte Oslo sein Werk → S. 45

7 OPERAHUSET
Wie ein Eisberg liegt Norwegens Prachtbau aus Glas und weißem Marmor am Hauptstadtfjord → S. 46

8 HENIE-ONSTAD-KUNSTSENTER
In der Galerie mit Fjordblick fand die moderne Kunstsammlung des Eiskunstlaufstars ein angemessenes Zuhause → S. 47

9 HOLMENKOLLEN
Nicht nur Skispringer freuen sich über die neue Schanze. Auch Besuchern beschert der „Suppenlöffel“ reichlich Nervenkitzel → S. 48

10 EKEBERG-RESTAURANTEN
Die Aussicht ist kostenlos und an späten Sommerabenden unvergesslich – vom Essen ganz zu schweigen → S. 53

11 MAAEMO
Das Menü ist zwei Sternewert, die Aussicht top → S. 54

12 GRØNLAND
In Oslos kulturellem Schmelztiegel wird die Shoppingtour zur kleinen Reise um die Welt → S. 61

13 BLÅ
Diese Jazzkneipe an Oslos malerischem Fluss Akerselva gilt als eine der besten Konzertbühnen in Europa – kein Wunder, dass die Warteschlangen vor der Tür oft lang sind → S. 69

14 HOLMENKOLLEN PARK HOTEL
In diesem Märchenschloss ganz aus Holz hoch über dem Fjord schläft und isst es sich ausgesprochen fürstlich → S. 72

15 VIKINGSKIPSHUSET
Wie sahen ihre Schiffe aus? Und welche Waffen trugen die Wikinger? Imponierendes nicht nur über die Schiffsbaukunst der Nordmänner → S. 86



OSLO



MARCO POLO AUTOREN

Thomas Hug und Jens-Uwe Kumpch

Der eine ist Schweizer, der andere Norddeutscher. Der Liebe wegen landeten beide in Norwegen, Thomas Hug (o.) in Oslo, Jens-Uwe Kumpch (u.) in Bergen. Sie kennen sich von Recherchereisen, teilen ihre Begeisterung für das Land. Thomas arbeitet u. a. für Onlinemedien und den Hörfunk, Jens-Uwe als Übersetzer und Buchautor. Bei der gemeinsamen Arbeit haben sie viel Neues in Oslo entdeckt.





REIN INS ERLEBEN

Mit dem digitalen Service von MARCO POLO sind Sie noch unbeschwerter unterwegs: Auf den Erlebnistouren zielsicher von A nach B navigieren oder aktuelle Infos abrufen – das und mehr ist nur noch einen Fingertipp entfernt.

Hier geht's lang zu den digitalen Extras:

<http://go.marcopolo.de/osl>



Touren-App

Ganz einfach orientieren und jederzeit wissen, wo genau Sie gerade sind: Die praktische App zu den Erlebnistouren sorgt dank Offline-Karte und Navigation dafür, dass Sie immer auf dem richtigen Weg sind. Außerdem zeigen Nummern alle empfohlenen Aktivitäten, Genuss-, Kultur- und Shoppingtipps entlang der Tour an.



Update-Service

Immer auf dem neuesten Stand in Ihrer Destination sein: Der Online-Update-Service bietet Ihnen nicht nur aktuelle Tipps und

Termine, sondern auch Änderungen von Öffnungszeiten, Preisen oder anderen Angaben zu den Reiseführerhalten. Einfach als PDF ausdrucken oder für Smartphone, Tablet oder E-Reader herunterladen.



[HTTP://GO.MARCOPOLO.DE/OSL](http://go.marcopolo.de/osl)



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

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

12 AUFTAKT
Entdecken Sie Oslo!

18 IM TREND
In Oslo gibt es viel Neues zu
entdecken

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



26 SEHENSWERTES
28 Stadtmitte
34 Kvadraturen
38 Frogner
42 Osten
47 In anderen Vierteln
47 Außerhalb

50 ESSEN & TRINKEN
Die besten Adressen



58 EINKAUFEN
Shoppingspaß und
Bummelfreuden

SYMBOLLE

INSIDER TIPP Insider-Tipp

★ Highlight

● ● ● Best of ...

☀️ Schöne Aussicht

🌿 Grün & fair: für ökologische oder faire Aspekte

(*) kostenpflichtige Telefonnummer

PREISKATEGORIEN HOTELS

€€€ über 150 Euro

€€ 100–150 Euro

€ bis 100 Euro

Die Preise gelten für ein
Doppelzimmer pro Nacht mit
Frühstück

PREISKATEGORIEN RESTAURANTS

€€€ über 30 Euro

€€ 20–30 Euro

€ bis 20 Euro

Die Preise gelten für ein
Hauptgericht ohne Getränke

- 64 AM ABEND**
Wohin ausgehen?
- 70 ÜBERNACHTEN**
Adressen von günstig bis luxuriös
- 78 ERLEBNISTOUREN**
78 Oslo perfekt im Überblick
82 Von der Industrie zur Idylle: an Oslos Lebensader entlang
84 Unterwegs auf der Museumsinsel Bygdøy
87 Hafenspaziergang am Nachmittag
- 90 MIT KINDERN UNTERWEGS**
Die besten Ideen für Kinder



- 92 EVENTS, FESTE & MEHR**
Alle Termine auf einen Blick

- 94 LINKS, BLOGS, APPS & CO.**
Zur Vorbereitung und vor Ort
- 96 PRAKTISCHE HINWEISE**
Von A bis Z
- 102 SPRACHFÜHRER**
- 106 CITYATLAS & STRASSENREGISTER**



- 126 REGISTER & IMPRESSUM**
- 128 BLOSS NICHT!**

GUT ZU WISSEN

Richtig fit! → S. 24
Entspannen & Genießen → S. 33
Sportliche Leidenschaften → S. 49
Gourmettempel → S. 54
Spezialitäten → S. 56
Luxushotels → S. 74
Feiertage → S. 93
Was kostet wie viel? → S. 98
Bücher & Filme → S. 99
Wetter → S. 100
Währungsrechner → S. 101

KARTEN IM BAND

(108 A1) Seitenzahlen und Koordinaten verweisen auf den Cityatlas
(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:

Liniennetzplan der öffentlichen Verkehrsmittel



Die besten MARCO POLO Insider-Tipps

Von allen Insider-Tipps finden
Sie hier die 15 besten

INSIDER TIPP Built in Norway

Die Norweger sind stolz auf ihre Holzbauarchitektur – im *Arkitektur-museet* sehen Sie, warum. In Oslos ehemaliger Zentralbank durchlaufen Sie drei Epochen nordischer Baukunst → **S. 36**

INSIDER TIPP Sonnenuntergang verkehrt

Was Stadt alles kann: Wer am Monolithen im *Vigelandsparken* zu späterer Stunde gen Osten blickt, der sieht dort die Sonne untergehen – gespiegelt in den Fassaden der Häuser → **S. 42**

INSIDER TIPP Auf Ruinen gebaut

Minneparken: Wo heute der Bischof residiert, lag schon im Mittelalter Oslos geistliches Machtzentrum → **S. 44**

INSIDER TIPP Klein Ida

Das Fossil der 60 cm großen Primatin im *Naturhistorisk Museum* gilt als Bindeglied in der Entwicklung vom Tier zum Menschen → **S. 46**

INSIDER TIPP Zum Picknick auf den Eisberg steigen

Sie wollen hoch hinaus, aber ganz ohne Risiko? Das Dach des neuen *Operahuset* ist ein exzellenter Platz für eine Mahlzeit mit Blick auf den Fjord und das zukünftige Zentrum Oslo → **S. 47**

INSIDER TIPP Der kleine Bruder und die Erotik

Das Fresko im *Emanuel-Vigeland-Museum*, dem Mausoleum des jüngeren Bruders Gustav Vigelands, ist eine große Hommage an die Renaissance und die Erotik. Sollten Sie erröten – kein Problem, das Licht ist schummrig → **S. 47**

INSIDER TIPP So köstlich wie der große Bruder

Dr. Kneipp's Vinbar ist die kleine Schwester des Markveien Mat & Vinhus und der richtige Ort für ein Glas guten Weins und leckere Mahlzeiten. Wie schön, dass die auch noch weniger kosten als bei der Verwandtschaft → **S. 53**

INSIDER TIPP ➔ **Backwerk im Pferdestall**

Wo sich Ende des 19. Jhs. die Straßenbahnperle ausruht, gibt es heute das beste Backwerk der Stadt. *Godt Brød* – ein treffender Name ➔ **S. 52**

INSIDER TIPP ➔ **Bier vom Feinsten**

Trendy und doch traditionell. Wie wäre es mit Kassler und einem ordentlichen Bier aus der Hausbrauerei des Restaurants *Nydalen Bryggeri og Spiseri*? ➔ **S. 55**

INSIDER TIPP ➔ **Viel Fisch und ein wenig Melancholie**

Georg Nilsen Fisk & Vilt ist das vielleicht letzte echte Fischgeschäft der Hauptstadt – ein Erlebnis. Wer wünschte nicht, es möge ewig bleiben ➔ **S. 61**

INSIDER TIPP ➔ **Drinks plus Vitamine**

Die besten Cocktails der Stadt werden in der kleinen *Bar Boca* in Grünerløkka gerührt, geschüttelt, mit Salat bestückt und natürlich auch getrunken (Foto o.) ➔ **S. 66**

INSIDER TIPP ➔ **Gesunder Bio-Schlaf**

Klein, aber fein, stilvoll und ökologisch ausgerichtet: Im *Oslo Guldsmeden* nächtigen Sie gemütlich und mit gutem Umwelt-Gewissen ➔ **S. 73**

INSIDER TIPP ➔ **Kühles Bad mitten in der Stadt**

Unterhalb des Nydalsdamms springen Sie am *Badeplatz Nydalsdamm* in den Teich des gestauten Akerelva und entspannen auf den Liegewiesen ➔ **S. 84**

INSIDER TIPP ➔ **Minikreuzfahrt**

Cruisen Sie mit der *Bygdøy-Fähre* über den Oslofjord von der Museumsinsel Richtung Stadt und Sie erleben den Tag angemessen maritim (Foto u.) ➔ **S. 87**

INSIDER TIPP ➔ **Musik aus allen Erdteilen**

Im grauen November bringen beim *Oslo World Music Festival* lauter hochkarätige Stars Farbe in das Nachtleben der norwegischen Hauptstadt ➔ **S. 93**



BEST OF ...

TOLLE ORTE ZUM NULLTARIF

Neues entdecken und den Geldbeutel schonen

SPAREN

● **Kunst in der Kirche**

Die Glasmalereien von Emanuel Vigeland kostenlos bestaunen zu können, ist ein guter Grund, der *Oslo Domkirke* einen Besuch abzustatten. Noch beeindruckender ist das 1500 m² große Deckengemälde des Künstlers Hugo Mohr von 1950 → **S. 33**

● **Wechsel der Königswächter**

Auf dem Platz vorm *Königlichen Schloss* können Sie täglich um 13.30 Uhr die Wachablösung verfolgen. Während normale Angestellte sich lässig in die Mittagspause verabschieden, wechseln des Königs Leibwächter nach strengen militärischen Regeln den Dienst (Foto) → **S. 32**

● **Von ganz oben auf die Stadt blicken**

Wer sich traut, den gläsernen Fahrstuhl hinauf in den 34. Stock des Plaza Hotels zu nehmen, wird reich belohnt. Oben bietet die *34 Skybar* eine der besten Aussichten auf Oslo. Und das ganz umsonst → **S. 40**

● **Konzerte vorm Rathaus**

Muss man fürs Konzert nichts zahlen, klingt die Musik gleich doppelt so gut. Das Ganze noch unter freiem Himmel in lauer Nacht? Perfekt! Den ganzen Sommer steigen z. B. auf dem Platz vor Oslos Rathaus immer wieder Gratiskonzerte – mit Rock, Pop oder Folk → **S. 68**

● **Frisch und frei: Skulpturen mit Aussicht**

Ein wahres Überraschungspaket ist der *Ekebergparken* am Osthang der Stadt: Ein schöner Spaziergang durch einen Mischwald, herrliche Blicke über die Stadt und den Fjord – und dazu Werke von James Turrell, Louise Bourgeois, Auguste Rodin, Pierre-Auguste Renoir ... Und das Beste: Es kostet keine Krone → **S. 44**

● **Am Puls der Politik**

Bei einer kostenlosen Führung durchs *Parlament* erleben Sie die intime Atmosphäre des kleinen Hauses, das Norwegens Geschehen lenkt. Allein das Riesengemälde der verfassungsgebenden Versammlung im Sitzungssaal lohnt den Besuch → **S. 34**



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

TYPISCH OSLO

Das erleben Sie nur hier

● **Rasant auf die Schanze**

Elegant ragt die geschwungene *Holmenkollen-Schanze* über den Hang hinaus – Mittelpunkt eines prachtvollen Skistadions, Wahrzeichen Oslos und Herz des norwegischen National-sports. Der ultraschnelle Fahrstuhl bringt Sie fast so schnell auf den Turm mit der unübertroffenen Aussicht hinauf, wie die Schanze die Skifahrer hinunter → [S. 48](#)

● **Lesen und gelesen werden**

Neben den Isländern sind die Norweger das literaturhungrigste Volk der Welt, und Oslo ist stolz darauf, ein richtiges *Literaturhaus* zu haben. Hier gibt es Dichterlesungen und Kulturdebatten, vor allem aber ein feines Szene-Café, in dem viele mittlerweile mit einem I-Pad vor der Nase sitzen → [S. 67](#)

● **Norwegische Gourmettraditionen**

Im *Olympen Mat & Vinhus* finden außer dem großen Stammpublikum auch neugierige und hungrige Besucher Platz, werden mit exzellentem Norwegischen wie Rentierfleisch und Heringshappen verwöhnt (Foto) → [S. 57](#)

● **Mittsommernacht im Park**

Mitten in der Stadt können Sie im Frognerpark die weiße Nacht ausgiebig und mit lauter Osloern bei Gläserklirren und Gitarrenklängen feiern. Um den Monolithen, Mittelpunkt der Vigeland-Skulpturenlandschaft, drängen sich Schaulustige, die das farbige Resttageslicht und zu früher Stunde den Sonnenaufgang sehen wollen → [S. 92](#)

● **Durch die Augen der Kinder sehen**

Im kinderfreundlichen Oslo richtete man sogar ein *Museum für Internationale Kinderkunst* ein: lauter Varianten kindlicher Form- und Farbgebung, die ganze Welt durch die Augen der Kinder gesehen. Und alles zum Mitmachen. Erwachsene dürfen nur zuschauen → [S. 90](#)

● **Herr Nilsen macht Musik**

Oslo ist Jazzhochburg und die Jazzkneipe *Herr Nilsen* so etwas wie ihr Herz. Hier erleben Sie fast jeden Abend traditionellen Jazz – live und auf hohem Niveau. In den Pausen gibt's Bier, Erinnerungen, Ausblicke und reichlich Fachsimpeleien → [S. 68](#)



TYPISCH

BEST OF ...

SCHÖN, AUCH WENN ES REGNET

Aktivitäten, die Laune machen



● **Selber kneten**

Ihre eigene Keramik können Sie in der Werkstatt von *Glazed & Amused* herstellen. Zwei Stunden lang heißt es kneten, in Farben schwelgen und viel Spaß haben → [S. 62](#)

● **Endstation Kaffeehaus**

Überrascht Sie im Frognerpark der Regen, steuern Sie das kleine Kaffeehaus *Valkyrien Te & Kaffe* an der Endstation der Straßenbahn an. Wenig Platz, aber viel Fensterfläche und Düfte aus fernen Ländern. Manche behaupten, hier gebe es Oslos besten Kaffee → [S. 52](#)

● **So viel Kultur unter einem Dach**

Etwas abseits der Touristenströme wartet das *Oslo Bymuseum* mit einer einzigartigen Vielfalt auf Sie: Stadtgeschichte, Theater-, Arbeiter- und Industriegeschichte sowie interkulturelles Leben in Oslo. Hier können Sie den Regentag vergessen → [S. 40](#)

● **Kunst-Kooperative**

Im *Kunstnerforbundet* gibt's in wechselnden Ausstellungen bildende Kunst und Kunsthandwerk von mehr als 300 norwegischen Künstlern zu sehen – und zu kaufen → [S. 60](#)

● **Unterwegs mit der Linie 12**

Die Straßenbahnlinie 12 bringt Sie warm und trocken von Majorstuen am Frognerpark zum Stadtteil Kjelsås im Norden. Zwischen den Haltestellen Sanatoriet und Glads vei haben Sie einen traumhaften Blick über die Stadt und den Oslofjord nach Süden (Foto) → [S. 25](#)

● **Trocken shoppen**

Das sehenswerte Traditionskaufhaus *Steen & Strøm* lockt mit norwegischen und internationalen Marken. Ist die Kreditkarte ans Limit gebracht, lohnt der Abschluss in der Brasserie in der 6. Etage → [S. 61](#)

REGEN

ENTSPANNT ZURÜCKLEHNEN

Durchatmen, genießen und verwöhnen lassen

ENTSPANNT

● **Glamour von gestern**

Wer in Oslo etwas auf sich hält, nimmt Lunch oder Drink in der *Bar* des Hotel Bristol. Sinken Sie tief in einen der Chesterfieldsessel, greifen Sie hinter sich ins prall gefüllte Bücherregal oder lauschen Sie einfach nur den dezenten Pianoklängen – was für ein Leben! → S. 74

● **Das Herz der Stadt**

Im Winter eine Eislaufbahn, im Sommer kleiner Park mit vielen Bänken. Einklemmt zwischen Karl Johan, Nationaltheater und dem Parlament Stortinget liegt der kleine Platz *Studentertunden*, der sich bestens zum Ausruhen und „Nur-Gucken“ eignet → S. 28

● **Bummeln im Grünen**

Spazierwege, Parkbänke, Teiche und farbenfrohe Beete, eingerahmt von uralten Laubbäumen: Es genügt im *Botanischen Garten* ein wenig Proviant, um sich bis in den Sommerabend hinein in die Stille zurückzuziehen → S. 46

● **Viel Holz am Holmenkollen**

In der Hotelbar vorm Kamin, in der luxuriös ausgestatteten Spa-Abteilung, in den Speisesälen mit viel Holz – im *Holmenkollen Park Hotel* können Sie sich rundum verwöhnen lassen → S. 72

● **Kunstgenuss am Fjord**

Das sollten Sie sich auf keinen Fall entgehen lassen – zur Not auf einem Restplatz mit eingeschränktem Blick auf die Bühne: Die perfekte Akustik der *Oper* garantiert Ohrenschaus und damit großen Genuss → S. 66

● **Pause im Asyl**

Mitten in der Stadt und doch ländlich idyllisch gelegen: Im

Innenhof des Restaurants *Asylet* können Sie sich mit einem Bier, einem Snack und einem Buch zurückziehen und den Trubel der Hauptstadt buchstäblich links liegen lassen. Weil's unter freiem Himmel ist, darf hier sogar eine Zigarette schmecken (Foto) → S. 55



AUFTAKT

