



# Norwegen



## 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 Fläm-Bahn vom Fjord in die Berge | 309

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

eine Rundfahrt vom Lysefjord zum Preikestolen | 193

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

über die kühnen Serpentinien des Trollstigen | 369

### **Freilichtmuseum, Wikingerschiffe und Thor Heyerdals 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

REISE Know-How Verlag Peter Rump | Bielefeld

Martin Schmidt

Reiseführer für individuelles Entdecken

## Norwegen



» Ja, vi elsker dette landet,  
som det stiger frem, furet, værbit,   
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)*

## Impressum

Martin Schmidt

REISE Know-How Norwegen

erschienen im

REISE Know-How Verlag Peter Rump GmbH

Osnabrücker Str. 79, 33649 Bielefeld

© REISE Know-How Verlag Peter Rump GmbH

**8., neu bearbeitete und aktualisierte Auflage 2023**

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, Catherine Raisin

Fotonachweis: S. 813

Lektorat: Michael Luck, Liane Werner

Lektorat (Aktualisierung): Katja Schmelzer

### Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

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)

Reise Know-How Bücher finden Sie in allen gut sortierten Buchhandlungen. Falls nicht, kann Ihre Buchhandlung unsere Bücher hier bestellen:

D: Prolit, [prolit.de](http://prolit.de) und alle Barsortimente

A: Freytag-Berndt und Artaria KG, [freytagberndt.com](http://freytagberndt.com)

CH: AVA Verlagsauslieferung AG, [ava.ch](http://ava.ch)

B, LUX, NL: Willems Adventure, [willemsadventure.nl](http://willemsadventure.nl)

oder direkt über den Verlag: [www.reise-know-how.de](http://www.reise-know-how.de)

### Bildlegende Umschlag und Vorspann

Titelbild: Hoch über der spektakulären Bucht Kvalvika auf den Lofoten ([adobe.stock.com](http://adobe.stock.com) ©Mumemories)

Vordere Umschlagklappe: In der Altstadt von Stavanger ([adobe.stock.com](http://adobe.stock.com) ©Volha);

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

S. 1: Mädchen in norwegischer Tracht (ms)

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

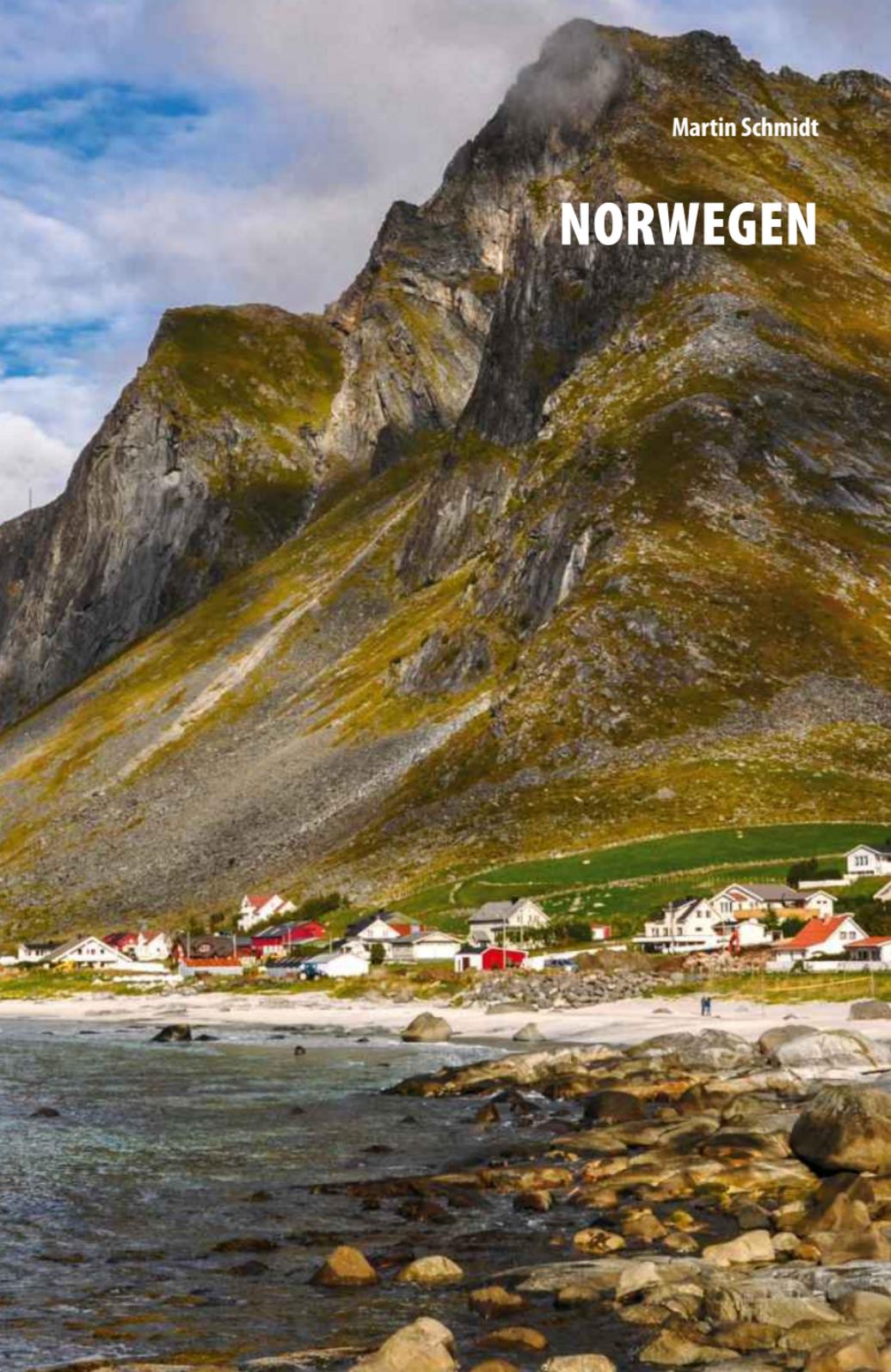
Wir freuen uns über Kritik, Kommentare und Verbesserungsvorschläge, gern per E-Mail an [info@reise-know-how.de](mailto:info@reise-know-how.de).

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 Veränderlichkeit solcher Informationen auch nicht gehaftet werden kann. Insbesondere behält sich der Verlag deshalb vor, die Bereitstellung und die Zugriffsmöglichkeit zeitlich zu befristet 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. Ein Reich voller Kontraste, Merk- und Denkwürdigkeiten. Das vorliegende Reisehandbuch will helfen, Norwegen individuell zu entdecken, sei es im lichtdurchfluteten Sommer, im goldenen, farbenfrohen Herbst, zur mystischen Winterszeit oder während des berausenden Frühlings. Der Reiseführer geleitet dabei zu den großen Touristenattraktionen und auch zu zahllosen, 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 und so ein Reisen mit „offenen Augen“ ermöglichen. Neben den dafür benötigten landeskundlichen Informationen, die gerade auch der Vorbereitung und Einstimmung auf die Reise dienen, 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 – ganz wichtig im Falle eines Landes, das für sein Naturpotenzial berühmt ist – auch ausführliche Angaben zu vielen 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 Oslo** 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.

*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>	
Oldtidsruta/Rv 110	85
Hvaler	87
Hankø	88
Moss	88
Drøbak	89
Askim und Mysen	91
<b>Westlich des Oslofjords</b>	<b>95</b>
Drammen	94
Horten	95
Holmestrand	99
Åsgårdstrand	100
Tønsberg	101
Nøtterøy und Tjøme	102
Westl. und nördl. von Tønsberg	105
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>





Namsos	530	Hammerfest	630
Rørvik und Insel Leka	531	<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, Galdal und Fygle	567		
<i>Der große Branntweinkrieg</i>	568		
Ballstad	570	Anreise	668
Nusfjord	571	Autofahren	677
Flakstad und Ramberg	572	Barrierefreies Reisen	683
Reine	574	Camping	684
Moskenes und Sørvågen	577	Einkaufen	686
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 und Hygiene	697
<b>Troms und Finnmark</b>	<b>594</b>	Mit Haustier unterwegs	698
Narvik – Setermoen	598	Information	699
Andselv/Bardufoss	599	Mit Kindern unterwegs	701
Insel Senja	600	Klima und Reisezeit	702
Tromsø	603	Kommunikation unterwegs	704
Lyngenfjord und Skibotn	617	LGBT+	704
Storslett	619	Maße und Gewichte	704
Alteidet/Øksfjord/Altafjord	621	Notfälle	705
Alta	622	Öffnungszeiten	707
<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	711
Sport und Aktivitäten	711
<b>THEMA</b> Angeln	712
<b>THEMA</b> Rad fahren	716
<b>THEMA</b> Wandern	721
<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	732
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	800
Der Autor	813
Schreiben Sie uns!	814



8035.vm

# Karten

<b>Norwegen</b>	<b>Umschlag hinten</b>	Stavanger Zentrum	182
<b>Die Regionen im Überblick</b>	<b>15</b>	Svolvær	556
<b>Reiserouten und Touren</b>	<b>17, 19</b>	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
Finmark	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:** Jostedalbreen (486 km<sup>2</sup>)
- **Einwohner:** 5,4 Mio., davon etwa 40.000 Samen (14 Einwohner/km<sup>2</sup>)
- **Größte Städte:** Oslo (Hauptstadt) 700.000 Einwohner (mit Vororten über 900.000), Bergen 286.000, Trondheim 211.000, Stavanger 145.000, Kristiansand 114.000, Fredrikstad 84.000
- **Sprache:** Norwegisch in zwei Schriftversionen (*bokmål* und *nynorsk*), Samisch
- **Religion:** über 90 % evang. Lutheraner, ca. 46.000 Katholiken, 100.000 Muslime
- **Verwaltung:** 11 *fylke* (Provinzen, 13 ab 2024)
- **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



# 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 1000 NOK
- ② 1000–1200 NOK
- ③ 1200–1500 NOK
- ④ 1500–1800 NOK
- ⑤ über 1800 NOK

## Preiskategorien für Hütten/Nacht

- ① unter 900 NOK  
Einfache Hütten (2–4 Pers.); oft mit Kochnische, Bad meist auf Campingplatz.
- ② 900–1200 NOK  
Gute Hütten (mind. 4 Pers.); meist mit Bad und Kochnische.
- ③ 1200–1500 NOK  
Komforthütte (mind. 4–8 Pers.), oft auch mit TV und Kamin.
- ④ über 1500 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

# 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. 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. Ein guter Ausgangspunkt ist überaus sehenswerte Stadt **Bergen (S. 268)**, die zweitgrößte des Landes. Von hier erreicht man schnell die atemberaubende Fjordlandschaft. Besonders hervorzuheben sind der idyllische **Hardangerfjord (S. 237)**, 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 **Trondheim (S. 492)**. Diese ist Ausgangspunkt für eine Reise in ein wahres Abenteuerland: Nordnorwegen! Der Ur-

lauber findet hier schöne Küstenlandschaften mit sagenumwobenen Bergen und weißen Sandstränden, mächtige Felsmassive, gleißende Gletscherzungen und die Hochebene der Finnmarksvidda. Zu den Highlights zählen die **Lofoten (S. 550)**, die „Alpen im Nordmeer“, die kontrastreiche Inselgruppe der **Vesterålen (S. 583)**, die spannende Stadt **Tromsø (S. 603)**, die Bergformationen der 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



© REISE KNOW-HOW

0 200 km

Norw46

8/23

## 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 Vesterälän 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 Aussichtsberg **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 Torghatten 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 Eismeerkerkhedrale und ein Blick vom Aussichtsberg 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.

**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 immer viel los.

**Skisaison in Norwegen**

Von Februar bis Mitte April ist die beste Zeit, in der Heimat des modernen 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 unterzuschallen 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

**Fisch-Festival**

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

**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.

# Zehn Orte zum Staunen



900.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 kompetent in neue Sphären aufsteigen. Bestes Beispiel für den neuen Weg ist die marmorverkleidete Oper, der man über Rampen sogar aufs Dach steigen kann.



902.ms

## Sicher gelagert | 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.



901.ms

## Hoch über dem Lysefjord | 193

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



903.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.



823.ho.ms

## In der Enge des Fjords | 306

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

### Immer am Meer entlang | 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.



904rms

### Der durchbohrte Berg | 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“ (Torghatten) hineingeraten ist, gibt es unterschiedliche Ansichten. Vielleicht war das Meer Schuld, vielleicht aber auch ein Pfeil.



Adobe Stock.com/indianorway

### 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/eh181

### Nördlicher geht es nicht | 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

## Abwechslungsreicher Südwesten | 176

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



912.ms

## Inselleben im Westen | 268

Die Region südlich der Stadt Bergen ist besonders bei Anglern beliebt. 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 abwechslungsreiche Umgebung.



913.ms

## Den Fjorden so nah | 331

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



914.ms

## Kontrastreiche Küste | 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 markierte Wanderwege erkundet werden. Boote, Kanus und Fahrräder verleihen verschiedene Anbieter.



920.ms

## Erholsamer Osten | 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 zahlreiche Möglichkeiten: Museen, Familienparks, einfache Wanderwege, Badeseen und viel Action.

# Fünf typisch norwegische Erlebnisse

## Gesammelte Häuser | 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, zahlreiche weitere gibt es an vielen Orten im ganzen Land.



918.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.



918.ms

## Ingenieurskunst | 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?



916.ms

## Typisch norwegische Landschaft | 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.



917.ms

## Hölzernes Nationalheiligtum | 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, Copresanz

**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





702/mms

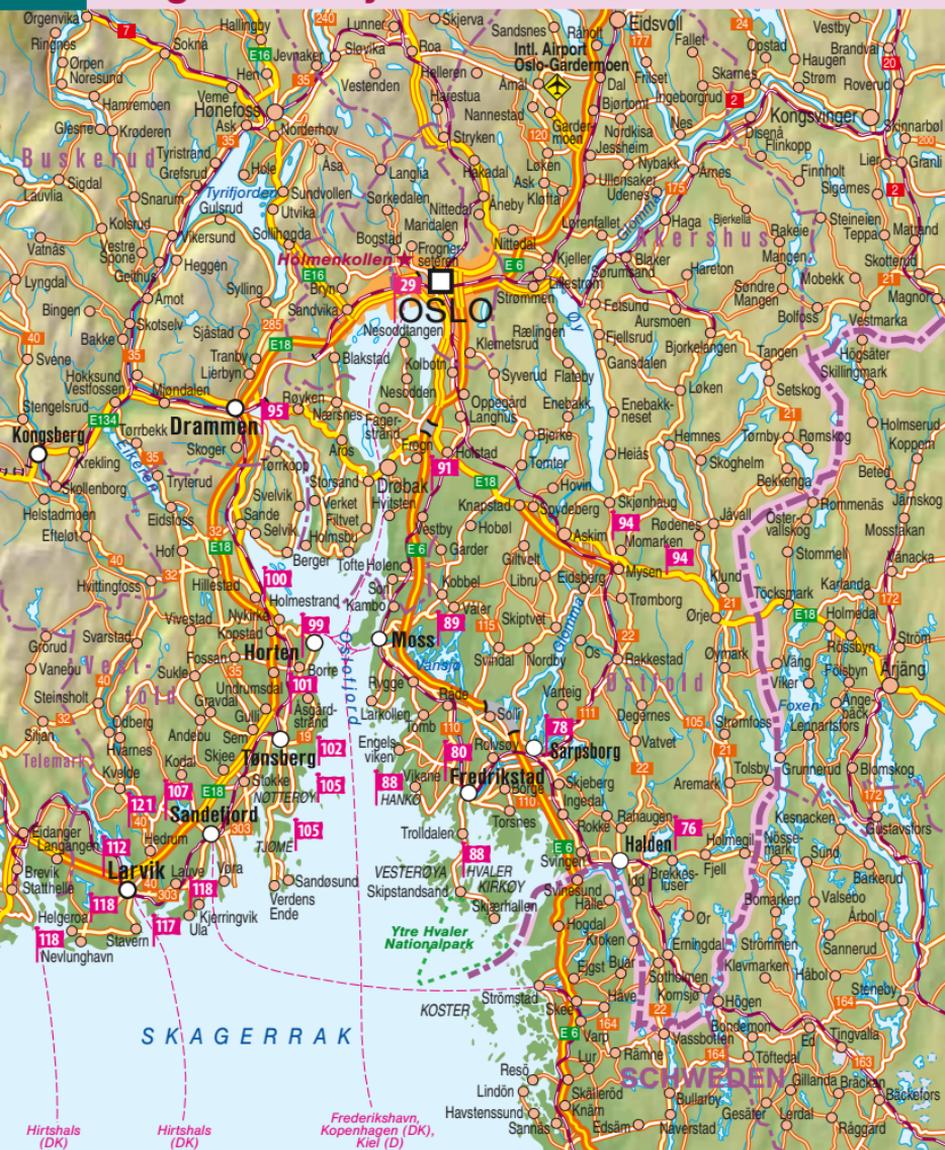
# 1

## Oslo und Umgebung

» Oslo, die Hauptstadt Norwegens, besticht durch ihre Lage am idyllischen Oslofjord sowie durch sehenswerte Museen, moderne Architektur und geschichtsträchtige Gebäude wie das Königliche Schloss oder die Festung Akershus. In der Umgebung lohnen 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.

## Oslo

Ein bisschen wie abgetrennt vom ländlichen Norwegen liegt die **Hauptstadt Oslo** in der südöstlichsten Ecke des Landes. Es ist die größte Siedlung des Königreiches und für viele Norweger ein verwirrender gordischer Knoten, allerdings mit den besten Arbeitsplätzen unter der Sonne. Reist man als Gast mit der Fähre an, so mag man jedoch eher glauben, mit **700.000 Einwohnern** Europas größtes Dorf vor sich zu haben, ein kleinteiliges, farbenfrohes Häusermeer, eingebettet zwischen hohe Berge, endlose Wälder und die spiegelglatte Oberfläche des Fjordes. Es dominieren nicht wie anderswo prunkvolle Bauten, wuchtige Schlösser und große Anwesen. **Oslos Herz** ist sicher nicht in der historischen Architektur zu suchen, es schlägt vielmehr hinter den Fassaden aus Holz und Backstein, oder am Hafen, wo mit den hypermodernen, baulich ausgefeilten und spannenden Vierteln Tjuvholmen, Barcode und Sørenga ein neues Lebensgefühl geschaffen wurde.

In jedem Fall sollte man es den Einheimischen gleichtun und **alles etwas ruhiger**, „koseliger“ (gemütlicher) **angehen** lassen, in einem der unzähligen Restaurants einen Kaffee schlürfen, den Tag im Park vor dem Parlament genießen oder an einem sonnigen Wintertag durch die verschneiten, golden beleuchteten Straßen 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,

## 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 Skulpturen-  
landschaft des Gustav Vigeland  
in Oslo | 54
- ➔ **Holmenkollen** –  
Die wohl berühmteste Skisprung-  
schanze der Welt | 55
- ➔ **Insel Tjøme** –  
Glatte Felsen und das  
„Ende der Welt“ | 105

Diese Tipps erkennt man an der  
gelben Markierung.