
lonely planet
Norwegen
54 detaillierte Karten
Mehr als 1000 Tipps für Hotels und Restaurants, Touren und Natur

4 übersichtliche Kapitel

1 REISEPLANUNG

Wie plane ich meine Reise?

Tourenvorschläge & Empfehlungen für eine perfekte Reise.

2 REISEZIELE

Alle Ziele auf einen Blick

Detaillierte Beschreibungen und Karten sowie Insidertipps.

3 NORWEGEN VERSTEHEN

So wird die Reise richtig gut

Mehr wissen – mehr sehen.

4 PRAKTISCHE INFORMATIONEN

Schnell nachgeschlagen

Guter Rat für unterwegs.

Auf einen Blick

Mit diesen Symbolen sind wichtige Kategorien leicht zu finden:

- Sehenswertes
- Strände
- Aktivitäten
- Kurse
- Geführte Touren
- Feste & Events
- Schlafen
- Essen
- Ausgehen
- Unterhaltung
- Shoppen
- Praktisches & Transport

Alle Beschreibungen stammen von unseren Autoren. Ihre Favoriten werden jeweils als Erstes genannt.

Sehenswürdigkeiten haben wir der geografischen Reihenfolge nach aufgelistet, in der man sie vermutlich besuchen wird. Innerhalb dieser Anordnung wurden sie nach den Empfehlungen der Autoren sortiert.

Die Einträge der Rubriken **Essen** und **Schlafen** sind nach dem Preis (günstig, mittelteuer, teuer) und den Vorlieben der Autoren geordnet.

Diese Symbole bieten hilfreiche Zusatzinformationen:

- Das empfehlen unsere Autoren
- Nachhaltig & umweltverträglich
- GRATIS Hier bezahlt man nichts

- Telefonnummer
- Öffnungszeiten
- Parkplatz
- Nichtraucher
- Klimaanlage
- Internetzugang
- WLAN
- Swimmingpool
- Angebote für Vegetarier
- Englischsprachige Speisekarte
- Familienfreundlich
- Tiere willkommen
- Bus
- Fähre
- Straßenbahn
- Zug

Apt. Apartment
B Schlafsaalbett
EZ Einzelzimmer
DZ Doppelzimmer
FZ Familienzimmer
2BZ Zweibettzimmer
3BZ Dreibettzimmer
4BZ Vierbettzimmer
Zi. Zimmer

Details zu den Kartensymbolen siehe Legende S. 470.

lonely planet

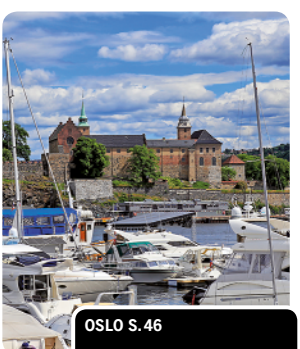
Norwegen



Anthony Ham,
Stuart Butler, Donna Wheeler

REISEPLANUNG

Willkommen in Norwegen 4
Norwegen-Karte 6
Norwegens Top 15 8
Gut zu wissen 16
Wie wär's mit 18
Monat für Monat 21
Reiserouten 25
Outdooraktivitäten 29
Reisen mit Kindern 39
Norwegen im Überblick 42



HANS-PETER MERTEN/GETTY IMAGES ©

OSLO S. 46



FRANK KRAHNER/GETTY IMAGES ©

AURORA BOREALIS NAHE TROMSØ S. 332

REISEZIELE IN NORWEGEN

OSLO 46
Rund um Oslo 79
Drøbak 79
Østfold 80
Fredrikstad 81
Halden 85

SÜDNORWEGEN 88
Die Küste 89
Tønsberg 89
Larvik 92
Kragerø 95
Risør 96
Arendal 97
Grimstad 98
Lillesand 100
Kristiansand 100
Mandal 106
Lindesnes 107
Flekkefjord 108
Egersund 109
Das Landesinnere 110
Kongsberg 110
Der Telemarkkanal 113
Rjukan 116
Seljord 120
Setesdalen 121

MITTELNORWEGEN 123
Lillehammer 126
Hamar 130
Elverum 132
Røros 133
Femundsmarka-Nationalpark 139
Oppdal 139
Trollheimen 141
Dombås 141
Dovrefjell-Sunndalsfjella-Nationalpark 142
Otta 144
Rondane-Nationalpark 144
Sjoa 146
Ringebu 147
Lom 147
Jotunheimen-Nationalpark 150
Hardangervidda 154
Geilo 154
Finse 156

BERGEN & DIE SÜDWESTLICHEN FJORDE 158
Bergen 159
Voss 187
Evangar 190
Hardangerfjord 191
Øystese 192
Eidfjord 194
Kinsarvik & Lofthus 196
Odda 198
Rosendal 200
Haugelandet & Ryfylke 202
Haugesund 202
Karmøy 204
Stavanger & Lysefjord 205
Stavanger 205
Lysefjord 213

WESTLICHE FJORDE 216
Sognefjorden 217
Flåm 217
Aurland 221
Gudvangen & Nærøyfjord 223
Lærdalsøyri (Lærdal) 223
Vik 225
Balestrand 225
Sogndal 227
Solvorn & Umgebung 229

Inhalt

Skjolden 230
Jostedalsbreen 231
Jostedalen & Nigardsbreen 233
Kjenndalsbreen & Bødalsbreen 235
Olden 236
Loen 236
Stryn 237
Florø 238
Måløy 239
Selje & Insel Selja 241
Die Nördlichen Fjorde 242
Åndalsnes 242
Valldal & Umgebung 246
Geiranger 247
Hellesylt 250
Norangsdalen 251
Runde 251
Ålesund 252
Molde 258
Averøy 261
Kristiansund 261

TRØNDELAG 266

Trondheim 267
Der Weg nach Norden 280
Stiklestad 280
Steinkjer 280
Namsos 281
Rørvik 283

NORDLAND 284

Entlang der E6 286
Mosjøen 286
Mo i Rana 287
Nationalpark Saltfjellet-Svartisen 290
Polarkreiszentrum 290
Fauske 291
Narvik 292
Kystriksveien – Die Küstenstraße 296
Brønnøysund 296
Vega 297
Sandnessjøen 298
Træna & Lovund 299
Bodø 300
Lofoten 304
Austvågøy 306
Vestvågøy 313
Flakstadøy 314
Moskenesøy 315
Südliche Inseln 318
Vesterålen 320

DER HOHE NORDEN 329

Tromsø 332
Senja 339
Setermoen & Umgebung 340
Westliche Finnmark ... 341
Alta 341
Hammerfest 345
Nordkap & Magerøya 348
Lakselv & Umgebung ... 352
Stabbursnes 352
Östliche Finnmark 353
Tana Bru 353
Vadsø 354
Vardø 356
Kirkenes 357
Innere Finnmark 363
Karasjok 363
Kautokeino 365
Reisa-Nationalpark 367

SVALBARD 369

Longyearbyen 372
Barentsburg 381
Pyramiden 382
Magdalenefjord 383

NORWEGEN VERSTEHEN

Norwegen aktuell 386
Geschichte 388
Landschaften & Nationalparks 399
Tierwelt 406
Umweltprobleme 410
Die Samen 415
Kunst & Architektur ... 419
Norwegische Küche ... 424

PRAKTISCHE INFORMATIONEN

Allgemeine Informationen 430
Verkehrsmittel & -wege 440
Sprache 451
Register 460
Kartenlegende 470

SPECIALS

Outdooraktivitäten 29
Oslos Highlights 60
Spektakuläres Norwegen 179
Landschaft & Nationalparks 399

Willkommen in Norwegen

Norwegen ist ein einmaliges Reiseziel, dessen Anziehungskraft auf einer einfachen Tatsache beruht: Es ist eines der schönsten Länder unserer Erde.

Ergreifende Landschaften

An Dramatik ist Norwegens Natur kaum zu übertreffen. Steilwandige Fjorde von atemberaubender Schönheit graben sich aus den zerklüfteten Küsten tief ins Landesinnere. Der Ruhm der Fjorde ist wohlverdient, doch in diesem Land gibt es auch riesige, prächtige Gletscher, die sich von einigen der größten Eisfeldern Europas herabwinden. Anderswo ähnelt die Berglandschaft des Landesinneren den Wällen natürlicher Festungen, steigen felsige Küsteninseln aus dem Wasser wie Fantasieerscheinungen. Und dann ist da der urzeitliche Zauber der Arktis. Diese Landstriche bilden nicht nur die Kulisse für viele malerische Holzdörfer, sondern bieten auch Lebensraum für einige der charismatischsten Wildtiere Europas – darunter Eisbären (auf Spitzbergen), Rentiere und Moschusochsen, um nur drei zu nennen.

Skandinavisch kultiviert

Das Gegenstück dieser vereinnahmenden natürlichen Schönheit ist das pulsierende Kulturleben. Die norwegischen Städte sind weltoffen und randvoll mit Architektur, die das jahrhundertealte, berühmte skandinavische Gespür für Gestaltung widerspiegelt. Darüber hinaus lädt ein Veranstaltungskalender voller lokaler sowie international bekannter Feste zu Rundreisen ein.

Der Ruf der Wildnis

Die Leidenschaft der Norweger für das Erkunden ihrer natürlichen Umwelt hat dafür gesorgt, dass hier eines der aufregendsten und vielfältigsten Reiseziele für Abenteuertouristen entstanden ist. Einige Aktivitäten mögen den Jungen, Kräftigen und Furchtlosen vorbehalten sein, die meisten jedoch – Bergwandern, Radfahren oder Wildwasserrafting im Sommer sowie Hundeschlitten-, Schneemobil- und Skifahren im Winter – kann jeder halbwegs leistungsfähige Mensch ausüben. Wir sind 93-jährigen Schneemobilisten begegnet – und ganzen Familien beim Rafting. Ob im Sommer mit seinen schier endlosen Möglichkeiten oder im Winter zum aufregenden Schauspiel der Nordlichter, Norwegen ist immer eine Reise wert und ideal, um in die Natur einzutauchen.

Seinen Preis wert

Trotz alledem: Wenn ein Gesprächsthema unter Norwegenreisenden dominiert, dann sind es die hohen Reisekosten. Zweifellos ist Norwegen eines der teuersten Länder der Welt. Doch ist es das auch wert? Absolut! Mit unvergesslichen Erlebnissen macht Norwegen jeden finanziellen Aufwand um ein Vielfaches wett. Es gibt also jede Menge Gründe, für eine solch einmalige Reise zu sparen.

JOHN WANG/GETTY IMAGES ©





Bauernhöfe am Sognefjorden (S. 217)

Warum ich Norwegen liebe

Von Anthony Ham, Hauptautor

Als ich zum ersten Mal bei Aurland am Ufer stand und auf die Fjorde blickte, kurz nachdem ich die Gipfel des Jotunheimen-Nationalparks bezwungen hatte, war mir klar: Es gibt auf der Welt kein schöneres Land als Norwegen. Meine weiteren Reisen nach Norwegen – sowohl im Winter als auch im Sommer – haben diesen Eindruck nur verstärkt. Mehr noch als die Fjorde und das Hochland faszinieren mich die Gewichtigkeit Spitzbergens, das perfekte Zusammenspiel von Wasser, Felsen und menschlicher Besiedelung auf den Lofoten und die weiten Horizonte und Siedlungen der Samen im arktischen Norden.

Mehr zu unseren Autoren siehe S. 471.

Norwegen


0 200 km
5°W
0° (Greenwich)
5°O
10°O
15°O
20°O
30°O
70°N
80°N
65°N
Svalbard
Kvitøya
Storøya
Magdalenefjord
Nordaustlandet
Spitsbergen
Erik Eriksenstretet
Kong Karls Land
Prins Karls Forlandet
Svenskøya
Barentsøya
Longyearbyen
Edgeøya
Olgastretet
Storfjorden
0 100 km
Svalbard (550 km) (siehe Ausschnitt)
Knivskjelodden (71s11'08"N)
Honningsvåg
Kjøllefjord
Båtsfjord
Repvåg
Hammerfest
Hasvik
Vadsø
Ringvassøy
Laksely
Kirkenes
Alta
Karasjok
Tromsø
Lyngseidet
Grytfjord
Skibotn
Andenes
Finnsnes
Kautokeino
Vesterålen
Harstad
Vestvågøy
Lødingen
Narvik
Lofoten
Svolvær
Moskenesøy
Værøy
Vedøya
Bodø
Fauske
Ørnes
Saltfjellet-Svartisen-Nationalpark
Mo i Rana
Sandnessjøen
Mosjøen
Brønnøysund
Røyvik
Polarkreis
NORWEGISCHES MEER
Jan Mayen (1200 km)
RUSSLAND
FINNLAND
Tromsø
Die pulsierende Stadt des Nordens genießen (S. 332)
Lofoten
Skandinaviens schönste Inseln entdecken (S. 304)
Svalbard
Den Zauber der hohen Arktis spüren (S. 369)
Kystriksveien
Auf die langsame Tour Richtung Arktis gehen (S. 296)
Ålesund
Jugendstilarchitektur an der Küste bewundern (S. 252)


Bergen
Bei den bezaubernden Kaufmannshäusern in Bryggen verweilen (S. 159)
Geirangerfjord
Norwegens schönsten Fjord entdecken (S. 247)
Jotunheimen-Nationalpark
Durch mit Gletschern übersätes Hochland wandern (S. 150)
Oslo-Bergen-Bahn
Norwegens spektakulärste Bahnfahrt machen (S. 25)
Oslo
Norwegens kulturelle Hauptstadt besuchen (S. 46)
Preikestolen
Zur atemberaubendsten Aussicht Norwegens wandern (S. 213)
HÖHEN
3000 m
2000 m
1500 m
1200 m
900 m
600 m
300 m
0
SCHWEDEN
Namsos
Grong
Steinkjer
Trondheim
Kristiansund
Molde
Ålesund
Andalsnes
Dovrefjell-Sunndalsfjella-Nationalpark
Røros
Tynset
Dombås
Geirangerfjord
Florø
Førde
Jotunheimen-Nationalpark
Øvre Årdal
Koppang
Trysil
Flåm
Lillehammer
Voss
Elverum
Hamar
Bergen
Hardangerfjord
Eidfjord
Odda
Råholt
Lervik
Kongsberg
Oslo
Kongsvinger
Drammen
Lillestrøm
Kopervik
Ski
Notodden
Jørpeland
Tønsberg
Moss
Stavanger
Skien
Fredrikstad
Larvik
Halden
Kragerø
Sandefjord
Egersund
Arendal
Risør
Flekkefjord
Grimstad
Skagerrak
Mandal
Kristiansand
Göteborg
DÄNEMARK
Ålborg
NORDSEE
OSTSEE
Bottnischer Meerbusen
Helsinki
Finnischer Meerbusen
Tallinn
ESTLAND
Stockholm
Rigaischer Meerbusen
Rīga
LETTLAND
60°N
5°O
20°O

Norwegens Top 15



Geirangerfjord

1 Die Fahrt über den 20 km langen Geirangerfjord (S. 247), ein Unesco-Weltnaturerbe, gehört wohl zu den schönsten Fährverbindungen der Welt. Verlassene Gehöfte klammern sich an die unberührten Felsen und eisige Kaskaden sprudeln ins smaragdgrüne Wasser. Man kann direkt in Geiranger starten und die ruhige Ausfahrt aus dem kleinen, lebendigen Hafen genießen, oder im beschaulicheren Hellesylt an Bord gehen. Einfach einen Platz auf dem Oberdeck sichern und die Kamera bereithalten.

Lofoten

2 Den Anblick der Lofoten (S. 304) werden die meisten Besucher nicht vergessen: Die zerklüftete Küste der bemerkenswerten Insel, die im Sommer grüngelb und im Winter blauweiß leuchtet, steigt jäh in die Höhe, die spitzen Gipfel thronen vor dem klaren kobaltfarbenen Himmel oder sind in geheimnisvolle Nebelschwaden gehüllt. Malerische Dörfer mit hölzernen *rorbuer* (Fischerhütten) schmiegen sich ans Ufer, während Gestelle zum Trocknen von Fisch von der tiefen Verbindung des Landes und der Kultur mit dem Meer zeugen.



ADINA TOVY/GETTY IMAGES ©



2

SVEN BROECKX/GETTY IMAGES ©



NORSEMAN1968/GETTY IMAGES ©

Aurora Borealis

3 Es gibt keine beeindruckendere Naturerscheinung als die Aurora Borealis (S. 401), das Nordlicht. Von Oktober bis März, in den langen Nächten des arktischen Winters, tanzt sie als grüner oder weißer Lichtschleier über den Himmel, wechselt dabei ständig ihre Leuchtkraft und nimmt Formen an, die der lebhaften Fantasie eines Künstlers entsprungen sein könnten. Für ihr Erscheinen gibt es keine Garantie, aber wer sie zu sehen bekommt, wird dieses Erlebnis sein Leben lang nicht vergessen.

Wandern im Jotunheimen

4 Das Hochland Zentralnorwegens gehört zu den beliebtesten Sommerreisezielen Europas. Naturschutzgebiete mit gepflegten Wanderwegen gibt es viele, doch der Jotunheimen-Nationalpark, das „Land der Riesen" (S. 150), ist eindeutig unser Favorit. Mit seinen 60 Gletschern und insgesamt 275 Gipfeln über 2000 m hat Jotunheimen eine ganz besondere Anziehungskraft. Hier warten die berühmen Wanderwege Besseggen und Hurrungane und einsame Pfade im Schatten des Galdhøpiggen, Norwegens höchstem Gipfel. Die Nähe zu den Fjorden macht den Park noch reizvoller.

Hurtigruten-Küstenfähre

5 Die Hurtigruten-Küstenfähre (S. 444) ist weit mehr als nur ein Verkehrsmittel; sie ist eine der spektakulärsten Küstentouren der Welt. Die täglichen Fahrten zwischen Bergen und Kirkenes führen vorbei an atemberaubenden Landschaften, quer über den Polarkreis und hinein in die Fjorde zu abgeschiedenen Dörfern, die über den Landweg kaum zu erreichen sind. In nur wenigen Tagen zeigt sich so Norwegens Küste in ihrer ganzen Pracht.

4

PHILARTPHACE/GETTY IMAGES ©

5

OLIVIER CIRENDINI/GETTY IMAGES ©

Bryggen, Bergen

6 Mitten in der malerischen, typisch norwegischen Küstenlandschaft mit ihren vielen Hügeln und Fjorden liegt Bergen, eine der schönsten Städte Europas. Sie war früher ein bedeutender Seehandelshafen, wovon heute noch das einzigartige Hafenviertel Bryggen (S. 159) erhalten ist, ein Gewirr alter Holzhäuser und Unesco-Weltkulturerbestätte. Die vornehmen und farbenfrohen Holzhäuser, die von einer reichen und turbulenten Vergangenheit zeugen, beherbergen heute kleine Boutiquen und traditionelle Restaurants, für die die Stadt zunehmend berühmt ist.

Oslo–Bergen-Bahn

7 Die Oslo–Bergen-Bahn (S. 25) gilt als eine der tollsten Bahnstrecken der Welt und bietet Gelegenheit, einige der schönsten Landschaften in Norwegen zu bestaunen. Zunächst passiert sie die Wälder Südnorwegens, steigt hinauf zur endlosen Hochebene Hardangervidd und klettert danach wieder bergab entlang der hübschen Gegend rund um Voss und erreicht schließlich Bergen. Unterwegs sind die Fjorde zum Greifen nah. Bei Myrdal besteht die Möglichkeit zu einem Abstecher über die steile Abzweigung hinab ins Fjordland, das sich von Flåm aus fächerförmig ausbreitet.



VISIONS OF OUR LAND/GETTY IMAGES ©



IMAGEBROKER/ALAMY ©



MAXIMILIAN MÜLLER/GETTY IMAGES ©



TIM E WHITE/GETTY IMAGES ©



ROBERT HARDING PICTURE LIBRARY LTD/ALAMY ©

Preikestolen (Predigtstuhl)

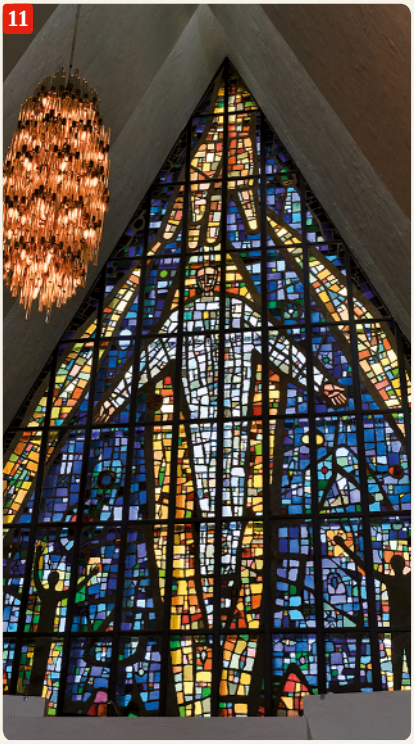
8 Der Preikestolen (Predigtstuhl; S. 213) gehört zu den spektakulärsten Aussichtspunkten der Welt. Er liegt hoch über Lysefjord, auf einem 600 m hohen, nahezu senkrecht abfallenden Felsen. Der Preikestolen ist ein Wahrzeichen Norwegens und eines seiner attraktivsten Ausflugsziele. Hier kann man Wagemutigen schaudernd dabei zusehen, wie sie sich scheinbar viel zu weit über den Abgrund lehnen – und möchte es doch am liebsten selbst ausprobieren. Der Aufstieg dauert zwei Stunden und kann per Tagestour von Stavanger absolviert werden.

Svalbard

9 Das subpolare Svalbard (Spitzbergen, S. 369) ist abgelegen und doch gut erreichbar. Spitzbergen ist Europas faszinierendstes Stück Arktis und eins der letzten großen Wildnisgebiete des Kontinents. Scharfkantige Gipfel, riesige Eisfelder (60 % der Landmasse Spitzbergens sind von Gletschern bedeckt) und herrliche Fjorde bilden den Lebensraum für reiche arktische Wildtierbestände (z. B. einem Sechstel der weltweiten Eisbärenpopulation – der hiesigen Bevölkerung damit zahlenmäßig überlegen). Im Sommer wie im Winter locken zahlreiche Aktivitäten in die schier endlose weiße Stille.

Panoramastraße Kystriksveien

10 Die wenig befahrene Küstenstraße durch Nordland (S. 296) ist wunderschön. Die gesamten 650 km passen zwar nicht in den Reiseplan, aber eine Kostprobe (am besten von Sandnessjøen nach Storvik) auf dem Weg nach Norden ist ein Muss. Eilig sollte man es nicht haben: Die zahlreichen Fährpassagen auf der Strecke zwingen zu Pausen – mit großartigem Ausblick. Dabei sorgen Festlandsgletscher und die Inseln in Ufernähe für Abwechslung, z. B. die für ihre Eiderenten berühmte Insel Vega oder Lovund mit 200 000 Papageientauchern.



GRANT DIXON/GETTY IMAGES ©



FRANZ ABERHAM/GETTY IMAGES ©



VLADA Z/SHUTTERSTOCK ©

Tromsø

11 Tromsø (S. 332) liegt 400 km nördlich vom Polarkreis und hat einige Superlative zu bieten: die nördlichste Kathedrale, Brauerei und sogar den nördlichsten botanischen Garten der Welt. Das bunte Nachtleben – mehr Pubs und Clubs pro Kopf als jede andere Stadt Norwegens – verdankt sie der (natürlich nördlichsten) Universität und ihren Studenten. Im Sommer ist es 24 Stunden lang taghell. Und im Winter beim ersten Schnee, schnallen sich Einheimische ihre Ski oder Schneeschuhe an und strömen in die Umgebung, voller Hoffnung, eines der flüchtigen Nordlichter zu erblicken.

Eismeerkathedrale

Wildtierbeobachtung

12 Für einige der faszinierendsten Wildtiere Europas (S. 406) ist Norwegen inzwischen der letzte Zufluchtsort. Bei der Erkundung der norwegischen Wildnis lassen sich Eisbären (in Spitzbergen), Polarfüchse, Eurasische Luchse, Bärenmarder, Rentiere und andere Arten beobachten. Gezielte Touren im Landesinneren führen zu urzeitlich anmutenden Moschusochsen und liebenswerten Elchen. Und an den Küsten lebt nicht nur eine vielfältige und interessante Vogelwelt, vor Nordland zeigen sich sogar Wale, besonders vor den Lofoten und den Vesterålen.

Eurasischer Luchs

Jugendstil in Ålesund

13 Ålesund (S. 252) verdankt seinen gemütlichen Charme einem verheerenden Großbrand, der vor 100 Jahren alle Holzbauten des Ortes bis auf das Gefängnis und eine Kirche zerstörte. Auf der Asche entstand eine komplett neue Stadt, größtenteils aus Stein. Sie wurde von jungen, in Deutschland ausgebildeten Architekten gebaut, die unter dem Einfluss der Jugendstilbewegung reich verzierte Gebäude entwarfen mit Rondellen, Turmspitzen, Wasserspeiern und anderen Elementen, die auf einheimischen Motiven beruhen.

Stabkirchen

14 Überall in Süd- und Mittelnorwegen finden sich hölzerne Stabkirchen in allen erdenklichen Formen – einige sind wahrlich monumental, andere haben eher Westentaschenformat. Sie verströmen eine Aura, die verschwommene Kindheitserinnerungen heraufbeschwört. Denn die norwegische Stabkirche spielt in vielen Trollgeschichten eine wichtige Rolle und ist mit ihren eingeritzten Fantasiefiguren das Sinnbild einer Märchenkirche. Die Stabkirche von Heddal (S. 114) ist ein besonders schönes Exemplar. Stabkirche von Heddal

Oslo

15 Oslo (S. 46) erfindet sich täglich neu. Diese Stadt will ein weltweit anerkanntes Kunst- und Kulturzentrum sein und quillt förmlich über vor Museen und erstklassigen Galerien. Auf das gletscherweiße Opernhaus ist wohl selbst Sydney neidisch und in den letzten Jahren erlebte das Hafenviertel eine bemerkenswerte Renaissance mit innovativer Architektur, einer Topgalerie für moderne Kunst, neuen Restaurants und sogar einem Strand. Opernhaus in Oslo (S. 47), entworfen vom Architekten Tarald Lundevall von Snøhetta



DOUGLAS PEARSON/GETTY IMAGES ©



ARCHITECT: TARALD LUNDEVALL FOR SNØHETTA; IMAGE: IVAN BRODEY/GETTY IMAGES ©

Gut zu wissen

Weitere Informationen siehe S. 429

Währung
Norwegische Krone (nkr)

Sprache
Norwegisch

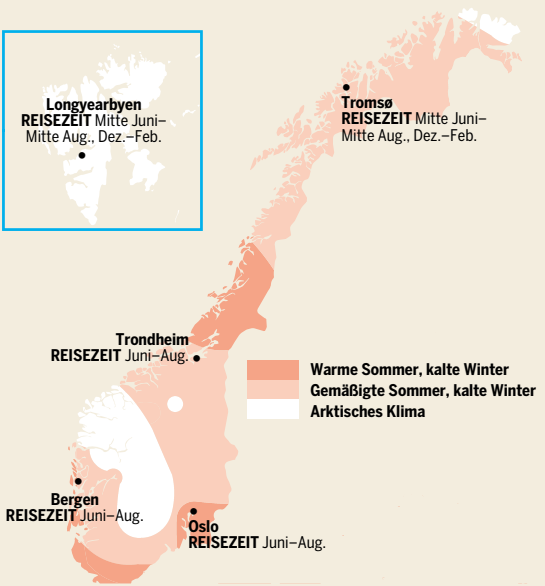
Geld
Geldautomaten gibt's fast überall. Kreditkarten werden in den meisten Hotels, Restaurants und Geschäften sowie auf Fähren akzeptiert.

Visa
Für Aufenthalte bis zu 90 Tagen grundsätzlich nicht erforderlich (Bürger der EU und aus Schengenstaaten reisen visafrei).

Handys
SIM-Karten sind fast überall erhältlich und können in sämtlichen gängigen Handymodellen verwendet werden. Netzempfang überall außer in Wildnisgebieten.

Zeitzone
GMT/UTC +1 Std.

Reisezeit



Hochsaison
(Mitte Juni–Mitte Aug.)

- Unterkünfte und Transportmittel oft ausgebucht
- Preise für Unterkünfte sind auf dem niedigsten Stand (außer Lofoten).
- Wetterlage unsicher; warm und sonnig oder kalt und regnerisch

Zwischensaison
(Mai–Mitte Juni & Mitte Aug.–Sept.)

- Gute Reisezeit; oft mildes, sonniges Wetter; weniger voll
- Übernachtungskosten sind relativ hoch, außer an Wochenenden
- Unterkünfte für Festivals lange im Voraus buchen!

Nachsaison
(Okt.–April)

- Manchmal eisig kalt
- Viele Sehenswürdigkeiten sind geschlossen
- Auf Svalbard (Spitzbergen) ist im März Hochsaison
- Die Übernachtungskosten sind hoch, außer an Wochenenden

Nützliche Websites

Fjord Norway (www.fjordnorway.com/de) Spezialisiert auf die Highlights des Landes

LonelyPlanet.de (www.lonelyplanet.de/reiseziele/norwegen) Reiseinformationen, Hotelreservierungen, Traveller-Foren und vieles mehr

Northern Norway (www.nordnorge.com/de) Alles, was man über den Norden des Landes wissen muss.

Visit Norway (www.visitnorway.de) Offzielle Seite des norwegischen Fremdenverkehrsamtes, praktisch und inspirierend.

Norwegen – die offizielle Seite in Deutschland (www.norwegen.no) Praktische Infos für Reisende zu Botschaften, Zoll und zahlreichen weiteren Fragen

Wichtige Telefonnummern

Außerhalb Norwegens die 00 (für internationale Gespräche) gefolgt von der Landesvorwahl und der jeweiligen Telefonnummer wählen. In Norwegen gibt es keine Städtevorwahlen.

Auskunft	180
Internationale Gespräche	00
Landesvorwahl Norwegen	47
Notarzt	113
Polizei	112

Wechselkurse

Europa	1 €	8,65 nkr
Schweiz	1 CHF	8,15 nkr

Aktuelle Wechselkurse siehe www.xe.com.

Tagesbudget

Günstig: unter 140 €

- Bett im Schlafsaal: ab 31 €
- Hütte: ab 49 €
- Doppelzimmer in B&Bs/Pensionen: ab 60/80 €
- Gute Supermärkte und preisgünstige Mittagsmenüs

Mittelteuer: 140–200 €

- Doppelzimmer in Mittelklassehotels (Wochenenden und Hauptsaison): 90–175 €
- Mittag- oder Abendessen in lokalen Restaurants
- Mietwagen: ab 75 € pro Tag

Teuer: Mehr als 200 €

- Doppelzimmer im Oberklasse-Hotel: 175 € und mehr
- Mittag- und Abendessen in guten lokalen Restaurants

Öffnungszeiten

Die folgenden Öffnungszeiten gelten in der Hauptsaison, touristische Einrichtungen sind außerhalb dieser Zeit kürzer geöffnet.

Banken Mo–Mi & Fr 8.15–15, Do bis 17 Uhr

Geschäfte Mo–Mi & Fr 10–17, Do bis 19, Sa bis 14 Uhr

Postämter Mo–Fr 8–20, Sa 9–18 Uhr; sonst Mo–Fr 9–17, Sa 10–14 Uhr

Restaurants 12–15 & 18–23 Uhr. Manche Restaurants sind durchgehend geöffnet.

Supermärkte Mo–Fr 10–21, Sa bis 18 Uhr

Ankunft in Norwegen

Gardermoen International Airport (Oslo) Zwischen Flughafen und Zentrum pendeln von 4.05 Uhr bis Mitternacht Züge und Busse (22–40 Min.) ein- bis sechsmal stündlich. Taxis kosten zwischen 80 und 120 € (½–1 Std.).

Flesland Airport (Bergen) Flughafenbusse bedienen die Strecke nach Bergen-Zentrum (45 Min.) zwischen 3.49 Uhr und kurz nach Mitternacht bis zu viermal stündlich.

Unterwegs vor Ort

Auto Ein Mietwagen im benachbarten Schweden ist eventuell günstiger. Die Straßen sind gut in Schuss, doch manchmal geht es nur langsam voran (Serpentinen, viel Verkehr im Sommer, aber kaum Überholspuren, Fährüberfahrten zwischendurch ...).

Bus Ziele, die kein Zug anfährt, erreicht man am besten mit dem Bus. Auf den wichtigsten Strecken sind sie schnell unterwegs und sehr effizient. Kleinere Ortschaften werden seltener angesteuert (an Wochenenden manchmal auch gar nicht).

Flugzeug SAS und Norwegian bieten sehr viele preisgünstige Inlandsflüge an. Widerøe fliegt von Kleinstadt zu Kleinstadt.

Schiff/Fähre (Auto-)Fähren verbinden die Inseln mit dem Festland. Hurtigruten fährt jeden Tag von Bergen nach Kirkenes und zurück.

Zug Das Schienennetz reicht bis nach Bodø. Noch weiter nördlich gibt es eine Eisenbahnstrecke von Narvik nach Schweden. Wer im Voraus bucht, kann eins der wesentlich günstigeren *minipris*-Tickets abstauben.

Mehr zum Thema **Unterwegs vor Ort** siehe S. 440,

Wie wär's mit ...

Fjorde

Norwegens imposante Landschaft gehört zu Europas schönsten und abwechslungsreichsten, allein die traumhaften Fjorde lohnen eine Reise in dieses bemerkenswerte Land.

Geirangerfjord Typischer norwegischer Fjord, der einfach alle Besucher fasziniert (S. 247).

Nærøyfjord Region von außergewöhnlicher Schönheit und ein Unesco-Weltkulturerbe (S. 223).

Lysefjord Malerischer Fjord, bewacht vom berühmten Preikestolen (Predigtstuhl; S. 213).

Magdalenefjord, Svalbard Einer der schönsten Orte der Welt (S. 383).

Hardangerfjord Beeindruckende Fjordlandschaft mit reizvollen Dörfern an den Ufern (S. 191).

Wandern

Vom Hochland Mittelnorwegens bis zu den unendlichen Weiten des arktischen Nordens ist Norwegen ein Traumziel für jeden, der die Wildnis zu Fuß erkunden möchte.

Jotunheimen Nationalpark Ein unüberschaubares Netz von Wanderwegen zwischen Gletschern und Norwegens höchsten Gipfeln (S. 150).

Rondane-Nationapark Wohlgeformte Gipfel und viele Wanderwege, um Menschenmassen zu entkommen (S. 144).

Hardangervidda-Nationalpark Riesige Hochebene mit Rentieren und Gletscherpfaden (S. 154).

Saltfjellet-Svartisen Nationalpark Einer der besten Orte zum Gletscherwandern, jenseits des Polarkreises (S. 290).

Aurlandsdalen Klassische Vier-Tage-Tour von der Quelle bis zur Mündung (S. 221).

Lysefjord Wanderpfade zu den spektakulärsten Aussichtspunkten Norwegens(S. 213).

Femundsmarka-Nationalpark Weniger bekannte Wandermöglichkeiten zwischen Seen, Wäldern und Tundra (S. 139).

Wildtiere

Eisbären, Wale, Polarfüchse, Rentiere, Moschusochsen, Elche sowie riesige Vogelkolonien ... Norwegens Wildtiere gehören zu den faszinierendsten in ganz Europa. Auch ungeübte Augen können hier leicht Tiere entdecken.

Svalbard Auf der Insel Spitzbergen leben Eisbären, Polarfüchse, Rentiere und unzählige Vögel (S. 369).

Dovrefjell-Sunndalsfjella-Nationalpark Vogelbeobachtungs- und Moschusochsensafaris ab Oppdal oder Dombås (S. 142).

Hardangervidda-Nationalpark Die Heimat von Norwegens größtem Rentierbestand (S. 154).

Gjesvær Die Abgeschiedenheit des Ortes wird mit Millionen von Seevögeln belohnt (S. 351).

Andenes Walbeobachtungs-Touren mit Vögeln, Rentieren und und Robben (S. 322).

Evje Auf den Spuren der Elche im südnorwegischen Binnenland (S. 121).

Wintersport

Das Gegenstück zu Norwegens Sommerattraktionen sind die vielen Winteraktivitäten. Viele konzentrieren sich im arktischen Norden: Hundeschlitten-, Schneemobil- und Skifahren sind besonders beliebt.

Hundeschlitten & Schneemobil, Svalbard Norwegens schönste Eiswildnis (S. 376).

Hundeschlitten, Karasjok Eine Lehrstunde bei einem Huskytrainer nehmen (S. 363).

Rentier- und Hundeschlitten, Tromsø Auf arktischen Pfaden wandeln, nahe der Schwedischen Grenze (S. 334).

Schneemobil, Kirkenes Erkundung des Pasvik-Tals nahe der russischen Grenze – bei Tage oder im Mondschein (S. 359).



WAYNE LYNCH/GETTY IMAGES ©

Dösendes Rentiermännchen, Svalbard (S. 369)



HANS-PETER MERTEN/GETTY IMAGES ©

Aker Brygge (S. 72), Oslo

Skifahren, Lillehammer Die Pisten der Olympischen Winterspiele von 1994 genießen (S. 126).

Königskrabbensafaris, Kirkenes Der wohl seltsamste (und köstlichste) „Wintersport" Norwegens (S. 359).

Extremskifahren, Åndalsnes Berühmte Berg- und Talfahrten in Romsdalen (S. 244).

Die Geschichte der Wikinger

Die Wikinger ließen in ihrem Streben nach Weltherrschaft ihre Langschiffe an der süd- und südwestnorwegischen Küste zu Wasser und kehrten nach erfolgreichen Raubzügen hierher zurück.

Kaupang Ruinen einer Wikingerstadt aus dem 9. Jh. (S. 92).

Insel Karmøy Ein Wikingerfestival und Wikingermuseen (S. 204).

Stiklestad Schauplatz einer heldenhaften Schlacht, die über das Schicksal der Wikinger entscheiden sollte (S. 280).

Balestrand Faszinierende Fundstätte aus der Wikingerzeit mitten im Fjordland (S. 225).

Eidfjord Gut zugängliche Hügelgräber der Wikinger auf einer kleinen Hochebene über dem Fjord (S. 194).

Lindesnes Ganz im Süden gelegen, mit Wikingerkanal, historischem Stadtzentrum und Felsmalereien (S. 107).

Stabkirchen

Die beeindruckenden Stabkirchen beschwören mit dunklen Holzwänden, kleinen Türmen und Ornamenten, die an mythische Kreaturen und Wikingerschiffe erinnern, die mittelalterliche Vergangenheit herauf.

Heddal-Stabkirche, **Notodden** Ein erstaunlicher architektonischer Höhenflug (S. 114).

Urnes Unesco-Weltkulturerbe am Ufer des Lusterafjords (S. 230).

Lom Herrlich zwischen zwei Tälern gelegene Kirche (S. 147).

Borgund Eine der besterhaltenen Stabkirchen mit mittelalterlichem Glockenturm (S. 227).

Fantoft-Stabkirche, **Bergen**, Die 1992 bis auf die Grundmauern niedergebrannte Kirche wurde liebevoll rekonstruiert (S. 165).

Ringebu Hübsche kleine Kirche am Rande eines bewaldeten Berghangs (S. 147).

Malerische Autotouren

Norwegen hat viele spektakulär schöne Landstraßen. 18 davon erhielten das Prädikat „Nationale Touristenstraße", doch auch sie sind nur eine Auswahl.

Sognefjell-Straße, Jotunheimen-Nationalpark Atemberaubende Straße über das Dach von Norwegen (S. 150).

Kystriksveien-Küstenstraße Norwegens schönste Küstenstraße (S. 296).

Trollstigen Die „Trollleiter" ist eine Abfolge von schwindelerregenden Haarnadelkurven zwischen den Fjorden (S. 243).

SnøVegen Kurze, aber nervenaufreibend steile Straße mit einmaliger Aussicht auf die Fjorde (S. 224).

E10, Lofoten Führt durch eine spektakuläre Landschaft (S. 304).

Gamle Strynefjellsvegen Eine der reizvollsten Straßen Westnorwegens (S. 240).

Von Ulvik nach Odda, Hardangerfjord Bietet ein atemberaubendes Panorama entlang des Fjordufers. (S. 165).

Stadtleben

Norwegens Städte liegen meist in malerischer Umgebung und bieten zahlreiche Museen und architektonische Wahrzeichen. Die vielen Studenten beleben Straßen und Fußgängerzonen.

Bergen Norwegens schönste und weltoffenste Stadt (S. 159).

Trondheim Schöne Kathedrale und ein lebhaftes Studentenleben (S. 267).

Ålesund Jugendstil-Architektur und eine bezaubernde Küstenlandschaft (S. 252).

Tromsø Lebendige Studentenstadt mitten in der Arktis (S. 332).

Stavanger Hafenstadt mit vielen Museen und einer bezaubernden Altstadt (S. 205).

Oslo Norwegens kulturelle und politische Hauptstadt (S. 46).

Dörfer

Norwegens kleine abgeschiedene Siedlungen bildeten seit Urzeiten das Rückgrat des Landes – von Fischerorten und kleinen Dörfchen an Fjordufern bis hin zu ehemaligen Bergbausiedlungen im Landesinneren.

Røros Ehemalige Bergbausiedlung und Unesco-Weltkulturerbe mit prächtigen Holzhäusern (S. 133).

Å Wunderbar erhaltenes Fischerdorf auf den Lofoten (S. 316).

Sogndalstrand Eines der schönsten Holzdörfer an der Südküste (S. 109).

Nyksund Einst ein verlassenes Dorf – heute eine Künstlerkolonie (S. 325).

Utne Reizvolles Dorf am Fjordufer mit Norwegens ältestem Hotel (S. 197).

Solvorn Eins der schönsten Dörfer an den Fjordufern (S. 229).

Nusfjord Ein Künstlerdorf auf den Lofoten (S. 314).

Zeitgenössische Architektur

Norwegens zeitgenössische Architekturszene ist eine der aufregendsten Europas. Sie kombiniert die klaren Linien des skandinavischen Designs mit Formen, die von der Natur des Landes inspiriert sind.

Arktische Kathedrale, Tromsø Die Ishavskatedralen wartet mit Echos aus den arktischen Bergen und Lichtvorhängen vom nördlichen Polarlicht auf (S. 332).

Nordlichtkathedrale, Alta Das jüngste Beispiel der arktisch inspirierten Formen ist diese Kathedrale aus silbernem Titan mit einem außergewöhnlichen geschwungenen Turm (S. 342).

Opernhaus, Oslo Am Fjord vor Oslo erhebt sich das Opernhaus wie ein Gletscher (S. 47).

Astrup-Fearnley-Museum, Oslo Auffälliges, relativ neues Museum direkt am Ufer von Oslo (S. 48).

Parlament der Samen, Karasjok Erinnert an einen traditionellen Samen-Versammlungsort in den Wäldern des nördlichen Norwegens (S. 363).

Vikingskipet, Hamar Die olympische Eislaufhalle sieht aus wie ein umgedrehtes Wikingerschiff (S. 130).

Hamsunsenteret, Hamarøy Gewagte Hommage an Norwegens gewaltigen Literaten Knut Hamsun (S. 294).

Norwegisches Wildrentierzentrum, Dovrefjell-Sunndalsfjella-Nationalpark Wellenförmiges Holz, verspiegeltes Glas und das alles in perfekter Lage (S. 143).

Monat für Monat

TOP EVENTS

Moldejazz, Juli

Bergen International Festival, Mai

Nordlichter, Januar oder Februar

Extremsportfestival, Juni

Samische Ostern, März

Januar

Trotz eisiger Temperaturen ist der Januar eine beliebte Zeit für Schneemobil- und Hundeschlittenfahrten oder das Bestaunen der Nordlichter. Ende Januar kehrt die Sonne zu einem großen Teil des norwegischen Festlands zurück.

Nordlichter

Die Aurora borealis (Polarlicht), eines der beeindruckendsten Naturphänomene der Welt, ist Grund genug für eine Winterreise nach Nordnorwegen. Wer das Erlebnis um irdische Feste ergänzen will, kann in Tromsø Ende Januar am Nordlichtfestival teilnehmen.

Jazz im Winter

Das Polar Jazz Festival auf Svalbard (Spitzbergen) – mitten im monatelangen arktischen Winter – ist das nördlichste Jazzfestival der Welt. Es erinnert regelmäßig daran, dass das Leben auch im tiefsten arktischen Winter weitergeht. Ende Januar oder Anfang Februar.

Februar

Der Februar ist Norwegens kältester Monat und die beste Zeit, Nordlichter zu sehen und Winteraktivitäten sowie zwei Feste mitzuerleben, die den Geist des norwegischen Winters einfangen. Rechtzeitig buchen ist ratsam, besonders für Nordnorwegen.

Winter bei den Samen

Niemand erträgt den arktischen Winter so wie die Samen, die Ureinwohner Nordnorwegens. Während der Sami-Woche Anfang Februar ist die Hauptstraße von Tromsø Schauplatz des nationalen Rentierschlittenrennens.

Rørosmartnan

Das längste Winterfest Norwegens in Røros ist eine jahrhundertealte Tradition und findet in der vorletzten Februarwoche von Dienstag bis Samstag statt. Eine perfekte Stärkung für den langen norwegischen Winter mit Kulturprogramm, Märkten und Live-Unterhaltung.

März

Die Tage werden länger, Norwegen erwacht aus dem unfreiwilligen Schlummer mit jeder Menge Festivals, die das Ende des Winters feiern oder traditionelle norwegische Feste sind. Eine beliebte Zeit für eine Reise nach Svalbard.

Samische Ostern

Zu Ostern feiern die Samen von Kautokeino das Ende der Polarnacht mit Hochzeiten, Rentierrennen, dem Sami Grand Prix (einem Wettstreit im Joik, dem Obertonsingen) und anderen traditionellen Veranstaltungen.

Here Comes the Sun

Die Einwohner des Ortes Longyearbyen im arktischen Archipel von Svalbard (Spitzbergen) müssen dem Winter länger standhalten als alle anderen Norweger. Ihr einwöchiges Sonnenfest Anfang März feiern sie mit besonderer Inbrunst.

Hundeschlittenrennen zum Winterende

Altas Winterfest Borealis Alta im März bietet Konzerte und andere Kulturveranstaltungen, die den Winter lautstark vertreiben und den Auftakt zum längsten europäischen Hundeschlittenrennen bilden, dem unglaublichen Finnmarksløpet.

April

Der April bietet überraschend wenige Feste von Bedeutung und bildet eine Art Erholungspause zwischen den Winterabschieden und der geschäfigen Sommerzeit. Das Wetter wird besser, Touristen gibt es wenige.

Speis & Trank in Stavanger

Stavanger ist eine Hafenstadt *par excellence* und gilt bei Liebhabern kulinarischer Genüsse als eine der vielfältigsten des Landes. Mitte April findet diese Schwäche für gutes Essen und Wein ihren besonderen Höhepunkt im örtlichen Weinfest.

Mai

Im Mai macht das Wetter einen Sprung: Es wird wärmer, Norwegens namhafte Musikfestivals kommen ins Rollen, die großen Touristenschwärme lassen jedoch noch auf sich warten.

Verfassungstag

Am 17. Mai, dem beliebtesten Nationalfeiertag Norwegens, versinkt das Land in einer Welle des Patriotismus. Die Osloer stürmen in ihren regionalen Trachten den Königspalast und feiern besonders leidenschaftlich.

Night Jazz Festival (Nattjazz)

Norwegens Kalender ist voll mit international bekannten Jazz-Festivals; das in Bergen Ende Mai ist eines der ausgelassensten. Das umfangreiche Jazz-Programm bringt die zahlreichen Studenten mächtig auf Trab.

Bergen International Festival

Eine der größten Veranstaltungen des Landes ist das zweiwöchige Bergen Festival, das Ende Mai beginnt und auf dem Tanz-, Musik- und Folkloredarbietungen gezeigt werden. Dieses Fest ist typisch für Bergen: international und doch auch heimatlich verwurzelt.

Blues & Soul Festival

Das *Alta Blues- und Soul-Festival* bildet Ende Mai oder Anfang Juni den Auftakt zum Sommerprogramm der Musikfestivals und lockt eine beachtliche Auswahl internationaler Namen in den hohen Norden.

Juni

Die Hauptsaison hat begonnen, Unterkünfte sollten möglichst frühzeitig gebucht werden. Einige der besten Festivals finden statt. Das Wetter kann mild und klar sein, zuweilen aber auch regnerisch.

Wikinger-Festival

Norwegens Südwesten gilt als Wikinger-Hochburg. Zwischen Anfang und Mitte Juni wird die Insel Karmøy mit Wikingerfesten, Umzügen und Erzählabenden zum Brennpunkt dieser faszinierenden Geschichte.

Mittelalterfestival

Highlights dieses beliebten Festivals im Juni sind die mittelalterlichen Trachten der Einheimischen und die gregorianischen Gesänge in der Glaskathedrale von Hamar. Eine ganz andere Sicht auf Norwegens ferne Vergangenheit vor spektakulärer Kulisse.

Mitternachtssonnen-Marathon

Kein Land außer Norwegen könnte der Schauplatz eines Mitternachtsmarathons sein. In Tromsø findet im Juni der weltweit nördlichste Straßenlauf über 42 km statt. Vermutlich ist er der einzige Marathon der Welt, bei dem um 5 Uhr morgens noch Teilnehmer im Ziel eintrudeln.

Extremsport-Festival

Ende Juni kommen Adrenalinjunkies aus aller Welt nach Voss, um sich eine Woche lang beim Skydiving, Paragliding, Parasailing und Basejumping auszutoben. Einheimische und internationale Musiker halten die Stimmung im Fluss.

Juli

Der Juli gilt mit dem besten Wetter und den billigsten Hotelpreisen in weiten Teilen des Landes als touristische Hochsaison.

Die Sehenswürdigkeiten sind oft stark überlaufen; Unterkunftsreservierungen sind sehr zu empfehlen.

Kongsberg Jazz Festival

Dieses viertägige Jazz-Festival ist das zweitgrößte des Landes; es beginnt Anfang Juli und lockt einige der größten internationalen Stars an. Direkt im Anschluss findet das Moldejazz-Festival statt – eine wahre Hochsaison für Jazzfreunde.

Festival des Bergwanderns

Anfang Juli richtet Åndalsnes das größte nordeuropäische Festival für Bergwanderer und Felskletterer aus, die ihre Geschichten austauschen und zentimeterweise die steilen Klippen erklimmen. Abends bietet das Norsk Fjellfestival Folkmusik zur Unterhaltung.

Moldejazz

Norwegen bietet erstklassige Jazzfestivals, der Mitte Juli stattfindende Moldejazz ist aber das namhafteste. Mit 100 000 Zuschauern, Künstlern von Weltrang und dem Ruf, durchgängig hochwertige Musik zu bieten, zählt das Jazzfestival in Molde zu den beliebtesten des Landes.

St.-Olav-Festival

Das landesweite Gedenken an den beliebtesten Heiligen Ende Juli wird besonders in Trondheim mit Prozessionen, Mittelaltermärkten, Wikingerkostümen, Konzerten und heimischem Essen gefeiert. In Stiklestad wird dem Heiligen mit einem fünftägigen Festzug gedacht.

August

Der August bietet eine Vielzahl an Musikfestivals aller Art. Das Wetter ist meist heiter, die Preise sind weiterhin billig, an manchen Orten jedoch nur bis zur Monatsmitte. Im Voraus buchen!

Rauma Rock

Wenn einem die norwegische Jazz-und-Blues-Kost nicht so zusagt, kann man sich nach Åndalsnes zum größten Musikspektakel Mittelnorwegens begeben, das Anfang August zwei Tage lang begangen wird und von Indie bis Hardrock alles bietet.

Notodden Blues Festival

Dieses herausragende Festival Anfang August beweist, dass auch Kleinstädte eine Rolle bei den landesweiten Festivals spielen können. Es findet mit vielen internationalen Gästen im unscheinbaren Notodden statt.

International Chamber Music Festival

Viele norwegische Musikfestivals bedienen ein eher junges und bewegungsfreudiges Publikum. Ein Gegenstück bietet Stavanger Anfang August mit seiner würdevollen Kammermusik, die zum Teil in der imposanten Stavanger-Kathedrale gespielt wird.

Nordland Musikfestival

Eine Kombination verschiedener Genres scheint das einzig Verbindende des zehntägigen Musikfestivals in Bodø Anfang bis Mitte August. Vom Symphonieorchestern über Jazztrios, Folkgruppen bis hin zu Rock wird alles geboten.

Oslo International Jazz Festival

Diese würdige Station im Reigen der grandiosen Jazzfestivals heißt Oslo. Sechs Tage im August wird hier Livemusik geboten. Viele Einheimische planen ihren Urlaub extra so, dass sie zu diesem Fest wieder zurück in der Stadt sind.

Voss Blues & Roots Festival

Ende August findet in Voss, nahe der Westfjorde, eins der besonders guten Musikfestivals des Landes statt; ein großes Abschiedslied an den Sommer, und wird besonders liebevoll begangen.

Norwegian Film

Highlight des Jahres für die kleine, aber anerkannte Filmindustrie des Landes ist das Internationale Filmfestival in Haugesund. Von Mitte bis Ende August werden hier innovative neue Filme gezeigt und nationale Filmpreise verliehen.

Grüner Rock

Das Øya Festival in Oslo, Norwegens größtes Festival für Rock- und Indie-Musik, gehört in Europa zu den besten seiner Art und hat zudem tadellose Referenzen für Umweltfreundlichkeit. Genuss ohne schlechtes Gewissen – eine großartige Kombination.

Westküsten-Jazz

Norwegen bietet zahlreiche fantastische Jazzfestivals, aber das weniger bekannte SildaJazz in Haugesund zählt zu den besten Jam Sessions des Landes. Das

Festival ist renommiert genug, um große Musiker anzuziehen, das Publikum stammt aber vorwiegend aus der näheren Umgebung. Der Weg in den untouristischen Westen lohnt also!

September

Die Touristenschwärme sind weitgehend verschwunden, aber auch die billigen Sommerangebote. Mancherorts werden Hotels und Restaurants sogar schon geschlossen. Dieser Reisemonat ist ruhiger, aber oft teurer.

Dyrsku'n Festival

Im Mittelpunkt von Seljords bedeutendstem Festival steht Norwegens größter traditioneller Viehmarkt – eine gute Gelegenheit, die traditionelle norwegische Kultur kennenzulernen. Es findet in der zweiten Septemberwoche statt und lockt jährlich 60 000 Besucher an.

Foto-Festival in Kristiansund

Das Nordic Light International Festival in Kristiansund, einer der bedeutendsten Events für zeitgenössische Fotografie, zieht massenhaft Besucher an sowie international bekannte Fotografen. So bringt es etwas kulturellen Glanz in die geschäftige Hafenstadt für den Erdölexport.

Oktober

Der Sommer ist nur noch eine blasse Erinnerung und gegen Ende des Monats beginnt die monatelange Polarnacht in Svalbard. Die Temperaturen sinken und es gibt weit mehr Geschäftsreisende als Urlauber.

Lillehammer Jazzfestival

Die einstige Olympiastadt verabschiedet den vergangenen Sommer mit dem letzten großen Jazzfestival des Jahres. Wie jede andere Skistadt, so fährt auch Lillehammer auf den Festivalrhythmus buchstäblich ab, manchmal Ende September, meist aber Anfang Oktober.

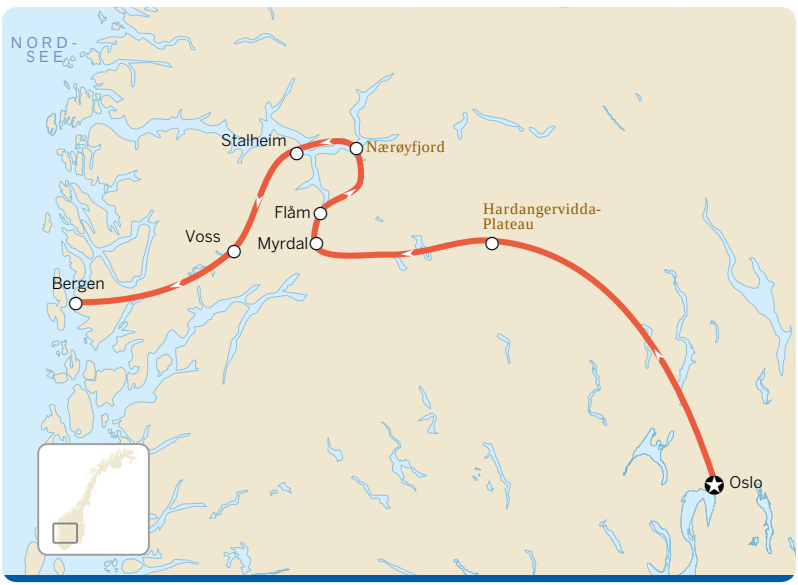
UKA

Norwegens größtes Kulturfestival bietet drei Wochen lang Konzerte, Theaterstücke und viele andere Aufführungen. Es wird von Trondheims 25 000 meist studentischen Einwohnern organisiert, findet nur in den ungeraden Jahren statt, beginnt im Oktober und geht bis weit in den November.

Svalbard Blues

Ende Oktober aber, vor der langen Polarnacht, veranstaltet Longyearbyen ein vielbeachtetes Bluesfestival mit angesagten Konzerten und improvisierten Jamsessions.

Reiserouten



1 WOCHE Norwegen im Kleinformat

Selbst wenn man nur eine Woche Zeit hat, kann man die schönsten Seiten Norwegens kennenlernen. Diese Reiseroute beginnt im hochgradig charmanten Oslo und führt über das dramatische Hochland und steil abfallende Fjorde hinauf ins schöne Bergen. Ebenso gut kann man die Reise vom Zielpunkt aus in die entgegengesetzte Richtung machen.

Nach einigen Tagen in den schönen Galerien und Museen **Oslos** ist eine Bahnfahrt entlang der malerischen Strecke Oslo–Bergen, einer der spektakulärsten der Welt, genau das Richtige. Hinter Oslo steigt sie sanft an, führt durch Wälder, über Plateaus und durch Skigebiete zum herrlich abgeschiedenen, riesigen Hochplatueau **Hardangervidda**. Es ist der Lebensraum von Norwegens größten Rentierherden und von zahlreichen Wanderwegen durchzogen. Von **Myrdal** fährt die Flåmsbana hinab nach Flåm, von wo Schiffe den einzigartigen **Nærøyfjord** hinauffahren. Über Gudvangen geht's dann – mit einer Übernachtung in **Stalheim** – zum nahen **Voss**. Wer den Nervenkitzel sucht, wird die Abenteueraktivitäten dort lieben. Mit dem Zug geht die Reise weiter in die wohl schönste Stadt Norwegens –**Bergen**. Hier bummelt man durch das historische Viertel aus Holzgebäuden am Wasser, genießt den tollen Blick von den umliegenden Bergen und nimmt die weltoffene Atmosphäre der einmaligen Stadt in ihren Bars und Restaurants in sich auf.



2 WOCHEN Die Norwegische Küste

Der Weg entlang der Küste zwischen Trondheim und den Lofoten kreuzt den Polarkreis und führt an tiefen Einbuchtungen des zerklüfteten Ufers vorbei, und an zahllosen vorgelagerten Inseln und ruhigen Fischerdörfern. Am besten reist man mit dem Auto oder alternativ mit einer Hurtigruten-Küstenfähre.

Gestartet wird im angenehmen **Trondheim**, wo sich gut einige Tage verbringen lassen. Von dort geht's gen Norden nach **Hell** und weiter nach **Stiklestad**, einem für Norwegens Geschichte bedeutsamen Ort. Hier übernachtet man oder reist weiter nach **Rørvik**, wo eine faszinierende Multimediashow einen hervorragenden Einblick in das Küstenleben gibt.

Auf der Rv17 geht's dann zum malerischen **Brønnøysund**. Ein Abstecher zur vorgelagerten faszinierenden Insel **Vega**, Teil des Unesco-Weltkulturerbes, lohnt unbedingt – also ein paar Nächte für Brønnøysund und Vega einplanen. Zurück auf dem Festland folgt man der traumhaften **Küstenstraße Kystriksveien**, die sich eng ans Ufer schmiegt. Sie ist eine der spektakulärsten Straßen Norwegens und führt an etwa 14 000 Inseln vorbei. Aufgrund der vielen Fährüberfahrten und Buchtumrundungen ist es eine zeitaufwändige, doch überaus lohnende Strecke. Der gesamte Weg ist in zwei Tagen zu schaffen, weit angenehmer ist es aber in vier oder fünf. Einkalkuliert werden sollte auch ein Abstecher zum **Nationalpark Saltfjellet-Svartisen**, der Norwegens zweitgrößtes Eisfeld und etliche begehbare Gletscherzungen beherbergt. Der schönste Abschnitt der Straße Kystriksveien liegt zwischen Sandnessjøen and Storvik. Hier kreuzt man den **Polarkreis**.

Bodø lockt vor allem mit seiner Fährverbindung zu den **Lofoten**. Anders als alle anderen Gegenden des Landes rechtfertigt diese Inselgruppe durchaus einen einwöchigen Aufenthalt. Sie kann auch sehr viel schneller erschlossen werden, drei Tage sollte man aber mindestens einplanen. Alle Inseln und Gemeinden sind sehenswert, doch der **Nusfjord** und das reizvoll restaurierte Dorf **Å** am Südzipfel der Insel Moskenesøy sollte man keinesfalls auslassen. Genauso wild und schön wie die Lofoten, aber weitaus geruhsamer, sind die **Vesterålen**, für die zwei Tage Zeit eingeplant werden sollten. Im Sommer unbedingt vor **Andenes** die Wale beobachten, bevor die Reise zum Zielort **Narvik** fortgesetzt wird.





5 TAGE Ein langes Wochenende in Bergen

Bergen ist eins der beliebtesten nordeuropäischen Ziele für Kurztrips, und das aus gutem Grund. In Bergen selber kann man sich mühelos fünf Tage aufhalten, und auch das Umland der Stadt mit seinen sagenumwobenen Fjorden ist einen mehrtägigen Abstecher wert.

Bergen ist die Hauptattraktion und in nur zwei Tagen kaum zu schaffen: Museen besichtigen, die Ess- und Trinkkultur kennenlernen, shoppen und einen Bummel durch die malerischen Straßen machen. Hier hat man viel zu tun.

Außerhalb von Bergen gibt's zwar öffentliche Verkehrsmittel, wir empfehlen aber, mit einem Mietwagen am dritten Tag **Norheimsund** zu durchqueren, das friedliche Tor zum überwältigenden Panorama des Hardangerfjords. In **Øystese** bestaunt man die hiesige zeitgenössische Kunst und übernachtet am imposanten **Eidfjord**. Morgens folgen ein Abstecher zum **Berghof Kjeåsen**, das traumhafte **Ulvik,** wo man den einmaligen Blick genießt, und Mittagessen in **Voss**. Ebenso spektakulär wie in Ulvik ist der Ausblick in **Stalheim**, wo man morgens wandert, bevor es zurück nach **Bergen** geht, um den Flieger zu erwischen.

2 WOCHEN Die schönsten Fjorde

Wenige Naturattraktionen verkörpern ihre Heimat so perfekt wie Norwegens Fjorde. Diese gewundene Route durch die Fjordregion mit einem Abstecher zur Nordspitze des Landes gehört zu den schönsten Europas. Man braucht ein eigenes Auto und viel Zeit.

Los geht's ganz im Süden mit ein bis zwei Tagen in **Stavanger** und einem Tagesausflug zum **Lysefjord**, wo man zu dem legendären Aussichtspunkt Preikestolen (Priesterstuhl) hinaufsteigt. Eine eintägige Fahrt gen Norden bringt einen nach Hardangerfjord und zu einer Reihe Dörfer, die man sofort ins Herz schließt, wie **Utne** und **Eidfjord**. Nach einer Übernachtung im letzteren geht's weiter nach **Flåm** – und, wenn möglich, auch ein paar Nächte ins deutlich schönere **Aurland,** um die traumhafte Aussicht zu genießen. Weiter nördlich findet man das schöne **Solvorn** am Lustrafjord und erklimmt die Sognefjellet-Straße zum **Jotunheimen-Nationalpark**. Nach einer Nacht im Ort Lom mit der perfekt gelegenen Stabkirche geht's weiter zum einzigartigen Geirangerfjord, die atemberaubende Bergstraße **Trollstigen** hinauf, dann wieder hinab nach **Åndalsnes** und weiter die Küste entlang ins hübsche und ruhige **Ålesund**.





2 WOCHEN Der arktische Norden

Die Magie des hohen Nordens zieht Forscher seit Jahrhunderten an. Eine horizontlose, unbewohnte, unendlich scheinende Welt, deren eisige Wildnis Besucher mit Ehrfurcht erfüllt. Mit ganz viel Glück erspäht man hier sogar einen Eisbären.

Tromsø ist eine Universitätsstadt par excellence. Das Polarmuseum vermittelt die Faszination der Arktisforschung, die Eismeerkathedrale erinnert an arktische Landschaften und die umliegenden Gipfel bieten Gelegenheit für vielfältige Sommer- und Winteraktivitäten. Auch ein Tagesausflug ins schöne **Senja** lohnt sich. Nach drei Tagen geht's dann nach Osten zu den Felsritzungen von **Alta** und weiter zum **Nordkap**: Viel weiter nördlich kommt man in Norwegen kaum, ohne in See zu stechen. Dann fährt man wieder gen Inland nach **Karasjok** und **Kautokeino** im Kerngebiet der Samen. Aber was wäre eine Erkundung des arktischen Nordens ohne **Svalbard** (Spitzbergen), dem tief in der Arktis gelegenen Archipel und eines der letzten großen Wildnisgebiete Europas. Am besten erreicht man es per Flugzeug von Tromsø. Vier Tage sollte man für die vielen Aktivitäten mindestens einplanen, die sich hier anbieten.

1 WOCHE Das Herz von Norwegen

Das Hochland Mittelnorwegens ist einfach spektakulär, und wer bereit ist, ein Auto zu mieten, hat die Möglichkeit, die einzigartigen ruhigen Straßen des Hinterlandes ausgiebig zu erkunden. Auch trainierte Radfahrer können viele dieser Routen nutzen.

Nach ein paar Tagen in **Oslo** fährt man die kurze Strecke nach **Lillehammer**, Austragungsort der Olympischen Winterspiele 1994 und einer der schönsten Orte Norwegens, mit seinen olympischen Sportstätten vor malerischer Kulisse. Nach einer Übernachtung dort geht's weiter nach **Ringebu** und zu eine der schönsten Stabkirchen Norwegens. Mit dem Auto kann man auch die ruhige Rv27 vorbei am steilen Bergmassiv des **Rondane-Nationalparks** in Richtung Nordosten bis zum Unesco-Weltkulturerbe **Røros** nehmen. Bunte Holzhäuser und ein altertümlicher Charme machen es zu einem der hinreißendsten Dörfer Norwegens. Nach ein oder zwei Übernachtungen in Røros führt ein kurzer Abstecher gen Norden zu der wunderschönen Küstenstadt **Trondheim**, mit ihrer beeindruckenden Kathedrale, unzähligen Studenten und einer regen Kulturszene. Auch hier lassen sich gut zwei bis drei Nächte verbringen.

Reiseplanung

Outdoor-aktivitäten

Was Norwegen an Aktivitäten unter freiem Himmel zu bieten hat, ist wahrhaft phänomenal – und zwar nicht nur beim Wintersport, denn im Sommer ist das Land ein Paradies für Wanderer. Für jeden ist etwas dabei, sowohl für Erstbesucher, die raus aus dem Auto und hinein in die Natur wollen, als auch für Abenteurertypen, die keine Angst davor haben, sich von einem Felsen in die Tiefe zu stürzen. Und das alles vor einer unvergleichlichen Traumkulisse.

Reiseplanung

Reisezeit

Es gibt zwei sehr unterschiedliche Hauptreisezeiten in Norwegen. Das übrige Jahr kann es vorkommen, dass alles geschlossen ist und die Betreiber anderswo bei besserem Wetter ihren Interessen nachgehen.

Die ideale Zeit für Sommeraktivitäten wie Wandern, Kajakfahren, Wildwasserrafting und jene Nervenkitzel-Sportarten, die mit „Para“ beginnen (Parasailing etc.), ist von Mitte Juni bis Mitte August. Dann gibt es genügend Reisende, für die es sich lohnt, regelmäßige Abfahrten und eine große Auswahl an Buchungsmöglichkeiten anzubieten. Je nach Wetter öffnen viele Betreiber jedoch schon im Mai und schließen erst Mitte September.

Wintersport wie Ski-, Schneemobil- und Hundeschlittenfahren kann in Norwegen am besten von Anfang Dezember (oder Ende November) bis Ende Februar (oder Anfang März) betrieben werden.

Ausrüstung

Für die meisten Sommeraktivitäten ist wenig mitzubringen, da die Betreiber der Anlagen für Wildwasserrafting, Kajak-

Beste Radroute
Von Mitte Juni bis Mitte August auf dem Rallarvegen von Finse nach Flåm fahren.

Bester Extremsport
Para-Bungeejumping in Voss (Mai–September).

Bester Lachsfang
Von Mitte Juni bis Mitte August in Tana Bru in der östlichen Finnmark.

Bestes Gletscherwandern
Auf dem Hardangerjøkulen (Hardangervidda-Plateau), von Mitte Juni bis Mitte August.

Bestes Bergwandern
Von Mitte Juni bis Mitte August auf dem Besseggen im Nationalpark Jotunheimen.

Beste Hundeschlittenfahrt
Engholm's Husky in Karasjok (Dezember–März).

Bestes Skifahren
Zwischen Dezember und März auf den olympischen Skipisten von Lillehammer.

fahren, Parasailing und ähnliche „Sportarten“ die nötige Ausrüstung bereitstellen.

Eine Ausnahme bilden hier die Wanderer. Sie ziehen größtenteils auf eigene Faust los. Doch auch jene, die an organisierten Wanderreisen teilnehmen, müssen eigenes Rüstzeug mitbringen.

Im Winter wird für die meisten Aktivitäten kaum Equipment gebraucht; Skier können an den Stationen gemietet werden, und für Schneemobil- oder Hundeschlittenfahrten gibt es kein besonderes Zubehör.

Sommeraktivitäten

Norwegen ist eins der weltweit beliebtesten Reiseziele für Wildnis- und Outdoorfans und die vielseitige Erlebnisindustrie, die sich rundherum entwickelt hat, ist hochkarätig. Es gibt eigentlich nichts, was nicht geht. Die Sommermonate sind die ideale Zeit, um die wilde Schönheit der Natur zu genießen und sich gleichzeitig einen ordentlichen Adrenalinkick zu besorgen.

Radfahren

Ob beim spazieren fahren auf zwei Rädern über die flachen Uferstreifen des Lieblingsfjords oder auf der Suche nach der ultimativen Herausforderung, Norwegen wird einen nicht enttäuschen.

Wer's lieber gemütlich angeht: Viele Touristenbüros, einige Hotels und die meisten Fahrradläden vermieten Räder für Gelegenheitsfahrer und liefern Infos zu lokalen Radwanderungen.

DIE FÜNF BESTEN RADTOUREN

- Sognefjellet (S. 150), Touristenstraße durch den Nationalpark Jotunheimen
- Die berauschende Abfahrt von Finse auf dem Rallarvegen (S. 156) hinunter zu den Ufern von Flåm am Aurlandsfjord
- Lofoten (S. 304), mit einer gemächlichen Tour durch wunderschöne, felsige Landschaften
- Über die Hochebene Hardangervidda (S. 117) bei Rjukan
- Der steile und spektakuläre Snø-Vegen (S. 224) oberhalb der Fjorde

Radrouten

Bike Norway (www.bike-norway.com) Eine hervorragende Website mit Beschreibungen zu Radrouten, Karten und anderen Tipps zu ein paar der netteren Radwanderrouten im Land. Informiert zudem über Radtouren mit oder ohne Guide und Mountainbiketrips.

Norsk Bygdeopplevelser (☎61 28 99 70; www.norske-bygdeopplevelser.no/english) Privates Unternehmen, das neben Radtouren auf eigene Faust auch Wanderungen und Skitouren organisiert.

Syklistenes Landsforening (☎22 47 30 30; www.slf.no; Storgata 23c, Oslo; ⏲Mo–Fr 10–17 Uhr) Hauptanlaufstelle für Norwegens Radsportvereine, nützlich für Informationen zu Langstreckentouren und Tunneln. Verkauft wird auch *Sykkelruter i Norge* (120 nkr; nur auf Norwegisch erhältlich); englischsprachige Ausgaben der *Sykkelguide*-Hefte inkl. Karten können für 125 nkr pro Stück erworben werden, z. B. zu den Lofoten, Rallarvegen, dem Nordseeradweg von Svinesund an der schwedischen Grenze nach Bergen und etlichen anderen Strecken.

Extremsport

Dank seiner spektakulären Landschaften und professionellen Veranstalter wird Norwegen auch für Abenteuerlustige ein immer attraktiveres Reiseziel. Wer furchtlos ist oder eines der faszinierendsten Länder Europas einfach einmal von oben sehen möchte, hat viele Möglichkeiten. Fast alle sind jedoch in der Fjordregion des norwegischen Westens angesiedelt.

Besonders Voss gilt als Hochburg der Abenteurer; Extremsportlern gilt diese reizvolle Stadt gar als Nabel der Welt. Wer sich diesen schnellen Luftnummern verschrieben hat, kommt Ende Juni beim Extremsportfestival (S. 188) auf seine Kosten.

Extremsport-Hochburgen

Einige der besten Orte, um das Adrenalin in Schwung zu bringen:

- **Kjeragbolten, Lysefjord** Basejumping von den senkrecht aufragenden Felsen des Lysefjord in der Nähe des berühmten Keilsteins Kjeragbolten.
- **Rjukan** Norwegens höchste Bungeejumping-Stätte auf dem Festland (84 m) befindet sich im Süden des Landesinneren.
- **Voss** Paragliding, Parasailing, 180 m hoher Bungeejump von einem Parasailschirm (angeblich Europas höchstes Bungeejumping) und Skydiving.

ALLEMANNSRETTEN

Wer in Norwegen wandern oder zelten will, sollte das *Allemannsretten* (Jedermannsrecht, auch „Betretungsrecht“) kennen. Dieses 1000 Jahre alte Gesetz in Verbindung mit dem modernen Friluftsloven (Gesetz über das Verhalten in der Natur) berechtigt jeden unter anderem dazu:

- bis zu zwei Tage lang überall zu zelten, solange ein Mindestabstand von 150 m bis zur nächsten Behausung gewahrt wird (besser weiter weg und außer Sichtweite);
- zu Fuß oder auf Skiern die freie Natur und brachliegendes Land bzw. Weideflächen zu betreten (wenn sie nicht mit Getreide bestanden oder nahe an Behausungen gelegen sind);
- mit dem Fahrrad oder zu Pferd alle Wege und Straßen zu passieren und auf allen Flüssen und Seen Kanu, Kajak, Ruder- oder Segelboot zu fahren.

Natürlich sind mit diesen Rechten auch Pflichten verbunden. Zu den wichtigsten gehören das Verbot von offenem Feuer zwischen dem 15. April und dem 15. September und die Auflage, dass die Landschaft, die Wildnis und alle Sehenswürdigkeiten so unberührt zu verlassen sind, wie sie vorgefunden wurden.

Fischen

Norwegens Flüsse und Seen zogen schon im 19. Jh. passionierte Angler an. Besonders beliebt ist das Lachsangeln. Die hiesigen Lachswanderungen sind legendär; zur Laichzeit sind die Flüsse der Finnmark nicht zu toppen. Außer Lachs gibt es noch 41 andere Arten, die in den 200 000 Flüssen und Seen des Landes heimisch sind. Im Süden wird man von Juni bis September, im Norden von Juli bis August am meisten fangen.

Das 189 Seiten starke Buch *Erfolgreich Angeln in Norwegen: Traumreviere des Nordens* ist für 22,99 € im Buchhandel erhältlich und bietet detaillierte Angaben zu Lachs- und Forellenvorkommen sowie zu Gebühren und Bestimmungen. Und von denen gibt es viele!

Für jeden Fluss gelten andere Vorschriften, generell aber muss von Mitte September bis November jeder Fisch unter 20 cm zurückgeworfen werden, zwischen Mai und August jeder unter 30 cm. Das Fischen in der Nähe von Zuchtanlagen oder am Ufer vertäuten Netzen ist im Umkreis von 100 m verboten, ebenfalls das Fischen mit Lebendködern.

Wer mindestens 16 Jahre alt ist und in Norwegen angeln will, braucht eine Jahreslizenz (240 nkr für Lachs, Forelle und Saibling), die auf Postämtern verkauft wird. Mehr zu der Gebühr unter fiskeravgift.miljodirektoratet.no. Wer auf Privatgrundstücken fischen will, muss zudem eine Ortslizenz erwerben (75–500 nkr pro Tag), die in Sportläden, Hotels, Reisebüros und auf Campingplätzen erhältlich ist. Für einige Gebiete ist ein Gerätedesinfektionsschein zwingend erforderlich (125 nkr).

Angelplätze

- **Gjesvær** Expeditionen in der Nähe des Nordkaps.
- **Moskenesøy** Tiefseeangeln vor den Lofoten.
- **Nationalpark Reisa** Prima zum Lachsfischen.
- **Saltstraumen Maelstrom** Beliebter Angelort, an dem zwei Fjorde aufeinandertreffen.
- **Tana Bru** So etwas wie das Lachsfischer-Mekka Norwegens.
- **Tromsø** Eisangeln im Winter.

Gletscherwandern

Eine Gletscherwanderung in Norwegen ist wohl eine der denkwürdigsten Sommeraktivitäten, sollte allerdings nur unter der Leitung eines erfahrenen Bergführers unternommen werden. Unsere Lieblingsorte für Gletscherwanderungen sind:

- **Nationalpark Folgefonna** Eines der größten Eisfelder des Landes mit verschiedenen Gletscherwanderstrecken um dessen Rand herum.
- **Hardangerjøkulen-Gletscher, Hardangervidda-Plateau** Manche halten diese Gletscherwanderung für die aufregendste in Norwegen.
- **Nigardsbreen** Der vielleicht schönste begehbare Gletscher im Jostedalsbreen-Gebiet.
- **Nationalpark Saltfjellet-Svartisen** Einige der niedrigsten (und daher besonders leicht zugänglichen) Gletscherzungen kurz hinter dem Polarkreis.

➡ **Svalbard** 60 % von Svalbard ist von Gletschereis bedeckt; Möglichkeiten gibt es also viele, auch in der Nähe von Longyearbyen.

Wandern

Norwegen birgt einige der besten Wandergebiete Europas, darunter ein Netz von ca. 20 000 km markierten Wegen, die von einfachen Spaziergängen durch vorstädtische Grünflächen bis hin zu langen Märschen durch Nationalparks und Wildnisgebiete reichen. Viele dieser Strecken werden vom Den Norske Turistforening (norwegischer Wanderverein) gepflegt und alle 100 oder 200 m auf Steinen mit rotem „T“ markiert. Waldpfade sind blau gekennzeichnet.

Gewandert werden kann etwa von Ende Mai bis Anfang Oktober, in Hochgebirgen und dem hohen Norden ist die Saison deutlich kürzer. Im Hochland liegt oft bis in den Juni hinein und dann ab September wieder Schnee. Viele der Routen sind daher nur im Juli und August begehbar.

Infos für Wanderer

Den Norske Turistforening (DNT; Norwegischer Bergwanderverein; ☎40 00 18 70; www.turistforeningen.no) Den Norske Turistforening ist des Wanderers bester Freund und eine wichtige Informationsquelle für jeden, der auf Wanderwegen unterwegs ist. Die verschiedenen Ortsverbände unterhalten ein landesweites Netzwerk von rund 460 Berghütten und Lodges sowohl mit als auch ohne Personal. Es gibt zahlreiche exzellente Wanderbücher, darunter die folgenden empfehlenswerten Titel:

➡ Erling Welle-Strand, *Bergwandern in Norwegen* (2000)

➡ Sabine Gorsemann und Christian Kaiser, *Wandern in Norwegen* (2003)

➡ Berhard Pollmann, *Norwegen Süd: Die schönsten Fjord- und Bergwanderungen* (2011)

➡ DNT, *Norwegian Mountains on Foot* – die englische Ausgabe des norwegischen Klassikers *Til Fots i Fjellet*.

Wanderrouten

Die Liste der Wanderwege in Norwegen ist schier endlos. Wenn wir aber unsere Top 10 auflisten sollten, dann wären das diese:

➡ **Nationalpark Jotunheimen** Der Altmeister unter den norwegischen Wanderzielen, mit unzähligen Routen und einem einzigartigen Hochland.

➡ **Nationalpark Rondane** Weniger frequentierte Wege als in Jotunheimen, die jedoch nicht weniger schön sind.

➡ **Hochebene Hardangervidda** Die Wege verlaufen kreuz und quer über dieses überwältigende Plateau, dem Lebensraum wilder Rentiere.

➡ **Aurlandsdalen** Historische Vier-Tages-Strecke, die alten Handelswegen von Geiteryggen nach Aurland folgt.

➡ **Trollstigen** Wunderschöne Touren durch die dramatische Trollstigen-Gebirgskette.

➡ **Nationalpark Dovrefjell-Sunndalsfjella** Diesen Park rund um das Knutshøene-Massiv bevölkern viele Wildtiere und Vögel.

➡ **Nationalpark Stabbursdalen** Ein Park ohne jegliche Straße mit Wanderwegen durch Gletscherschluchten und den nördlichsten Kiefernwald der Welt.

➡ **Nationalpark Femundsmarka** Seen und Wälder voller Moschusochsen nahe der schwedischen Grenze und Røros.

➡ **Nationalpark Saltfjellet-Svartisen** Eisdecken und baumloses Oberland verleihen diesen Wegen einen ausgeprägten arktischen Charakter.

➡ **Trollheimen** Hügellandschaften und hoch über dem Meeresspiegel gelegene Seen machen diese Wanderungen unvergesslich.

Kajakfahren

Bei all dem Rummel um Wandern, Wildwasserrafting und Extremsport im Sommer wird dem Kajakfahren kaum die Aufmerksamkeit zuteil, die es verdient. Dennoch ist die Erkundung der Wasserwege Norwegens ein wunderbares Erlebnis, ganz ohne die Gesellschaft der unzähligen Reisenden an Bord der Kreuzfahrtschiffe und Touristenboote.

Infos für Kajakfahrer

Norges Padleforbund (☎21 02 98 35; www.padling.no) Infos über Anbieter und Routen. Die Website wird allerdings nur in norwegischer und englischer Sprache angeboten.

Kajak-Reiseziele

Norwegens beste Kajakstationen tummeln sich alle um die Fjorde im Westen (sind aber nicht darauf beschränkt). Dort gibt es zahlreiche Veranstalter, die Kajak-Ausflüge mit Führung anbieten. Vielerorts ist es auch möglich, Kajaks und die zugehörige Ausrüstung auf fjordnahen Zeltplätzen und in Reisebüros zu leihen.

CHECKLISTE FÜR DIE WANDERAUSRÜSTUNG

Sommer

- Feste Wanderschuhe; für Reisen nach Svalbard werden kniehohe Gummiwanderstiefel empfohlen
- Ein hochwertiger Schlafsack, auch im Sommer (das Wetter kann kurzfristig umschlagen)
- Warme Kleidung, inklusive Jacke, Strickjacke (Pullover) oder Anorak (Windjacke), die auch im Sommer über- oder wieder ausgezogen werden kann
- Ein Bettlaken – die meisten Hütten berechnen Extrakosten für Bettwäsche
- Ein stabiles, aber leichtgewichtiges Zelt
- Insektenschutz
- Ein leichtgewichtiger Kocher
- Eine Schlafmaske für die hellen norwegischen Sommernächte
- Mitgliedschaft im Den Norske Turistforening (DNT)
- Gute Landkarten

Winter

- Warme Schuhe (am besten mit isolierendem Wollinnenfutter), die groß genug sind, um darin zwei Paar Socken zu tragen und dennoch die Zehen bewegen zu können
- Mindestens ein Paar lange Unterwäsche (Hemd und Hose), vorzugsweise nicht aus Baumwolle, sondern aus Polypropylen
- Etliche Paar Synthetiksocken (Polypropylen) und dicke Wollsocken (keine Baumwolle!)
- Flanell- oder Polypropylenhemden
- Wanderhosen, vorzugsweise aus atmungsaktivem, wasser- und windabweisendem Material wie Gore-Tex
- Fleecepulli
- Wind- und regenfeste Jacke mit Kapuze, die groß genug ist, um etliche Kleidungsstücke darunter zu tragen
- Eine Woll-, Fell- oder Fleecemütze (wie zum Beispiel eine Balaklava), um das Gesicht zu schützen, und eine weitere winddichte für Kopf und Ohren
- Langer Wollschal
- Wollene Fausthandschuhe sowie wind- und wasserdichte Fausthandschuhe
- Luftgefüllte Isomatte
- Schlafsack für arktische Temperaturen, Synthetik- oder Daunenfüllung; nur erforderlich, wenn im Freien übernachtet werden soll
- Schweizer Messer
- Taschenlampe mit Zusatzbatterien oder Stirnlampe

Zu den Top-Zielen fürs Kajakfahren zählen folgende:

- **Flåm** Auf einem der schönsten, aber belebtesten Fjorde Norwegens den Menschenmassen entgehen.
- **Geiranger** Küstennahe Kajaktouren von einem spektakulären Geiranger-Stützpunkt aus.
- **Nationalpark Jostedalsbreen** Geführte Kajak- und Wandertouren in Gletschernähe.
- **Langøya, Vesterålen** Kurse für Einsteiger und Fortgeschrittene in der Zeit um den Termin des Arctic Sea Kajak Race über 170 km im Juli.
- **Lustrafjord** Vierstündige Touren auf diesem reizvollen Arm des Sognefjords.
- **Svalbard** Eine dramatischere Kulisse fürs Paddeln ist schwer vorstellbar.
- **Voss** Ein- bis Drei-Tages-Kajakausflüge über den herrlichen Nærøyfjord.

Klettern & Bergsteigen

Norwegens erstaunliche Höhenlagen sind ein Paradies für Bergsteiger mit einer Vorliebe für Felsen, Eis und Alpinsport. Sieht man von den Alpen ab, ist Norwegen vermutlich Europas bestes Klettergebiet, auch wenn Bergsteiger durch die klimatischen Extreme mit harten Bedingungen, einer kurzen Saison und strengen Vorschriften konfrontiert werden. Vor allem die Region um die Westfjorde ist unter Profikletterern das Non-plus-ultra.

Infos für Kletterer

Außer dem Felskletter-Klassiker *Climbing in the Magic Islands* von Ed Webster, der die meisten der gangbaren Touren auf den Lofoten beschreibt, ist auch noch Sir Ranulph Fiennes' Bericht über einen Aufenthalt um Jostedalsbreen im Jahre 1970 mit dem Titel *Ice Fall in Norway* zu empfehlen. Der *Kletterführer alpin Setesdal – Norwegen: Südgrönland* von Hans Weniger bietet detaillierte Informationen auf Deutsch.

Norsk Tindeklub (✆93 06 15 13; www.ntk.no) Allgemeine Infos zum Klettern in Norwegen.

Kletterziele

Eiskletterer sollten nach Rjukan reisen. Zu den beliebtesten alpinen Kletterzielen zählen folgende:

➡ **Henningsvær, Lofoten** Gute Kletterschule, die Touren an den schwindelerregenden Felswänden der Inseln organisiert.

➡ **Lyngener Alpen** Abgeschiedenes Klettern und Bergsteigen, nur für erfahrene und selbstständige Kletterer.

➡ **Trollveggen oder Romsdalshorn, Åndalsnes** Norwegens bestes Klettergebiet. Åndalsnes veranstaltet Anfang Juli auch ein sehr beliebtes Bergsteigerfest, das Norsk Fjellfestival (S. 244).

➡ **Uskedalen** Ein gut gehüteter, aber unter Eingeweihten viel gefeierter Geheimtipp, in der Nähe von Rosendal.

Skifahren

Viele der Langlaufstrecken bleiben ganzjährig schneebedeckt. Einige Skistationen bieten beides: Langlauf (Nordisch) und Abfahrt, wie zum Beispiel diese:

➡ **Folgefonn Sommerskisenter** (S. 200) Anerkanntes Skicenter hoch oben auf den Eisfeldern der südwestlichen Fjordregion.

➡ **Galdhøpiggen Sommerskisenter** (S. 151) Einer der schönsten Orte zum Skifahren auf einer Höhe von 1850 m über dem Meeresspiegel und dennoch im Schatten des höchsten Berges von Norwegen; im tiefsten Winter jedoch nicht zugänglich.

➡ **Stryn Sommerskisenter** (S. 237) Norwegens größtes „Sommar Skisenter" mit guten Langlaufloipen und Abfahrtspisten.

Wildwasserrafting

Die sprudelnden, eisblauen Wasser und weißglühenden Stromschnellen sind in der kurzen Saison von Mitte Juni bis Mitte August ein Paradies für Rafter. Eine Reihe angesehener Veranstalter bietet Touren – vorrangig in Mittelnorwegen – an, von kurzen, kinderleichten Touren (Klasse II) über Abenteuerfahrten (Klassen III und IV) bis hin zu übermütigen Extremfahrten (Klasse V). Die Gebühren enthalten die Kosten für die Ausrüstung und wasserdichte Kleidung.

Norges Padleforbund (S. 32) bietet eine Liste von Rafting-Veranstaltern.

Zu den besten Rafting-Zielen zählen:

➡ Drivadalen, Oppdal

➡ Heidalen, Sjoa

➡ Nationalpark Jostedalsbreen

➡ Setesdalen, Evje

➡ Voss

Winteraktivitäten

Skifahren ist der beliebteste Wintersport und sowohl Freizeitbetätigung als auch Fortbewegungsmittel, wobei im hohen Norden und auf der subpolaren Inselgruppe Svalbard (Spitzbergen) dafür eher Schneemobile benutzt werden. Hundeschlitten sind ein weiteres „Zugpferd".

Hundeschlittenfahrten

Schlittenfahrten lassen einen die arktische und subarktische Wildnis mit einer Langsamkeit erleben, die der stillen Schönheit der Landschaft gerecht wird. Und das weitab vom Motorlärm und zudem auf einem besonders umweltfreundlichen Fortbewegungsmittel.

Die Ausflüge reichen von halbtägigen Kostproben bis zu Mehrtagestouren mit Übernachtungen in abgeschiedenen Wald-

VEGARD ABELSNES PHOTOGRAPHY/GETTY IMAGES ©

Wandern im Jotunheimen-Gebirge (S. 152)

ANDERS BLOMQVIST/GETTY IMAGES ©

Rafting auf der Otra bei Evje (S. 121)

hütten. Die meisten Veranstalter bieten – je nach Anzahl der Mitreisenden – nach kurzer Unterweisung auch das Führen eines eigenen Hundeschlittens an. Wer sich nicht traut, kann oben auf dem Schlitten sitzen, die Welt an sich vorbei ziehen und jemand anderen die Hunde anfeuern lassen.

Bei den Langstrecken-Hundeschlittenrennen kann man sehen, wie Profis mit Schlitten und Hunden umgehen:

Femundlopet (www.femundlopet.no) Startet und endet Anfang Februar in Røros.

Finnmarkslopet (www.finnmarkslopet.no) Der 1000 km lange Finnmarkslopet findet im März statt. Er beginnt und endet in Alta und durchquert den hohen Norden in ganzer Länge.

Hundeschlitten-Reiseziele

Die meisten der Hundeschlitten-Anbieter finden sich in Norwegens hohem Norden, in Røros. Doch auch Mittelnorwegen bietet sich an.

- **Alta** Dreistündige bis fünftägige Exkursionen in der Nähe von Alta.
- **Karasjok** Herrliche Kurz- und Langstreckenfahrten, angeboten vom elffachen Finnmarkslopet-Rekordmeister Sven Engholm und seinem Team.
- **Kirkenes** Meist Kurzstrecken-Exkursionen; Langstrecken auf Anfrage.
- **Røros** Wenige Stunden bis mehrere Tage in einer der kältesten Ecken Norwegens.
- **Svalbard** Die spektakulärsten Landschaften, die mit Huskys zu erreichen sind.
- **Tromsø** Bis zu viertägige Fahrten auf der Insel Kvaløya, südlich von Tromsø. Fahrten mit dem Rentierschlitten sind auch möglich.

DAS TELEMARK-MANÖVER

Der norwegischen Region Telemark verdankt eine besonders anmutige Wende ihren Namen: das Telemarken, das den Langlauf (Nordisch) weltweit beliebt machte. Telemark-Bindungen fixieren nur die Spitze des Skischuhs und lassen der Ferse freien Spielraum. Für die Wende wird ein Knie Richtung Ski gebeugt, das andere Bein bleibt gestreckt. Die Skier werden hintereinander aufgesetzt und erlauben eine sanfte Kurvenfahrt in Richtung des gebeugten Knies.

Skifahren

„Ski“ ist ein genuin norwegisches Wort. Aufgrund dessen und einiger urzeitlicher Felsritzungen, die Jäger auf Skiern zeigen, erheben die Norweger tatsächlich den Anspruch, diesen Sport erfunden zu haben. Und daran wird unbeirrt festgehalten. Heute ist das Skifahren der Zeitvertreib der ganzen Nation.

Langlauf

Meist wird die klassische (nordische) Variante betrieben: der Langlauf. Norwegen bietet Tausende von Kilometern gut gespurter Loipen. Dennoch sollten Besucher erst losfahren, wenn sie die Loipe/Strecke eingehend studiert haben. Loipen durch die Wildnis sind auf Karten und Wegweisern farbig markiert. Auf geeignete Kleidung und das Mitführen von ausreichend Proviant und Notfallutensilien wie Streichhölzer und eine Wärmequelle ist unbedingt zu achten. Die Ausrüstung kann mitgebracht oder vor Ort geliehen werden.

Die meisten Städte und Gemeinden beleuchten ihre Loipen, mancherorts kann aber eine gute Taschenlampe erforderlich sein, da die Tage im Winter sehr kurz sind. Den Norden erreicht im Dezember und im Januar überhaupt kein Tageslicht. Skisaison ist von Anfang Dezember bis April. Die Schneeverhältnisse variieren zwar von Jahr zu Jahr und von Gebiet zu Gebiet, doch Februar und März sowie die Osterferien gelten als beste (und betriebsamste) Zeiten.

Abfahrt

Norwegen verfügt über Dutzende von rege genutzten Abfahrtski-Stationen, wenngleich es sich hier um einen teuren Spaß handelt: Skilifts, Unterkunft, Après-Ski-Trinkgelage etc. wollen bezahlt sein. Die Frühjahrssaison dauert länger als die in den Alpen und bietet eine bessere Schneequalität.

Infos für Skifahrer

Das Norwegische Fremdenverkehrsamt (S. 435) veröffentlicht einmal im Jahr das sehr informative Magazin *Skiing in Norway*.

Skigebiete

Zu Norwegens besten und beliebtesten Skigebieten zählen:

- **Geilo** Die Oslo-Bergen-Bahn bringt einen bis in Sichtweite der Lifts.

WETTERWARNUNG

Vor einem Aufbruch in Natur und Wildnis sollte die regionale Wetterlage bekannt sein. Das gilt für alle ungeschützten Gebiete, ist jedoch für Bergwanderer und Skilangläufer besonders wichtig. (Zwei schottische Langläufer kamen im März 2007 auf der Hochebene Hardangervidda bei Schnee und Eisnebel ums Leben, obwohl sie von einheimischen Experten vor ihrem Aufbruch gewarnt worden waren.) Egal zu welcher Jahreszeit, es muss immer mit einem plötzlichen Wetterumschwung und mit Lawinengefahr gerechnet werden. Letzteres gilt vor allem für Jotunheimen, generell jedoch überall im Hochland Norwegens. Gletscherwanderungen sollten niemals ohne entsprechende Ausrüstung und Erfahrung riskiert werden. Den Ratschlägen der Einheimischen ist unbedingt zu vertrauen. Sie kennen die Bedingungen oft besser als jeder erfahrene auswärtige Wanderer oder Skifahrer. Wenn Einheimische abraten, nicht starten!

➡ **Holmenkollen, Oslo** 2400 km Langlaufloipen, viele davon mit Flutlicht beleuchtet.

➡ **Hovden** Beliebter Winterferienort im südlichen Landesinneren.

➡ **Karasjok** Skilanglauf im hohen Norden.

➡ **Lillehammer** Hier kann man die Skipisten der Olympischen Winterspiele von 1994 befahren.

➡ **Myrkdalen** Ein neueres Skigebiet in der Nähe von Voss.

➡ **Trysil** Größtes Loipennetz des Landes, für jedes Niveau und jeden Stil.

➡ **Voss** Gute Loipen im Stølsheimen-Gebirge hoch über Voss.

Schneemobiltouren

Obwohl die Motorschlitten als ganz und gar nicht umweltverträgliches Fortbewegungsmittel Kritik einstecken mussten, wäre ein Leben im arktischen Winter ohne Schneemobil schlichtweg unmöglich. Dank Schneemobil können Reisende viel weiter vordringen, als das mit Hundeschlitten möglich wäre.

Die meisten Anbieter gewähren Touristen eine Mitfahrgelegenheit als Passagier hinter einem routinierten Fahrer. Für einen Aufpreis kann aber auch selbst gefahren werden; ein gültiger Führerschein ist Voraussetzung.

Schneemobil-Reiseziele

Snowmobiling ist generell auf den hohen Norden und Svalbard (Spitzbergen) beschränkt. Gute Möglichkeiten gibt es hier:

➡ **Svalbard** Norwegens bester Platz für Snowmobiling; die Strecken führen tief in die außerordentlich schöne Landschaft der Hauptinsel Spitsbergen hinein. Es gibt ein paar Sperrgebiete.

➡ **Kirkenes** Tages- und Nachtausflüge ins schöne Pasvik-Tal zwischen Finnland und Russland.

➡ **Alta** Eins der größten Schneemobil-Zentren auf norwegischem Festland.

➡ **Tromsø** Gute Strecken in der Nähe von Norwegens Hauptstadt des Nordens.

Schneeschuhwandern

Wie die meisten Winteraktivitäten ist auch das Schneeschuhlaufen in verschneiten Regionen eine altehrwürdige Art der Fortbewegung, die sich zu einem beliebten Wintersport gemausert hat. Abgesehen davon ist das Snowshoeing über kurze Strecken jedoch noch ein Novum. Lange Strecken sind zuweilen sehr anstrengend und erfordern viel Zeit, um am gewünschten Ziel anzulangen.

Überall im arktischen Norden können Schneeschuhe in den Hotels und bei Anbietern anderer Wintersportarten ausgeliehen werden. Manche Veranstalter in Narvik, Tromsø und auf den Lofoten organisieren auch Expeditionen.

Reiseveranstalter

Norwegische Reiseveranstalter

Viele norwegische Reiseveranstalter bieten neben anderen Aktivitäten auch Abenteuerexpeditionen an. Manchmal ist es möglich, einfach aufzukreuzen und an einer Tour teilzunehmen. Es lohnt sich aber immer, vorher anzufragen, vor allem in den Spitzenzeiten der Sommer- und Wintersaison.

So vermeidet man, dass alle verfügbaren Plätze belegt sind oder die Abfahrtszeiten nicht in den Reiseplan passen.

Lokale Veranstalter findet man mithilfe der Touristeninformationen vor Ort.

Internationale Reiseveranstalter

Auch viele ausländische Unternehmen bieten Abenteuer- oder Aktivreisen nach Norwegen an. Meist handelt es sich um Pauschalreisen: Der Reisepreis deckt Unterkunft, Flugpreise, Aktivitäten und bisweilen (aber nicht immer) die Ausrüstung ab. Kurz gesagt: Was man an Flexibilität einbüßt, gewinnt man an Komfort.

Visit Norway (www.visitnorway.com/de) Das umfangreichste Norwegenportal, mit Reisen, Informationen, Buchungsmöglichkeiten, Tipps und aktuellen Aktivitäten und Angeboten.

Hurtigruten (www.hurtigruten.de) Reisen mit dem Postschiff: Rundreisen, Nord-Süd-Strecken, Themenreisen oder Erkundungen der Westküste Svalbards (Spitzbergens).

Tinta-Tours (www.tinta-tours.de) Portal für Aktivreisen weltweit. Für Norwegen werden u. a. Walsafaris, Tiererlebnisreisen, Radmarathons, Inselhopping, Hundeschlittentouren und Schneeschuhwanderungen angeboten.

Angeln in Norwegen (www.angelninnorwegen.eu) Gut sortiertes Portal mit Links zu einschlägigen Anbietern für Lachsangeln, Eisangeln, Meeresangeln etc.

Wikingerreisen (www.wikinger-reisen.de) Aktivurlaub zwischen Fjells und Fjorden, mit Rad- und Kajaktouren, Berg- und Gletscherwanderungen und vielem mehr.

Huskytrack (www.huskytrack.de) Spezialist für Hundeschlittenreisen und Hüttentouren.

Fjell und Fjord (www.fjell-und-fjord.de) Organisierte Autoreisen mit dem eigenen Pkw zu den Fjorden, Wanderparadiesen und schönsten Inseln Norwegens; Übernachtungen und viele Extras inklusive.

Nordwindreisen (www.nordwindreisen.com) Spezialist für den hohen Norden: Reisen nach Svalbard (Spitzbergen), zu den Lofoten und anderen Zielen; auch Hundeschlitten- und Schneemobilfahrten.

Wildniswandern (www.wildniswandern.de) Verschiedene Trekkingtouren und Elchsafaris in Norwegen.

Reuber Norwegen (www.reuber-norwegen.de) Wunderbare Touren aller Art durch das Land der Mitternachtssonne, darunter Vogelsafaris, Stabkirchen, Nationalparks, Kulturleben und vieles mehr.

Reiseplanung

Reisen mit Kindern

Norwegen ist ein tolles Reiseziel für Familien. Das Land ist weltweit dafür bekannt, familienfreundlich zu denken, und die meisten Hotels, Restaurants und auch viele Sehenswürdigkeiten sind auf Kinder eingestellt. Dennoch sollte man nicht allzu ehrgeizig bei der Wahl der Reisestrecken sein, denn in Norwegen sind die Entfernungen zwischen einzelnen Orten riesig und die Strecken oft zudem unwegsam. Fahrten können deshalb hier sehr viel länger dauern als vergleichbar weite Touren anderswo.

Norwegen mit Kindern

Der Inlandstourismus in Norwegen ist meist auf Familien ausgerichtet. Fast alle Anbieter – von Hotels bis hin zu Museen – sind bestrebt, Kinder nicht nur freundlich aufzunehmen, sondern ihnen auch das größtmögliche Vergnügen zu bieten.

Museen

Einige der norwegischen Museen (wie Naturkundemuseen) werden Kindern sofort gefallen, aber selbst jene, die hauptsächlich Themen für Erwachsene bieten, verfügen zuweilen über interaktive Bereiche und/oder Kinderspielzonen mit Spielzeug und Aktivitäten. In den Sommermonaten (vor allem im Juni) veranstalten zahlreiche historisch ausgerichtete Museen Kinderprogramme mit Spielen und Aktivitäten sowie Mitarbeitern in historischen Gewändern.

Die meisten Attraktionen sind für Kinder bis sechs Jahre gratis, bis 16 Jahre zahlen sie den halben (oder einen deutlich reduzierten) Preis. Viele norwegische Sehenswürdigkeiten bieten auch Familientickets an. Leider verlangen einige Osloer Museen, dass man statt des eigenen Kinderwagens einen des Museums benutzt.

Top-Reiseziele für Kinder

Oslo

Viele grüne Parkflächen und zahlreiche Museen, teils mit interaktiven Bereichen erfreuen den Nachwuchs. Allerdings nicht alle Sehenswürdigkeiten und Restaurants heißen Kinder willkommen.

Mittelnorwegen

Lillehammers (teilweise interaktive) Olympische Sportstätten locken hier, ebenso Aktivitäten rund um Røros sowie Elch- und Moschusochsensafaris.

Bergen & die südwestlichen Fjorde

Bergen und Stavanger verfügen über zahlreiche Attraktionen für Kinder, außerdem bietet das Umland Bootsausflüge auf den Fjorden, interaktive Museen, Wassersport sowie hier und da eine Erinnerung an die Wikingerzeit.

Nordland

Hauptattraktion hier ist die Walbeobachtung, vor allem im Bereich der Lofoten und der Vesterålen.

The Far North

Winteraktivitäten wie Hundeschlittenfahren ziehen Reisende jeden Alters in ihren Bann, Nordlichter aber wird kein Kind je vergessen.

Erlebnisparks

Überall im Land verstreut finden sich fantastische Freizeitparks, die ein ganztägiges Vergnügen auf Karussells und in Pavillons garantieren. Meist orientieren sie sich thematisch an den Mythen und Sagen der Region, mit Trollen und ähnlichen Figuren. Größere Städte und einige Küstenorte bieten auch hervorragende Meeresaquarien.

Aktivitäten & Wildtierbeobachtung

Eine der Hauptattraktionen Norwegens ist der Abenteuertourismus. Es gibt zahlreiche Angebote für Kinder, und je älter sie sind, desto vielfältiger sind auch die Möglichkeiten. Für die ganz Kleinen sind Wildtiersafaris auf der Suche nach Walen, Elchen und Moschusochsen eine tolle Option, aber auch Hundeschlittenfahrten in Svalbard oder um Røros herum bieten sich an.

Ältere Kids und Jugendliche schaffen schon erstaunlich viel, von kurzen Wanderungen bis hin zu Wildwasserrafting für Familien. Selbst abenteuerlichere Nervenkitzel rund um Voss sind für zehn- oder zwölfjährige Kinder durchaus zu meistern.

Highlights für Kinder

Museen

➡ **Archäologisches Museum, Stavanger** (S. 207) Wikingerfeste und -veranstaltungen im Sommer.

➡ **Kon-Tiki Museum, Oslo** (S. 63) Garantiert eine tolle Inspirationsquelle für kleine Forscher.

➡ **Norwegisches Geschichtszentrum, Karmøy** (S. 205) Teils Museum, teils Wikingerfarm.

➡ **Norwegisches Luftfahrtmuseum, Bodø** (www.luftfart.museum.no; Olav V gata; Erw./Kind 110/55 nkr; hJuni–Mitte Aug. 10–18 Uhr, sonst Mo–Fr 10–16, Sa 11–17 Uhr) Ideal für Fans sämtlicher Fluggeräte.

➡ **Norsk Oljemuseum (Norwegisches Erdölmuseum), Stavanger** (S. 205) Eines der interaktivsten Museen des Landes.

➡ **Norwegisches Gletschermuseum, Fjærland** (S. 231) Interaktive Ausstellung zu norwegischen Eisfeldern.

➡ **Norwegisches Museum der Kindheit, Stavanger** (S. 207) Herrlicher Indoor-Spielplatz für kleinere Kinder.

➡ **Vikingskipshuset (Wikingerschiff-Museum), Oslo** (S. 58) Rekonstruierte Wikingerschiffe.

➡ **Zoologisches Museum, Oslo** (S. 64) Viele ausgestopfte Tiere aus der Arktis

Erlebnisparks

➡ **Atlanterhavsparken, Ålesund** (S. 252) Der Atlantik-Park ist eines der besten Meeresaquarien Nordeuropas.

➡ **Bergen Akvariet** (S. 164) Das fantastische Meeresaquarium erreicht man nur mit dem Boot.

➡ **Familienpark Hunderfossen** (S. 130) Wasserbahnen, wandernde Trolle und Märchenpaläste.

➡ **Kristiansand Dyrepark** (S. 101) Fabelhafter Tier- und Vergnügungspark ganz im Süden.

➡ **Lofoten Aquarium, Kabelvåg** (S. 310) Robben, Seeotter und viele andere Meerestiere.

➡ **Olympische Sportstätten, Lillehammer** (S. 126) Hier kann man alles von Simulatoren bis hin zu Bobschlittenrennen ausprobieren.

➡ **Polar-Park, Setermoen** (S. 340) Erstklassiger Tierpark mit vielen arktischen Tierarten.

➡ **Senjatrollet, Senja** (S. 340) Der größte Troll der Welt und zahlreiche weitere Attraktionen.

Aktivitäten

➡ **Hundeschlittenfahrten** Im Winter kann man überall zwischen Røros in Mittelnorwegen und Svalbard (Spitzbergen) fahren, im Sommer gibt's hier und da auch Schlitten auf Rädern.

➡ **Kajakfahrten** Kürzere familienfreundliche Touren werden in Voss, auf Svalbard und in den Fjorden angeboten.

➡ **Skifahren** Ganzjährig geöffnet sind kinderfreundliche Skizentren wie Lillehammer, Trysil und (im Sommer) Stryn.

➡ **Wildwasserrafting** Familienfreundliche Touren kann man in Sjoa und anderen Orten machen.

Wildtierbeobachtung

➡ **Elchsafaris** Elche in freier Wildbahn gibt es in Süd- und Mittelnorwegen zu sehen.

➡ **Moschusochsensafaris** In Mittel- und Südnorwegen kann man auf die Suche nach diesen fremd anmutenden Tieren gehen

➡ **Rentiere und Polarfüchse** Oft sind die Tiere sogar im Ort Longyearbyen (Svalbard) selbst zu sehen.

➡ **Walbeobachtung** Die Meeresgiganten kann man vor der Küste Nordlands sehen.

Weitere Highlights

➡ **Hurtigruten-Küstenfähre** Mit einigen Kinderaktivitäten an Bord ist dies eine gute Alternative zu langen Autofahrten

➡ **Mitternachtssonne** Endlose Tage sind für viele Nichteinheimische ein echtes Novum.

➡ **Die Sagen von Seljord** In der Heimat des Seeungeheuers Selma wimmelt es von Trollen.

➡ **Nordlichter** Eines der rätselhaftesten Naturphänomene der Welt.

Reiseplanung

Kinderartikel wie Säuglings- und Babynahrung, Kuhmilch, Sojamilch sowie Wegwerfwindeln gibt es in Norwegen erwartungsgemäß fast überall (in Supermärkten, Apotheken und den teureren Mini-Märkten). Allerdings sind sie um einiges teurer als hierzulande. Das Mitbringen eines angemessenen Vorrats ist deshalb aus Kostengründen sehr empfehlenswert.

Reisezeit

Die beste Reisezeit für Familien ist natürlich die Hauptsaison von Mitte Juni bis Mitte August, wenn Hotels die familienfreundlichsten Preise bieten, alle Attraktionen geöffnet sind und auch das Wetter meist einigermaßen mitspielt.

Wer nach Norwegen reist, um Nordlichter zu sehen oder mit dem Hundeschlitten zu fahren, der sollte sich von den bitterkalten Temperaturen nicht abschrecken lassen. Es ist alles nur eine Frage der passenden Kleidung. (Norwegische Familien hüten ja auch nicht zehn Monate im Jahr das Haus!) Der Winter hier ist allemal eine Reise wert.

Unterkünfte

Hotels, Hostels, Campingplätze und andere Unterkünfte bieten oft Familienzimmer oder -hütten, wo bis zu zwei Erwachsene und zwei Kinder wohnen können. Viele Hotels haben größere und kindgerecht eingerichtete Familienzimmer im Angebot, in anderen Herbergen werden aber oft auch einfach nur zusätzliche Liegen und/oder Betten in die Zimmer gezwängt, immer gegen einen Aufpreis.

Die Hotelkette Thon Hotels (www.thonhotels.no) bemüht sich von Mitte Juni bis Mitte August ganz besonders um Familien und nimmt dafür nur 1090 nkr pro Familienzimmer – für norwegische Verhältnisse ist das phänomenal! Die meisten Thon Hotels bieten außerdem kleine Kinderspielbereiche und nette Details wie einen Extraaufgang zum Einchecken für Kinder.

Restaurants

Selbst einige der exklusiveren Restaurants bemühen sich um das Wohl der Kinder. Nicht zuletzt daher sind in Norwegens Gaststätten so häufig Familien zu sehen. Vielerorts werden Kindergerichte mit kleineren Portionen zu einem niedrigeren Preisen angeboten. Und auch Restaurants, die keine Kinderportionen auf der Karte haben, servieren diese oft auf Nachfrage.

Die hohen Verpflegungskosten sind eine echte Herausforderung für alle Eltern, die ihren Kindern eine gute Ernährung bieten wollen. Wer sich mit Hot-Dogs, Hamburgern und Pizzas begnügen kann, wird schnell fündig und in Supermärkten gibt's viele Fertiggerichte. Restaurants bieten meistens Wickelgelegenheiten und auch eine begrenzte Anzahl an Hochstühlen.

Transport

Norwegens beeindruckendes Personenverkehrssystem ermöglicht komfortables Reisen von A nach B. Darüber hinaus ist es dank der Vielfalt an Transportmitteln wie Bussen, Bahnen, Touristenschiffen und Fähren auch für Kinder interessant.

In Zügen und Bussen reisen Kinder unter vier Jahren in der Regel kostenlos (womöglich aber auch ohne eigenen Sitz). Kinder zwischen vier und 15 Jahren (auf der Hurtigruten-Küstenfähre gilt eine Altersgrenze von 16 Jahren) zahlen 50 % des Erwachsenenpreises. Einige Fernzüge sind auch mit speziellen Familienwagen samt Kinderspielbereich ausgestattet!

Autovermietungsfirmen verleihen Autokindersitze zu einem symbolischen Preis; man sollte sie allerdings im Voraus buchen, denn vor allem im Sommer und an Wochenenden ist die Nachfrage groß.

Norwegen im Überblick



Oslo

Museen & Gallerien
Architektur
Aktivitäten

Norwegens kulturelle Identität

Zu fast jedem Ereignis der norwegischen Geschichte gibt es in Oslo ein Museum – von den Wikingern bis Thor Heyerdahl und darüber hinaus. Einige Ikonen der nationalen Kultur wurden sogar auf Häuserfassaden verewigt.

Schöne Gebäude

Oslo betrat 2008 mit der Eröffnung des preisgekrönten Opernhauses die architektonische Weltbühne. Es gibt jedoch noch weitaus mehr Augenweiden, etwa eine Festung aus dem 14. Jh., ein markantes Parlamentsgebäude, das Rathaus und eine neue Galerie für zeitgenössische Kunst.

Herrliche Natur

Direkt vor den Toren der Metropole kann man hier dem Stress des Stadtlebens entfliehen. Sehr beliebt sind die Sprungschanze Holmenkollen sowie der Nordmarka-Wald.

S. 46



Südnorwegen

Festivals
Dörfer
Landschaft

Festivals

In der Sommersaison strömen die Norweger scharenweise zur Südküste. Viele von ihnen zieht es zu den Stränden, aber noch mehr wollen die zahlreichen beliebten Festivals und Feste an der Küste besuchen.

Küstendörfer

In den Dörfern der südnorwegischen Küsten steht eine Vielzahl der hübschen Holzhäuser, für die die Region so berühmt ist.

Jenseits der Fjorde

Küstenbuchten, die früher einmal den Wikingern Schutz boten, sind das topografische Standbein des Südens, doch auch der Jøssingfjord, die sanfte Berglandschaft des Setesdal und der riesige Gaustatoppen sind wahrlich dramatische Kulissen.

S. 88



Mittelnorwegen

Wandern
Wildtiere
Architektur

Wanderungen

Im Nationalpark Jotunheimen gibt's die berühmtesten Wanderwege. Die Hardangervidda und der Rondane-Nationalpark sind aber genauso schön.

Wildtiere

Nicht viele Regionen sind die Heimat von gleich drei der markantesten Wildtiere des Nordens: über die Hardangervidda ziehen wilde Rentiere, in zwei mittelnorwegischen Nationalparks sind Moschusochsen zu Hause, und der bescheidene Elch ist fast überall anzutreffen.

Geschichte aus Holz

Die Stabkirchen in Lom und Ringebu, die Bergarbeiterstadt Røros und das Freilichtmuseum Maihaugen in Lillehammer geben einen Einblick in Norwegens Architekturgeschichte.

S. 123



Bergen & die südwestlichen Fjorde

Fjorde
Dörfer
Städte

Fantastische Fjorde

Der spektakuläre Hardangerfjord ist weit weniger überlaufen als die Fjorde im Norden. Der Lysefjord im Süden hat zwei sehenswerte Aussichtspunkte zu bieten.

Zeitlos schöne Dörfchen

Einige der schönsten Dörfer Norwegens – wie Ulvik, Eidfjord und Utne – sind einen Abstecher ins Hardangerfjord wert und bieten einen fantastischen Ausblick auf die fesselnde Fjordlandschaft.

Schönes Bergen

Keine nordeuropäische Stadt ist malerischer als Bergen: schöne Hafenviertel, eine hügelige Landschaft rundherum und ein pulsierendes Kulturleben. Auch Stavanger strotzt vor Energie und Charme.

S. 158



Die westlichen Fjorde

Fjorde
Aktivitäten
Architektur

Die besten Fjorde

Die Fjordregion vor der Westküste Norwegens birgt eine der weltweit schönsten Landschaften: Geirangerfjord, Nærøyfjord, Aurlandsfjord und weitere atemberaubende Zuflüsse des riesigen Sognefjords.

Übers Eis

Im Kajak zu Wasser oder zu Fuß über die Berge – hier ist alles möglich. Das Highlight ist jedoch eine Wanderung auf die Gletscherzungen des riesigen Jostedalsbreen-Eisfeldes.

Stabkirchen & Jugendstil

Norwegens schönste Stabkirchen befinden sich hier – in Stordal, Kaupanger, Borgund und Urnes. Sie stehen vor malerischen Berg- und Fjordkulissen. Und Ålesund im Nordosten mit seiner Jugendstilarchitektur ist einfach nur großartig.

S. 216



Trøndelag

Wandern
Städte
Geschichte

Der heilige Weg

Nur wenige norwegische Wanderwege gelten als so heilig wie Nidaros, ein alter Pilgerweg, der von Oslo nach Trondheim führt. Auch die unberührte Natur um Bymarka bietet schöne Wanderwege.

Großartiges Trondheim

Trondheim kann es durchaus mit den schönen Bergen aufnehmen: es hat hervorragende Museen, eine blühende Restaurant- und Kulturszene sowie viele architektonische Perlen.

Spuren des Mittelalters

Die Nidaros-Kathedrale in Trondheim aus dem 12. Jh. ist der größte mittelalterliche Bau in ganz Skandinavien. Der Hl. Olav starb in Stiklestad bei einer der bedeutendsten Schlachten der Wikingergeschichte den Märtyrertod.

S. 266



Nordland

Landschaft
Inseln
Natur

Hinein in die Arktis

Bessere Möglichkeiten als den kurvigen Kystriksveien oder die E6 (die wir bevorzugen) gibt es nicht, um in die Arktis einzutauchen.

Zerklüftete Küste

Über 14 000 Inseln liegen vor der Küste Nordlands. Der Vega-Archipel ist eine Ansammlung von flachen Schären; die Vesterålen sind wild und unberührt und die Lofoten die vielleicht spektakulärste Inselkette Europas.

Wale & Gletscher

Die Küstenorte Nordlands sind gute Ausgangspunkte für die Walbeobachtung, allen voran Andenes und Narvik sowie der im Inland gelegene Nationalpark Saltfjellet-Svartisen, in dem auch Norwegens zweitgrößtes Eisfeld liegt.

S. 284



Der hohe Norden

Aktivitäten
Die Samen
Landschaft

Arktischer Spaß

Während der Rest des Landes im Winterschlaf ist, kann man sich im hohen Norden auf Schneemobilen, Skiern und Hundeschlitten vergnügen.

Land der Samen

Die ausdauerndsten menschlichen Bewohner Norwegens sind die Samen. Ihr Überleben von Jahrhunderte langer Verfolgung und in extremen klimatischen Bedingungen feiert man besonders in Karasjok und Kautokeino, stolzen Bastionen der Samenkultur.

Küste & Kathedralen

Von den entlegenen Nationalparks im Landesinneren bis zum Küstenprunk auf Senja, in den Lyngenalpen und am Nordkap – Norwegens arktischer Norden inspiriert Reisende wie Architekten.

S. 329



Svalbard

Aktivitäten
Landschaft
Wildtiere

Abenteur das ganze Jahr

Hundeschlitten- und Schneemobilfahrten im Winter; Wandern, Kreuzfahrten und Kajaktouren im Sommer – hier ist für jeden was dabei.

Zu Eis erstarrte Wildnis

Svalbards natürliche und ganzjährig zu Eis erstarrte Schönheit sprengt alle Superlative. Weite Teile des Archipels gehören zu den atemberaubendsten Wildnisgebieten Europas, mit Berglandschaften, unendlichen Eisfeldern und verlassenen Fjorden.

Arktische Wildtiere

Hier gibt's Eisbären, Walrösser, Wale, Rentiere, Polarfüchse und mehr als 160 Vogelarten. Svalbard bietet die seltene Möglichkeit, die Bewohner der Polarregion zu beobachten.

S. 369

Reiseziele in Norwegen





Oslo

0,59 MIO. EW.

Inhalt ➡

Sehenswertes 47
Aktivitäten 65
Geführte Touren..... 67
Schlafen..... 68
Essen..... 70
Ausgehen & Unterhaltung 74
Shoppen..... 76
Frederikstad..... 81
Halden..... 85

Gut Essen

- Hos Thea (S. 71)
- Fauna (S. 71)
- Punjab Tandoori (S. 72)
- Mathallen Oslo (S. 72)
- The Kasbah (S. 73)

Schön übernachten

- Ellingsens Pensjonat (S. 68)
- The Thief (S. 69)
- Hotel Folketeateret (S. 68)
- Grand Central (S. 68)
- Oslo Vandrerhjem Central (S. 68)

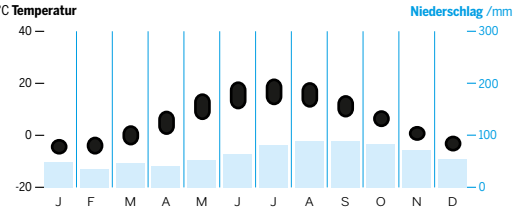
Auf nach Oslo

Weltweit gilt Norwegen als das Land, in dem Mutter Natur ihre schönsten Kunstwerke geformt hat. Angesichts dieses großen Reichtums an natürlichen Schönheiten vergisst man schnell, dass auch Menschen in der Lage sind, Beeindruckendes zu erschaffen. Und so überrascht es viele Besucher, dass Oslo Museen und Galerien von Weltrang zu bieten hat, die es ohne Probleme mit den großen Kunstmetropolen Europas aufnehmen können.

Aber auch in Oslo setzt die Natur ihre Akzente: Die Stadt ist umgeben von Wäldern, Hügeln und Seen, die Gelegenheit für Wander-, Rad-, Ski- und Bootstouren bieten. Hinzu kommen eine blühende Café- und Barszene, Spitzenrestaurants und ein Nachtleben, das von Oper bis Indie-Rock alles zu bieten hat, sowie eine große Einwanderergemeinde, die der Stadt ihren eigenen bunten Stempel aufdrückt. All das macht Oslo zu einer berauschenden Stadt, in der man die Fjorde für eine Weile vergisst.

Reisezeit

Oslo



April–Mai In den Parks blühen die Blumen und die ganze Stadt feiert den Nationalfeiertag (17. Mai).

Juli Die Tage sind lang, die Sehenswürdigkeiten geöffnet und der Kultur-Terminkalender ist randvoll.

Dezember Der erste Schnee fällt und Weihnachtsmärkte sowie Konzerte sorgen für Atmosphäre.

Geschichte

Der Name Oslo setzt sich aus *Ás* und *lo* zusammen. Ersteres war der altnordische Name der nordischen Götter, Letzteres bedeutet so viel wie „Weide"; grob übersetzt heißt Oslo also „Götterflur".

Die Stadt wurde 1049 von König Harald Hardråde (Harald der Strenge) gegründet. Sein Sohn Olav Kyrre (Olav der Friedfertige) errichtete eine Kathedrale und machte Oslo zum Bischofssitz. Ende des 13. Jhs. sorgte König Håkon V. mit dem Bau der Festung Akershus (Akershus Festning) für Militärpräsenz, um die schwedische Bedrohung abzuhalten. Nachdem die Beulenpest Mitte des 14. Jhs. die halbe Bevölkerung des Landes ausgelöscht hatte, vereinigte sich Norwegen mit Dänemark. 1397 bis 1624 wurden die politischen und militärischen Entscheidungen für Norwegen in Kopenhagen gefällt. Oslo geriet in Vergessenheit und brannte 1624 bis auf die Grundmauern nieder. König Christian IV. ließ die Stadt an einem leichter zu verteidigenden Ort wiederaufbauen und benannte sie nach sich selbst: Christiania.
300 Jahre lang hielt sich die Stadt als Verteidigungsposten. 1814 ernannten sie die Väter der ersten norwegischen Verfassung zur Hauptstadt des neuen Reiches. Doch Schweden hatte andere Pläne und vereinigte die beiden Länder unter seiner Herrschaft. Als diese Union 1905 aufgehoben und Norwegen zum eigenständigen Königreich erklärt wurde, begann Christianias Blüte als Hauptstadt des modernen Norwegens. 1925 nahm die Stadt ihren ursprünglichen Namen wieder an und orientierte sich ganz nach vorn.

Sehenswertes

Oslos Hauptstraße Karl Johans Gate bildet eine repräsentative Achse durch das Stadtzentrum Richtung Westen bis zum königlichen Palast. Die meisten Sehenswürdigkeiten wie der Hafen und die Festung Akershus sind zu Fuß höchstens 15 Minuten von der Karl Johans Gate entfernt.
Ob Künstler oder Literaten, Pazifisten oder Geschichtsfreunde, Entdecker oder Sportler – für jeden Geschmack gibt es hier das richtige Museum. Die meisten liegen im Zentrum, auf Bygdøy oder nahe dem Vigeland-Park.

Zentrum

★Opernhaus ARCHITEKTUR
(Den Norske Opera & Ballett; Karte S. 56 f.; ☎ 21 42 21 21; www.operaen.no; Kirsten Flagstads plass 1; Eintritt ins Foyer frei; ⏲ Foyer Mo–Fr 10–21, Sa 11–21, So 12–21 Uhr) In der Hoffnung, Oslo in ein Kulturzentrum von Weltrang zu verwandeln, hat die Stadtregierung ein gewaltiges Sanierungsprojekt am Hafen angestoßen, das bis 2020 abgeschlossen sein soll. Kernstück ist das prachtvolle Opernhaus, das schon jetzt eine Ikone unter den modernen Bauwerken Skandinaviens ist.

Der Bau des 2008 eröffneten Gebäudes, das vom Osloer Architekturbüro Snøhetta einem Gletscher nachempfunden wurde, der auf dem Wasser vor Oslo treibt, kostete rund 500 Mio. €. Es ist ein subtiles Bauwerk; zunächst sieht es nicht besonders beeindruckend aus, aber nach einer Weile zieht es jeden Betrachter in seinen Bann. Imposant ist das Haus zu jeder Jahreszeit, aber seine ganze Magie entfaltet sich im Winter, wenn es von hell leuchtendem Schnee bedeckt und von einer glitzernde Eislandschaft im Hafen eingrahmt ist.

Vor dem Betreten sollten Besucher unbedingt auf das Dach des Hauses klettern, das als „Teppich" aus schrägen Kanten und flachen Ebenen gestaltet wurde. An sonnigen Tagen nehmen die Osloer hier gerne ein Sonnenbad. Auch sollte jeder mal die musikalischen Stäbe „spielen", die auf dem Dach und in der Nähe des Eingangs angebracht sind. Auf dem Wasser vor dem Opernhaus schwimmt Monica Bonvicinis **She Lies**, eine dreidimensionale Interpretation von Caspar David Friedrichs Gemälde *Das Eismeer* von 1823–1824. Die Skulptur aus Glas und Stahl dreht sich im Einklang mit den Gezeiten um die eigene Achse und zeigt sich damit dem Betrachter immer wieder aus einer neuen Perspektive.

Der Haupteingang des Opernhauses ist bewusst klein und unscheinbar gehalten. Beim Betreten des Gebäudes wirkt dadurch die Größe des Foyers, das durch 15 m hohe Fenster mit Licht durchflutet wird, noch beeindruckender. Eine weitere Besonderheit des Foyers ist die sogenannte **Wellenwand:** Die runde „Wand" aus goldfarbenen Eichenlamellen schraubt sich im Zentrum des Foyers in die Höhe und erlaubt den Zugang zu den oberen Ebenen des Hauses. Gegenüber davon erzeugen grüne Leuchten verspielte Muster auf der Wand (die Toiletten und die Garderobe dahinter gehören wohl zu den kunstvollsten, die wir je gesehen haben!).

Im Foyer gibt es auch ein **Restaurant** (Karte S. 56 f.; Kirsten Flagstads plass 1, Opernhaus; Hauptgerichte ab 148 nkr, Menüs ab 375 nkr), das

moderne und kreative Variationen alter norwegischer Klassiker serviert.

Um weitere Räume des Gebäudes zu sehen, müssen sich Besucher einer Führung anschließen (☎ 21 42 21 21; Kirsten Flagstads plass 1; Erw./Kind 100/60 nkr; ⏲ Juli–Anfang Aug. tgl. 11, 12 & 13 Uhr, Anfang Aug.–31. Aug. Mo–Fr 11, 12 & 13, Sa 12 & 13, So 13 Uhr, das restliche Jahr über Mo–Fr & So 13, Sa 12 Uhr). Sie sind auf Englisch oder Norwegisch und gewähren einen Blick in einige der 1100 Räume des Hauses. Dabei wird die symbolische Bedeutung der Architektur näher erläutert und auch das Leben hinter den Kulissen des Opernhauses kommt nicht zu kurz. In der Hochsaison sollte die Teilnahme an einer Führung auf jeden Fall im Voraus gebucht werden.

Bei der Besichtigung des Hauses vergisst man leicht, dass es nicht nur eine Augenweide für Touristen ist, sondern in erster Linie für erstklassige Opern- und Ballettaufführungen dient. Das Programm wird auf der Website angekündigt. Theaterkarten kosten zwischen 100 und 745 nkr.

★Astrup-Fearnley-Museum KUNSTMUSEUM

(Astrup Fearnley Museet; Karte S. 52 f.; ☎ 22 93 60 60; www.afmuseet.no; Strandpromenaden 2; Erw./Stud./Kind 100/60 nkr/frei, Führungen 50 nkr; ⏲ Di–Mi & Fr 12–17, Do 12–19, Sa & So 11–17 Uhr) Oslos Vorzeigemuseum und ein Highlight für Kunstliebhaber – unlängst wiedereröffnet – beherbergt viel ausgefallene moderne Kunst.

Das umwerfende von Renzo Piano entworfene Gebäude hat einen Ehrenplatz am Ufer und wurde 2012 fertiggestellt. Die schwimmende Holzkonstruktion mit segel-ähnlichen Dächern erinnert an ein altmodisches Boot. Zur Anlage gehören diverse Kanäle und Parks, ein noch nicht ganz fertiggestellter Shopping- und Restaurantkomplex und ein kleiner Kiesstrand, der im Sommer von Familien in Beschlag genommen wird.

Statt einer Sammlung von Werken einer bestimmten Epoche oder Bewegung liegt der Fokus auf Einzelstücken bzw. bestimmten Künstlern, die Grenzen neu definiert haben. Tatsächlich stammt ein Großteil der Arbeiten von US-amerikanischen Künstlern aus den 1980er-Jahren, mittlerweile wird aber auf mehr Abwechslung gesetzt. So sind z. B. Tom Sachs, Cindy Sherman und Cai Guo-Qiang vertreten. Das berühmteste Kunstwerk hier ist die vergoldete Porzellanskulptur *Michael Jackson and Bubbles* von Jeff Koons.

Führungen in englischer Sprache werden im Juli und August immer donnerstags um 17.30 Uhr angeboten.

Nobel-Friedenszentrum MUSEUM

(Nobels Fredssenter; Karte S. 56 f.; ☎ 48 30 10 00; www.nobelpeacecenter.org; Rådhusplassen 1; Erw./Stud./Kind 90/60 nkr/frei; ⏲ Mitte Mai–Sept. tgl. 10–18 Uhr, Di–So den Rest des Jahres) Die Norweger sind stolz auf ihre Rolle als internationa-

OSLO IN ...

Zwei Tagen

Der Tag beginnt in der **Nationalgalerie** (S. 50) mit der Besichtigung der Kunstwerke von Edvard Munch. Danach gibt es in einem der neuen Restaurants des **Aker-Brygge-Komplexes** (S. 72) einen Mittagsimbiss im Freien. Hier legt auch die Fähre zur Halbinsel Bygdøy ab, wo am Nachmittag im **Polarschiff-Fram-Museum** (S. 62) oder im **Wikingerschiffmuseum** (S. 58) Wissenswertes über die Heldentaten der größten Forschungsreisenden Norwegens auf dem Programm steht. Am zweiten Tag wird das atemberaubende neue **Osloer Opernhaus** (S. 47) inspiziert (möglichst, wenn eine der Führungen stattfindet). Anschließend bleibt genug Zeit, um die mittelalterliche **Festung Akershus** (S. 51) zu erkunden. Das faszinierende **Astrup-Fearnley-Museum** (S. 48) ist eine Fundgrube für coole, moderne Kunst. Wer dann noch Lust hat, sollte das **Nobel-Friedenszentrum** (S. 48) ansteuern. Dort wird gezeigt, wie man die Welt verbessern kann.

Vier Tagen

Wer ein paar Tage mehr Zeit hat, kann sich die urigen Statuen im **Vigeland-Park** (S. 54) anschauen und über einen Sprung von der riesigen **Holmenkollen-Sprungschanze** (S. 64) nachdenken, auch wenn es vermutlich besser ist, sich mit einem virtuellen Versuch im nahen Simulator zu begnügen. Energiegeladene Zeitgenossen könnten auch einen Tag mit Wandern, Ski- oder Radfahren in der **Nordmarka** (S. 65) verbringen. Wenn es etwas Ruhigeres sein soll, empfiehlt sich ein Ausflug ins hübsche **Fredrikstad** (S. 81).



Highlights

1 Im **Osloer Opernhaus** trällern wie eine Sopranistin (S. 47).

2 Sich von der avantgardistischen Kunst im **Astrup-Fearnley-Museum** den Atem rauben lassen (S. 48).

3 Vor Munchs *Der Schrei* in der **Nationalgalerie** (S. 50) die Hände hochreißen, genau wie wie die Figur in dem berühmten Bild.

4 Schiffe, Schiffe und noch mal Schiffe im **Wikingerschiffmuseum** (S. 58), **Kon-Tiki-Museum** (S. 63) und **Polarschiff-Fram-Museum** (S. 62).

5 Ruhig Blut – die **Holmenkollen-Skisprungschanze** ist gar nicht sooo hoch (S. 64).

6 Über die Festungsmauern bummeln und in den Boutiquen in der hübschen **Gamlebyen** (Altstadt) von Fredrikstad stöbern (S. 81).

7 Beim Anblick der Werke von Gustav Vigeland im **Vigeland-Park** noch mal übers Kinderkriegen nachdenken (S. 54).

OSLO-PASS

Mit dem **Oslo-Pass** (www.visitoslo.com/en/activities-and-attractions/oslo-pass; Erw. 1/2/3 Tage 290/425/535 nkr, Kind & Senior 145/215/270 nkr), der in der Touristeninformation (S. 77) erhältlich ist, kann man bei Fahr- und Eintrittskarten eine Menge Kronen sparen. In den meisten Museen der Stadt ist mit dem Pass der Eintritt frei, auch Fahrten in den öffentlichen Verkehrsmitteln im Stadtbereich sind kostenlos (außer in Nachtbussen). Weitere Vorteile sind Preisnachlässe in Restaurants und bei Touren.

le Friedensstifter und der Friedensnobelpreis ist ihr Geschenk an die Männer und Frauen, die im jeweiligen Vorjahr einen Beitrag zum Weltfrieden geleistet haben. Das hochmoderne Museum würdigt das Leben und die Leistungen der Preisträger mit digitalen Exponaten, bei denen die Besucher selbst entscheiden können, welche Informationen sie wünschen und wie viele.

Unbedingt sehenswert sind das Nobel-Buch im 2. Stock und die Filmvorführungen zur Geschichte des Preises und der Preisträger. Regelmäßige Wechselausstellungen beleuchten zudem verschiedene Aspekte der Friedensstiftung. Jüngste Ausstellungen beschäftigten sich z. B. mit den Social Media, dem Thema Demokratie und dem Einsatz und der Zerstörung von chemischen Waffen.

Nationalgalerie

KUNSTMUSEUM

(Nasjonalgalleriet ; Karte S. 56 f.; ☎ 21 98 20 00; www.nasjonalmuseet.no; Universitetsgata 13; Erw./Kind 50 nkr/frei, So frei; ⏲ Di, Mi & Fr 10–18, Do 10 bis 19, Sa & So 11–17 Uhr) Eine der wichtigsten Sehenswürdigkeiten Oslos ist die Nationalgalerie. Die landesweit größte Sammlung norwegischer Kunstwerke umfasst Arbeiten aus der Romantik und der Zeit von 1800 bis zum Zweiten Weltkrieg. Außerdem sind hier einige der bekanntesten Gemälde von Edvard Munch ausgestellt, darunter sein berühmtestes Werk *Der Schrei*. Bilder europäischer Künstler wie Gauguin, Picasso, El Greco sowie zahlreicher Impressionisten – darunter Manet, Degas, Renoir, Matisse, Cézanne und Monet – wurden zu einer beeindruckenden Sammlung zusammengetragen.

Schloss & Schlosspark

SCHLOSS, PARK

(Det Kongelige Slott; Karte S. 56 f.; ☎ 81 53 31 33; wwwroyalcourt.no; Slottsparken.; Park frei, Schlossführungen Erw./Kind 95/85 nkr; ⏲ englischsprachige Führungen Ende Juni–Mitte Aug. Mo–Do & Sa 12, 14 & 14.20, Fr & So 14, 14.20 & 16 Uhr) Westlich des Zentrums erhebt sich der hügelige Slottsparken (Schlosspark) mit zahlreichen Ententeichen und jeder Menge stattlicher Bäume – ein friedliches Plätzchen für einen Spaziergang. Der norwegischen Königsfamilie gefiel die Anlage so gut, dass sie kurzerhand hierhinzog: Ganz oben thront ihr Schloss mit 173 Zimmern.

Mit dem Bau wurde 1825 unter Karl III. Johann von Norwegen begonnen, vollendet wurde er jedoch erst fünf Jahre nach dem Tod des Monarchen im Jahre 1849. So waren dessen Sohn Oskar I. und seine Schwiegertochter Josephine die ersten königlichen Bewohner des Schlosses. Den Bauherren waren ein paar Fehler unterlaufen, die jedoch aus Geldnot erst unter dem aktuellen König Harald V. im Rahmen einer umfassenden Generalüberholung behoben wurden.

Das Bemerkenswerte an dem Schloss wie auch an der Königsfamilie selbst ist die große Volksnähe: Kinder tollen gleich neben dem Haupteingang herum, an dem Touristen für Schnappschüsse posieren. Andere europäische Königshäuser sind viel stärker auf ihre Privatsphäre bedacht.

Im Sommer kann man an einer einstündigen **Führung** durch die Innenräume teilnehmen, darunter der Spiegelsaal, die Banketthalle und die Schlosskapelle. Tickets gibt's am Tor (an der Rückseite des Schlosses), in „7-Eleven"-Läden sowie telefonisch oder unter www.billetservice.no.

Nationalmuseum für Zeitgenössische Kunst

KUNSTMUSEUM

(Museet for Samtidskunst; Karte S. 56 f.; ☎ 21 98 20 00; www.nasjonalmuseet.no; Bankplassen 4; Erw./Kind 50 nkr/frei, So frei; ⏲ Di, Mi & Fr 11–17, Do bis 19, Sa & So 12–17 Uhr) Das Nationalmuseum für Zeitgenössische Kunst zeigt die Sammlung der Nationalgalerie skandinavischer und internationaler Kunst nach 1945. Teile des 3000 Werke umfassenden Bestands sind nur etwas für Kenner, beweisen aber, dass die norwegische Kunst nicht bei Munch endet. Es gibt auch häufig innovative Wechselausstellungen. Das Museumscafé ist ebenfalls hervorragend.

Stenersen Museum

KUNSTMUSEUM

(Stenersenmuseet; Karte S. 56 f.; ☎ 23 49 36 00; www.stenersen.museum.no; Munkedamsveien 15; Erw./Kind 60 nkr/frei, Di & mit Oslo-Pass frei; ⏲ Di–Mi & Fr 12–17, Do 11–19, Sa & So 11–17 Uhr) Das Mu-

seum für Kunst der Moderne, des Realismus und der Avantgarde besteht aus Beständen dreier ehemals privater Sammlungen norwegischer Künstler aus den Jahren 1850 bis 1970. Das Museum und ein Großteil der Kunstwerke, darunter Arbeiten von Ludvig Karsten und Amaldus Nielsen, waren ein Geschenk von Rolf E. Stenersen an die Stadt.

Ibsen-Museum

MUSEUM

(Ibsen Museet; Karte S. 56 f.; 40 02 36 3040 02 36 30; www.ibsenmuseum.no; Henrik Isbens Gate 26; Erw./Kind 95/30 nkr; Führungen Mitte Mai–Mitte Sept. 11–18 Uhr stdl., sonst Mo–Mi & Fr–So 11–16, Do 11–18 Uhr Thu) Das Ibsen-Museum ist in dem Haus untergebracht, in dem der norwegische Dramatiker Henrik Ibsen zuletzt gewohnt hatte. Es ist ein Muss für seine Fans: Das Arbeitszimmer sieht noch genauso aus, wie Ibsen es hinterlassen hat. Alle anderen Zimmer wurden in Farbe und Stil der damaligen Zeit restauriert. Die Besucher können sogar einen Blick in sein Schlafzimmer werfen, in dem er vor seinem Tod am 23. Mai 1906 die rätselhaften letzten Worte sprach: „Tvert imot!“ („Im Gegenteil!“).

Historisches Museum

MUSEUM

(Historisk Museum; Karte S. 56 f.; 22 85 19 00; www.khm.uio.no; Frederiks gate 2, Universität Oslo; Erw./Kind 50 nkr/frei, mit Oslo-Pass frei; Mitte Mai–Mitte Sept. Di–So 10–17, sonst 10–16 Uhr) Das Historische Museum vereinigt gleich drei Museen unter einem Dach. Am interessantesten ist die **Nationale Antiquitätensammlung** (Oldsaksamlingen) im Erdgeschoss. Hier sind Münzen, Schmuck und Zierrat aus der Wikingerzeit ausgestellt. Der **Hon-Schatz** aus dem 9. Jh. ist mit 2,5 kg der größte Fund seiner Art in Skandinavien. Zur Abteilung mittelalterlicher Sakralkunst gehören die Türen und die reich verzierte Decke der Stabkirche von Ål (um 1300 erbaut).

Im 2. Stock gibt es eine **Arktisausstellung** und das Myntkabinettet, eine Sammlung der ersten norwegischen Münzen, die ältesten davon aus dem Jahr 995 n. Chr. Über den 2. Stock bis ins Obergeschoss erstreckt sich das **Ethnographische Museum**. Es zeigt wechselnde Ausstellungen zu Asien, Afrika und Amerika.

Osloer Dom

KIRCHE

(Domkirke; Karte S. 56 f.; Stortorvet 1; 24 Std.) GRATIS Die Highlights des Osloer Doms von 1697 sind die kunstvollen Buntglasfenster von Emanuel Vigeland (dem Bruder von Gustav) und die Deckenmalereien (1936-1950). Das außergewöhnliche Altarbild von Michael Rasch zeigt das Letzte Abendmahl und die Kreuzigung. Es stammt von 1748 und war Originalbestandteil der Kirche (von 1700). Nach vielen Stationen kehrte es schließlich 1950 von der Prestneskirche in Majorstue hierher zurück.

Die Basarhallen hinter der Kirche stammen von 1858. Im Sommer eröffnen dort Cafés und Kunsthandwerksläden.

Rathaus

ARCHITEKTUR

(Rådhus; Karte S. 56 f.; Fridtjof Nansens plass; 9–18 Uhr, Führungen Juni–Aug. Mo–Sa 10, 12 & 14, So 16 Uhr, sonst nur Mi) GRATIS Das Rathaus mit seinen zwei Türmen ist ein Wahrzeichen Oslos und wurde 1950 zum 900-jährigen Jubiläum der Stadt eingeweiht. Seine funktionale Backsteinfassade ist ungewöhnlich, aber nicht gerade schön. Hier findet jedes Jahr am 10. Dezember die Verleihung des Friedensnobelpreises statt.

Parlamentsgebäude

BAUWERK

(Stortinget; Karte S. 56 f.; 23 31 33 33; www.stortinget.no; Karl Johans gate 22; Juli & Aug. englischsprachige Führungen 10 & 13 Uhr, auf Norwegisch 11.30 Uhr, sonst nur Sa) GRATIS Das 1866 gebaute Parlamentsgebäude aus gelben Ziegeln ist eines der schönsten in ganz Europa. Wer sich für politische Debatten in Norwegen interessiert, kann sie live auf der Website des Stortinget verfolgen.

Schloss & Festung Akershus

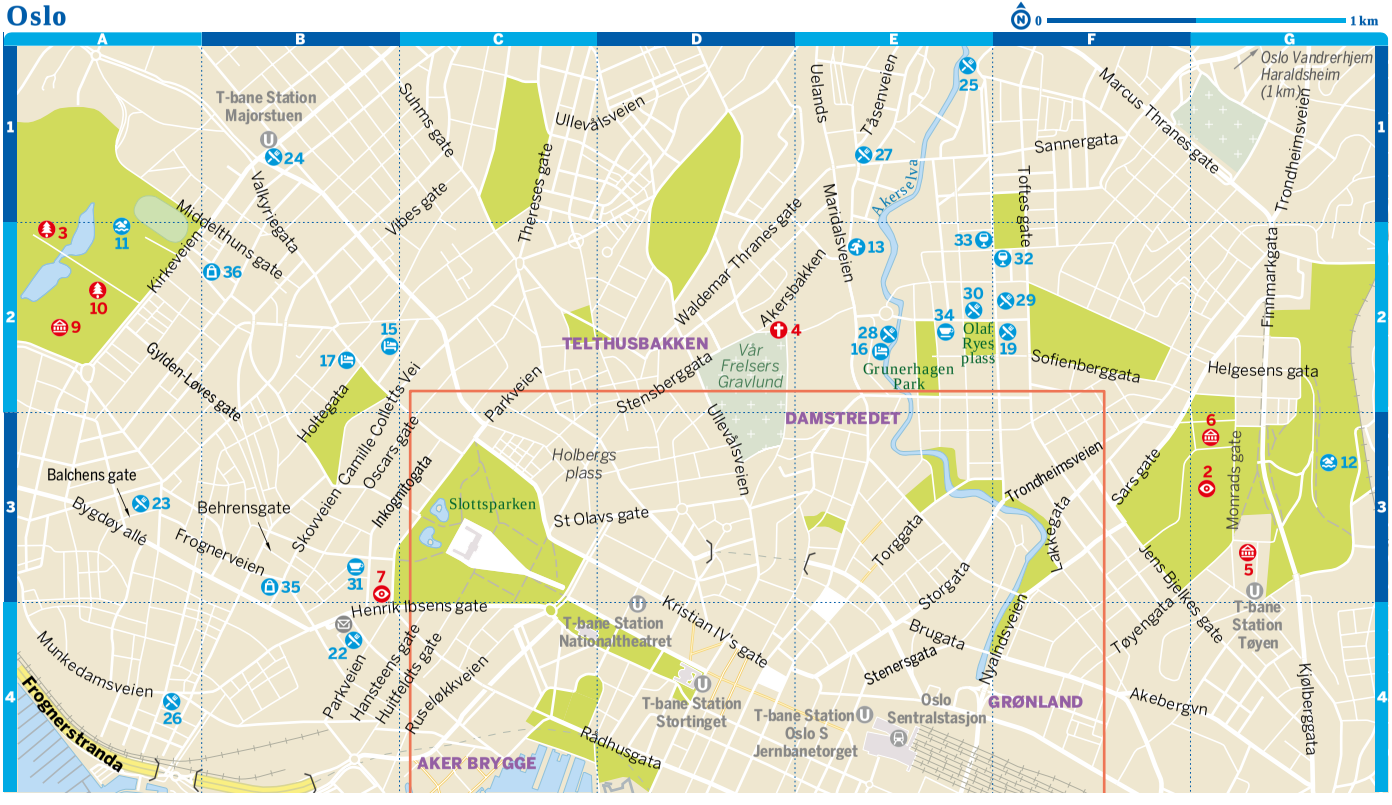
Das mittelalterliche Schloss mit Festung liegt strategisch günstig an der Ostseite des Hafens und beherrscht die gesamte Hafenfront Oslos. Es ist fraglos das architektonische Highlight der Stadt.

Der Komplex als Ganzes ist unter dem Namen **Festung Akershus** (Akershus Festing; Karte S. 56 f.; 6–21 Uhr) GRATIS bekannt. Er umfasst mehrere Museen und interessante Gebäude. Als Eingänge zur Festung dienen ein Tor am Ende der Akersgata und eine Zugbrücke über die Kongens Gate am Südende der Kirkegata. Im Winter ist ab 18 Uhr nur noch der Eingang Kirkegata geöffnet.

Als König Håkon V. Oslo 1299 zur Hauptstadt machte, befahl er zugleich den Bau von Akershus, um die Stadt gegen Bedrohungen von außen zu schützen. Seither wurde die Burg mehrmals erweitert, umgebaut und die Festungsanlagen verstärkt.

Beim Wiederaufbau nach dem verheerenden Brand 1624 wurde die – nun Christiania genannte – Stadt auf die weniger verwundbare Seite hinter den Festungsmauern verlegt. 1818 war der Platzbedarf wichtiger als

Oslo


0
1 km
A
B
C
D
E
F
G
1
2
3
4
T-bane Station Majorstuen
Suhms gate
Ullevålsveien
Uelands
Tåsenveien
Marcus Thranes gate
Oslo Vandrerhjem Haraldsheim (1 km)
Sannergata
Trondheimsveien
Valkyrregata
Vibes gate
Theresesgate
Akerselva
Toftes gate
Middelthuns gate
Kirkeveien
Maridalsveien
Waldemar Thranes gate
Akersbakken
Finnmarkgata
Gyldenløves gate
TELTHUSBAKKEN
Vår Frelsers Gravlund
Grünerhagen Park
Olaf Ryes plass
Sofienberggata
Helgesens gata
Camilla Colletts Vei
Oscars gate
Parkveien
Stensberggata
DAMSTREDET
Holtegata
Inkognitogata
Holbergs plass
Ullevålsveien
Trondheimsveien
Balchens gate
Bygdøy allé
Behrensgate
Skovveien
Frognerveien
Slottsparken
St Olavs gate
Torggata
Lakkegata
Sars gate
Monrads gate
Jens Bielkes gate
Henrik Ibsens gate
Kristian IV's gate
T-bane Station Nationaltheatret
Storgata
Brugata
Nyalndsveien
Tøyengata
T-bane Station Tøyen
Munkedamsveien
Parkveien
Hansteens gate
Huitfeldts gate
Ruseløkkveien
Frognerstranda
T-bane Station Stortinget
T-bane Station Oslo S Jernbanetorget
Oslo Sentralstasjon
GRØNLAND
Akebergvn
Kjølberggata
Rådhusgata
AKER BRYGGE



die Verteidigung. Ein Großteil der äußeren Wälle musste der wachsenden Bevölkerung weichen. 1899 bis 1963 wurde der Bau grundlegend renoviert. Heute finden auf dem parkartigen Gelände Konzerte, Tanz- und Theateraufführungen statt – welch ein Kontrast zu den kriegerischen Ursprüngen und der düsteren Vergangenheit. Allerdings ist der Bau nach wie vor eine Militäreinrichtung und kann anlässlich von Staatsakten jederzeit für die Öffentlichkeit gesperrt werden.

Das **Informationszentrum der Festung** (Karte S. 56 f.; ☎ 23 09 39 17; Akershus Slott; Führungen Erw./Kind 50/30 nkr; ⏲ Mai–Aug. Mo–Fr 10–17, Sa & So 11–17, sonst Mo–Fr 10–16, Sa & So 11–17 Uhr) im Haupttor zeigt eine Ausstellung zur Geschichte der Akershus-Anlage sowie Wechselausstellungen zur Stadtgeschichte. Das Personal bietet auf Anfrage auch Führungen über das Burggelände an. Um 13.30 Uhr ist Wachablösung.

Schloss Akershus

SCHLOSS

(Akershus Slott; Karte S. 56 f.; ☎ 22 41 25 21; www.nasjonalefestningsverk.no; Erw./Kind 70/30 nkr, mit Oslo-Pass frei; ⏲ Mai–Aug. Mo–Sa 10–16, So 12–16, Sept.–April Sa & So 12–17 Uhr, Führungen Mitte Juni–Mitte Aug. 11, 13, 15, Mai–Mitte Juni & Mitte Aug.–Sept. kürzere Öffnungszeiten) Im 17. Jh. baute Christian IV. das Akershus Slott in einen Renaissancepalast um, allerdings blieb die Fassade unverändert mittelalterlich. In den finsteren Zellen des Verlieses wurden unliebsame Adlige eingesperrt, die oberen Stockwerke sind hingegen mit opulenten Bankettsälen und Prunkgemächern ausgestattet.

Die Burgkapelle mit den Grüften von König Håkon VII. und Olav V. wird für Feierlichkeiten der Armee noch heute benutzt. Studenten in historischer Kleidung bieten **Führungen** an, die zwar nicht verbindlich sind, aber unterhaltsame Anekdoten zur Geschichte des Schlosses bieten, die man bei der Besichtigung auf eigene Faust verpasst.

Norwegisches Widerstandsmuseum

MUSEUM

(Norges Hjemmefront Museet; Karte S. 56 f.; ☎ 23 09 31 38; www.forsvaretsmuseer.no; Erw./Kind 50/25 nkr, mit Oslo-Pass frei; ⏲ Juni–Aug. Mo–Sa 10–17, So 11–17 Uhr, sonst Mo–Fr 10–16, Sa & So 11–16 Uhr) In der Festungsanlage befindet sich neben einem Mahnmal für Widerstandskämpfer, die während des Zweiten Weltkriegs an diesem Ort hingerichtet wurden, dieses kleine, aber lohnende Museum. Thematisch behandelt es die dunklen Jahre

Oslo

Highlights
1 Astrup Fearnley Museet B5

Sehenswertes
2 Botanischer Garten G3
3 Frogner-Park A2
4 Gamle Aker Kirke D2
Geologisch-Paläeontologisches Museum ..... (siehe 6)
5 Munch-Museum G3
6 Naturkundemuseum G3
7 Nobel-Institut B3
8 Norwegisches Maritimes Museum A6
9 Osloer Stadtmuseum A2
10 Vigeland-Park A2
Zoologisches Museum ..... (siehe 6)

Aktivitäten, Kurse & Touren
11 Freibad Frognerbadet A2
12 Freibad Tøyenbadet G3
13 Vulkan Climbing Centre E2

Schlafen
14 Ekeberg Camping G6
15 Ellingsens Pensjonat B2
16 PS: Hotell E2
17 Saga Hotel Oslo B2
18 Thief B5

Essen
19 Bistro Brocante F2
20 Bølgen & Moi B5
21 Ekeberg Restaurant F6
22 Fauna B4
23 Feinschmecker A3
Fru Hagen ..... (siehe 19)
24 Gate of India B1
25 Hønse-Louisas Hus E1
26 Hos Thea A4
Hotel Havana ..... (siehe 29)
27 Kasbah E1
28 Mathallen Oslo E2
29 Mucho Mas F2
30 Villa Paradiso E2

Ausgehen & Nachtleben
31 Åpent Bakerei B3
32 Bar Boca F2
Palace Grill ..... (siehe 22)
33 Tea Lounge E2
34 Tim Wendleboe E2

Shoppen
35 Hassan og Den Dama B3
36 Flohmarkt Vestkanttorget B2

deutscher Besetzung sowie den freudigen Tag der Friedenserklärung am 9. Mai 1945. Zu den Exponaten gehört neben Untergrundzeitungen, zahlreichen Karten und Fotografien auch das künstliche Gebiss eines norwegischen Kriegsgefangenen in Polen, das verdrahtet worden war, um Funknachrichten zu empfangen.

Frognerpark & Vigeland-Park

Frognerpark
PARK

(Karte S. 52 f.) Der Frognerparken lockt mit großen Rasenflächen, Teichen, Bächen und schattigen Alleen. Bei gutem Wetter ist er ideal für Spaziergänge, Picknicks oder zum Faulenzen auf der Wiese.

Vom Zentrum aus erreicht man ihn mit der Straßenbahnlinie 12 (Richtung „Vigelandsparken“).

Vigeland-Park
PARK

(Karte S. 52 f.) Das Herzstück des Frognerparks ist eine außergewöhnliche Freiluftausstellung mit Werken des beliebtesten norwegischen Bildhauers Gustav Vigeland. Der Vigeland-Park mit seinen 212 Werken aus Granit und Bronze ist eine der meistbesuchten Attraktionen Norwegens. Die Motive in seinen brisanten Werken reichen von umschlungenen Liebenden über ältere Paare bis zu erniedrigten Bettlern. Seine bekannteste Arbeit, *Sinnataggen* („Kleiner Hitzkopf“), zeigt einen besonders übellaunigen Londoner Jungen.

Osloer Stadtmuseum
MUSEUM

(Oslo Bymuseet; Karte S. 52 f.; ☎ 23 28 41 70; www.oslomuseum.no; Frognerveien 67; ⏲ Di–So 11–16 Uhr, letzte Dezemberwoche–Mitte Jan. geschl.) GRATIS Das Museum in der Nähe des Südeingangs des Vigeland-Parks befindet sich im Gutshaus Frogner aus dem 18. Jh. (erbaut auf dem Grund eines Hofs aus der Wikingerzeit). Es zeigt mäßig interessante Exponate zur Geschichte der Stadt.

Vigeland-Museum
KUNSTMUSEUM

(Vigeland Museet; www.vigeland.museum.no; Nobelsgata 32; Erw./Kind 60/30 nkr, mit Oslo-Pass frei; ⏲ Mai–Aug. Di–So 10–17, sonst Di–So 12–16 Uhr) Tiefere Einblicke in die Arbeit von Gustav Vigeland gewährt ein Besuch im Vigeland-Museum gegenüber dem Südeingang zum Frognerpark. Die Stadt errichtete das Gebäude in den 1920er-Jahren als Wohnhaus und Atelier für den Bildhauer zum Dank dafür, dass er ihr einen erheblichen Teil seines Lebenswerks gestiftete hatte. Neben ei-

ner Sammlung früher Werke – Statuen und Denkmäler für Berühmtheiten – zeigt es Gipsformen, Holzschnitte und Skizzen.

Als Vigeland 1943 starb, wurde seine Asche im Turm des Gebäudes beigesetzt. Vier Jahre später öffnete das Museum. **Führungen** auf Englisch gibt es bei vorheriger Anmeldung ab 1000 nkr pro Gruppe. Neben den Werken Vigelands zeigt das Museum auch regelmäßig Wechselausstellungen moderner Kunst.

Halbinsel Bygdøy

Auf der Halbinsel Bygdøy liegen einige der Hauptattraktionen Oslos. Manche klappern sie an einem halben Tag ab, aber es lohnt sich, etwas mehr Zeit einzuplanen.

Bygdøy liegt nur wenige Minuten vom Zentrum entfernt, hat sich aber seinen ländlichen Charme bewahrt. Hier haben die Königsfamilie, etliche ausländische Botschafter und viele der wohlhabenden Einwohner ihre Sommerresidenz.

Die **Fähre Nr. 91** (✆ 23 35 68 90; an Bord Erw./Kind 50/25 nkr, an den Kiosks am Ablegesteg Erw./Kind 30/15 nkr, mit Oslo-Pass frei) nach Bygdøy (15 Min.) legt von Anfang April bis Anfang Oktober alle 20 Minuten ab (zw. 11.05 und 16.25 Uhr), von Mitte Mai bis Ende August alle 30 Minuten (zw. 8.45 und 10.45 Uhr und zw. 16.45 und 20.45 Uhr; den Rest des Jahres wird der Fahrbetrieb früher eingestellt). Bei der Überfahrt sind die königliche Jacht KS *Norge* und auch die königlichen Jachtklubs des Königs und der Königin (*Kongen* und *Dronningen*) zu sehen, die sich am Frognerkilen gegenüberliegen.

Die Fähren legen von der **Rådhusbrygge 3** (Karte S. 56 f.; gegenüber dem Rathaus) ab; erster Halt ist der Hafen von Dronningen. Von dort aus erreicht man in gut 10 Gehminuten das Norwegische Volkskundemuseum (Norsk Folkemuseum) und in 15 das Wikingerschiffsmuseum. Bis Bygdøynes mit dem Kon-Tiki-Museum, dem Polarschiff Fram und dem Norwegischen Seefahrtsmuseum (Vikingskipshuset) sind es dann weitere 20 Minuten auf einem ausgeschilderten Fußweg. Auch die Fähre geht bis Bygdøynes. Alternativ nimmt man einen Bus der Linie 30 ab der T-Bane-Station Jernbanetorget.

GUSTAV VIGELAND

Der Bildhauer Gustav Vigeland (1869–1943) wurde als Bauernsohn ganz im Süden Norwegens nahe Mandal geboren. Bereits als Kind und Teenager war er von Protestantismus, Spiritualität, Holzschnitzerei und Zeichnen fasziniert – eine ungewöhnliche Kombination, die sein Lebenswerk bestimmen sollte. 1888 absolvierte er eine Lehre beim Bildhauer Brynjulf Bergslien. Im darauffolgenden Jahr zeigte er seine erste Arbeit bei der Staatlichen Kunstausstellung. Das war sein Durchbruch – seine Begabung erregte nationales und internationales Aufsehen.

1891 reiste Vigeland nach Kopenhagen und dann nach Paris sowie Italien, wo er mit verschiedenen Künstlern zusammenarbeitete; besonders inspirierte ihn die Arbeit des französischen Bildhauers Auguste Rodin. Als seine öffentlichen Stipendien ausliefen, kehrte er nach Norwegen zurück. Dort verdiente er seinen Lebensunterhalt bei der Restaurierung des Nidarosdoms in Trondheim und mit Auftragsporträts prominenter Norweger.

1921 würdigte die Stadt Oslo sein Talent und stellte ihm ein großes Studio für seine Arbeit zur Verfügung; heute ist es ein Museum (S. 55).

Der Vigeland-Park (S. 55) ist eine Art Freiluftausstellung mit Vigelands Werken im Frognerpark. Das Highlight ist ein 14 m hoher Granitmonolith, der auf dem höchsten Hügel des Parks thront. An diesem unglaublichen Werk arbeiteten drei Steinmetze ununterbrochen von 1929 bis 1943; die Skulptur wurde aus einer einzigen Steinsäule gehauen, die vom Iddefjord in Südostnorwegen stammte. 121 detailliert ausgearbeitete, sich windende Menschengestalten kämpfen darum, ganz nach oben zu gelangen – ineinander verschlungen, sich aneinander hochziehend. Auf den kreisförmigen Stufen darunter befinden sich weitere Steinfiguren. Die Gesamtkomposition wurde auf vielfältige Weise interpretiert: als Phallussymbol, als Existenzkampf, als Sehnsucht nach spirituellen Erfahrungen, als Überwindung zyklischer Wiederholung.

Die Skulpturen auf den Stufen unterhalb des Sockels der Säule stellen die Spannbreite menschlicher Emotionen und Handlungen dar. Bei den übrigen zahllosen Figuren im Park reichen die Themen des Künstlers vom Realistischen bis zum Grotesken.

Oslo Zentrum




N
0
500 m
E
F
G
H
1
2
3
4
5
6
7
Nordre gate
Rathkes Gate
Damstredet
Damstredet
Mollervein
Brenneriveien
Markveien
Thovald Meyersgate
Østre Elvebakke
Søndre gate
Trondheimsveien
Møllergata
Mariboes gate
Torggata
Hausmanns gate
Lakkegata
Calmeyers gate
Storgata
Grubbegata
Youngstorget
Pløens gate
Møllergata
Use-It
Torggata
Storgata
Christian Krohgs gate
Akerselva
Nyalndsveien
Motzfeldts gate
Norbygata
Brugata
Vaterlands Bro
Grønland
Stortorvet
Den-Norske-Turistforening-Touristeninformations-zentrum
Stenersgata
Biskop Gunnerus gate
Sonja Henies plass
Norwegischer Behinderten-verband
Busbahnhof Galleri Oslo
Tøyenbekken
T-bane Station Oslo S Jernbanetorget
Fred Olsens gate
Oslo Sentralstasjon
Bus 541
Schweigaards gate
Nyalndsveien
Dronningens gate
Tollbugata
Strandgata
Skippergata
Osloer 1 Opernhaus
Bjørvika
4
57
37
65
40
46
35
25
24
63
55
47
56
41
48
19
51
23
60
30
66
62
71
11
50
59
43
39
34
27
58

Oslo Zentrum

Highlights
1 Osloer Opernhaus F6

Sehenswertes
2 Festung Akershus C6
3 Schloss Akershus C6
4 Damstredet F1
5 Historisches Museum C2
6 Ibsen-Museum A3
7 Museum für Zeitgenössische Kunst D6
8 Nationalgalerie C3
9 Nobel-Friedenscenter B4
10 Norwegisches Widerstandsmuseum C6
11 Osloer Kathedrale E4
12 Oslo Reptilpark D2
13 Parlamentsgebäude D4
14 Rathaus C4
15 Königlicher Palast & Schlosspark A2
16 Stenersen-Museum A4

Aktivitäten, Kurse & Touren
17 Båtservice Sightseeing B5
18 City Sightseeing C6
19 Den-Norske-Turistforening-Hauptbüro F3
20 Oslo City Train B5
21 Oslo City Train: University Square Departure Point C3
Oslo Promenade ..... (siehe 14)
22 Spikersuppa-Outdoor-Eisbahn C4
23 Syklistenes Landsforening F3

Schlafen
24 Anker Hostel G2
25 Anker Hotel G2
26 Cochs Pensjonat A1
27 Grand Central F5
28 Grand Hotel D4
29 Grims Grenka D5
30 Hotel Folketeateret E4
31 Hotell Bondeheimen D3
32 Oslo Vandrerhjem Central D5
33 P-Hotel D3
34 Thon Hotel Astoria E5

Essen
35 Café Sara F2
36 Café Skansen C5
37 Dr Kneipp's Vinbar G1
38 Fisherman's Coop B5
Grand Café ..... (siehe 28)
39 Grønland Bazaar H4
40 Kolonihagen Grünerløkkha G1
Litteraturhuset Cafe ..... (siehe 67)
Markveien Mat & Vinhus ..... (siehe 37)
41 Nor Brothers F3
Oslo Opera House Restaurant ..... (siehe 1)
42 People & Coffee C5
Plah ..... (siehe 67)
43 Punjab Tandoori H4
44 Ruffino Ristorante A3
Rust ..... (siehe 67)
45 Solsiden Seafood C5
46 Süd Øst G2
47 Taste of the Far East F3
48 Teddy's Soft Bar F3
49 Theatercafeen B3

Ausgehen & Nachtleben
50 Dattera Til Hagen G4
51 Fisk Og Vilt Club E3
52 Fuglen D2
53 Kaffebrenneriet C3
54 Stockfleths D4
55 Villa E3
Vinmonopolet ..... (siehe 71)
56 Zagros Café F3

Unterhaltung
57 Blå F1
58 Filmens Hus E5
59 Gloria Flames H4
60 Mono E3
61 Nationaltheatret C3
62 Oslo Spektrum F4
63 Rockefeller Music Hall F3
64 Saga Kino B3

Shoppen
65 Chillout Travel Centre G1
66 Kaufhause Glasmagasinet E4
67 Litteraturhuset A1
68 Nomaden A1
69 Norli C3
70 Norway Designs B3
71 Einkaufszentrum Oslo City F4

Wikingerschiffmuseum MUSEUM

(Vikingskipshuset; ☎ 22 13 52 80; www.khm.uio.no; Huk Aveny 35; Erw./Kind 60/30 nkr, mit Oslo-Pass frei; ⊙ Mai–Sept. 9–18, sonst 10–16 Uhr) Selbst an Land haben die schnittigen, dunklen Rümpfe der Wikingerschiffe *Oseberg* und *Gokstad* – die besterhaltenen der Welt – noch etwas Bedrohliches an sich. Vom dritten Schiff, der *Tune*, sind nur noch ein paar Planken und Fragmente erhalten. Das Vikingskipshuset ist Pflicht für alle Fans von „Wicki und die starken Männer“ und ähnlichen Geschichten (also eigentlich jeden!).

Die drei Schiffe wurden im 9. Jh. aus Eichenholz gezimmert. Später wurden sie an Land gebracht, um ihren adeligen Besitzern als Gräber zu dienen. Diese wurden zusammen mit allem bestattet, was sie im Jenseits vielleicht gebrauchen konnten: Schmuck, Möbel, Essen, Diener, kunstvoll geschnitzte Wagen und Schlitten, Wandbehänge und grimmig blickende Figuren. Einige dieser

Gegenstände sind ebenfalls im Museum ausgestellt. Die Schiffe wurden um 1900 im Gebiet um den Oslofjord ausgegraben.

Bug und Heck der imposanten, 22 m langen *Oseberg*, 834 vergraben, zieren kunstvolle Drachen- und Schlangenschnitzereien. Die Grabkammer darunter barg Skandinaviens größten Wikingerschatz. Den Schmuck allerdings hatten bereits Plünderer mitgenommen. Das Schiff mag zwar einschüchternd wirken, war aber vermutlich nur ein königliches Vergnügungsboot. Die robustere, 890 erbaute *Gokstad* misst 24 m und ist das am besten erhaltene Langschiff überhaupt. Aber auch hier war die Grabkammer geplündert und enthielt nur noch wenige Stücke. Neben den drei Schiffen stellt das Museum auch einige der Skelette aus, die zusammen mit den Booten gefunden wurden.

Norwegisches Volkskundemuseum

MUSEUM

(Norsk Folkemuseum; ✆ 22 12 37 00; www.norskfolkemuseum.no; Museumsveien 10; Erw./Kind 110/30 nkr, mit Oslo-Pass frei; ⏲ Mitte Mai–Mitte Sept. 10–18, Mitte Sept.–Mitte Mai Mo–Fr 11–15, Sa & So 11–16 Uhr) Dieses Freilichtmuseum ist das größte des Landes und eine der Hauptattraktionen von Oslo. Es umfasst über 140

INSIDERWISSEN

DIE RENOMMIERTESTE AUSZEICHNUNG DER WELT

Die meisten Nobelpreise – für Physik, Chemie, Medizin, Literatur und Wirtschaftswissenschaften – werden jeden Oktober in Stockholm verliehen, aber die höchste Auszeichnung vergibt Oslo: den Friedensnobelpreis. Der schwedische Stifter des Preises und Erfinder des Dynamits, Alfred Nobel, hat 1895 in seinem Testament verfügt, dass die Zinsen aus seinem riesigen Vermögen alljährlich an jemanden ausbezahlt werden, „der oder die im vorangegangenen Jahr am meisten zum Wohle der Menschheit beigetragen hat".

Warum er Norwegen als Vergabeland für den Friedenspreis ausgewählt hat, ist unklar. Über den Preisträger entscheidet jedes Jahr ein Komitee aus fünf Norwegern, die für je sechs Jahre vom norwegischen Storting (Parlament) ernannt werden. Die geheimen Tagungen finden in einem Saal des Nobel-Instituts (Karte S. 52 f.) statt, der mit Bildern früherer Preisträger geschmückt ist; von Mutter Teresa (1979) über Michail Gorbatschow (1990) bis hin zu Al Gore (2007). Die Leitung hat der Vorsitzende des Friedensnobelpreis-Komitees, Thorbjørn Jagland. Ebenfalls bei den Sitzungen dabei ist der 1990 ernannte Institutsleiter Geir Lundestad, der uns über die Geschichte des Preises informierte.

Was ist der Unterschied zwischen Kandidaten, die für den Friedensnobelpreis nominiert werden, und solchen, die in die Endauswahl kommen? Jeder – von Präsident George Bush bis Madonna – kann nominiert werden, was häufig Proteststürme auslöst. Aber es ist ein großer Unterschied zwischen Nominierung und Ernennung! Wir beginnen im Februar mit nahezu 200 Kandidaten. Die Auswahl wird auf 30 und schließlich auf 5 reduziert. Und in der verbleibenden Zeit konzentrieren wir uns dann auf die Leistungen dieser Kandidaten in der Endauswahl.

Wurde das Komitee schon wegen seiner nicht-öffentlichen Sitzungen kritisiert? Das Komitee an sich ist transparent. Lediglich die Nominierungslisten bleiben für 50 Jahre unter Verschluss und es wird kein Protokoll geführt. Einige der Mitglieder haben allerdings schon Notizen gemacht und dann veröffentlicht.

Inwiefern hat sich der Preis verändert, seit Sie hier Leiter sind? Die Definition des Begriffs Frieden wurde nach und nach weiter gefasst und den Veränderungen in unserer heutigen Welt angepasst. So waren z. B. die Menschenrechte anfangs ein sehr kontroverses Thema, als der Preis 1960 an den südafrikanischen Menschenrechtler Albert Lutuli verliehen wurde. Der Umweltschutz wurde 2004 als ein Weg zum Frieden mit aufgenommen. Und es gibt auch jetzt noch Forderungen, den Begriff weiter zu fassen.

Können Sie den idealen Kandidaten beschreiben? Viele sehen die Auszeichnung als eine Art Heiligsprechung, aber die Gewinner sind häufig mehr oder weniger gewöhnliche Menschen, die sich bemüht haben, etwas für den Frieden zu tun. Diese Bemühungen sind immer heldenhaft, aber sie können sehr verschiedene Gesichter haben. Alle Kandidaten verbindet eine Vision und der Mut, dafür einzustehen.

Interview von Kari Lundgren

Oslo

Norwegens Hauptstadt befindet sich konstant im Wandel. Im Hafengebiet findet eine aufwendige Modernisierung statt, die bereits das neue Opernhaus, das Astrup-Fearnley-Museum und sogar einen künstlichen Strand hervorgebracht hat. Doch das reicht der Stadtregierung noch nicht: Sie will Oslo zur Kulturhauptstadt Skandinaviens machen.

1



CHRIS MELLOR/GETTY IMAGES ©


2

RUDI SEBASTIAN/GETTY IMAGES ©


4

JACKIETRAVELLER OSLO/ALAMY ©

1. Osloer Opernhaus (S. 47)
Cafés und Bars vor dem neuen Opernhaus.

2. Architektur
Das dynamische Stadtpanorama bei Nacht zeigt modernes norwegisches Design.

3. Aker Brygge (S. 72)
Boote liegen im Hafen dieses nach Restaurierungen neuerdings populären Einkaufs- und Ausgehviertels.

4. Astrup-Fearnley-Museum (S. 48)
Museumsbesucher bewundern das Werk *moonrise. east.november* von Ugo Rondinone.


3

SABINE LUBENOW/ROBERT HARDING ©

OSLO MIT KINDERN

Nach den langen, dunklen Winternächten kommen im Frühjahr und Sommer massenhaft Kinderwagen zum Vorschein und werden von stolzen Mamis und Papis durch die Straßen geschoben. (Vielleicht besteht sogar ein Zusammenhang zwischen den langen, dunklen Nächten und der großen Zahl der Kinder in Oslo ...) Abgesehen davon ist Oslo nicht gerade eine der kinderfreundlichsten Städte Europas, da viele Sehenswürdigkeiten und Restaurants hauptsächlich auf Erwachsene zugeschnitten sind. Manchmal entsteht der Eindruck, dass Kinder eher toleriert werden und nicht willkommen sind. Außerdem sollte man beachten, dass die meisten Museen und Galerien auf die Benutzung hauseigener Kinderwagen bestehen – was garantiert alle Eltern erfreuen wird, die es gerade geschafft haben, ihre Kleinen zum Schlafen zu bringen!

Dennoch kann ein Besuch Oslos auch mit Kindern Spaß machen. Die meisten Osloer Eltern werden bestätigen, dass die einfachsten, kostenlosen Aktivitäten oft die Besten sind. So ist es z. B. im Frognerpark (S. 54) nicht verboten, auf die Statuen zu klettern oder die kleine Schwester durch das fast 3000 m lange Mosaiklabyrinth zu jagen. Außerdem gibt es im Park einen der tollsten Spielplätze. Näher beim Zentrum regen die Kanonen und Bollwerke der Festung Akershus (Akershus Festning; S. 51) die Fantasie an. Das Norsk Folkemuseum (S. 59) bietet regelmäßig Programmpunkte für Kinder an.

Mit den beiden Linien des **Oslo City Train** (Karte S. 56 f.; ☎ 48 17 44 44; www.oslocitytrain.no; Erw./Kind/Kind unter 5 J./Familie 100/50/frei/280 nkr; ⏲ Ende Juni–Aug. 9.30–17 Uhr) kann man sich durchs Stadtzentrum fahren lassen. Die Dampf-„Loks" fahren alle 30 Minuten von Aker Brygge und vom University Square (Karte S. 56 f.) an der Karl Johans gate ab.

Ein ländlicheres Oslo verspricht die **EKT-Reitschule & Haustierpark** (EKT Rideskole og Husdyrpark; ☎ 22 19 97 86; www.rideskole.no; Bekkelagshøgda 12; Hauttierpark 50 nkr, Ponyritt 40 nkr; ⏲ März–Okt. 9.30–17.30, Nov.–Feb. 10–17 Uhr) im Ekeberg-Wald südöstlich des Stadtzentrums. Dort gibt es Schafe, Ziegen, Schweine, Hasen und auch Norwegische Fjordpferde, auf denen Kids von März bis Oktober werktags von 11 bis 15 Uhr und an den Wochenenden bis 17 Uhr reiten dürfen (im Winter kürzere Öffnungszeiten). Zu erreichen ist der Hof

Gebäude aus ganz Norwegen – größtenteils aus dem 17. und 18. Jh. –, die entsprechend ihrer Ursprungsregion angeordnet sind. Die Wege führen vorbei an alten Scheunen, erhöhten *stabbur* (Speichern) und Blockhäusern mit Grasdächern, auf denen Wildblumen blühen. Spaß für Kinder bieten die zahlreichen Hoftiere, Kutschfahrten und anderen Aktivitäten (die teilweise extra kosten).

Die Gamlebyen (Altstadt) ist der Nachbau einer norwegischen Stadt des frühen 20. Jhs., inklusive eines Dorfladens und einer alten Tankstelle. Im Sommer führen dort jeden Tag Weber und Töpfer ihre Kunst vor und es werden weitere künstlerische und kulturelle Aktivitäten geboten. Noch ein Highlight ist die restaurierte Stabkirche, die um 1200 in Gol erbaut und 1885 nach Bygdøy verlegt wurde.

Das Ausstellungsgebäude in der Nähe des Haupteingangs zeigt eine umfangreiche Sammlung norwegischer Volkskunst, historisches Spielzeug, Hochzeits-, Tauf- und Beerdigungstrachten sowie Werkzeuge und Geräte aus Haushalt und Landwirtschaft; außerdem gibt es regelmäßig Wechselausstellungen. Die interessanteste Ausstellung des Museums thematisiert das Leben und die Kultur der Sami. Die Exponate beleuchten die einstige Verfolgung dieser Kultur und zeigen, wie sie sich dem Leben im modernen Norwegen angepasst hat. Wechselausstellungen beschäftigen sich mit unterschiedlichen Themen, z. B. mit Sakralkunst oder der Popkultur der 1950er-Jahre. Der beste Tag für einen Besuch ist Sonntag, dann ist das Programm am umfangreichsten. Wobei ... da die meisten Ausstellungsobjekte im Freien liegen, ist ein Besuch bei schönem Wetter sinnvoll!

Polarschiff-Fram-Museum

MUSEUM

(☎ 23 28 29 50; www.frammuseum.no; Erw./Kind 80/30 nkr, mit Oslo-Pass frei; ⏲ Juni–Aug. 9–18, Mai–Sept. 10–17, sonst 10–16 Uhr) Die Natur ist oft der beste Architekt: Als der bekannte Schiffskonstrukteur Colin Archer den Auftrag bekam, ein Schiff zu bauen, dessen Rumpf dem Druck des Polareises standhalten würde, suchte er nicht lang nach Vorbildern und ließ sich beim Bau seines Polar-

mit der Straßenbahn 19 Richtung Ljabru: bis zur Haltestelle Sportsplassen und von dort noch 15 Minuten zu Fuß den Berg rauf.

Die meisten Kinder werden auch von den Schlangen und Eidechsen (oder von dem einen oder anderen Affen) im **Oslo Reptilpark** (Karte S. 56 f.; www.reptilpark.no; St Olavs gate 2; Erw./Kind 100/70 nkr, mit Oslo-Pass frei; ⏲ April–Aug. tgl. 10–18 Uhr, Sept.–März Di–So) begeistert sein.

Der Winter ist toll für eine Schlittenfahrt auf der „legendären" Korketrekkeren, der Korkenzieher-Rodelbahn. Die 2 km lange Bahn mit einem Höhenunterschied von 255 m wurde für die Olympischen Winterspiele 1952 gebaut. Schlitten verleiht der **Akerforeningen** (www.akeforeningen.no; Holmenkollen; Erw./Kind ab 100/80 nkr; ⏲ Mo–Sa 9–21, im Winter So 10–18 Uhr) beim Frognerseteren Restaurant. Anfahrt mit der T-Bane bis Frognerseteren; denn bergab den Schildern folgen.

An regnerischen Tagen sehr beliebt ist das **Norwegische Museum für Wissenschaft & Technik** (Norsk Teknisk Museum & Telemuseum; www.tekniskmuseum.no; Kjelsåsveien 143; Erw./Kind 100/50 nkr, mit Oslo-Pass frei; Ende Juni–Ende Aug. tgl. 10–18 Uhr, den Rest des Jahres Mo–Fr 9–16, Sa & So 11–18 Uhr). Es liegt in der Nähe des Maridal-Sees und zeigt Norwegens erstes Auto – außerdem die erste Straßenbahn, Wasserräder, Uhren und genug andere Apparaturen, um die ganze Familie zumindest für einige Stunden zu beschäftigen.

Und schließlich wäre da noch der Freizeitpark **TusenFryd** (✆ 64 97 64 97; www.tusenfryd.no; Vinterbro; Größe über/unter 120 cm 369/299 nkr, unter 95 cm frei; ⏲ Mitte Juni–Aug. 10.30–19 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) 10 km südlich der Stadt, der bei den Kids aus der gesamten Provinz Buskerud enorm beliebt ist. Hier gibt es Karussells, einen Phantasie-Bauernhof und eine geniale Achterbahn aus Holz, in der pro Durchgang zwölfmal die Schwerkraft aufgehoben wird. Er liegt direkt an der E6 und ist mit dem Tusenfryd-Bus (Bus 546) zu erreichen, der von 10 bis 16 Uhr ungefähr stündlich an der Ecke Fred Olsens Gate und Prinsen Gate abfährt.

schiffs Fram, das hier im Museum ausgestellt ist, von einem Ei inspirieren: Durch die ovale Form wird das Schiff nach oben gedrückt, wenn das Eis sich um den Rumpf zusammenzieht, statt zerquetscht zu werden. 1892 lief das Polarschiff Fram, damals das solideste Schiff, das je gebaut wurde, vom Stapel. Es saß den Großteil seiner Existenz im Polareis fest. Fridtjof Nansen nutzte die Fram für seine Nordpolexpedition zu den neusibirischen Inseln Russlands (1893–1896). Die Rückfahrt nach Norwegen führte den 39 m langen Schoner nur wenige Breitengrade am Nordpol vorbei.

1910 wollte Roald Amundsen mit der Fram (bedeutet so viel wie „vorwärts") als Erster den Nordpol erreichen. Allerdings kam ihm Robert Peary zuvor. Amundsen wendete kurzentschlossen und erreichte im Wettlauf mit Robert Falcon Scott als Erster den Südpol. Zwischen 1898 und 1902 umsegelte Otto Sverdrup mit dem Schoner den Süden Grönlands bis nach Ellesmere Island in Kanada, wobei er insgesamt über 18 000 km zurücklegte.

Neben der *Fram* ist die *Gjøa* zu sehen, das erste Schiff, das die Nordwestpassage erfolgreich durchquerte.

Besucher können das Schiff genau unter die Lupe nehmen. Die beengten Schlafkojen vermitteln eine Ahnung vom Leben auf hoher See. Detaillierte Ausstellungen mit Karten, Bildern und Artefakten dokumentieren anschaulich die verschiedenen Expeditionen: von Nansens Versuch, den Nordpol mit Skiern zu überqueren, bis zu Amundsens Entdeckung der Nordwestpassage und dem verhängnisvollen Rettungsversuch, bei dem er schließlich selbst verschwand. Weitere Ausstellungen beleuchten das Leben in den Polarregionen und deren Tierwelt; es gibt sogar einen Polar-Simulator.

Kon-Tiki-Museum

MUSEUM

(✆ 23 08 67 67; www.kon-tiki.no; Bygdøynesveien 36; Erw./Kind 90/40 nkr, mit Oslo-Pass frei; ⏲ Juni–Aug. 9.30–18, März–Mai & Sept.–Okt. 10–17, Nov.–Feb. 10–16 Uhr) Das bei Kindern besonders beliebte Museum ist dem Balsaholz-Floß Kon-Tiki gewidmet, mit dem der norwegische Forscher Thor Heyerdahl 1947 von Peru

nach Polynesien segelte. Auch die aus Totora-Schilf gefertigte *Ra II* ist zu sehen, die Angehörige des Volkes der Aymara auf der bolivianischen Insel Suriqui im Titicacasee gebaut hatten. Heyerdahl überquerte damit 1970 den Atlantik.

Norwegisches Seefahrtsmuseum MUSEUM
(Norsk Maritimt Museum; Karte S. 52 f.; www.marmuseum.no; Bygdøy-nesveien 37; Erw./Kind 80/30 nkr, mit Oslo-Pass frei; Mitte Mai–Aug. 10–17, sonst Di–Fr 10–15, Sa & So 10–16 Uhr) Der Autor Roald Dahl sagte einmal, dass in Norwegen wirklich jeder ein Boot zu haben scheint. Nirgends wird das so deutlich wie hier. Thema dieses Museums ist Norwegens Beziehung zur See. Dazu gehören auch Fischerei und Walfang, Schiffe, die mit seismischen Methoden nach Öl und Gas suchen, Schiffsbau und Wrackbergung. Highlight ist für viele Besucher ein 20-minütiger Film mit Aufnahmen von der norwegischen Küste.

Grünerløkka

Munch-Museum KUNSTMUSEUM
(Munchmuseet; Karte S. 52 f.; 23 49 35 00; www.munchmuseet.no; Tøyengata 53; Erw./Kind 95/40 nkr, mit Oslo Pass frei; Mitte Juni–Sept. 10–17, sonst Mi–Mo 11–17 Uhr) Fans von Edvard Munch (1863–1944) werden sich das Munch-Museum nicht entgehen lassen. Es ist dem Lebenswerk des Künstlers gewidmet und zeigt die meisten Werke, die nicht im Besitz der Nationalgalerie sind. Hier bekommen Besucher einen Gesamteindruck der Arbeit Munchs, von düsteren Werken wie *Das kranke Kind* bis zu lichteren Bildern wie *Die Sonne*. Mit über 1100 Gemälden, 4500 Aquarellen und 18 000 Drucken und Zeichnungen, die er der Stadt persönlich vermacht hat, ist dies eine herausragende Sammlung.
Zu erreichen ist das Museum mit dem Bus 20 oder mit der T-Bane bis Tøyen, von wo es noch fünf Minuten zu Fuß sind (ausgeschildert).

Botanischer Garten GARTEN
(Botanisk Hage; Karte S. 52 f.; Sars gate 1; Mitte März–Sept. Mo–Fr 7–21, Sa & So 10–21 Uhr, den Rest des Jahres bis 17 Uhr) GRATIS Im 6 ha großen Botanischen Garten gedeihen über 7500 Pflanzen aus aller Welt. Auch Pflanzen aus dem Oslofjord wachsen hier, darunter vier Arten, die in der Natur kaum mehr zu finden sind. Den meisten Besuchern sind die Pflanzen jedoch egal: Sie begnügen sich damit, unter einem Baum auszuspannen!

Naturkundemuseum MUSEUM
(Naturhistorisk Museum; Karte S. 52 f.; www.nhm.uio.no; Sars gate 1; Erw./Kind 50/25 nkr; Di–So 11–16 Uhr) Das Naturkundemuseum der Universität zwischen den Bäumen des Botanischen Gartens besteht aus zwei verschiedenen Museen. Das **Zoologische Museum** (Karte S. 52 f.) ist, wie nicht anders zu erwarten, vollgestopft mit präparierten einheimischen Tieren. Daneben befindet sich das **Geologisch-Paläontologische Museum** (Karte S. 52 f.) mit Ausstellungen zur Geschichte des Sonnensystems und zur norwegischen Geologie sowie mit unzähligen Mineralien, Meteoriten und Mondsteinen. Zur paläontologischen Abteilung gehört auch „Ida“, das älteste komplett erhaltene Primatenfossil. Außerdem können Besucher hier ein 10 m langes Iguanodon-Skelett und ein Nest mit Dinosauriereiern bewundern. Das Ticket schließt außerdem den Besuch der Gewächshäuser mit tropischen Pflanzen ein.

Damstredet ALTSTADT
(Karte S. 56 f.) Die skurrilen Holzhäuser aus dem 18. Jh. im Bezirk Damstredet und dem benachbarten Telthusbakken sorgen für Beschaulichkeit im Vergleich zur modernen Architektur im Zentrum. Das einstige Armenviertel Damstredet ist heute ein beliebtes Künstlerviertel. Von der Akersgata Richtung Norden geht's rechts ab in die Damstredet Gate. Telthusbakken liegt ein Stück weiter die Akersgata aufwärts, ebenfalls auf der rechten Seite.
Unterwegs geht's am **Vår Frelsers Gravlund** vorbei, dem Friedhof mit den Gräbern von Ibsen, Munch und Bjørnstjerne Bjørnson.

Gamle Aker Kirke KIRCHE
(Karte S. 52 f.; Akersbakken 26; Mo–Sa 12–14 Uhr) GRATIS Die mittelalterliche Steinkirche nördlich des Zentrums von Akersbakken stammt von 1080 und ist das älteste Gebäude in Oslo. Anfahrt mit dem Bus Nr. 37 vom Jernbanetorget bis Akersbakken, von dort zu Fuß am Kirchhof vorbei.

Großraum Oslo

Skisprungschanze & Skimuseum Holmenkollen MUSEUM
(91 67 19 47; www.holmenkollen.com; Erw./Kind 120/60 nkr, mit Oslo-Pass frei; Juni–Aug. 9–20, Mai–Sept. 10–17, sonst 10–16 Uhr) Auf einem Hügel über der Stadt befindet sich die Skisprungschanze Holmenkollen. Sie bietet einen weiten Blick über Oslo. Gelegentlich finden hier auch Konzerte statt. Zum jährli-

chen **Skifestival** im März kommen die besten Skispringer aus aller Welt. Selbst wenn man kein wagemutiger Skiflieger ist, lohnt sich ein Besuch, denn das Skimuseum ist sehenswert und es gibt noch ein paar weitere Attraktionen.

Das **Skimuseum** (Kongeveien 5; Besuch im Holmenkollen-Ticket inbegriffen; Juni–Aug. 9–20, Mai & Sept. 10–17, sonst 10–16 Uhr) führt durch die 4000-jährige Geschichte des Abfahrts- und Langlaufsports in Norwegen. Daneben zeigt es Ausstellungen zu den Antarktisexpeditionen von Amundsen und Scott sowie zu Fridtjof Nansens Marsch über die grönländische Eiskappe (u. a. kann hier das Boot bestaunt werden, das er aus Zelt und Schlitten improvisierte, um die letzten 100 km bis nach Nuuk zu rudern).

Die Eintrittskarte gilt auch für den Besuch des **Sprungschanzenturms**. Es gibt einen Lift, aber die letzten 114 Stufen muss jeder selbst bezwingen. Der **Skisprungsimulator** (90 01 20 46; www.skisimulator.no; Erw./Kind 65/40 nkr; Juni–Aug. 9–20, Mai & Sept. 10–17, den Rest des Jahres 10–16 Uhr) vor dem Eingang ist eine Gaudi, aber nichts für empfindliche Mägen. Zu erreichen ist das Museum mit der T-Bane-Linie 1 bis Holmenkollen, dann bergauf den Schildern folgen.

Nordmarka

WALD

Das Waldgebiet Nordmarka nördlich der Skisprungschanze Holmenkollen ist das Topausflugsziel für alle, die wandern, Mountainbike fahren, rodeln oder Ski fahren wollen. Außerdem befindet sich hier das geografische Zentrum der Stadt; Oslo dürfte somit die einzige Hauptstadt der Welt mit einem Wald im Zentrum sein. Skifahrer steuern den **Tryvan Vinterpark** an. Im Sommer ist der 118 m hohe **Fernsehturm Tryvannstårnet** ein guter Ausgangspunkt für Wanderungen und Radtouren.

Im Sommer einen Korb o. Ä. mitbringen, um Blaubeeren zu sammeln! Vom Holmenkollen fährt die T-Bane durch eine malerische Landschaft bis zur Endstation in Frognerseteren; dann geht's zu Fuß den beschilderten Pfad entlang.

Henie-Onstad-Kunstzentrum

MODERNE KUNST

(Henie-Onstad Kunstsenter; 67 84 48 80; www.hok.no; Høvikodden; Erw./Kind 80 nkr/frei; Di–Do 11–19, Fr–So bis 17 Uhr) Das private Kunstmuseum enthält Werke von Joan Miró und Pablo Picasso, aber auch diverse impressionistische, abstrakte, expressionistische und moderne norwegische Werke. Im Sommer besteht eine kostenlose Busverbindung vom Thon Hotel nahe der Oper (fährt im Halbstundentakt), ansonsten nimmt man Bus 151 bis Haltestelle Høvikodden.

NICHT VERSÄUMEN

DAS GRÜNSTE FESTIVAL?

Musikfestivals sind nicht gerade berühmt für ihre Umweltverträglichkeit, das **Øya-Festival** (www.oyafestivalen.com; Anfang Aug.) , das größte Indie- und Rockfestival in Norwegen, ist jedoch eine Ausnahme von der Regel. Der Strom für die vier Bühnen wird aus erneuerbaren Energien gewonnen, sämtlicher Müll wird recycelt und – was wohl am meisten beeindruckt – die Abwässer der 16 000 Festivalbesucher werden in Biokraftstoff umgewandelt. Damit werden dann die Busse angetrieben, mit denen die Gäste vom Stadtzentrum zum Festivalgelände und zurück transportiert werden.

Bei dem Festival treten einige der größten Namen der Indie- und Rockszene auf. 2014 gehörten neben fast 200 anderen Bands Outkast, The National und die Queens of the Stone Age dazu. Zusätzlich gibt es noch einige festivaltypische Nebenveranstaltungen.

Aktivitäten

Als begeisterte Skifahrer, Wanderer und Segler wollen die Einwohner Oslos nur eins: raus in die Natur. Kein Problem bei über 240 km² Wald, 40 Inseln und 343 Seen innerhalb der Stadtgrenzen.

Eislaufen

In der Stadt und in der Umgebung befinden sich mehrere Eislaufbahnen.

Spikersuppa-Outdoor-Eisbahn

EISLAUFEN

(Karte S. 56 f.; Karl Johans gate) GRATIS Auf der zentral gelegenen und romantischen Spikersuppa-Eisbahn ist das Eislaufen kostenlos – es muss nur kalt genug fürs Überfrieren sein (etwa von Nov. bis März). Häufig muss die Bahn um 15 Uhr geräumt werden, damit das Eis präpariert werden kann. Leihschlittschuhe gibt's an der Eisbahn (100 nkr).

Klettern

Die schönsten Klettermöglichkeiten bieten die mit Bohrhaken versehenen Wände des Kolsåstoppen. Der Berg ist mit der T-Bane-Linie 3 bis Haltestelle Kolsås zu erreichen.

Vulkan Climbing Centre KLETTERN
(Karte S. 52 f.; 22 11 28 90; www.kolsaas.no; Maridalsveien 17; Erw./Kind ab 70/60 nkr; Mitte Aug.–Mai Mo–Do 10–22, Fr 10–21, Sa & So 10–20 Uhr) Die Halle hat Kletter- und Boulderwände aller Schwierigkeitsgrade.

Radfahren

Mountainbiker finden im Umland von Oslo ein umfangreiches Wegenetz für tagelange Fahrradtouren. In der Touristeninformation (S. 77) gibt's kostenlose Radwanderkarten: *Sykkelkart Oslo* mit Radwegen im Stadtgebiet und *Idrett og friluftsliv i Oslo* mit Routen im Umland. Die Broschüre *Opplevelsesturer i Marka* beschreibt sechs Fahrrad- und/oder Wandertouren in der Umgebung von Oslo.

Zwei besonders schöne Routen innerhalb des Stadtgebiets sind auch für Stadtfahrräder geeignet: Eine folgt dem Fluss Akerselva hinauf zum Maridal-See (Maridalsvannet; 11 km), die andere führt durch die Wälder um Bygdøy. Die Maridal-Route passiert zahlreiche Wasserfälle und umgebaute Fabrikgebäude bei Grünerløkka und überquert einige der ungewöhnlicheren Brücken von Oslo wie die Anker- oder eventyr- (Märchen-)Brücke.

Das **Hønse-Louisas Hus** (Karte S. 52 f.; www.honselovisashus.no; Sandakerveien 2; Mai–Aug. 11–18, März–April & Sept. 11–16 Uhr) lockt unterwegs mit Kaffee und Waffeln. Wanderer können die T-Bane bis Kjesås nehmen und von dort dem Fußpfad Richtung Stadt folgen. Radtouren und Spaziergänge in Bygdøys ländlicher Idylle bieten viele Gelegenheiten zum Baden. Vor dem Norwegischen Volkskundemuseum gibt es einen Fahrradstand. Wer eine größere Herausforderung sucht, kann mit der Linie 1 der T-Bane bis Frognerseteren fahren und in der Nordmarka radeln.

Schwimmen

Inseln & Strände

Wenn (oder eher falls) das Wetter wärmer wird, gibt's in unmittelbarer Nähe zum Osloer Stadtzentrum ein paar ganz annehmbare Strände. Am Vippetangen-Kai ((S. 78; südöstlich der Festung Akershus) legen Fähren zu einem halben Dutzend Inseln im Oslofjord ab. Zu den Inseln Hovedøya und Langøyene fahren die Boote im Sommer ziemlich häufig (mindestens stündl.); andere Inseln werden seltener angelaufen. Die letzte Fähre legt im Winter um 18.45 Uhr und im Sommer um 21.05 Uhr von Vippetangen ab.

Sonnenanbeter lieben besonders das Südwestufer der ansonsten felsigen Insel Hovedøya; sie liegt dem Festland am nächsten. Fußwege führen zu alten Geschützständen und zu den Ruinen eines **Zisterzienserklosters** aus dem 12. Jh.

Südlich von Hovedøya liegt die unbebaute Insel Langøyene; an dessen Fels- und Sandstränden man super schwimmen kann (FKK-Strand am Südostufer). Anfahrt mit der Fährlinie 94 (fährt aber nur im Sommer).

Huk und **Paradisbukta** sind zwei beliebte Strände auf der Halbinsel Bygdøy; vom Jernbanetorget fährt die Buslinie 30 dorthin (Endstation). Huk ist – abgesehen von ein paar sandigen Flecken – von Rasen und großen glatten Felsen bedeckt, die sich ideal fürs Sonnenbaden eignen. Der Strand wird von einer kleinen Bucht geteilt; FKK-Freunde halten sich an den nordwestlichen Teil. Wem Huk zu voll ist, der wandert von der Bushaltestelle zehn Minuten Richtung Norden durch den Wald und landet am abgeschiedenen Paradisbukta.

Und dann gibt es natürlich noch einen winzigen **künstlichen Kiesstrand** mitten im Zentrum, vor dem Astrup-Fearnley-Museum. Hier kann man bedenkenlos schwimmen gehen und Einheimische mit Kindern kommen gern dorthin.

Das Wasser ist mitunter erstaunlich warm, Temperaturen bis 22 °C sind keine Seltenheit, man braucht also schon eine bessere Ausrede!

Schwimmbäder

Es gibt zwei kommunale Freibäder in der Stadt:

Frognerbadet SCHWIMMEN
(Karte S. 52 f.; 23 27 54 50; Middelthuns gate 28; Erw./Kind 86/40 nkr; Juni–Mitte Aug.) Großes Freibad im Frognerpark (Zugang auf der Middelthuns Gate).

Tøyenbadet SCHWIMMEN
(Karte S. 52 f.; 23 30 44 70; Helgesens gata 90; Erw./Kind 86/40 nkr; 7–19 Uhr) Ein Komplex in der Nähe des Munch-Museums mit einem Hallenbadbereich und einem Freibad, das nur im Sommer zugänglich ist. Die Öffnungszeiten variieren von Tag zu Tag.

Skifahren

Oslos Skisaison dauert ungefähr von Dezember bis März. Es gibt ein Skigebiet innerhalb der Stadtgrenzen und über 2400 km gespurte Loipen (1000 km allein in der Nordmarka), von denen viele mit Flutlichtanlagen ausgestattet sind. Leicht zu erreichen sind

die Loipen, die direkt bei der Endstation der T-Bane-Linien 1 und 5 beginnen. Das **Skiservice-Zentrum** (22 13 95 00; www.skiservice.no; Tryvannsveien 2; 10–20 Uhr) an der Haltestelle Voksenkollen (eine vor dem Frognerseteren) vermietet Snowboards und Langlaufski. Die Abfahrtspisten beim **Tryvann Vinterpark** (40 46 27 00; www.oslovinterpark.no; Dez.–Mitte April Mo–Fr 10–22 Uhr, Sa & So bis 17 Uhr) sind während der Skisaison geöffnet. Weitere Informationen zum Thema Skifahren gibt's über die Internetseite www.holmenkollen.com.

Wandern

Ein insgesamt 1200 km langes Netz von Wanderwegen führt von Frognerseteren (am Ende der T-Bane-Linie 1) durch die Nordmarka. Darunter ist eine tolle Strecke zum Sognsvann-See, 6 km nordwestlich des Zentrums am Ende der T-Bane-Linie 5. Wer im August hier wandert, sollte unbedingt ein Gefäß zum Blaubeerensammeln und Badekleidung dabeihaben. Schwimmen ist in allen Seen des Waldgebiets um Oslo erlaubt; einzige Ausnahmen sind Maridalsvannet und Skjersjøen, die als Trinkwasserreservoirs dienen. Ein Spaziergang um den Sognsvann-See dauert etwa eine Stunde. Für den Rundweg (11 km) zum hübschen alten Bauernhof in **Ullevålseter** (www.ullevalseter.no, Di–So), wo Kaffee und Waffeln warten, braucht man etwa drei Stunden.

Auch die Ekeberg-Wälder, südöstlich des Zentrums, sind schön für einen Spaziergang; Anfahrt von Jernbanetorget mit dem Bus Nr. 34 oder 46 zum **Ekeberg-Camping** (Karte S. 52 f.; 22 19 85 68; www.ekebergcamping.no; Ekebergveien 65; 4-Pers.-Zelt mit/ohne Wagen 270/180 nkr; Juni–Aug.; P). Im Sommer werden hier an den Wochenenden Reit- und Kricketturniere veranstaltet. Durch die Wälder führt ein Eisenzeit-Geschichtspfad. Und als Station in punkto Architekturgeschichte sollte das **Ekeberg-Restaurant** (Karte S. 52 f.; 23 24 23 00; www.ekebergrestauranten.com; Kongsveien 15; Hauptgerichte 220 nkr, Menüs ab 375 nkr; Mo–Sa 11–24, So 12–22 Uhr) unbedingt mit auf der Wanderroute liegen, es ist eines der ältesten Beispiele des Funktionalismus. Auf dem Weg zur Stadt bietet die Valhallkurve den Ausblick, der Edward Munch zu seinem Bild Der Schrei inspiriert hat.

Der Norske Turistforening (S. 77) unterhält mehrere Berghütten in der Nordmarka und hat Informationen und Kartenmaterial zu Langstreckenwanderungen in ganz Norwegen.

Geführte Touren

Die besten Stadtführungen durch Oslo erkunden reizvolle kulturelle und historische Aspekte (oder bieten eine Bootsfahrt), lassen ihren Teilnehmern aber auch Raum für eigene Entdeckungen.

City Sightseeing BUSTOUR

(Karte S. 56 f.; www.citysightseeing.no; Erw./Kind/Familie 250/125/650 nkr; Mitte Mai–Mitte Sept. erste Abfahrt 9.30 Uhr, letzte Abfahrt 17.25 Uhr) Oslos Version der Hop-on-Hop-off-Busrundfahrten. Fahrkarten sind 24 Stunden gültig und decken nahezu alle Sehenswürdigkeiten in der Stadt ab, die jeweils ohne Hast besichtigt werden können. Die Touristeninformation hat eine Liste der Haltestellen. Abfahrt im 30-Minuten-Takt.

Oslo Promenade SPAZIERGANG

(Karte S. 56 f.; 22 42 70 20; www.guideservice.no; Erw./Kind 150 nkr/frei, mit Oslo-Pass frei) Der Oslo Guide Service organisiert maßgeschneiderte Stadtführungen für Gruppen mit bis zu 25 Teilnehmern (2000 nkr pro Gruppe); sie müssen vorab gebucht werden. Eine weitere Möglichkeit, die Stadt zu entdecken, ist ein 1½-stündiger Abendspaziergang, der um 17.30 Uhr vor dem Rådhus (S. 51) losgeht. Die Führer kennen sich gut aus und vermitteln auf unterhaltsame Weise einen Insider-Einblick.

Båtservice Sightseeing BOOTSFAHRT

(Karte S. 56 f.; 23 35 68 90; www.boatsightseeing.com; Pier 3, Rådhusbrygge; 185–590 nkr pro Pers.; April–Sept.) Oslo und den Oslofjord vom Wasser aus kennenlernen kann man bei einer Bootstour mit Båtservice Sightseeing. Im Angebot ist eine ganze Palette von Touren entweder auf einem traditionellen Schoner aus Holz oder auf einem moderneren Motorboot. Einige Touren sind auch mit Busfahrten kombiniert.

Feste & Events

Einzelheiten zu allen anstehenden Veranstaltungen in der Stadt gibt's auf www.visitoslo.com.

Inferno Metal Festival MUSIK

(www.infernofestival.net; Anfang April) Bei dem Festival werden die finsteren Herrscher des Heavy Metal auf das Osloer Publikum losgelassen.

Nationalfeiertag KULTUR

(17. Mai) Oslos größtes alljährliches Event. Am 17. Mai werfen sich die aus allen Teilen

des Landes stammenden Osloer in die traditionelle Tracht ihrer jeweiligen Heimatregion und ziehen zum Schloss.

Norwegian Wood Festival MUSIK
(www.norwegianwood.no; Juni) Oslo ist Schauplatz zahlloser Musikfestivals und dieses gehört zu den größeren. 2014 traten hier neben vielen anderen Künstlern auch Arcade Fire auf.

Oslo International Jazz Festival MUSIK
(www.oslojazz.no; Mitte Aug.) Jazz und die langen Sommerabende Oslos passen gut zusammen. Bei diesem Festival treten die Großen der Szene auf.

Oslo Opera Festival OPER
(www.operafestival.no; Okt.) Im Oktober erklingen Opern in den Konzertsälen und sogar auf den Straßen Oslos.

Oslo World Music Festival MUSIK
(www.osloworldmusicfestival.no; Ende Okt.–Anfang Nov.) Nicht nur die westliche Welt macht gute Musik. Bei diesem Festival der Weltmusik werden die unterschiedlichen Rhythmen dieser Erde präsentiert. Jede Menge kinderfreundliche Aktivitäten gibt es auch.

Schlafen

Oslo verfügt über jede Menge Unterkünfte, darunter immer mehr kleine B&Bs, die mehr Charme haben als die Hotelketten. Im Vergleich zu anderen Städten in Europa sind die hiesigen Hotels tendenziell Marke Einheitsbrei und – wie zu erwarten – sehr teuer.

Zentrum & Umgebung

Oslo Vandrerhjem Central HOSTEL €
(Karte S. 56 f.; 23 10 08 00; www.hihostels.no; Kongens gate 7; B/2BZ/FZ 395/835/1495 nkr;) Ein absolut makelloses Hostel mit einfachen, funktionellen Zimmern, einem großen Gemeinschaftsraum (ideal, um andere Reisende kennenzulernen), Internetzugang (guter Empfang), jeder Menge Infomaterial und einer sehr zentralen Lage. Die neue Unterkunft ist tadellos geführt und ein Segen für Budgetreisende.

PS: Hotell DESIGNERHOTEL €
(Karte S. 52 f.; 23 15 65 00; www.pshotell.no; Maridalsveien 13c; 2BZ/3BZ/Suite 680/850/1250 nkr;) Im Herzen des trendigen neuen Bauprojekts Vulkan, 25 Gehminuten nordöstlich des Zentrums, steht ein Designerhotel Marke Industrie-Schick. Die in Grau gehaltenen, coolen Zimmer sind winzig, holen aber alles aus der geringen Fläche heraus. Für den Preis ein echtes Schnäppchen.

Anker Hostel HOSTEL €
(Karte S. 56 f.; 22 99 72 00; www.ankerhostel.no; Storgata 55; B 230–250 nkr, EZ & 2BZ 620–640 nkr;) Das riesige touristenfreundliche Hostel bietet eine internationale Atmosphäre, tendenziell sterile Zimmer, eine Wäscherei, Küchen (auch in einigen Zimmern) und eine kleine Bar. Frühstück kostet 60 nkr extra, Bettwäsche 70 nkr und ein Parkplatz 230 nkr für 24 Stunden. Die Lage ist zwar nicht gerade malerisch, aber günstig, da Grünerløkka und das Stadtzentrum nur fünf Minuten zu Fuß entfernt sind.

Ellingsens Pensjonat PENSION €€
(Karte S. 52 f.; 22 60 03 59; www.ellingsenspensjonat.no; Holtegata 25; EZ/DZ ab 600/990 nkr, ohne Bad EZ/DZ 550/800 nkr, Apt. EZ/DZ 700/1200 nkr;) Die gemütliche Pension in einem schönen, ruhigen Viertel ist wohl eines der besten Angebote der Stadt. Das Gebäude stammt aus dem Jahr 1890 und das meiste der ursprünglichen Ausstattung (hohe Decken, Blumenmuster) ist erhalten geblieben. Die hellen, luftigen Zimmer sind hübsch aufgemacht und mit Kühlschrank und Wasserkocher ausgestattet. Zum Faulenzen an sonnigen Tagen gibt es einen kleinen Garten.

Sehr beliebt; ohne Reservierung geht hier nichts.

Hotel Folketeateret HOTEL €€
(Karte S. 56 f.; 22 00 57 00; www.choiceno; Storgata 21–23; EZ/DZ Halbpension ab 900/1250 nkr;) Die Zimmer sind stilvoll, groß, in dunklen Rot- und kühlen Schwarztönen gehalten (das gefällt wahrscheinlich nicht jedem) und haben mehr Charakter als die der meisten anderen Hotels in der Stadt. Draußen zeigt eine große Statue eine Frau, deren Gliedmaßen zu einer unmöglich ausführbaren Yoga-Position verdreht sind. Davon abgesehen hebt sich die Unterkunft vor allem durch das im Preis enthaltene Abendmenü von der Konkurrenz ab.

Grand Central HOTEL €€
(Karte S. 56 f.; 22 98 28 00; www.choice.no; Jernanetorget 1; DZ ab 1050 nkr;) Der Traum eines jeden Trainspotters. Dieses Hotel entstand aus einem Teil des früheren Bahnhofs, der gerade in das Einkaufs- und Kulturzentrum Østbanehallen umgebaut wird. Das Grand Central hat gewissermaßen eine

Waggonladung voll Charme. Man überblickt (fast) das komplette Opernhaus und Graffitis bedecken die Wände der Zimmer.

Thon Hotel Astoria
HOTEL €€

(Karte S. 56 f.; ☎ 24 14 55 50; www.thonhotels.com; Dronningens gate 21; EZ/DZ ab 645/800 nkr; 📶) Das Hotel wird zwar als „Budgethotel" von Thon vermarktet, aber abgesehen von den etwas kleineren Badezimmern und fehlenden Minibars bzw. Pay-TVs ist es von den sehr viel teureren Häusern der Kette nicht zu unterscheiden. Es liegt sehr günstig nahe dem Bahnhof, aber Parkplätze gibt es nur auf der Straße.

Achtung: Die Einzelzimmer sind wirklich mikroskopisch klein; vielleicht doch lieber ein Doppelzimmer nehmen.

Anker Hotel
HOTEL €€

(Karte S. 56 f.; ☎ 22 99 75 00; www.anker-hotel.no; Storgata 55; EZ/DZ ab 690/890 nkr; 📶) Das Haus könnte als eine Art „Budget-Businesshotel" beschrieben werden. Es ist ein wuseliger Ort mit schlichten, schmucklosen Zimmern, die alles bieten, was ein Hotelzimmer bieten muss, auch nicht ein Quentchen mehr. Der perfekte Kompromiss zwischen Hostel und Edelhotel. Das Frühstück ist ordentlich.

Hotell Bondeheimen
HOTEL €€

(Karte S. 56 f.; ☎ 23 21 41 00; www.bondeheimen.com; Rosenkrantz gate 8; EZ/DZ ab 1140/1340 nkr; 📶) Das 100 Jahre alte Gebäude wartet mit einem farbenfrohen Mobiliar auf (IKEA lässt grüßen). Es diente in seinen Anfängen als Pension für „Landeier", die sich in die große Stadt wagten, und gehörte einer Organisation, die sich der Förderung der norwegischen Kultur verschrieben hatte. Heute müssen die „armen" Landeier genauso viel zahlen wie alle anderen Besucher auch, die Besitzer (und ihr Auftrag) sind aber immer noch dieselben.

P-Hotel
HOTEL €€

(Karte S. 56 f.; ☎ 23 31 80 00; www.p-hotels.com; Grensen 19; EZ & DZ 795–995 nkr; 📶) Das P-Hotel ist nicht nur eines der preisgünstigsten im Zentrum Oslos, sondern bietet auch komfortable, für Oslo ziemlich großzügig geschnittene Zimmer mit Holzmöbeln und anständigen Badezimmern. Das Frühstück ist im Preis enthalten und wird in einer Tüte an die Zimmertür gebracht. In den Zimmern befinden sich Wasserkocher und Tee-/Kaffeebeutel. Die Lage könnte kaum zentraler sein.

ZIMMER MIT FRÜHSTÜCK

Eine der billigsten Übernachtungsmöglichkeiten in Oslo, die zudem auch einen weitaus persönlicheren Aufenthalt als in einem Hotel verspricht, ist ein Zimmer in einem der B&Bs. Die Website von **B&B Norway** (www.bbnorway.com) ist eine gute Informationsquelle zu den etablierteren B&Bs im Land. Auch die Touristeninformation hat gute Tipps (aber nur, wenn man persönlich vorbeigeht).

Cochs Pensjonat
PENSION €€

(Karte S. 56 f.; ☎ 23 33 24 00; www.cochspensjonat.no; Parkveien 25; EZ/DZ mit Küchenzeile ab 610/840 nkr, ohne Bad 510/720 nkr; 📶) Das sehr preiswerte Cochs in optimaler Lage hinter dem Königspalast wurde in den 1920er-Jahren als Pension für Junggesellen eröffnet und vermietet spärlich möblierte, saubere Zimmer, einige davon mit Kochnische. Die Zimmer nach hinten zum Schlosspark sind besonders groß. Das Hotel bietet Gepäckaufbewahrung und ein ermäßigtes Frühstücksbuffet (ab 42 nkr) in einem Café um die Ecke.

★The Thief
BOUTIQUEHOTEL €€€

(Karte S. 52 f.; ☎ 24 00 40 00; www.thethief.com; Landgangen 1; DZ ab 2890 nkr; 📶 🛁) Der „Dieb" ist Teil des neuen Uferkomplexes und ein absolut erstklassiges Hotel (auch wenn der Name seltsam ist) mit Blick auf das Astrup-Fearnley-Museum. Die Kunst, die das Museum schmückt, hat ganz offensichtlich auf sein Dekor abgefärbt: Die goldenen Strickuhren geben keine Uhrzeit preis und in den eleganten Zimmern stapeln sich die Kissen.

Essen und Service entsprechen dem Standard.

Saga Hotel Oslo
BOUTIQUEHOTEL €€€

(Karte S. 52 f.; ☎ 22 55 44 90; www.sagahoteloslo.no; Eilert Sundts gate 39; EZ/DZ ab 1295/1695 nkr; 📶) Ein edles Hotel mit 46 Zimmern. Das stattliche alte Gebäude steht in einem ruhigen Viertel und ist dank einer künstlerisch-kreativen, ja sogar etwas verwegenen Note eine echte Besonderheit in Oslo: Ausgefallene Muster an den Wänden, purpurfarbene Beleuchtung an der Rezeption und Schwarz-Weiß-Fotografien. Im Kellerrestaurant wird superleckeres Sushi serviert.

Grims Grenka
BOUTIQUEHOTEL €€€

(Karte S. 56 f.; ☎ 23 10 72 00; www.firsthotels.no; Kongens gate 5; EZ/DZ ab 1445/1645 nkr; 🅿 ❄ 📶)

Das Grims Grenka ist Oslos Antwort auf die exklusiven kosmopolitischen Boutiquehotels in London und New York. Es hat moderne, minimalistische Zimmer, eine coole Dachbar und ein Restaurant mit asiatischer Fusionsküche – ohne Frage eines der spannendsten Hotels in Oslo.

Grand Hotel HISTORISCHES HOTEL €€€
(Karte S. 56 f.; ☎ 23 21 20 00; www.grand.no; Karl Johans gate 31; EZ/DZ ab 1395/1495 nkr; 🅿 📶 ❄) Das majestätische Grand Hotel mit seinem historischen Charme gilt in Oslo schon seit Langem als Maßstab für wahre Eleganz. Die Zimmer sind schön und stilvoll, aber ohne Bombast eingerichtet; einige sind ganz offensichtlich gezielt für Frauen gestaltet worden. Wer früh genug bucht, kann phantastische Schnäppchen machen.

Großraum Oslo

Bogstad Camping CAMPINGPLATZ €
(☎ 22 51 08 00; www.bogstadcamping.no; Ankerveien 117; Zelt mit/ohne Auto ab 270/185 nkr, Hütten 500–1290 nkr; ⏲ ganzjährig; 🅿) Bogstad Camping liegt am Rand der Nordmarka, 9 km nördlich des Stadtzentrums, und ist ideal, um die Natur rund um Oslo zu erkunden. Hier ist manchmal wirklich die Hölle los; da die Anlage sehr groß ist, verteilen sich die Menschenmassen aber gut. Es gibt Duschen und eine Gemeinschaftsküche und in der Nähe auch einen Kiosk sowie ein Restaurant. Zu erreichen ist der Platz mit dem Bus 32 ab Oslo S (etwa 30 Min.).

Oslo Vandrerhjem Haraldsheim HOSTEL €
(☎ 22 22 29 65; www.haraldsheim.no; Haraldsheimveien 4; B mit/ohne Bad 280/255 nkr, EZ/DZ 510/690 nkr, mit Gemeinschaftsbad 455/610 nkr, Frühstück inkl.; @ 📶) Ein schönes, allerdings schwer zu findendes Hostel 4 km außerhalb des Zentrums. Die Rezeption ist rund um die Uhr geöffnet und die 268 Betten stehen größtenteils in sauberen Vierbettzimmern. Es gibt eine Küche und eine Wäscherei. Bettwäsche kostet 50 nkr extra. Erreichbar ist das Hostel mit Straßenbahnlinie 12, 15 oder 17 sowie Buslinie 31 oder 32 nach Sinsenkrysset; von dort sind es zu Fuß fünf Minuten bergauf.

Holmenkollen Park Hotel Rica HISTORISCHES HOTEL €€
(☎ 22 92 20 00; www.holmenkollenparkhotel.no; Kongeveien 26; EZ/DZ ab 1105/1355 nkr; 🅿 📶 ❄) Das schlossartige Hotel wurde 1891 von Dr. Ingebrigt Christian Lund als ein Sanatorium eröffnet und es bietet Luxus, einen Hauch von Geschichte, eine tolle Aussicht und angesichts des umfangreichen Angebots sehr annehmbare Preise. Und obendrauf gibt es noch ein riesiges Frühstücksbüffet mit Bioprodukten.

Essen

Ein Restaurantbesuch in Oslo war lange Zeit ein teures Vergnügen, für das nur selten gutes Essen geboten wurde. Zum Glück hat sich das geändert. Die Preise sind zwar immer noch recht hoch, aber heute gibt es wenigstens eine große Auswahl an Restaurants. Wer gesundes Essen schätzt, das nicht das Konto sprengt, sollte sich an die asiatischen und afrikanischen Lokale halten. Oslo hat viele gute indische, thailändische, vietnamesische und äthiopische Restaurants zu bieten, in denen eine richtige Mahlzeit meist nur halb so viel kostet wie in einem normalen norwegischen Restaurant.

Ein typischer Snack ist ein *polse* (Hotdog) in einem *lumpe* (Kartoffelfladen) für um die 20 nkr oder eine Waffel mit saurer Sahne und Erdbeermarmelade.

Zentrum

Taste of the Far East ASIATISCH €
(Karte S. 56 f.; ☎ 22 20 56 28; Bernt Ankersgate 6b; Hauptgerichte 80–120 nkr; ⏲ 13–24 Uhr) Für den „Geschmack des fernen Ostens“ sorgen leichte, gesunde thailändische und vietnamesische Currys, Suppen und Nudelgerichte. Ein beliebtes, günstiges Restaurant.

Ruffino Ristorante ITALIENISCH €€
(Karte S. 56 f.; ☎ 22 55 32 80; www.ruffino.no; Arbins gate 1; Hauptgerichte 189 nkr; ⏲ Mo–Sa 16–23 Uhr) In Oslo gibt es viele Möglichkeiten, Pizza oder Pasta zu essen, aber das Ruffino ist der einzige „echte“ Italiener. Die authentische, preiswerte Küche hat dem Ristorante gegenüber vom Slottsparken (Schlosspark) viele treue Stammkunden eingetragen – Einheimische ebenso wie eingeweihte Traveller.

Rust INTERNATIONAL €€
(Karte S. 56 f.; ☎ 23 62 65 05; www.rustoslo.com; Hegehaugsveien 22; Tapas 40–80 nkr, Hauptgerichte 129–195 nkr; ⏲ Mo–Sa 11–1, So 12–24 Uhr) Das Rust liegt in einer kleinen Seitenstraße voller Cafés und Restaurants, ist hell, farbenfroh und repräsentiert zu 100 % das moderne Oslo. Es hat reichlich Straßentische und warme Decken für kalte Tage und ist bis spät in die Nacht geöffnet – ideal für einen gemütlichen Cocktail, herzhafte Salate oder phantasievolle Tapas.

TIPPS FÜR SELBSTVERSORGER

Jeder über 18 Jahren kann montags bis freitags bis 20 und samstags bis 18 Uhr in Oslos Supermärkten Bier kaufen. Wein oder Spirituosen werden nur an über 20-Jährige verkauft und nur im **Vinmonopolet** (Karte S. 54; Oslo City Shopping Centre; Mo–Mi 10–17, Do 10–18, Fr 9–18, Sa 10–14 Uhr). Es gibt eine ganze Reihe von Filialen in der Stadt.

Im Stadtviertel Grønland und in den Nebenstraßen östlich der Storgata gibt es zahlreiche preisgünstige Ethnosupermärkte. Sie führen Produkte, die sonst schwer zu bekommen sind, z. B. frische Kräuter und afrikanische, asiatische und orientalische Zutaten. Einer dieser Läden ist der hervorragende **Nor Brothers** (Karte S. 54; Storgata 34; Mo–Sa 8–22 Uhr), der eine Obst- und Gemüseabteilung hat, die in Preis und Qualität jeden Supermarkt in den Schatten stellt. Der **Grønland Bazaar** (Karte S. 49; Tøyengata 2) ist ein Einkaufszentrum mit orientalischen Waren.

Gate of India INDISCH €€

(Karte S. 52 f.; 22 69 09 33; www.gateofindia.no; Bogstadveien 66a; Mittagsangebote 149 nkr, Hauptgerichte 150–200 nkr; Mo 15–22, Di–Sa 15–23, So 14–22 Uhr) Das Restaurant im oberen Stock gegenüber der T-Bane-Station Majorstuen ist ein bisschen teuer, aber mit seiner köstlichen indischen Küche in dem recht kultivierten Ambiente einfach unschlagbar. Die Bedienung ist jedoch ziemlich lahm.

Café Sara INTERNATIONAL €€

(Karte S. 56 f.; 22 03 40 00; www.cafesara.no; Hausmanns gate 29; Hauptgerichte 120–180 nkr; Mo–Sa 11–3.30, So 13–3.30 Uhr) Trotz des nichtssagenden Namens handelt es sich hier um einen dunklen, aber freundlichen „englischen" Pub, der neben Pizza und Tex-Mex eine deftige Mischung aus norwegischen und türkischen Gerichten serviert. Die Spezialität des Hauses ist ein Fleischeintopf mit Mais, Reis und Kartoffeln – ideal für kalte Winterabende.

Café Skansen MEDITERRAN €€

(Karte S. 56 f.; 24 20 13 11; www.cafeskansen.no; Rådhusgata 32; Hauptgerichte 110–230 nkr; Mo–Fr 11–24, Sa 12–24, So 12–23 Uhr) Eines der vielen schicken Cafés und Restaurants, die Oslo derzeit im Sturm erobern. Wie die meisten solcher Lokale orientiert sich auch das Skansen in Stil und Küche am Mittelmeerraum – und an sonnigen Sommertagen verströmt die Terrasse tatsächlich alles andere als das übliche Image des frostigen Norwegens.

★Hos Thea NORWEGISCH €€€

(Karte S. 52 f.; 22 44 68 74; www.hosthea.no; Gabelsgata 11; Hauptgerichte 295–330 nkr, Menüs ab 495 nkr; Mo–Do & So 17–22, Fr & Sa bis 22.30 Uhr) Fantasievolle Gerichte wie Hummerravioli in Apfel-Curry-Soße (mit Hummer aus der Region) oder Ente in Hagebuttensoße machen das Hos Thea zu einen von Oslos Toprestaurants.

Besonders erfrischend ist die trotz des exquisiten Essens wunderbar entspannte Atmosphäre. Dafür sorgen der lauschige Speiseraum und das freundliche Personal.

★Fauna NORWEGISCH €€€

(Karte S. 52 f.; 41 67 45 43; www.restaurantfauna.no; Solligata 2; Menüs ab 750 nkr; Di–Do ab 18, Fr & Sa ab 17.45 Uhr) Das Fauna hebt sich durch hippe, moderne Eleganz von der Konkurrenz ab mit einer riesigen offenen Küche und einer massiven, gut bestückten Bar. Die Speisekarte ist voller kulinarischer Kunstwerke, die altbackene norwegische Gerichte neu erfinden – dafür gab es sogar einen Michelin-Stern. Anders als in anderen Spitzenklasserestaurants ist die Stimmung ziemlich relaxt.

Feinschmecker NORWEGISCH €€€

(Karte S. 52 f.; 22 12 93 80; www.feinschmecker.no; Balchens gate; Hauptgerichte ab 345 nkr, Menüs 895–1295 nkr; Mo–Sa 17–21 Uhr) Eins der besten Restaurants der ganzen Stadt, in dem in förmlicher Atmosphäre formvollendet präsentierte norwegische Gourmetspeisen serviert werden. Wer bis dato dachte, dass Norweger vor allem Burger essen, wird bei einem Besuch hier eines Besseren belehrt. Reservieren.

Plah THAILÄNDISCH €€€

(Karte S. 56 f.; 22 56 43 00; www.plah.no; Hegdehaugsveien 22; 5-/9-Gänge-Menü 545/625 nkr; Mo–Sa 17–0.30 Uhr) Leichte, kreative Küche mit Thai-Elementen – das ist das Geheimnis dieses angesehenen, sehr coolen Restaurants mit der vertraulichen Atmosphäre. Das Plah steht an einer ruhigen Fußgängergasse unweit des Schlosses. Es besteht aus

NICHT VERSÄUMEN

MATHALLEN OSLO

Eins der genialsten Bauprojekte – und Teil von Oslos allgemeiner Modernisierung – ist die extrem hippe „Schlemmerhalle“ **Mathallen Oslo** (Karte S. 52 f.; www.mathallenoslo.no; Maridalsveien 17; Di–Sa 12–18, So bis 17 Uhr). Dort serviert man im durchgestylten Industrie-Ambiente nicht nur das Beste aus der norwegischen Küche, sondern auch Leckeres aus aller Welt. Es gibt Dutzende Imbisse, Cafés und Minirestaurants, die den ganzen Tag gut besucht sind. Die Atmosphäre ist dabei sehr gechillt und man kommt oft mit den Sitznachbarn ins Gespräch. Vergleichsweise günstige Preise für hohe Qualität.

zwei Teilen: dem Restaurant und einer Bar, in der südostasiatische Tapas (Street-Food-Style) serviert werden.

Theatercafeen TRADITIONELL €€€
(Karte S. 56 f.; 22 82 40 50; Stortingsgata 24/26; Hauptgerichte 180–250 nkr) Das Theatercafeen direkt gegenüber dem Nationaltheatret wird in der Weihnachtszeit und am 17. Mai gerne von Familien besucht und serviert norwegische Klassiker im noblen Wiener Ambiente. Ein Großteil der Gerichte ist inspiriert von der wilden, stürmischen See, die an die Ufer Norwegens brandet, und von kalten, klaren Flüssen. Leibspeisen sind z. B. arktischer Saibling oder Heilbutt mit Spargel und Pilzen.

Grand Café NORWEGISCH €€€
(Karte S. 56 f.; 23 21 20 18; www.grand.no; Karl Johans gate 31; Hauptgerichte 235–335 nkr) Um Punkt 11 Uhr ging Henrik Ibsen jeden Tag von seiner Wohnung zum Grand Café auf ein Mittagessen aus Hering, Bier und Aquavit (mit Kümmel gewürzter Kartoffelschnaps). Sein Tisch steht immer noch dort. Aber keine Sorge, es gibt auch noch andere Gerichte außer Hering, z. B. Rentier, arktischen Saibling und Muscheln mit Pommes.

Aker Brygge

Aker Brygge, die ehemalige Schiffswerft westlich des Haupthafens, ist heute ein angesagtes Einkaufszentrum. Der Komplex ist kürzlich umgebaut worden und beherbergt jetzt Dutzende von Lokalen und Restaurants am Wasser; darunter sind ein paar der beliebtesten Adressen von ganz Oslo.

Bei gutem Wetter essen die Einheimischen am liebsten selbst gepulte Krabben direkt am Hafen mit frischem Baguette, Mayonnaise und einem Tropfen Zitrone. Im Sommer gibt es sie z. B. im **Fishermen's Coop** (Karte S. 56 f.; Rådhusbrygge 3/4; Krabben 150 nkr pro kg; Di–Sa 7–17 Uhr).

People & Coffee INTERNATIONAL €
(Karte S. 56 f.; Rådhusgata 21; Hauptgerichte 59–140 nkr, Mittagsangebote 129 nkr; 7–18 Uhr) Der freundliche Laden ist mehr als nur ein Café. Man könnte ihn als einen Treffpunkt für die Küchen aller Welt bezeichnen. Abgesehen von Rüblikuchen, Suppen und Kaffee bestellen die Gäste gern Leckerbissen aus Lateinamerika, Afrika und Asien. Die Mittagsangebote gehören zu den günstigsten der Stadt.

Solsiden Seafood FISCH & MEERESFRÜCHTE €€€
(Karte S. 56 f.; 22 33 36 30; www.solsiden.no; Søndre Akershus Kai 34; Hauptgerichte 295–315 nkr; Mo–Sa 16.30–22, So bis 21 Uhr) Solsiden bedeutet „Sonnenseite“, was die enorme Beliebtheit bei sonnenhungrigen Einheimischen erklärt. Zudem serviert es mit die besten Meeresfrüchte der Stadt. Das Restaurant befindet sich in einem grauen Speicherhaus auf der gegenüberliegenden Seite von Pipervika und bietet eine wunderbare Aussicht über den Fjord und manchmal auch auf riesige Kreuzfahrtschiffe.

Bølgen & Moi FISCH & MEERESFRÜCHTE €€€
(Karte S. 52 f.; 22 44 10 20; www.bolgenogmoi.no; Tjuvholmen Allé 5; Hauptgerichte 189–356 nkr, Menüs ab 565 nkr; Mo–Sa 12–22, So 15–21 Uhr) Diese kleine Restaurantkette ist ziemlich cool. Im Sommer kommen viele Gäste abends auf einen Drink vorbei, aber auch die Küche mit soliden Fisch- und Meeresfrüchtegerichten ist beliebt. Die Lage mit Blick auf die Werft ist erstklassig.

Rund um Oslo S & Grønland

Die Gegend östlich und nördlich vom Hauptbahnhof ist traditionell das Revier günstiger asiatischer und afrikanischer Restaurants. Die hiesige kulinarische Szene hat wenig gemein mit der im Zentrum sowie im Westen von Oslo. Dass in den letzten Jahren eine ganze Reihe sehr guter äthiopischer Restaurants dicht gemacht hat, ist wirklich jammerschade.

★ Punjab Tandoori INDISCH €
(Karte S. 56 f.; 22 17 20 86; www.punjabtandoori.no; Grønlandsleiret 24; Mittagsangebote 69 nkr, Hauptgerichte 80–110 nkr; Mo–Sa 11–23, So 12–

22 Uhr) Das schlichte kantinenartige Lokal mit der ganzen Vielfalt der Aromen Nordindiens serviert erstklassige Currys, die sogar auf dem indischen Subkontinent für Furore sorgen würden – von Oslo ganz zu schweigen. Ein echtes Stadtteilrestaurant für die lokale asiatische Gemeinde und eingeweihte Norweger. So authentisch sind nur wenige Inder in Europa.

Teddy's Soft Bar AMERIKANISCH €
(Karte S. 56 f.; ☎ 22 17 36 00; Brugata 3a; leichte Mahlzeiten ab 83 nkr; ⏲ Mo–Sa 11–3 Uhr) Die Jukebox in der Ecke verleiht Teddy's Soft Bar einen Hauch USA-Feeling der 1950er-Jahre. Die Kneipe ist eine echte lokale Institution, die sich seit Jahrzehnten kaum verändert hat. Zu den Burgern passt das amerikanische Kultgetränk der 1950er-Jahre – der Milchshake – ganz wunderbar. Wer mag, kann aber auch einfach nur auf ein Bier vorbeikommen.

Süd Øst INTERNATIONAL €€
(Karte S. 56 f.; ☎ 23 35 30 70; www.sudost.no; Trondheimsveien 5; Menüs ab 295 nkr, Hauptgerichte 150 nkr; ⏲ Di–Do 11–24, Fr–Mo bis 1 Uhr) Ein schicker Laden mit großer Terrasse, von der man den Fluss überblickt – im Sommer genau richtig für Sonnenanbeter. Hier tummelt sich hungriges Volk, das den Geschmack Südostasiens schätzt. Reservierung empfohlen.

Grünerløkka

Im „Greenwich Village" von Oslo mit all seinen gut gekleideten jungen Leuten ist zwar zu allen Jahreszeiten viel los, doch im Sommer, wenn die vielen Cafés, Bars und Restaurants um den Olaf Ryes Plass ihre Tische ins Freie stellen, ist es besonders schön.

★The Kasbah NAHÖSTLICH €
(Karte S. 52 f.; ☎ 21 94 90 99; www.thekasbah.no; Kingsogate 1b; Hauptgerichte 90–100 nkr, Meze ab 42 nkr; ⏲ 11–1 Uhr) Meze-Teller sind nur eine Option; es gibt auch „Substantielleres", z. B. hausgemachten Falafel und Gemüse-Couscous-Suppe. Das Restaurant für nahöstliche Spezialitäten in norwegischem Besitz ist extrem entspannt und schön bunt.

Kolonihagen Grünerløkkha NORWEGISCH €
(Karte S. 56 f.; ☎ 95 96 83 52; www.kolonihagen.no; Korsgata 25; Hauptgerichte 110–140 nkr; ⏲ Mo–Do & So 11–20, Fr & Sa bis 22 Uhr) Das versteckt gelegene, kleine Kolonihagen hat etwas von einem altmodischen Bauernhaus. Die Angestellten sind wahnsinnig freundlich und arbeiten mit viel Liebe zum Detail. Die Preise sind vergleichsweise gering (aber wir sind immer noch in Oslo, insofern ist das relativ!). Mittags gibt's vornehmlich gesunde Sandwichs und ähnliche Gerichte, abends wird recht einfallsreiche norwegische Küche aufgetischt.

Bistro Brocante FRANZÖSISCH €€
(Karte S. 52 f.; ☎ 22 35 68 71; www.bistrobrocante.no; Thorvald Meyers gate 40; Mittagsangebote 59–129 nkr, Vorspeisen 96–102 nkr, Hauptgerichte 192–199 nkr; ⏲ Mo–Sa 11–24, So 12–24 Uhr) Das zwanglose französisch angehauchte Café serviert einfache französische Snacks und typische Bistrogerichte wie Salat, Schweinekotelett mit Zwiebelkompott und sogar Coq au Vin. Die Straßentische sind im Sommer sehr begehrt.

Fru Hagen CAFÉ €€
(Karte S. 52 f.; ☎ 45 49 19 04; www.fruhagen.no; Thorvald Meyers gate 40; Hauptgerichte 159–189 nkr; ⏲ Mo & Di 11–24, Mi bis 1, Do bis 2, Fr & Sa bis 3, So 12–23 Uhr Das entspannte und immer gut besuchte Fru Hagen („Frau Garten") serviert Snacks, leichte Gerichte und leckere Hauptmahlzeiten wie Wurst mit Pilzen und Zwiebeln. Die Lage gegenüber dem Olaf Ryes Plass ist außerdem perfekt, um ausgiebig Leute zu beobachten.

Villa Paradiso PIZZA €€
(Karte S. 52 f.; ☎ 22 35 40 60; www.villaparadiso.no; Olaf Ryes plass 8; Pizzas 130–170 nkr; ⏲ 8–22 Uhr) Mit Blick auf einen kleinen Park. Im Sommer hockt man draußen neben einem alten italienischen Auto. Viele sagen, dass es hier die besten Pizzas von ganz Oslo gibt – kein übles Kompliment in einer Stadt, die Pizza liebt.

Hotel Havana SPANISCH €
(Karte S. 52 f.; ☎ 23 23 03 23; www.hotelhavana.no; Thorvald Meyers gate 38; Hauptgerichte 80–120 nkr; ⏲ Mo–Mi & So 10–24, Do bis 1, Fr & Sa bis 2 Uhr) Die blau-weißen andalusischen Kacheln lassen direkt an eine spanische Bar denken. Spanisches landet auch auf dem Teller – allerdings verpassen die Köche dem Essen eine norwegische Note. So wird die Paella z. B. mit einem Klecks Mayo oben drauf serviert. Daneben gibt's eine kleine Auswahl an Tapas und große Krüge frisch gepressten Saft.

Mucho Mas MEXIKANISCH €€
(Karte S. 52 f.; ☎ 22 37 16 09; www.muchomas.no; Thorvald Meyers gate 36; Hauptgerichte ab 145 nkr; ⏲ Mo–Do 12–24, Fr & Sa bis 3 Uhr; ✎) Was an

NICHT VERSÄUMEN

DAS LITERATURHAUS

Bücherfreunde sollten auf keinen Fall Oslos Verbeugung vor dem geschriebenen Wort verpassen, das **Literaturhaus** (Litteraturhuset; Karte S. 56 f.; ☎ 22 95 55 30; www.litteraturhuset.no; Wergelandsveien 29; ⏲ Mo–Do 10–0.30, Fr & Sa 10–2, So 12–20 Uhr). Die Förderung der Literatur steht hier im Mittelpunkt sämtlicher Aktivitäten – geboten werden häufig Workshops, Vorträge und Diskussionen. Vielleicht ebenso interessant ist das hauseigene **Café** (Karte S. 56 f.; Hauptgerichte 245 nkr; ⏲ Mo & Di 10–12.30, Mi–Sa 10–15.30, So 12–20 Uhr), das so leckere Pasta, Salate und Hauptgerichte wie Steak mit Pommes serviert, dass manchmal sogar eine Prinzessin aus dem Königspalast nebenan vorbeischaut. Es gibt auch einen gut bestückten Buchladen, eine Bar und häufige Aufführungen von Kunstfilmen.

Authentizität fehlt, wird mit viel Käse und großen Portionen wettgemacht. Die Karte umfasst das gesamte mexikanische Repertoire von Tacos über Nachos und Burritos (von enormer Größe) als Fleischgericht und in vegetarischer Form. Das billige Bier hilft, den Gerichten ihre Schärfe zu nehmen.

★Markveien Mat & Vinhus NORWEGISCH €€€
(Karte S. 56 f.; ☎ 22 37 22 97; Torvbakkgt 12; Hauptgerichte 240–290 nkr, 3 Gänge-Menü 495 nkr; ⏲ Di–So 16–1.30 Uhr) Eine Spur Trüffelöl oder etwas Dill machen die norwegische Küche hier zu einem unvergesslichen Erlebnis. Aus heimischen Meeresfrüchten und Fleisch plus Bioprodukten zaubern die Köche köstliche Gerichte. Unbedingt empfehlenswert sind die Hausspezialitäten mit Lammfleisch oder Langusten.

Dr Kneipp's Vinbar NORWEGISCH €€€
(Karte S. 56 f.; ☎ 22 37 22 97; www.markveien.no; Torvbakkgt 12; Hauptgerichte 195–249 nkr; ⏲ Mo–So 16–1 Uhr) Wer keine Lust auf das Markveien Mat & Vinhus hat, kann sich auch nebenan im Dr. Kneips in eine der Sitznischen zwängen und an spanischen oder italienischen Tapas knabbern oder sich etwas Süßes gönnen (der Käsekuchen ist sagenhaft) – von der Weinkarte mit einer umwerfenden Auswahl von 400 Weinen ganz zu schweigen.

Großraum Oslo

Smia Galleri NORWEGISCH €€€
(☎ 22 19 59 20; Opplandsgata 19; Hauptgerichte 185–230 nkr; ⏲ Di–Fr 14–22, Sa 12–22, So 12–21 Uhr) Eines der Restaurants, in das die Osloer Einwohner so vernarrt sind, dass sie es am liebsten ganz für sich behalten würden. Die begrünte Terrasse ist im Sommer klasse und donnerstagabends gibt's Livejazz. Den Rhabarberstreusel mit einem Sorbet aus wilden Erdbeeren sollte sich niemand entgehen lassen.
Vom Bahnhof Oslo S braucht man etwa 15 Minuten hierher: mit Buslinie 37 Richtung T-Bane-Station Helsfyr und bei Vålerenga aussteigen.

Ausgehen & Unterhaltung

Die kostenlose, einmal monatlich erscheinende Broschüre *What's On in Oslo* aus der Touristeninformation informiert über Konzerte, Theateraufführungen und besondere Events. Für Nachteulen empfiehlt sich besonders das ebenfalls kostenlose *Streetwise*, das von Use-It jedes Jahr auf Englisch herausgegeben wird (S. 77).

Bars & Clubs

In einer der teuersten Städte der Welt auszugehen, erfordert schon etwas Geschick, aber die hohen Preise halten Einheimische bestimmt nicht auf dem Sofa. Ganz im Gegenteil: Noch nie war Oslo so dynamisch, quirlig und so stolz auf seinen angesagten Status. Und die übersichtliche Größe macht es leicht, jeden Abend den richtigen Ort zu finden.

Wichtig zu wissen: In Oslo gilt in vielen Nachtlokalen eine Art ungeschriebene Kleiderordnung. Gäste sollten schon einigermaßen ordentlich angezogen sein – und auf gar keinen Fall in schmuddeliger Kleidung und Wanderstiefeln aufkreuzen. In die meisten Bars und Clubs, in denen Bier und Wein über die Theke geht, kommt man erst ab 18 rein; wenn es auch Hochprozentiges gibt, gilt oft ein höheres Mindestalter. Am Wochenende machen die meisten Nachtlokale in Oslo erst gegen 3 Uhr oder später dicht.

Der übliche Preis für 0,5 l Bier liegt bei 50 bis 75 nkr, doch wer auf seine Kronen achten muss, bekommt in einigen Lokalen (meistens finstere Kneipen mit argwöhnischen Einheimischen am Tresen) sein Bier auch schon für 35 nkr.

Die beste Kneipenszene ist in der Thorvald Meyers Gate und den umliegenden

Straßen in Grünerløkka zu finden. In der Gegend um die Youngstorget liegen einige der beliebtesten Lokale in Zentrumsnähe und die neuen Gebäudekomplexe um Aker Brygge sorgen dafür, dass am Ufer auch nach Einbruch der Dunkelheit noch etwas los ist. Grønland hat ein alternativeres Flair.

★Fuglen COCKTAILBAR
(Karte S. 56 f.; www.fuglen.com; Universitetsgaten 2; Mo & Di 7.30–22, Mi & Do 7.30–1, Fr 7.30–3, Sa 11–3, So 11–22 Uhr) Ein beliebter Coffeeshop, der abends zur wohl hippsten Cocktailbar der Stadt wird. Und wenn man die Retro-Accessoires und -Möbel mag, einfach mitnehmen – sämtliche Einrichtungsgegenstände stehen zum Verkauf.

Tea Lounge BAR
(Karte S. 52 f.; Thorvald Meyers gate 33b; Mo–Mi 11–1, Do–Sa 11–3, So 12–1 Uhr) Am Tag ist die Tea Lounge eine Teestube mit kleiner Teeauswahl und sanfter Hintergrundmusik. Doch wenn es dunkel wird, verwandelt sie sich in eine coole Bar mit einer guten Cocktailauswahl.

Bar Boca BAR
(Karte S. 52 f.; Thorvald Meyers gate 30; So–Di 12–1, Mi & Do 11–2, Fr & Sa 11–3 Uhr) Wer sich in die wohl kleinste Bar Oslos gequetscht hat, wird sich plötzlich in den 1960er-Jahren wiederfinden. Der Laden verströmt Retro-Schick und bietet eine Auswahl an Cocktails, die zur tollen Atmosphäre passt.

Fisk Og Vilt Club CLUB
(Karte S. 56 f.; Pløens gate 1; Mo–Sa 20–3.30 Uhr) DJs heizen den Leuten im überdachten Hinterhof dieses Clubs ein, in dem eine beachtliche Auswahl an Bieren und Cocktails ausgeschenkt wird. In dem beliebten und zentralen Club ist selbst montagabends etwas los.

Palace Grill BAR
(Karte S. 52 f.; Solligata 2; Mo–Sa 18–22 Uhr) In der herrlich überzogenen Bar schlürfen die Betuchten von Oslo West ihren Cocktail. Schwarze und silberne Graffitis bedecken die Wände und auf den Regalen sind in Flaschen konservierte Schlangen, Puppen und alte Telefone ausgestellt.

Villa CLUB
(Karte S. 56 f.; www.thevilla.no; Møllergata 23; Fr & Sa 23–3 Uhr) Der auf House und Elektro eingeschworene Musikclub hat wohl das beste Soundsystem der Stadt. Außer freitags und samstags ist er auch manchmal am Donnerstag geöffnet.

Dattera Til Hagen BAR
(Karte S. 56 f.; www.dattera.no; Grønland 10; Mo–Mi 11–1, Do 11–2, Fr & Sa 11–3.30, So 12–0 Uhr) Wie ein LSD-Trip ist der Flower-Power-Garten hinten, in dem im Sommer besonders viel los ist. Für die angemessene Hofbeschallung sorgen DJs und Livebands.

Livemusik

Oslo hat eine lebhafte Livemusik-Szene – angeblich finden hier um die 5000 Konzerte im Jahr statt. Im Sommer gibt es auch manchmal Freiluftkonzerte im Vigeland-Park – ein wirklich beeindruckendes Konzertareal!

Die größten Konzerthallen der Stadt, das **Oslo Spektrum** (Karte S. 54; www.oslospektrum.no; Sonja Henies Plass 2) und die **Rockefeller Music Hall** (Karte S. 54; www.rockefeller.no; Torggata 16), ein ehemaliges Badehaus, bieten einem breiten Spektrum an Künstlern und Events eine Bühne.

★Blå JAZZ
(Karte S. 56 f.; www.blaaoslo.no; Brenneriveien 9c; Eintritt 100–180 nkr) Es wäre ein Jammer, Oslo zu verlassen, ohne einen Blick ins Blå geworfen zu haben. Es wurde von den Experten des US-Jazzmagazins *Down Beat* in die Liste der 100 besten Jazzclubs aufgenommen. Es ist also, um es mit den Worten eines der Redakteure zu sagen, „der Club in Oslo“.
Manchmal macht er auch Abstecher in andere Musikrichtungen (z. B. Salsa), und wenn es keine Livemusik gibt, bringen DJs die Gäste in Stimmung.

Mono LIVEMUSIK
(Karte S. 56 f.; www.cafemono.no; Pløens gate 4; 23–3.30 Uhr) Das peppige Mono ist der Lieblings-Alternative-Club der coolen und schicken Szene Oslos, vor allem weil er die besten Nachwuchs-Indiebands an Land zieht.

Gloria Flames LIVEMUSIK
(Karte S. 56 f.; www.gloriaflames.no; Grønland 18) Die beliebte Rockbar bietet häufige Gigs (auch bekannter Größen) und tagsüber eine Dachterrassenbar.

Theater

Im Osloer Opernhaus (S. 47) werden Opern- und Ballettaufführungen von Weltrang geboten.

Nationaltheater THEATER
(Nationaltheatret; Karte S. 56 f.; www.nationaltheatret.no; Stortingsgata 15; Tickets 160–400 nkr) Das Aushängeschild von Norwegens Theaterszе-

CAFÉS

Auch ohne Starbucks ist Norwegen nach Finnland die Nation mit dem zweithöchsten Kaffeekonsum pro Kopf (9,9 kg pro Jahr). Hauptsächlich trinken ihn die Norweger zu Hause und am liebsten zu Waffeln. Oslo bietet aber auch einige sehr schöne Cafés. In den meisten gibt es zum Kaffee köstliche belegte Brote mit *gulost* (gelbem Käse) oder Mayonnaise und Shrimps. Auch *boller* (Rosinenbrötchen) und *skolebrød* (Gebäck mit Vanillecreme-Füllung) sind sehr beliebt.

Tim Wendleboe (Karte S. 52 f.; ☎ 40 00 40 62; www.timwendelboe.no; Grüners gate 1; ⏲ Mo–Fr 8.30–18, Sa & So 11–17 Uhr) Die elektrische Kaffeemühle und der Röster sind so riesig, dass sie fast das ganze Café ausfüllen (es ist allerdings auch winzig). Der Laden ist stadtbekannt für den wahrscheinlich authentischsten italienischen Espresso von ganz Oslo.

Kaffebrenneriet (Karte S. 56 f.; www.kaffebrenneriet.no; Universtetsgata 1; ⏲ Mo–Fr 7–19, Sa & So 9–18 Uhr) Das relaxte Café gegenüber der Nationalgalerie serviert zahllose verschiedene Kaffeesorten (auch in der Packung zum Mitnehmen), Kuchen, Joghurt und andere leckere Snacks. Ideal zur Stärkung, bevor man die Nationalgalerie in Angriff nimmt.

Zagros Café (Karte S. 56 f.; Storgata 34; ⏲ Mo–Sa 10–18, So 12–20 Uhr) Angesichts der riesigen Auswahl an süßen und üppig mit Honig begossenen indischen und nahöstlichen Kuchen sollte man sich erst einmal auf einem Sofa niederlassen und gründlich darüber nachdenken, welcher wohl am besten zum starken italienischen Kaffee passt.

Stockfleths (Karte S. 56 f.; www.stockfleths.as; Lille Grensen; ⏲ Mo–Fr 7–18, Sa 10–17 Uhr) Das mehrfach ausgezeichnete Stockfleths wurde 1895 eröffnet und ist eines von Oslos ältesten Cafés. Seine dicken Vollkornbrotscheiben mit braunem Käse sind ein beliebter norwegischer Snack.

Åpent Bakerei (Karte S. 52 f.; ☎ 22 04 96 67; Inkognito terasse 1; ⏲ Mo–Fr 7.30–17, Sa 8–15 Uhr) Das Stadtteilcafé serviert Kaffee in tiefen, cremefarbenen Schalen und hat ein unschlagbares Brot- und Gebäcksortiment. Ein frisches Brötchen mit hausgemachter *røre syltetøy* (Marmelade) auf der Terrasse davor ist wohl das beste und billigste Frühstück in Oslo.

ne mit dem reich verzierten Rokoko-Saal wurde speziell als Aufführungsort für die Werke des norwegischen Dramatikers Henrik Ibsen erbaut. Die gehören natürlich auch heute noch zum Repertoire.

Kino

Saga Kino KINO
(Karte S. 56 f.; ☎ 22 83 23 75; www.oslokino.no; Stortingsgata 28) Das Saga-Kino zeigt auf sechs Leinwänden Erstaufführungen, einschließlich Hollywoodproduktionen im Originalton. Der Eingang ist an der Olav V.'s Gate.

Filmens Hus KINO
(Karte S. 56 f.; ☎ 22 47 45 00; www.nfi.no; Dronningens gate 16) Das Kino zeigt alte Klassiker und die Sieger internationaler Festivals.

Shoppen

Oslo ist das richtige Pflaster für vornehmes Shoppen; viele schicke Läden locken am Grensen und in der Karl Johans Gate. Wer Interesse an Kunst hat, wird am ehesten in den Galerien am Frognerveien fündig. Exklusive Boutiquen gibt's am Hegdehaugsveien oder Skovveien, flippige Schuhe oder T-Shirts in Grünerløkka.

Die gängigsten Shoppingparadiese sind das **Einkaufszentrum Oslo City** (Karte S. 54; www.oslocity.no; Stenersgata) und das schickere **Kaufhaus Glasmagasinet** (Karte S. 54; www.glasmagasinet.no; Stortorvet 9).

★Chillout Travel Centre BÜCHER
(Karte S. 56 f.; ☎ 22 35 42 00; www.chillout.no; Markveien 55; ⏲ Mo–Sa 10–19, So bis 17 Uhr) Genau die Art Laden, die wir lieben. Leckerer Kaffee, köstliches Essen aus aller Welt (Dhal aus Indien, Snacks aus Italien und Kuchen aus, natürlich, Norwegen), Reiseausrüstung (Taschen, Schuhe) und eine Buchabteilung mit Unmengen von Reiseliteratur und Reiseführern (auch von Lonely Planet) auf Norwegisch und Englisch.

Nomaden BÜCHER
(Karte S. 56 f.; www.nomaden.no; Uranienborgveien 4; ⏲ Mo–Fr 10–18, Sa bis 16 Uhr) In dem klassi-

schen Reisebuchladen biegen sich die Regale unter den Karten und der Reiseliteratur, die jeden blitzschnell vom nächsten Urlaub träumen lassen.

Vestkanttorget-Flohmarkt MARKT
(Karte S. 52 f.; Amaldus Nilsens plass; Sa 10–16 Uhr) Wer gerne durch haufenweise altes Zeug wühlt, um sich überraschen zu lassen, hat hier die besten Chancen. Der Flohmarkt findet auf dem Platz an der Professor Dahls Gate statt, einen Block östlich vom Vigeland-Park, eine wirklich vergnügliche Art, einen Samstagvormittag zu verbringen.

Norli BÜCHER
(Karte S. 56 f.; www.norli.no; Universitetsgata 20–24; Mo–Sa 10–19 Uhr) Der größte Buchladen Norwegens hat eine gute Auswahl an fremdsprachigen Titeln sowie etliche Reiseführer von Lonely Planet.

Hassan og Den Dama KLEIDUNG, SCHMUCK
(Karte S. 52 f.; www.hassanogdendama.no; Skovveien 4; Mo–Fr 10–18, Sa bis 14 Uhr) Eine von vielen Boutiquen am Skoveien mit Kleidung, Schuhen und Schmuck von skandinavischen und internationalen Designern.

Norway Designs KLEIDUNG, SCHMUCK
(Karte S. 56 f.; www.norwaydesigns.no; Stortingsgata 28; Mo–Mi & Fr 10–18, Do bis 19, Sa bis 16 Uhr) Verkauft Designerkleidung und wunderschöne Glaswaren, Schreibwaren und Uhren. Der Laden liegt nur einen Steinwurf vom Nationaltheater entfernt.

Praktische Informationen

GEPÄCKAUFBEWAHRUNG

Im Oslo S und im Busbahnhof gibt es Schließfächer verschiedener Größe. Leute unter 26 können ihr Gepäck auch kostenlos im Use-It-Zentrum aufgeben.

MEDIZINISCHE VERSORGUNG

Wer es eilig (und genug Geld) hat, kann sich an die Klinik Oslo Kommunale Legevaketen wenden, die eine Liste empfehlenswerter Privatärzte führt.

Jernbanetorget Apotek (Fred Olsens Gate; 24 Std.) Eine 24-Std.-Apotheke gegenüber dem Oslo S.

Oslo Kommunale Legevakten (Oslo-Notfallklinik; 22 93 22 93; Storgata 40; 24 Std.) Unfall- und Notfallklinik.

NOTFALL

Krankenwagen (113)
Feuerwehr (110)
Polizei (112)

POST

Hauptpost (Karte S. 56 f.; 23 14 90 00; Ecke Prinsens gate & Kirkegata) Außer dem Hauptpostamt gibt es auch Postämter am Solli Plass (Karte S. 49), im Osloer Hauptbahnhof (Oslo S) und in der Grensen (Karte S. 54).

WASCHSALONS

A Snarvask (Thorvald Meyers gate 18; Mo–Fr 10–20, Sa 8–15 Uhr)

Billig Vask & Rens (Ullevålsveien 15; Mo–Fr 8–21, Sa bis 15 Uhr)

TOURISTENINFORMATION

Touristeninformationszentrum Den Norske Turistforening (DNT, Norwegischer Bergwanderverein; Karte S. 56 f.; www.turistforeningen.no; Storget 3; Mo–Mi & Fr 10–17, Do bis 18, Sa bis 15 Uhr) Bietet Informationen, Karten und Broschüren zum Thema Wandern in Norwegen und verkauft Mitgliedskarten (Mitglieder erhalten Rabatte für die Berghütten entlang der Hauptwanderwege). Einige Hütten kann man direkt buchen und die Schlüssel mitnehmen. Außerdem: Verkauf von Wanderausrüstung.

Touristeninformation Oslo (Karte S. 56 f.; 81 53 05 55; www.visitoslo.com; Fridtjof Nansens plass 5; Mai–Sept. 9–18, Okt.–April bis 16 Uhr) Die Hauptniederlassung der Touristeninformation liegt gleich nördlich des Rådhus. Sie hat Unmengen von Infomaterial vorrätig, z. B. den praktischen *Oslo Guide* und das monatliche *What's On in Oslo* (beide gibt es in allen Touristeninformationen rund um Oslo sowie auch in vielen Sehenswürdigkeiten und Hotels). Ebenfalls hier erhältlich: der Oslo-Pass (S. 50).

Use-It (Karte S. 56 f.; 24 14 98 20; www.use-it.no; Møllergata 3, Oslo; Juli–Anfang Aug. Mo–Fr 10–18, Sa 12–17 Uhr, den Rest des Jahres Mo–Fr 11–17, Sa 12–17 Uhr) Die außerordentlich hilfsbereite und kenntnisreiche Ungdomsinformasjonen (Jugendinformationsservice, besser bekannt als Use-It) richtet sich an Backpacker (aber nicht nur) unter 26 Jahren Sie bucht (kostenlos) günstige oder private Unterkünfte und liefert alle nur denkbaren Informationen, von aktuellen Veranstaltungstipps bis zu Mitfahrgelegenheiten.

An- & Weiterreise

AUTO & MOTORRAD

Die Hauptzufahrtstraßen in die Stadt sind die E6 von Norden und die E18 von Westen bzw. Südosten. Aber egal welche Route man nach Oslo nimmt, es geht an mindestens einer der 19 Mautstationen vorbei, wo dann 31 nkr fällig werden.

BUS

Fernbusse verkehren ab dem **Busbahnhof Galleri Oslo** (Karte S. 56 f.; 23 00 24 00; Schweigaards gate 8); eine Fußgängerbrücke bietet eine praktische und schnelle Verbindung zum Bahnhof.

Nor-Way Busekspress (☎ 81 54 44 44; www.nor-way.no) bietet die größte Auswahl an Busverbindungen. Vom Busbahnhof fahren auch internationale Busse ab.

FÄHRE

Die Fähren von **DFDS Seaways** (www.dfdseaways.com; Vippetangen 2) legen täglich am Vippetangen-Kai (Karte S. 52 f.) an der Skippergata Richtung Dänemark ab. Der Bus 60 hält ein paar Gehminuten vom Fährterminal entfernt.

Color Line Ferries (Karte S. 49; www.colorline.no; Color Line Terminalen, Hjortnes) fahren im Sommer täglich von und nach Kiel; die Fähren legen am Hjortneskaia westlich des Haupthafens ab. Zu erreichen ist der Kai mit der Straßenbahnlinie 13 ab Oslo S, dem Bus 33 oder dem Color-Line-Bus, der von der Haltestelle 7 am zentralen Busbahnhof eine Stunde vor Ablegen der Fähren abfährt.

FLUGZEUG

Oslos Internationaler Flughafen Gardermoen (www.osl.no) ist vom Stadtzentrum über eine Autobahn und mit Hochgeschwindigkeitszügen zu erreichen.

In Gardermoen starten und landen auch zahlreiche nationale Flüge.

KLM, Widerøe, SAS Braathens, Ryanair und andere Fluggesellschaften fliegen ebenfalls „Oslo" an, allerdings den internationalen Flughafen Torp, 123 km südwestlich von Oslo, und den Flughafen Rygge, der etwa 60 km südöstlich des Stadtzentrums liegt.

ZUG

Sämtliche Züge fahren vom/zum Hauptbahnhof Oslo S im Stadtzentrum. Hier gibt's **Fahrkartenschalter** (⏲ 6.30–23 Uhr) und einen **Auskunftsschalter** (☎ 81 50 08 88), wo Informationen zu Verbindungen und Abfahrtszeiten im ganzen Land erhältlich sind.

Züge der **Norges Statsbaner** (Staatliche norwegische Eisenbahn, NSB; www.nsb.no) fahren regelmäßig die Orte rund um den Oslofjord an (u. a. Drammen, Skien, Moss, Fredrikstad und Halden). Andere Hauptreiseziele sind Stavanger via Kristiansand, Bergen via Voss, Røros via Hamar und Trondheim via Hamar und Lillehammer.

Unterwegs vor Ort

In Oslo gibt es ein gutes Nahverkehrssystem mit zahllosen Bus-, Straßenbahn-, T-Bane- und Fährverbindungen. Neben Einzelfahrscheinen gibt es Tageskarten und übertragbare Achterkarten. Kinder von 4 bis 16 Jahren und Senioren über 67 zahlen überall den halben Preis.

Mit dem Oslo-Pass (S. 50) können sämtliche öffentlichen Nahverkehrsmittel innerhalb der Stadt – außer Nachtbussen und -straßenbahnen – sowie die meisten Fähren rund um den Oslofjord (auch die Linie 91 nach Bygdøy) genutzt werden.

Trafikanten (☎ 177; www.ruter.no; Jernbanetorget; ⏲ Mo–Fr 7–20, Sa & So 8–18 Uhr) ist unter dem Turm des Oslo S untergebracht; hier sind kostenlose Fahrpläne und ein Plan des Nahverkehrsnetzes *Sporveiskart Oslo* zu bekommen.

AUTO & MOTORRAD

Oslo hat einige Einbahnstraßen, was das Navigieren in der Stadt ein wenig kompliziert machen kann, dafür sind die Straßen selten so verstopft wie in den meisten anderen Städten Europas.

An vielen gekennzeichneten Stellen (weißes P auf blauem Grund) kann man in der Stadt gegen Gebühr am Straßenrand parken. Kostenpflichtig ist das Parken normalerweise montags bis freitags von 8 bis 17 Uhr, samstags bis 15 Uhr. Sofern nicht anders angegeben, muss zu anderen Zeiten nichts gezahlt werden. Im Stadtzentrum gibt's außerdem 16 Parkhäuser, u. a. bei den Einkaufszentren Oslo City und Aker Brygge; die Gebühren auf öffentlichen Parkplätzen liegen zwischen 230 und 260 nkr für 24 Stunden.

Mit dem Oslo-Pass (S. 50) ist das Parken auf allen städtischen Parkplätzen umsonst; eine Anleitung ist bei dem Pass dabei.

BUS & STRASSENBAHN

Bus- und Straßenbahnlinien durchziehen die Stadt bis in die Vororte hinein. Es gibt keinen Busbahnhof für die Stadtbusse; die meisten Linien laufen jedoch am Jernbanetorget vor dem Oslo S zusammen. Die nach Westen fahrenden Busse, einschließlich derjenigen nach Bygdøy und zum Vigeland-Park, halten außerdem meist direkt südlich des Nationaltheaters.

Nachts verkehren fast keine öffentlichen Verkehrsmittel; am Wochenende allerdings fahren die Nachtbusse N 12, N 14 und N 18 bis 4 Uhr morgens oder länger die Straßenbahnrouten ab; dazu gibt es noch die Nachtbusse 201 bis 218.

Tickets für Fahrten in Zone 1 (deckt einen Großteil des Stadtzentrums ab) kosten 30/15 nkr pro Erw./Kind, sofern die Fahrkarten vorab am Automaten, im 7-Eleven, Narvesen oder beim Trafikanten besorgt wurden. An Bord legt man 50/25 nkr pro Erw./Kind hin. Inhaber des Oslo-Passes (S. 50) können sämtliche Busse und Straßenbahnen im Zentrum tagsüber umsonst nutzen.

FÄHRE

Die Fähren zu den Inseln im Oslofjord legen am Vippetangen-Kai ab.

Fährlinie 62 macht sich von Oslo auf den Weg nach Drøbak (90 nkr, 1½ Std., werktags 10 Uhr, an Wochenenden 10 und 15 Uhr) und legt unter-

wegs an weiteren Inseln an: Ildjernet, Langåra und Håøya (eine Ferieninsel zum Schwimmen und Zelten). Abfahrt ist am **Pier von Aker Brygge** (Karte S. 56 f.).

VOM/ZUM INTERNATIONALEN FLUGHAFEN GARDERMOEN

Flybussen (www.flybussen.no) ist der Flughafenbus zum Gardermoen International Airport 50 km nördlich von Oslo. Er fährt von 4 bis ca. 22 Uhr alle 20 Minuten vom Busbahnhof Galleri Oslo ab und hält noch an ein paar weiteren Haltestellen im Zentrum. Der Fahrplan variiert leicht von Tag zu Tag, deshalb am besten vorher auf der Website nachschauen. Die Fahrt kostet für Erwachsene 160/250 nkr (einfache Strecke/hin & zurück; 1 Monat gültig), für Kinder 80/160 nkr und dauert ca. 40 Minuten. **Flybusekspressen** (www.flybusekspressen.no) verbindet Gardermoen ein- bis viermal stündlich mit der T-Bane-Station Majorstuen (205 nkr) und anderen Haltestellen. Busse fahren zwischen 4 und 20.30 Uhr von der City zum Flughafen.

Der Flughafenzug **FlyToget** (www.flytoget.no) fährt von 4.40 bis 24 Uhr alle zehn Minuten von Gardermoen zum Oslo S (Erw./Kind 170/85 nkr, 19 Min.). Anschließend geht's weiter bis zum Nationaltheater und Haltestellen südlich davon. Endbahnhof ist Drammen. Der Zug rast – besonders im Vergleich mit den Geschwindigkeiten im norwegischen Straßenverkehr – mit 210 km/h über die Gleise, was ihn wohl zum schnellsten Flughafenzug der Welt macht. Außerdem halten die meisten Intercityzüge und Regionalbahnen der NSB Richtung Norden in Gardermoen (90 nkr, mindestens 26 Min., stdl., Sa seltener).

VOM/ZUM FLUGHAFEN TORP

Zwischen dem Flughafen Torp in Sandefjord, 123 km südwestlich von Oslo, und dem Busbahnhof Galleri Oslo verkehrt der Bus **Torp-Expressen** (www.torpekspressen.no; Erw./Kind 240/120 nkr; 1½ Std.). Er verlässt Oslo ca. 3½ Stunden, bevor der Check-in am Flughafen schließt. Abfahrt in Torp ist etwa 35 Minuten nach der Landung, die Busfahrer warten aber, wenn Maschinen verspätet landen. Züge der NSB (S. 78) verkehren etwa stündlich zwischen Oslo S und Torp (252 nkr). Ein Shuttlebus wartet auf die Zugreisenden und befördert sie zum Flughafen (die Gebühr dafür ist im Zugticket enthalten).

VOM/ZUM FLUGHAFEN RYGGE

Der Bus **Rygge-Expressen** (www.ryggeekspressen.no) verkehrt zwischen dem Busbahnhof Galleri Oslo und Rygge, dem neuesten Flughafen Oslos in Moss, 60 km südöstlich der Stadt (Erw./Kind 160/80 nkr, 1 Std.). Er fährt in Oslo drei Stunden vor den jeweiligen Abflügen los und in Rygge 35 Minuten nach Ankunft der Flüge. Züge fahren ungefähr stündlich von Oslo S zum Flughafen (156 nkr, 50 Min.).

NICHT VERSÄUMEN

HIGHLIGHTS DES OSLOFJORDS

- Mit der Fähre auf dem Oslofjord kreuzen, vorbei an der Festung Oscarsborg, und sich die verhängnisvollen Schüsse vorstellen, die am 9. April 1940 das deutsche Kriegsschiff *Blücher* versenkt haben
- Bei einer historischen Inszenierung mit Kanonen und Duellen in Fredrikstads Gamlebyen (S. 81) das 18. Jh. aufleben lassen
- Bei einem Besuch der Hvaler-Schären (S. 84) in den Oslofjord springen und nach Atem ringen

TAXI

Taxistände gibt es am Oslo S, an den Einkaufszentren und größeren Plätzen, doch prinzipiell ist jeder Wagen mit eingeschaltetem Taxischild frei. Telefonisch kann man bei **Norgestaxi** (✆ 08000; www.norgestaxi.no) oder **Oslo Taxi** (✆ 02323; www.oslotaxi.no) einen Wagen bestellen, dann wird aber die Anfahrt mitberechnet. Im Taxi kann mit gängigen Kreditkarten bezahlt werden.

T-BANE

Die sechs U-Bahnlinien der Tunnelbanen, besser bekannt als „T-Bane", sind schneller und führen weiter aus der Stadt hinaus als die meisten Busse. Sämtliche Linien halten an den Stationen Nationaltheatret, Stortinget und Jernbanetorget (zum Oslo S). Fahrten in Zone 1 (fast das gesamte Stadtzentrum) kosten 30/15 nkr pro Erw./Kind, sofern die Karten vorab gekauft wurden (am Automaten, im 7-Eleven, Narvesen oder beim Trafikanten).

RUND UM OSLO

Drøbak

1746 EW.

Drøbak, einst der Winterhafen von Oslo, ist ein schnuckeliges kleines Dorf mit vielen Holzhäusern direkt am Wasser. Es eignet sich perfekt für einen Tagestrip von der Hauptstadt aus.

Den meisten wird ein Spaziergang durch die Straßen des Dorfs völlig reichen, doch wir legen allen Besuchern ans Herz, auch die imposante **Festung Oscarsborg** aus dem 17. Jh. auf einer küstennahen Insel zu besichtigen. Die Geschütze von Oscarsborg ver-

Rund um Oslo



senkten am 9. April 1940 das deutsche Kriegsschiff *Blücher* und bewahrten dadurch den König und die Regierung vor der Gefangennahme. 2005 wurde das Festungsmuseum renoviert. Im Sommer werden hier Open-Air-Konzerte und Opern veranstaltet. Es gibt auf der Insel sogar ein Hotel mit Wellness-Einrichtungen und Restaurant. **Fähren** (www.oscarsborgfestning.no; Erw./Kind 70/50 nkr) unternehmen die Überfahrt zur Insel im Fünf-Minuten-Takt (Abfahrt am Hafen ganzjährig; im Winter, wenn die Nachfrage geringer ist, verkehren die Fähren etwas seltener).

Der **Bus 541** (Karte S. 56 f.) pendelt stündlich zwischen Oslo und Drøbak. Im Juli fahren auch Boote dorthin.

ØSTFOLD

Die Provinz Østfold ist ein kleines, stark bewaldetes Zipfelchen östlich des Oslofjords. Sie wird landwirtschaftlich genutzt und die kleinen Küstenorte haben eine gewichtige Vergangenheit. Diese Gegend steht bei norwegischen Urlaubern hoch im Kurs. Ausländische Touristen rauschen oft ohne Zwi-

schenstopp auf ihrem Weg von Oslo nach Schweden durch Østfold hindurch – und verpassen dadurch so einiges.

Fredrikstad

106 758 EW.

Das einstmals bedeutende Handelszentrum zwischen Kontinentaleuropa und Westskandinavien ist Standort einer der am besten erhaltenen und schönsten Festungsstädte Skandinaviens: Die Gamlebyen (Altstadt) schaut auf den modernen Teil am gegenüberliegenden Ufer.

Sehenswertes

In der **Kathedrale** (1880) bestechen die Buntglasarbeiten von Emanuel Vigeland. Ungewöhnlich ist die Doppelfunktion des Kirchturms, der als Leuchtturm noch heute die Nacht erhellt.

★Gamlebyen ALTSTADT

Die Gamlebyen von Fredrikstad ist mit ihren hübschen Holzhäusern, den Wassergräben und Toren sowie einer Zugbrücke schlichtweg bezaubernd. Die äußeren Mauern, einst mit 200 Kanonen bewehrt, sind heute grasbewachsene Wälle, die sich wunderbar für einen Spaziergang eignen. Die engen Kopfsteinpflaster-Gassen sowie die malerischen Häuschen aus dem 17. Jh. sind ebenfalls erhalten und teilweise sogar noch bewohnt.

Frederikstad wurde 1663 gegründet. Das bedeutende Handelszentrum zwischen Südnorwegen und dem europäischen Festland stand Angriffen vom Wasser vergleichsweise schutzlos gegenüber. Deshalb wurde die Altstadt zu einer Militärfestung umfunktioniert.

Einige der schönen alten Gemäuer sind einen genaueren Blick wert: das **alte Strafgefängnis** (Salveriet; 1731) und **steinerne Provianthaus** (1674–1691), das älteste Bauwerk der Stadt, in dem es heute Keramik zu sehen gibt, sowie **Balaklava** (1783), ein weiteres historisches Gebäude.

Von Mitte Juni bis Ende August veranstaltet die Touristeninformation der Gamlebyen einstündige **Stadtführungen** (Erw./Kind 95/20 nkr). Treffpunkt ist die Touristeninformation (tgl., 12 und 14 Uhr).

Fredrikstad-Museum MUSEUM

(www.ostfoldmuseet.no; Tøihusgaten 41; Kombiticket mit Isegran Erw./Kind 50/20 nkr; ⏲ Mitte Juni–Ende Aug. 12–16, sonst 12–15 Uhr) Das Fredrikstad-Museum ist in einem Gebäude von 1776 untergebracht und lohnt einen Besuch. Im Erdgeschoss sind wechselnde Ausstellungen zu sehen. Eine Treppe höher gibt's Modelle der Altstadt und eine interessante Sammlung von Zeugnissen aus 300 Jahren ziviler und militärischer Stadtvergangenheit und Industriegeschichte. Das Obergeschoss schließlich beherbergt ein Militärmuseum.

Isegran INSEL

(www.isegran.no; Kombiticket mit Fredrikstad-Museum Erw./Kind 50/20 nkr; ⏲ Mitte Juni–Ende Aug. Fr–So 12–16 Uhr) Auf Isegran, einer kleinen Insel in der Glomma, steht eine Festung aus dem 13. Jh., die schon in den nordischen Sagen erwähnt wird; Mitte des 17. Jhs. wurde sie zu einer zusätzlichen Verteidigungsbastion gegen Schweden ausgebaut. Zu sehen ist nur noch die **Ruine** eines Steinturms (ursprünglich aus Holz) auf der Südseite der Insel. Das kleine regionale Bootsbaumuseum daneben erinnert an die Zeit, als Boote noch liebevoll von Hand aus Holz gearbeitet wurden.

Mit dem eigenen Fahrzeug oder zu Fuß erreicht man die Insel von der Rv108 aus, etwa 600 m südlich des Stadtzentrums von Fredrikstad.

Hvalfanger- (Walfang-) Museum MUSEUM

(Toldbodgaten 37; Eintritt 10 nkr; ⏲ Juni–Aug. 12–16 Uhr) Das kleine Walfangmuseum wird von stolzen alten Männern betrieben, die den Besuchern nur zu gern die alten Fotos, die gewaltigen Walharpunen, die einst in der Antarktis zum Einsatz kamen, und den noch beeindruckenderen Penis eines Blauwals zeigen. Deutsch oder Englisch spricht hier niemand, und die Beschriftung der Ausstellungsstücke ist ausschließlich auf Norwegisch.

Festung Kongsten FESTUNG

(Kongsten-Festning) Auf dem ehemaligen „Galgenberg" steht die blumengeschmückte Kongsten Festning. Die Festung stammt von 1685 und diente einst den in der Gamlebyen stationierten Truppen als Wach- und Alarmposten. An Wochenenden im Sommer geht es hier oft hoch her, aber ansonsten ist es ein verlassener und herrlich urwüchsiger Ort, an dem man zwischen Türmen, Wallanlagen, Mauern und Palisaden herumklettern oder einfach nur in der Sonne die Ruhe genießen kann.

Feste & Events

Glomma-Festival MUSIK, ESSEN

(www.glommafestivalen.no) Das Glomma Festival findet Ende Juni oder Anfang Juli statt.



Im Mittelpunkt stehen kulinarische Köstlichkeiten und Konzerte, Scheinkämpfe, eine „Badewannenregatta“ mit Fantasiewasserfahrzeugen und eine Windjammerschau. Da das Festival sehr beliebt ist, empfiehlt es sich, frühzeitig eine Unterkunft zu reservieren.

Schlafen

Fredrikstad Motell & Camping

CAMPINGPLATZ €

(☎ 69 32 03 15; www.fredrikstadmotel.no; Torsnesveien 16–18, Sarpsborg; Zelt mit/ohne Auto 200/150 nkr, Motel EZ/DZ 450/550 nkr, Hütten ab

Fredrikstad

Sehenswertes

1 Balaklava C4
2 Kathedrale C2
3 Fredrikstad-Museum B4
4 Hvalfanger(Walfang)-Museum C4
5 Isegran B3
6 Isegran-Ruinen B4
7 Festung Kongsten B6
8 Altes Strafgefängnis B4
9 Steinernes Provianthaus B4

Schlafen

10 Fredrikstad Motell & Camping C6
11 Hotel Victoria B2
12 Quality Hotel Fredrikstad C1

Essen

13 Lille Frederik B4
14 Major-Stuen C4
15 Pizzanini C1
16 Restaurant La Riveria C1

850 nkr; P) Eindeutiges Plus dieser vielseitigen, aber nicht gerade schönen Anlage auf dem Gelände der Kongsten-Festung ist die Nähe zur Altstadt. Die Betten sind vielleicht groß genug für einen Knirps, ausgewachsene Menschen werden sich allerdings zusammenfalten müssen. Vom Zentrum mit allen Bussen in Richtung Torsens (z. B. Linie 362) zu erreichen.

Quality Hotel Fredrikstad

HOTEL €€

(69 39 30 00; www.qualityinn.com; Nygata 2–6, Neustadt; EZ/DZ ab 1200/1300 nkr;) Die erste Wahl Geschäftsreisender mit smart aufgemachten, zweckdienlichen Zimmern, die durch Kunstfotografien aufgewertet werden. Der Service ist super und die Lage so zentral, wie es eben geht.

Hotel Victoria

HISTORISCHES HOTEL €€

(69 38 58 36; www.hotelvictoria.no; Turngaten 3, Neustadt; EZ/DZ 1195/1320 nkr;) Das Haus bietet zahlreiche historische Details in den Gemeinschaftsbereichen sowie kompakte, altmodische Zimmer, z. T. mit Blick auf den benachbarten Park. Das Personal ist außerordentlich hilfsbereit und freundlich.

Essen

In der Altstadt befindet sich eine Handvoll Cafés und Restaurants und in der Neustadt, am Ufer von Fredrikstad zwischen der Storgata und dem Wasser, reiht sich ein Lokal an das nächste; die meisten haben hübsche Terrassen – ideal für einen Sommernachmittag oder -abend.

Lille Frederik

INTERNATIONAL €

(Torvgaten, Gamlebyen; Hauptgerichte ca. 80–109 nkr; Mo–Fr 11–22, Sa 10–22, So 12–22 Uhr) Das gemütliche Lille Frederik ist das Richtige für Burger, Snacks und Kaffee. Im Sommer stürzen sich die Gäste wie Seemöwen auf die Tische im Freien und die Wartezeiten sind teilweise erheblich. Steak und Pommes sind für 109 nkr recht preisgünstig.

Major-Stuen

NORWEGISCH €€

(69 32 15 55; Voldportgata 73, Gamlebyen; Hauptgerichte 149–159 nkr; Mo–Do 12–20, Fr & Sa bis 21, So bis 19 Uhr) Das nette Restaurant hat sich auf norwegische Gerichte spezialisiert, die auf schonende und altmodische Art zubereitet werden – ein gutes Essen ist also garantiert. Innen geht es eher formell zu; sehr viel lockerer ist es im Garten hinter dem Haus.

Restaurant La Riveria

FISCH & MEERESFRÜCHTE €€

(69 33 86 88; Storgata 13, Engelsviken, Neustadt; Mittagstisch 105 nkr, Hauptgerichte 125–249 nkr; Mo–Do 11–22, Fr & Sa 11–23, So 12–22 Uhr) Das rote Schindelhaus am Ufer hat eine Sommerterrasse und serviert relativ preisgünstige Meeresfrüchte (die Tagesgerichte am Mittag sind sehr günstig). Außerdem gibt's Mexikanisches und Pasta.

Pizzanini

INTERNATIONAL €€

(69 30 03 00; Storgata 5, Neustadt; Pizzas 109–299 nkr, Pasta 169 nkr; So–Do 12–1, Fr & Sa bis 2 Uhr) Wenn in anderen Restaurants Flaute herrscht, ist es hier voll, was wohl auch der trendigen Atmosphäre und der umfangreichen, preisgünstigen Speisekarte zu verdanken ist. Die Gäste kommen zum Essen oder auch bloß auf einen Drink vorbei.

Praktische Informationen

Touristeninformation Gamlebyen (69 30 46 00; www.visitoslofjord.no; Kongens Torv; Juli & Aug. Mo–Fr 9–17, Sa 10–16, So 11–16 Uhr, den Rest des Jahres 9–16.30 Uhr) Nettes kleines Büro in der Altstadt.

An- & Weiterreise

Intercity-Busse fahren vom/zum Busbahnhof Fredrikstad Rutebilstasjon am Bahnhof. Nor-Way's Oslofjordekspress fährt ein- bis siebenmal täglich die Strecke Oslo–Fredrikstad (235 nkr, 2 Std.) und meist noch weiter bis Hvaler; außerdem pendelt **Flybussekspressen** (www.flybussekspressen.no) zwischen Fredrikstad und dem internationalen Flughafen Oslo Gardermoen (295 nkr, 2¼ Std., alle 1- bis 2 Std.).

Fredrikstad liegt an der **NSB** (www.nsb.no) Bahnstrecke Oslo–Göteborg. Züge von/nach

Oslo fahren etwa zehnmal täglich (205 nkr, 1 Std.) und halten auch in Sarpsborg und Halden. Für internationale Züge Richtung Süden ist eine Platzreservierung notwendig.

Autofahrer sollten der E6 folgen, die von Oslo aus nach Süden führt. Gleich hinter Råde geht's auf der 110 in südlicher Richtung bis Fredrikstad.

Unterwegs vor Ort

Wer über die Glomma in die Gamlebyen rüber will, kann entweder zu Fuß über die hohe und massive Glommabrücke laufen oder mit der Fähre (frei, 2 Min.) zum Haupttor der Gamlebyen übersetzen. Sie verkehrt regelmäßig von 5.30 bis 24 Uhr (genaue Zeiten sind von Tag zu Tag anders).

Rund um Fredrikstad

Hvaler-Schären

Norwegische Urlauber und Künstler lieben die Hvaler-Schären, eine Gruppe von 833 bewaldeten Inseln und kleinen Eilanden vor der Küste, die den südlichen Eingang zum Oslofjord bewachen. Die Hauptinseln sind **Vesterøy**, **Spjærøy**, **Asmaløy** und **Kirkøy**. Über eine Mautstraße (55 nkr) und einen Tunnel sind sie mit dem Festland verbunden. Die Buslinie 365 (65 nkr) fährt von Fredrikstad nach Skjærhalden am anderen Ende der Insel Kirkøy.

Die Touristeninformation von Fredrikstad (S. 83) informiert gern über die vielen Sehenswürdigkeiten, die sich über die Inseln verteilen.

Oberhalb der Küste der **Insel Akerøy**, die nur per Fähre (Taxiboot) von Skjærhalden aus zu erreichen ist, thront majestätisch eine **Küstenfestung** aus dem 17. Jh. Sie wurde in den 1960er-Jahren restauriert. Der Eintritt ist frei, geöffnet ist immer.

Aus der Mitte des 11. Jhs. stammt die **Steinkirche** (Skjærhalden; Kirkøy; ⏲ Juli 12–16 Uhr, Ende Juni & Anfang Aug. Sa 12–16 Uhr) auf Kirkøy, eine der ältesten in Norwegen. Im Juli findet hier ein einwöchiges Musik- und Kunstfestival statt.

Die Touristeninformationen verfügen über ein Verzeichnis mit gut ausgestatteten Privathäusern und Hütten in den Hvaler-Schären, die pro Tag zwischen 450 und 800 nkr kosten.

Kulturzentrum Storedal

Das **Kulturzentrum Storedal** (✆ 69 11 56 50; www.storedal.no; Storedal; Erw./Kind 40/20 nkr; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. Di–So 10–16 Uhr) liegt 11 km nordöstlich von Fredrikstad. An diesem Ort wurde 1117 König Magnus der Blinde geboren. Mit 13 Jahren bestieg er den Thron und mit 18 Jahren erhielt er seinen Beinamen, als ihm in Bergen ein Feind die Augen ausstach. Ein späterer Besitzer des Hofes, Erling Stordahl, war ebenfalls blind; er stellte ein Denkmal für König Magnus auf und richtete ein Zentrum für Blinde und Menschen mit anderen Behinderungen ein.

Absolut faszinierend ist die *Ode til Lyset* (Ode an das Licht), eine Klangskulptur von Arnold Haukeland und Arne Nordheim: Mithilfe von Fotozellen und einem Computer im Bauernhaus werden die geringsten Veränderungen des Sonnenlichts in bewegende, sich ständig verändernde Klänge umgesetzt. Anfahrt über die Rv110 Richtung Osten, etwa 9 km von Fredrikstad – das Zentrum befindet sich 2,1 km nördlich der Hauptstraße.

Borgarsyssel-Museum

Das ausgezeichnete **Østfold-Landesmuseum** (www.ostfoldmuseet.no, Gamlebygaten 8, Sarpsborg; Erw./Kind 40/20 nkr; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. 12–17 Uhr) befindet sich in Sarpsborg 14 km nordöstlich von Fredrikstad. In der Freilichtausstellung können sich die Besucher 30 historische Gebäude aus unterschiedlichen Gegenden angucken sowie eine riesige Sammlung an Artefakten und traditioneller Kunst. Außerdem gibt's noch einen **Kräutergarten**, einen **Streichelzoo** und die **Ruine** der St.-Nikolas-Kirche von König Øystein, die 1115 errichtet und 1567 von den Schweden zerstört wurde. Von Fredrikstad fahren regelmäßig Züge und Busse nach Sarpsborg.

Oldtidsveien

Seit Tausenden von Jahren leben und arbeiten Menschen in der Region Østfold. Entlang des Oldtidsveien (Altertumsweg), eines Hohlwegs zwischen Fredrikstad und Sarpsborg, haben sie ihre Spuren hinterlassen; hier sind jede Menge alte Steingegenstände und Felszeichnungen zu finden. Bei Solberg stehen drei Platten mit rund 100 Figuren, die an die 3000 Jahre alt sind. Bei Gunnarstorp gibt es mehrere, 30 m lange **Hügelgräber aus der Bronzezeit** und diverse **Hinkelsteine aus der Eisenzeit**. Bei Begby wurden gut erhaltene Darstellungen von Schiffen, Menschen und Tieren entdeckt, bei

Hunn mehrere **Steinkreise** und **Hügelgräber** aus der Zeit von 500 v. Chr. bis 800 n. Chr. Die **Felszeichnungen** von Hornes zeigen ganz klar 21 Schiffe mitsamt Ruderern. Auf sämtliche dieser Fundstellen verweisen Schilder entlang der E6 südlich von Sarpsborg. Wer will, kann sie auch mit einer langen Tageswanderung oder Fahrradtour von Fredrikstad aus besuchen.

Halden

24 410 EW.

Am Ende des Iddelfjord liegt zwischen steilen, felsigen Landzungen das verschlafene Grenzstädtchen Halden. Als wichtiger Stützpunkt der norwegischen Verteidigung gegen jahrhundertelange schwedische Überfälle war es früher mal sehr bedeutsam. Mit seinem adretten kleinen Jachthafen, einer hinter der Stadt aufragenden Festung und einigen guten Restaurants ist der Ort einen Umweg wert.

Geschichte

Während des Torstensonkriegs von 1643 bis 1645 diente Halden als Garnison; ab 1644 war es mit einer hölzernen Palisade befestigt. Als Schweden und Dänemark im Jahr 1658 den Frieden von Roskilde schlossen und Norwegen seine Provinz Bohuslän mitsamt der Festung Bohus verlor, war Halden plötzlich ein Grenzposten, der ziemlich schlecht geschützt war. In den Jahren 1658, 1659 und 1660 konnten schwedische Angriffe nur schwer abgewehrt werden, bessere Befestigungen waren daher notwendig. Ab 1661 wurde daher eine neue Festung gebaut.

Zweimal – 1659 und 1716 – griffen die Haldener zum letzten Mittel, um die Feinde aus der Stadt zu jagen: zum Feuer. Dieses Opfer wurde später hoch belohnt – mit zwei Zeilen in der norwegischen Nationalhymne: „… wir stecken lieber das Land in Brand, auf dass es nicht niedergeht." Die Brände sind auch das Hauptthema des Museums zur Stadtgeschichte in der Festung.

Bis ins 19. Jh. hinein nahmen die Angriffe der Schweden kein Ende. In den ersten Jahren des 20. Jhs. wurde die Festung Fredriksten mit immer stärkeren modernen Kanonen, Turmgeschützen und Haubitzen aufgerüstet. Erst die Verhandlungen zur Auflösung der Schwedisch-Norwegischen Union führten dazu, dass die Bewaffnung 1906 entfernt wurde. Die Stadt verwandelte sich damit in einen ruhigen Küstenort.

Sehenswertes

Festung Fredriksten & Museen FESTUNG, MUSEUM

(Fredriksten Festning; www.fredrikstenfestning.com; Festung frei, Erw./Kind alle Museen 60/20 nkr, Führung 70/30 nkr; Festung 24 Std., Mitte Mai–Aug. Museen tgl. 11–17 Uhr, Führungen ganzjährig 14 Uhr) Hoch auf dem Hügel hinter Halden thront die Festung Fredriksten von 1661, die sechs schwedischen Belagerungen widerstand und nie eingenommen wurde.

Am 28. Juli 1660 wurde von König Fredrik III. von Dänemark der Bau von stärkeren Verteidigungsanlagen oberhalb von Halden angeordnet. Von 1661 bis 1671 entstanden auf zwei nebeneinanderliegenden Hügeln die fünfeckige Zitadelle und die angrenzende Festung Gyldenløve im Osten, die von 1682 bis 1701 weiter ausgebaut wurden. Das wichtigste Ereignis folgte dann am 11. Dezember 1718: An diesem Tag wurde hier der kriegerische König Karl XII. von Schweden erschossen (heute steht an der Stelle ein Denkmal).

Das Festungsgelände ist weitläufig und größtenteils grasbewachsen. Neben zahlreichen Mauerruinen sind ein paar interessante Museen und eine restaurierte Kopfsteinpflasterstraße zu sehen. Die Aussicht ist grandios. Die Führungen sind sehr unterhaltsam und füllen diesen historischen Ort mit Leben.

Die Museen auf dem Burggelände widmen sich jeweils unterschiedlichen Aspekten der Festungsgeschichte. Vom Haupteingang geht es den Hügel etwas runter zum **Kriegshistorischen Museum** mit militärischen Exponaten und Informationen zu Haldens kriegerischer Vergangenheit seit 1660, darunter Details zur norwegischen Unabhängigkeitsbewegung von 1905. Ein Tunnel führt hinauf zur Prins-Christian-Bastion, dem strategisch wichtigsten Punkt für die Verteidigung der Burg. Einen etwas größeren Bogen über die Stadtgeschichte Haldens schlägt das **Byen-Brenner-Museum** („Stadtbrandmuseum"), etwa auf der Hälfte des Hauptweges. Die Ausstellung im **Gamle Kommandantbolig** (Kommandantenhaus) dreht sich um die Geschichte des Handels und der Beziehungen mit dem benachbarten Schweden. Das Gebäude selbst wurde zwischen 1754 und 1758 errichtet und durch ein Feuer 1826 beschädigt. Nach der Renovierung wurde es als Pulverlabor, Waffenkammer und Kaserne genutzt. Über dem

Eingang findet sich ein Monogramm von Fredrik V.

Vielleicht am interessantesten sind das **Brauhaus**, das früher bis zu 3000 l Bier am Tag produzierte, und die **Backöfen**, in denen für bis zu 5000 Soldaten Brot gebacken wurde. Im **Infosenter** hinter dem Haupteingang der Festung gibt es zudem eine Multimediaausstellung sowie einen Museumsshop.

Rund um die Festung stehen viele faszinierende alte Gebäude, aber noch besser ist der Blick über Halden.

Die Führungen durch die Festung und andere Gebäude auf dem Gelände sind auf Norwegisch oder Englisch. Es stehen aber auch Audioguides (50 nkr) zur Verfügung. Ein weiteres Highlight sind Gespenstertouren auf eigene Faust, bei denen die berühmte „Weiße Frau" der Festung so gut wie garantiert erscheinen wird ...

Im Sommer werden dienstag- und mittwochabends verschiedene Tanz- und Musikveranstaltungen auf dem Festungsgelände geboten. Die Aufführung am Mittwoch ist auch Bestandteil einer überregionalen Fernsehshow, dem *Allsangpå Grensen* (Mitsingveranstaltung).

Von der Stadt geht ein ziemlich zugewachsener Kopfsteinweg zur Festung hoch; er beginnt am oberen Ende der Festningsgata in Sørhalden (einem Ortsteil mit Kapitänshäuschen aus dem 19. Jh.) und führt dann quer über die von Flieder überwucherten Hänge. Die Autoauffahrt geht von derselben Straße ab.

Rød Herregård HISTORISCHES GEBÄUDE
(Herregårdsveien; Führungen Erw./Kind 60/20 nkr; Führungen Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Sa 12, 13 & 14, So 12, 13, 14 & 15, Mai–Mitte Juni & Mitte Aug.–Sept. So 12, 13 & 14 Uhr) Das Landgut Rød Herregård stammt mindestens von 1690 und hat eine wunderschöne Inneneinrichtung (die Waffen- und Kunstsammlung ist bemerkenswert). An den Wänden hängen jede Menge ausgestopfte Tierköpfe. Die Gartenanlage gehört zu den schönsten Norwegens. Das Gut liegt 1,5 km nordwestlich des Ortszentrums und ist gut ausgeschildert.

Schlafen

Fredriksten Camping CAMPINGPLATZ €
(69 18 40 32; Fredriksten Festning; Zelt mit Auto 200 nkr, 4-/5-Bett-Hütten 450/750 nkr; P) Ein gut geführter, super gelegener Platz unter Bäumen, direkt neben der Festung, mit Minigolfanlage – absolut unschlagbar. Haben sich die Menschenmassen nach Torschluss aus der Festung verzogen, ist es ein herrlich ruhiges, grünes Stückchen Erde, um sein Zelt aufzuschlagen. Auf dem Platz gibt es ein Restaurant, das diverse, aber nicht gerade gesunde Gerichte aus der Fritteuse verkauft.

Thon Hotel Halden HOTEL €€
(69 21 33 00; www.thonhotels.no; Langbrygga 1; EZ/DZ 1225/1425 nkr;) Wer mit der eigenen Millionenjacht anreist, kann direkt vor der Haustür „parken", denn das Thon Hotel liegt gleich am Wasser. Die nette, helle Unterkunft mit den freundlichen Angestellten akzeptiert aber natürlich auch weniger gut betuchte Gäste.

Grand Hotell HISTORISCHES HOTEL €€
(69 18 72 00; www.grandhotell.net; Jernbanetorget 1; Zi. ab 1290 nkr; P) Das Grand Hotell gegenüber dem Bahnhof ist die älteste Schlafstätte vor Ort. Leider wirkt der „altmodische Charme" etwas gewollt. Sieht man davon ab eine sehr komfortable Ausgangsbasis für Erkundungstouren.

Essen

Rund um den Gjesthavn (Gästehafen) finden sich zahlreiche ansprechende Restaurants mit Außentischen.

Kongens Brygge PIZZA €€
(69 17 80 60; Gjesthavn; Hauptgerichte 125–185 nkr, Pizzas 145–255 nkr; So–Di & Do 13–23, Mi 13–2.30, Fr & Sa 12–2.30 Uhr) Das nautisch anmutende Restaurant direkt am Ufer hat eine herrliche Ponton-Terrasse, die im Sommer geöffnet ist. Die Pizzas sind teuer, aber auch so groß, dass sich selbst der hungrigste Gast satt essen kann. In der Nähe befinden sich ähnliche Restaurants.

Praktische Informationen

Die **Touristeninformation** (69 19 09 80; www.visithalden.com; Torget 2; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 9–16.30, Sa & So 9–12, sonst Mo–Fr 9–15.30 Uhr) von Halden an der Torget hat praktische Infos vorrätig.

An- & Weiterreise

Die Fernbusse halten direkt am Hafen.

Zwischen Oslo und Halden verkehren montags bis freitags stündlich und am Wochenende alle zwei Stunden (260 nkr, 1¾ Std.) Züge via Fredrikstad. Etwa viermal am Tag setzt der Zug die Reise auch fort bis Göteborg und Malmö in Schweden.

Haldenkanal (Haldenkanalen)

Östlich und nördlich von Halden verbindet ein Kanalnetz die Stadt mit Göteborg in Schweden – von einer 1,8 km langen Lücke in der Wasserverbindung einmal abgesehen. Highlights sind die vier Brekke-Schleusen zwischen Femsjøen und Aspern (auf der Strecke Halden–Strømsfoss), in denen die Boote in vier Stufen insgesamt 26,6 m angehoben bzw. abgesenkt werden.

Die **M/S Strømsfoss** (✆ 90 60 63 21; www.turisten.no; Erw./Kind 310/200 nkr) verkehrt auf dem Haldenkanalen und zwischen Tistedal (direkt östlich von Halden) und Strømsfoss. Das Boot legt donnerstags und samstags um 10.45 Uhr in Strømsfoss ab, Abfahrt in Tistedal ist um 15.15 Uhr. Die Fahrt dauert ca. sechs Stunden. Von Halden nach Tistedal fahren die Buslinien 103 oder 106 (32 nkr, 18 Min., 2-mal stdl.; Ausnahmen: Sa spät nachmittags und So). Zwischen Strømsfoss und Halden verkehrt ein spezieller Fährbus; er wartet auf die Bootspassagiere (98 nkr).



Südnorwegen

Inhalt ➡

Tønsberg 89
Larvik 92
Risør 96
Arendal 97
Kristiansand 100
Egersund 109
Kongsberg 110
Der Telemarkkanal 113
Rjukan 116
Setesdalen 121

Gut essen

- Måltid (S. 105)
- Smag & Behag (S. 99)
- Sanden (S. 94)
- Villa Marina (S. 105)
- Provianten (S. 107)

Schön übernachten

- Farris Bad (S. 93)
- Lillesand Hotel Norge (S. 100)
- Rjukan Hytteby & Kro (S. 119)
- Lampeland Hotell (S. 113)

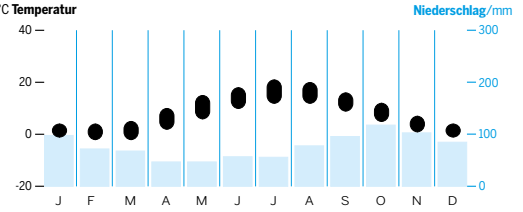
Auf nach Südnorwegen

Im Sommer lockt die Südküste Norwegens scharenweise Urlauber an – kein Wunder angesichts der schmucken Küstendörfer mit ihren weiß getünchten Holzhäusern an einem von Inseln gesprenkelten Meer. Travellern bietet die „norwegische Riviera“ die Chance, ein vollkommen anderes Norwegen als das der Fjorde und Hochplateaus aus den Touristenbroschüren zu erleben – eines, das zugleich kosmopolitisch und doch typisch norwegisch ist.

Weiter im Inland wird die Landschaft immer dramatischer. Tief im Inneren der Region liegt Rjukan, das Tor zu einem der schönsten Hochlandgebiete Norwegens, dem Hardangervidda-Nationalpark und dem spektakulären Berg Gausta. In der dicht bewaldeten Landschaft Südnorwegens, wo sich Biber in dunklen Seen tummeln, verbergen sich idyllische, einsame Dörfer, hölzerne Stabkirchen und eine lebendige Tradition.

Reisezeit

Kristiansand



Febr.–März Die beste Zeit zum Eisklettern, Skifahren und für Schlittenhunderennen in Rjukan.

Juli In den Badeorten an der Südküste ist jetzt am meisten los.

Aug–Sept. Die Wanderwege im Landesinneren locken, denn die herbstliche Laubfärbung beginnt.

DIE KÜSTE

Kaum jemand kommt wegen der Strände nach Norwegen. Wer dennoch einen sucht, findet sich inmitten von Scharen einheimischer Urlauber wieder, die zum Paddeln und wegen der malerischen Inseln herkommen. Die Küstenstädte sind wunderschön, im Sommer jedoch mächtig überteuert.

Tønsberg

41 485 EW.

Tønsberg ist Norwegens älteste Stadt. Allerdings reichen ihre Wurzeln so weit zurück, dass heute nicht mehr viel davon zu sehen ist. Doch ein paar wikingerzeitliche Ruinen und ein altersschwaches Schloss lohnen den kurzen Abstecher von der Küstenstrecke.

Sehenswertes

Burg Tønsberg FESTUNG

(Castrum Tunsbergis; Turm Mitte Juni–Mitte Aug. 12–17 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) GRATIS

Burg Tønsberg auf dem Hügel hinter der Stadt war im 13. Jh. Norwegens größte Festung. Die Schweden zerstörten sie 1503, doch der moderne 17 m hohe **Slottsfjellstårnet-Turm** aus dem Jahr 1888 bietet einen guten Blick über die Ruinen. Ein Teil der 600 m langen Außenmauer steht noch. Zu den mittelalterlichen Überresten zählen Fundamente des **Bergfrieds von König Magnus Lagabøte**, der 1191 gegründeten **St.-Michaelskirche**, von **König Håkon Håkonssons Halle** sowie mehrerer **Wachtürme.** Der Park ist durchgehend geöffnet.

Landesmusem Vestfold MUSEUM

(Vestfold Fylkesmuseum; www.vfm.no; Farmannsveien 30; Erw./Kind 60/40 nkr, Di Eintritt frei; Mitte Mai–Mitte Sept. 11–16 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Dieses Museum am Fuß des **Slottsfjellet** (Burgfels) am Nordrand der Stadt liegt fünf Gehminuten nordwestlich des Bahnhofs. Highlights des Museums sind Ausstellungen über die Ausgrabung des imposanten Wikingerschiffs *Oseberg* (zu sehen im Wikingerschiffsmuseum von Oslo), eine Reihe historisch eingerichteter Bauernhäuser sowie eine Abteilung über die Geschichte des Walfangs von Tønsberg.

Schlafen

Tønsberg Vandrerhjem HOSTEL €

(33 31 21 75; tonsberg@hihostels.no; Dronning Blancasgata 22; B 350 nkr, EZ/DZ mit Gemeinschaftsbad 50/850 nkr, DZ mit Bad 895 nkr, 4BZ 1600 nkr; P) Das außergewöhnlich gut geführte und freundliche Hostel ist bestens ausgestattet, sauber und ordentlich und liegt zu Fuß nur fünf Minuten vom Bahnhof entfernt. Um die gemütlichen Gemeinschaftsräume würde es manches schnieke Hotel beneiden. Gutes Frühstück wird ebenfalls serviert. Von 12 bis 15 Uhr ist die Rezeption nicht besetzt.

Thon Hotel Brygga BUSINESSHOTEL €€.

(33 34 49 00; www.thonhotels.no; Nedre Langgate 40; DZ 1115 nkr; @) Das moderne Hotel in einem traditionellen hölzernen Speicher am Meer hat nette, wenngleich etwas kleine Zimmer, serviert ausgezeichnetes Frühstück und ist beliebt bei Familien, die mit dem Auto unterwegs sind.

Quality Hotel Tønsberg BUSINESSHOTEL €€€

(33 00 41 00; www.nordicchoicehotels.com; Ollebukta 3; DZ 1480 nkr; P) Das große Hotel, das zu einer Kette gehört, bietet gepflegte, stilvolle Zimmer sowie großzügige Gemeinschaftsbereiche direkt am Wasser. Bei schönem Wetter sind der Swimmingpool und die Terrasse auf dem Dach ein weiteres Plus. Parken kostet pro Tag heftige 189 nkr.

Essen

Tønsberg bietet Dutzende guter Restaurants, die am Meer haben die beste Atmosphäre.

Restaurant Havariet INTERNATIONAL €€

(33 35 83 90; havariet.no; Nedre Langgate 30e; Hauptgerichte 110–325 nkr; 11–1 Uhr) Das Restaurant mit solider einfacher Küche und warmem, einladendem Ambiente ist unter den Lokalen am Meer zweifellos das beliebteste. Die Mittagsangebote sind recht günstig, auch gibt es reichlich Meeresgetier auf der Karte, darunter leckere, obgleich manchmal überladene Salate.

Roar I Bva FISCH & MEERESFRÜCHTE €€

(roaribua.com; Nedre Langgate; Sandwichs 80–99 nkr, Hauptgerichte 150–199 nkr; 10–18 Uhr) Der reizende Holzschuppen ist teils Fischladen, teils Fischlokal. Wie auch immer man es einordnet, der preiswerte Fisch ist hier so frisch, dass er glatt vom Teller zurück ins Meer springen könnte. Wer Zutaten für ein Picknick benötigt, kann ein Stück geräucherten Lachs mitnehmen.

Praktische Informationen

Touristeninformation (48 06 33 33; www.visittonsberg.com; Storgaten 38; Mitte Juni–Anfang Aug. Mo–Fr 9–16.30, Sa 10–14, sonst Mo–Fr 9–14 Uhr) Gleich hinter dem Hauptplatz.



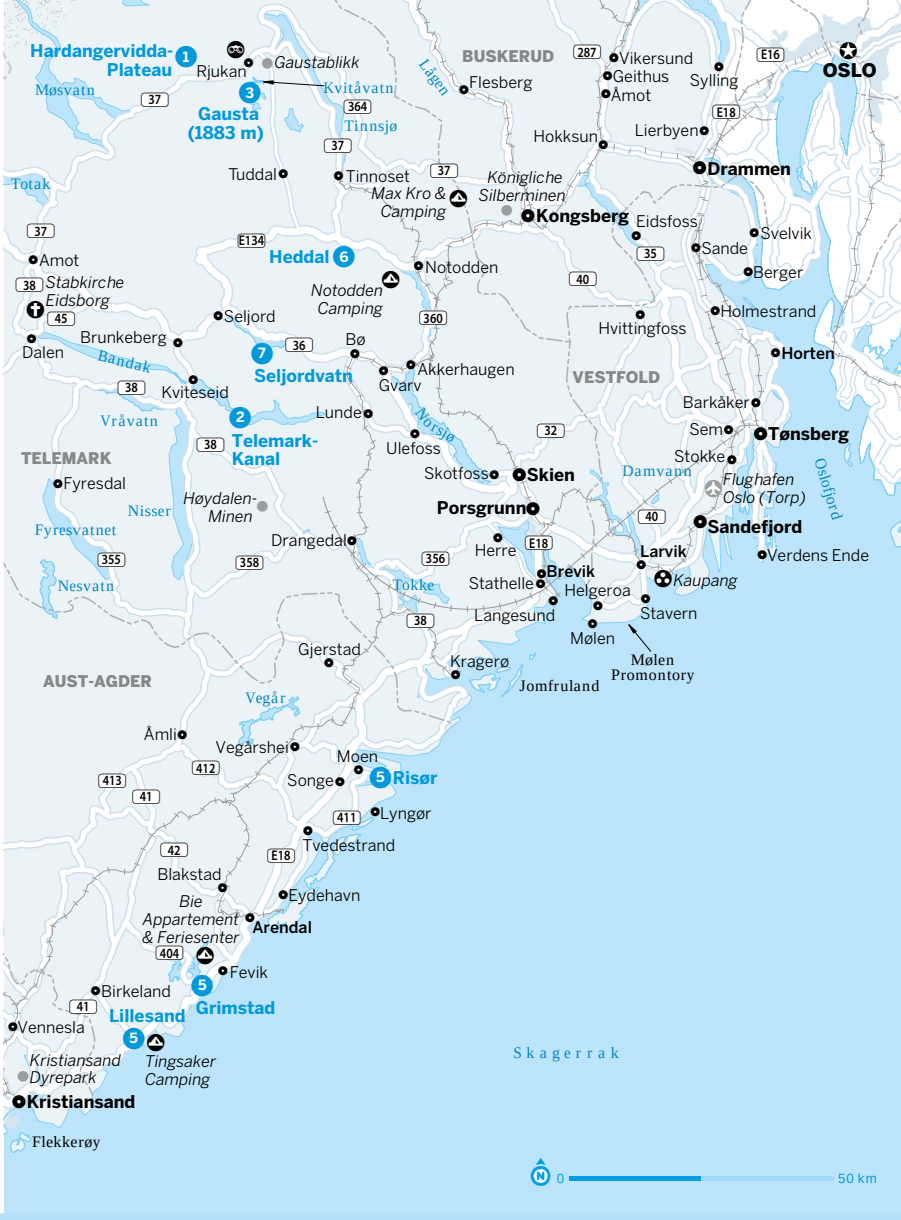
Highlights

1 Eine Wanderung durch die beeindruckende Wildnis auf dem **Hardangervidda-Plateau** (S. 117), wo Europas größte wilde Rentierherde lebt.

2 Eine gemächliche Bootsfahrt nach Dalen auf dem wunderbaren **Telemarkkanal** (S. 113).

3 Aufstieg zum Gipfel des **Gausta** (S. 117), Norwegens schönstem Berg.

4 Eine Fahrt auf der stillen, traumhaften **Küstenstraße**



(S. 109) zwischen Flekkefjord und Egersund.

5 Ein Bummel durch die engen Straßen der „weißen Städte“ **Grimstad**, (S. 98), **Lillesand** (S. 100) und **Risør** (S. 96).

6 Ein Besuch der Stabkirche von **Heddal** (S. 114) mit eleganter Dachkonstruktion und schönen Gemälden.

7 Am **Seljordvatn** (S. 120) nach dem Seeungeheuer Selma Ausschau halten.

Anreise & Unterwegs vor Ort

Die **Tønsberg Rutebilstasjon** (33 30 01 00; Jernbanegaten) liegt einen Block südlich des Bahnhofs. Busse der Gesellschaft Nor-Way Bussekspress verkehren von/nach Kristiansand (425 nkr, 4½ Std., 1–2-mal tgl.) und halten unterwegs in den meisten Küstenstädten, darunter in Larvik (130 nkr, 1 Std., 2-mal tgl.). Nettbuss fährt nach Oslo (199 nkr, 1½ Std.).

Intercity-Züge verkehren stündlich zwischen Tønsberg und Oslo (225 nkr, 1½ Std.) sowie in Richtung Süden nach Larvik (103 nkr, 34 Min.).

Fahrräder verleiht die Touristeninformation für 75 nkr pro Tag.

Autofahrer müssen bei Einfahrt in das Stadtgebiet automatisch eine Maut löhnen.

Sandefjord

44 950 EW.

In der geschäftigen einstigen Walfanghauptstadt widmen sich mehrere Museen dem Walfang.

Die meisten Busse zwischen Oslo und Kristiansand halten in Sandefjord.

Sehenswertes

Walfangmuseum MUSEUM

(Hvalfangst-museet; 94 79 33 41; www.hvalfangstmuseet.no; Museumsgaten 39; Erw./Kind 55/30 nkr; Ende Juni–Aug. 10–17 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Die gezeigten Methoden mag man vielleicht nicht befürworten, doch Sandefjords Walfangmuseum präsentiert zweifellos eine gute Ausstellung über Norwegens umstrittenste Aktivität und informiert ausgewogen über beide Seiten. Das Museum zeichnet mit Fotos und Ausrüstungsgegenständen die Geschichte des Walfangs nach und zeigt auch informative Ausstellungen zur arktischen und marinen Tierwelt im Allgemeinen.

Southern Actor SCHIFF

(Ende Juni–Aug. 9.30–17 Uhr) Im Hafen ankert das Walfängerboot *Southern Actor* aus den 1950er-Jahren; die Eintrittskarte des Museums schließt das Boot mit ein. Am Ufer steht zudem das markante Walfängerdenkmal.

Schlafen

Clarion Collection Hotel Atlantic HOTEL €€

(www.nordicchoicehotels.no; Jernbanealleen 33; EZ/DZ 990/1090 nkr; P) In einem schönen Gebäude aus dem Jahr 1914, nur drei Gehminuten vom Bahnhof, bietet dieses Clarion-Hotel im Boutique-Stil ein tolles Preis-Leistungs-Verhältnis und mehr Atmosphäre als viele andere Unterkünfte an diesem Küstenabschnitt. Die Zimmer strahlen luxuriöse Ästhetik aus, auch wenn sie etwas klein sind, und jeden Abend wird ab 18 Uhr kostenlos ein leichtes Abendessen serviert.

Praktische Informationen

Touristeninformation (33 46 05 90; www.visitsandefjord.com; Thor Dahls Gate 7; Juli–Aug. Mo–Fr 9–17.30, Sa 10–17, So 12.30–17, sonst Mo–Fr 9–16 Uhr) Die exzellente Touristeninformation liegt gleich am Ufer. Tee und Kaffee gibt's kostenlos.

Larvik

41 400 EW.

Eine der größten Städte an der Südküste Norwegens ist Larvik. Eigentlich eine gewöhnliche Hafenstadt, die jedoch mit dem glamourösesten Hotel der Region, einem neuen Kulturzentrum und guten Museen aufwartet. Zudem befinden sich hier die am leichtesten zugänglichen Ausgrabungen aus der Wikingerzeit und der Bøkeskogen, Norwegens größter Buchenwald.

Sehenswertes & Aktivitäten

Kaupang ARCHÄOLOGISCHE STÄTTE

(90 62 27 44; www.kaupangprosjektet.no; Erw./Kind 50 nkr/frei, Mi Aktivitäten 70 nkr; Ende Juni–Mitte Aug. Di–So 12–16 Uhr) Die Wikingersiedlung Kaupang, 5 km östlich von Larvik, wurde um 800 erbaut und war bis 960 bewohnt. Vermutlich lebten hier einst 1000 Menschen. Die meisten Fundstücke befinden sich zwar in Oslo, doch aus dem, was noch da ist, machen die Verwalter wirklich das Beste – mit einer kleinen Ausstellung, vier Wikingerzelten und fachkundigen Führern in Wikingertracht, die über die Geschichte des Orts informieren und die nahen Wikingergräber zeigen.

Mittwochs (Familientag) und an Wochenenden wird wie zur Wikingerzeit Suppe gekocht, Brot gebacken und der Schmiedeofen befeuert. Außerdem können die Führer erklären, wo in der Gegend von Larvik weitere Wikingerfriedhöfe liegen

Larvik-Museum MUSEUM

(48 10 66 00; www.larvikmuseum.no; Erw./Kind Kombiticket 50/10 nkr; Ende Juni–Mitte Aug. Di–So 12–16 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Dieses

Museum mit mehreren in der Stadt verteilten Abteilungen steht unter der Schutzherrschaft der übergeordneten Vestfold Museen.

➡ Verkensgården

(Nedre Fritzøegate 2; ⏲ Ende Juni–Mitte Aug. Di–So 12–16 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Verkensgården zeigt Werkzeuge und Geräte einer örtlichen Sägemühle und Eisenhütte aus dem 17. Jh. Eine geologische Ausstellung informiert über die Entstehung des blauen Larvikit. Dieser sehr schöne 500 Mio. Jahre alte Granit wird in der Nähe der Stadt abgebaut.

➡ Seefahrtsmuseum Larvik

(Skottebrygga and Jærbuen; Kirkestredet 5) Der Ziegelbau von 1730 liegt unmittelbar östlich des Hafens. Das Museum zeigt maritime Kunstwerke, etliche beeindruckende Schiffsmodelle sowie eine kleine Ausstellung über die nahe Wikingersiedlung Kaupang. Colin Archer, der berühmte norwegische Schiffdesigner und Bootsbauer, stammt aus Larvik, und auch seine wunderschöne 1898 gebaute *Jærbuen II* liegt meistens hier vor Anker.

➡ Herrenhaus Herregården

(✆ 48 10 66 00; Herregårdsbakken; ⏲ Juni–Mitte Sept. 12–16 Uhr) Das Herrenhaus Herregården, ein Holzbau aus dem Jahr 1677 im klassischen Barockstil, wurde als Residenz für den norwegischen Generalgouverneur und Herzog von Larvik Ulrich Friedrich Gyldenløve errichtet. Als illegitimer Sohn des dänischen Königs Friedrich IV. erhielt Gyldenløve ein Herzogtum und wurde in die norwegische Provinz abgeschoben. Eingerichtet ist das Haus ist im Stil des 17. und 18. Jhs.

Bølgen

KULTURZENTRUM

(Kulturhus; www.kulturhusbolgen.no; Sanden 2; ⏲ Mi–Do 17–21, Sa & So 13–17 Uhr) Das beeindruckende wellenförmige Kulturzentrum der Stadt beherbergt eine Galerie mit interessanten Ausstellungen moderner norwegischer Künstler, Konzertsäle und ein Kino (mit Filmen in Originalfassung) sowie das beste Café der Stadt, das Sanden (S. 94).

Bøkeskogen

WALD

Der Name bedeutet „Buchenwald", und das herrliche grüne Gebiet mit Blick auf Larvik ist sowohl der größte Buchenwald Norwegens als auch der nördlichste der Welt. Er ist durchzogen von 2,6 bis 10 km langen Wanderwegen, und von der Nordwestspitze bietet sich ein großartiger Auslick auf den Farris-See.

Schlafen

Lysko Gjestegaard

PENSION €€

(✆ 97 74 44 90; www.lysko-it.no; Kirkestredet 10; EZ/DZ ab 840/1050 nkr; P 🛜) Die ruhige Pension befindet sich am östlichen Ende des Hafens in einem alten Holzhaus gegenüber dem Seefahrtsmuseum. Die Zimmer sind charaktervoll mit selbst dekorierten Möbeln und mit großzügig verwendeter Farbe an Decken und Wänden gestaltet. Gäste können eine Gästeküche benutzen, außerdem gehört zur Pension ein Antiquitätengeschäft. Das Frühstück ist nicht im Preis enthalten.

★ Farris Bad

HOTEL €€€

(✆ 33 19 60 00; www.farrisbad.no; Fritzøe Brygge 2) Beim neu gestalteten Hafenbezirk wur-

THOR HEYERDAHL

Larviks Lieblingssohn war der ebenso kühne wie umstrittene Thor Heyerdahl (1914–2002), ein schrulliger Wissenschaftler, Anthropologe und Entdecker. Er wollte sein ganzes Leben über beweisen, dass die Weltmeere gewaltige Verbindungswege waren, die wichtig zum Verständnis alter Zivilisationen waren – ein Gedanke, der in der abgehobenen Welt wissenschaftlicher Forschung völlig neu war.

1947 segelte er auf einem Floß aus Balsaholz, der *Kon-Tiki*, 6000 km von Peru nach Polynesien, um zu beweisen, dass der Südpazifik möglicherweise durch Einwanderer aus Südamerika und nicht aus Asien besiedelt worden war. Seine Theorien stützten sich auf die Entdeckung von Ähnlichkeiten der Fauna und kultureller Artefakte in Polynesien und Südamerika und auf die Tatsache, dass die pazifischen Meeresströmungen in ost-westlicher Richtung verlaufen.

Der Film über seine Reise gewann 1951 den Oscar in der Kategorie „Bester Dokumentarfilm". Die Tapferkeit, mit der Heyerdahl den Nazis Widerstand leistete, trug ebenfalls zu seinem Ruhm bei. Von seinem Buch über die Expedition wurden weltweit 60 Mio. Exemplare verkauft. Sein Schiff, die *Kon-Tiki*, ist im *Kon-Tiki*-Museum in Oslo (S. 63) ausgestellt.

de neben und über dem schönsten Sandstrand der Stadt dieses Spa-Hotel mit komplettem Service gebaut. Die Zimmer sind luxuriös, viele schauen geradewegs aufs Meer, und auch die Gemeinschaftsbereiche sind aufwendig gestaltet. Außerhalb der Hauptsaison gibt es gute Offerten, und da Gäste das Spa kostenlos nutzen dürfen, könnte sich das Haus als echte Schnäppchen entpuppen.

Das Spa kann mit den besten in Europa mithalten. Der Eintritt (Montag–Donnerstag/Freitag–Sonntag/abends 495/595/325 nkr) bietet Zugang zu einem beachtlichen Angebot an Pools und Saunen, zu einer verlockenden Treppe hinunter ins Meer, zu Lounges mit spektakulärem Meerblick und zu einer reinen Frauensauna. Mittwochabends und sonntagnachmittags, wenn „textilfrei" obligatorisch ist, finden einige wirklich interessante Saunarituale statt. Im Sommer tischt das Hotelrestaurant mit Strandterrasse mittags ein großzügiges Meeresfrüchtebüfett (350 nkr) auf.

Essen

In Larvik gibt's ein paar gute Restaurants, darunter das Farris Bad, die meisten Einheimischen machen sich aber lieber zu den Strandlokalen in Stavern auf.

★Sanden

CAFÉ, BAR €

(www.bolgenkulturhus.no/sanden; Bølgen, Sanden 2; Burger 98–119 nkr, Hauptgerichte 145–185 nkr; ⏲ Di–Sa 12–20, So bis 16 Uhr, bei Konzerten länger geöffnet) In dem hoch aufragenden Haus am Ufer, einer Bastion kosmopolitischer Coolness in Larvik, möchte man am liebsten mehrere Stunden zubringen. Der Kaffee aus Bohnen von Solberg & Hansen in Oslo ist der beste weit und breit, und die Burger-Karte reicht von ganz schlichten Varianten bis zu äußerst kreativen Rezepten wie „Carla" mit Koriander und Chili-Mayonnaise oder „Barbara" mit karamellisierten Zwiebeln. Bei Veranstaltungen ist das Sanden bis spätabends als Bar geöffnet; am besten informiert man sich vorher.

Georg Marius Larsen Fisk Delikatese

FISCHGESCHÄFT €€

(✆ 33 18 17 44; Dronningensgt 43; Gerichte nkr170; ⏲ Mo–Fr 9–16.30, Sa bis 14.30 Uhr) Der authentische Fisch-Delikatessenladen verkauft warme Fischfrikadellen, Salate und im Geschäft zubereitete, Fertiggerichte wie Meeresfrüchtegratins, aber auch frischen Fisch und Meeresfrüchte.

Praktische Informationen

Touristeninformation (✆ 33 69 71 00; www.visitlarvik.no; Bølgen, Sanden 2; ⏲ 13–20 Uhr) Die hilfreiche Touristeninformation befindet sich am Ufer im schicken neuen Kulturzentrum Bølgen.

An- & Weiterreise

Busse von Nor-Way Bussekspress fahren auf der Strecke zwischen Seljord (280 nkr, 2¼ Std., bis zu 3-mal tgl.) und Tønsberg (115 nkr, 1 Std.) durch Larvik. Andere Ziele an der Küste erfordern evtl. ein Umsteigen in Tønsberg oder Arendal. Nahverkehrszüge pendeln stündlich zwischen Oslo S (Oslo Hauptbahnhof) und Larvik (249–311 nkr, 2 Std.). Bahnhof und Busbahnhof liegen nebeneinander an der Storgata.

Rund um Larvik

Auf der flachen Halbinsel Brunlanes südwestlich von Larvik verteilen sich einige nette Orte, die sich im Sommer mit norwegischen Urlaubern füllen.

Stavern

5600 EW.

Stavern, gleich südlich von Larvik, liegt an einem umwerfenden zerklüfteten Küstenstrich mit zahlreichen Granitinselchen davor, die ein Labyrinth aus eisigen Fahrrinnen bilden. Das Dorf Stavern selbst ist fast ebenso hübsch wie die Naturschönheiten der Umgebung. Die autofreien Straßen sind mit Cafés, kleinen Galerien und sahneweißen Häusern gesäumt und bilden an den meisten Sommerabenden Larviks geselligen Treffpunkt. Zu den Sehenswürdigkeiten zählt die Mitte des 18. Jhs. erbaute Festung **Fredriksvern Verft**, deren Blockhäuser einst zu den Verteidigungsanlagen gehörten.

Stavern ist Ausgangspunkt des sehr beliebten Küstenwanderwegs Kyststien, der 33 km lang nach Ødegården an der Westküste der Halbinsel Brunelanes führt. Die Touristeninformation in Stavern hat Wanderkarten.

Schlafen

Hotel Wassilioff

HISTORISCHES HOTEL €€

(✆ 33 11 36 00; www.wassilioff.no; Havnegata 1; EZ/DZ 1195/1400 nkr; 🅿 📶) Das seit 1844 bestehende Hotel Wassilioff weiß, was Gäste mögen. Zudem verströmt es dank der alten Sepiafotos von Mitgliedern des norwegischen Königshauses und der alten Stühle im Speiseraum jede Menge Charme. Die Zimmer

sind etwas weniger reizvoll als der Rest des Hotels. Klasse ist die Lage neben einem Park und an einem winzigen Strand.

Praktische Informationen

Touristeninformation (91 12 32 22; Kongens Gate 2; Mitte Juni–Anfang Aug. Mi–Sa 10–16, So 13–16 Uhr)

An- & Weiterreise

Bus 1 fährt von und nach Larvik (36 nkr, 15 Min., stündl.).

Mølen

Das Kap von Mølen ist eine geologische Besonderheit. Hier endet die eiszeitliche **Ra-Moräne** (Geröll, das vom Gletscher transportiert und abgelagert wurde). Sie reicht vom Farrisvatn (einem See, der durch die Moräne aufgestaut wurde) bis zur Südwestspitze der Halbinsel Brunelanes. Die 230 in parallelen Reihen angelegten Steinhügel und Felshaufen sind eisenzeitliche Grabstätten.

Damvann

Rund 20 km nördlich von Larvik liegt der traumhaft schöne, von Wäldern umgebene See von Damvann. Legenden nach wohnt hier die Hexe Huldra, die so schön sein soll, dass ihr jeder Mann sofort verfällt. Die Anreise ohne eigenes Fahrzeug ist schwierig. Die nächste Bushaltestelle ist in Kvelde (6 km vom See) an der Numendalslågen-Straße.

Kragerø

10 510 EW.

Kragerø ist einer der beliebtesten Ferienorte der Norweger. Die engen Gassen mit weißen Häusern ziehen sich vom Meer den Hang hinauf. Schon früh haben Künstler Kragerø als Rückzugsort entdeckt. Edvard Munch hat hier mehrmals Angelferien gemacht und den Ort als „Perle der Küstenstädte" gelobt. Eine Statue des Künstlers steht heute dort, wo er die Wintersonne über dem Meer gemalt hat.

Sehenswertes & Aktivitäten

Viel zu sehen gibt es nicht. Hauptattraktion ist die vorgelagerte Insel Jomfruland. Einen schönen Blick über die Stadt und die Schären eröffnet der Aussichtspunkt auf dem **Steinmann-Berg**, der vom Kragerøer Stadion aus zu erreichen ist.

Berg-Kragerø-Museum MUSEUM
(Lovisenbergveien 45; Erw./Kind 50 nkr/frei; Mitte Juni–Mitte August Di–So 11–17 Uhr) Das Museum am Ufer des Hellefjord, 3 km außerhalb des Zentrums, ist ein 120 ha großer Gutshof mit einem Landhaus von 1803. Es umfasst Gärten, Spazierwege und Ausstellungen zu Kunst und Geschichte.

Robbenbeobachtung TIERBEOBACHTUNG
(www.fjordbat.no; Erw./Kind 250/200 nkr; Juli–Mitte Aug. Di 10.45, Fr 15.25, Sa 11.10, So 11.45 & 19.45 Uhr) Die M/S *Kragerø*, das gleiche Boot, das als Fähre nach Jomfruland fährt, bietet jetzt auch eine Pauschaltour zur Robbenbeobachtung an, zu der die Fahrt nach Jomfruland und zurück, ein Merkblatt über die Tiere und ein Fernglas (das man behalten kann) gehören. Robben werden auf etwa der Hälfte der Fährüberfahrten gesichtet.

Schlafen & Essen

Die Touristeninformation kann private Ferienapartments empfehlen.

Kragerø Sportell Apartments APARTMENTS, HOTEL €
(35 98 57 00; www.kragerosportell.no; Lovisenbergveien 20; DZ/Apt. 750/1280 nkr; P @) Die ehemalige Jugendherberge am Meeresufer, heute in Privatbesitz, offeriert preisgünstige moderne und komfortable, wenn auch schlichte Zimmer sowie wunderbare Apartments mit eigener Küche und Platz für bis zu vier Personen. Bei den Zimmern ist Frühstück im Preis enthalten, nicht aber bei den Apartments. Um herzufinden, folgt man den Schildern zum Dorf Kalstadkilen.

Victoria Hotel HISTORISCHES HOTEL €€
(35 98 75 25; www.victoria-kragero.no; PA Heuchtsgata 31; EZ/DZ 1100/1250 nkr;) Die Zimmer in dem altehrwürdigen Victoria sind alle unterschiedlich und zudem die schönsten im Ort. Einige haben sogar eine kleine Kochnische, andere Balkons mit Blick auf den Hafen. Das angenehm eigenwillige Hotel ist gut geführt.

Praktische Informationen

Touristeninformation (35 98 23 88; www.visitkragero.no; Tovgaten 1; Juli–Mitte Aug. Mo–Sa 9–18, So 9–15 Uhr, Mitte Aug.–Sept. 9–16 Uhr) Die außerordentlich hilfreiche Touristeninformation befindet sich am Busbahnhof.

An- & Weiterreise

Busse fahren bis zu fünfmal täglich nach Oslo (340 nkr, 3½ Std.) und Kristiansand (290 nkr, 2½

Std.), teilweise allerdings mit Umsteigen in Tangen an der E18. Die Züge von Oslo und Kristiansand halten in Neslandsvatn, wo es meist Busanschluss nach Kragerø gibt.

Risør

6900 EW.

Das weiße Dorf Risør ist mit seiner Lage zu Füßen von Klippen und Hügeln direkt am rauen Meer eines der hübschesten in Südnorwegen. Zentrum ist der u-förmige Hafen voller farbenfroher Fischerboote und privater Jachten, der von historischen weißen Häusern (von 1650 bis 1890) umgeben ist.

Sehenswertes & Aktivitäten

Meerwasseraquarium Risør AQUARIUM

(Saltvannsakvariet; www.risorakvarium.no; Dampskipsbrygga; Erw./Kind Mitte Juni–Mitte Sept. 100/80 nkr, sonst 30/20 nkr; Juli 11–18 Uhr, Juni & Aug. 12–18 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Das interessante Meerwasseraquarium am Kai vor dem Risør Hotel zeigt eine kleine Auswahl an Fischen, Krustentieren und Muscheln der südnorwegischen Küstengewässer. Zu den Hauptattraktionen zählen die Baby-Hummer, der farbenprächtige Kuckuckslippfisch und die Unterwasserpost. Doch ja, richtig gelesen.

Feste & Events

Um dem Sommer Schwung zu verleihen, veranstaltet der Ort etliche Festivals.

Kammermusikfestival Risør MUSIK

Auf diesem Festival in der letzten Juniwoche treten von Jahr zu Jahr mehr lokale und internationale Künstler auf.

Holzbootfestival Risør SPORT

Beim Trebåtfestival am ersten Augustwochenende finden Bootsrennen, Konzerte und Kinderaktivitäten statt. Unterkünfte können zu dieser Zeit ziemlich schwer zu finden sein.

Schlafen

Sorlandet Feriesenter CAMPINGPLATZ €

(90 02 61 68; www.sorlandet-feriesenter.no; Sandnes; Zelt 260 nkr, Hütten 600–1800 nkr;) Der wunderbare Campingplatz auf der Halbinsel südlich von Risør liegt direkt am Wasser und hat etliche gut ausgestattete Hütten sowie einen waldigen Platz zum Zelten. Kinder werden von all den Aktivitäten und Geräten begeistert sein (Bootsfahrten, Spielplätze, „Elefantenduschen“, riesige Hüpfballons usw.).

Det Lille Hotell APARTMENTS €€€

(37 15 14 95; www.detlillehotel.no; Apt. pro Nacht 1400–2200 nkr; P) Fantastisch günstige Selbstversorgersuiten und Apartments, die in der ganzen Stadt verstreut liegen, aber alle von Det Lille Hotell gemanagt werden. Die meisten befinden sich in schön restaurierten Wohnhäusern mit historischem Mobiliar und sind ideal für einen längeren Aufenthalt. Außerhalb der Hauptsaison sind die Tagespreise günstiger, und bei Buchungen für eine Woche sinkt der Preis beträchtlich.

Risør Hotel HOTEL €€€

(37 14 80 00; www.risorhotel.no; Tangengata 16; EZ/DZ 1395/1595 nkr; P) Das Risør ist das einzige richtige Hotel im Ortszentrum und punktet mit schöner Lage und Blick auf den Hafen, doch es ruht sich ein wenig auf seinen Lorbeeren aus. Die Zimmer sind komfortabel, jedoch etwas bieder. Nach Zimmern mit schöner Aussicht fragen, sie kosten nicht mehr! 500 m westlich vom Hafen gegenüber vom Aquarium.

Essen

Rund um den Hafen und direkt dahinter finden sich mehrere recht günstige Cafés und Restaurants.

Kast Loss FISCH & MEERESFRÜCHTE €€€

(37 15 03 71; Strandgata 23; Hauptgerichte ab 215 nkr; Mo–Fr 16–22, Sa 11–24, So 13–22 Uhr) Meeresfrüchte stehen hier natürlich im Vordergrund und laut Einheimischen ist das Kast Loss das preiswerteste Restaurant im Ort. Es gibt auch gute Pizzas (170 nkr).

Praktische Informationen

Touristeninformation (37 15 22 70; www.risor.no; Kragsgata 3; Mitte Juni–Mitte Aug. tgl. 10–18 Uhr, sonst Mo–Fr 11–15, Sa 12–14 Uhr) Die Touristeninformation befindet sich 50 m westlich vom Hafen.

An- & Weiterreise

Nettbuss-Busse nach Oslo (319 nkr, 3¼ Std.) haben in Vinterkjær Anschluss an die Regionalbusse von/nach Risør (30 nkr, 40 Min.). Einen Direktbus nach Kristiansand (249 nkr, 1¾ Std.) gibt's ebenfalls. Der nächstgelegene Bahnhof ist Gjerstad, aber der ist nur mit eigenem Auto zu erreichen (was das Prinzip von Zugreisen absurd macht!).

Rund um Risør

Ein beliebtes Ausflugsziel sind die Schären vor der Küste von Risør. Besonders beliebt ist die am südlichsten gelegene Insel **Stangholmen** mit dem schmucken Leuchtturm von 1855 – vielleicht auch weil sie als einzige ein Restaurant vorzuweisen hat, das **Stangholmen Fyr Restaurant & Bar** (37 15 24 50; www.stangholmen.no; Hauptgerichte 310 nkr) im Leuchtturm.

Zu erreichen ist Stangholmen mit einem der Boote (hin & zurück 65 nkr, Mitte Juni–Mitte August 10–1 Uhr), die im Sommer zweimal stündlich in Risør ablegen. Bei schlechtem Wetter laufen sie allerdings nicht aus.

Arendal

40 100 EW.

In Arendal, einer der größeren Städte an der Südküste, herrscht den ganzen Sommer über lebhaftes Treiben, wenn sich die Terrassen-Restaurants und Bars rund um den Hafen mit Urlaubern füllen und ein randvoller Veranstaltungskalender lockt. In dem netten Ort – gerade groß genug, um alles Notwendige zu bieten, und doch nicht zu umfangreich – lässt sich's gut ein paar Tage aushalten. Besonderen Charme hat die winzige Altstadt Tyholmen mit zahlreichen Holzhäusern. Und wer etwas mehr Meer will, als ein Hafencafé bietet, der kann Ausflüge zu den Inseln Merdø, Tromøy und Hisøy unternehmen.

Sehenswertes

Tyholmen STADTVIERTEL

Hinter dem Gjestehavn (Gästehafen) erstreckt sich den Hang hinauf das alte Hafenviertel Tyholmen mit schönen Holzhäusern aus dem 17. bis 19. Jh., mit Elementen aus Klassizismus, Rokoko und Barock. Einst war Tyholmen durch einen Kanal vom Festland getrennt, der jedoch zugeschüttet wurde, als die große Zeit der Segelschiffe zu Ende war. Sehenswert ist das **Rådhus** (Rathaus), ein faszinierendes Holzgebäude von 1815.

Bomuldsfabriken Kunsthall GALERIE

(www.bomuldsfabriken.no; Oddenveien 5; Di–Fr 12–16 Uhr) GRATIS Die renommierte Galerie für zeitgenössische Kunst liegt vom Stadtzentrum nur zehn Minuten zu Fuß am Nordrand Arendals und ist eine der größten Galerien Südnorwegens. Die wechselnden Ausstellungen werden in einem beeindruckenden Beispiel norwegischer Industriearchitektur gezeigt: einer ehemaligen Baumwollfabrik aus dem späten 19. Jh.

Feste & Events

In Arendal ist immer etwas los. An den Wochenenden finden oft Open-Air-Konzerte am Wasser statt.

Hove Festival MUSIK

(www.hovefestivalen.no) Ein Musikfesival mit internationalen Acts auf der Insel Tromøy. Zu den Spitzenstars gehörten 2014 M.I.A, Disclosure und Earl Sweatshirt.

Canal Street Jazz & Blues Festival MUSIK

(www.canalstreet.no) Jazz und Blues der Spitzenklasse, mit Überraschungsgästen wie Patti Smith.

Schlafen

Arendal hat eine gute Auswahl an Mittelklassehotels. Budgetreisende hingegen müssen sich außerhalb der Stadt umsehen.

Clarion Tyholmen Hotel HISTORISCHES HOTEL €€€

(37 07 68 00; www.choice.no; Teaterplassen 2; EZ/DZ 1520/1720 nkr; ❄ 🛜) Das Clarion ist zweifellos das beste Hotel der Stadt – nicht nur aufgrund der erstklassigen Lage am Meer, sondern auch wegen der attraktiven Zimmer in einem restaurierten alten Gebäude, das dem historischen Ambiente Tyholmens nachempfunden ist. Die Ecksuiten bieten einen hinreißenden Meerblick.

Thon Hotel Arendal HOTEL €€€

(37 05 21 50; www.thonhotels.no; Friergangen 1; EZ/DZ 1345/1545 nkr; ❄ 🛜) Dieses typische Thon-Hotel liegt zwar nicht direkt am Meer, aber nur 50 m davon entfernt. Von außen wirkt es langweilig, doch die Zimmer sind modern, groß und komfortabel. In der Nähe gibt's einen öffentlichen Parkplatz.

Essen & Ausgehen

Alles direkt in Hafennähe, es gibt also keinen Grund, sich weit vom Wasser zu entfernen.

Café Victor CAFÉ €

(www.cafevictor.no; Kirkengaten 5; leichte Gerichte 74–139 nkr; Juni–Aug. 10–24 Uhr, Sept.–Mai Mo–Do 10–17, Fr 10–23 Uhr) In bester Lage am Ufer und mit einer interessanten alten Decke serviert das Café Victor guten Kaffee und großzügig belegte Brote – und ist zudem ein schönes Fleckchen fürs Mittagessen. Wer zufällig freitagabends hier ist, kann aus der speziellen Käsekarte wählen.

Blom Restaurant FISCH & MEERESFRÜCHTE €€€
(✆ 37 00 14 14; www.blomrestaurant.no; Langbrygge 5; Hauptgerichte 289–299 nkr; ⏲ Mo–Sa 16–22, So 15–20 Uhr) Als nobelstes Restaurant am Hafen bietet das Blom eine Zuflucht vor der alkoholgeschwängerten Atmosphäre, die in anderen Etablissements am Ufer oft die Oberhand gewinnt. Gerichte wie gegrillte Jakobsmuscheln und Salat mit geräucherter Makrele sind absolut lecker.

Madam Reiersen NORWEGISCH, INTERNATIONAL €€€
(✆ 37 02 19 00; madamreiersen.no; Nedre Tyholmsvei 3; Mittagessen Hauptgerichte 99–159 nkr, Abendessen Hauptgerichte 219–260 nkr; ⏲ Mo–Sa 11–2, So 14–2 Uhr) Das fröhliche, überkandidelte Restaurant am Hafen Pollen verwandelt sich abends in ein Pub, an manchen Abenden erklingt sogar Livemusik. Die Karte sieht aus wie viele andere – Muscheln, Fischsuppe, Rippchen, gebratener Fisch, Pasta –, doch die Soßen sind köstlich und Fisch und Fleisch erstklassig.

No.9 Kaffe & Platebar CAFÉ
(✆ 37 02 77 92; www.no9.no; Langbrygge 9; ⏲ Mo–Sa 10–17 Uhr, bei Veranstaltungen länger geöffnet) Das No. 9 ist ein Kind des einheimischen Jazzmusikers Espen Larsen, der CDs (überwiegend Jazz) verkauft und spielt, während die Gäste ihren Kaffee genießen oder Gebäck knabbern.

Praktische Informationen

Touristeninformation (✆ 37 00 55 44; www.arendal.com; Sam Eydes plass; ⏲ Juli–Mitte Aug. Mo–Fr 9–17 Uhr, Mitte Aug.–Nov. Mo–Fr 10–15 Uhr) Außerhalb der Hochsaison können die Öffnungszeiten unregelmäßig sein. Aber Telefonanrufe werden immer beantwortet, selbst wenn geschlossen ist.

An- & Weiterreise

Die **M/S Merdø** (www.skilsoferga.no; Erw./Kind einfach 35/25 nkr) fährt von Anfang Juli bis Mitte August zweimal stündlich von Arendal (Pollen) nach Merdø. Ansonsten fährt sie ganzjährig nur am Wochenende stündlich zwischen 11 und 16 Uhr in Merdø ab und kehrt zur halben Stunde zurück.

Fähren verkehren auch nach Hisøy (Erw./Kind 35/20 nkr).

Die Busse von Nor-Way Bussekspress nach Kristiansand (220 nkr, 1½ Std., bis zu 9-mal tgl.) und die Busse von Nessbuss nach Oslo (350 nkr, 4 Std.) halten an der Rutebilstasjon, einen Block westlich des Hafens Pollen. Regionalbusse von Timekspressen verbinden Arendal mit Grimstad (76 nkr, 30 Min., alle 30 Min.) und Risør (127 nkr, 1¼ Std., stündl.).

Rund um Arendal

Die 260 ha große Insel **Merdø** ist seit dem 16. Jh. bewohnt. Eine nette maritime Besonderheit ist, dass die Gemüsesorten, die hier gedeihen, einstmals mit Segelschiffen auf die Insel kamen.

Die beliebtesten Badestrände sind die von **Tromøy**, **Spornes**, **Hisøy** und **Hove**. Spornes erreicht man am einfachsten mit dem Bus nach „Tromøy Vest/Øst“; von der Haltestelle sind es noch 15 Minuten zu Fuß. Alternativ nimmt man auf der Fähre M/S *Skilsø* (Erw./Kind 25/18 nkr, 10 Min.), die regelmäßig zwischen Arendal und dem Westen von Tromøy verkehrt, ein Fahrrad mit. Tromøy hat auch ein paar nette und einfache **Wanderwege.** Routenvorschläge gibt's in Arendals Touristeninformation (S. 98).

Auf den Inseln **Store** und **Lille Torungene** stehen imposante Leuchttürme, die den Schiffen seit 1844 den Weg nach Arendal weisen. Sowohl von Hisøy als auch von Tromøy aus sind sie zu sehen.

Grimstad

19 500 EW.

Das Hübscheste an Grimstad sind die Fußgängerzonen hinterm Hafenviertel. Sie zählen zu den stimmungsvollsten an der ganzen Skagerrak-Küste. Und noch ein paar mehr Trümpfe hat die Stadt auf ihrer Seite: Sie war die Heimatstadt des Dramatikers Henrik Ibsen und besitzt ein lohnenswertes Museum. Mit durchschnittlich 266 Stunden Sonnenschein in den Monaten Juni und Juli ist sie außerdem Norwegen sonnigste Stadt. Noch dazu herrscht hier aufgrund des hohen Studentenanteils ein sehr jugendliches Flair.

Sehenswertes

★ Ibsenhuset Museum MUSEUM
(www.gbm.no; Henrik Ibsens Gate 14; Erw./Kind 80 nkr/frei; ⏲ Juli–Mitte Aug. Mo–Sa 11–16 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten, Mitte Sept.–Ende Mai geschl.) Norwegens beliebtester Dramatiker kam im Januar 1844 nach Grimstad. Das Haus, in dem Henrik Ibsen wohnte und als Apothekerlehrling arbeitete und in dem er auch seine Neigung zum Schreiben entdeckte, ist heute das Ibsenhuset-Museum. Es zeigt eine rekonstruierte Apotheke und viele Gegenstände aus dem Besitz des Schriftstellers und ist eines der interessanteren Museen Südnorwegens. Die jungen Mitarbeiter

sind einmalig, und auf ihren Führungen erfährt man viele interessante Details sowie das eine oder andere anzügliche Gerücht.

Seefahrtsmuseum Grimstad MUSEUM
(Sjøfartsmuseet; www.gbm.no; Hasseldalen; Erw./Kind 50 nkr/frei; Juli Mo–Sa 11–16, So 12–17 Uhr)) Das spektakulär gelegene, aber nur selten geöffnete Museum im Verwaltungsgebäude der Hasseldalen-Werft von 1842 gewährt einen Blick in Grimstads Geschichte zur Zeit der Segelschiffe, als die Stadt eines der europäischen Schiffsbauzentren war.

Feste & Events

Sørlandet Bootsmesse SPORT
(www.baadmessen.no) Die schwimmende Bootsmesse findet im Mai statt.

Ikkjevel MUSIK
(ikkjevel.no) Supercooles regionales Festival für Indie und elektronische Musik Mitte Juni.

Schlafen

In der Umgebung der Stadt liegen mindestens sechs Campingplätze, die auf der Website der Touristeninformation beschrieben sind. **Grimstad Hytteutleie** (37 25 10 65; www.grimstad-hytteutleie.no; Grooseveien 103) vermittelt Ferienhäuschen in der Region.

Bie Appartement & Feriesenter CAMPINGPLATZ €
(37 04 03 96; www.bieapart.no; off Arendalsveien; Zeltplatz 200 nkr, Hütten/Apt. 650/1390 nkr; P) Der freundliche und gut ausgestattete Campingplatz 800 m nordöstlich des Zentrums am Arendalsveien liegt Grimstad am nächsten. Er bietet neben großen Rasenplätzen auch einige Hütten und ein paar richtig gut ausgestattete Apartments.

Cafe Ibsen B&B B&B €€
(90 91 29 31; www.cafeibsen.no; Løkkestredet 7; EZ/DZ 600/900 nkr) Das tolle zentral gelegene B&B in einem historischen Haus wird von den freundlichen Besitzern des Café Ibsen betrieben. Die sechs einfachen Zimmer mit eigenem Bad haben viel Flair.

Rica Hotel Grimstad HISTORISCHES HOTEL €€
(37 25 25 25; www.rica.no; Kirkegata 3; EZ/DZ 1145/1345 nkr; P) Das historische Hotel im Herzen der Stadt besteht aus mehreren umgebauten und miteinander verbundenen Holzhäusern und hat einen schönen Frühstücksraum und ein Restaurant im Erdgeschoss. Die Zimmer sind zum Teil wirklich reizend, wenn auch etwas bieder, doch man sollte aufpassen, dass man nicht in einem der dunklen, engen und sehr lauten inneren Räume zur Lobby hin untergebracht wird.

Grimstad Vertshus & Kro HOTEL €€
(37 04 25 00; www.grimstad-vertshus.no; Grimstadtunet; EZ/DZ 795/950 nkr; P) Das freundliche, gemütliche Hotel liegt einen tüchtigen Fußmarsch außerhalb. Angesichts der geringen Auswahl in der mittleren Preislage sind die einfachen Zimmer eine gute Option.

Essen & Ausgehen

Café Ibsen CAFÉ €
(37 27 57 63; Henrik Ibsens Gate 12; Sandwichs 89 nkr; Mo–Sa 10–16, So 12–16 Uhr) Hier gibt's hausgemachte Pasteten, Kuchen, Quiches und große Sandwichs – an einem schönen Plätzchen gegenüber vom Ibsenhuset-Museum.

Smag & Behag CAFÉ, FEINKOST €€
(www.smag-behag.no; Storgaten 14; Hauptgerichte 115–165 nkr; Mo–Sa 10–22 Uhr) Dem Namen dieses gehobenen Feinkost-Cafés, „kosten und genießen", können wir nur zustimmen. Hier kann man mittags oder abends ungezwungen essen und die besten Erzeugnisse der Region (die auch an der Feinkosttheke erhältlich sind) sowie Weine von der sorgfältig zusammengestellten Weinkarte probieren. Der Sommersalat mit Roter Bete und gepökeltem Lachs ist eine wahre Farborgie, und das belegte Brot mit *pulled beef* und Krautsalat ist eine Offenbarung.

Apotekergården FISCH & MEERESFRÜCHTE €€
(37 04 50 25; Skolegata 3; Hauptgerichte 160–260, Pizzas 125 nkr; 12–24 Uhr) Das Apotekergården ist ein fröhliches, geschäftiges Restaurant mit Stammgästen, die niemals woanders essen würden. Im Sommer kann es schwer sein, einen Tisch auf der Terrasse zu ergattern, besonders am späten Abend. Wer keinen abbekommt, kann die alte Holztreppe hochgehen und oben ein Bier trinken und Shuffleboard spielen.

Galleri BAR
(Storgaten 28; So–Do 17–19, Fr & Sa 15–2 Uhr) Das Zentrum des örtlichen Nachtlebens – mit DJs, Jamsessions, Quizabenden und Gästen, die selbst an den unmöglichsten Abenden wie aus dem Nichts hier auftauchen.

Praktische Informationen

Gästehafen (Gjestehavn; 37 25 01 69; www.grimstadgjestehavn.no) Öffentliche Toiletten, Duschen und ein Waschsalon (alles auch für Landratten).

Touristeninformation (www.visitgrimstad.com; Storgata 1a, Sorenskrivergården; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 9–18, Sa 10–16, Sept.–Mai Mo–Fr 8.30–16 Uhr) Ist in dem großen weißen Holzhaus am Wasser. Im Juli bieten die Angestellten jeden Mittwoch und Freitag um 13 Uhr Stadtführungen an (Erw./Kind 100 nkr/frei).

An- & Weiterreise

Die Rutebilstasjon befindet sich am Storgata am Hafen, einige Busse halten aber nur an der Fernstraße und kommen nicht in die Stadt. Die Busse von Nor-Way Bussekspress zwischen Oslo (400 nkr, 4½ Std.) und Kristiansand (220 nkr, 1 Std.) halten drei- bis fünfmal täglich in Grimstad. Die Timekspressen-Busse von Nettbuss fahren ein- bis zweimal stündlich von/nach Arendal (73 nkr, 30 Min.).

Lillesand

9465 EW.

Das Ortszentrum des hübschen Lillesand zwischen Kristiansand und Arendal ist Fußgängerzone und besteht aus weiß getünchten Häusern, vielen Secondhandläden und Cafés und einem tollen runden Hafen.

Schlafen

Tingsaker Camping CAMPINGPLATZ €

(37 27 04 21; www.tingsakercamping.no; Zeltplatz 230 nkr, Hütten pro Woche 11 000 nkr; P) Der überfüllte, aber gut ausgestattete Campingplatz an der Küste 1 km östlich des Zentrums von Lillesand ist eine typische Ferienanlage mit Camping, Caravans und einigen teuren Hütten.

Lillesand Hotel Norge HISTORISCHES HOTEL €€€

(37 27 01 44; www.hotelnorge.no; Strandgata 3; EZ/DZ 1390/1690 nkr; P) Das Boutiquehotel wurde sorgfältig restauriert, um die ursprüngliche Pracht von 1837 neu aufleben zu lassen. Es ist reich an historischen Details, besonders im Foyerbereich. Die Zimmer sind nicht ganz so opulent, aber zwei sind König Alfonso XIII. von Spanien und dem Autor Knut Hamsun gewidmet, die beide hier übernachtet haben.

Zum Hotel gehören eine antiquarische Bibliothek, ein stimmungsvoller Loungebereich (inklusive Buntglasfenstern), ein großartiges Restaurant (Hauptgerichte mittags 175 nkr, Abendmenüs 285–495 nkr) und ein duftender Hofgarten. Im Sommer findet im Hotel eine Konzertreihe statt, die Bandbreite reicht von Klassik bis zu norwegischen Stars.

Essen

Kafe Strandhaven CAFÉ €

(www.kafestrandhaven.com; Strandgata 10; Hauptgerichte 99–179 nkr; Juli & Aug. 10–22 Uhr, sonst Mo–Do 10.30–17, Fr –23.30, So 12–17 Uhr) Im Zentrum – mit Gartentischen, die bis zum Hafen hinunter stehen – ist das Kafe Strandhaven die Art von Dorfcafé, die das ganze Dorf verwandeln kann. Es ist in einer stilvollen Kombination aus antiken und nordisch-modernen Möbeln gestaltet, und die freundlichen jungen Angestellten servieren Wraps, Salate, Suppen, Burger und später am Tag Wein. Die köstlichen hausgebackenen Kuchen sind übrigens wirklich so gut, wie sie aussehen.

Sjøbua CAFÉ €€

(Strandgate 8; Hauptgerichte 179–189 nkr; Juli & Aug. 10–2.30 Uhr, sonst Mo–Do & So 10–24, Fr & Sa bis 2.30 Uhr) Teils Take-away-Kiosk, teils Uferrestaurant, teils schwungvolle Bar – eine unschlagbare Location, um sich Fish & Chips schmecken zu lassen.

Beddingen FISCH & MEERESFRÜCHTE €€€

(37 27 24 22; Havnegata 3; Tagesangebote Mittagessen 99 nkr, Abendessen Hauptgerichte 276–295 nkr; Juli & Aug. 10–23 Uhr, Bar –2 Uhr, sonst Mo–Sa 11–23, So 13–19 Uhr) Dieses traditionelle norwegische Restaurant am Meer tischt Urlauberfamilien üppige Mahlzeiten auf. Neben fantastisch frischem Fisch und Meeresfrüchten gibt's auch eine umfangreiche Steakkarte und überraschenderweise ab und an ein Taco-Buffet.

Praktische Informationen

Touristeninformation (37 40 19 10; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 9–18, Sa 10–16, So 12–16 Uhr) Im Rathaus; nur im Sommer.

An- & Weiterreise

Die schönste Art der Anreise nach Lillesand ist im Sommer das Schiff **M/S Øya** (www.blindleia.no; Erw./Kind einfach 290/140 nkr, hin & zurück 460/240 nkr) von Kristiansand. Außerdem bietet Nettbuss stündlich Verbindungen nach Kristiansand (78 nkr).

Kristiansand

85 681 EW.

Kristiansand, die fünftgrößte Stadt Norwegens, nennt sich selbst „Norwegens beliebtester Ferienort". Das ist etwas irreführend. Sonnenhungrige Norweger strömen zwar im Sommer in Massen hierher, und die Stadt

hat einen kleinen Strand und eine schicke Marina, aber eigentlich fungiert sie eher als Durchgangsstation auf dem Weg an die Südküste und in das Setesdalen im Landesinneren. Dennoch: Kristiansand hat eine lebendige Shopping- und Kulturszene, ein paar großartige Restaurants und ein blühendes Nachtleben. Und Reisende mit Kindern werden sich mit großer Wahrscheinlichkeit überreden lassen, den herausragenden Kinderpark und Zoo der Stadt zu besuchen.

Sehenswertes

★Kristiansand Dyrepark ZOO

(www.dyreparken.com; Erw./Kind Hochsaison inkl. aller Aktivitäten 549/489 nkr; Mitte Juni–Anfang Aug. 10–19 Uhr, Mitte Aug.–Mitte Juni 10–15 Uhr) Der Dyrepark, 10 km östlich von Kristiansand nahe der E18, ist wohl das beliebteste Ferienziel norwegischer Kinder. Eigentlich besteht der frühere Zoo aus mehreren Parks. Es gibt einen **Rummelplatz** mit Piratenschifffahrten, Käpt'n Säbelzahns Schatzinsel und Spukhäusern. **Kardamomme By** (Kardamomstadt) ist ein Fantasiedorf, das auf Kindergeschichten von Thorbjørn Egner beruht. Zudem gibt's einen **Wasserpark** mit beheizten Pools und Wasserrutschen. Aber die größte Attraktion ist der **Zoo** selbst. Er beherbergt zahlreiche Tierarten, darunter Rote Pandas, Krokodile, Löwen und Tiger und eine afrikanische Savanne mit Giraffen, Zebras und anderen Tieren. Das Highlight für Nichtnorweger ist die **Nordisk Vilmark** (Nördliche Wildnis), in der Besucher auf Aussichtsstegen über die Gehege von Elchen, Wölfen, Luchsen und Vielfraßen spazieren können.

★Kunstmuseum Sørlandets KUNSTMUSEUM

(SKMU; 38 07 49 00; Skippergata 24b; Erw./Kind 60 nkr/frei; Di–Sa 11–17, So 12–16 Uhr) Dieses herausragende regionale Kunstmuseum konzentriert sich sowohl auf Kunst als auch auf Kunsthandwerk. In der Sammlung befinden sich ein paar besonders gute zeitgenössische Arbeiten von lokalen, norwegischen und nordeuropäischen Künstlern. Zudem bietet das Museum eine helle, toll gestaltete und angenehm anspruchsvolle Kinderabteilung. Wer sich für norwegische Keramik interessiert, wird von den 44 Arbeiten des örtlichen Künstlers Kari Christensen begeistert sein.

Posebyen STADTVIERTEL

Kristiansands Posebyen besteht fast gänzlich aus den 14 Blocks am nördlichen Ende der charakteristischen *kvadraturen* (quadratisch angelegtes Straßennetz). Ihren Namen verdankt die hübsche Altstadt französischen Soldaten, die sich dort erholen sollten (auf Französisch *reposer*), und lohnt einen gemächlichen Bummel.

Ein maßstabsgetreues Modell der Altstadt (mit etwa 1 m hohen Gebäuden), so wie Christian IV. sie entworfen hatte, ist im **Volkskundemuseum Vest-Agder** zu sehen. Die von der Touristeninformation jährlich neu aufgelegte Broschüre *Kristiansand* enthält auch das Kapitel „Rundgang durch Posebyen". Zu den besterhaltenen Häusern gehören **Bentsens Hus** (Kronprinsens Gate 59) von 1855, das **ehemalige Postamt** (Kronprinsens Gate 45) von 1695 und das Haus **Gyldenløves Gate 56** (1802).

Kunsthalle Kristiansand GALERIE

(www.kristiansandkunsthall.no; 4. OG Rådhusgata 11; Di–So 12–16 Uhr) GRATIS Die Ausstellungen wechseln regelmäßig, sind aber meist sehr anspruchsvoll und ambitioniert, sodass ein Besuch lohnt. Die Galerie selbst ist ein beeindruckendes Gebäude und bietet eine seltene Aussicht auf die Stadt. Während des jährlichen Punkt Festivals finden hier einige der wichtigsten Events statt.

Domkirche Kristiansand KATHEDRALE

(Domkirke; Kirkegata; Turm Erw./Kind 20/10 nkr; Mo–Sa 11–14 Uhr) GRATIS Die 1884 im spätgotischen Stil erbaute Domkirche ist mit 1800 Sitzplätzen Norwegens drittgrößte Kirche.

Festung Christiansholm FESTUNG

(Kristiansand Festning; Gelände Mitte Mai–Mitte Sept. 9–21 Uhr) GRATIS Die gedrungene Festung Christiansholm ist das markante Zentrum der Strandpromenade. Sie wurde 1662–1672 auf königlichen Befehl erbaut, um die strategisch wichtige Passage durch den Skagerrak zu kontrollieren und die Stadt vor Piraten und ungestümen Schweden zu schützen. Ihre Mauern sind bis zu 5 m dick, und innerhalb der konzentrischen Innenmauer verbarg sich damals ein Waffenarsenal. Eine Brücke über einen Wassergraben (im 19. Jh. zugeschüttet), der tief genug war, um selbst große Schiffe aufzunehmen, verband die Anlage mit dem Festland.

Museum für Naturgeschichte Agder & Botanischer Garten GÄRTEN

(naturmuseum.no; Gimleveien 23; Erw./Kind 70 nkr/frei; Mitte Juni–Mitte Aug. 11–17 Uhr, sonst Di–Fr 10–15, So 12–16 Uhr) Die Pfade durch den 50 ha großen Park des Landguts Gimle führen durch einen botanischen Garten mit der größten Kakteensammlung Norwegens. Das

Kristiansand



Kristiansand

Highlights
- 1 Kunstmuseum Sørlandets B2

Sehenswertes
- 2 Bentsens Hus B1
- 3 Bystrand-Strand D3
- 4 Festung Christiansholm D3
- 5 Ehemaliges Postamt C1
- 6 Gyldenløves Gate 56 ..... C2
- 7 Domkirche Kristiansand B3
- 8 Kunsthalle Kristiansand B3
- 9 Posebyen B1

Schlafen
- 10 Clarion Hotel Ernst B3
- 11 Scandic Kristiansand Bystranda D2
- 12 Sjøgløtt Hotell D2
- 13 Thon Hotel Wergeland B3
- 14 Yess Hotel A2

Essen
- 15 Bølgen & Moi B4
- 16 Drom Me Plass En B2
- 17 Fish Market B4
- 18 Kick Malt & Mat B3
- 19 Måltid B3
- 20 Sjøhuset C4
- 21 Snadderkiosken D2
- 22 Villa Marina C4

Ausgehen & Nachtleben
- 23 Cuba Life B3
- 24 Frk Larsen B3
- 25 Håndverkeren B2
- Kick ..... (siehe 18)
- Mean Bean ..... (siehe 1)
- 26 Vaktbua C4
- 27 will.i.juice B2

Haus selbst ist im Stil des 19. Jhs. ausgestattet und davor stehen eigenartige, an Zähne erinnernde Säulen. Außerdem gibt es einen historischen Rosengarten von 1850. Das Gut liegt nur etwas über 1 km vom Zentrum entfernt jenseits der Oddernes-Brücke.

Kristiansand Museum MUSEUM

(Vest-Agder Fylkesmuseet; www.vestagdermuseet.no; Vigeveien 22b; Erw./Kind 70 nkr/frei; Mitte Juni–Aug. Di–Fr 10–17, Sa–Mo 12–17 Uhr, sonst Mo–Fr 9–14 Uhr) Dieses volkskundliche Freilichtmuseum 4 km östlich der Stadt an der E18 besteht aus einer Ansammlung von 40 Gehöften und Weilern aus dem Setesdalen und aus Kristiansand. Im Sommer finden viele Aktivitäten für Kinder statt, darunter historische Mitmach-Aktionen. Die Busse M1, M2 und M3, die von der Henrik Wergeland Gate Richtung Osten fahren, kommen hier vorbei.

Baneheia & Ravnedalen PARK

Die Parks Baneheia und Ravnedalen nördlich des Zentrums bieten viel Grün und ein Netz von Wanderwegen sowie Skiloipen am Seeufer. Beide wurden zwischen 1870 und 1880 angelegt. Innerhalb von 30 Jahren verwandelte die Pflanzung von insgesamt 150 000 Nadelbäumen das Gebiet in einen wohltuenden Grüngürtel.

Odderøya PARK

Eine Brücke führt hinüber zu dieser Insel: ein felsiges Kap gleich beim Fischmarkt und eine von Kristiansands herrlichen Grünflächen. Hier kann man wunderbar spazieren gehen, baden und picknicken oder die Café-Bar Vaktbua (S. 105) besuchen. Auf der Insel haben einige Künstler ihre Ateliers.

Aktivitäten

One Ocean Dive Center TAUCHEN

(38 09 95 55; www.oneocean.no; Dvergsnesveien 571; 1/2 Tauchgänge mit Ausrüstung ab 950/1300 nkr) Das professionelle Tauchzentrum 8 km östlich von Kristiansand bietet Tauchgänge zu Wracks an, darunter ein abgestürztes Flugzeug und sogar ein Minenräumer.

Setesdalsbanen EISENBAHN

(www.vestagdermuseet.no/setesdalsbanen; Erw./Kind hin & zurück 120/60 nkr; Abfahrten Mitte Juni–Aug. So 11.30, 13.20 & 15.10 Uhr) Die 78 km lange Schmalspurbahn zwischen Kristiansand und Byglandsfjord verband von 1896 bis 1962 Setesdalen mit der Küste. Unter anderem transportierte sie Nickel von den Evje-Minen. Auf den letzten 6 km zwischen Grovane (2 km nördlich von Vennesla) und Røyknes fahren noch heute Züge mit Dampf- oder Dieselloks. Die Fahrt dauert 25 Minuten. NSB-Züge (Norges Statsbaner; Staatliche Bahngesellschaft Norwegens) verkehren zwischen Kristiansand und Vennesla (44 nkr, 12 Min., 4-mal tgl.).

Feste

Punkt MUSIK

(punktfestival.no) Das trendige Electronic-Musikfestival Ende September ist spezialisiert auf Live-Remixes. In der Vergangenheit waren Brian Eno, Laurie Anderson und David Sylvian zu Gast.

Schlafen

Kristiansands Unterkünfte sind im Verhältnis zum Angebot recht teuer. Und wer nicht zeitig bucht, wird für den Sommer vielleicht gar kein Zimmer bekommen, besonders im Juli, wenn die Schulferien beginnen. Wer mit eigenem Fahrzeug unterwegs ist, kann ein paar Kettenhotels nahe dem Eingang zum Kristiansand Dyrepark 10 km östlich der Stadt ansteuern.

Roligheden Camping CAMPINGPLATZ €

(38 09 67 22; www.roligheden.no; Framnesveien; Zeltplatz 220 nkr, große Hütten 2200 nkr; Mai–Sept.) Zeltcamper können sich über diesen gut geführten Campingplatz an einem beliebten Strand 3 km östlich vom Zentrum freuen. Zu erreichen mit Bus 15 vom Stadtzentrum.

★Sjøgløtt Hotell HOTEL €€

(38 70 15 66; www.sjoglott.no; Østre Strandgate 25; EZ/DZ 895/975 nkr;) Ein nettes junges Paar führt dieses unauffällige Hotel mit 15 Zimmern. Die Räume sind zwar klein, haben aber große Fenster, sind gut gestaltet und zudem mit für diese Preisklasse ungewöhnlichen Extras wie Nespresso-Maschinen ausgestattet. Frühstück, Nachmittagstee mit Waffeln sowie Pizza und Wein am Abend werden im stimmungsvollen Erdgeschoss serviert, relaxen kann man im hübschen Hof.

Scandic Kristiansand Bystranda HOTEL €€

(21 61 50 00; www.scandic-hotels.com; Østre Strandgate 76; EZ/DZ 1290/1390 nkr; P @) Das brandneue Hotel am Strand wirkt groß und protzig, punktet aber mit warmem, strukturiertem, entspanntem Design. Es bietet alle Einrichtungen und Extras, die man von Hotels dieser Größe gewohnt ist. Mit seiner Lage am Strand, dem Park und dem Pool ist es bestens für Familien geeignet.

Yess Hotel HOTEL €€

(38 70 15 70; www.yesshotel.no; Tordenskjolds Gate 12; EZ/DZ 748/848 nkr; P) Diese günstige Hotelkette beschränkt sich aufs Wesentliche und steht parat, wo es an B&Bs mangelt. Die übliche grelle Gutgelauntheit eines

typischen Businesshotels kann einem leicht zu viel werden, doch die Zimmer sind mit ihren bequemen Betten, makellos sauberen Bädern und Baum-Fototapeten sehr ansprechend.

Thon Hotel Wergeland HOTEL €€
(✆ 38 17 20 40; www.thonhotels.no; Kirkegata 15; EZ/DZ 1040/1385 nkr; 🛜) Zentraler als in diesem attraktiven Hotel direkt neben der Domkirche kann man wirklich nicht wohnen. Innen ist es sehr elegant und modern, wobei eine prächtige Treppe und ein paar andere hübsche Überbleibsel aus vergangenen Zeiten an die Geschichte des Gebäudes erinnern. Die Zimmer sind mit dunklen Hartholzböden und Nespresso-Maschinen ausgestattet.

Clarion Hotel Ernst HOTEL €€€
(✆ 38 12 86 00; www.clarionernst.com; Rådhusgata 2; EZ/DZ 1580/1750 nkr; 🅿 @) Das Clarion ist eines der stattlichsten Gebäude der Stadt. Innen wurde es in modernem, urbanem Stil gestaltet, mit riesigen Lampenschirmen aus Perlenschnüren, thronähnlichen Stühlen in Gold und Silber, violetter Beleuchtung und massiven pechschwarzen Bettrückwänden.

Essen

Im Sommer landen irgendwann alle im kleinen umgestalteten Hafen rund um den Fischmarkt, wo es frische Meeresfrüchte, Bier und Eis gibt. Doch auch in der Stadt befinden sich viele Restaurants.

Drom Me Plass En BÄCKEREI, CAFÉ €
(Skippergata 26; Sandwichs, Salate & Suppen 99–119 nkr; ⏲ Mo–Sa 7–18, So 10–17 Uhr) In dieser geschäftigen Bäckerei gibt's viele Tische drinnen sowie draußen auf dem hübschen Fußweg. Die Einheimischen kommen jeden Morgen scharenweise, um das große Angebot an frischgebackenen *boller* (Rosinenbrötchen) und Broten mitzunehmen, oder schauen später vorbei, um Hühnersalat, überbackene Thunfisch-Sandwichs und große Portionen Suppe zu essen.

Snadderkiosken FAST FOOD €
(Østre Strandgate 78a; Gerichte 89–115 nkr; ⏲ Mo–Fr 8.30–23.30, Sa & So 11.30–1.30 Uhr) Normalerweise empfehlen wir keine Fast-Food-Lokale, doch der Snadderkiosken ist einer der besten seiner Art. Der hübsche, geflieste Kiosk im Stil der 1920er-Jahre serviert Strandspaziergängern und Nachtschwärmern deftige Fleischklößchen mit Kartoffelpüree oder Brathähnchen mit Reis und Salat.

★ Villa Marina ITALIENISCH €€
(✆ 38 12 07 21; mat-uteliv.no/villa-marina; Østre Strandgate 2a; Pizzas 109–192 nkr, Hauptgerichte 229–269 nkr; ⏲ Mo–Sa 12–22.30, So 13–21 Uhr) Hier wird die Vorstellung von der norwegischen Riviera komplett: Beim Anblick der vielen tollen Jachten und beim Genuss eines Aperol-Spritz (Aperol und Prosecco, 96 nkr) kann man sich ein paar sonnige Stunden lang am Mittelmeer wähnen.

Das modern-rustikale italienische Ambiente wird durch nordische Zurückhaltung etwas gebremst – eine gelungen Kombination.

★ Måltid NORWEGISCH €€€
(✆ 47 83 30 00; www.maltid.no; Tollbodgata 2b; 1-9 Gänge 395–920 nkr; ⏲ Di–Sa 17–21.45 Uhr) In diesem unauffälligen, eleganten Ladenrestaurant ist rechtzeitiges Reservieren im Voraus ratsam. Schon als Norwegens „fünftbestes Restaurant" gepriesen, bietet es erstklassige Küche mit besten regionalen Zutaten und viel Liebe zum Detail.

Die Gerichte orientieren sich stark an der Jahreszeit, ein typisches Beispiel wäre aber etwas wie „Norwegische Austern mit Kohlrabi, Dill und Meereskräutern/ mit gebratenem Kohl in Gemüsesaft und Butter/ mit Brennnesseln". Dazu werden Gang für Gang fachmännisch die passenden Weine, viele davon aus Burgund, und Biere von Grimstad's Nøgne Ø ausgewählt. Wer nicht reserviert hat, kann trotzdem vorbeischauen, vielleicht sind Plätze an der Bar frei.

Sjøhuset FISCH & MEERESFRÜCHTE €€€
(✆ 38 02 62 60; www.sjohuset.no; Markens gate; Speisesaal Hauptgerichte 315–425 nkr, draußen Hauptgerichte 199–349 nkr, 3-/4-/5-Gänge-Menü; ⏲ 11–23 Uhr) Diese hölzerne, maritime Fantasie eines förmlichen Speisesaals am Ufer neben dem Hafen hat sich auf Meeresfrüchtemenüs spezialisiert. Man kann auch draußen auf der überdachten Terrasse sitzen und einen 500-g-Eimer superfrischer Garnelen mit Brot und Butter, *moule frites* (Muscheln und Pommes frites) oder Fischsuppe essen.

Bølgen & Moi FISCH & MEERESFRÜCHTE €€€
(✆ 38 17 83 00; www.bolgenogmoi.no; Sjølystveien 1a; Hauptgerichte 225–340 nkr, 3-/4-/5-Gänge-Menü 545/595/645 nkr; ⏲ Mo–Sa 15–24 Uhr), Bølgen & Moi, das Nobelrestaurant beim Fischmarkt am Hafen, serviert eine reichhaltige Fisch- und Muschelsuppe, hervorragende *moules frites*, eine leckere Palette an Fisch und Steaks sowie festgelegte Menüs und

Fisch- und Meeresfrüchteteller. Die Tische im Freien sind im Sommer immer voll; sobald die Küche schließt, geht es hier recht laut zu (auf Wunsch werden Decken ausgegeben).

Kick Malt & Mat BRITISCH €€€
(✆ 38 02 83 30; www.kickcafe.no/gastropuben; Dronningensgate 8; Hauptgerichte 230–280 nkr; ⏲ 15–24 Uhr) Dieses dunkle clubartige Pub, nicht zu verwechseln mit dem Nachtclub, der sich dahinter versteckt, orientiert sich an den britischen Gastropubs und bietet eine Speisekarte mit deftigen regionalen Gerichten und englischen Braten. Bier ist hier erwartungsgemäß sehr wichtig; 29 wechselnde Sorten kommen aus dem Hahn, darunter das legendäre regionale Nøgne Ø.

Ausgehen & Nachtleben

Zu den schönsten Freizeitbeschäftigung in Kristiansand gehört es, in der Sonne zu sitzen und Kaffee zu trinken – es gibt mehrere Cafés, die lokale Röstungen verwenden und überdurchschnittlich guten Espresso servieren. An den Wochenenden erwacht die Stadt abends zum Leben, pünktlich um 2.30 Uhr wird aber überall geschlossen.

★Mean Bean CAFÉ
(Kunstmuseet; Skippergata 24; ⏲ Mo–Fr 8–17, Sa 11–17, So 12–16 Uhr) Besitzer Steinar Svenning röstet für Mean Bean und auch für das Schwester-Café Cuba Life Kaffee unter dem Namen Mean Bean. Logischerweise gibt's in dem wunderbaren Café mit hoher Decke fabelhaften Kaffee, doch die freundlichen Mitarbeiter servieren auch offene Sandwichs mit Roastbeef, Lachs oder gebratenem Gemüse, im Sommer frische Erdbeer-Smoothies und köstliche Leckereien wie hausgemachte Snickers-Scheiben.

Cuba Life CAFÉ
(Tollbodgata 6; ⏲ Mo–Fr 8–16, Sa 9–18, So 10–16 Uhr) Tolles Mini-Café mit hervorragendem Espresso und Filterkaffee und einer großen Auswahl an Kaffeebohnen und Schokolade zum Mitnehmen.

Vaktbua CAFÉ, BAR
(Odderøya; ⏲ Di, Do & So 12–15.30, Mi –22, Fr & Sa –2.30 Uhr) Diese Kristiansander Bastion alternativer Kultur befindet sich auf einem schönen Inselfleckchen. Bei Biokuchen und Biokaffee trifft man hier auf die interessantesten Einheimischen. An den Wochenenden ist allerhand los, mit Veranstaltungen wie After-Partys und Clubnächten.

will.i.juice SAFTBAR
(Gyldenløves Gate 11; Smoothies & Säfte 65 nkr; ⏲ Juni–Aug. Mo–Sa 8a–18, So 10–17 Uhr, Sept.–Mai Mo–Fr 9–18, Sa 11–16 Uhr) Riesiges Angebot an frisch gepressten Säften und Smoothies, die man mitnehmen oder in den hellen Räumlichkeiten schlürfen kann. Der Proteinmokka mit Mandeln, Kokosnuss und Banane sorgt für einen guten Start in einen aktiven Tag.

Frk Larsen BAR
(Markens Gate 5; ⏲ Mo–Mi 11–24, Do–Sa 11–3, So 12–24 Uhr) Eine tolle, den ganzen Tag geöffnete Kneipe, in der tagsüber beschauliche Atmosphäre herrscht und es am Wochenende mit Musik bis in den späten Abend richtig voll wird. Die Cocktailbar öffnet um 20 Uhr, doch die Sofas laden auch schon mittags auf dem Weg zur Küste auf einen kleinen Zwischenstopp mit leckerem Kaffee ein.

Håndverkeren KNEIPE
(Rådhusgata 15; ⏲ 15–2 Uhr) Diese typische raue Kneipe befindet sich in einem tollen Gebäude, das aussieht, als wäre es geradewegs von Neuengland hierhergebracht worden. Die Auswahl an lokalen Bieren ist groß (sogar ein glutenfreies vom Fass ist darunter), und es gibt Billard- und Shuffleboard-Räume mit angenehmer Atmosphäre.

Café Generalen CAFÉ
(✆ 38 09 07 91; Ravnedalsveien 34; ⏲ Juni–Aug. Mo–Sa 12–21, So–18 Uhr, Sept.–Mai tgl. bis 18 Uhr) In dem süßen Café oben im grünen Ravnedalen finden diverse spezielle Abendveranstaltungen und Konzerte statt, zudem ist es für seine Burger-Karte bekannt.

Kick NACHTCLUB
(www.kickcafe.no; Dronningens Gate 8; ⏲ Sa 23–2.30 Uhr, Livemusik ab 21 Uhr) Hinter dem gleichnamigen Gastropub befindet sich die Disco der Stadt: ein komplett ausgestatteter Nachtclub mit großem DJ-Pult, opulenter Lichtanlage und riesigem Barbereich mit Platz für bis zu 700 glücklichen Feiernden. Freitagabends kann man im Kick manchmal auch Livemusik und DJs aus den großen Städten hören.

Praktische Informationen

Kristiansand og Oppland Turistforening
(✆ 38 02 52 63; www.kot.no; Kirkegata 15; ⏲ Mo–Mi & Fr 10–16, Do–17 Uhr) Karten und Infos zu Wanderungen, Hütten und geführten Bergtouren in Südnorwegen.

BUSSE AB KRISTIANSAND

ZIEL	ABFAHRTEN (TGL.)	PREIS (NKR)	FAHRTDAUER (STD.)
Arendal	bis zu 9-mal	220	1½
Bergen	1-mal	680	12
Evje	7- bis 8-mal	160	1
Flekkefjord	2- bis 4-mal	250	2
Oslo	bis zu 9-mal	400	5½
Stavanger	2-bis 4-mal	390	4½

Touristeninformation (✆ 38 12 13 14; www.visitkrs.no; Rådhusgata 6; ⏲ Juli–Aug. Mo–Fr 9–18.15, Sa 10–18, So 12–18 Uhr, sonst Mo–Fr 8–15.30 Uhr)

Anreise & Unterwegs vor Ort

AUTO & MOTORRAD

Wer mit dem eigenen Fahrzeug reist, gelangt über die Vestre Strandgate zur E18 nördlich des Zentrums. Zufahrtsstraße in die Stadt ist meist die Festningsgata. In Kristiansand wird man schnell feststellen, dass es wohl die norwegische Stadt mit den meisten Ampeln ist. Außerhalb der Fußgängerzone im Zentrum kann man am Straßenrand parken.

BUS

Im Busbahnhof befinden sich eine Busauskunft und eine Gepäckaufbewahrung. Die meisten Regionalbusse, darunter die nach Lillesand, Grimstad und Arendal, fahren im Zentrum in der Henrik Wergelands Gate ab und nicht am Busbahnhof.

SCHIFF/FÄHRE

Fähren nach Dänemark und Schweden legen am Terminal von Color Line ab.

ZUG

Von Kristiansand fahren bis zu vier Züge täglich nach Oslo (299–677 nkr, 4½ Std.) und bis zu fünf nach Stavanger (249–474 nkr, 3¼ Std.)

Unterwegs vor Ort

Im Gegensatz zu vielen anderen Städten Norwegens ist Kristiansand flach und das Zentrum lässt sich bequem zu Fuß erkunden. Der Stand von **Agder Taxis** (✆ 38 00 20 00) vor dem Busbahnhof ist die beste Option für ein Taxi zum Flughafen.

Rund um Kristiansand

Im Sommer sind Kristiansands Schären bei Badeurlaubern ein gefragtes Ziel. Am beliebtesten ist **Bragdøya**, auf dieser Insel in der Nähe des Festlands gibt's mehrere schöne Badestellen sowie eine charmante Werft für Holzboote, die man dort kostenlos ausleihen kann; ansonsten lädt sie auch noch zu netten Waldspaziergängen ein. In der Ferne ist der klassische Leuchtturm **Grønningen Fyr** zu sehen.

Fähren nach Bragdøya legen im Sommer zwei- bis viermal täglich in Kristiansand am Kai 6 ab. Über die genauen Fahrpläne nach Bragdøya und zu anderen Inseln vor der Küste erkundigt man sich am besten in der Touristeninformation in Kristiansand.

Die M/S Øya (S. 100) fährt von Ende Juni bis Anfang August jeden Tag um 10 Uhr von Kai 6 nach Lillesand; hin und zurück dauert die Fahrt drei Stunden.

Mandal

14 200 EW.

Norwegens südlichste Stadt ist bekannt für ihren 800 m langen Strand Sjøsanden. Er liegt 1 km vom Zentrum entfernt und ist von Wald umgeben. Mit der Copacabana kann er nicht ganz mithalten, aber er ist Norwegens schönster Sandstrand – nur auf sonniges Mittelmeerklima ist kein Verlass.

Sehenswertes

Mandal-Museum MUSEUM

(Vestagdermuseet; www.vestagdermuseet.no; Store Ivegata 5/6; Erw./Kind 70 nkr/frei; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 11–17, Sa & So 12–17 Uhr) Die Ausstellungen historischer Gegenstände aus Schifffahrt und Fischerei sowie von Arbeiten lokaler Künstler sind recht nett, das Besondere an diesem Museum sind jedoch die eindrucksvollen Werke von Gustav Vigeland, dem berühmtesten Sohn der Stadt. Das **Vigeland-Haus**, in dem er aufwuchs, ist ebenfalls Teil des Museums.

Feste

Meeresfrüchtefest ESSEN

(www.skalldyrfestivalen.no) Das Fest findet in der zweiten Augustwoche statt – mit reichlich frischen Meeresfrüchten und Livemusik.

Schlafen & Essen

Die Unterkünfte in Mandal sind ziemlich teuer.

Hald Pensjonat PENSION €
(38 26 01 00; haldpensjonat.no; DZ/4BZ 400/500 nkr; P) Diese traditionelle Pension hat verrückt gestaltete Gemeinschaftsbereiche und einen reizenden Garten. Die einfachen hostelartigen Zimmer sind eine der wenigen Budgetoptionen an der Küste. Bettwäsche kostet pro Person 100 nkr extra.

Sjøsanden Feriesenter CAMPINGPLATZ €
(38 26 10 94; www.sjosanden-feriesenter.no; Sjøsandveien 1; Zeltplatz 220 nkr, DZ 750 nkr, Apt. für 2–4 Pers. 900–1050 nkr, Hütte mit 2 Betten 1250 nkr; P) Im Gegensatz zu anderen Plätzen der Umgebung liegt dieses gut geführte Ferienzentrum nur ein paar Meter vom Strand entfernt. Es hat sogar eine eigene Wasserrutsche. Vermietet werden auch Motelzimmer, die üblichen Hütten und Selbstversorger-Apartments.

Kjøbmandsgaarden Hotel HISTORISCHES HOTEL €€
(38 26 12 76; www.kjobmandsgaarden.no; Store Elvegate 57; EZ/DZ 899/1099 nkr) Das hübsche Holzhotel inmitten der eisig-weißen Altstadt bietet biedere Zimmer mit passablen, kürzlich modernisierten Bädern. Das Restaurant unten ist eines der beliebtesten im Ort.

★Provianten ITALIENISCH €€
(48 27 88 88; www.provianten.no; Store Elvegate 43; Hauptgerichte 199–259 nkr, Pizzas 139–185 nkr) In Norwegens südlichster Stadt ist es durchaus angemessen, irgendwo am Meer in einem Restaurant mit mediterraner Note zu essen. Das Provianten serviert authentische Holzofenpizza und köstliche im Backofen zubereitete norwegische Gerichte, doch das macht nur einen Teil seines Reizes aus. Es ist das wohl ambitionierteste Lokal weit und breit – es braut vor Ort sein eigenes Bier und destilliert Aquavit und Schnaps.

Praktische Informationen

Touristeninformation (38 27 83 00; www.regionmandal.com; Bryggegaten 10; Juni–Aug. Mo–Fr 9–18, Sa & So 10–16 Uhr, Sept.–Mai Mo–Fr 9–16 Uhr) Die Touristeninformation liegt am Ufer.

An- & Weiterreise

Die Rutebilstasjon von Mandal liegt nördlich des Flusses, nur ein kurzes Stück zu Fuß von der Altstadt entfernt. Die Busse der Küstenlinie von Nor-Way Bussekspress zwischen Stavanger (390 nkr, 3½ Std.) und Kristiansand (110 nkr, 45 Min.) kommen zwei- bis viermal täglich durch Mandal.

Lindesnes

Warum nordwärts streben, wenn es auch südwärts geht? Lindesnes, der südlichste Punkt Norwegens (57° 58' 95" nördlicher Breite), liegt nahezu „gegenüber" vom 2518 km entfernten Nordkap. Lindesnes (wörtlich: „krumme Landspitze") vermittelt einen Eindruck von der Gewalt des Meeres zwischen Skagerrak und Nordsee. An klaren Tagen sind die verschachtelten Felsenbuchten, die sich an der kurvigen Küste entlangziehen, unglaublich verlockend.

Sehenswertes

Lindesnes Fyr LEUCHTTURM
(www.lindesnesfyr.no; Erw./Kind 60 nkr/frei; Ende Juni–Anfang Aug. 10–20 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Hoch auf dem Kap ragt erhaben der klassische Leuchtturm Lindesnes Fyr in den Himmel. Zwei Gebäude am Weg zum Kap beherbergen Ausstellungen über die Geschichte des Leuchtturms. Auch das Besucherzentrum gleich am Eingang informiert darüber und zeigt ein interessantes Video. Der erste Leuchtturm an dieser Stelle (und der erste in Norwegen überhaupt) wurde 1655 mit Kohle und Talgkerzen in Betrieb genommen, um die Schiffe vor den Felsen zu warnen. Das heutige elektrische Leuchtfeuer von 1915 ist auf dem Meer bis zu 19,5 Seemeilen weit zu sehen.

Schlafen

Lindesnes Camping og Hytteutleie CAMPINGPLATZ €
(38 25 88 74; www.lindesnescamping.no; Lillehavn; Zeltplatz 215 nkr, Hütten 260–1500 nkr; P) Der Campingplatz mit exzellenten modernen Einrichtungen liegt umgeben von interessanten Granitfelsen neben einer winzigen Bucht 3,5 km nordöstlich vom Lindesnes Fyr. Er hat einen kleinen Laden, Kochgelegenheiten, und man kann auch Boote mieten.

Lindesnes Havhotel HOTEL €€
(EZ/DZ 1045/1295 nkr, 2-Bett-Apt. 1450 nkr; P) Das große, elegante Hotel im Resort-Stil lockt norwegische Familien an. Von außen wirkt es etwas seelenlos, ist jedoch überaus komfortabel, hat tolle Einrichtungen und kann ein echtes Schnäppchen sein. Die Aussicht ist großartig und es gibt kostenlose Gästefahrräder.

An- & Weiterreise

Busse fahren montags, mittwochs und freitags von Mandal (78 nkr, 1 Std.) über Spangereid bis zum Leuchtturm.

Flekkefjord

POP 8920

Flekkefjord ist ein netter Ort mit hübscher Altstadt. Seine Geschichte reicht zurück bis 1660, als es mit Kristiansand rivalisierte. Außerdem ist es bekannt dafür, dass es hier kaum Gezeiten gibt (der Unterschied zwischen Ebbe und Flut beträgt meist weniger als 10 cm).

Sehenswertes

Mit seinen engen Gassen und alten Holzhäusern verströmt das Viertel **Hollenderbyen** (Holländerstadt) sehr viel Atmosphäre.

Kirche Flekkefjord KIRCHE

(Kirkegaten; Juli Mo–Sa 11–13 Uhr) Aus der eher gleichförmigen Straßenlandschaft ragt der ungewöhnliche achteckige Blockhausbau von Flekkefjords Kirche hervor. Sie wurde vom Architekten H. Linstow entworfen (der auch den Königspalast in Oslo geschaffen hat) und 1833 geweiht. Das Grundthema des Achtecks wiederholt sich immer wieder: an Säulen, Kirchturm und Taufbecken.

Flekkefjord-Museum MUSEUM

(www.vestagdermuseet.no; Dr Kraftsgata 15; Erw./Kind 50 nkr/frei; Mitte Juni–Aug. Mo–Fr 11–17, Sa & So 12–17 Uhr) Das Flekkefjord-Museum ist in einem Haus aus dem Jahr 1724 untergebracht. Die Inneneinrichtung aus dem 19. Jh., die überwiegend aus dem Erbe einer Einwohnerin des Ortes stammt, zeigt, wie ein typisches Wohnhaus der Hochbourgeoisie damals ausgesehen hat.

Schlafen

Egenes Camping CAMPINGPLATZ €

(38 32 01 48; www.egenescamping.no; Stellplatz 240 nkr, Hütten 550–1250 nkr;) Der Platz liegt traumhaft am Seluravatnet (Selura-See), 5 km östlich von Flekkefjord und 1 km von der E39 entfernt. Er vermietet Boote und Kanus, hat eine Kletterwand und eine Minigolfanlage und organisiert Angelausflüge sowie andere Aktivitäten – ideal für Kinder zum Austoben.

★Grand Hotell HISTORISCHES HOTEL €€

(38 32 23 55; www.grand-hotell.no; Anders Beersgt 9; EZ/DZ ab 1095/1295 nkr; P) Das hinreißende schlossähnliche Holzgebäude des Grand Hotell passt einfach perfekt in die Altstadt. Die Räume wurden clever modernisiert, haben ihren historischen Charakter aber behalten, dafür sorgen handgedruckte Tapeten, Samtsofas und dekorativ geraffte Vorhänge. Die Einrichtung ist sehr subtil, doch wer den antiken Stil nicht mag, findet auch ein paar moderne Zimmer. Viel Charme haben das Restaurant und die Bar.

Maritim Fjordhotell HOTEL €€

(38 32 58 00; www.fjordhotellene.no; Sundegaten 9; EZ/DZ 949/1199 nkr) Das größte Hotel von Flekkefjord hat eine fantastische Lage am Meer, stilvolle Zimmer, eine sonnige Terrassenbar und ein recht gutes Restaurant (Hauptgerichte ab 149 nkr), ist aber von außen potthässlich.

Essen

Pizza Inn PIZZA €€

(38 32 22 22; Elvegata 22; Pizzas/Pasta ab 179/229 nkr, Hauptgerichte 140–215 nkr) Ein hübsches kneipenartiges Hafenrestaurant mit Straßentischen für sonnige Sommernachmittage und gemütlichen Nischen für kalte Winterabende. Der Service ist gut, ebenso die Küche, die mehr als nur Pizza bietet. Der Garnelensalat (119 nkr) enthält eine gute Portion der atlantischen Tierchen.

Fiskebrygga INTERNATIONAL €€

(38 32 04 90; Elvegata 9; Hauptgerichte 149–210 nkr; Mo, Di & Sa 10–16, Mi & Fr bis 18, Do bis 19 Uhr) Für eine leichte Mahlzeit ist das Café-Restaurant neben der Touristeninformation wohl das beste Lokal in Flekkefjord. Es serviert Fisch & Chips und marinierte Spareribs sowie leckere Kuchen und Eiscreme. Sein fast schon großstädtisches Ambiente macht sich gut im stillen kleinen Flekkefjord. Mit etwas Glück erlebt man im Sommer eines der Konzerte, die hier manchmal stattfinden.

Praktische Informationen

Touristeninformation (38 32 69 95; www.regionlister.com; Elvegata 3; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 10–18, Sa 10–16 Uhr, Juli zusätzlich So 11–16 Uhr, sonst Mo–Fr 9–16 Uhr) Hier kann man nach der Broschüre *A Tour of Flekkefjord* fragen.

An- & Weiterreise

Die Nor-Way-Bussekspress-Busse zwischen Kristiansand (250 nkr, 2 Std.) und Stavanger (250 nkr, 2 Std.) fahren über Flekkefjord.

NICHT VERSÄUMEN

DIE WIKINGER WAREN HIER

Vom 8. bis zum 11. Jh. herrschten die Wikinger über die Küsten Norwegens. Doch das Kap Lindesnes, wo Skagerrak und Nordsee aufeinanderprallen, war selbst für diese hervorragenden Seefahrer ein harter Brocken. Ihre Lösung? Mit ihrem kreativen technischen Geschick, dem später die norwegischen Straßenbauer nacheifern sollten, wenn sie mit schwierigen geografischen Gegebenheiten konfrontiert waren, gruben die Wikinger bei Spangareid (einst Heimathafen von Wikingerhäuptlingen) einen Kanal über die Halbinsel Lindesnes, um die gefährlichen Gewässer am Kap zu umgehen. Im Sommer 2007 wurde ein Nachbau dieses Kanals eröffnet, um eine Wikingerroute zu schaffen.

Von Flekkefjord bis Egersund

Wer seine Norwegenreise nur auf die Südküste beschränkt und ein eigenes Auto hat, sollte auf der **Küstenstraße** Rv44 nach Egersund fahren – eine der schönsten Strecken in Südnorwegen. Die Straße kurvt durch kahles, mit Felsbrocken übersätes Hügelland, mit vereinzelten Wäldchen, Seen und Mooren darin, und dann hinab zum **Jøssingfjord,** etwa 32 km westlich von Flekkefjord, mit atemberaubenden senkrechten Felswänden und einem schönen Wasserfall. Unter einen überhängenden Felsen schmiegen sich zwei Hütten aus dem 17. Jh., die **Helleren** – ganz sicher nichts für Leute mit Klaustrophobie! Sie waren zwar einem gewissen Steinschlagrisiko ausgesetzt, dafür aber gut gegen das raue norwegische Klima geschützt. Geöffnet sind sie das ganze Jahr über.

Etwa 30 km südöstlich von Egersund und 2,5 km südlich von Hauge i Dalane liegt **Sogndalstrand**, dessen malerische Holzhäuser und Lagerhäuser überm Fluss emporragen. Die Häuser aus dem 17. und 18. Jh. sind zwar schon auf vielen Touristenprospekten der Region abgebildet, aber es lohnt sich, sie in natura zu sehen, denn sie liegen in einer sehr schönen und ruhigen Umgebung. Wer von dem kleinen Dorf angetan ist, kann im **Sogndalstrand Kultur Hotell** (✆ 51 47 72 55; www.sogndalstrand-kulturhotell.no; EZ/DZ 1190/1490 nkr) übernachten, einem ungewöhnlichen, authentischen historischen Hotel mit neun Häusern direkt am Fluss und einem ausgezeichneten Restaurant.

Weitere Infos zu malerischen Leuchttürmen und anderen Attraktionen entlang der Strecke sowie über die ganze Küstenstraße zwischen Kristiansand und Haugesund bietet die hervorragende Website www.nordsjovegen.no.

Egersund

9502 EW.

Egersund ist einer der schönsten Orte an diesem Küstenabschnitt, ein lauschiges Städtchen mit alten Holzhäusern und einer langen Geschichte. Die im nahen Møgedal gefundenen Runensteine zählen zu den ältesten Schriftzeugnissen in Südnorwegen.

Sehenswertes

★Egersund Fayancemuseum MUSEUM
(Fayencemuseum Egersund; www.dalanefolke.museum.no; ⏲ Juni–Aug. 11–17 Uhr, sonst Mi–Fr 11–15, Sa & So 11–17 Uhr) 1,5 km nordöstlich von Egersunds Zentrum (die sich gut zu Fuß bewältigen lassen) liegt in einem unscheinbaren Einkaufszentrum dieses gut gestaltete Museum. Es zeigt Erzeugnisse der Keramik- und Fayencemanufaktur Egersund Fayance, die von 1847 bis 1979 der wichtigste Arbeitgeber der Region war. Die chronologisch aufgebaute Sammlung entführt auf eine faszinierende Reise durch die Design-Trends des 19. und 20 Jhs., von frühen monumentalen Stücken bis zu dem zweckmäßigen Steingut, das inzwischen bei Sammlern begehrt ist. Zudem verkauft das Museum dekorative Drucke der Originalmuster und ein paar Reproduktionen.

Volkskundemuseum Dalane MUSEUM
(www.dalanefolke.museum.no; Slettebø; Erw./Kind 40/20 nkr; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. 11–17 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Der volkstümliche Teil des Dalane Folkemuseum zeigt in Slettebø, 3,5 km nördlich der Stadt über die Rv 42, acht historische Holzhäuser.

Egersund Kirke KIRCHE
(Torget; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Sa 11–16, So 12.30–15 Uhr) Egersund hat mindestens seit 1292 eine Kirche. Die hübsche heutige stammt von 1620. Der geschnitzte Altaraufsatz zeigt Taufe und Kreuzigung Christi und

wurde 1607 von dem aus Stavanger stammenden Thomas Christophersen geschaffen und von Peter Reimers bemalt. Das Taufbecken geht auf 1583 zurück. Interessant sind auch der kreuzförmige Grundriss, die intimen Emporen und die reich verzierten Kirchenbanktüren.

Historische Gebäude

92 Häuser, fast zwei Drittel der ursprünglichen Stadt, wurden 1843 durch einen Brand vernichtet. Danach wurde Egersund neu aufgebaut – mit breiten Straßen, um zukünftig das Überspringen von Bränden zu verhindern. Die meisten Gebäude der Altstadt stammen noch aus dieser Zeit. Besonders reizvoll ist ein Bummel durch die **Strandgaten** mit ihren nach 1843 errichteten Holzhäusern.

Das Gebäude **Skrivergården** wurde 1846 als Wohnhaus für den örtlichen Richter Christian Feyer erbaut. Der kleine Stadtpark gegenüber war sein privater Garten. **Strandgaten 43** ist zweifellos noch schöner und hat einen sogenannten „Tratschspiegel", der es den Bewohnern ermöglichte, stets die Straße im Auge zu behalten. Das **Bilstadhuset** hat noch sein originales Gebälk und im Obergeschoss das Lager eines Segelmachers. Keines der Gebäude ist für Besichtigungen geöffnet, doch in der Touristeninformation gibt's die Broschüre *Strolling in Egersund* mit einem Stadtplan und nützlichen Informationen.

Schlafen

Steinsnes Camping CAMPINGPLATZ €
(51 49 41 36; www.steinsnescamping.no; Tengs; Stellplatz 180 nkr, Hütten 325–1500 nkr; P)
Egersunds am günstigsten gelegener Campingplatz befindet sich 3 km nördlich der Stadt an einem rauschenden Bach und ist mit den Bussen in Richtung Hellvik zu erreichen. Dort werden – typisch norwegisch – auch Scheine fürs Lachsangeln verkauft.

Grand Hotell HISTORISCHES HOTEL €€€
(51 49 60 60; www.grand-egersund.no; Johan Feyersgate 3; EZ/DZ ab 1560/1790 nkr; P)
Das Grand Hotell ist eine reizende alte Dame aus dem 19. Jh. mit stilvoll renovierten Zimmern; die im malerischen Originalflügel sind allerdings teurer. Am schönsten sind die Eckzimmer (Nr. 307 im alten Flügel und 224 im neueren Teil). Mit dem Fjord-Pass gibt's im Sommer beträchtliche Preisnachlässe. Ein gutes Restaurant befindet sich ebenfalls im Haus.

Praktische Informationen

Kulturkontonet (Strandgaten 58; Mo–Fr 8–15 Uhr) Das ganzjährig geöffnete Kulturkontonet ist mit ersten touristischen Infos behilflich. Das Haus allein ist schon sehenswert, auch wenn keine Hilfe benötigt wird.

Touristeninformation (51 46 82 33; www.eigersund.kommune.no; Jernbaneveien 2; Juni–Aug. Mo–Fr 10–18, Sa & So bis 16 Uhr) Die Touristeninformation ist für lokale Informationen ganz brauchbar, aber nur im Sommer geöffnet.

An- & Weiterreise

Züge von und nach Kristiansand (1249–336 nkr, 2 Std.) verkehren viermal täglich, von und nach Stavanger (164 nkr, 1 Std.) achtmal.

DAS LANDESINNERE

Im Hinterland von Norwegens Südküste locken stille Bergtäler wie das Setesdalen und der imposante Gipfel Gausta nahe Rjukan. Ein weiteres Highlight ist die seenreiche Region Telemark. Ein Kanal verbindet sie mit dem malerischen Seljord, in dem Selma hausen soll, so eine Art norwegisches Ungeheuer von Loch Ness.

Kongsberg

25 900 EW.

Kongsberg ist mit seiner Lage inmitten von dunklen, dichten Wäldern und mit rauschenden Stromschnellen im Ortszentrum eine der angenehmsten Städte Südnorwegens. Außer dem schönen Umfeld gibt es aber auch noch jede Menge kulturell Interessantes, wie die faszinierende Königliche Silbermine, etliche kleine Museen, eine hübsche Schindelaltstadt und eines der besten Jazzfestivals Norwegens.

Geschichte

Die Geschichte Kongsbergs ist ganz und gar vom Silber geprägt. Es wurde 1623 im nahen Numedal von zwei Kindern entdeckt, die dort ihren Ochsen hüteten. Der Vater wollte den unverhofften Fund verkaufen, doch die Soldaten des Königs bekamen Wind von der Sache. Sie verhafteten die Familie und zwangen sie, ihnen die Fundstelle zu zeigen. Ein Jahr später wurde Kongsberg gegründet und war während des Silberrausches für kurze Zeit Norwegens zweitgrößte Stadt– mit 8000 Einwohnern, davon 4000 Bergleute. Zwischen 1623 und 1957 lieferten die Mi-

nen für die königliche Schatzkammer 1,35 Mio. kg Haarsilber, eine der reinsten Silberarten der Welt. Kongsberg ist bis heute Sitz der staatlichen Münze, die letzte Mine wurde jedoch 1957 geschlossen.

Sehenswertes & Aktivitäten

Königliche Silberminen MINE
(91 91 32 00; norsk-bergverksmuseum.no/omvisning; Erw./Kind 150/90 nkr; Führungen Juli–Mitte Aug. 11–16 Uhr stündl., Mitte Mai–Juni, Sept. & Okt. kürzere Öffnungszeiten) Die zahlreichen Silbergruben hinter der Stadt werden Sølvgruvene genannt. Am besten besichtigt man sie im Rahmen einer **Führung**, die an der ausgeschilderten Kongsgruvene beginnt, 700 m von Saggrenda (8 km südlich von Kongsberg an der Straße nach Notodden). Die Busfahrt ab der Touristeninformation ist im Eintrittspreis enthalten.

Mit einer Bahn geht's durch den *stoll*, einen Tunnel, der mühsam in den Berg gehauen wurde, um das Wasser aus den Gruben abzuleiten. Der Hauptschacht der größten Grube reicht 1070 m in den Berg hinein und hinunter auf 550 m unter dem Meeresspiegel.

Da es damals weder Maschinen noch Dynamit gab, hat man den Fels mit Feuer erhitzt und dann „gesprengt", indem man kaltes Wasser darübergoss. Auf diese Weise wurde der Tunnel pro Tag um 7 cm vorangetrieben und erlangte innerhalb von 73 Jahren (1782–1855) seine endgültige Länge!

Unter Tage werden Besucher über 65 glitschige Leitern zu Abbauplätzen und alten Gerätschaften für die Silbergewinnung geleitet, darunter ein raffinierter Aufzug, der knarrt und quietscht. Da die Temperatur in der Grube bei nur etwa 6 °C liegt, ist warme Kleidung empfehlenswert.

Reisende mit Behinderungen und Kinder unter drei Jahren dürfen die Minen aus Sicherheitsgründen nicht betreten (auch Kindern unter fünf wird vom Besuch abgeraten).

Zu den weiteren Angeboten rund um das Bergwerk gehören eine Anleitung zur Prägung eigener Münzen (leider haben wir noch keine Bank gefunden, die unser selbstgemachtes Geld annimmt) und ein Intensivkurs zum Buddeln einer Mine im eigenen Garten. Bei vorheriger Anmeldung können sich Besucher auch einer **Tour mit Seil und Grubenlampe** (91 91 32 00; je Gruppe 10 000 nkr) anschließen, die mit einem 1 km langen Marsch durch den Kronprinz-Friedrich-Stollen beginnt. Danach müssen sich die Teilnehmer im Licht der Grubenlampe 112 m tief in den Minenschacht abseilen (was hoffentlich kein Crash-Kurs im Abseilen wird).

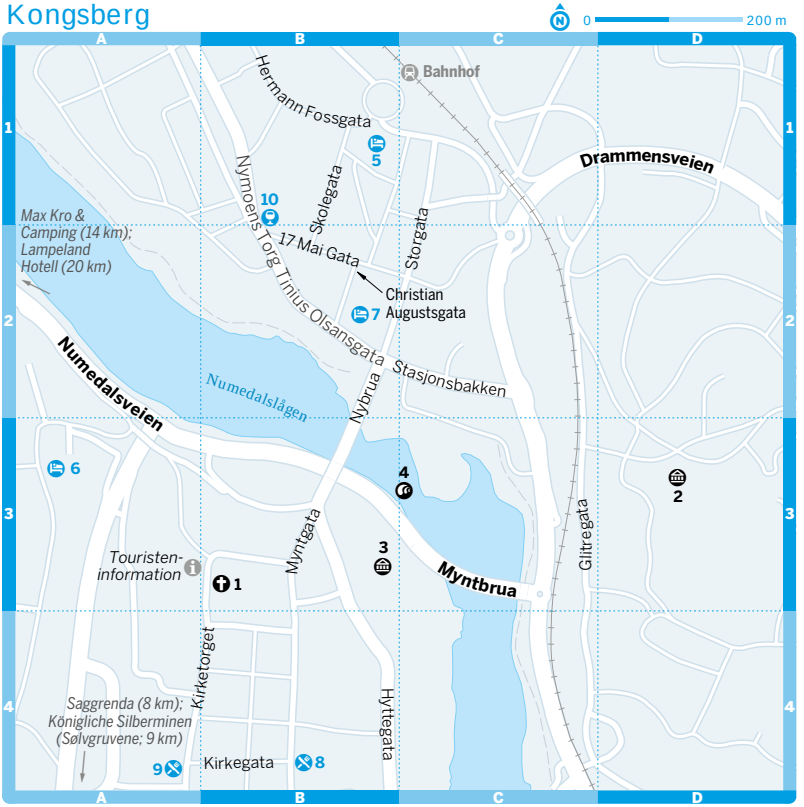
Norwegisches Bergbaumuseum MUSEUM
(Norsk Bergverksmuseum; norsk-bergverksmuseum.no; Hyttegata 3; Erw./Kind 80/40 nkr; Mitte Mai–Aug. 10–17 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Dieses Museum in einer Schmelzhütte von 1844 (die alten Schmelzöfen sind im Erdgeschoss zu sehen) erzählt mit historischen Exponaten, Modellen und Mineralien Kongsbergs Geschichte nach. Im gleichen Gebäude befinden sich außerdem die **Königliche Münze**, die 1686 von der Festung Akershus in Oslo hierherverlegt wurde, sowie ein **Skimuseum** (Kongsberg ist Schauplatz einer der ältesten Skisprungwettkämpfe der Welt) und ein **Waffen- und Industriemuseum**. Alle können mit derselben Eintrittskarte besucht werden.

Volkskundemuseum Lågdal MUSEUM
(Lågdalsmuseet; www.laagdalsmuseet.no; Tillischbakken 8-10; Erw./Kind Mitte Juni–Mitte Aug. 50/20 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug. 10–16 Uhr, Mitte Aug.–Mitte Juni 11–15 Uhr) Das Freilichtmuseum liegt zehn Minuten zu Fuß südöstlich des Bahnhofs und besteht aus 32 historischen Gehöften, um die Schafe, Ziegen und Schweine herumtollen. Im Hauptgebäude befindet sich ein Museum zum Widerstand im Zweiten Weltkrieg und eine Nachbildung Kongsbergs im 19. und 20. Jh., einschließlich interessanter Beschreibungen jedes Ladens und seines einstigen Besitzers (meist nur auf Norwegisch). Im Sommer finden zwischen 11 und 15 Uhr stündlich **Führungen** statt.

Kongsberg Kirke KIRCHE
(Kirketorget; Erw./Kind 35/10 nkr; Mitte Mai–Mitte Aug. Mo–Fr 10–16, Sa 10–13, So 14–16 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Norwegens größte Barockkirche in der Altstadt westlich des Flusses wurde 1761 geweiht. Ihr Innenraum ist im Stil des Rokoko gestaltet; er birgt prachtvolle Kronleuchter und einen ungewöhnlichen Altar, der aus Altaraufsatz, Kanzel und Orgelpfeifen an einer einzigen Wand besteht. Im August finden mittwochs um 19 Uhr und sonntags um 12 Uhr Orgelkonzerte statt.

Knutefjell WANDERN, SKIFAHREN
Kongsbergs schönstes Gebiet für Wanderungen und Skilanglauftouren ist das bewaldete Knutefjell, unmittelbar westlich der Stadt. Die Touristeninformation verkauft die Landkarte *Kultur-og Turkart Knutefjell* (120 nkr), mit allen Wegen und Loipen.

Kongsberg



Kongsberg

Sehenswertes
- 1 Kongsberg Kirche B3
- 2 Volkskundemuseum Lågdal D3
- 3 Norwegisches Bergbaumuseum B3
  Königliche Münze ..... (siehe 3)
- 4 Wasserfall C3

Schlafen
- 5 Gyldenløve Hotell B1
- 6 Kongsberg Vandrerhjem A3
- 7 Quality Hotel Grand B2

Essen
- 8 Fuji Sushi B4
- 9 Restaurant Opsahlgården & Christians Kjeller A4

Ausgehen & Nachtleben
- 10 Jonas B. Gundersen Jazzkjøkken B1

Feste

Kongsberg Jazz Festival MUSIK

(www.kongsberg-jazzfestival.no) Norwegens zweitgrößtes Jazzfestival mit zahlreichen avantgardistischen internationalen und norwegischen Künstlern findet über einen Zeitraum von vier Tagen immer Anfang Juli statt. Ein prozentualer Anteil des Gewinns geht an humanitäre Projekte.

Schlafen

Kongsberg Vandrerhjem HOSTEL €

(✆32 73 20 24; www.kongsberg-vandrerhjem.no; Vinjesgata 1; B/EZ/DZ ab 350/750/970 nkr; P @ ᯤ) Kongsbergs Hostel (mit Gästeküche) in einem ruhigen, aber zentrumsnahen Teil der Stadt ist mit den kleinen, aber pfiffigen und komfortablen Zimmern ein Mittelding zwischen Budget und Mittelklasse.

Max Kro & Camping CAMPGINGPLATZ €
(☎ 32 76 44 05; Jondalen; Stellplatz 210, 4-/6-Bett-Hütten 450/680 nkr) Der bescheidene Campingplatz 14 km nordwestlich der Stadt an der Rv37 liegt Kongsberg am nächsten. Zu erreichen ist er mit dem Bus zwischen Kongsberg und Rjukan. Neun Hütten gibt's ebenfalls.

★Lampeland Hotell BOUTIQUEHOTEL €€
(☎ 32 76 09 00; www.lampeland.no; Rv40; EZ/DZ ab 995/1290 nkr; P ☎) Von außen mag es wie ein typisches Motel wirken, aber das hübsche Lampeland Hotell, 20 km nördlich von Kongsberg an der Straße nach Geilo, hat jede Menge Charme. Die öffentlichen Bereiche sind in subtilen dunklen Tönen gehalten, und die gemütlichen Samtsofas sind wie geschaffen, um sich an kalten Tagen mit einem Buch hineinzukuscheln. Die Zimmer sind einfach mit ein paar luxuriösen Elementen.

Ein passables Restaurant serviert mittags und abends traditionelle norwegische Hauptgerichte (155–305 nkr), abends schließt es aber manchmal recht zeitig – wer nach 20 Uhr ankommt, sollte vorher nachfragen.

Quality Hotel Grand BUSINESSHOTEL €€€
(☎ 32 77 28 00; www.nordicchoicehotels.no; Christian Augustsgata 2; EZ/DZ 1380/1580; P ☎ 🏊) Viele der schicken, geräumigen Zimmer des Hotels bieten einen eindrucksvollen Blick auf den Fluss. Es nennt sich selbst „Boutique-Business-Hotel", und einiges spricht dafür, dass es beide Titel verdient – sowohl was die Gestaltung als auch die Einrichtungen und Ausstattung (darunter Pool, Sauna und Hotelrestaurant) angeht. So überrascht es kaum, dass es aufgrund der großen Beliebtheit fast unmöglich ist, hier ein Zimmer zu buchen.

Gyldenløve Hotell BUSINESSHOTEL €€€
(☎ 32 86 58 00; www.gyldenlove.no; Hermann Fossgata 1; EZ/DZ 1685/1885 nkr; P @ ☎) Beim Betreten der Zimmer des gut geführten Hotels fallen als Erstes die riesigen Schwarzweißfotos der Stadt und ihres Umlands ins Auge. Viele weitere nette Details verwandeln das typische Kettenhotel in eine ansprechende, wenn auch ziemlich überteuerte Option.

Essen & Ausgehen

★Fuji Sushi SUSHI €
(☎ 32 73 12 00; Myntgata 15; Sushi-Teller 90–145 nkr, Nudeln 99 nkr; ⏲ Mo–Sa 12–21, So 13–21 Uhr) Die Speisekarte hier bietet leichte und gesunde Abwechslung zu den ewig gleichen Burgern und Hotdogs. Die Besitzer packen die Sushi auch gerne zum Mitnehmen ein.

Restaurant Opsahlgården & Christians Kjeller NORWEGISCH €€
(☎ 32 76 45 00; Kirkegata 10; Hauptgerichte 308–338 nkr; ⏲ Restaurant Mo–Fr 15–22 Uhr, Café Mo–Fr 15–22 & Sa 14–22 Uhr) Das gehobene, recht altmodische Restaurant überrascht mit dem einen oder anderen perfekten Gericht und hat auch eine nette Café-Bar, die zwanglosere Mahlzeiten serviert. In der wärmeren Jahreszeit finden zudem regelmäßig im Innenhof Konzerte statt. Die genannten Öffnungszeiten sind übrigens ein bisschen „flexibel"!

Jonas B. Gundersen Jazzkjøkken BAR, CAFÉ
(☎ 32 72 88 00; Nymoens Torg 10; ⏲ So & Mo 14–22, Di–Do 14–23, Fr 14–24, Sa 12–24 Uhr) Die Kette „Jazzküche" hat in Südnorwegen einige Filialen. Diese ist ein gemütliches Plätzchen für einen Drink oder für Livemusik am Wochenende, von wem auch immer. Für Hungrige gibt's Pizza, *piadina* und eine Bruschetta-Karte (149–234 nkr). Manche Einheimische sagen, die Pizza sei die beste in der ganzen Stadt; ebenfalls gut ist der Kaffee.

Praktische Informationen

Touristeninformation (☎ 32 29 90 50; www.kongsberg.no; Kirketorget 4; ⏲ Ende Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 9–18, Sa 10–14 Uhr) Die hervorragende Touristeninformation hat hilfsbereite Mitarbeiter und viele Infos.

Anreise & Unterwegs vor Ort

Mehrere Busgesellschaften verkehren fast stündlich zwischen Kongsberg und Oslo (200 nkr, 1½ Std.) sowie Notodden (90 nkr, 35 Min.).

Stündlich fahren Züge zwischen Kongsberg und Oslo (189, 1½ Std.).

Autofahrer, die auf dem Supermarkt-Parkplatz parken, sollten sich unbedingt ein (kostenloses) Ticket ziehen. Ansonsten setzt es heftige Bußgelder (doch ja, wir haben da Erfahrung – bittere Erfahrung).

Die Touristeninformation verleiht Fahrräder für 185 nkr pro Tag.

Der Telemarkkanal

Der 105 km lange Telemarkkanal besteht aus einer Reihe von Seen und Kanälen, die Skien und Dalen miteinander verbinden (ein kleinerer Arm führt von Lunde nach Notodden). 18 Schleusen überwinden dabei einen Höhenunterschied von insgesamt 72 m. Der Kanal wurde zwischen 1887 und 1892 von bis zu 400 Arbeitern für den Holztransport gebaut. Heute gehört eine gemächliche Bootsfahrt auf den Kanälen zu den High-

lights einer Reise durch Südnorwegen. Nützliche Infos bietet die Website www.visit telemark.com.

Notodden

12 200 EW.

Wer nicht gerade zum immens beliebten **Blues Festival** (www.bluesfest.no) Anfang August kommt, sollte durch diese Industriestadt schleunigst hindurchfahren, bis die imposante Stabkirche Heddal 5 km nordwestlich der Stadt an der E134 erreicht ist. Der einzige Grund für einen Zwischenstopp in der Stadt ist die **Touristeninformation** (35 01 50 00; www.notodden.kommune.no; Teatergate 3; Mo–Fr 8–15 Uhr).

Sehenswertes

★Stabkirche Heddal KIRCHE

(www.heddalstavkirke.no; Heddal; Erw./Kind 70 nkr/frei, Eintritt aufs Gelände frei; Mitte Juni–Mitte Aug. Mi–Sa 9–18 Uhr, Mai–Mitte Juni & Mitte Aug.–Sept. 10–17 Uhr) Die märchenhafte Kirche ist die größte und eine der schönsten von Norwegens 28 erhaltenen Stabkirchen. Sie ist um zwölf größere und sechs kleinere Pfeiler aus norwegischer Kiefer herum errichtet, die oben mit furchteinflößenden Fratzen verziert sind, und hat vier mit Schnitzereien verzierte Tore. Besonders interessant sind die hübschen „Rosen"-Malereien von 1668, eine Runeninschrift im äußeren Durchgang und der „Bischofsstuhl" aus dem 17. Jh. Seine kunstvollen Schnitzereien illustrieren die heidnische Sage von Sigurd dem Drachentöter, die hier als christliche Parabel mit Christus und dem Satan umgedeutet wurde. Die in den 1950er-Jahren umfassend restaurierte Kirche stammt aus dem Jahr 1242, Teile der Kanzel gehen sogar aufs Jahr 1147 zurück. Der Altaraufsatz stammt von 1667, wurde aber 1908 restauriert; der separate Glockenturm wurde 1850 erbaut.

Von Notodden fährt die Buslinie 301 direkt an der Kirche vorbei, zudem ist sie mit den Bussen Richtung Seljord oder Bondal zu erreichen. Von der Stadt ist es nur eine halbe Stunde zu Fuß, allerdings entlang einer verkehrsreichen Straße und vorbei an allmählich verrostenden Fabriken. Bei Hochzeiten ist die Kirche übrigens nicht zugänglich.

Schlafen

Notodden Camping CAMPGINGPLATZ €

(35 01 33 10; www.notoddencamping.com; Reshjemveien; Stellplatz 180 nkr, Hütten 450–1550 nkr) Notodden Camping, 3 km nach Westen über die E134, dann 200 m auf dem Reshjemveien nach Süden, ist ein ganz passabler Campingplatz. Während des Festivals ist er randvoll. Anfahrt ab dem Zentrum mit Bussen in Richtung Seljord.

An- & Weiterreise

Timekspressen verkehren ein- oder zweimal pro Stunde zwischen Kongsberg und Notodden (90 nkr, 35 Min.).

Akkerhaugen

375 EW.

Das reizvolle Dorf Akkerhaugen liegt am Nordufer des hübschen Sees Norsjø, der ein Teil des Telemarkkanals ist. Das Dorf ist beliebt als Start- oder Endpunkt für halbtägige Bootstouren auf dem Telemarkkanal.

Der **Norsjø Ferieland** (35 95 84 30; www.norsjo-ferieland.no; Stellplatz 270 nkr, Wohnmobilstellplatz 340 nkr, Hütten 1200–1900 nkr; P) ist ein wunderbarer Campingplatz am Wasser mit jeder Menge Einrichtungen und Aktivitäten wie Privatstrand, Minigolf, Wakeboarding, Wasserski, Boots- und Kanuverleih, Naturwanderwege, ein Restaurant und verschiedene Kinderaktivitäten. Die Lage ist traumhaft und die Hütten sind gut ausgestattet.

Wer eine Bootsfahrt von Lunde nach Akkerhaugen plant: Täglich fährt am Campingplatz ein Bus ab; nach den saisonal unterschiedlichen Zeiten sollte man sich aber vorher erkundigen.

Skien

63 955 EW.

Die Industriestadt Skien dient vor allem als Ausgangspunkt für den Telemarkkanal, hat aber auch für Fans von Ibsen und von norwegischer Keramik einiges zu bieten.

Sehenswertes

Henrik Ibsenmuseet MUSEUM

(www.telemarkmuseum.no; Venstøphøgda; Erw./Kind 70/30 nkr; Mitte Mai–Aug. 11–19 Uhr) Der Schriftsteller, Dramatiker und „Vater des modernen Dramas" Henrik Ibsen wurde am 20. März 1828 in Skien geboren. 1835 geriet seine Familie in Not und zog auf den Bauernhof Venstøp, 5 km nördlich der Stadt, wo sie sieben Jahre lang lebte. In dem Gebäude von 1815 ist heute das hervorragende Henrik Ibsenmuseet untergebracht. In der ehemaligen Scheune sind großartige audiovisuelle

NICHT VERSÄUMEN

GANZ GEMÄCHLICH IM BOOT DURCH DIE TELEMARK

Von Juni bis Mitte August tuckern täglich die unterschiedlichsten Boote (meist altmodische Dampfer) durch die Kanäle der Telemark. Es gibt zwar ganztägige Touren, aber den meisten Leuten reicht ein halber Tag. Eine besonders schöne Bootsfahrt (Erw./Kind 450/225 nkr, 3¾ Std., tgl. 10 Uhr) ist die von Akkerhaugen 24 km südlich von Notodden bis nach Lunde. Von Lunde geht es mit dem Bus zurück nach Akkerhaugen. Die Tour kann auch in umgekehrter Richtung unternommen werden: Das Auto wird dann kostenlos am Norsjø Hotell in Akkerhaugen geparkt; von hier aus geht es mit dem Bus weiter nach Lunde (er hält am Hotel). Dort fährt das Boot ab und schippert gemächlich zurück nach Akkerhaugen.

Die geruhsame Tagestour zwischen Skien und Dalen (Erw./Kind 975/488 nkr; Ende Juni–Mitte Aug.) dauert zehn Stunden. Das Boot legt in Skien gegen 8 Uhr ab und kommt kurz nach 18 Uhr in Dalen an, wo ein spezieller „Kanalbus" zurück nach Skien fährt. Es ist auch möglich, neben weiteren Kombinationen, auf halber Strecke in Lunde aus- oder einzusteigen.

Die saisonalen Abfahrtszeiten und Details zu den Booten erhält man bei **Visit Telemark** (✆ 35 90 00 30; www.visittelemark.com), wo man die Touren auch buchen kann.

Der Kanal lässt sich wunderbar per Kanu, Kajak oder Fahrrad erkunden. Die Fähren transportieren Boote/Fahrräder für 250/150 nkr.

Exponate zu sehen und Museumsführer (einige sind Ibsen-Schauspieler) zeigen den Besuchern das Wohnhaus.

Porsgrund Porselænsfabrikk FABRIK
(✆ 41 04 07 65; www.porsgrund.com; Porselensveien 6, Porsgrunn; ⏲ Führungen Mo–Fr 9–15 Uhr, Laden Mo–Fr 9–20, Sa 9–18 Uhr) In Porsgrunn, direkt südlich von Skien, befindet sich eine der bekanntesten und ältesten Porzellanfabriken Norwegens. Man kann **Führungen** buchen und zusehen, wie die Kunsthandwerker mit den feinsten Pinseln das berühmte „Strohhalm"-Muster zeichnen, oder den Fabrikladen besuchen.

Schlafen

Kilden Gård B&B €
(Aashammeren 55; DZ mit Gemeinschaftsbad 700 nkr; P ᯤ) 8 km nördlich der Stadt werden Gäste an einem schönen Fleckchen am Fluss in diesem traditionellen B&B mit hübsch dekorierten Zimmern herzlich willkommen geheißen. Eine besonders gute Wahl, wenn man hier im Winter Ski fahren will.

Thon Hotel Høyers BUSINESSHOTEL €€
(✆ 35 90 58 00; www.thonhotels.no; Kongensgate 6; DZ 1340 nkr; P ᯤ) Das privat betriebene Hotel direkt neben dem Hafen befindet sich in einem prächtigen rosafarbenen Gebäude mit großen, modernen Zimmern und stattlichen, traditionell gestalteten öffentlichen Bereichen. Kostenlosen Filterkaffee gibt's in den meisten norwegischen Hotels, doch hier steht in der Lobby eine Nespresso-Maschine.

Feste

Smieøyafestivalen MUSIK
(smieoyafestivalen.no) Auf diesem zweitägigen Festival Ende August treten Berühmtheiten wie Wyclef Jean und ein gutes Aufgebot norwegischer Talente auf.

Praktische Informationen

Touristeninformation (✆ 35 90 55 20; www.visitgrenland.no; Nedre Hjellegate 18; ⏲ Mitte Juni–Mitte August Mo–Fr 9–19, Sa & So 11–16 Uhr, sonst Mo–Fr 8.30–16 Uhr) Hat Infos über Wanderwege und Fahrradrouten.

An- & Weiterreise

Busse von Nor-Way Bussekspress fahren von Skien ein- bis zweimal täglich nach Rjukan (273 nkr, 3¼ Std.), NSB-Züge alle ein oder zwei Stunden nach Larvik (91 nkr, 45 Min.) und Oslo (199–300 nkr, 3 Std.).

Dalen

800 EW.

Das hübsche kleine Dalen liegt behäbig an einem stillen See, in dem sich Biber tummeln, ist von steilen, bewaldeten Hügeln umgeben und ein Ausgangspunkt für Bootstouren auf den Telemarkkanälen.

Sehenswertes

Stabkirche Eidsborg KIRCHE
(Führung Erw./Kind 70/35 nkr; ⏲ Juni–Aug. 10–18 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Hoch über dem Ort, an der Rv45 nach Høydalsmo, steht

die malerische Stabkirche von Eidsborg aus dem 14. Jh., mit nur einem Schiff und in besonders gutem Zustand. Das Gelände ist ganzjährig zugänglich und die Kirche wird, falls sie geschlossen ist, in der Regel von einem Hauswart geöffnet.

Schlafen

Buøy Camping CAMPINGPLATZ €

(35 07 75 87; www.buoycamping.com; Stellplatz 225 nkr, Hütten 590–1500 nkr; Mai–Sept.; P @) Der reizvolle und gut geführte Campingplatz ist an allen Seiten von Wasser umgeben, hat zahllose Aktivitäten für Kinder, jede Menge schattiger Stellplätze und urige „Rotkäppchen"-Holzhütten, die innen genauso gemütlich sind wie von außen. Ein Restaurant und ein Fahrradverleih für 150 nkr pro Tag sind ebenfalls vorhanden.

Nicht nur Camper mögen den Platz – in den Gewässern rund um die Anlage tummeln sich mehrere Bibersippen, die einem beim abendlichen Spaziergang am Fluss oft über den Weg laufen.

Dalen Bed & Breakfast B&B €€

(35 07 70 80; www.dalenbb.com; DZ 1195–1750 nkr; P) Diese familiengeführte Unterkunft ist eine gute Option: Das Frühstück ist hervorragend und die Mitarbeiter verteilen kostenlose Karten, auf denen die besten Stellen vermerkt sind, wo sich Elche und Biber blicken lassen.

Dalen Hotel HISTORISCHES HOTEL €€€

(35 07 90 00; www.dalenhotel.no; EZ/DZ 1600/2200 nkr; P) Das schmucke Dalen Hotel, das entfernt an eine Stabkirche erinnert, innen jedoch Wildwest-Flair verströmt, besteht seit 1894. Im Zweiten Weltkrieg wurde es zwar von den Nazis geplündert, dennoch wirkt es mit seiner Lobby recht authentisch, in der es von Antiquitäten und Elchköpfen nur so wimmelt. In Zimmer 17 soll es spuken.

Das Restaurant bietet traditionelle norwegische Landküche (Hauptgerichte ab 210 nkr).

Praktische Informationen

Touristeninformation (35 07 70 65; www.visitdalen.com; Mai–Aug. Mo–Fr 9–19, Sa & So 10–17 Uhr, Sept.–April geschl.;) In der Touristeninformation im Dorfzentrum gibt's kostenlosen Kaffee.

An- & Weiterreise

Wer mit dem Bus (520 nkr, 4½ Std.) nach Oslo fahren möchte, muss im nahen Amot an der E134 umsteigen.

Rjukan

5900 EW.

Rjukan liegt im Schatten des wohl schönsten Bergs Norwegens, des Gausta (1883 m), und ist sowohl malerischer Auftakt für das norwegische Hochland als auch Südnorwegens Zentrum für Outdoor-Aktivitäten.

Der Ort zieht sich wie ein Gummiband 6 km durch das tiefe, von steilen Hängen eingefasste Vestfjorddalen. Das Ortszentrum, das aus ein paar Straßenzügen mit pastellfarbenen Holzhäusern besteht, ist zwar ganz reizvoll, aber der Rest steht im völligen Gegensatz zur majestätischen Umgebung.

Wer zwischen Ende September und März hier ist, wird feststellen, dass die winterliche Düsternis verschwunden ist, dafür sorgt die „konzentrierte Sonnenenergie": Drei riesige ferngesteuerte Spiegel fangen den dringend benötigten Sonnenschein von den Bergen über dem Tal ein und reflektieren ihn.

Geschichte

Die Stadt wurde 1907 von einer Wasserkraftgesellschaft gegründet, von der zu ihrer Hochzeit bis zu 10 000 Menschen lebten. Damals standen die Häuser der Direktoren ganz oben am Hang, wo die Sonne am längsten scheint. Darunter wohnten die Büroangestellten und ganz unten im dunklen Tal die Arbeiter. Die Erbauer des Wasserkraftwerks Mår Kraftverk am östlichen Stadtrand hatten offensichtlich eine Schwäche für Rekorde: Die einschüchternde Holztreppe der Anlage hat 3975 Stufen und ist damit eine der längsten der Welt. Für sehr sportliche Besucher ist sie zugänglich.

Sehenswertes

Norwegisches Industriearbeitermuseum MUSEUM

(Norsk Industriarbeidermuseet Vemork; www.visitvemork.com; Erw./Kind 80/50 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug. 10–18 Uhr, Mitte Aug.–Sept. & Mai–Mitte Juni 10–16 Uhr, sonst 12–15 Uhr) Das Museum, 7 km westlich von Rjukan, liegt auf dem Gelände des Vemork-Kraftwerks, das bei seiner Fertigstellung 1911 das größte der Welt war. Heute erinnert es an die Sozialistische Arbeiterpartei, die ihre Blütezeit in Norwegen in den 1950er-Jahren erlebte. Es zeigt eine interessante Ausstellung über den weltweiten Wettlauf um die Atombombe in den 1930er- und 1940er-Jahren, und in der Haupthalle ist ein tolles Miniaturkraftwerk ausgestellt.

WANDER- & RADTOUREN AB RJUKAN

Rjukan ist ein super Ausgangsort für Wander- oder Mountainbiketouren in die Wildnis der Umgebung. Einen Eindruck der Möglichkeiten gibt die kostenlose Broschüre *Rjukan – og Tinn*, die etliche Tourenvorschläge beschreibt und in der Touristeninformation (S. 119) erhältlich ist.

Gausta

Das naheliegendste Ziel für Gipfelstürmer ist die Wanderung auf den wunderschönen Gausta (1883 m), von dessen Spitze an klaren Tagen ein Sechstel Norwegens zu sehen ist. Der beliebte und leichte 4 km lange Wanderweg hinauf dauert zwei bis drei Stunden und führt von Stavsro (15 km südöstlich von Rjukan) bis zur Gaustahytta (1830 m) des Norske Turistforening (DNT; Norwegischer Wanderverein) neben dem eher hässlichen Nato-Funkturm. Zum Gipfel ist es von dort noch eine halbe Stunde an einem felsigen Grat entlang. Eine 13 km lange Straße (die leider nicht von öffentlichen Verkehrsmitteln befahren wird) führt vom östlichen Ortsende von Rjukan nach Stavsro (1173 m) am See Heddersvann. Per Taxi (☎ 35 09 14 00) kostet die einfache Fahrt 450 nkr. Für die Tour sollte ein ganzer Tag eingeplant werden. Dann bleibt genügend Zeit, den Gipfel zu erkunden. In der Touristeninformation gibt es eine Karte der Fv651, aber die Turkart Gausta Området ist besser und für 50 nkr zu haben.

Anspruchsvollere Routen zum Gipfel (3–4 Std.) beginnen in Rjukan selbst und beim Norwegischen Industriearbeitermuseum.

Wer nicht zu Fuß gehen will, gelangt mit der Gaustabanen (S. 118) bis fast zur Gaustahytta.

Hardangervidda

Etwas urtümlicher, aber auch rauer ist das Hardangervidda-Plateau nördlich von Rjukan, Europas größtes Gebirgsplateau und Revier von Europas größter wilder Rentierherde. Es bietet fantastische Wandermöglichkeiten, die von einfachen zwei- bis dreistündigen Spaziergängen bis zu längeren Tagestouren und mehrtägigen Märschen reichen. Die großartigste Tagestour ab Gvepseborg, der Gipfelstation der Seilbahn Krossobanen, ist die Rundwanderung zur DNT-Hütte Helberghytta (5 Std. ohne Pausen). Die Strecke ist gut markiert und von halbwegs fitten Wanderern leicht zu bewältigen, auch wenn einige Abschnitte etwas morastig sind. Der erste Abschnitt führt von der Seilbahnstation durch einen Wald aus stämmigen, verkrüppelten Bäumen und schließlich auf das sanft hügelige Plateau. Die Landschaft mit ihren eiskalten Seen, schneegefleckten Hügeln, kargen Mooren und einer Aussicht bis zum Gausta ist unglaublich beeindruckend.

Etwas anstrengender ist die acht- bis neunstündige, auch für Radfahrer geeignete Strecke, die von der Seilbahnstation und an der DNT-Hütte Helberghytta vorbei (entlang der oben beschriebenen Strecke) bis zur Kalhovd Turisthytte führt. Von dort geht's entweder mit dem Bus oder über neun Stunden zu Fuß hinab zur Mogen Turisthytte, wo die Møsvatn-Fähre (255 nkr) zurück nach Skinnarbu an der Rv37 westlich von Rjukan fährt. Fährfahrpläne sind in der Touristeninformation in Rjukan erhältlich. Erfahrene Wanderer können sich auch von Kalhovd nordwärts bis weit ins Hochland des Hardangervidda aufmachen.

Eine weitere Möglichkeit ist die markierte Route, die oberhalb der Rjukan Fjellstue etwa 10 km westlich von Rjukan und gleich nördlich der Rv37 beginnt. Der Weg folgt der historischen Sabotørruta (Saboteursroute), auf der im Zweiten Weltkrieg Mitglieder des norwegischen Widerstands marschierten. Von Ende Juni bis Mitte August bietet die Touristeninformation dreistündige Wanderführungen auf dieser Route an (200 nkr; Di, Do & So 12 Uhr).

Die beste Wanderkarte für diesen Teil des Plateaus ist die Hardangervidda Sør-Øst des Telemark Turistforening im Maßstab 1:60 000. Sie ist in der Touristeninformation erhältlich und kostet 98 nkr.

Reisende mit Behinderungen und Senioren ab 65 können bis vor den Eingang fahren. Alle anderen Besucher müssen bei der Schwenkbrücke parken. Im Sommer fährt ein Bus vom Parkplatz zum Eingang, ansonsten sind es 15 Minuten und 700 m bergauf zu Fuß.

Krossobanen SEILBAHN

(www.krossobanen.no; einfach/hin & zurück Erw. 50/100 nkr, Kind 20/40 nkr, Fahrrad 50/100 nkr; Mitte Juni–Aug. 9–20 Uhr, sonst So–Do 10–16, Fr & Sa –20 Uhr) Norsk Hydro baute die Seilbahn Krossobanen 1928 für seine Angestellten. Heute bringt sie Touristen auf den Gvepseborg (886 m) – für einen tollen Ausblick über tiefe, dunkle Täler. Das schönste Panorama bietet die Aussichtsplattform der Seilbahnstation, an der auch etliche Wander- und Radwege beginnen.

★Standseilbahn Gaustabanen PANORAMABAHN

(www.gaustabanen.no; einfach/hin & zurück 250/350 nkr, Kind 125/175 nkr; Ende Juni–Mitte Okt. 10–17 Uhr) Die Gaustabanen führt zunächst 860 m tief ins Innere des Bergs, wo dann, neben einer Treppe mit 3500 Stufen, eine zweite Bahn über 1040 m mit einer Steigung von 40 Grad auf 1800 m hinaufzuckelt. Sie hält schließlich nicht weit vom Gipfel knapp unterhalb der Gaustahytte. Die Bahn wurde 1958 von der Nato für 1 Mio. US$ erbaut, um einen wetterunabhängigen Zugang zur Funkanlage zu schaffen. Eine Fahrt mit der Drahtseilbahn ist ein unglaubliches Erlebnis, allerdings nichts für Klaustrophobiker. Die Basisstation befindet sich 10 km südöstlich von Rjukan.

Rjukanfossen WASSERFALL

Bis ins 18. Jh. galt der 104 m hohe Wasserfall Rjukanfossen als der höchste der Welt. Inzwischen trägt der Salto Ángel in Venezuela diesen Titel, doch der Anblick ist noch immer spektakulär, auch wenn ein Großteil des Wassers umgeleitet wurde, um das Vemork-Kraftwerk zu betreiben. Zur schönsten Aussicht geht es auf der Rv37 nach Westen bis unmittelbar vor den Tunnel 9,5 km westlich des Orts. Von dort sind es zu Fuß noch 200 m bis zum Aussichtspunkt.

Tinn Museum MUSEUM

(tinn.visitvemork.no; Sam Eydesgt 299; Erw./Kind 40/20 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug. 11–19 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Das friedliche Freilichtmuseum am östlichen Ortsrand zeigt ländliche norwegische Häuser vom 11. bis zum frühen 20. Jh.

Aktivitäten

Man kann sich warm gegen die Winterkälte eingemummelt auf eine **Pferdeschlittentour** durch den märchenhaften Winterwald begeben oder mit **Schlittenhunden** über das kahle Hardangervidda-Plateau düsen. Die Touristeninformation (S. 119) stellt Kontakte zu Anbietern her, mit denen man solche winterlichen Aktivitäten unternehmen kann.

Eisklettern ABENTEUERSPORT

Alle, denen es Spaß macht, sich an riesigen vertikalen Eiszapfen hochzuhangeln, die verdächtig danach aussehen, als könnten sie gleich abbrechen und für einen frühen Tod sorgen, sind in Rjukan genau richtig. Der Ort entwickelt sich rasant zum Mekkka der Eiskletterer; in der Nähe der Stadt gibt es über 150 Routen.

Die Touristeninformation kann Führer empfehlen und **Climb Inn** (www.climb-inn.com) stellt ganze Kletterpakete zusammen, samt Führer, Ausrüstungsverleih, Unterkunft und Essen.

Bungee-Jumping ABENTEUERSPORT

(99 51 31 40; www.telemark-opplevelser.no; pro Sprung 790 nkr; Mitte Mai–Sept., unterschiedl. Zeiten) Der Sprung von der Brücke zum Norwegischen Arbeitermuseum 84 m tief in den Canyon hinab gilt als Norwegens höchster Bungee-Sprung und ist Rjukans aufregendstes Abenteuer. Buchungen erledigt die Touristeninformation.

Skifahren SKIFAHREN

Die Gegend um Rjukan ist übersät von exzellenten Skipisten und die Touristeninformation (S. 119) hat Unmengen Infomaterial zu ihnen zu bieten; ihre exzellente Broschüre *Gaustablikk Skisenter* ist der umfassende Führer zu allem, was weiß und pulverig ist. Das **Gaustablikk Skisenter** ist das größte Skigebiet hier. Tagespässe kosten je Erw./Kind 370/290 nkr.

Elchsafari TIERBEOBACHTUNG

(35 06 26 30; www.visitrauland.com; Erw./Kind 350/250 nkr; 28. Juni–23. Aug., Buchung bis 16 Uhr für Abfahrt zur Abenddämmerung) Eine Elchsafari, die von der Touristeninformation im Dorf Rauland (an der RT37 südwestlich von Rjukan) organisiert wird, ist die beste Gelegenheit, die größten Mitglieder der Hirschfamilie aus nächster Nähe zu betrachten. Mit einer herunterladbaren Karte kann man sich auch im eigenen Auto auf den Weg machen.

Schlafen

Im Zentrum von Rjukan gibt's ein paar Unterkünfte, eine größere Auswahl bietet jedoch das Gaustablikk-Gebiet.

Rjukan & westlich von Ryukan

Krokan Turisthytte HÜTTEN €

(☎ 92 26 94 36; krokan.turistforeningen.no; nahe der Rv37; Hütten 500 nkr) Das historische Haus etwa 10 km westlich von Rjukan ist 1869 als erste Hütte des Norske Turistforening (DNT) erbaut worden. Die Gäste sind in nahezu musealen Blockhütten aus dem 16. Jh. untergebracht und erhalten traditionelle Gerichte serviert. Vorher anrufen, da die Rezeption nicht immer besetzt ist.

★ Rjukan Hytteby & Kro HÜTTEN €€

(☎ 35 09 01 22; www.rjukan-hytteby.no; Brogata 9; große Hütten 895–1400 nkr, kleine Hütten mit Bettwäsche EZ/DZ 950/1095 nkr; 🛜) Rjukan Hytteby & Kro liegt an einem hübschen Fleckchen am Flussufer und ist die wohl beste Unterkunft im Ort. Die fürsorglich eingerichteten und sehr gut ausgestatteten Hütten sind den Häuschen der Wasserkraftarbeiter aus dem frühen 20. Jh. nachempfunden, und der Besitzer ist außerordentlich hilfsbereit. Vom Ortszentrum sind sie nur einen 20-minütigen Fußweg am Fluss entlang entfernt.

Rjukan Gjestegård HOSTEL €€

(☎ 35 08 06 50; www.rjukangjestegard.no; Birkelandsgata 2; B 235 nkr, EZ/DZ ohne eigenes Bad 385/580, DZ 990 nkr; P @) Die zentral gelegene Pension befindet sich in den Gebäuden der früheren Jugendherberge und ist so etwas wie ein Touristentreff. Trotz der hässlichen Fassade sind die einfachen Zimmer nicht schlecht und es gibt eine Gästeküche. Für eine Unterkunft direkt im Ort ist die Lage ganz gut. Frühstück kostet 80 nkr.

Rauland Høgfjellshotell BERGHOTEL €€€

(☎ 35 06 31 00; www.rauland.no; Rv37; EZ/DZ 945/1650 nkr; ❄ Juni–April; P 🛜 🏊) Das hervorragende Berghotel 45 km westlich von Rjukan bietet herrliche Ausblicke, traditionelle Einrichtung im Stil der Region, ein Hallenbad und einen fantastischen Wellnessbereich. Da in der Umgebung Hunderte von Kilometern Skipiste liegen, ist es im Winter meist lange im Voraus ausgebucht (und kostet fast doppelt so viel).

Gaustablikk

Ein paar Unterkünfte am traumhaften See Kvitåvatn, 10 km außerhalb der Stadt an der Fv651, bieten fantastischen Blick auf den Gausta und guten Zugang zum Skigebiet Skipsfjell/Gaustablikk. Sie sind aber nur mit dem Auto zu erreichen.

In der belebten Wintersaison kann **Gausta Booking** (☎ 45 48 51 51; www.gaustatoppenbooking.com) oft noch eine freie Hütte finden.

Rjukan Vandrerhjem HOSTEL €

(☎ 35 09 20 40; www.kvitaavatn.dk; B 225 nkr, EZ/DZ 625/750 nkr, mit Gemeinschaftsbad 400/500 nkr,) Jugendherberge mit einfachen Zimmern in einem gemütlichen Holzhaus und mit sechs Betten pro Zimmer in den Hütten. Zur Zeit der Recherche waren zehn neue Zimmer geplant, die 2015 fertig sein sollen. Alle bekommen Balkons mit tollem Blick auf Gaustatoppen, vier Betten, einen Arbeitsplatz und ein eigenes Bad. Die Rezeption ist nur von 8.30 bis 10.30 und von 16 bis 19 Uhr besetzt.

Gaustablikk Høyfjellshotell BERGHOTEL €€€

(☎ 35 09 14 22; www.gaustablikk.no; EZ/DZ ab 1075/1590 nkr; P 🛜) Das Hotel in erstklassiger Lage mit Blick auf See und Berge ist eines der besseren Berghotels in Norwegen. Die Zimmer sind modern und viele bieten einen schönen Blick auf den Gausta. Abends gibt's ein üppiges Büfett (385 nkr). Da es eher ein Skihotel ist, ziehen die Preise im Winter deutlich an und Reservierungen sind dann nötig. Aber auch im Sommer ist es hier sehr schön.

Essen

Kinokafeen INTERNATIONAL €€

(☎ 40 85 60 48; Storstulgate 1; Hauptgerichte 120–179 nkr) Das Kinokafeen beim Kino im schönen Art-déco-Stil ist mit seinen Straßentischen (nur im Sommer!) und der abgenutzten Einrichtung das reizvollste Esslokal im Ortszentrum.

Gaustablikk Høyfjellshotell NORWEGISCH €€€

(☎ 35 09 14 22; Mittagsangebote 99 nkr, Abendbüffett 385 nkr) Selbst wenn hier keine Übernachtung geplant ist, lohnt das enorme Büfett des Berghotels den Trip auf den Berg hinauf. Außer dem Essen ist auch die Aussicht phänomenal.

Praktische Informationen

Touristeninformation (☎ 35 08 05 50; www.visitrjukan.com; Torget 2) Die Touristeninformation in Rjukan ist die vielleicht beste in Telemark. Sie hat Unmengen an Infomaterial und sachkundige Mitarbeiter.

Anreise & Unterwegs vor Ort

Busverbindungen zwischen Rjukan und Oslo (390 nkr, 3½ Std.) mit Umstieg in Notodden

(146 nkr, 1¼ Std.) gibt's von 5.30 bis 15.30 Uhr etwa alle zwei Stunden. Die Busse halten auch in Kongsberg (295 nkr, 2 Std.).

Die Entfernungen in dem langgezogenen Straßenort klingen einschüchternd, doch der lokale Bybuss bietet gute Verbindungen von Vemork bis zum Ostende des Tals. Fahrräder vermietet das Rjukan Gjestegård (S. 119) für 150 nkr pro Tag.

Tuddal

Die Lage des winzigen Bergdorfs, das nur aus ein paar farbenfrohen Holzhäusern besteht, ist unschlagbar: Es schmiegt sich an einen tiefblauen See und ist von schnee- und waldgesprenkelten Bergen umgeben. Viel zu tun gibt es hier nicht, außer die Ruhe und Stille zu genießen und vielleicht den einen oder anderen Streifzug zu unternehmen.

Das Dorf liegt am Fuß einer einsamen spektakulären und nur im Sommer zugänglichen Bergstraße zwischen Rjukan und der E134 von Notodden nach Seljord. Auf halber Strecke der Bergstraße befindet sich eine Bude der Touristeninformation (nur im Sommer), die Karten und Streckenbeschreibungen von ein paar erstklassigen Wanderwegen im Angebot hat.

Seljord

2944 EW.

Seljord wird hauptsächlich mit dem Seeungeheuer Selma in Verbindung gebracht, das in den Tiefen des Sees **Seljordvatn** hausen soll. Andere legendäre Wesen sind angeblich in den umliegenden Bergen zu Hause. Wanderer können nach den zerstrittenen Trollfrauen Ljose-Signe, Glima und Tårån Ausschau halten. Selbst haben wir keine von ihnen gesehen, doch Einheimische haben uns versichert, dass sie existieren. Seljord hat folgerichtig auch einige der bekanntesten Volkssagen Norwegens inspiriert, wie z. B. *De tre bukkene Bruse* (Die drei Böcke Brausebart) von Asbjørnsen und Moes, das inzwischen weltweit bekannt ist.

Sehenswertes

Kirche Seljord KIRCHE

(Mitte Juni–Mitte Aug. 11–17 Uhr) Diese reizende romanische Kirche ist im 12. Jh. zu Ehren von St. Olav gebaut worden. Sie sieht aus, als hätte jemand eine Stabkirche errichtet, dann seine Meinung geändert und versucht, ein Haus drumherum zu bauen. Die beiden Mulden zwischen der Kirche und der Friedhofsmauer sind angeblich das Werk von zwei Bergtrollen, die über den Vormarsch des Christentums so erbost waren, dass sie den Ort mit Felsblöcken bewarfen.

Feste & Events

Dyrsku'n Festival LANDWIRTSCHAFT

Am zweiten Wochenende im September findet in Seljord das Dyrsku'n Festival statt. Dieser Markt wurde 1866 erstmals abgehalten und ist heute der größte traditionelle Jahr- und Viehmarkt Norwegens. Er lockt jedes Jahr 60 000 Besucher an und fast genau so viele Kühe, aber keineswegs so viele Ungeheuer.

Schlafen & Essen

Seljord Camping og Badeplass CAMPINGPLATZ €

(35 05 04 71; www.seljordcamping.no; Stellplatz 200 nkr, Hütten 500–1400 nkr) Hier gibt es Rasenstellplätze am See und Hütten, die von sehr, sehr schlicht bis superluxuriös reichen. Der Campingplatz ist auch die Anlegestelle der Seeungeheuerboote auf dem Seljordvatn und hat ein Teleskop, um Selma auszuspähen. Kajaks und Kanus werden hier für 40 nkr pro Stunde ebenfalls verliehen.

Seljord Hotell HISTORISCHES HOTEL €€

(35 06 40 00; www.seljordhotel.no; EZ/DZ 990/1250 nkr; P @) Der reizende Holzbau wurde 1858 als feines Mädchenpensionat gegründet, aber als es nicht mehr genug „feine Mädchen" gab, wurde es ein Hotel. Die Zimmer mit historischen Details sind alle individuell benannt, jedes mit seiner eigenen Geschichte. Ungewöhnlicherweise bleiben die Preise das ganze Jahr über gleich. Das Restaurant (Hauptgerichte 215–310 nkr) ist das beste in Seljord und serviert Gerichte mit Fisch und Wild aus der Region.

Praktische Informationen

Touristeninformation (35 06 59 88; www.seljordportalen.no; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 10–18 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Jede Menge Infos zur Region, und die Mitarbeiter erzählen nur zu gerne gute Trollgeschichten.

An- & Weiterreise

Nor-Way Bussekspress (Haukeliekspressen) verbindet Seljord bis zu viermal täglich mit Notodden (160 nkr, 1¼ Std.) und Oslo (390 nkr, 3¼ Std.).

Setesdalen

Die bewaldeten Hänge und seenreichen Bergtäler von Setesdalen bilden eine der traditionsreichsten und konservativsten Regionen Norwegens. Wenige Reisende verirren sich hierher, doch seit kurzem lockt die Gegend eine neue Generation von Outdoorfans an.

Evje

3300 EW.

Das am Fluss gelegene und von Wäldern und Hügeln umgebene Evje ist das südliche Tor zur Region Setesdalen. Unter Geologen ist es wegen der Vielfalt an Gesteinsarten bekannt; zu den Hauptattraktionen zählen ein Mineralienpark, eine Nickelgrube und die Chance, selbst interessante Funde zu machen. Der Ort ist auch eine erstklassige Basis für Wildwasserfahrten und andere Aktivitäten.

Sehenswertes

Evje Og Hornnes Museum MUSEUM

(www.setesdalsmuseet.no; Erw./Kind 35 nkr/frei; Juli–Anfang Aug. 11–17 Uhr, sonst nach Voranmeldung) Das kleine Museum, 2 km westlich der Stadt auf der anderen Flussseite in Fennefoss, zeigt mehr als hundert verschiedene Mineralien aus den umliegenden Bergen sowie Ausstellungen über den örtlichen Nickelabbau und das ländliche Leben in Setesdalen.

Mineralienpark Setesdal PARK

(www.mineralparken.no; Hornnes; Erw./Kind 140/90 nkr; Juli–Mitte Aug. 10–18 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Der gut geführte Park mit Mineralien aus der Region und der ganzen Welt ist ein Traum für Steinesammler und vieles wird zum Verkauf angeboten. Die prachtvolle Sammlung befindet sich 10 km südlich von Evje.

Aktivitäten

TrollActiv ABENTEUERSPORT

(37 93 11 77; www.troll-mountain.no; April–Okt. 9–20 Uhr) Das hiesige Zentrum für energiegeladene Abenteuer liegt etwa 6 km nördlich von Evje. Schwerpunkt sind Wildwasserfahrten (pro Pers. ab 470 nkr), angeboten werden aber auch zahlreiche andere Aktivitäten, wie zweitägige Kajaktrips (ab 1950 nkr), Mountainbiketouren (420 nkr) und nächtliche Biber- und Elchsafaris (Erw./Kind 350/300 nkr). Für Spannung und Nervenkitzel sorgen auch Riverboarding, Felsklettern, Kajakfahren, Paintball, Wasserski und Angelsafaris.

Schlafen & Essen

TrollActiv HOSTEL €

(37 93 11 77; www.troll-mountain.no; Evje Vandrerhjem; DZ ab 530 nkr, Zelte/Tipis pro Pers. 70/100 nkr, Hütten 400–630 nkr; P @) Das dynamische Aktivitätszentrum 6 km nördlich des Orts ist auch gleichzeitig das Hostel von Evje. Es ist außergewöhnlich gut geführt und das ideale Ziel für alle, die sich eine der angebotenen Aktivitäten vorgenommen haben. Das Unterkunftsangebot reicht vom eigenen Zelt über das Nächtigen in einem *lavvo* (Tipi) bis zum Komfort einer Hütte oder eines bequemen Zimmers.

Odden Camping CAMPINGPLATZ €

(37 93 06 03; www.oddencamping.setesdal.com; Stellplatz 280 nkr, 2- bis 8-Bett-Hütten 375–1375 nkr) Der große Campingplatz ist äußerst gut geführt und liegt nur 200 m südlich des Orts malerisch am Wasser. Im Sommer kann es dort aber sehr voll werden.

Revsnes Hotell HOTEL €€

(37 93 46 50; www.revsneshotell.no; Byglandsfjord; EZ/DZ ab 890/1100 nkr; P) Das preiswerte Revsnes liegt 12 km nördlich des Orts am Ufer des herrlichen Sees Byglandsfjorden. Die Zimmer sind groß und modern, die meisten mit wunderbar großen Fenstern und Blick aufs Wasser. Das Haus wird von einer Familie betrieben, die ihre Gäste sehr warm empfängt.

Pernille Cafeteria FAST FOOD €

(37 93 00 69; Hauptgerichte 99–149 nkr; Mo–Fr 8–18, Sa 8–16.30, So 10–18 Uhr) Der Laden befindet sich im oberen Stock direkt im Zentrum von Evje. Er ist bei Einheimischen sehr beliebt, obwohl die Küche nicht gerade originell ist: Neben ein paar norwegischen Gerichten werden Burger oder Eier und Speck serviert.

Praktische Informationen

Touristeninformation (37 93 14 00; www.setesdal.com; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Do 11–18, Fr bis 19, Sa bis 15.30, sonst Mo–Fr 10–12 Uhr) Das Informationszentrum befindet sich im selben alten Blockhaus wie der Busbahnhof. Dort gibt es auch Genehmigungen zur Mineraliensuche.

An- & Weiterreise

Die Busse von Nor-Way Bussekspress fahren sieben- bis achtmal täglich nach Kristiansand (160 nkr, 1 Std.). Autofahrer müssen für die Weiterfahrt von Evje nach Norden eine stetig steigende Maut bezahlen.

SETESDALSMUSEET

Für eine Pause auf der Fahrt durch das Setesdalen bieten sich an der Rv9 mehrere schöne **Volkskundemuseen** (www.setesdalsmuseet.no; Erw./Kind/Fam. 20 nkr/frei/40 nkr) an.

Setesdalsmuseet (www.setesdalsmuseet.no; 11–17 Uhr, Freiluftbereich Juni–Mitte Aug.) Bei der Anfahrt von Süden kommt zunächst in Rysstad das Hauptmuseum Setesdalsmuseet, ein schöner, renovierter Ausstellungsraum mit historischen Einrichtungsgegenständen und traditionellen Artefakten wie regionalen Trachten.

Rygnestadtunet (www.setesdalsmuseet.no; Juli–8. Aug. 11–17 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Auf diesem Gehöft 9 km nordwestlich von Valle gibt es einen ungewöhnlichen dreistöckigen Speicher aus dem Jahr 1590 und eine außerordentliche Sammlung bemalter Textilien aus dem 15. Jh. Es heißt, der Hofbesitzer und Söldner Evil Åsmund habe von seinen Feldzügen geplünderte Waffen und Kunstwerke mitgebracht, darunter ein Gemälde aus dem 14. Jh. des hl. Georg, der eine dankbare Maid aus den Klauen eines Drachens befreit, sowie eine ganze Bildserie zu den zehn Geboten. Die Angestellten sind manchmal in traditionelle Kostüme gekleidet.

Hovden

450 EW.

Über dem nördlichen Ende des Setesdalen wacht Hovden, ein Wintersportort und im Sommer auch ein kleines Wanderzentrum.

Aktivitäten

Sessellift SESSELLIFT

(Erw./Kind 90/60 nkr; Juli–Aug. 11–14 Uhr, Dez.–April 9.30–15.30 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Schöne Aussichten im Sommer bietet der Gipfel des Bergs **Nos** (1176 m), auf den dieser Sessellift hinauffährt. Von dort oben führen etliche Wanderwege, von ein- oder zweistündigen einfachen Wanderungen bis zu zweitägigen Märschen, querbeet durch das moorige Hochplateau. Die Touristeninformation hat genauere Infos.

Schlafen

Hovden Resort HISTORISCHES HOTEL €€

(Hovden Høyfjellshotell & Hovdestøylen; 37 93 88 00; hovdenresort.com; EZ/DZ ab 1100/1445 nkr, Apt. 985 nkr; P) Am obersten Ende des Ortes befindet sich mit diesem Berghotel die beste Unterkunft in Hovden. Die Zimmer sind geschmackvoll eingerichtet, außerdem gibt's viele Zusatzleistungen wie eine eigene Skipiste, ein Hallenbad, eine Sauna, ein Kinderspielzimmer voller Spielzeug und das beste Restaurant der Gegend.

Hovden Fjellstoge & Vandrerhjem HOSTEL €€

(37 93 95 43; www.vandrerhjem.no/hovden; B/EZ/DZ 250/750/980 nkr; P) Dieses fröhliche Hostel ist in einem traditionellen Holzbau mit Grasdach untergebracht und bietet für jeden Geschmack das Passende, von Zimmern mit kuscheligen Etagenbetten bis zu niedlichen Hütten. Auch gibt es hier praktisch einen ganzen Zoo aus ausgestopften einheimischen Tieren, darunter auch ein Wolf und ein Rentier. Die Anlage liegt etwa 3,5 km nördlich des Ortszentrums.

Hovden Høyfjellsenter HÜTTEN €€

(37 93 95 01; www.hovdenhoyfjellsenter.no; Hütten 950–1650 nkr; P) Komfortable Hütten ohne Schnickschnack und mit gut ausgestatteten Küchen.



Mittelnorwegen

HÖCHSTE ERHEBUNG: GALDHØPIGGEN 2469 M

Inhalt ➡

Lillehammer.....126
Røros.....133
Dovrefjell-Sunndalsfjella-Nationalpark 142
Rondane-Nationalpark.....144
Jotunheimen-Nationalpark..... 150
Hardangervidda.....154

Beste Naturerlebnisse

- Moschusochsensafari (S. 140)
- Finse (S. 156)
- Besseggen-Kamm (S. 153)
- Elchsafari (S. 141)
- Hardangervidda-Nationalpark (S. 154)
- Elgåhogna-Wanderung (S. 139)

Schön übernachten

- Finse 1222 (S. 156)
- Erzscheidergården (S. 137)
- Elvesæter Hotell (S. 153)
- Turatgrø Hotel (S. 154)
- Kongsvold Fjeldstue (S. 143)

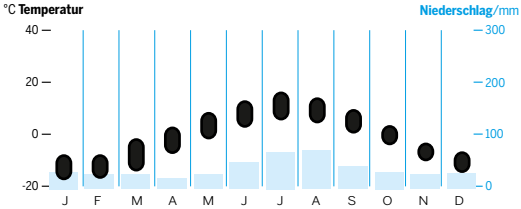
Auf nach Mittelnorwegen

Raue Tundra und dramatische Bergmassive, so weit das Auge reicht, zauberhafte Dörfer, Stabkirchen, eine faszinierende Tierwelt und zweifellos die schönsten Wander- und Raftingreviere des Landes – Mittelnorwegen hat viel zu bieten und braucht sich vor den Fjorden nicht zu verstecken.

Wanderwege führen über das Dach Norwegens in über einem Dutzend Nationalparks an Gletschern, Wasserfällen und schneebedeckten Gipfeln vorbei. Der Jotunheimen-Nationalpark gilt als eins der besten Wandergebiete Europas und mittendurch führt eine der schönsten Autostrecken Norwegens. Aber auch die Nationalparks Rondane, Dovrefjell-Sunndalsfjella und die schöne Hardangervidda sind umwerfend. In den Parks leben wilde Rentiere, Elche und Moschusochsen. Vor den Toren der Nationalparks warten zwei der hübschesten Dörfer des norwegischen Binnenlands, das jahrhundertealte Bergbauörtchen Røros, das mit seinen grasbedeckten Holzhäuschen zum Weltkulturerbe der Unesco zählt, und Lom mit einer schönen Stabkirche.

Reisezeit

Røros



Februar Den Markt Rørosmartnan besuchen und Skifahren in Trysil – eisige Temperaturen inklusive.

Mai & Juni Schönes Wetter, aber keine Menschenmassen wie im Hochsommer.

Juli & August Die Wanderwege sind passierbar; Raftingtouren und Tiersafaris werden angeboten.

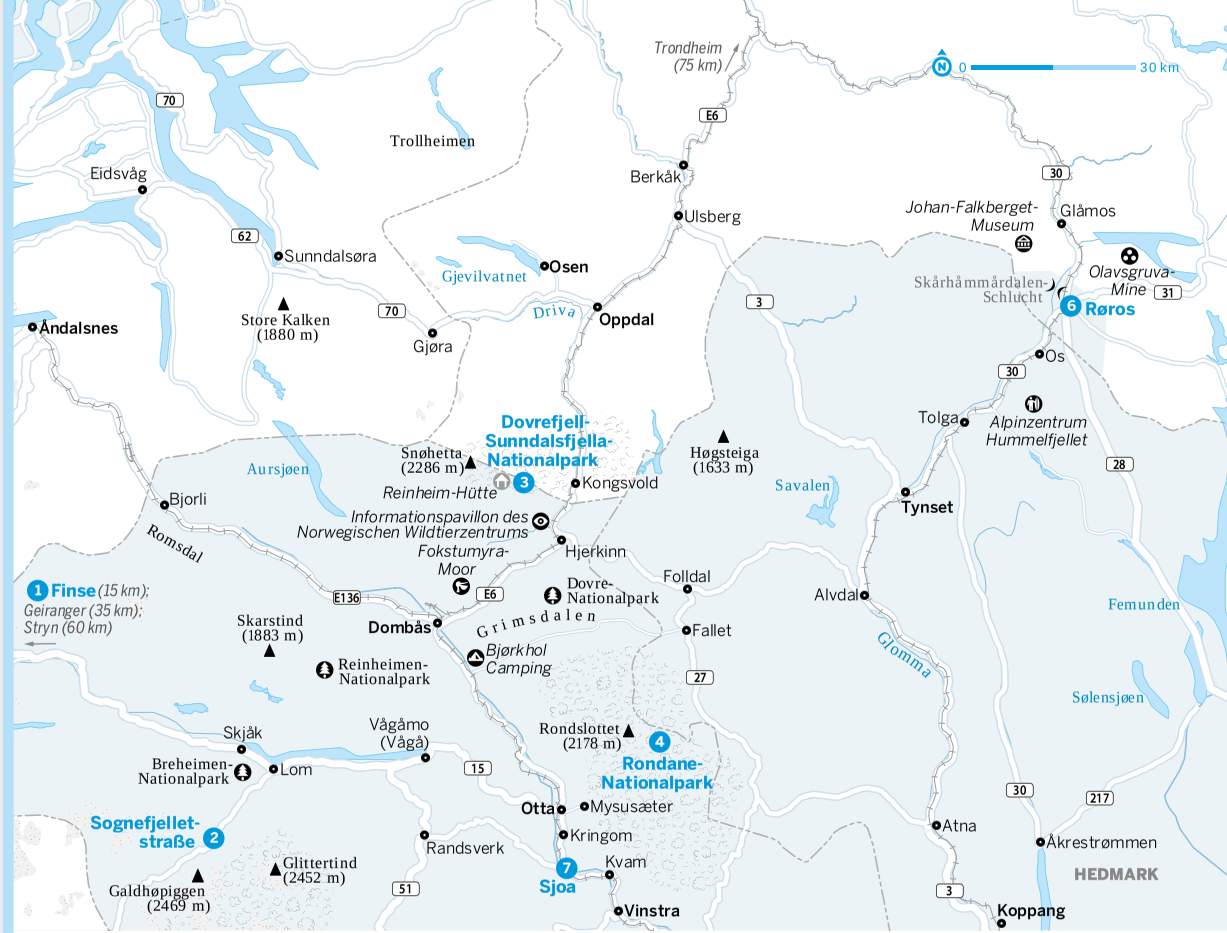
Highlights

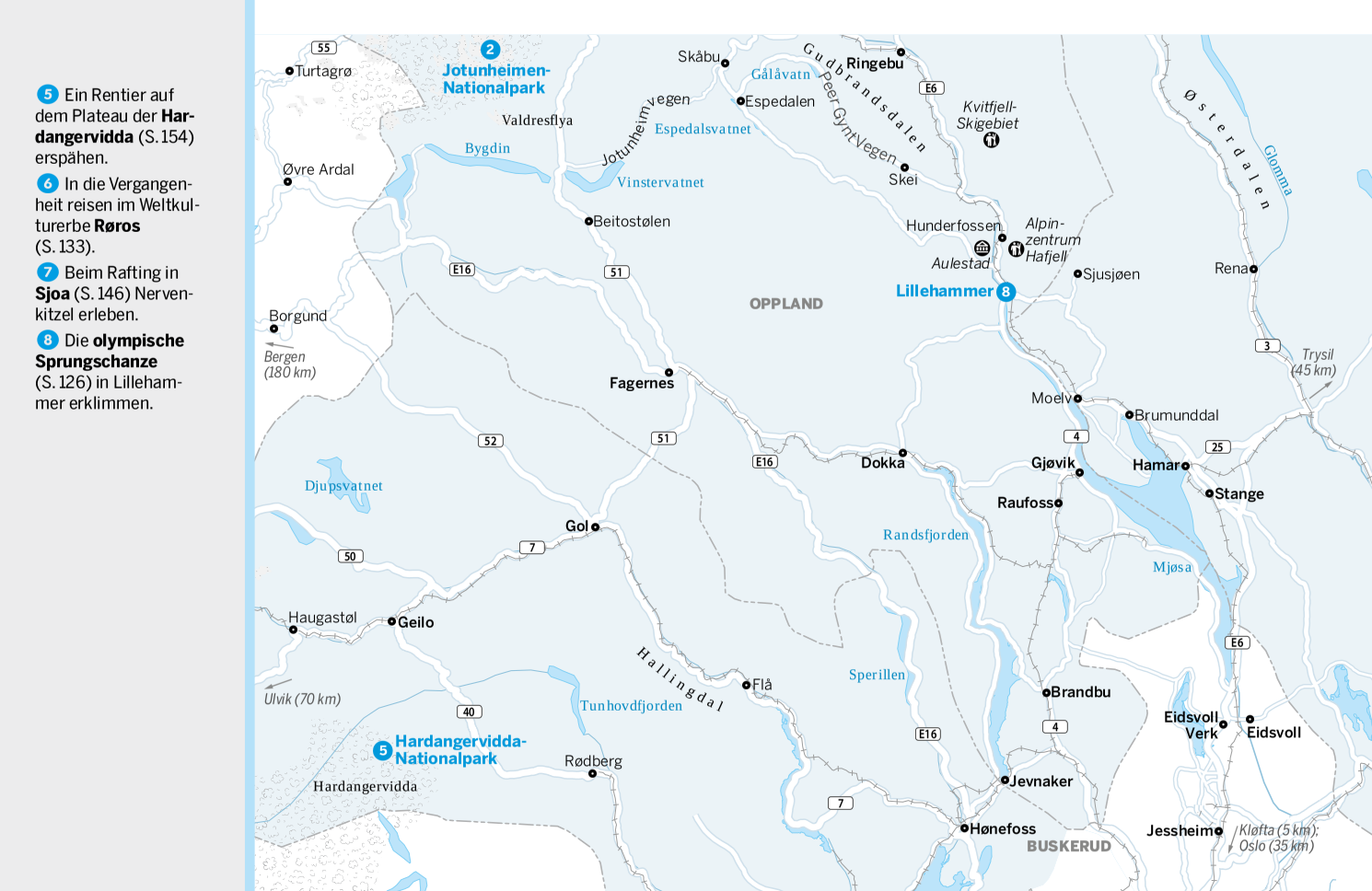
1 Mittelnorwegens absoluter Arktis-Traum: Von **Finse** (S. 156) aus bei einer geführten Tour vorsichtig über die gewaltige Eiskappe des Hardangerjøkulen schreiten.

2 Auf den höchsten Wanderwegen Norwegens den grandiosen **Jotunheimen-Nationalpark** (S. 150) erkunden oder über die **Sognefjelletstraße** (S. 150) fahren.

3 Im **Dovrefjell-Sunndalsfjella-Nationalpark** (S. 142) nach den urzeitlichen Moschusochsen Ausschau halten.

4 Den **Rondane-Nationalpark** (S. 144) erkunden, Norwegens ältesten Park, der zu den fünf schönsten des Landes zählt.





5 Ein Rentier auf dem Plateau der **Hardangervidda** (S. 154) erspähen.

6 In die Vergangenheit reisen im Weltkulturerbe **Røros** (S. 133).

7 Beim Rafting in **Sjoa** (S. 146) Nervenkitzel erleben.

8 Die **olympische Sprungschanze** (S. 126) in Lillehammer erklimmen.

ÖSTLICHES MITTELNORWEGEN

Lillehammer

27 051 EW.

Lillehammer ist schon lange ein beliebter Wintersportort Norwegens, doch durch die sehr erfolgreichen olympischen Winterspiele von 1994 wurde es weltbekannt und erhielt auch seine wichtigsten Attraktionen. Es liegt am Nordende des Sees Mjøsa, umgeben von Bauernhöfen, Wäldern und kleinen Dörfern. Im Winter wird es natürlich zu einem Skizentrum *par excellence*, doch es hat das ganze Jahr über etwas zu bieten und verströmt immer eine entspannte Atmosphäre.

Sehenswertes & Aktivitäten

Olympische Stätten

Nachdem Lillehammer zum Austragungsort für die Olympischen Winterspiele 1994 ernannt worden war, investierte die norwegische Regierung über 2 Mrd. nkr in den Ausbau seiner Infrastruktur. Anders als in anderen Olympiastädten werden die meisten Einrichtungen noch heute genutzt. Im weitläufigen Gelände des **Olympiaparks** (Olympiaparken; 61 05 42 00; www.olympiaparken.no; Mitte Juni–Mitte Aug. 9–18 Uhr, Okt.–Mai kürzere Zeiten) können Besucher die bedeutendsten olympischen Stätten besichtigen.

★ Sprungschanze Lygårdsbakkene SPRUNGSCHANZE

(Anfang Juli–Mitte Aug. 9–19 Uhr, Ende Mai–Anfang Juli & Mitte Aug.–Ende Sept. bis 16 Uhr) Die große Sprungschanze (K120) ist 136 m hoch und der Hang im Landebereich hat eine Neigung von 37,5 °. Die Springer erreichen hier eine Geschwindigkeit von 86 km/h, der längste Sprung während der Olympiade war 104 m. Während der Spiele säumten Tribünen für 50 000 Zuschauer die Anlage und dies war auch der Ort, an dem die Eröffnungszeremonie stattfand. Der Turm für die **olympische Flamme** befindet sich am Fuß der Schanze. Daneben gibt es eine kleinere Sprungschanze (K 90), auf der oft Sportler beim Training zu beobachten sind.

Die Fahrt mit dem **Sessellift der Sprunganlage** (Erw./Kind einfach 35/30 nkr, hin & zurück 55/50 nkr; Anfang Juli–Mitte Aug. 9–19 Uhr, Ende Mai–Anfang Juli & Mitte Aug.–Ende Sept. bis 16 Uhr) bietet einen weiten Blick über die Stadt. Wer sich von den 952 Stufen nicht abschrecken lässt, kann auch kostenlos zu Fuß hinaufsteigen. Im Liftpreis enthalten ist auch der Eintritt zum Skisprungturm Lygårdsbakkene. Oben auf der Rampe kann sich dann jeder den Nervenkitzel vor dem Sprung ausmalen.

Wer mit dem Auto auf den Berg gelangen will, nimmt die Straße vorbei am Olympiamuseum und nordwärts aus der Stadt hinaus. Nach 2,8 km kommt dann der Abzweig mit dem Schild „Lygårdsbakkene“.

Norwegisches Olympiamuseum MUSEUM

(www.ol.museum.no; Olympiaparken; Erw./Kind 110/55 nkr; Juni–Aug. 10–17 Uhr, Sept.–Mai 11–16 Uhr) Das exzellente Olympiamuseum befindet sich in der Håkons-Halle (Eishockeystadion). Im Erdgeschoss gibt es eine gut gemachte Ausstellung über die Olympischen Spiele der Griechen und der Neuzeit. Der Schwerpunkt liegt auf den Spielen von Lillehammer und den Leistungen der norwegischen Sportler.

Von der oberen Etage eröffnet sich ein Blick hinunter auf die Eishockeyarena, die von Gängen mit Ausstellungen und Videovorführungen über die Spiele von Lillehammer umgeben ist.

Mehr Sehenswertes

Volkskundemuseum Maihaugen MUSEUM

(www.maihaugen.no; Maihaugveien 1; Erw./Kind/Familie Juni–Aug. 150/75/375 nkr, Sept.–Mai 110/55/275 nkr; Juni–Aug. 10–17, Sept.–Mai Di–So 11–16 Uhr) Das weitläufige Freilichtmuseum Maihaugen ist eines der besten Volkskundemuseen Norwegens. Hier sind rund 180 historische Bauwerke zusammengetragen und zu einem kleinen Dorf gruppiert worden. Glanzstücke sind die Stabkirche von Garmo, traditionelle Wohnhäuser und Werkstätten aus dem Gudbrandsdalen, ein Postmuseum und 27 Gebäude des Gehöfts Bjørnstad. Die drei Hauptbereiche umfassen Stadt- und Landgebäude sowie Häuser des 20. Jhs.

Kunstmuseum Lillehammer MUSEUM

(Lillehammer Kunstmuseum; 61 05 44 60; www.lillehammerartmuseum.com; Stortorget 2; Erw./Kind 100 nkr/frei; Mitte Juni–Aug. tgl. 11–17, sonst Di–So 11–16 Uhr) Das Kunstmuseum ist ein architektonischer Hingucker und zeigt norwegische Kunst vom frühen 19. Jh. bis zur Gegenwart. Glanzpunkte der Dauerausstellung sind Werke der berühmtesten Künstler Norwegens (darunter Edvard Munch) und einiger lokale Maler.

Norwegisches Automobilmusem MUSEUM
(Norsk Kjøretøyhistorisk Museum; ☎ 61 25 61 65; Lilletorget 1; Erw./Kind 50/30 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug. tgl. 10–18, sonst Mo–Fr 11–15, Sa & So 11–16 Uhr) Das Automobilmusem liegt etwas verborgen hinter dem Fluss im Zentrum von Lillehammer. Autoverrückte kommen hier voll auf ihre Kosten. Hier finden sie alles: große Schlitten, Oldtimer und Motorräder.

Feste & Events

Lillehammer Jazz Festival MUSIK
(☎ 81 53 31 33; www.dolajazz.no) Das viertägige Lillehammer Jazz Festival findet im Oktober statt; der Kartenverkauf beginnt am 1. Juli.

Schlafen

★ Lillehammer Vandrerhjem HOSTEL €
(☎ 61 26 00 24; www.stasjonen.no; 1. Stock, Bahnhof; B/EZ/DZ/FZ ab 340/745/890/1200 nkr; Ⓟ 🛜) Auch wer nie in einer Jugendherberge übernachtet, sollte diesem Hostel eine Chance geben. Das Haus liegt oberhalb des Bahnhofs und hat schlichte Zimmer mit Bad, Bettwäsche und gratis WLAN. Es gibt eine blitzsaubere Gemeinschaftsküche, aber im Erdgeschoss schmeckt der Kaffee schrecklich (Hot-Dog-Suppe gefällig?!) Parken ist kostenlos.

Øvergaard B&B €
(☎ 61 25 99 99; www.oevergaard.net; Jernbanegata 24; EZ/DZ mit Gemeinschaftsbad 395/690 nkr; Ⓟ 🛜) Das gepflegte, gastfreundliche B&B direkt oberhalb des Zentrums bietet einfache Zimmer mit familiärer Atmosphäre in ruhiger Umgebung. Preiswerter kann man in Norwegen kaum übernachten und das Frühstück kostet nur 65 nkr. Das Zentrum und die olympischen Stätten sind etwa gleich schnell zu Fuß erreichbar.

Gjeste Bu PENSION €
(☎ 61 25 43 21; www.gjestebu.no; Gamleveien 110; EZ 310–900 nkr, DZ 450–1200 nkr, Apt. 640–1730 nkr; 🛜) Das freundliche Haus ist eine Mischung aus Hostel und Pension mit einem Hauch Berghütte. Es gibt unterschiedlichste Unterkünfte, Gemeinschaftsküchen und Apartments, die ideal für einen längeren Aufenthalt sind. Frühstück kostet extra, Bettwäsche auch (60 nkr). Wer das Preissystem durchschaut, schreibt uns bitte!

Lillehammer Camping CAMPINGPLATZ €
(☎ 61 25 33 33; www.lillehammer-camping.no; Dampsagveien 47; Zelt & 2 Pers. 155 nkr, Wohnwagenstellplatz ab 260 nkr, Hütten ab 475–1030 nkr; ganzjährig; 🛜) Ein typischer Stadtcampingplatz am Seeufer mit Küche und Waschsalon, Wassersportausrüstung, Kinderspielplätzen, einem Wikingercamp und Kabel-TV.

Clarion Collection Hotel Hammer HOTEL €€
(☎ 61 26 73 73; www.clarionhotel.com; Stortorget 108b; EZ/DZ mit Frühstück & Abendessen ab 1220/1320 nkr; 🛜) Das Hotel in einem architektonisch ansprechenden senfgelben Gebäude gilt als beste Adresse der Stadt. Der Service ist schnell und effizient und das Büffett zum Abendessen ist im Preis enthalten, wovon vor allem Paare profitieren. Für Alleinreisende gibt es Alternativen mit besserem Preis-Leistungs-Verhältnis.

Mølla Hotell HOTEL €€
(☎ 61 05 70 80; www.mollahotell.no; Elvegata 12; EZ/DZ ab 990/1290 nkr; Ⓟ 🛜) Die grauenhafte, gelbe Fassade lässt kaum vermuten, dass das Hotel einst eine alte Mühle war. Es hat renovierte, gut eingerichtete, aber etwas altmodische Zimmer mit Flachbildfernsehern und komfortablen Betten. Die öffentlichen Räumlichkeiten sind mit Mühlenaccessoires dekoriert und die schick eingerichtete Dachbar bietet einen schönen Ausblick.

Essen

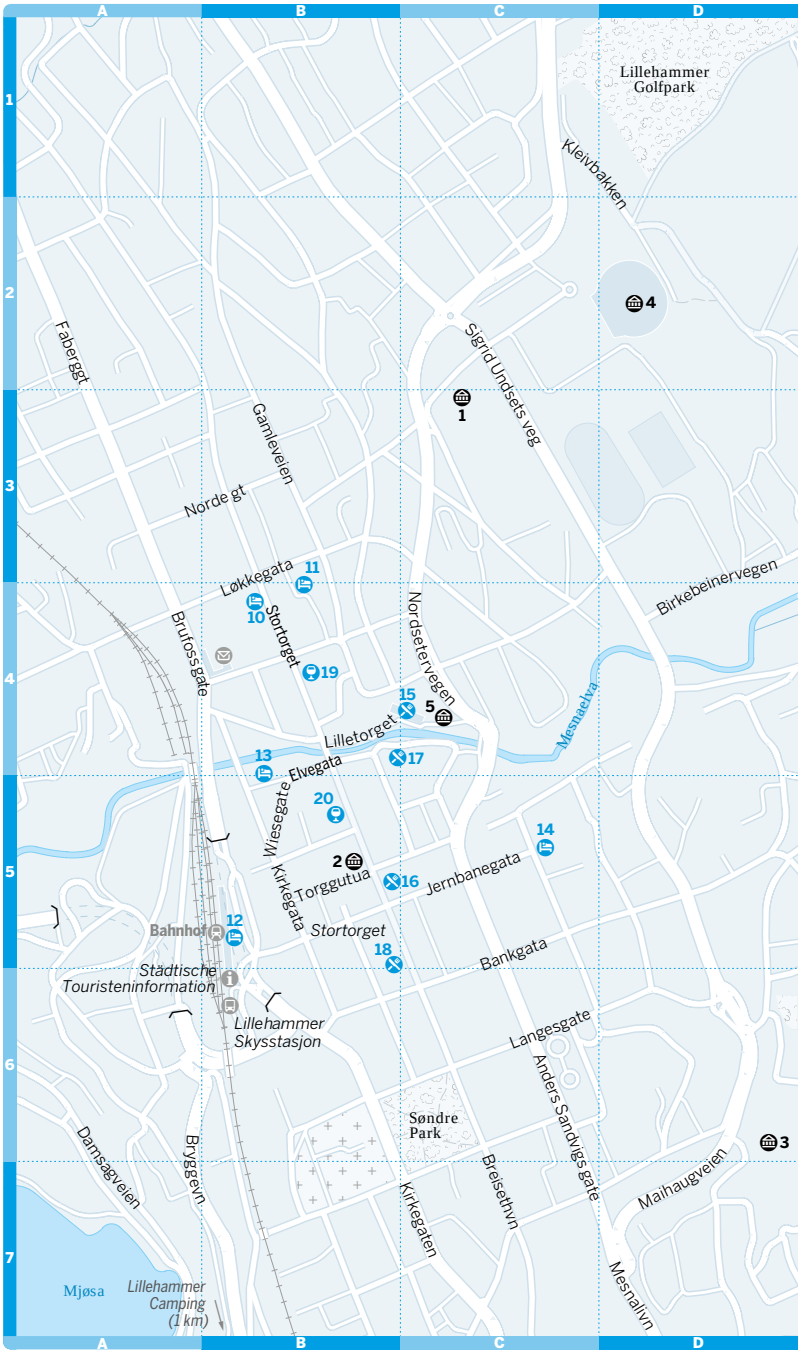
Øverlie Café INTERNATIONAL €
(☎ 61 25 03 61; Stortorget 50; Hauptgerichte 90–160 nkr; 11–23 Uhr) Sättigendes, preisgünstiges Essen (hauptsächlich türkische Gerichte) steht in dem netten Café auf der Karte. Pizza, Salat, Eiscreme und guten Kaffee gibt's auch.

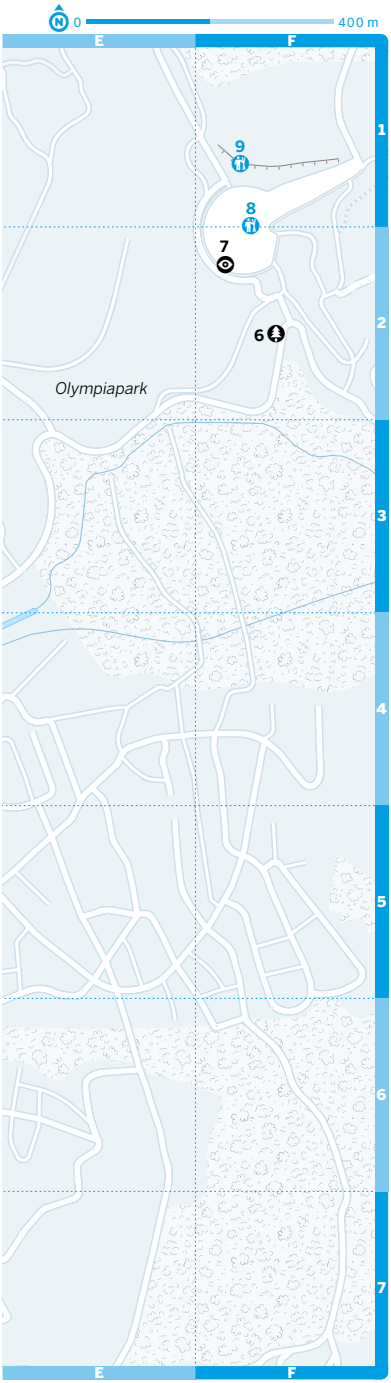
Café Opus CAFÉ €
(Stortorget 63; Baguettes ab 59 nkr; Mo–Fr 9–18, Sa 9–16, So 11–16 Uhr) Das Café Opus ist berühmt für Baguettes, Brötchen und Kuchen (und die Straßentische im Sommer). Hier stimmt einfach alles: leckeres Essen, freundliche Bedienung und eine schick-lässige Einrichtung.

Blåmann INTERNATIONAL €€
(☎ 61 26 22 03; www.blaamann.com; Lilletorget 1; Mittagsgerichte & leichte Mahlzeiten 109–189 nkr, Abendgerichte 169–259 nkr; Mo–Sa 12–23, So bis 21 Uhr) Ein schickes, empfehlenswertes Lokal mit trendigen Speisen, vom Känguru-Filet über mexikanische Gerichte bis zu Wal- und Rentierfleisch. Die Einrichtung ist edel, die Atmosphäre trotzdem zwanglos.

Nikkers INTERNATIONAL €€
(www.nikkers.no; Elvegata; Hauptgerichte 150–200 nkr; 11–23 Uhr) Direkt am sprudelnden Bach von Lillehammer liegt dieser dunkle, warme und gemütliche Pub; ein Elch steckt

Lillehammer





Lillehammer

Sehenswertes
- 1 Bjerkebæk C3
- 2 Kunstmuseum Lillehammer B5
- 3 Volkskundemuseum Maihaugen D6
- 4 Norwegisches Olympiamuseum D2
- 5 Norwegisches Automobilmuseum C4
- 6 Olympiapark F2
- 7 Olympische Flamme F2

Aktivitäten, Kurse & Touren
- 8 Skisprungschanze Lygårdsbakkene ... F1
- 9 Sessellift der Sprunganlage Lygårdsbakkene F1

Schlafen
- 10 Clarion Collection Hotel Hammer B4
- 11 Gjeste Bu B4
- 12 Lillehammer Vandrerhjem B5
- 13 Mølla Hotell B4
- 14 Øvergaard C5

Essen
- 15 Blåmann C4
- 16 Café Opus B5
- 17 Nikkers B4
- 18 Øverlie Café B5

Ausgehen & Nachtleben
- 19 Haakons Pub B4
- 20 One-Hand Clapping B5

hier seinen Kopf durch die Wand (sein Hinterteil ist draußen zu bewundern). Er zieht scharenweise Einheimische an, und wer Appetit auf Salat, Kaffee, einen Burger oder gar Rentiereintopf hat, ist hier genau richtig.

Ausgehen & Unterhaltung

Die Bars sind das A und O eines Aufenthalts in Lillehammer, besonders in der Skisaison. Bei Nikkers und Blåmann kann man auch nur etwas trinken.

One-Hand Clapping CAFÉ
(Storgata 80; Mo–Mi & Fr 9.10–17, Do bis 18, Sa bis 3.30 Uhr) In dem coolen Café gibt es hervorragende Kaffeesorten aus aller Welt sowie Croissants und unwiderstehlichen Schokoladenkuchen – ideal zum Abhängen mit einem guten Buch. Eine große Teeauswahl wird ebenfalls geboten.

Haakons Pub PUB
(Storgata 93; Mo–Do 13–3, Fr & Sa 12–3 Uhr) Am Tag hängen hier die Stammgäste am Tresen. Nach Sonnenuntergang wird es deutlich belebter und manchmal richtig voll – in der Skisaison kann es auch etwas rauer zugehen.

Praktische Informationen

Touristeninformation (www.lillehammer.com; Lillehammer Skysstasjon; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 8–18, Sa & So 10–16 Uhr, sonst Mo–Fr 8–16, Sa 10–14 Uhr) Im Bahnhof.

An- & Weiterreise

Lillehammer Skysstasjon (✆177) ist der Verkehrsknotenpunkt für Busse, Züge und Taxis.

BUS

Lavprisekspressen fährt von/nach Oslo (440 nkr, 3 Std., 3- bis 4-mal tgl.) über Osloer Flughafen Gardermoen (319 nkr, 2¼ Std.). Nor-Way Bussekspress fährt nach Bergen (615 nkr, 9 Std., 2-mal tgl.).

ZUG

Züge fahren von/nach Oslo (383 nkr, 2¼ Std., 11- bis 17-mal tgl.) und Trondheim (ab 705 nkr, 4¼–7 Std., 4- bis 6-mal tgl.).

Rund um Lillehammer

Hunderfossen

15 km nördlich von Lillehammer an der E6 wartet Hunderfossen mit einigen Sehenswürdigkeiten auf, die den Weg hierher lohnen.

Sehenswertes & Aktivitäten

Hunderfossen war Schauplatz einiger Veranstaltungen der Winterolympiade von 1994 und wie in Lillehammer tragen einige der Stätten auch heutzutage noch zum allgemeinen Vergnügen bei.

Olympische Bobbahn ABENTEUERSPORT (✆61 05 42 00; www.olympiaparken.no; Erw./Kind 240/170 nkr; ⏲ Juli–Anfang Aug. tgl. 10.30–16, Mai–Juni & Mitte Aug.–Mitte Sept. auch am Wochenende, sonst Mi 15–20, Sa & So 11–16 Uhr) In Hunderfossen kann man die olympische Bobbahn mit einem **Räderbob** und einem professionellen Bobpiloten runterrasen. Die Räderbobs haben Platz für fünf Mitfahrer und erreichen eine Geschwindigkeit von 100 km/h. Die sogenannten **Taxibobs** bieten Platz für vier Passagiere und werden atemberaubende 130 km/h schnell. Da hat keiner viel Zeit, nervös zu werden, denn in nur 70 Sekunden ist die Fahrt schon vorbei. Für den Winter ist es ratsam, Plätze zu reservieren.

Norwegisches Straßenbaumuseum MUSEUM (Norsk Vegmuseum; ✆61 28 52 50; www.vegmuseum.no; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. 10–17, sonst Di–So 10–15 Uhr) GRATIS Dieses Museum erzählt die Geschichte des norwegischen Straßenbaus, der auf dem schwierigen Terrain eine Herausforderung darstellte. Etwas weiter oben im gleichen Komplex befindet sich das **Fjellsprengnings-museet** (Felssprengmuseum), ein 240 m langer Tunnel, der einen Eindruck davon vermittelt, wie schwierig es sein muss, einen Tunnel durch die norwegischen Berge zu bauen. Der Rundgang mit Modellen und Videokommentar dauert etwa 30 Minuten.

Hunderfossen Familiepark FREIZEITPARK (✆61 27 55 30; www.hunderfossen.no; Erw./Kind 375/320 nkr; ⏲ Ende Juni–Mitte Aug. 10–18 Uhr, Anfang Juni & Mitte Aug.–Anfang Sept. variable Öffnungszeiten, Mitte Sept.–Mitte Mai geschl. Der Hunderfossen Familiepark ist einer der besten Freizeitparks für Kinder in Norwegen mit Wasserfahrten, 3-D-Filmen, Märchenschlössern und Trollen. Seine jüngste Attraktion ist eine große Achterbahn. Kinder unter 90 cm dürfen gratis in den Park.

An- & Weiterreise

Im Sommer fahren ab der Lillehammer Skysstasjon regelmäßig Busse. Im Winter sind die Verbindungen seltener. Wer die Bobfahrt erleben will, muss ein ganz schönes Stück den Berg hinaufsteigen.

Olympische Skipisten

Lillehammer hat zwei olympische Skistätten: **Hafjell Alpine Centre** (✆61 27 47 00; www.hafjell.no), 15 km nördlich der Stadt, wurde damals für die Abfahrtsläufe genutzt und **Kvitfjell** (✆61 28 36 30; www.kvitfjell.no), 50 km nördlich der Stadt, für den Skilanglauf. Beide sind zwischen Ende November und Ende April für alle Skifahrer geöffnet und haben Busverbindungen mit der Lillehammer Skysstasjon.

Hamar

26 000 EW.

Die Kleinstadt würde nie einen Schönheitswettbewerb gewinnen, doch sie hat überraschend viele Attraktionen zu bieten und lohnt deswegen einen Abstecher auf dem Weg von Oslo Richtung Norden. Das Vorzeigeobjekt ist die **Wikingerschiff-Olympiahalle** (Vikingskipet; ✆62 51 75 00; www.hoa.no; Åkersvikaveien 1; Eintritt nkr 40; ⏲ Mo–Fr 8–20, 1.–17. Aug. Sa & So bis 17 Uhr, sonst Mo–Fr bis 15 Uhr) die für die Olympischen Winterspiele in Lillehammer

1994 gebaut wurde, bei der auch Hamar Austragungsort einiger Wettbewerbe war. Aber es gibt hier auch ein paar gute Museen.

Sehenswertes

Hedmarkmuseum & Glaskathedrale

MUSEUM

(Hedmarkmuseet; ☎62 54 27 00; www.domkirkeodden.no; Strandveien 100; Erw./Kind 100/50 nkr; ⏲Mitte Juni–Mitte Aug. tgl. 10–17 Uhr, Mitte Mai–Mitte Juni & Ende Aug. Di–So 10–16 Uhr) Das weitläufige Freilichtmuseum westlich der Stadt (1,5 km) zeigt Häuser aus dem 18. und 19. Jh., eine Ausstellung zu heimischen Legenden (inklusive dem gruseligen Teufelsfinger: ein in Zinn gegossener Finger unbekannter Herkunft, der nach seiner Entfernung aus der Kirche etliche Todesfälle verursacht haben soll), die Burgruine und die fantastische „Glaskathedrale" (Domkirkeodden). Kathedrale und Burg dominierten Hamar, bis sie 1567 von den Schweden gebrandschatzt wurden.

Das für Besucher frei zugängliche Gelände ist stets geöffnet und man kann die Ruinen der Kathedrale auch betrachten durch die gewächshausartige Anlage, die sie umgibt. Wenn man aber hineingehen oder eines der anderen Ausstellungsgebäude betreten möchte, muss man Eintritt zahlen.

Am besten erreicht man das Museum von der Stadt aus auf einem schönen Spaziergang oder mit dem Rad am Seeufer entlang.

Norwegisches Eisenbahnmuseum

MUSEUM

(Norsk Jernbanemuseum; ☎62 51 31 60; www.norsk-jernbanemuseum.no; Strandveien 163; Erw./Kind 90/55 nkr; ⏲ Juli–Mitte Aug. 10–17 Uhr, sonst Di–Sa 11–17, So 11–16 Uhr) Das 1896 gegründete Freilichtmuseum liegt am Ufer des Sees Mjøsa, etwa 3 km westlich der Stadt. Es zeigt hübsche, historische Bahnhöfe, Lokschuppen, Waggons sowie Dampflokomotiven und informiert über die Schwierigkeiten des Trassenbaus durch die zerklüftete Landschaft Norwegens.

Feste & Events

Hamar Bierfestival

BIER

(Hamar ØlFestival; ⏲Anfang Juni) Bier und Musik.

Mittelalterfest

FOLKLORE

(www.middelalderfesti val.no; ⏲2. Juniwochenende) Gregorianische Gesänge und Einwohner in historischen Kostümen in der Glaskathedrale.

Hamar Musikfestival

MUSIK

(www.musicfest.no; ⏲Ende Juni) Norwegische und internationale Bands.

Schlafen & Essen

Scandic Hamar

HOTEL €€

(☎21 61 40 00; www.scandichotels.com; Vangsveien 121; EZ/DZ ab 789/1020 nkr; P📶) Mit seinem klaren skandinavischen Design, einem Fitnessraum und einem recht preisgünstigen Restaurant (Hauptgerichte ca. 150 nkr) ist das Scandic Hamar – trotz des fünfminütigen Fußwegs ins Zentrum – wahrscheinlich die beste Adresse der Stadt.

Quality Inn Astoria

BUSINESSHOTEL €€

(☎62 70 70 00; www.choicehotels.no; Torggata 23; EZ/DZ ab 745/1045 nkr; 📶) Mit Blick über den Hauptplatz der Stadt ist dies die naheliegendste Übernachtungsmöglichkeit. Den Zimmern mangelt es an Eleganz, aber sie sind groß genug, sehr komfortabel und der Preis ist für norwegische Verhältnisse angemessen.

Vikingskipet Motell og Vandrerhjem

HOTEL, HOSTEL €€

(☎62 52 60 60; www.vikingskipet.no; Åkersvikavegen 24; B/EZ/DZ 410/745/880 nkr, 2-/4-Bett-Apt. 1290/1560 nkr; P📶🍴) Eine hervorragende Wahl, wenn auch etwas außerhalb gelegen. Es gibt mehrere Unterkunftsmöglichkeiten. Das Hostel hat annehmbare Schlafsäle und

DER ÄLTESTE RADDAMPFER DER WELT

Eine Fahrt auf der **Skibladner** (☎61 14 40 80; www.skibladner.no; Hamar-Lillehammer hin & zurück 220/320 nkr, unter 12 Jahren gratis), dem ältesten Raddampfer der Welt, ist die entspannteste Art, den Mjøsa-See kennenzulernen. 1856 in Schweden gebaut, wurde das Schiff 1888 überholt und auf 50 m verlängert. Von Ende Juni bis Mitte August pendelt die *Skibladner* auf dem Mjøsa-See zwischen Hamar, Gjøvik und Lillehammer. Die meisten Reisenden entscheiden sich für die Route Hamar–Lillehammer (3½ Std.) am Dienstag, Donnerstag oder Samstag. Das Boot fährt um 11.15 Uhr in Hamar ab, kommt um 15 Uhr in Lillehammer an und dreht sofort wieder um. Wenn man wie die meisten Leute nur eine Strecke bucht, kann man problemlos den Zug zurück zum Ausgangspunkt nehmen. An Bord des Schiffs gibt es auch ein Restaurant (Mittagsmenu 335 nkr).

die einfachen Doppelzimmer bieten Hüttenflair. Zudem gibt es sehr empfehlenswerte separate Apartments.

Kai & Mattis Café INTERNATIONAL €€
(☎62 53 01 45; Torgatta 53; Hauptgerichte 150 nkr; ⏲11–18 Uhr) Wer sich je gefragt hat, wie ein Art-deco-Boudoir aussieht (sagen Sie nicht, das hätte Sie nicht schon immer interessiert), kann sich an diesem Ort mit burgunderroten Wänden und überkandidelter Dekoration Gewissheit verschaffen. Boudoir oder nicht, das Essen ist gut, ebenso wie die Sandwichs und Burger. Auf der Speisekarte stehen leckere Gerichte wie etwa Curryhuhnpastete.

Praktische Informationen

Touristeninformation (☎40 03 60 36; www.hamarregionen.no; Grønnegata 52; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 9–17, Sa & So 10–17, sonst Mo–Fr 9–16 Uhr) Das Büro am Hauptplatz im Zentrum vermietet für 100 nkr pro Tag Fahrräder. Außerdem bekommt man hier Karten mit Radwegen, die durch die schöne Agrarlandschaft führen.

An- & Weiterreise

BUS

Lavprisekspressen fährt ein- oder zweimal pro Tag nach Oslo (ab 319 nkr) und Trondheim (ab 499 nkr).

ZUG

Züge fahren nach Oslo (268 nkr, 1¼ Std., 1- oder 2-mal stündl.), Røros (543 nkr, 3¼ Std., bis zu 4-mal tgl.) und Trondheim (780 nkr, 5 Std., 4- oder 5-mal tgl.) über Lillehammer (133 nkr, 45 Min.).

DER PEER GYNT VEGEN

Unter all den großartigen Bergstraßen in Mittelnorwegen sticht eine besonders hervor, da sie grandiose Ausblicke mit schöner Literatur verbindet: der **Peer Gynt Vegen** (www.peergyntvegen.no; Maut 70 nkr; ⏲ Juni–Sept.). Die 60 km lange Straße von Skei bis Espedalen folgt den Spuren der glücklosen Romangestalt Henrik Ibsens und bietet dabei herrliche Ausblicke auf die Jotunheimen- und Rondane-Berge. Sie führt am Aussichtspunkt Listulhøgda bis auf 1053 m Höhe und passiert das Gehöft Solbrå Seter, wo 1863 der Gudbrandsdal-Käse erfunden wurde. In der Freilichtbühne am See Gålåvatn wird jedes Jahr Anfang August Edvard Griegs Oper *Peer Gynt* aufgeführt. Nach Skei geht es von Lillehammer auf der E6 nach Norden und bei Tretten auf die Rv254. Bei Sving voll biegt dann der Peer Gynt Vegen nach Nordwesten ab.

Elverum

14 000 EW.

Auch wenn der Name ein wenig an Märchenzauber erinnert, Elverum ist eine gesichtslose Stadt inmitten der riesigen Wälder der südlichen Hedmark. Die interessanteste Attraktion ist das hervorragende Forstmuseum.

Sehenswertes

Norwegisches Forstmuseum MUSEUM
(Norsk Skog Museum; ☎62 40 90 00; www.skogmus.no; Rv20; Erw./Kind 110/50 nkr, mit Glomdal Museum 150/80 nkr; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. 10–17, sonst 10–16 Uhr) Das Museum, 1 km südlich des Zentrums, informiert über den vielfältigen Nutzen der norwegischen Wälder für Wirtschaft und Freizeit. Es bietet ein Naturzentrum, Workshops für Kinder, geologische und meteorologische Ausstellungen, Holzschnitzereien, ein Aquarium, Dioramen mit zahlreichen ausgestopften Tieren des Nordens (darunter sogar ein Mammut), einen schönen kleinen botanischen Garten und eine 20 000 Bände umfassende Bibliothek.

Wer dieses Museum und das Glomdal Museum besucht, sollte das um 10 nkr billigere Kombiticket kaufen.

Glomdal Museum MUSEUM
(☎62 41 91 00; www.glomdal.museum.no; Erw./Kind 100/50 nkr, mit Norsk Skog Museum 130/80 nkr; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. 10–17, sonst 10–16 Uhr) Dieses 2 km westlich des Zentrums gelegene Museum besteht aus 90 historischen Häusern aus dem Glommatal und zählt zu den besseren unter den zahlreichen Volkskundemuseen in Norwegen.

Schlafen & Essen

Elverum Camping CAMPINGPLATZ €
(☎62 41 67 16; www.elverumcamping.no; Halvdans Gransvei 6; Zeltplätze 200 nkr, Hütten ohne Wasser 400 nkr, 2-/4-Bett-Hütten 500/700 nkr) Ein netter Campingplatz im Grünen gleich südlich des Norsk Skog Museums.

Solvårs Bed'n Breakfast B&B €
(☎99 61 20 26; www.elverumbb.com; Barbara Ringsvei 14; EZ/DZ ab 350/700 nkr; 📶) Das einfache, aber freundliche Solvårs Bed'n Break-

fast liegt 2 km südlich des Norsk Skog Museum, zu erreichen über die kleine, mit „Bed'n Breakfast" ausgeschilderte Abzweigung nach links, 1 km nach dem Museum. Es hat einen weitaus persönlicheren Touch als die meisten Hotels und auf Anfrage gibt es auch hervorragende Mahlzeiten.

Forstmann NORWEGISCH €€
(62 41 69 10; Hauptgerichte ab 185–265 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Do 10–17, Fr & Sa 10–21, So 10–18 Uhr) Das Restaurant des Norsk Skog Museums serviert gute, traditionell norwegische Fisch- und Wildgerichte und der Ausblick reicht über den reißenden Fluss.

Praktische Informationen

Touristeninformation (40 02 88 80; www.visitelverum.com; Ende Juni–Mitte Aug. 10–17 Uhr, sonst Mo–Fr 10–16 Uhr) Im Norwegischen Forstmuseum.

An- & Weiterreise

Der „Trysil Ekspressen" von Nor-Way Bussekspress verkehrt siebenmal täglich über Elverum zwischen Oslo (190 nkr, 2½ Std.) und Trysil (101 nkr, 1¼ Std.).

Trysil

6763 EW.

Der kleine Ort Trysil mitten in den bewaldeten Bergen nahe der schwedischen Grenze hat die meisten Skipisten in ganz Norwegen. Außerdem bietet er ganzjährig Naturaktivitäten. Ein Besuch lohnt sich auf jeden Fall.

Auch wenn Trysil eher fürs **Skifahren** bekannt ist, hat es auch das restliche Jahr eine Menge zu bieten: von Kanutouren über Canyoning und Reiten bis zu etwas gemächlicheren Aktivitäten wie Angeln. All das organisiert die **Touristeninformation** (62 45 10 00; www.trysil.com; Storveien 3; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 9–20, Sa & So 9–18, sonst kürzere Öffnungszeiten) auf Wunsch für Besucher.

Zu den schönsten Sommerattraktionen zählt hier Radfahren. In der Umgebung gibt es mindestens sechs Strecken von 6 km bis 38 km Länge. Karten bietet die Touristeninformation. Räder vermieten die meisten Hotels und Campingplätze für 200 nkr pro Tag.

Schlafen

Trysil Hyttegrend HÜTTEN €€
(90 13 27 61; www.trysilhytte.com; Ørånset; 4-Betthütte mit/ohne Bad 810/450 nkr; P) Die tolle Anlage am Ufer 2,5 km südlich der Stadt bietet ziemlich viel, wie WLAN, eine Sauna mit Holzofen, jede Menge Aktivitäten, einen Kinderspielplatz und eine perfekte Lage am Fluss. Alle Hütten haben auch eine Kochgelegenheit.

★ Radisson Blu Resort HOTEL €€€
(62 44 90 00; www.trysil.radissonblu.com; Hotellveien 1; Sommer EZ/DZ ab 890/990 nkr, Winter DZ ab 1990 nkr; P) Eines der wenigen ganzjährig geöffneten Hotels in Trysil und auch das luxuriöseste. Außerhalb der Skisaison im Winter (hohe Preise) ist es eine sehr gute Wahl. Es hat große tadellose Zimmer in einem weitläufigen Gebäude am Ende eines Skihangs, eine beeindruckende Poollandschaft und beherbergt zudem das beste Restaurant von Trysil (Hauptgerichte 150–236 nkr). Von der Straße nach Elverum südlich der Stadt ausgeschildert.

An- & Weiterreise

Der „Trysil Ekspressen" von Nor-Way Bussekspress verbindet siebenmal täglich Trysil mit Oslo (361 nkr, 4 Std.) über Elverum (101 nkr, 1¼ Std.).

NÖRDLICHES MITTELNORWEGEN

Røros

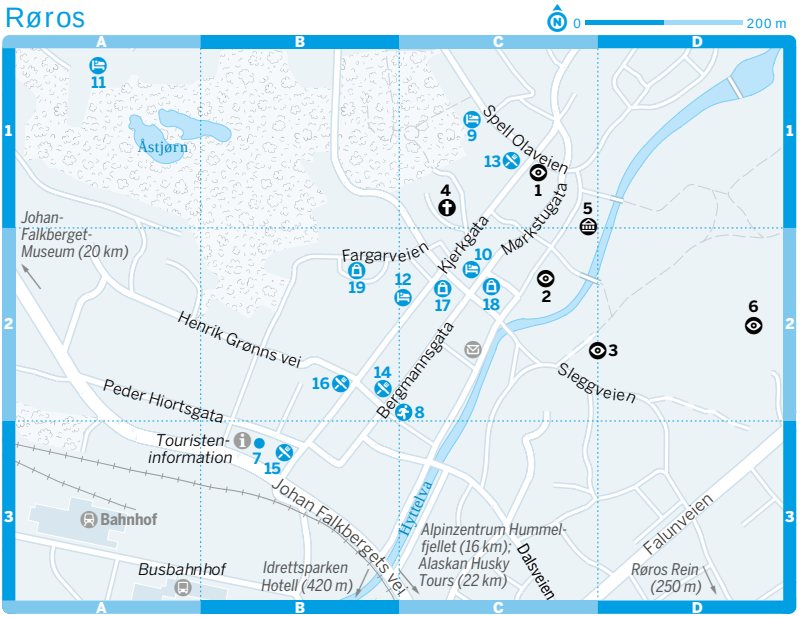
5576 EW.

Røros, ein zauberhafter Ort in einer kleinen Talsenke, umgeben von verkrüppelten Bäumen und kahlen Bergen, ist eines der schönsten Dörfer Norwegens und gehört zum Weltkulturerbe der Unesco. Der norwegische Schriftsteller Johan Falkberget beschrieb Røros als „ein Ort im Banne der Geschichte". Die alte Kupferminenstadt bietet wunderschön erhaltene, farbenprächtige Holzhäuser, die sich den Hang emporziehen, sowie faszinierende Relikte aus der Bergbauvergangenheit. Das Städtchen hat sich zu einer Künstlerkolonie entwickelt, was dem verwunschenen Ort noch mehr Charme verleiht.

Røros ist aber auch einer der kältesten Orte Norwegens – die Temperatur sank schon mal auf erfrischende –50,4°C.

Geschichte

Der Legende nach erlegte Olsen Åsen 1644 bei Storvola (Storwartz), 13 km von Røros, ein Rentier. In seinem Todeskampf riss das strampelnde Tier mit seinen Hufen die Erde auf – und zum Vorschein kam glänzendes



Kupfererz. Noch im gleichen Jahr wurde das Røros Kobberverk gegründet. Zwei Jahre später erhielt das Unternehmen per königlichem Dekret das exklusive Nutzungsrecht auf alle Mineralien, Forsterzeugnisse und Wasserwege (außerdem auf die heimischen Arbeitskräfte) im Umkreis von 40 km um die Fundstätte.

Die Bergbaugesellschaft richtete ihre Zentrale in Røros ein, da es dort reichlich Holz als Brennstoff gab und die Stromschnellen des Flusses Hyttelva Elektrizität lieferten. Die damals in den Gruben übliche Methode, den Fels mit Feuer zu sprengen, war gefährlich – und auch Røros musste einen hohen Preis dafür bezahlen. Während des Gyldenløve-Konflikts 1678–79 mit den Schweden brannte der Ort völlig nieder. 1953 wurde die Schmelzhütte erneut durch einen Brand beschädigt und 1977 musste die Gesellschaft nach 333 Jahren ihres Bestehens endgültig Konkurs anmelden.

Sehenswertes

Das historische Viertel von Røros – was sich über den gesamten Stadtkern erstreckt – ist geprägt von der eindrucksvollen Architektur seiner 80 denkmalgeschützten Holzhäuser. Die beiden Hauptstraßen **Bergmannsgata** und **Kjerkgata** sind von historischen Wohnhäusern und anderen Holzbauten gesäumt, die alle unter Denkmalschutz stehen. Das gesamte Viertel wirkt wie ein Architekturmuseum des alten Norwegens. Eines der hübschesten mit Grassoden gedeckten Häuser befindet sich in der Kjerkgata und ist beschildert mit **Harald Sohlsbergs Plass 59**.

Wem Røros bekannt vorkommen sollte – das liegt wohl daran, dass hier schon mehrere Filme gedreht wurden, darunter *Ich heiße An-Magritt* mit Liv Ullmann in der Hauptrolle, nach dem Klassiker des in Røros geborenen Schriftstellers Johan Falkberget. In der Flanderborg Gate wurden außerdem Szenen zu Astrid Lindgrens Klassiker *Pippi Langstrumpf* gedreht und für die Verfilmung von Dostojewskis *Ein Tag im Leben des Iwan Denisowitsch* musste Røros sogar schon eine sibirische Stadt mimen.

Røros Kirke

KIRCHE

(Kjerkgata; Erw./Kind 40 nkr /frei; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Sa 10–16, So 12.30–14.30, Anfang Juni & Mitte Aug.–Mitte Sept. Mo–Sa 11–13, sonst Sa 11–13 Uhr) Die lutherische Kirche von Røros ist die markanteste und mit 1640 Sitzplätzen eine der größten Kirchen Norwegens. Der erste Kirchenbau an dieser Stelle wurde 1650 errichtet, war aber Mitte des 18. Jhs. so baufällig, dass ab 1780 eine neue barocke Kirche (die heutige) gleich hinter der alten

Røros

Sehenswertes
1 Harald Sohlsbergs Plass 59 ..... C1
2 Malmplassen (Erzlager) C2
3 Bergarbeiterhütten (Flanderborg Gate) C2
4 Røros Kirche C1
5 Røros-Museum C1
6 Slegghaugen D2
Smelthytta ..... (siehe 2)

Aktivitäten, Kurse & Touren
7 Geführte Wandertouren B3
8 Røros Sport C2

Schlafen
9 Erzscheidergården C1
10 Frøyas Hus C2
11 Røros Hotell A1
12 Vertshuset Røros C2

Essen
Frøyas Hus ..... (siehe 10)
13 Galleri Thomasgården C1
14 Kaffestugu Cafeteria B2
15 Peder Hiort Mathus B3
16 Trygstad Bakeri B2
Vertshuset Røros ..... (siehe 12)

Unterhaltung
Orgelkonzerte ..... (siehe 4)

Shoppen
Galleri Thomasgården ..... (siehe 13)
17 Hartzgården Sølvsmie C2
18 Per Sverre Dahl Modellør C2
19 Potteriet Røros B2

erbaut wurde. Sie kostete 23 000 *riksdaler* (damals verdienten Bergleute etwa 50 *riksdaler* im Jahr).

In der noblen Königsloge im hinteren Teil (erkennbar an den Wappen des Königshauses und der Bergbaugesellschaft) hat nie ein König gesessen. Die Mitglieder des Königshauses haben es immer vorgezogen, beim Volk zu sitzen. Eine besondere Kuriosität ist die Kanzel, denn sie schwebt direkt über dem Altar. Die Orgel von 1742 ist die älteste noch funktionierende Orgel, die in Norwegen gebaut wurde.

Bis 1865 gehörte die Kirche der Bergbaugesellschaft und das zeigt sich auch an ihren Kunstwerken. Am Altar ist – neben anderen Würdenträgern der Gesellschaft – der ergraute Hans Olsen Åsen zu sehen. Auch der Autor Johan Falkberget und die ursprüngliche Kirche von 1650 sind dargestellt.

Von Anfang Juli bis Anfang August finden in der Kirche fünf Wochen lang **Orgelkonzerte** (Mitte Juli–9. Aug. Mo–Sa 18–18.45 Uhr), statt – manchmal mit Begleitung renommierter Orchester aus ganz Europa.

Smelthytta

MUSEUM

(www.rorosmuseet.no; Malmplassen; Erw./Student/Kind mit Führung im Sommer 80/70 nkr/frei; Mitte Juni–Mitte Aug. 10–18, Anfang Juni & Mitte Aug.–Mitte Sept. Mo–Fr 11–16, Sa & So 11–15 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten, im Sommer Führungen auf Norwegisch 11 oder 15.30, auf Englisch 12.30 Uhr) Das Museum in der ehemaligen Schmelzhütte – die Existenzgrundlage von Røros bis 1953 – ist das Highlight der Stadt. Das Gebäude wurde 1988 nach den Originalplänen aus dem 17. Jh. neu errichtet. Innen gibt es neben einer riesigen Erzwaage und gut bebilderten Statistiken zum Bergbau auch exzellente, bewegliche Modelle der Grube und der mit Wasser- und Pferdekraft betriebenen Schmelzanlage zu sehen. Anfang Juli bis Anfang August wird dienstags bis freitags um 15 Uhr vorgeführt, wie das Kupfererz einst verhüttet wurde.

Vor dem Museumseingang erstreckt sich der als **Malmplassen (Erzplatz)** bekannte große Platz, wo früher das Erz abgeladen und mit riesigen Holzwaagen gewogen wurde. Auf der anderen Flussseite liegen die geschützten **Slegghaugen** (Abraumhalden), von denen sich ein schöner Blick über die Stadt eröffnet. Das historische Verhüttungsviertel mit seinen winzigen, grasbedeckten **Bergarbeiterhäuschen** südwestlich der Abraumhalden ist, besonders im **Sleggveien**, eine der hübschesten Ecken von Røros.

KOMBITICKETS & WEBSITES

Unter dem Namen **Røros Museum** (Røros Museet; 72 40 61 70; www.rorosmuseet.no) werden die meisten Museen im Dorf zusammengefasst. Dazu zählen auch Smelthytta und Olavsgruva (S. 138), die 13 km weit entfernt liegen. Für den Besuch beider Stätten ist ein Kombiticket (Erw./Kind/Stud. & Sen. 150 nkr/frei/120 nkr) erhältlich.

Die Website der Museen www.worldheritageroros.no bietet weiterführende Links zu historischen Infos über Røros.

Aktivitäten

In Røros kann man Kanu fahren und reiten, im Winter sind Rodeln und Eisfischen möglich. Die Touristeninformation hat ein komplettes Verzeichnis aller Anbieter.

Røros Sport RADFAHREN
(✆ 72 41 12 18; Bergmannsgata 13; ⏲ (Mo–Sa 9–18 Uhr) Im Sommer verleiht Røros Sport Mountainbikes für 175/300/385 nkr je 1/2/3 Tage.

Alaskan Husky Tours HUNDESCHLITTENTOUREN
(✆ 62 49 87 66; www.huskytour.no; Os; Hundeschlittentouren Winter/Sommer Erw. ab 1400/1100 nkr, Kind 700/550 nkr) Hier kann man Hundeschlittentouren buchen, die ein paar Stunden oder sogar einige Tage dauern können. Im Sommer finden die Touren auf Räderschlitten statt. Das Büro befindet sich ein Stück außerhalb von Røros, aber die Touren können auch in der Touristeninformation gebucht werden.

Røros Husky HUNDESCHLITTENTOUREN
(✆ 91 51 52 28; www.roroshusky.no) Bietet winterliche Hundeschlittentouren unterschiedlicher Dauer und liegt ca. 10 km nördlich von Røros, man kann aber auch in der Touristeninformation buchen.

Røros Rein SCHLITTENFAHRTEN
(✆ 97 97 49 66; www.rorosrein.no; Hagaveien 17) Auf dem Winterprogramm stehen Schlittenfahrten, Begegnungen mit Rentieren und ein traditionelles Samenessen in einer Samenhütte.

Hummelfjellet-Skizentrum SKIFAHREN
(www.hummelfjell.no) Zwei Lifte und sechs Pisten; 16 km südlich von Røros.

Ålen-Skizentrum SKIFAHREN
(✆ 72 41 55 55; www.aalenskisenter.no) Zwei Lifte und vier Pisten; 34 km nordwestlich der Stadt.

Wilderness Life WILDTIERE BEOBACHTEN
(✆ 98 48 21 30; www.wildernesslife.no; Tylldalen) Bietet Kurse zum Wildtierebeobachten und Überleben in der Wildnis an; außerhalb von Røros.

Geführte Touren

Geführte Stadtspaziergänge STADTSPAZIERGÄNGE
(Erw./Kind 80/frei nkr; ⏲ Touren Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Sa 10.30, 12.30, 14.30, So 11.30 & 13 Uhr, Anfang Juni & Mitte Aug.–Mitte Sept. Mo–Sa 11 Uhr) Die Stadtspaziergänge der Touristeninformation führen durch die historische Altstadt. Englischsprachige Touren finden montags bis samstags um 12.30 Uhr statt und sonntags um 13 Uhr. Im Juli und in der ersten Augustwoche bietet die Touristeninformation dienstags und donnerstags um 12 Uhr auch Führungen für Kinder an (60 nkr; nur auf Norwegisch).

Feste & Events

Femund Race SPORT
(www.femundlopet.no) Eines der längsten Hundeschlittenrennen Europas beginnt und endet in Røros in der ersten Februarwoche.

Rørosmartnan (Røros-Markt) KULTUR
Dieser Markt ist das Highlight des Winters. Er begann 1644 als Treffen von Jägern, die damals in die Stadt kamen, um ihre Vorräte zu ergänzen und Beute an die Bergarbeiter zu verkaufen. Dass der Markt noch heute existiert, ist einem königlichen Dekret von 1853 zu verdanken. Es verfügte, dass jedes Jahr vom vorletzten Dienstag im Februar bis zum darauf folgenden Samstag ein großer Markt abgehalten werden sollte. Heute wird das Ganze zusätzlich durch Kulturprogramme, Straßenmärkte und Liveunterhaltung ergänzt.

Winterfest der Kammermusik KLASSISCHE MUSIK
(www.vinterfestspill.no) Die Konzerte finden während der ersten Märzwoche in der Røros Kirke statt.

Elden DARSTELLENDE KÜNSTE
(www.elden-roros.no) Von Ende Juli bis Anfang August wird in Røros jeden Abend eine dreistündige Rockoper aufgeführt, in der die schwedische Invasion Trøndelags von 1718 nacherzählt wird. Damals wurde auch Røros besetzt und Tausende von Soldaten kamen auf dem eisigen Rückmarsch nach Schweden ums Leben. Als Bühne dienen die Abraumhalden im oberen Teil der Stadt.

Schlafen

Die Touristeninformation führt eine Liste mit Sommerhütten und Pensionen, einige davon von der Stadt aus auch zu Fuß erreichbar.

Vertshuset Røros HISTORISCHES HOTEL €€
(✆ 72 41 93 50; www.vertshusetroros.no; Kjerkgata 34; EZ/DZ ab 1185/1540 nkr, 2-/4-Bett-Apt. 1690/2140 nkr; 📶) Das Vertshuset Røros in einem historischen Haus aus dem 17. Jh. in der autofreien Hauptstraße ist ebenfalls eine

herrliche Unterkunft. Die ganz mit Holz verkleideten Zimmer sind groß und mit antikem Inventar ausstaffiert. Die Holzbetten mit Eckpfosten sind definitiv die bequemsten der Stadt.

Aufgepasst: In der Hochsaison bekommt man möglicherweise ein Zimmer im Schwesterhotel, dem Røros Hotell, das sich mit diesem aber keineswegs vergleichen lässt.

Frøyas Hus B&B €€
(✆ 72 41 10 10; www.froyashus.no; Mørkstugata 4; EZ/DZ 850/950 nkr; WLAN) Es hat zwar nur zwei Zimmer, aber das hinreißende Haus ist so behaglich wie kein anderes. Die Unterkünfte sind klein und haben sich in über 300 Jahren kaum verändert – rustikal im besten Sinne! Hinzu kommen ein freundlicher Service, ein wunderbares Hofcafé und Gemeinschaftsräume voller Antiquitäten und Kuriositäten der Region – alles zusammen perfekt für ein rundes Røros-Erlebnis.

Røros Hotell HOTEL €€
(✆ 72 40 80 00; www.roroshotell.no; An Magritveien 10; EZ/DZ ab 950/1400 nkr; P @ WLAN) Der Koloss mit 167 Zimmern am oberen Ende der Stadt ist bei Reisegruppen beliebt und hat schön eingerichtete Zimmer. Das Haus im Berghotelstil hat etwas mehr Charakter als die meisten großen Hotels, zumindest in den öffentlichen Bereichen. Aber mit den kleineren Hotels in Røros ist es natürlich nicht zu vergleichen.

Wenn es in der Hochsaison sehr voll ist, quartiert das Personal die Gäste in die Unterkunft gegenüber ein, wo die Zimmer eher Baracken ähneln. Ermäßigungen werden indessen nicht von selbst angeboten. Nach Möglichkeit sollte man sich das ersparen.

Idrettsparken Hotell HOTEL €€
(✆ 72 41 10 89; www.idrettsparken.no; Øra 25; Hütte ab 550 nkr, Hotel Zi. ab 900 nkr; P) Der Familienbetrieb 500 m südlich des Bahnhofs bietet für fast jeden Geldbeutel etwas. Das Hotel ist zwar nicht das schönste, aber der Preis ist o.k.

★ Erzscheidergården PENSION €€€
(✆ 72 41 11 94; www.erzscheidergaarden.no; Spell Olaveien 6; EZ/DZ ab 1245/1590 nkr; P WLAN) Die nette, sehr gemütliche Pension mit 24 Zimmern liegt hinter der Kirche, vom Stadtzentrum den Berg hinauf. Die holzverkleideten Zimmer sind gemütlich, die Atmosphäre ist norwegisch familiär und über das Frühstück hat ein Leser geschrieben: „das beste hausgemachte Frühstücksbüffett in Norwegen“. Das finden wir auch.

Essen

Ein paar kleine Cafés (einige davon kombiniert mit Kunsthandwerks- und Souvenirgeschäften) servieren Snacks und leichte Gerichte. Die Öffnungszeiten sind im Winter deutlich kürzer.

Frøyas Hus CAFÉ €
(Mørkstugata 4; Snacks 50–100 nkr; 10–17 Uhr) Das herrliche Gartencafé in einem Innenhof serviert gute Waffeln und *rømmegrøt*, ein traditionelles leicht saures Breigericht, das man abends mit gekochtem Schinken isst.

Galleri Thomasgården CAFÉ €
(✆ 48 21 90 08; Kjerkgata 48; Snacks 50–100 nkr; Mo–Mi, Fr & Sa 11–17, Do 11–23, So 12–17 Uhr) Halb Café, halb Kunstgalerie – ein vollkommener Ort für Kaffee und Kuchen.

Trygstad Bakeri BÄCKEREI €
(✆ 72 41 10 29; www.trygstadbakeri.no; Kjerkgata 12; Snacks 30–80 nkr; Mo–Fr 8.30–19, Sa 9–16, So 12–17 Uhr) In diesem hervorragenden Bäckerei-Café werden der beliebteste Kaffee der Stadt und Köstlichkeiten aus der Backstube serviert.

Kaffestugu Cafeteria NORWEGISCH €€
(www.kaffestuggu.no; Bergmannsgata 18; Hauptgerichte 88–225 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug. tgl. 9–21, sonst Mo–Fr 10–18, Sa & So 10–17 Uhr) Das historische Café bietet eine gute Auswahl an Kaffee, Gebäck, Snacks und leichten Mahlzeiten, aber auch einige reichhaltigere Gerichte wie Rentier-Steaks. Mittags ist die Auswahl etwas kartoffellastig, aber das Essen ist allseits beliebt. Die Atmosphäre schwankt zwischen norwegischer Teestube und zwangloser Cafeteria.

Peder Hiort Mathus INTERNATIONAL €€
(✆ 72 40 60 80; www.bergstadenshotel.no/peder_hiort_mathus; Bergmannsgata 1; Hauptgerichte ab 120–170 nkr, Barbecuebuffet 249 nkr; Mo–Do 14–22, Fr 2–23, Sa 11–23, So 12–22 Uhr) Die alten Fotos von Røros und die traditionelle Einrichtung lassen dieses Lokal wie eine Bastion traditioneller norwegischer Küche aussehen, dabei gibt's hier überwiegend Pizza. Interessanter ist das Grillbüffett im Garten (im Sommer Do–So ab 17 Uhr, wenn das Wetter mitspielt). An den Tischen draußen hat man einen schönen Blick auf die historische Straße.

★ Vertshuset Røros NORWEGISCH €€€
(✆ 72 41 93 50; Kjerkgata 34; Mittagsgerichte 100–185 nkr, Menü ab 385 nkr; 10–21.30 Uhr)

Mittags gibt es hier ziemlich durchschnittliche Suppen, Sandwiches und Burger, aber ab 16 Uhr ist das Essen erstklassig: die zartesten Rentier- oder Elchfilets, Seesaibling, Desserts wie „Edelpilzkäse und in Zimt marinierte Birne mit Walnüssen in Honig und Balsamico“. Kurzum, hier gibt's das feinste Essen der Region. Im Voraus reservieren.

Shoppen

Entlang Bergmannsgata und Kjerkgata liegen viele kleine Kunsthandwerksläden.

Galleri Thomasgården KERAMIK
(✆ 48 21 90 08; Kjerkgata 48; Mo–Mi, Fr & Sa 11–17, Do 11–23, So 12–17 Uhr) In der sehenswerten Galleri Thomasgården verkauft der Töpfer Torgeir Henriksen rustikale Keramik- und Porzellanarbeiten. Auch sehr schöne, von der Natur inspirierte Holzschnitzereien des Künstlers Henry Solli sind dort zu bekommen. Das automatische Klavier ist eines von nur zweien in Norwegen und stammt von 1929.

Hartzgården Sølvsmie SCHMUCK
(Kjerkgata 35; Sommer Mo–Fr 10–18, Sa 10–16, So 12–17 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) In der Silberschmiede werden handgefertigte Silberarbeiten aus der Region, hauptsächlich mit Wikingermotiven, verkauft. Außerdem gibt es eine kleine Ausstellung historischen Schmucks.

Per Sverre Dahl Modellør KERAMIK
(✆ 72 41 19 89; www.persverredahl.no; Mørkstugata 5; ⏲ Sommer Mo–Sa 10–16 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Per Sverre kreiert Skulpturen und Wandschmuck aus Keramik mit unterschiedlichen Motiven – von Trollen bis hin zu Musikern mit Saxofon

Potteriet Røros KERAMIK
(✆ 72 41 17 10; www.potteriet-roros.no; Fargarveien 4; ⏲ Juli Mo–Fr 9–17, Sa & So 10–16, sonst Mo–Fr 10–16, Sa 11–17 Uhr) Hier wird Keramik mit traditionellem Design aus ganz Trøndelag verkauft sowie einige kreative, moderne Stücke. Die Töpferei daneben kann auch besichtigt werden (am besten bei der Arbeit zuschauen kann man morgens).

Praktische Informationen

Touristeninformation (✆ 72 41 00 00; www.roros.no; Peder Hiortsgata 2; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Sa 9–18, So 10–16, sonst Mo–Fr 9–15.30, Sa 10–16 Uhr) Die Touristeninformation bietet sehr viele gute Infos zu den Sehenswürdigkeiten und Aktivitäten in der Stadt und ihrer Umgebung. Geht es um Routenvorschläge für Wanderer, die die Hügel im Moor der Umgebung erkunden möchten, ist sie allerdings nicht sehr hilfreich.

An- & Weiterreise

BUS

Es fahren täglich zwei Busse von Røros nach Trondheim (286 nkr, 4 Std.).

FLUGZEUG

Von Røros fliegt **Widerøe** (www.wideroe.no) zweimal täglich von/nach Oslo, außer samstags. Die Flüge sind preiswert (ab 599 nkr).

ZUG

Røros liegt an der östlichen Bahnlinie zwischen Oslo (ab 249 nkr, 5 Std., 6-mal tgl.) und Trondheim (249 nkr, 2½ Std.).

Rund um Røros

Olavsgruva

Das Bergwerk von **Olavsgruva** (✆ 72 40 61 70; www.rorosmuseet.no; Erw./Kind/Sen. & Stud. 100 nkr/frei/80 nkr; ⏲ Führungen Mitte Juni–Mitte Aug. 10.30, 12, 14, 15.30 & 17 Uhr, Anfang Juni & Mitte Aug.–Mitte Sept. Mo–Sa 13 & 15, So 12 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) liegt 13 km nördlich von Røros. Viel interessanter als die Museumsausstellung ist die **Führung** durch die historische Nyberget-Grube aus den 1650er-Jahren. Die moderne Olavsgruva dahinter wurde 1936 erschlossen. Der Boden hier kann morastig sein und die Temperatur liegt ganzjährig bei 5 °C. Gute Schuhe und eine Jacke (außer wenn man zur Wintersonnenwende Lust hat, ein T-Shirt zu tragen!) sind deswegen unbedingt notwendig, Es gibt preiswertere Kombitickets mit der Smelthytta (S. 135).

Johan-Falkberget-Museum

Die Werke des Schriftstellers Johan Falkberget (1879–1967), des berühmtesten Sohns von Røros, wurden in 19 Sprachen übersetzt und beschreiben 300 Jahre regionale Bergbaugeschichte. Sein berühmtestes Werk *An-Magritt*, das mit Liv Ullmann in der Hauptrolle verfilmt wurde, erzählt die Geschichte eines Bauernmädchens, das im Bergbaugebiet von Røros Kupfererz schleppt. Das **Museum** (www.falkberget.no; Ratvolden; Erw./Kind 80 nkr /frei; ⏲ Führungen Juli–Anfang Aug. Di & Do–So 13 Uhr, sonst nach Vereinbarung) liegt in Ratvolden am See Rugelsjø 20 km

nördlich von Røros. Anreise mit dem Regionalzug nach Rugeldalen; von dort führt ein Fußweg zum Museum.

Femundsmarka-Nationalpark

Der Nationalpark (573 km²) erstreckt sich östlich des Femunden, Norwegens zweitgrößtem See, bis zur schwedischen Grenze. Er wurde 1971 eingerichtet, um die Seen, Wälder, Sümpfe und Berggipfel der Gegend zu schützen. Ausländische Touristen verschmähen ihn leider meist, aber der Norwegische Wanderverein hat ihn zu einem der besten drei Wandergebiete des Landes erklärt.

Aus dieser Region kamen lange Zeit die Falken für die europäische und asiatische Falknerei, deshalb gibt es mehrere Stellen im Park, die Falkfangerhøgda („Falknerhöhe“) heißen. Wer viel Glück hat, kann in den Hochlagen wilde Rentiere beobachten (auch viele gezähmte Rentiere sind hier zu sehen) und im Sommer grast eine Herde von rund 30 Moschusochsen an den Flüssen Røa und Mugga (im Winter ziehen die Tiere ins Gebiet von Funäsdalen). Man vermutet, dass diese Gruppe sich von einer älteren Herde auf dem Dovrefjell abgespalten hat und bis hierher abgewandert ist. Zudem leben im Park ein paar der äußerst seltenen Braunbären sowie noch seltenere Luchse und ab und zu kommen Wölfe aus anderen Gegenden, um ihn zu durchstreifen.

Am Ostufer des Sees liegt das kleine Dorf **Elgå**, das als Hauptausganspunkt für den Park dient. Hier gibt es Campingplätze (mit Hütten) sowie ein Infozentrum für Besucher das Parks.

Aktivitäten

Die Gegend eignet sich hervorragend zum Wandern und die sehr hilfsbereiten Mitarbeiter des Informationszentrums für den Nationalpark in Elgå geben Besuchern Tipps und Kartenmaterial.

Eine besonders schöne und recht einfache Wanderung ist die 3½-stündige Tour (10,5 km hin und zurück) auf den **Elgåhogna** (1403 m). Von Elgå, dem größten Dorf (und dem einzigen auf einer befestigten Straße erreichbaren Punkt im Park) geht es 4 km Richtung Süden bis zu einem kleinen Bauernhaus an der linken Seite. Hundert Meter weiter südlich beginnt der Wanderweg an einem kleinen Parkplatz. Der Weg ist gut mit roten Punkten gekennzeichnet, die auf Felsen und Bäume gemalt sind. Am Anfang führt er durch niedrigen Wald und dann durch karge Tundra leicht bergan. Das letzte Stück vor dem Gipfel ist steiler und man muss ein wenig über Felsen klettern. Das Panorama gen Westen über den See wird immer besser, je weiter man geht, aber das Highlight kommt ganz zum Schluss: der Blick vom Gipfel nach Schweden und über die endlose dürre Moor- und Tundralandschaft der Subarktis.

Schlafen

Die beiden wichtigsten Übernachtungsmöglichkeiten am Westufer des Sees sind **Johnsgård Turistsenter** (✆ 62 45 99 25; www.johnsgard.no; Hütten 240–745 nkr, Zeltplatz 180 nkr), 9 km westlich von Buvika, und **Langen Gjestegård** (✆ 72 41 37 18; www.langen-gjestegaard.com; EZ/DZ ab 300/600 nkr, Hütte 350–1000 nkr), ein gemütliches Bauernhaus mit Grasdach in der Nähe des Sees.

An- & Weiterreise

Die historische Fähre **M/S Fæmund II** (✆ 96 39 20 17; www.femund.no) fährt von Mitte Juni bis Mitte August täglich um 9 Uhr von Synnervika (auch Søndervika geschrieben) am Nordufer des Femunden-Sees nach Elgå (Erw./Kind einfach 240/120 nkr, hin & zurück 6½ Std.). Von Mitte Juni bis Ende August fahren Busse 45 Minuten vor dem Ablegen der Fähre vom Bahnhof Røros nach Synnervika – und von dort wieder zurück nach Røros.

Oppdal

6603 EW.

Oppdal ist das sprichwörtliche Tor in die norwegische Wildnis: Der Ort hat wirklich nicht viel zu bieten, aber die Landschaft in der Umgebung ist großartig und bietet massenhaft Aktivitäten.

Schlafen

Wer keine Unterkunft findet, kann sich an Oppdal Booking oder die Touristeninformation wenden.

Oppdal Gjestetun HOTEL, APARTMENTS €€
(✆ 98 69 33 00; www.oppdalbooking.no; Olav Skasliens vei 6; EZ/DZ 715/755 nkr; P ᯤ) Von außen wirkt es nicht unbedingt einladend, aber die großen, voll ausgestatteten Apartments der einfachen Unterkunft bieten viel für's Geld. Für Norwegen ungewöhnlich: Das Frühstück ist hier nicht im Preis enthalten.

Skifer Hotel BUSINESSHOTEL €€
(☎ 73 60 50 80; www.skiferhotel.no; Olav Skasliens vei 9; DZ ab 1250 nkr; P 🛜) Dieses Hotel ist ein relativer Neuzugang unter Oppdals Unterkünften, bietet aber einige der besten Zimmer der Stadt. Sie setzen elegante farbliche Akzente in Dunkelgrau und bieten die Standardeinrichtung eines Businesshotels. Von einigen Zimmern blickt man zum Berg, von anderen auf die Straße. Nach welchen man fragen sollte, muss wohl nicht extra gesagt werden!

Essen

Møllen Restaurant & Pizzeria INTERNATIONAL €€
(☎ 72 42 18 00; Dovreveien 2; Pizza ab 139 nkr, Hauptgerichte ab 230 nkr; ⏲ Mo–Sa 13–23, So bis 22 Uhr) Die lange Speisekarte des Allround-Imbiss-Lokals im Zentrum an der E6 bietet alles Mögliche von Pasta über Fisch bis zum Steak und, falls man das lange nicht gegessen haben sollte, Pizza und Burger. Man kann sich beim Essen auch setzen, aber dann kosten die Gerichte mehr.

AKTIVITÄTEN IN OPPDAL

Rafting

Die wild schäumende Driva ganz in der Nähe bietet von Mai bis Oktober hervorragende Rafting-Strecken. Der auf Outdooraktivitäten spezialisierte Veranstalter **Opplev Oppdal** (☎ 72 40 41 80; www.opplevoppdal.no; Olav Skasliens vei 10; ⏲ Rafting Anfang Juni–Mitte Aug.) organisiert Exkursionen – von relativ zahmen Trips durch Stromschnellen der Kategorie I–II bis zu Tagestouren durch Schnellen des Schwierigkeitsgrads III–IV, die für ordentlich Nervenkitzel sorgen, ist alles dabei. Die Preise reichen von 750 bis 850 nkr pro Person und Tag. Das Unternehmen bietet auch Familientouren an (1850 nkr für 7 Pers.).

Moschusochsen- & Elchsafaris

Auf die Spuren des urtümlichen Moschusochsen führen die vier- bis sechsstündigen **Moschusochsensafaris** (☎ 72 40 08 00; Erw./Kind 325/225 nkr; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. 9 Uhr, sonst nach Absprache) des Veranstalters Oppdal Booking (S. 141). Die Touren beginnen um 9 Uhr vor der Touristeninformation und man braucht ein eigenes Transportmittel (allerdings kann der Transfer nach vorheriger Absprache auch organisiert werden). Wer eine persönlichere Begegnung aus größerer Nähe wünscht, kann ganzjährig auch private Tages- oder Nachtsafaris buchen.

Oppdal Booking veranstaltet auch dreistündige **Elchsafaris** (☎ 72 40 08 00; 350 nkr pro Pers.). Die Touren beginnen in der Dämmerung (zwischen 19.30 und 23 Uhr). Treffpunkt ist vor der Touristeninformation.

Beide Safaris müssen im Voraus gebucht werden.

Skifahren & Snowboarding

Das Skigebiet von Oppdal umfasst die Hänge Hovden, Stølen und Vangslia; alle drei sind vom Ort gut erreichbar. Das kleinere Skigebiet Ådalen ganz in der Nähe ist mit zwei Liften ausgestattet. Vangslia hat zwei Anfängerpisten und ist generell am einfachsten, Stølen ist eher etwas für Fortgeschrittene und am Hovden jagen die Profis drei anspruchsvolle Pisten hinunter. Die Saison dauert von Ende November bis Ende April. Tageskarten für den Lift kosten für Erw./Kind ab 370/300 nkr.

Weitere Aktivitäten

Über Oppdal Booking können außerdem folgende Aktivitäten gebucht werden:

➔ **Seilbahnfahrten** (Erw./Kind 100/70 nkr; ⏲ Juli–Aug. 11–17, sonst Sa & So 11–17 Uhr) Schöne Aussichten: Die Seilbahngondel zuckelt den Skjørstadhovden (1125 m) bis zum Hovden Skisenter hoch.

➔ **Geführte Bergwanderungen** (Erw./Kind 265/135 nkr; ⏲ Juni–Sept. 10 Uhr) Vier- bis sechsstündige Märsche; vorherige Buchung und ein eigenes Transportmittel sind erforderlich. Fahrräder und Kinderanhänger vermietet **Savanah AS** (www.oppdalbooking.no; Olav Skasliens vei 10; Fahrrad- /Anhängermiete pro Tag 175/175 nkr; ⏲ Mai–Okt. 11–17 Uhr), das seinen Sitz im Büro von Oppdal Booking hat. Der Anbieter kann Fahrradtouren für jeden Fitnessgrad empfehlen.

Praktische Informationen

Oppdal Booking (☎ 72 40 08 00; www.oppdal-booking.no; Olav Skasliens vei 10; ⏲ Mitte Mai–Okt. 9–18 Uhr) Die zentrale Anlaufstelle für Buchungen von Aktivitäten und Unterkünften – allerdings mit Servicegebühr.

Touristeninformation (☎ 72 40 04 70; www.oppdal.com; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 9–16, Sa & So 10–13.30, sonst Mo–Fr 9–16 Uhr) Kleines Büro im Bahnhof.

An- & Weiterreise

BUS

Nor-Way Bussekspress fährt täglich zwischen Oppdal, Bergen (783 nkr, 12½ Std.) und Trondheim (260 nkr, 2 Std.). Die Busse von Lavpriekspressen zwischen Oslo und Trondheim halten ebenfalls ein- oder zweimal täglich im Ort.

ZUG

Nach Oslo (399–549 nkr, 5 Std., 4-mal tgl.) und Trondheim (213 nkr, 1½ Std., 4-mal tgl.).

Trollheimen

Trollheimen, die kleine Gebirgskette mit etlichen Wanderwegen, die sich durch sanfte Berge und Hochebenen voller Seen erstrecken, ist am einfachsten von Oppdal aus zu erreichen. Man folgt der Straße 70 Richtung Westen für 15 km bis zum Dorf Albu, und fährt dann auf der Mautstraße (40 nkr pro PKW) weitere 8,8 km den Schildern Richtung Gjevilvasshytta nach bis nach **Osen**, eine kleine Ansammlung von Hütten am Seeufer und der Hauptzugangsort zur Wildnis. Man kann auch zu Fuß über die Mautstraße gehen, aber am Wochenende ist sie recht stark befahren und ein Spaziergang dort macht keinen Spaß. Die beste Landkarte für den Park ist die *Turkart Trollheimen* (1:75 000) des Statens Kartverk, die man für 120 nkr in der Touristeninformation in Oppdal kaufen kann.

Ein unkompliziert zu erreichendes Wanderziel in Trollheimen sind die Hütte und der historische Bauernhof in **Vassendsetra**. Von Osen (an der Mündung des Flusses Gjevilvatnet), 3 km nördlich der Hauptstraße nach Sunndalsøra, fährt das Schiff *Trollheimen II* bis nach Vassendsetra (175 nkr hin & zurück). Von Juli bis Mitte August legt es täglich um 12 Uhr von Osen ab und um 15.30 Uhr von Vassendsetra.

Alternativ gibt es die Möglichkeit, die 6 km lange Straße von Osen entlangzufahren oder zu wandern (die schönste Wanderstrecke ist es aber nicht) bis zu einer der schönsten Berghütten des Den Norske Turistforening (DNT) in ganz Norwegen: Die Hütte **Gjevilvasshytta** (☎ Oslo 40 00 18 68; www.tt.no; mit Frühstück, Abendessen & Bett DNT-Mitglieder/Nichtmitglieder 745/1060 nkr) stammt ursprünglich von 1819 und ist sehr gut organisiert, Betten gibt es in kleinen Schlafsälen oder in Zweierzimmern. Sie ist ganzjährig geöffnet, aber im Winter nicht mit Personal besetzt.

Von dort geht es weitere 12 km über den Uferweg nach **Vassendsetra** (☎ Oslo 40 00 18 68; www.tt.no; DNT-Mitglieder/Nichtmitglieder 350/500 nkr; ⏲ ganzjährig). Servicepersonal gibt es hier nicht, aber ansonsten ist die Berghütte sehr komfortabel. Lebensmittel muss man selbst mitbringen.

Die beliebte und sehr schöne dreitägige Wanderung zur Trekanten-Hütte folgt der imposanten Route Gjevilvasshytta–Trollheimshytta–Jøldalshytta–Gjevilvasshytta; Infos bietet Oppdal Booking (s. S. 141).

Dombås

1200 EW.

Dombås, ein beliebtes Zentrum für Abenteuer- und Wintersportaktivitäten, besteht aus nicht viel mehr als einigen Tankstellen sowie einem Einkaufszentrum und kann mit der Pracht seiner Umgebung nicht konkurrieren. Traveller können hier zwischen den Nationalparks im Hochland und den Westfjorden aber gut Station machen. Allerdings gibt es weiter nördlich in Oppdal eine noch größere Auswahl an Aktivitäten und Sjoa ist zum Rafting viel besser. Die Rauma-Bahn von Dombås nach Åndalsnes ist eine der schönsten Bahnstrecken Norwegens.

Aktivitäten

Aktivitäten in den Nationalparks der Umgebung können von Mitte Juni bis Mitte August in der Touristeninformation gebucht werden.

Elchsafari WILDTIERE BEOBACHTEN

(☎ 45 67 19 95; Erw./Kind 200/100 nkr) Die Tour startet zwischen Mitte Juni und Mitte August jeden Abend um 19 Uhr an der Touristeninformation; vorherige Buchung ist nicht nötig.

Moschusochsensafari WILDTIERE BEOBACHTEN

(☎ 45 67 19 95; Erw./Kind 350/150 nkr; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug.) Die vier- bis fünfstündige Tour beginnt täglich um 8.30 Uhr an der Touristeninformation; vorherige Buchung ist nicht nötig.

Bjorli Skisenter SKIFAHREN
(☎ 61 24 55 77; www.bjorliskisenter.no) Von Frühherbst bis Ostern ist Skisaison auf den Hängen des Bjorli Skisenter, mit elf Pisten, sechs Liften und einem ausgewiesenen Kinderbereich.

Dombås Skisenter SKIFAHREN
(www.trolltun.no) Das Dombås Skisenter liegt näher am Dorf und bietet ebenfalls Abfahrtsläufe von Oktober bis Mai, allerdings größtenteils mit Kunstschnee. Tageskarten für den Lift kosten 250 nkr.

Schlafen

Bjørkhol Camping CAMPINGPLATZ €
(☎ 61 24 13 31; www.bjorkhol.no; Bjørkhol; Zelt-/Wohnwagenstellplatz 130/160 nkr, 2-/4-Bett-Hütten mit Gemeinschaftsbad ab 350/450 nkr, 2-Bett-Hütten mit Bad ab 650–800 nkr) 6 km südlich von Dombås liegt einer der günstigsten und freundlichsten Plätze Norwegens. Die Einrichtungen sind top und es gibt mehrere Busse pro Tag von/nach Dombås. Der Platz liegt recht nah an der Hauptstraße.

Trolltun Gjestegård & Dombås Vandrerhjem HOSTEL, PENSION €€
(☎ 61 24 09 60; www.trolltun.no; Campingplatz 110 nkr, Hostel B/EZ/DZ 325/850/1050 nkr, Hütten ab 995 nkr; P 🛜 🚶) Diese gute und preiswerte Unterkunft liegt hangaufwärts von der E6, 1,5 km nordöstlich des Orts. Die Lage ist wunderschön, die Zimmer sind adrett und die Mahlzeiten (zweigängiges Abendmenü 85 nkr) preisgünstig. Sie liegt vor den Toren des Dovrefjell-Sunndalsfjella-Nationalparks und ist ideal für Skifahrer im Winter und für Wanderer im Sommer. Teil des Fjordpass-Netzwerks.

Dovrefjell Hotell HOTEL €€
(☎ 61 24 10 05; www.dovrefjellhotell.no; Svenskebakken; EZ/DZ 795/950 nkr; P 🛜 🏊) Das Landhotel 2 km nordwestlich von Dombås an der E136 ist nichts Besonderes, aber der Preis ist fair und der Swimmingpool ein Pluspunkt.

Essen

Napoli Restaurant & Pizzeria INTERNATIONAL €€
(Kyrkjevegen 5; Hauptgerichte & Pizza 120–180 nkr; ⏲ Mo–Sa 13–23, So 13–22 Uhr) Dies neben der Tankstelle Statoil im Zentrum gelegene Restaurant ist das spannendste in Dombås – aber es serviert auch nur die in Norwegen übliche Mischung aus Pizzas und Burgern.

Praktische Informationen

Touristeninformation & Dovrefjell-Nationalparkzentrum (Dovrefjell Nasjonalparksenter; ☎ 61 24 14 44; www.rondane-dovrefjell.no; Sentralplassen; ⏲ Mo 14–19, Di, Fr & Sa 11–2 Uhr) Kleine Ausstellung zu den Nationalparks der Umgebung und jede Menge Infos zu Aktivitäten.

An- & Weiterreise

BUS

Die Busse von Nor-Way Bussekspress zwischen Bergen (723 nkr, 11¼ Std.) und Trondheim (380 nkr, 3¼ Std.) fahren hier täglich in beide Richtungen. Die billigeren Busse von Lavpriekspressen (ab 449 nkr) zwischen Oslo und Trondheim (ab 319 nkr) halten ebenfalls im Ort.

ZUG

Dombås liegt an der Bahnstrecke zwischen Oslo (249–659 nkr, 4¼ Std., 4-mal tgl.) und Trondheim (249–431 nkr, 2½ Std.). Hier ist auch der Startpunkt der spektakulären **Rauma-Bahn** (Raumabanen; www.nsb.no; 230 nkr), die vom Romsdalen nach Åndalsnes (1½ Std., 4-mal tgl.) fährt.

Dovrefjell-Sunndalsfjella-Nationalpark

Karg, kalt und spektakulär – der betörend schöne Dovrefjell-Sunndalsfjella-Nationalpark ist ein bitterkaltes Hochplateau. Seine Hügel, der höchste unter ihnen ist der Snøhetta mit 2286 m, sind fast das ganze Jahr unter einer dichten Schneedecke verborgen und bieten einen idealen arktisähnlichen Lebensraum für Polarfüchse, Rentiere, Vielfraße sowie Moschusochsen – die Wahrzeichen des Parks. Bei einer Moschusochsensafari im Sommer bekommt man sie leicht zu Gesicht. Das Knutshøene-Massiv (1690 m), ein Teil des Parks östlich der E6, bietet dem artenreichsten alpinen Ökosystem in Europa Schutz.

Sehenswertes & Aktivitäten

Die meisten Nicht-Norweger besuchen den Park bei einer ganztägigen Moschusochsensafari, dabei bietet der Dovrefjell-Sunndalsfjella zahlreiche herrliche Wanderwege. Viele sind gut gekennzeichnet und in den örtlichen Touristeninformationen kann man sich Wandertipps geben lassen. Für ambitionierte Wanderer ist die *Dovrefjell-Karte* (1:100 000) vom Statens Kartverk am besten geeignet. Sie beinhaltet allerdings nicht den Bereich Knutshøene, dafür sind die topogra-

fischen Karten *Einunna 1519-I* und *Folldal 1519-II* des Statens Kartverk erforderlich.

Den **Snøhetta**, den höchsten Berg des Parks, kann man von Snøheim aus erklimmen (ca. 6 Std.), aber das sollten nur erfahrene Wanderer versuchen, die für extreme Wetterbedingungen ausgerüstet sind. Wer auf eigene Faust im Park wandert, trifft dabei vielleicht auf Moschusochsen. Die an riesige Schafe erinnernden Tiere sind normalerweise recht sanftmütig, doch sie können auch gefährlich werden – besonders wenn sie mit 60 km/h auf einen zurasen. Näher als auf 300 m sollte man sich an Moschusochsen nicht heranwagen, und wenn ein Tier schnaubt, ist das ein Warnsignal und ein Grund, sich zurückziehen. Dabei geht man am besten abwechselnd zur Seite und nach hinten, denn Moschusochsen sehen nicht gut und wenn man direkt rückwärts geht, erkennen sie nicht, dass man sich entfernt. Auf jeden Fall nie zwischen eine Mutter und ihr Kalb geraten.

In den **Fokstumyra-Sümpfen** erlebt man den Park hingegen von einer ganz anderen Seite. Sie beheimaten eine unglaublich vielfältige Vogelwelt. Ungefähr 87 Arten nisten regelmäßig in diesem Gebiet und insgesamt wurden hier schon 162 Arten gezählt, darunter Mittelsäger, Eisenten, Prachttaucher, Regenbrachvogel, Bruchwasserläufer und Sumpfohreulen. Ein umfassendes Verzeichnis findet sich in der Broschüre *Fokstumyra Nature Reserve* der Touristeninformation in Dombås.

Viele dieser Arten sind rund um den 7 km langen, markierten Pfad bei Dombås zu beobachten. Um die brütenden Vögel aber nicht zu stören, dürfen Besucher zwischen Mai und Juli den Pfad nicht verlassen.

Pavillon des Norwegischen Wildrentierzentrums

AUSSICHTSPUNKT

Allgemein ist es als Snøhetta bekannt – der Name des höchsten Bergs im Park sowie des Architekturbüros, das den Pavillon designte. Der faszinierende, öffentlich zugängliche Bau aus geriffeltem Holz und Spiegelglas wurde als pädagogisches Infozentrum und Beobachtungspunkt in Auftrag gegeben und bietet einen umwerfenden Blick über das Tal zum Berg Snøhetta.

Vom Parkplatz erreicht man ihn nach einer leichten, 1,5 km langen Wanderung (der Weg ist für Kinderwagen und Rollstühle gerade breit genug). Die Abzweigung zum Pavillon ist an der E6 bei Hjerkinn gut ausgeschildert.

Schlafen & Essen

Die ursprüngliche DNT-Hütte Snøheim wurde zum Glück geschlossen, da sie zu dicht am Truppenübungsplatz Hjerkinn lag, und durch eine neue Selbstversorgerhütte Reinheim ersetzt, die 5 km weiter nördlich auf 1341 m Höhe in Stroplsjødalen liegt. Außerdem gibt es noch eine Reihe weiterer DNT-Selbstversorgerhütten in der angrenzenden Region Skrymtheimen. Die Schlüssel sind bei der Touristeninformation in Dombås erhältlich.

★Kongsvold Fjeldstue

BERGHÜTTE €€

(☎ 72 40 43 40; www.kongsvold.no; Kongsvold; EZ/DZ ab 795/1185 nkr, mit Gemeinschaftsbad 675/995 nkr; P 🛜) Die zauberhafte und geschichtsträchtige Unterkunft mit warmen gemütlichen Zimmern in malerischen Holzhütten – jedes ein Unikat – liegt 13 km nördlich von Hjerkinn an der E6. Einheimische fahren viele Kilometer, um sich hier ein hervorragendes Abendessen zu gönnen (Menüs 485–895 nkr) und auch zum Kaffeetrinken und Waffelnessen ist es ein beliebter Zwischenstopp.

Zudem gibt es hier Parkinformationen, Landkarten, Mahlzeiten und Zimmer sowie ein kleines Museum über den Park. Auch Moschusochsensafaris werden hier organisiert (Erw./Kind 350/275 nkr). Die winzige Bahnstation Kongsvold ist gut 500 m entfernt (Züge halten nur auf Anfrage).

Hjerkinn Fjellstue

BERGHÜTTE €€

(☎ 61 21 51 00; www.hjerkinn.no; Hjerkinn; EZ/DZ ab 950/1290 nkr, Apt. für 4-Pers. 1450 nkr; P 🛜 🚻) Das gemütliche Gasthaus liegt etwa 1,5 km nordöstlich von Hjerkinn an der Rv29. Neben warmen, einladenden und sauberen Zimmern bietet es zahlreiche Infos zum Park, sowie ein Restaurant, einen Campingplatz und Ausritte (halber/ganzer Tag 700/900 nkr). Kinder haben ihre Freude an den vielen Pferden, die um das Hotel herum weiden.

Praktische Informationen

Weitere Informationen, auch zu Touren durch den Park, gibt es beim Nationalparkzentrum (S. 142) in Dombås.

An- & Weiterreise

Es fahren keine öffentlichen Transportmittel in den Park.

Züge verkehren zwischen Dombås und Hjerkinn (96 nkr, 30 Min.).

Otta

1677 EW.

Der Ort Otta liegt ief im Gudbrandsdalen, wo die Flüsse Otta und Lågen zusammenfließen, und dient vor allem als Tor zum Rondane-Nationalpark.

Schlafen & Essen

Otta Camping CAMPINGPLATZ €

(✆ 47 36 75 01; www.ottacamping.no; Ottadalen; Zelt-/Wohnwagenstellplatz für 2 Pers. 170/170 nkr, plus Strom 40 nkr, 4-Bett-Hütten 350–500 nkr; ⏲ Mai–Mitte Okt.; 🛜 🚻) Der Campingplatz am Fluss liegt günstig und ist stets gut besucht. Vom Ortszentrum aus geht es über die Otta-Brücke, dann rechts ab und etwa 1 km flussaufwärts.

Norlandia Otta Hotell HOTEL €€

(✆ 61 21 08 00; www.ottahotell.no; Ola Dahlsgate 7; DZ 1195 nkr; 🛜) Wenn man für eine Nacht in Otta festsitzt, ist das eher unscheinbare Hotel in einem modernen Häuserblock annehmbar.

Pillarguri Kafé CAFÉ, RESTAURANT €€

(✆ 61 23 01 04; www.pillarguncafe.no; Stortorget 7; Snacks & leichte Mahlzeiten 70–145 nkr, Hauptgerichte 175–260 nkr; ⏲ Mo–Do & So 8–20, Fr bis 22, Sa bis 2 Uhr) Das Pillarguri gibt es schon über ein Jahrhundet. Die Speisekarte ist abwechslungsreich mit Sandwichs, Pasta, Salaten und ein paar deftigen norwegischen Gerichten. Im Sommer sind die Tische draußen super.

Praktische Informationen

Rondane-Nationalparkzentrum (✆ 61 24 14 44; Johan Nygårdgata 17a; ⏲ Mo–Fr 10–16 Uhr) Im Mittelpunkt steht zwar Rondane, aber es gibt auch Ausstellungen zu anderen Nationalparks und eine umfassende Bibliothek.

Touristeninformation (✆ 61 24 14 44; www.visitrondane.com; Otta Skysstasjon; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 8–16, sonst kürzere Öffnungszeiten) Das kleine Büro befindet sich im Bahnhof.

An- & Weiterreise

Busse von Nor-Way Bussekspress fahren von/nach Trondheim (445 nkr, 4 Std., bis zu 5-mal tgl.) und Bergen (688 nkr, 5–6 Std.). Lavprisekspressen-Busse (ab 439 nkr) halten auf ihrer Strecke auch ein- bis zweimal täglich in Trondheim.

Züge steuern Oslo (586 nkr, 3½ Std.) und Trondheim (515 nkr, 3 Std., 4-mal tgl.) direkt an. Wer nach Bergen möchte, muss in Oslo umsteigen.

Rondane-Nationalpark

Henrik Ibsen beschrieb die 963 km² große Landschaft (www.nasjonalparkriket.no) als „Luftschloss auf Luftschloss“. Er wurde 1962 als erster Nationalpark Norwegens geschaffen, um das fantastische Rondane-Massiv zu schützen, das viele für das schönste Bergwandergebiet in Norwegen halten. Alte Rentierfanggruben und Grabhügel lassen vermuten, dass das Gebiet schon seit Jahrtausenden besiedelt ist. Ein Großteil der von Gletschern und Flechtentundra geprägten Landschaft liegt über 1400 m und zehn der rauen Felsgipfel ragen sogar über 2000 m hoch empor. Dazu gehören der Rondslottet (2178 m) mit dem höchsten Gipfel und der Storronden (2138 m). Im Park leben 28 Säugetier- und 124 Vogelarten und er ist heute eines der letzten Rückzugsgebiete für wilde Rentiere.

Die 87 km lange Rv27 zwischen Folldal und der E6 5 km nördlich von Ringebu ist eine traumhaft schöne Strecke entlang der Rondane-Gebirgskette und eine ausgewiesene **Nationale Touristenstraße** (www.turistveg.no).

Aktivitäten

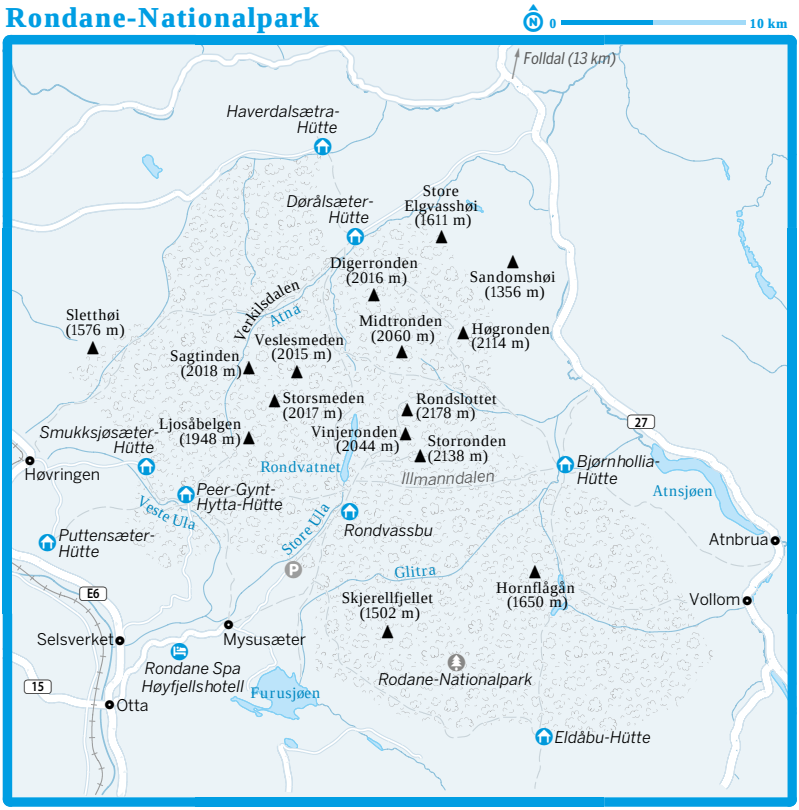
Die Wandersaison dauert nur von Juli bis August. Der beste Zugang zum Park ist der Parkplatz Spranghaugen: von Otta zunächst etwa 13 km auf einer relativ guten Straße den Berg rauf und dann weiter auf der Mautstraße (20 nkr). Vom Parkplatz ist es ein Marsch von 6,2 km (1½ Std.) bis **Rondvassbu**, einer beliebten DNT-Hütte mit Personal. Es gibt noch weitere DNT-Hütten im Park. Von Rondvassbu aus ist die Besteigung des **Storronden** in etwa fünf Stunden zu schaffen. Eine schöne Tour ist auch der schwierigere Aufstieg zum **Vinjeronden** (2044 m) mit spektakulären Ausblicken; dann geht es über einen schmalen Grat auf den Nachbargipfel **Rondslottet** (ab Rondvassbu etwa 6 Std. hin & zurück).

Die besten Karten sind vom Statens Kartverk *Rondane* (1:100 000; 99 nkr) und *Rondane Sør* (1:50 000).

Fahrradverleih RADFAHREN

(Parkplatz Spranghaugen; Fahrrad/Kinderfahrrad pro Tag 100/50 nkr) Auf dem Parkplatz Spranghaugen befindet sich eine automatische Fahrradverleihstation. Die Räder können ausschließlich für die Strecke nach Rondvassbu genutzt werden.

Rondane-Nationalpark



Schlafen & Essen

Zelten ist überall im Nationalpark gestattet, außer bei Rondvassbu, wo es nur im markierten Bereich erlaubt ist. DNT-Hütten gibt es überall im Park.

Mysusæter Fjellstue BERGHÜTTE €

(✆ 41 40 99 30; www.mysuseter.com; Mysusæter; DZ pro Pers. mit/ohne Bad 600/400 nkr) Schlichte Unterkunft mit einfachen Mahlzeiten.

Rondane Spa Høyfjellshotell BERGHÜTTE €€

(✆ 61 20 90 90; www.rondane.no; Mysusæter; EZ/DZ 395/790 nkr, Hütte für 4 Pers. 1450 nkr; P ᯤ) Das komfortable Luxushotel hat ein schönes Spa, in dem Wanderer ihre müden Füße pflegen lassen können, sowie kiefernholzfarbene Zimmer, die für ihren Preis ungewöhnlich viel bieten. Das Restaurant serviert deftige norwegische und internationale Kost (Abendmenü 200 nkr). Es liegt etwa auf halbem Weg zwischen Otta und dem Parkplatz Spranghaugen.

An- & Weiterreise

Im Sommer verkehren zweimal täglich Busse zwischen Otta und Mysusæter, von wo es noch 4 km bis zum Parkplatz Spranghaugen sind.

Von Rondvassbu überquert die Fähre *Rondegubben* zwischen Anfang Juli und Ende August dreimal täglich den See Rondvatnet nach Nordvika (Erw./Kind 120/60 nkr, 30 Min.).

Weitere Nationalparks

Wem Rondane, Dovrefjell-Sunndalsfjella und Jotunheimen noch nicht reichen, der kann drei weitere Nationalparks in der Region besuchen.

Breheimen-Nationalpark

Einer der jüngsten Nationalparks Norwegens wurde 2009 rund um den Breheimen-Gebirgszug eröffnet, umfasst 1691 km² und erstreckt sich zwischen dem Jotunheimen-

und dem Jostedalsbreen-Nationalpark. Er bietet einige der besten Wandermöglichkeiten im Süden Norwegens, ist für unerfahrene Wanderer allerdings nicht geeignet. Die Wege sind wesentlich unklarer markiert als in einigen besser besuchten Parks und in keiner der DNT-Hütten gibt es Servicepersonal. Für Abenteuer abseits der ausgetretenen Pfade ist er aber ein ideales Ziel. Weitere Informationen in der Touristeninformation in Lom (S. 149).

Dovre-Nationalpark

Der 289 km² große **Park** (www.nasjonalparkriket.no) unmittelbar nördlich des Rondane-Nationalparks entstand 2003 und ist berühmt dafür, dass auf seinem Gebiet fast alle Pflanzenarten Norwegens wachsen. Sein höchster Gipfel ist der Fokstuhøe (1716 m). Weitere Informationen in der Touristeninformation in Dombås (S. 142).

Reinheimen-Nationalpark

Der 1969 km² große und 2006 gegründete Park erstreckt sich von Lom im Südosten bis nach Åndalsnes im Nordwesten. Der abwechslungsreiche und noch relativ unbekannte Park ist im Westen steil und bergig, während ein sanfteres alpines Plateau den Osten prägt. Im Park leben wilde Rentiere, Vielfraße und Goldadler. Weitere Informationen in der Touristeninformation in Lom (S. 149).

Sjoa

Die winzige Siedlung Sjoa, 10 km südlich von Otta besteht nur aus ein paar Häusern mit Blick auf ein hübsches Flussufer. Sie hat eigentlich nicht viel zu bieten, ist aber die unumstrittene Raftinghauptstadt Norwegens.

Aktivitäten

Die Raftingsaison dauert von Mitte Mai bis Anfang Oktober. Unterschiedlichste Touren sind im Angebot: von gemächlichen Trips der Klasse I (ideal für Familien) bis hin zu nervenaufreibenden Fahrten der Klasse V. Eine Warnung: Rafting kann äußerst gefährlich sein. 2010 gab es allein an einem Tag vier Todesfälle und in den 20 Jahren zuvor starben weitere neun Menschen.

Preise bewegen sich zwischen 775 nkr für 3½-stündige Trips, 1050 nkr für fünfstündige Ausflüge und 2900 nkr für mehrtägige Touren. Auch kürzere, familienfreundliche Raftingtouren (650 nkr) werden angeboten. Die genannten Preise sind Richtwerte. Sie variieren je nach Anbieter, liegen aber meist mehr oder weniger im selben Preissegment.

Neben Rafting haben die meisten Unternehmen auch Riverboarding (ab 990 nkr), Felsklettern (ab 490 nkr), Canyoning (ab 820 nkr), Höhlenklettern (ab 690 nkr) und Wandertouren im Programm.

Go Rafting RAFTING
(✆ 61 23 50 00; www.gorafting.no) Etwa 8 km westlich von Sjoa an der Rv257.

Heidal Rafting RAFTING
(✆ 61 23 60 37; www.heidalrafting.no) Knapp 1 km westlich der E6 an der Rv257.

Sjoa Rafting RAFTING
(✆ 90 07 10 00; www.sjoarafting.com; Nedre Heidal) 7,5 km flussaufwärts von Sjoa an der Rv257. Bietet auch Unterkünfte an.

Sjoa Rafting Senter NWR RAFTING
(✆ 47 66 06 80; www.sjoaraftingsenter.no; Varphaugen Gård) Etwa 3 km flussaufwärts von Sjoa an der Rv257.

Villmarken Kaller RAFTING
(✆ 90 52 57 03; www.villmarken-kaller.no) Etwa 20 km flussaufwärts von Sjoa an der Rv257.

Sjoa Kajakksenter KAJAKFAHREN
(✆ 90 06 62 22; www.kajakksenteret.no; Nedre Heidal) Dieses Unternehmen bietet Kajaktouren und Kurse und liegt und 8 km westlich von Sjoa an der Rv257.

Schlafen

Die meisten der Veranstalter von Freizeitaktivitäten vermieten auch Hütten, Campingstellplätze sowie ein paar Doppelzimmer.

Sjoa Camping CAMPINGPLATZ €
(✆ 99 52 99 51; www.sjoa.no; Zeltplatz 150 nkr, 1–5-Bett-Hütten pro Pers. 290–450 nkr; ☼ Juni–Aug.) Sjoa Camping unten am Flussufer ist ein hübscher Rasenplatz mit Blick auf einige kleinere Stromschnellen. Die Hütten sind sehr schlicht, haben aber einfache Kochgelegenheiten und sind preisgünstig. Auf dem Platz gibt es viel weiches Gras, ideal zum Zelten.

Sjoa Vandrerhjem HOSTEL €
(✆ 61 23 62 00; www.heidalrafting.no; B 340 nkr, EZ/DZ/Familienzimmer 770/975/1040 nkr; ☼ Mitte Mai–Mitte Sept.; Ⓟ ☜) Das urige Berghostel mit einfachen, aber gut ausgestatten Zim-

mern gehört zu Heidal Rafting (S. 146). Das Abendessen kostet 150 nkr und wird in dem wunderbaren Holzbauernhaus von 1747 serviert. Man überquert die Brücke über den Fluss in der Nähe vom Campingplatz und folgt dann ca. 1 km weit den Schildern Heidal Rafting.

An- & Weiterreise

Der Nor-Way Busseksprress verbindet Sjoa mit Bergen und Trondheim.

Ringebu

4540 EW.

Die kleine Gemeinde Ringebu ist der südlichste Ort im Gudbrandsdalen, dem engen Flusstal, das sich vom Mjøsa-See 200 km bis nach Dombås erstreckt und lohnt wegen seiner schönen Stabkirche einen Abstecher.

Sehenswertes

Stabkirche Ringebu STABKIRCHE

(Ringebu Stavkyrkje; www.stavechurch.no; Erw./Kind 50/30 nkr; Juli 8–18, Mai–Aug. 9–17 Uhr) Die erste Kirche wurde an dieser Stelle bereits im 11. Jh. errichtet, als das Christentum hier Einzug hielt. Die heutige Gemeindekirche stammt von etwa 1220, wurde im 17. Jh. restauriert und erhielt damals auch ihren auffälligen roten Turm. Im Innenraum befinden sich eine Statue des Hl. Laurentius von 1250 sowie einige primitive Runeninschriften.

Der Zutritt zum Gelände ist kostenlos und das Tor ganzjährig geöffnet. Die Kirche liegt etwa 2 km südlich des Orts und ist an der E6 ausgeschildert. Im Sommer finden hier Konzerte mit norwegischer Volksmusik statt.

Ringebu Samlingene BAUDENKMAL

(61 28 27 00; Vekkomsvegen 433; Erw./Kind 50/30 nkr, Kombiticket mit Stabkirche Erw./Kind 80/40 nkr; Juni–Aug. 10–17 Uhr) Etwa 300 m am Hang östlich der Stabkirche steht das Gebäude Ringebu Samlingene von 1743, das bis 1991 als Pfarrhaus diente. Es werden **Führungen** angeboten und auf dem Gelände gibt es ein Café.

Praktische Informationen

Touristeninformation (61 28 47 00; www.ringebu.com; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Do 8–18, Fr 8–20, Sa 10–13, So 17–20 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Die kleine Touristeninformation befindet sich im Bahnhof.

An- & Weiterreise

Lavprisekspressen Busse auf dem Weg nach Oslo (299 nkr; 3½ Std.) und Trondheim (439 nkr; 5 Std.) halten hier zweimal am Tag.

Es gibt Zugverbindungen nach Oslo (299–488 nkr, 3¼ Std., 4-mal tgl.) und Trondheim (299–603 nkr, 3¾ Std., 4-mal tgl.)

WESTLICHES MITTELNORWEGEN

Lom

2410 EW.

Wer das perfekte Basislager für seinen Urlaub sucht, wird sicher einen Ort wie Lom wählen, der mitten im Herzen der spektakulärsten Berglandschaft Norwegens liegt. Durch das Dorf rauschen Stromschnellen, Häuser aus dunklem Holz klammern sich an die steilen Berghänge, und die atemberaubende Sognefjellstraße windet sich von hier aus durch das Hochland des Jotunheimen-Nationalparks und führt bis nach Geiranger (74 km) am Ufer der berühmten norwegischen Fjordlandschaft. Neben der Lage ist Loms Hauptattraktion die hübsche Stabkirche.

Sehenswertes

Lom Stavkyrkje STABKIRCHE

(Erw./Kind 55/20 nkr; Juni–Mitte Aug. 9–19, Ende Aug. 9–17, Mitte Mai–8. Juni & Sept. 10–16 Uhr) Die entzückende Stabkirche im normannischen Stil – eine der schönsten Norwegens – steht mitten im Zentrum des Ortes auf einer kleinen Anhöhe am Wasser und wird noch heute genutzt. Sie wurde 1170 erbaut, 1634 erweitert und 1663 durch zwei zusätzliche Seitenschiffe ergänzt, wodurch sie ihre heutige Kreuzform erhielt. Führungen erläutern die Malereien im Inneren sowie den Chorraum und die Kanzel (1793) von Jakop Sæterdalen. Nachts wird die Kirche sanft in märchenhaftes Licht getaucht. Der Zutritt zum ganzjährig geöffneten Gelände ist kostenlos.

Lom Stavkyrkje Museum MUSEUM

(61 21 19 33; www.gbdmuseum.no; Eintritt 10 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug. 9–20, Mai–Mitte Juni & Mitte Aug.–Weihnachten 9–16, Jan.–April 10–15 Uhr) Im Andenkenladen nebenan befindet sich ein kleines Museum zur Stabkirche.

Stein- & Mineralmuseum MUSEUM

(Fossheim Steinsenter; 61 21 14 60; www.fossheimsteinsenter.no; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–

Sa 10–19, So 10–18, Mai & Mitte Aug.–Sept. 10–16 Uhr) GRATIS Das faszinierende Fossheim Steinsenter ist eine beeindruckende Verkaufsausstellung seltener und prachtvoller Steine, Fossilien, Mineralien, Edelsteine und Schmuck sowie gleichzeitig ein großes Museum mit geologischen Exponaten aus ganz Norwegen und aller Welt – interessant ist vor allem die Fossilienausstellung im Untergeschoss. Die fachkundigen Besitzer des Zentrums sind besonders stolz auf den norwegischen Nationalstein, den Thulit. Er wurde 1820 entdeckt und wird bis heute bei Lom abgebaut. Für seine rote Färbung sind Spuren von Mangan verantwortlich.

Norwegisches Bergmuseum MUSEUM
(Norsk Fjellmuseum; 61 21 16 00; www.fjell.museum.no; Erw./Kind 12–16 Jahre 70/40 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 9–18, Sa bis 16, So bis 15, Mitte Mai–Mitte Juni & Mitte Aug.–Anfang Sept. Mo–Sa bis 16 & So bis 15 Uhr) Das lohnenswerte Museum dient auch als Besucherzentrum für den Jotunheimen-Nationalpark. Es zeigt Exponate zur Geschichte des Bergsteigens, zur Naturgeschichte (Hauptattraktion ist ein wolliges Mammut) sowie zu kulturellen und industriellen Aktivitäten in den norwegischen Bergen. Interessant sind außerdem die zehnminütige Diaschau über die Berge und ein maßstabsgetreues Modell des Parks im oberen Stockwerk.

Volksmuseum Lom MUSEUM
(Lom Bygdamuseum; 47 45 15 23; www.gudbrandsdalsmusea.no; Erw./Kind 20 nkr/frei; Juli–Mitte Aug. Di–So 11–16 Uhr) Dieses Freilichtmuseum hinter dem Norsk Fjellmuseum, besteht aus einer Ansammlung von Bauernhäusern aus dem 19. Jh., mehreren *stabbur* (Speicherhäusern auf „Stelzen“), einer alten Hütte (in der der Hl. Olav geschlafen haben soll) und einer Sennerei.

Aktivitäten

Die Touristeninformation hat Infomaterial zu Wanderungen, Gletschertouren und Eisklettern im Jotunheimen-Nationalpark.

Wandern

Die meisten anspruchsvollen Wanderwege befinden sich zwar im benachbarten Jotunheimen-Nationalpark, aber es gibt auch welche in der Nähe des Orts. Viele von ihnen sind im Winter noch wesentlich länger begehbar als die Wege in den hohen schneebedeckten Bergen. Die Touristeninformation hat Karten, Tipps und das erstklassige Heft *Walks in Lom* mit Karte und detaillierten Wegbeschreibungen.

Die drei beliebtesten Wanderungen:

Lomseggen (1289 m) Die fünfstündige Tour (hin & zurück) führt an einer jahrhundertealten Steinhütte namens Smithbue vorbei und bietet unterwegs tolle Ausblicke auf das Ottadalen, Bøverdalen und auf Norwegens höchsten Berg, den Galdhøpiggen (2469 m).

➡ **Tronoberget** Dreistündiger Aufstieg (hin & zurück) auf den Berg, der von Lom aus jenseits des Flusses im Westen liegt und herrliche Aussichten auf die Gipfel des Reinheimen-Nationalparks bietet.

Soleggen & Læshø (1204 m) Fünftstündiger Marsch (hin & zurück) oberhalb Loms mit Blick auf die Gebirgsketten Rondane, Dovrefjell, Reinheimen, Breheimen und Jotunheimen.

Rafting & andere Aktivitäten

Wem das Sjoa zu umtriebig ist, der kann auch ab Skjåk, 18 km flussaufwärts von Lom, eine Wildwasserfahrt starten.

Lom & Skjåk Adventure ABENTEUERSPORT
(47 26 16 72; www.lsadventure.no) Das Aktivsportzentrum nordwestlich von Lom, das Rafting, Kletter- und Kajaktouren, Höhlenklettern, Canyoning, Wandern und Riverboarding anbietet, erreicht man in einer gut 10-minütigen Fahrt über die E15.

Naturopplevingar WANDERN, SKIFAHREN
(61 21 11 55; www.naturopplevingar.no) Bietet kein Rafting an, aber dafür Ski-, Wander- und Klettertouren.

Schlafen & Essen

Die Preise der Unterkünfte sind in Lom in der Regel etwas höher als in anderen Orten Mittelnorwegens.

Nordal Turistsenter Camping CAMPINGPLATZ €
(61 21 93 00; www.nordalturistsenter.no; Stellplatz 225 nkr, Hütte mit/ohne Bad 835/475 nkr; Mai–Okt.;) Dieser Campingplatz, der vom Nordal Turistcenter betrieben wird, liegt ungewöhnlicherweise direkt im Ortszentrum. Daher sind die Parzellen relativ klein und es mangelt an ländlicher Ruhe, aber dafür sind etliche Sehenswürdigkeiten der Stadt zu Fuß zu erreichen.

Fossheim Turisthotell HOTEL €€
(61 21 95 00; www.fossheimhotel.no; Haupthaus EZ/DZ 1150/1590 nkr, Anbau EZ/DZ 995/1295 nkr,

Hütte 1650 nkr; P) Das historische Familienhotel hat ganz mit Holz ausgekleidete Zimmer im Haupthaus (besonders toll sind die Zimmer Nr. 401 und 402 – mit Balkon und fantastischem Ausblick), außerdem gibt es luxuriöse Blockhütten mit moderner Ausstattung sowie günstigere und einfachere Zimmer (einige mit schöner Aussicht) im Anbau, der allerdings extrem schlecht schallisoliert ist.

Nordal Turistsenter HOTEL €€
(61 21 93 00; www.nordalturistsenter.no; EZ/DZ/FZ 990/1310/1830 nkr; April–Mitte Dez.;) Das gut besuchte weitläufige Nordal Turistsenter im Ortszentrum hat gemütliche Zimmer mit dicken Schaffelldecken auf dem Boden. Außerdem gibt es eine gemütliche Kneipe und ein zwangloses Café-Restaurant, das einfache Gerichte serviert (ab 175 nkr).

Fossberg Hotell HOTEL €€
(61 21 22 50; www.fossberg.no; EZ/DZ 1040/1440 nkr; P) Das Hotel im Zentrum ist hübsch, aber überteuert. Neben adretten, mit Kiefernholz vertäfelten Zimmern vermietet es auch Hütten und Apartments verschiedener Kategorien. Die Küche der gut besuchten Cafeteria ist zwar nicht berühmt, aber die Plätze im Freien sind super.

Kuba–Kafe Isbar CAFÉ €€
(Leichte Mahlzeiten & Hauptgerichte 65–155 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug. 10–23 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Das zwanglose Café im Ortszentrum ist vermutlich die beste Adresse in Lom für ein schnelles, einfaches Essen. Neben den üblichen Snacks und Fast-Food-Gerichten wird hier auch eine kleine Auswahl an traditionellen norwegischen Gerichten serviert, z. B. Haferbrei mit Sauerrahm und geräucherter Rentierbraten.

Fossheim Turisthotell Restaurant NORWEGISCH €€€
(61 21 95 00; www.fossheimhotel.no; Fossheim Turisthotell; Menü ab 380 nkr; 13–15.30 & 19–22 Uhr) Die traditionelle norwegische Küche im Restaurant des Fossheim Turisthotell ist die beste der Stadt, doch während sie für norwegische Verhältnisse sehr gut ist, wäre sie in Europas südlicheren Ländern nicht wirklich bemerkenswert. Spezialitäten sind Wildforelle, Rentier, Elch und Schneehuhn.

Shoppen

Brimi Bue KÜCHE
(www.brimibue.no; Fossheim Turisthotell; Juni–Sept. Mo–Fr 10–16.30, Sa bis 15 Uhr) Das kleine Brimi Bue neben dem Fossheim Turisthotell verkauft Kochbücher, Biolebensmittel und Küchenutensilien.

Praktische Informationen

Touristeninformation (61 21 29 90; www.visitjotunheimen.com; Juli–Mitte Aug. Mo–Sa 9–16, So 9–15, Mitte Aug.–Anfang Sept. Mo–Sa 9–16;) Die hilfsreiche Touristeninformation befindet sich im Norsk Fjellmuseum und bietet neben Tipps und Infomaterial auch kostenloses WLAN.

An- & Weiterreise

Dreimal täglich fahren die Busse von Nordfjordekspressen von Oslo nach Lom (509 nkr, 6½ Std.). Regionalbusse fahren von/nach Otta (129 nkr, 1½ Std., 6-mal tgl.). Von Ende Juni bis Ende August fährt auch einmal pro Tag ein Bus durch den Jotunheimen-Nationalpark nach Sogndal (250 nkr, 3½ Std., 2-mal tgl.). Eine unvergesslich eindrucksvolle Busfahrt.

Rund um Lom

Mehrere Häuser an der Rv15 östlich von Lom gehören zum Imperium von Arne Brimi, dem wohl beliebtesten Promikoch Norwegens.

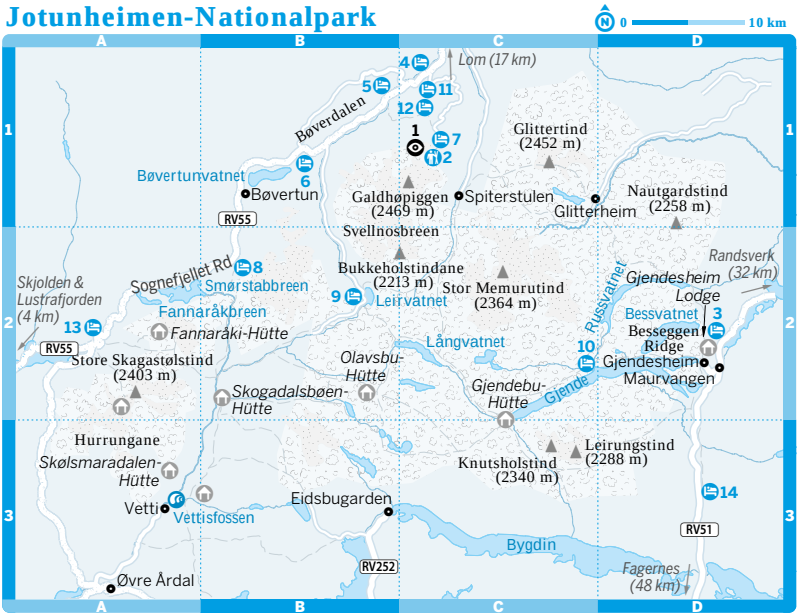
Schlafen

Brimisæter ÜBERNACHTEN AUF DEM BAUERNHOF €
(91 13 75 58; www.brimi-seter.no; B 350 nkr, DZ ab 1000 nkr; P) Die ehemalige Sennhütte bietet ein einfaches, aber reizendes ländliches Familienambiente und reichlich Tiere für die kleinen Gäste. Neben Doppelzimmern gibt es Schlafsäle, deren Betten in einer langen Reihe angeordnet und halb in die Wand gebaut sind.

Brimi-Fjellstugu BERGHOTEL €€
(61 23 98 12; www.brimiland.no; Zi. pro Pers. ab 600 nkr, Abendmenüs 395–525 nkr) Das schöne Berghotel von Starkoch Arne Brimi bietet Komfort auf hohem Niveau in hinreißender Bergkulisse. Gäste werden auch kulinarisch sehr verwöhnt, denn die Mahlzeiten werden von Brimi selbst zubereitet.

Vågå Gardshotell HOTEL €€
(www.gardshotell.kulturgardar.no; ab 650 nkr pro Pers.) Das umgebaute Gehöft aus dem 19. Jh. liegt an der Rv15 zwischen Lom und Vågå und ist eine wunderbare Alternative zu den üblichen Hotels. Außerdem ist es ein super Standort für einen längeren Aufenthalt in dieser Gegend.

Jotunheimen-Nationalpark



Jotunheimen-Nationalpark

Sehenswertes
1 Mímisbrunnr Klimapark & Istunnel C1

Aktivitäten, Kurse & Touren
2 Sommerski-Zentrum Galdhøpiggen... C1

Schlafen
3 Bessheim D2
4 Bøverdalen Vandrerhjem C1
5 Elvesæter Hotell..... B1
6 Jotunheimen Fjellstue B1
7 Juvasshytta..... C1
8 Krossbu Turiststasjon B2
9 Leirvassbu Lodge..... B2
10 Memurubu Lodge C2
11 Røisheim Hotel C1
12 Storhaugen C1
13 Turtagrø Hotel..... A2
14 Valdresflya Vandrerhjem D3

Jotunheimen-Nationalpark

Der große Park Norwegens. Die hohen Gipfel und Gletscher des Jotunheimen-Nationalparks mit 1151 km² Fläche, dessen Name „Heimat der Riesen“ bedeutet, gehören zu den beliebtesten und spektakulärsten Naturlandschaften Norwegens. Zahlreiche Wanderwege führen durch schluchtenartige Täler, vorbei an tiefen Seen, rauschenden Wasserfällen, 60 Gletschern und hinauf zu sämtlichen Gipfeln Norwegens über 2300 m. Dazu zählen der Galdhøpiggen (mit 2469 m der höchste Berg Nordeuropas), der Glittertind (2452 m) und der Store Skagastølstind (2403 m). Insgesamt liegen mehr als 275 Gipfel von über 2000 m Höhe innerhalb des Parks.

Infos zum Park können interessierte Besucher sich bei der Touristeninformation in Lom (S. 149) besorgen.

Sehenswertes & Aktivitäten

Sognefjellstraße TOURISTENSTRASSE

(www.turistveg.no) Wahrscheinlich zählt diese Straße zu den spektakulärsten, die weltweit je geplant wurde: Die landschaftlich phänomenale Sognefjellstraße (Rv55), die auch „Straße über das Dach Norwegens“ genannt wird, schlängelt sich quer durch den Park, verbindet Lustrafjorden mit Lom (und bietet Zugang zu den meisten Wanderwegen). Kurz gesagt, sie ist eine der schönsten Strecken Norwegens.

Die 1939 von arbeitslosen Jugendlichen gebaute Bergstraße ist mit 1434 m Höhe die höchstgelegene in Nordeuropa und eine der 18 „Nationalen Touristenstraßen" Norwegens.

Von Südwesten kommend windet sie sich zunächst in mehreren Haarnadelkurven bis über die Baumgrenze empor nach Turtagrø mit einem ergreifenden Blick auf die Skagastølstindane-Berge auf der rechten Seite. Von Lom her ist der Anstieg wesentlich sanfter. Hier folgt die Straße dem schönen Bøverdalen, dem Tal des Bøvra-Flusses mit seinen Seen, Gletscherbächen, grasgedeckten Hütten und Kiefernwäldern. Von den höchsten Punkten der Straße auf dem Sognefjell eröffnet sich ein grandioser Ausblick.

Die Straße ist gewöhnlich von Mai bis September geöffnet, aber auf dieser Höhe kann auch bis Anfang Juli Schnee liegen. Die Straße ist streckenweise sehr eng und häufig von meterhohen Schneewänden gesäumt. Entlang der gesamten Strecke sind genügend Campingplätze und andere Unterkünfte zu finden.

Obwohl sie überwiegend von Autos befahren wird, hat die Sognefjellstraße auch bei Radfahrern einen legendären Ruf – sie ist anspruchsvoll und verlangt sowohl Fitness als auch gute Bremsen – und wird häufig unter den spektakulärsten Radstrecken der Welt genannt.

Von Mitte Juni bis Mitte August fährt täglich ein Bus zwischen Lom und Sogndal (250 nkr, 3½ Std.) über die Sognefjellstraße.

Mímisbrunnr Klimapark & Istunnel TUNNEL
(www.mimisbrunnr.no; Erw./Kind 300/150 nkr; Führungen Ende Juni–Ende Aug. 10.30 & 14, Sa, So nur Ende Aug.–Mitte Sept.) Der 70 m lange Eistunnel in der Nähe des Sommerskizentrums Galdhøpiggen beherbergt eine Ausstellung zur Naturgeschichte der Region und zum Klimawandel. Die Eintrittskarten sollte man mindestens 24 Stunden vor dem Besuch online oder bei der Tourismusinformation in Lom (S. 149) oder **Juvasshytta** (61 21 15 50; www.juvasshytta.no; 380–500 nkr pro Pers.) kaufen.

Turtagrø bis Øvre Årdal PANORAMAFAHRT
Die 33 km lange, mautpflichtige Bergstraße zwischen Turtagrø und dem Industrieort Øvre Årdal ist eine von Norwegens reizvollsten kürzeren Straßen. Sie ist von Ende Mai bis Oktober geöffnet und führt durch einsame wilde Landschaften bis über die Baumgrenze empor. Von Ende Juni bis Ende August verkehren auf dieser Strecke täglich zwei Busse. Die Maut (75 nkr) wird an einer abgelegenen Station auf dem Pass (1315 m) kassiert.

Randsverk bis Fagernes PANORAMAFAHRT
Zwischen Randsverk und Fagernes führt die Rv51 durch die Berge und Wälder der Region Sjodalen über ein weites Hochland mit Panoramablick auf Gipfel und Gletscher. Sie wird von vielen Wanderern als Zugang zu den östlichen Teilen von Jotunheimen genutzt. Sie führt vorbei an der DNT-Hütte von Gjendesheim, wo eine beliebte Tagestour entlang dem Besseggen-Kamm beginnt.

Von Mitte Juni bis Ende September verkehrt zweimal täglich ein Bus zwischen Otta und Gol via Vågå, Randsverk, Gjendesheim, Valdresflya und Fagernes (Umsteigen in Gjendesheim). Von Fagernes dauert die Fahrt bis Gjendesheim zwei Stunden und kostet 126 nkr.

Jotunheimvegen PANORAMAFAHRT
Der bei Bygdin von der Rv51 abzweigende, 45 km lange Jotunheimvegen nach Skåbu ist kaum befahren und wenig reizvoll. Er ist je nach Wetterlage meist nur von Mitte Juni bis Oktober geöffnet und kostet 100 nkr Maut, außer für Motorradfahrer. Öffentliche Verkehrsmittel gibt es nicht, aber Campingplätze bei Beitostølen und Skåbu. Die Straße bietet Anschluss an den Peer Gynt Vegen.

Sommerskizentrum Galdhøpiggen SKIFAHREN
(61 21 17 50; www.gpss.no; Ski-/Snowboardverleih 300/300 nkr, Lift-Tageskarte Erw./Kind 370/300 nkr) Das Skizentrum auf 1850 m eisiger Höhe des höchsten Bergs Norwegens ist ein umwerfendes Sommerskigebiet. Von Galdesand an der Rv55 führt die Galdhøpiggen-Straße (100 nkr Maut) auf 1841 m hinauf. Die Hauptsaison dauert von Juni bis Mitte November. Die Straße führt nicht nur in ein erstklassiges Skigebiet, sondern ganz nebenbei auch zum höchsten mit dem Auto erreichbaren Punkt Norwegens.

Schlafen & Essen

DNT-Hütten mit Personal sind an den meisten Strecken zu finden und auch an den Hauptstraßen gibt es einige private Bleiben. Die meisten Unterkünfte liegen an der Sognefjellstraße. An der Rv51 gibt es in der Regel nur Campingplätze, aber einige Berghütten in der Nähe von Gjendesheim sind recht praktisch, wenn man früh zum Besseggen-Kamm aufbrechen möchte. Die meisten haben von Mai bis September geöffnet.

WANDERN IM JOTUNHEIMEN

Jotunheimens Wandermöglichkeiten sind spektakulär und nahezu grenzenlos. Die besten Karten sind vom Statens Kartverk *Jotunheimen Aust* und *Jotunheimen Vest* (1:50 000; je 99 nkr). Die Touristeninformation (S. 149) in Lom bietet Tipps, Routenvorschläge und geführte Touren für den gesamten Park. **Top of Norway** (www.ton.no), mit Vertretungen im Elvesæter Hotel (S. 153) und in der Leirvassbu Lodge, organisiert Wanderführungen, Gletscherwanderungen, Fels-, Eis- und Höhlenklettern zum Preis von ca. 500 nkr pro Person.

Krossbu

An der Krossbu Turiststasjon (S. 152) in der Nähe des oberen Bøverdalen, beginnt ein verzweigtes Netz von Wanderwegen, auch eine kurze Tagestour zum Smørstabbreen-Gletscher.

Galdhøpiggen

Mit den vielen dramatischen Bergkesseln, Kämmen und Gletschern und einem Aufstieg auf 1470 m Höhe ist diese achtstündige Tagestour auf den Galdhøpiggen ab Spiterstulen, wo die Mautstraße beginnt, wirklich nicht ohne.

Øvre Årdal

Eine Tour ab Øvre Årdal führt 12 km nach Nordosten durch das Utladalen hoch bis zum Hof Vetti. Von dort gehen Wanderwege zum Vettisfossen (275 m) – Norwegens höchster frei fallender Wasserfall – und zu der Selbstversorgerhütte **Skølsmaradalen**. Die Tour ist auch ein alternativer Zugang über das obere Utladal zu längeren Strecken im Jotunheimen-Nationalpark.

Hurrungane

Das sagenhafte Hurrungane-Massiv erhebt sich düster am westlichen Ende des Parks. Es sind zwar auch einige der Gipfel für erfahrene Bergsteiger und manche auch für normal geschulte Kletterer zu bewältigen, aber die meisten Besucher wandern vom Turtagrø Hotel (S. 154) nach Osten. Vom Hotel führt ein vierstündiger Marsch zur Fannaråki-Hütte, Norwegens höchster DNT-Hütte, auf dem Gipfel des **Fannaråki** (2068 m). Die Hütte selbst bietet zwar den üblichen DNT-Standard (also sauber und einfach), aber die Aussicht ist eine der schönsten, die eine Unterkunft in Norwegen bieten kann: Der Blick schweift über Teile des Hurrungane-Massivs und über die Gletscher im Westen. Im Hotel bekommt man eine Wegbeschreibung zur Hütte. Eine Alternative für den Rückweg ins Hotel ist der Abstieg über den Osthang auf dem gut markierten Weg zum Keisarpasset und von dort zurück zur Ekrehytta. Wer Lust auf einen mehrtägigen Trip hat, kann auch ins Gjertvassdalen absteigen bis zur **Skogadalsbøen-Hütte** und sich dann für einen der unzähligen Wege nach Osten durch den Jotunheimen-Nationalpark entscheiden.

Krossbu Turiststasjon BERGHÜTTE €€
(✆ 61 21 29 22; www.krossbu.no; B ab 390 nkr, EZ 490 nkr, DZ ab 900 nkr; P) Die gemütlichen, mit Holz verkleideten Zimmer mit Blick über eine wundervoll karge Landschaft haben ein hervorragendes Preis-Leistungs-Verhältnis, zudem werden Mahlzeiten angeboten. Dutzende beeindruckende Wanderungen beginnen hier, darunter eine geführte Gletscherwanderung (500 nkr pro Pers., ab 4 Teilnehmern).

Bøverdalen Vandrerhjem HOSTEL €
(✆ 61 21 20 64; www.hihostels.no; Bøverdalen; B 180 nkr, EZ/DZ/FZ mit Gemeinschaftsbad 300/500/600 nkr, Hütte 600 nkr; P) Das schöne Hostel am Fluss bietet ein kleines Café, adrette Zimmer, gute Hütten und eine herrliche Umgebung – besonders, wenn die Tagesausflügler heimgekehrt sind. Sehr beliebt, also im Sommer unbedingt im Voraus buchen. Das Frühstück kostet extra (Erw./Kind 85/55 nkr).

Gjendesheim Lodge BERGHÜTTE €€
(✆ 61 23 89 10; www.gjendesheim.no; Gjendesheim; B Erw./Kind 210/105 nkr, Zi. 4–6 Betten Erw./Kind 300/150 nkr, Zi. 1–3 Betten Erw./Kind 350/175 nkr;) Die sehr gut organisierte Hütte an der Ostseite des Parks am Start des Besseggen-Wanderwegs ist eine hochwertige Unterkunft mit guter Küche und auch entsprechend populär. Man sollte also besser im Voraus buchen.

Besseggen

Kein Bericht über Wanderungen im Jotunheimen-Nationalpark wäre vollständig ohne eine Nennung des Besseggen-Kamms – der beliebtesten Wandertour in Norwegen. Manche meinen *zu* beliebt: In den drei Monaten im Jahr, in denen der Kamm passierbar ist, sind dort mindestens 30 000 Wanderer unterwegs. Und das mit gutem Grund. Wer für eine der spektakulärsten Routen Norwegens auf Einsamkeit verzichtet, wird es nicht bereuen. Henrik Ibsen schrieb über den Besseggen: „Er zieht sich sensenscharf Meilen um Meilen dahin ... Narben und Gletscher stürzen 1600 Fuß [ca. 500 m] tief auf beiden Seiten den Felshang hinab bis zu den glasklaren Seen." Eines der Missgeschicke seiner Romangestalt Peer Gynt war ein Sturz auf dem Rücken eines Rentiers hinab in den See.

Die Tageswanderung von der **Memurubu Lodge** nach Gjendesheim (S. 152) dauert ca. sechs Stunden und führt auf 1743 m Höhe. Die meisten wandern in diese Richtung, aber natürlich kann man auch den umgekehrten Weg nehmen, allerdings muss man die Wanderung zeitlich so planen, dass man mit der letzten Fähre (16.30 Uhr) zurückfahren kann, um wieder zum Ausgangspunkt der Tour und zum Auto zu kommen. Vom Parkplatz (100 nkr) in Gjendesheim nimmt man die Fähre **M/S Gjende** (www.gjende.no). Sie überquert den See und legt in Memurubu (Erw./Kind 120/60 nkr, 30 Min., Abfahrt Gjendesheim–Memurubu 7.45, 8, 9.30, 10.30 und 14.25 Uhr, Abfahrt Memurubu–Gjendesheim 8.45, 8.55, 10, 10.55 und 16.35 Uhr) an. In der Hochsaison (ein großer Teil der Zeit von Juli–Aug.) können sich vor der Fähre lange Warteschlangen bilden und die Schiffe fahren fast ununterbrochen.

Von Memurubu folgt man den Schildern steil bergauf. Nach einigem Schnaufen und Ächzen ist die flachere Hochebene erreicht. Der Weg ist sehr klar zu erkennen, sodass man sich kaum verlaufen kann. Er führt am Bjørnbøltjørn vorbei, einem kleinen Gletschersee, und bietet einen umwerfenden Blick auf den wesentlich größeren, türkisfarbenen Gjende-See, der seine außergewöhnliche Farbe den 20 000 t Gletscherschlick verdankt, den der Memuru-Fluss jedes Jahr anschwemmt. Nach ein paar Stunden über hügeliges Terrain erreicht man den steilsten Teil des Aufstiegs zum eigentlichen Besseggen-Kamm. Von Weitem sieht der Kamm sehr schmal und gefährlich aus, aber obwohl der Weg recht beschwerlich ist und die Höhe einem zu schaffen macht, ist er zum Glück nicht so schwierig und schmal, wie er aus der Ferne wirkt. Ist man einmal auf dem Kamm angelangt, geht es an Geröllhängen entlang sachte bis zum Gipfel des Veslefjelletplateaus bergauf und dann beginnt der recht leichte Abstieg nach Gjendesheim.

Die Tour ist für jeden machbar, der durchschnittlich fit ist. Wir sind unterwegs vielen Familien mit kleinen Kindern begegnet, auch wenn man Kinder streckenweise tragen muss und der Aufstieg auf den Besseggen-Kamm sich mit einem kleinen Kind auf dem Rücken etwas schwieriger gestaltet.

Valdresflya Vandrerhjem

HOSTEL €

(✆ 90 12 23 51; Valdresflya; B 280 nkr) Das eher unscheinbare Hostel in bitter kalter Moorlandschaft, 15 Minuten mit dem Auto südlich von Gjendesheim, rühmt sich, das höchst gelegene Hostel Nordeuropas zu sein (1389 m). Es gibt keine Gästeküche, aber Frühstück für 80 nkr und Mahlzeiten kosten ca. 100 nkr.

Von hier beginnen etliche Wanderwege, von einem kinderfreundlichen 3 km langen Rundweg auf den Fisketjernnuten (1527 m) bis zu sehr viel anspruchsvolleren Touren.

★ Elvesæter Hotell

HOTEL €€

(✆ 61 21 99 00; www.ton.no; Bøverdalen; EZ/DZ ab 850/1150 nkr; P 🛜) Das hinreißende Hotel mit hübschen Zimmern wird von der Familie Elvesæter in sechster Generation geführt. Spannend ist es auch deswegen, weil es neben der Sagasøyla liegt, einer 32 m hohen Holzsäule mit Schnitzereien, die die norwegische Geschichte von der Einigung des Landes 872 bis zur Verfassung von 1814 dokumentieren. Das leckere dreigängige Abendmenü kostet 325 nkr. Ein super Startpunkt für den Jotunheimen.

Storhaugen

HOTEL €€

(www.storhaugengard.no; Bøverdalen; Hütten 700–3000 nkr; P 🛜 🏠) Die Slettede-Familie bietet auf ihrem traditionellen Bauernhof mehrere verschiedene Unterkünfte in modernen, voll ausgestatteten Hütten und Apartments mit Blick auf die Jotunheimen-Berge und das

Bøverdalen. Kinder werden von den Hoftieren begeistert sein. Alles ist sehr hochwertig, aber es wird keine Verpflegung angeboten, daher muss man selbst Vorräte mitbringen. Anfahrt: In Galdesand nach Süden auf die Straße nach Galdhøpiggen abbiegen, nach 1,5 km ist der Abzweig nach Storhaugen ausgeschildert.

Jotunheimen Fjellstue BERGHOTEL €€
(✆ 61 21 29 18; www.jotunheimen-fjellstue.no; EZ/DZ ab 1045/1390 nkr) Von außen wirkt die atemberaubende Umgebung wesentlich spektakulärer als das moderne Berghotel selbst, aber die hellen und großen Zimmer sind besser als in vielen anderen Unterkünften der Gegend. Auch ein gut besuchtes Café-Restaurant gehört zum Haus.

Bessheim BERGHOTEL €€
(✆ 61 23 89 13; www.bessheim.no; Zi. pro Pers. Mo–Fr/Sa & So 560/690 nkr, Hütten 450–1575 nkr, Bettzeug 100 nkr; P) Das blitzsaubere und gut organisierte Berghotel 3 km östlich von Gjendesheim ist die beste Bleibe in der Nähe des Besseggen-Kamms. Dreigängige Abendmenüs kosten 335 nkr. In den Sommermonaten im Voraus buchen.

★ Turtagrø Hotel BERGHOTEL €€€
(✆ 57 68 08 00; www.turtagro.no; Fortun; Zeltplatz 125 nkr, B ab 550 nkr, Anbau 2 BZ ((tw)) 770 nkr, EZ/DZ 1850/2760 nkr, Turmsuite pro Pers. 1595 nkr; P) Das traditionsreiche Wander- und Bergsteigerzentrum ist eine freundliche und zwanglose Basis für die Erkundung des Jotunheimen und Hurrungane und für jeden Geldbeutel geeignet. Das Hauptgebäude bietet eine herrliche Aussicht und sehr komfortable Zimmer und man kann einwöchige Kletterkurse und geführte Tagestouren (Wandern, Klettern und Skifahren) buchen. Außerdem hat es eine fantastische Bar, vollgestopft mit historischen Bergsteigerfotos. Das Restaurant serviert herzhafte Mahlzeiten (Dreigängemenü 450 nkr).

Røisheim Hotel HISTORISCHES HOTEL €€€
(✆ 61 21 20 31; www.roisheim.no; Bøverdalen; DZ ab 1500 nkr; P) Die zauberhafte Anlage verbindet bildschöne Gebäude von 1858 mit modernem Komfort, allerdings ohne Fernseher. Einige Zimmer haben wundervolle Bäder, die aus alten Fässern bestehen. Neben den tollen Zimmern lockt hier vor allem das Essen, das von Ingrid Hov Lunde zubereitet wird, eine der besten Köchinnen des Landes. Das Hotel ist schlichtweg eine Traumunterkunft.

Leirvassbu Lodge BERGHOTEL €€€
(✆ 61 21 12 10; www.leirvassbu.no; EZ/DZ ohne Bad 895/1540 nkr, EZ/DZ mit Bad 1100/1900 nkr; P) Ein typisches Berghotel auf 1400 m Höhe am Leirvatnet-See und ein guter Ausgangspunkt für Wanderungen, das auch geführte Gletschertouren auf den Smørstabbreen anbietet. Trotz der vielen Betten und nicht gerade niedriger Preise wird der Platz manchmal knapp. Die Maut für die Anfahrt kostet satte 100 nkr pro Auto.

HARDANGERVIDDA

Das wilde und schöne Hardangervidda-Plateau ist Teil des mit 3430 km² großen Hardangervidda-Nationalparks, dem größten in ganz Norwegen. Die Tundralandschaft mit ihrer unwirklichen Schönheit ist die Heimat der größten wilden Rentierherde Norwegens und das südlichste Verbreitungsgebiet des Polarfuchses, dessen natürlicher Bestand durch Auswilderungsprogramme erhöht wurde. Schon in früheren Zeiten führten Handels- und Reiserouten zwischen Ost- und Westnorwegen über das Plateau. Heute wird es von der Bahnlinie und von Straßen zwischen Oslo und Bergen überquert.

Der Rentier-Bestand ist seit 1998 von 19 000 auf 7000 Tiere zurückgegangen, doch dies ist Teil eines Programms der Parkverwaltung. Denn wegen des absoluten Jagdverbots war die Herde zu stark angewachsen und das Körpergewicht der einzelnen Tiere aufgrund von Nahrungsmangel bedrohlich zurückgegangen.

Der Hardangervidda-Nationalpark ist nicht nur von Finse und Geilo aus erreichbar, auch Rjukan und Eidfjord sind Ausgangspunkte für die Erkundung des Parks. In Eidfjord befindet sich ein hervorragendes Nationalparkzentrum.

Geilo

2363 EW

Bei Geilo (gesprochen: Jei-lo), auf halber Strecke zwischen Oslo und Bergen, kann man vom Zug fast direkt in den Skilift steigen – und im Sommer bietet die Umgebung herrliche Wandermöglichkeiten. Ein beliebtes Ziel in der Nähe ist der weitläufige Plateauberg Hallingskarvet mit mehreren kleinen Gletschern. Neben den Wanderungen über die Hardangervidda sind weitere Outdooraktivitäten möglich: Gletscherwandern

auf dem Hardangerjøkulen (1862 m), Reiten, Rafting, Riverboarding und Elchsafaris. Weitere Informationen zu diesen und anderen Aktivitäten gibt es in der Touristeninformation.

Schlafen & Essen

Geilo hat Dutzende Unterkünfte, die überwiegend auf Wanderer und andere Outdoorfreaks zugeschnitten sind. Eine komplette Liste gibt's bei der Touristeninformation.

★Ro Hotell & Kro

HOTEL€

(32 09 08 99; www.rohotell.no; Geilovegen 55; EZ/DZ 730/950 nkr, mit Gemeinschaftbad 470/670 nkr;) Auf den ersten Blick sieht dieses billige Hotel neben dem Bahnhof wenig vielversprechend aus. Die großen tadellosen Zimmer, eine gute Schallisolierung, ein Schreibtisch mit gemütlichen Stühlen, hilfsbereiter Service und schnelles WLAN in allen Zimmern machen es aber für norwegische Verhältnisse zu einer Top-Unterkunft.

Øen Turistsenter & Geilo Vandrerhjem

HOSTEL€

(32 08 70 60; www.oenturist.no; Lienvegen 137; B 290 nkr, Hütten 495–900 nkr, Bettdecken 95 nkr; P) Das Hostel hat gute Hütten und Schlafsäle, aber es mangelt an Atmosphäre und die Lage direkt an der Straße ist nicht ideal. Zu finden ist es ca. einen Kilometer östlich des Zentrums an der Rv7.

Dr Holms Hotel

HOTEL€€€

(32 09 57 00; www.drholms.no; EZ/DZ ab 995/1490 nkr; P) Das riesige mit Holz verkleidete Hotel ist wie ein Berghotel gestaltet und hebt sich durch seine weiße Farbe vom Bahnhof ab. Es hat sich seit über hundert Jahren als zuverlässige, gute Übernachtungsmöglichkeit bewährt. Die Zimmer im alten Haupthaus haben mehr Charakter als die im neuen Anbau.

In der Hochsaison im Winter ist es wesentlich teurer als hier angegeben.

★Halling-Stuene

NORWEGISCH€€€

(32 09 12 50; www.hallingstuene.no; Geilovegen 56; Hauptgerichte 200–380 nkr; Mo–Fr & So 13–22, Sa bis 23 Uhr) Im besten Restaurant der Stadt werden traditionelle norwegische Gourmet-Gerichte von Starkoch Frode Aga mit Hingabe gesiedet, gekocht oder im Ofen gebacken.

Praktische Informationen

Touristeninformation (32 09 59 00; www.geilo.no; Vesleslåttveien 13; Mo–Fr 8.30–18, Sa 9–17, So 11–17 Uhr) Die Touristeninformation bucht auf Wunsch Aktivitäten und Unterkünfte und bietet Tipps zu Wanderwegen.

An- & Weiterreise

Die meisten Besucher nehmen den Zug, der zwischen Oslo (508 nkr, 3½ Std., 5-mal tgl.) und Bergen (460 nkr, 3 Std.) verkehrt.

WANDERN DURCH DIE HARDANGERVIDDA

Wandern durch die westliche Hardangervidda ist nur im Juli und August möglich. In der übrigen Zeit kann es wegen Schnee und plötzlichen Wetterstürzen ziemlich gefährlich werden. Neuschnee ist zu jeder Jahreszeit möglich. Vor einer Tour durch den Park empfiehlt sich ein Besuch im hervorragenden Hardangervidda Natursenter (S. 194), das auch Karten verkauft. Das Zentrum gibt Tipps zu Wanderrouten und zeigt eine gute Ausstellung zum Park. Wanderer und Skifahrer sind mit den Karten der Turkart-Serie (149–279 nkr) im Maßstab 1:100 000 bestens bedient. Nützlich ist auch das Heft **Hardangervidda Hytteringen** (www.hardangerviddanett.no), das einen Überblick über die Berghütten enthält. Eine gute Infoquelle ist außerdem das Turlag-DNT-Büro in Bergen (S. 178).

Es gibt mehrere Wanderwege, unter anderem zum Wasserfall Vøringfoss, nach Finse oder Geilo. Unsere Lieblingsstrecken:

➧ **Finse – Vøringfoss** (zwei Tage) Das steilste Wandergebiet der Hardangervidda, am Hardangerjøkulen-Gletscher entlang mit Übernachtung in Rembesdalsseter; möglich ist auch ein vier- bis fünfstündiger Abstecher (nur hin) zum Bauernhof Kjeåsen (S. 194).

➧ **Vøringfoss – Kinsarvik über Harteigen** (drei Tage) Führt zum malerischen Berg Harteigen mit Panoramablick über die Hardangervidda und dann über die Mönchstreppe hinunter nach Kinsarvik.

➧ **Halne – Dyranut über Rauhelleren** (zwei Tage) Die Wege südlich der Rv7 bieten gute Chancen, Rentierherden zu beobachten.

Finse

Finse liegt auf 1222 m Höhe in der Nähe des Hardangerjøkulen-Gletschers. Zu erreichen ist es nur mit dem Zug, dem Fahrrad oder zu Fuß und ist die ideale Gegend für ein arktisartiges Wildnisabenteuer in Mittelnorwegen. Die raue entlegene Seenlandschaft ist einfach berauschend, ob man sie nun mit einer frischen Schneedecke unter blauem Himmel funkeln sieht oder an einem kalten grauen Tag, wenn der Wind über die Tundra und Gletscher pfeift.

Man braucht von dem kleinen Bahnhof aus nur ein paar Minuten zu gehen, um absolute Ruhe zu finden. Wer irgendwann doch etwas mehr Aufregung braucht: Im Winter bietet sich die Umgebung von Finse zum Skilanglaufen an und im Sommer zum Wandern. Außerdem gibt's hier die wohl steilste Mountainbikepiste Norwegens.

Aktivitäten

Finse ist der Ausgangspunkt für einige außergewöhnliche Wanderungen, darunter die beliebte vierstündige Tour zur Blåisen-Gletscherzunge des Hardangerjøkulen. Es ist eine spektakuläre Wanderung, aber man sollte den Gletscher nur im Rahmen einer Führung durch einen Experten besteigen, *niemals* allein. Interessant zu wissen: Die Szenen auf dem Eisplaneten Hoth in dem Film *Das Imperium schlägt zurück* sind an diesem Gletscher gedreht worden.

Gletscherwanderung WANDERN
(☎ 99 33 12 22; www.joklagutane.no; pro Pers. 550 nkr) Die geführten inspirierenden Gletscherwanderungen dauern rund sieben Stunden (ca. 2 Std. werden auf dem Gletscher verbracht) und führen an die Kante der Eisdecke, wo man in Spalten hinabblicken und vielleicht in eine Eishöhle klettern kann. Außerdem erklimmt man den Gipfel der großen kuppelförmigen Eiskappe. Die Touren beginnen um 11.30 Uhr am Bahnhof (im Voraus buchen).

Unabhängig von der sonstigen Temperatur in Finske ist eines sicher: Auf der Eisdecke herrscht eine bittere Kälte. Man sollte mehrere Schichten warmer, wasserdichter Kleidung tragen sowie Handschuhe, einen Hut und eine Sonnenbrille. Mit unter 12-jährigen Kindern organisiert man besser eine private Führung, denn den meisten Kids ist die lange Wanderung, die Kälte und die Angst, die das Eis in der Regel hervorruft, etwas zu viel.

Schlafen & Essen

Es gibt nur zwei Unterkünfte und deren Speisesäle sind auch die einzige Möglichkeit, etwas essen zu gehen. In der Nähe des Seeufers zelten viele Leute wild.

Finsehytta BERGHOTEL €
(☎ 56 52 67 32; www.finsehytta.turistforeningen.no; B 210–350 nkr; ⏲ Mitte März–Ende Sept.; 📶) Die meisten Budgetreisenden übernachten in der personalbetreuten Hütte Finsehytta des DNT. Die Schlafsäle sind passabel und manchen haben nur zwei bis drei Betten und sind somit eine gute Wahl für Paare und Familien. Ein dreigängiges Menü kostet 350 nkr.

★ Finse 1222 BERGHOTEL €€€
(☎ 56 52 71 00; www.finse1222.no; Vollpension EZ/DZ ab 1750/2800 nkr; 📶) Dieses besonders schöne Hotel direkt neben dem kleinen Bahnhof, das teilweise aus alten Zugteilen besteht, bietet moderne, saubere, gut schalliso-

RALLARVEGEN

Der Rallarvegen oder „Weg der Bahnarbeiter" ist ursprünglich als Versorgungsstraße für den Bau der Bahnlinie Oslo–Bergen angelegt worden, die am 27. November 1909 eröffnet wurde. Heute führt der 83 km lange, teils geteerte, teils geschotterte Weg von Haugastøl über Finse bis hinunter nach Flåm. Er ist nur für Fußgänger und Radfahrer geöffnet. Eine Tour von Finse nach Flåm (56 km) bietet die gleiche faszinierende Kulisse wie eine Fahrt auf der Flåmsbana-Bahnstrecke – aber man kann jederzeit anhalten und das Panorama genießen. Die beliebte Etappe von Vatnahalsen nach Flåm führt auf 29 km Länge 865 m abwärts. Unten angekommen, müssen Radfahrer meist die Bremsbeläge wechseln!

Radfahrern und Wanderern bieten sich die besten Bedingungen zwischen Mitte Juli und Mitte September. Fahrräder für die Rallarvegen-Tour (595–900 nkr je nach Zeit und Fahrradtyp) verleiht **Finse 1222** (☎ 56 52 71 00; www.finse1222.no). Wegen der starken Nachfrage im Sommer sollten sie aber schon vor Ankunft in Finse gebucht werden. Im Preis enthalten ist auch der Rücktransport des Drahtesels im Zug.

lierte Zimmer, viele mit fantastischem Blick zum See und zum Gletscher. Es ist ein guter Ausgangspunkt und die beste Infoquelle für viele Ausflüge und Aktivitäten in der Region.

In einem Speisesaal mit riesigen Fenstern vom Boden bis zur Decke, aus denen man über die arktische Landschaft blickt, werden Menüs serviert, die so lecker und fantasievoll sind, dass man ein Essen hier zu den besten kulinarischen Erlebnissen des Landes zählen kann.

An- & Weiterreise

Täglich verkehren fünf Züge zwischen Oslo (ab 593 nkr, 4½ Std.) und Bergen (ab 368 nkr, 2½ Std.) mit Halt in Finse.



Bergen & die südwestlichen Fjorde

Inhalt ➡

Bergen.....159
Voss.....187
Hardangerfjord.....191
Eidfjord.....194
Kinsarvik & Lofthus...196
Rosendal.....200
Haugelandet & Ryfylke.....202
Stavanger.....205
Lysefjord.....213

Gut essen

- Lysverket (S. 172)
- Colonialen Litteraturhuset (S. 172)
- Renaa Matbaren (S. 210)
- Pingvinen (S. 171)
- Bien (S. 172)

Schön übernachten

- Hotel Park (S. 169)
- Stalheim Hotel (S. 191)
- Utne Hotel (S. 198)
- Patina (S. 190)
- Sandven Hotel (S. 192)

Auf nach Bergen

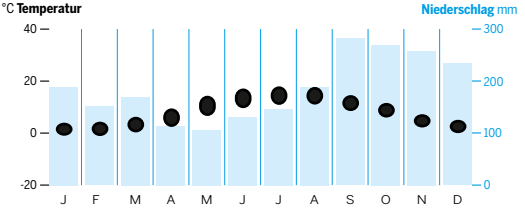
Wenn man nur einen kleinen Teil Norwegens bereisen könnte und dennoch das Wesen dieses herrlichen Landes erfassen wollte, sollte man diese Region auswählen.

Mit seinen von weiß getünchten Holzhäuschen gesäumten Straßen, die vom geschäftigen Hafen Vågen steil bergauf führen, zählt das coole, kultivierte Bergen zu den schönsten Städten der Welt. Schon für sich genommen ist es einen Besuch wert, zudem dient es als guter Ausgangspunkt für Reisen in den herrlichen Hardangerfjord mit seinen wunderschönen Uferdörfern. Auch der weit verzweigte Sognefjord ist von hier aus schnell erreicht und noch etwas weiter entfernt liegt Voss, ein absolutes Muss für Adrenalin-Junkies.

Das boomende Stavanger unten im Süden ist ein lohnender Zwischenstopp auf dem Weg zum Lysefjord, der hoch über seinen eisblauen Wassern gleich zwei typische Postkartenmotive bietet: den Preikestolen (Predigtstuhl) und den Kjeragbolten.

Reisezeit

Bergen



Juni Extremsport und Musik gibt's beim Bergen International Festival und beim Veko in Voss.

Mai Die Obstplantagen des Hardangerfjord stehen in voller Blüte.

Juli & Aug. Perfekte Wanderbedingungen am Preikestolen.

BERGEN

258 496 EW.

Umgeben von sieben Hügeln und sieben Fjorden ist Bergen eine ausgesprochen reizvolle Stadt. Herzstück ist das wunderschöne Unesco-Weltkulturerbe Bryggen und in nächster Nähe warten Berge, Fjorde und das Meer. Daneben gibt es ein dynamisches kulturelles Leben zu entdecken, das einer zehnmal größeren Stadt würdig wäre, sowie eine florierende Restaurant- und Cafészene, faszinierende Kunstsammlungen und exzellente Konzertstätten.

Geschichte

Im 12. und 13. Jh. war Bergen die Hauptstadt Norwegens und die bedeutendste Stadt des Landes. Im 13. Jh. schlossen sich freie Städte im heutigen Deutschland zu Handelsbünden zusammen, von denen die Hanse mit Sitz in Lübeck der einflussreichste war. Zu ihrer Blütezeit umfasste sie 150 Städte und war die stärkste Wirtschaftsmacht in Nordeuropa. Der geschützte Hafen von Bryggen lockte die Händler der Hanse in Scharen. 1360 eröffneten sie hier ihr erstes Büro und Bryggen entwickelte sich zu einer der vier ausländischen Zentralen des Bundes. Zeitweise lebten hier bis zu 2000 deutsche Händler, die Getreide importierten und Stockfisch sowie andere Erzeugnisse exportierten.

Über 400 Jahre lang wurde Bryggen von einer eingeschworenen Gemeinde deutscher Kaufleute dominiert, die sich mit den Norwegern nicht vermischen durften. Im 15. Jh. besiegelten die harte Konkurrenz holländischer und englischer Schifffahrtsgesellschaften, innere Konflikte und vor allem der Schwarze Tod (70 % der Einwohner Bergens fielen ihm zum Opfer) den Niedergang der Hanse.

Im frühen 17. Jh. war Bergen dennoch erneut das Handelszentrum Skandinaviens und mit 15 000 Einwohnern die bevölkerungsreichste Stadt Norwegens. Viele Kaufleute der Hanse entschlossen sich im 17. und 18. Jh., die norwegische Staatsangehörigkeit anzunehmen und sich der örtlichen Gemeinde anzuschließen. Bryggen blieb auch weiterhin ein bedeutendes Zentrum des Seehandels, bis 1899 die Büros der Hanse geschlossen wurden.

Sehenswertes

Ein Spaziergang durch Bergens historische Viertel ist Pflicht. Am reizvollsten sind dabei neben Bryggen die ruhigen Straßen, die hinter der Station der Fløibanen (Seilbahn) den Hang hinaufführen, Nordnes (die nordwestlich vom Stadtzentrum gelegene Halbinsel, inklusive der Südseite des Haupthafens) und Sandviken (das Gebiet nördlich der Håkonshallen).

Zentrum

★Bryggen HISTORISCHES VIERTEL

(Karte S. 166 f.) Bergens ältestes Viertel erstreckt sich entlang der Ostseite des Hafens Vågen („der Landeplatz“). Die geduckten Häuser auf geschichteten Steinfundamenten und mit inzwischen rekonstruierten Verkleidungen aus groben Holzplanken reihen sich in langen, parallelen Zeilen aneinander. Die Szenerie ist zweifellos zauberhaft, ein Besuch kann allerdings recht anstrengend werden, wenn man in eine Gruppe Kreuzfahrt- oder Reisebustouristen gerät.

Die 58 Gebäude (andere Zählungen nennen 61), die heute noch stehen, umfassen eine Grundfläche von 13 000 m² und machen etwa 25 % der ursprünglichen Bebauung aus. Sie wurden nach dem Brand von 1702 errichtet, doch der Grundriss des Viertels geht bis auf das 12. Jh. zurück. Archäologische Funde lassen vermuten, dass der Kai einst weiter landeinwärts lag, 140 m von seiner heutigen Lage entfernt.

Im frühen 14. Jh. standen in Bryggen 30 Holzgebäude. Üblicherweise wurde jedes von mehreren Handelsfirmen *(stuer)* gemeinsam genutzt. Sie waren zwei- bis dreistöckig und beherbergten sowohl Geschäftsräume als auch Wohnungen und **Lagerhäuser** (Karte S. 166 f.). Jedes hatte einen Kran zum Be- und Entladen der Schiffe sowie einen Gemeinschaftsraum, die *schøtstue*, in der Angestellte sich versammen und essen konnten.

Bryggens Gässchen haben sich zu einem Tummelplatz für Künstler und Handwerker entwickelt. An jeder Ecke gibt es fantastische kleine Läden und Boutiquen zu entdecken. Noch heute hat der Bereich rund um den Kai die familiäre Atmosphäre einer kleinen Hafengemeinde und ein Bummel durch Bryggen gehört zweifellos zu den Highlights in Bergen.

➡ Hansemuseum & Schøtstuene

(Karte S. 166 f.; www.museumvest.no; Finnegårdsgaten 1a & Øvregaten 50; Erw./Kind 70 nkr/frei; Juli–Aug. 9–18 Uhr, Sept.–Mai Di–Sa 11–14, So bis 16 Uhr) Das interessante Museum bietet einen guten Einblick in das Leben der Hansekaufleute. In einem Holzhaus aus dem Jahr 1704

hebt es besonders den Kontrast zwischen den kargen Wohn- und Arbeitsbedingungen der Seeleute und Lehrlinge und dem komfortablen Lebensstil der Handelsleute hervor.

Zu den Highlights gehören das Büro des Kontorchefs, seine private Schnapsbar und das Sommerschlafzimmer; außerdem die Schlafräume der Gesellen, wo sich je zwei Männer ein Bett teilten, der Fischlagerraum und die fiskeskrue („Fischschraube"), in der jeden Monat über eine halbe Million Kilogramm Fisch gepresst und verarbeitet wurde.

Eine sinnvolle Ergänzung zum Hansemuseum ist ein Besuch des **Schøtstuene** (Karte S. 166 f.; Øvregaten 50). In dem rekonstruierten alten Versammlungssaal trafen sich die Hansekaufleute zu geschäftlichen Zusammenkünften und auch zu Biergelagen.

➡ Bryggens Museum

(Karte S. 166 f.; www.bymuseet.no; Dreggsallmenning 3; Erw./Kind 70 nkr/frei; ⏲ Mitte Mai–Aug. 10–16 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Dieses archäologische Museum wurde am ersten Siedlungsort von Bergen errichtet. Zu den Ausstellungsstücken gehören auch die bei den Ausgrabungen freigelegten 800 Jahre alten Fundamente sowie u. a. mittelalterliche Werkzeuge, Keramikgefäße, Schädel und Runensteine. Besonders spannend ist die ständige Ausstellung über die Stadt Bergen um 1300.

➡ Thetamuseum

(Karte S. 166 f.; Enhjørningsgården; Erw./Kind 20/10 nkr; ⏲ Juni–Aug. Di, Sa & So 14–16 Uhr) Die fantastische Rekonstruktion des Hauptquartiers einer geheimen Widerstandsbewegung, die 1942 von den Nazis entdeckt wurde, besteht nur aus einem Raum und ist heute das kleinste Museum des Landes. Noch immer ist es eine Herausforderung, es zu finden. Es liegt hinter dem Enhjørningen Restaurant; man muss durch die Passage gehen und die Stufen zum dritten Stock raufklettern.

KODE

KUNSTGALERIE

(✆ 55 56 80 00; kodebergen.no; Erw./Kind 100 nkr/frei, Do Stud. frei) Bergens Kunstmuseen sind unter der Verwaltung des KODE zusammengefasst und bilden gemeinsam eine der größten Kunst- und Designsammlungen Skandinaviens. Sie sind in vier separaten architektonisch eindrucksvollen Gebäuden am See Lille Lungegård untergebracht, jedes mit einer speziellen Ausrichtung.

Auf dem KODE-Areal findet man zudem das Lysverket (S. 172), eines der besten Bar-Restaurants der Stadt, und das hübsche Café Smakverket (S. 174). Das Ticket gilt zwei Tage lang für alle vier KODE-Museen, zudem erhält man 30 % Rabatt für das Edvard-Grieg-Museum Troldhaugen.

➡ KODE 1

(Karte S. 162; Nordahl Bruns gate 9) Das eindrucksvolle Gebäude von 1897 beherbergt eine große Sammlung aus Designerstücken und Haushaltsgegenständen, von prachtvollen Rokoko-Schränken bis hin zu Küchenutensilien von Alessi und Stühlen von Arne Jacobsen. Besonders bemerkenswert sind Ole Bulls wunderschöne Gasparo-da-Salo-Geige von 1562 mit kunstvollen Schnitzereien von Benvenuto Cellini und die dramatisch in Szene gesetzte Dauerausstellung im zweiten Stock mit hiesigem Silber.

➡ KODE 2

(Karte S. 162; Rasmus Meyers allé 3) Hier gehören mehrere Sonderausstellungen pro Jahr sowie eine Sammlung zeitgenössischer Kunst mit dem Fokus auf norwegischen und skandinavischen Künstlern ab den 1980er-Jahren zum Programm. Im Erdgeschoss sind das Cafe Smakverket (S. 174) und ein toller Galerieladen untergebracht.

➡ ★KODE 3

(Karte S. 162; Rasmus Meyers allé 7) Die **Edvard-Munch-Ausstellung** der Rasmus-Meyer-Sammlung zählt zu den besten der Welt und wird dennoch sehr viel weniger besucht als das Munch-Museum und die Nationalgalerie in Oslo. Die wunderschön gestalteten intimen Räume bilden die ideale Kulisse, um sich mit den Schlüsselwerken des Künstlers zu beschäftigen. Dazu gehören mehrere Stücke seines Lebensfrieses – *Eifersucht, Melancholie, Frau in drei Stadien, Abend auf der Karl Johans gate* und *Am Sterbebett* –, einer Bilderserie, die verschiedene Aspekte der Psyche zeigt.

Interessant und atmosphärisch sind außerdem die Werke von norwegischen Malern des 18. und 19. Jhs. wie J. C. Dahl, Harriet Backer, Erik Werenskiold und Gerhard Munthe sowie die Zimmer mit ungewöhnlicher historischer Einrichtung aus der Region Bergen.

Rasmus Meyer, ein Bergener Geschäftsmann und Philanthrop, war einer der ersten bedeutenden Sammler von Munchs Kunst. Er erwarb wichtige Werke aus jeder seiner Schaffungsperioden. Das Gebäude von 1924 wurde von Ole Landmark speziell für Meyers außerordentliches Geschenk entworfen.

Im Juli und August finden immer samstags und sonntags um 12 Uhr englischspra-



Highlights

1 Bummeln durch das historische Viertel und Unesco-Weltkulturerbe **Bryggen** (S. 159) in Bergen.

2 Auf die hoch über dem Lysefjord gelegenen Aussichtspunkte **Preikestolen** (S. 213) oder **Kjeragbolten** (S. 214) klettern.

3 Eine entspannte Bootstour vom friedlichen Ulvik über den **Hardangerfjord** (S. 191) unternehmen.

4 Sich in den Hafenbars in **Stavanger** (S. 211) hiesiges Bier schmecken lassen.

5 Im **Stalheim Hotel** (S. 191) mit der besten Aussicht Norwegens aufwachen.

6 Auf (oder durch) den Berg zum über dem Eidfjord gelegenen **Kjeåsen-Hof** (S. 194) hochsteigen.

7 Gletscherwandern auf der Eisdecke im **Folgefonna-Nationalpark** (S. 200).

8 Mit Parasail oder Para-Bungee die Welt von oben betrachten oder die Fjorde von **Voss** (S. 189) per Kajak erkunden.



chige Führungen durch die Munch-Räume statt. Der Preis für die Führungen ist im Eintritt enthalten.

➡ KODE 4

(Karte S. 162; Rasmus Meyers allé 9) Das funktionelle Gebäude von schmuckloser Schönheit aus den 1930er-Jahren wurde 2003 in ein Museum umgewandelt, ursprünglich diente es als Hauptsitz des städtischen Elektrizitätswerks. Zu sehen ist eine große Dauerausstellung mit modernistischen Werken europäischer Künstler wie Klee, Picasso und Miró sowie eine Galerie mit Bildern des norwegischen Landschaftsmalers Nikolai Astrup.

Astrups neuromantische, fast naive Gemälde, Zeichnungen und Holzschnitte zeigen die Fjorde, Felder und Berge seiner Heimatregion Jølster sowie das traditionelle Leben dort zu Beginn des 20. Jhs. Seine Werke sind eine inspirierende Einführung zu eigenen Erkundungstouren in den Westen des Landes.

Kleine Kunstliebhaber sind im **Kunst-Lab**, Norwegens erstem Kunstmuseum für Kinder, genau richtig. Hier werden den Kids spielerisch und interaktiv Werke von Gauguin, Miró, Picasso und Slettemark nähergebracht.

Das Restaurant mit Bar Lysverket (S. 172) befindet sich im Erdgeschoss.

Bergen Kunsthall

KUNSTMUSEUM

(Karte S. 162; www.kunsthall.no; Rasmus Meyers allé 5; Erw./Kind 50 nkr/frei, Do ab 17 Uhr frei; ⏲ Di–So 11–17, Do bis 20 Uhr) Bergens erste Adresse für zeitgenössische Kunst zeigt bedeutende Ausstellungen internationaler und norwegischer Maler. Meist ist die gesamte Fläche einem Künstler gewidmet. Die glamouröse, klare Architektur aus den 1930er-Jahren ist schon für sich genommen eine Attraktion. Im Landmark (S. 174), einem angeschlossenen Veranstaltungsort mit Bar, gibt es Video- und Elektronikkunst, Konzerte, Filme, Vorführungen und Vorträge.

Bergen Zentrum

Highlights
1 KODE 3 ..... C2

Sehenswertes
2 Bergen Kunsthall C2
3 Kulturhistorische Sammlung A3
4 KODE 1 ..... B2
5 KODE 2 ..... B2
6 KODE 4 ..... C2
7 Lepramuseum D1
8 Naturhistorische Sammlung B3
9 Seefahrtsmuseum A3

Schlafen
10 Citybox C3
11 Clarion Collection Hotel Nr. 13 ..... B1
12 Grand Hotel Terminus D2
13 Hotel Park C3
14 Marken Gjestehus D1
15 Skiven Gjestehus D1
16 Steens Hotell B4

Essen
17 Colonialen Restaurant D1
18 Hanne på Høyden C3
Lysverket ..... (siehe 6)
19 Pingvinen B2
20 Royal Gourmetburger og Gin A1
21 Wesselstuen B1

Ausgehen & Nachtleben
22 Apollon B2
23 Blom B3
24 Café Opera A1
25 Don Pippo B2
Fincken ..... (siehe 22)
26 Garage B2
27 Henrik B4
Landmark ..... (siehe 2)
28 Legal B2
29 Naboen B2
30 Nobel Bopel B4
Smakverket ..... (siehe 5)
Terminus Bar ..... (siehe 12)
31 Ujevnt B2

Unterhaltung
32 Café Sanaa D2
33 Grieghallen C3
34 Hulen C4
Logen ..... (siehe 21)

Shoppen
35 Pepper B2

Rosenkrantztzurm
BURGTURM

(Rosenkrantztårnet; Karte S. 166 f.; www.bymuseet.no; Bergenhus; Erw./Kind 60 nkr/frei; Mitte Mai–Aug. 9–16 Uhr, Sept.–Mitte Mai So 12–15 Uhr) Der um 1560 von Erik Rosenkrantz, einem Gouverneur Bergens, errichtete Turm war zugleich Wohnung und Verteidigungsposten. Er umfasst auch Teile des Burgfrieds (1273) von König Magnus Lagabøte („Magnus der Gesetzesverbesserer“) und der um 1520 entstandenen Befestigungsanlage von Jørgen Hansson.

Håkonshallen
HISTORISCHES GEBÄUDE

(Karte S. 166 f.; www.bymuseet.no; Bergenhus; Erw./Kind 60 nkr/frei; Mitte Mai–Aug. 10–16 Uhr, Sept.–Mitte Mai 12–15 Uhr) Diesen großen Festsaal direkt neben dem Rosenkrantzturm ließ König Håkon Håkonsson zwischen 1247 und 1261 erbauen. Zur Hochzeit und Krönung seines Sohnes war er fertig. Das Dach wurde 1944 bei der Explosion eines holländischen Munitionsschiffs weggepustet, später aber aufwendig restauriert. Im Sommer finden stündlich Führungen statt.

Mariakirken
KIRCHE

(Karte S. 166 f.; Dreggen) Diese Steinkirche mit romanischem Portal und Zwillingstürmen stammt aus dem frühen 12. Jh. und ist Bergens ältestes Gebäude. Drinnen beeindrucken die Fresken aus dem 15. Jh. und die prächtige Barockkanzel, die 1676 von hanseatischen Kaufleuten gestiftet wurde.

Lepramuseum
LEPRAMUSEUM

(Lepramuseet; Karte S. 162; St. Jørgens Hospital, Kong Oscars gate 59; Erw./Kind 70 nkr/frei; Mitte Mai–Aug. 11–15 Uhr) Die meisten Gebäude des St.-Jørgens-Krankenhauses wurden erst im 19. Jh. erbaut, die anderen dienten im Mittelalter schon als Leprosorium. Die Ausstellungsstücke sind sehr viel weniger erschreckend, als der Name vermuten lässt. Sie illustrieren Norwegens Verdienste in der Lepraforschung, vor allem die Arbeit von Dr. Armauer Hansen, der 1873 in Bergen den Leprabazillus entdeckte und der Krankheit ihren modernen Namen gab.

Bergen Museum
MUSEUM

(www.uib.no/bergenmuseum; Erw./Stud. & Kind Kombiticket 50 nkr/frei; Juni–Aug. Di–Fr 10–16, Sa & So 11–16 Uhr) Das Museum hat zwei Sammlungen in verschiedenen Gebäuden. Die **Kulturhistorische Sammlung** (Kultur-Historik Samlinger; Karte S. 162; Haakon Sheteligs plass 10) umfasst Wikingerwaffen, mittelalterliche Altäre, Volkskunst und Möbel aus verschiedenen Epochen, Abteilungen über die Kulturen

der Inuit und der Aleuten sowie Ausstellungsstücke zu verschiedensten Themen von Henrik Ibsen bis hin zu ägyptischen Mumien. Zu Redaktionsschluss war die Schließung der **Naturhistorischen Sammlung** (Naturhistorisk Samlinger; Karte S. 162; 55 58 29 20; Muséplass 3) wegen Renovierung bis 2018 geplant.

Seefahrtsmuseum MUSEUM
(Sjøfartsmuseet; Karte S. 162; www.bsj.uib.no; Haakon Sheteligs plass 15; Erw./Stud. & Kind 50 nkr/frei; Juni–Aug. Mo–Fr 10–16, Sa & So ab 11 Uhr, Sept.–Mai 11–15 Uhr) Bergens Seefahrtsmuseum zeigt Schiffe von der Wikingerzeit bis heute sowie Ausstellungsstücke zur reichen Geschichte der norwegischen Seefahrt.

Bergen Akvariet AQUARIUM
(www.akvariet.no; Nordnesbakken 4; Erw./Kind 250/150 nkr; 10–18 Uhr) An der Spitze der hübschen Halbinsel Nordnes liegt Bergens Aquarium. Es umfasst ein großes Freiluftbecken mit Seehunden und Pinguinen sowie 70 Aquarien im Gebäude, außerdem Schlangen, Krokodile und einen Haifischtunnel. Mehrmals am Tag gibt es Schaufütterungen der Robben und Pinguine. Das Aquarium ist vom Torget aus zu Fuß in 20 Minuten zu erreichen, aber auch mit der Vågen Fähre oder der Buslinie 11.

Domkirche Bergen DOM
(Domkirke; Karte S. 166 f.; 55 31 58 75; Domkirkeplass 1; Eintritt frei; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 11–16 Uhr, sonst Di–Fr 11–12.30 Uhr) Den Dom zu Bergen, auch bekannt als St. Olav, zieren Steinmetzarbeiten in der Eingangshalle. Sie stammen von den gleichen Handwerkern, die auch den Kapitelsaal der Westminster Abbey in London gestalteten. Von Mitte Juni bis Ende August werden an Donnerstagen und Sonntagen kostenlose Orgelkonzerte (S. 177) gespielt.

Rund um Bergen

★Edvard-Grieg-Museum MUSEUM
(Troldhaugen; griegmuseum.no; Troldhaugvegen 65, Paradis-Bergen; Erw./Kind 90 nkr/frei; Mai–Sept. 9–18 Uhr, Okt.–April 10–16 Uhr) Der Komponist Edvard Grieg und seine Frau Nina Hagerup verbrachten die Sommermonate von 1885 bis zum Tod Griegs 1907 in dieser charmanten Holzvilla im Schweizer Stil. Inmitten duftender hügeliger Gärten in recht ländlicher Kulisse auf einer Halbinsel am See Nordåsvatnet ist sie südlich von Bergen an der Küste ein wirklich charmantes Besucherziel. Neben Griegs Wohnhaus gibt es ein modernes Ausstellungszentrum und eine Konzerthalle für 200 Zuschauer. Kleines Highlight ist die winzige **Komponistenhütte** am See, wo Grieg Ruhe und Inspiration fand.

Von Juni bis Mitte September gibt es um 11.30 Uhr täglich eine **Bustour** (Erw./Kind/Stud. & Sen. 250/100/200 nkr) ab der Touristeninformation (S. 178) inklusive Transport, Eintritt und einem kurzen Klavierkonzert; es ist ratsam, sich im Voraus um Tickets zu kümmern. Über Konzerte im Sommer informieren die Website und die Touristeninformation. Ein kostenloser Shuttlebus bringt Besucher zu Abendvorstellungen. Wer mit öffentlichen Verkehrsmitteln anreist, steigt am besten im Zentrum in die Stadtbahn nach Nesttun (2-Std.-Ticket 36 nkr) und fährt bis zur Haltestelle „Hop“; von dort führt ein 20-minütiger beschilderter Weg zum Ziel.

Harald-Sæverud-Museum MUSEUM
(Siljustøl; siljustolmuseum.no; Siljustølveien 50, Råda; Erw./Kind 60 nkr/frei; Ende Juni–Mitte Aug. So 12–16 Uhr) Der Komponist Harald Sæverud und seine Frau Marie lebten in diesem einfachen Holzhaus, 3 km südlich von Troldhaugen. Es wurde in den 1930er-Jahren aus Naturstein und unbehandeltem Holz errichtet, damit es sich harmonisch in die umgebende Natur einfügt. Das Wohnhaus ist mit Bus Nr. 30 von Plattform 20 des Busbahnhofs zu erreichen.

Ole-Bull-Museum MUSEUM
(Museet Lysøen; www.lysoen.no; Erw./Kind mit Führung 40/10 nkr; Mitte Mai–Aug. 11–16 Uhr, Sept. nur So) Dieses wunderschöne Anwesen auf der gleichnamigen Insel entstand 1873 als Sommerresidenz von Norwegens „erstem Superstar“, dem Violinisten Ole Bull. Die extravagant-fantastische „kleine Alhambra“ wurde von Bull und Conrad Fredrik von der Lippe entworfen und ist stark von der maurischen Architektur Granadas geprägt. Neben filigranem Gitterwerk und Verzierungen gibt es hier Zwiebeltürme, romantische Gartenwege, italienische Marmorsäulen und einen stattlichen Konzertsaal aus norwegischer Kiefer zu bewundern.

Die Anlage durchziehen kreuz und quer insgesamt 13 km Spazierwege und auch ein kleines Café gibt es. Vom Buena-Kai verkehrt eine Passagierfähre (Erw./Kind 60/30 nkr, 8 Min., 11–15 Uhr stündl.) zur Insel. Vom Busbahnhof Bergin fahren Skyss-Busse in unregelmäßigen Abständen nach Buena.

Damsgård HERRENHAUS
(www.bymuseet.no; Alleen 29, Laksevåg; Erw./Kind 60 nkr/frei; Juni–Aug. 12–16 Uhr, Führungen 12 & 14 Uhr) Das 1770 erbaute Herrenhaus Damsgård, 3 km westlich der Stadt, ist vielleicht Norwegens (wenn nicht sogar Europas) schönstes Beispiel für Holzarchitektur aus dem Rokoko des 18. Jhs. Ein Highlight ist der (wunderbar überladene) Garten mit Skulpturen, Teichen und Pflanzen, wie sie vor 200 Jahren üblich waren. Anfahrt mit Bus Nr. 19 vom Zentrum.

Fantoft Stavkirke STABKIRCHE
(Stabkirche Fantoft; Paradis; Erw./Kind/Stud. 40/15/25 nkr; Mitte Mai–Mitte Sept. 10.30–18 Uhr) Die Stabkirche im grünen südlichen Vorort Paradis wurde ca. 1150 in Sognefjord erbaut und 1883 hierherverlegt. Tatsächlich handelt es sich um eine Rekonstruktion, da der Originalbau Anfang der 1990er-Jahre von Mitgliedern der Black-Metal-/Neopaganismus-Szene niedergebrannt wurde. Das **Turmkreuz**, ursprünglich aus Sola in Rogaland, stammt aus dem Jahr 1050.

Von Bergen fährt die Stadtbahn nach Fantoft (2-Std.-Ticket 36 nkr) hierher.

Aktivitäten

Fløibanen SEILBAHN
(Karte S. 166 f.; www.floibanen.no; Vetrlidsalmenning 21; Erw./Kind hin & zurück 85/43 nkr; Mo–Fr 7.30–23, Sa & So 8–23 Uhr) Den spektakulärsten Blick auf die Stadt bietet die Standseilbahn Fløibanen, die alle 15 Minuten mit einer Steigung von 26 Grad zum Gipfel des Fløyen (320 m) hinauftuckert. Oben führen gut ausgeschilderte Wanderwege in den Wald. Sie sind auch in den kostenlosen Fløyen-Wanderkarten eingezeichnet, die im Fremdenverkehrsbüro in Bergen (S. 178) zu bekommen sind.

Weg Nr. 2 zieht eine 1,6 km lange Schleife um den See Skomakerdiket, Weg Nr. 1 ist ein 5 km langer Rundweg über Hügel, durch Wälder und an mehreren Seen vorbei. Eine sehr angenehme 40-minütige Wanderung vom Fløyen zurück zur Stadt führt über den Weg Nr. 4 – diesem einfach im Uhrzeigersinn bis zum Anschluss an Weg Nr. 6 folgen, der dann zum Hafen zurückführt.

Ulriken643 SEILBAHN
(www.ulriken643.no; Erw./Kind hin & zurück 150/80 nkr, mit Bus 250/140 nkr; Mai–Sept.

FJORDTOUREN AB BERGEN

In Bergen werden Dutzende Fjordtouren angeboten. Eine vollständige Auswahl hat die Touristeninformation (S. 178); dort und online kann man Tickets kaufen. Inhaber der Bergen Card (S. 177) erhalten oft Rabatte. Eine gute Übersicht bietet die Broschüre der Touristeninformation *Round Trips – Fjord Tours & Excursions*, die auch Touren von Privatunternehmen enthält. Zu den attraktivsten Ausflügen zählen folgende:

Fjord Tours (81 56 82 22; www.fjordtours.com) Fjord Tours hat sich zur Aufgabe gemacht, mit seinen Fjordtouren möglichst viel in möglichst kurzer Zeit zu schaffen. Die ganzjährig angebotene beliebte Tour **Norway in a Nutshell** (Norwegen in einer Nussschale) ist ein fantastisches Erlebnis. An einem Tag bekommt man hier weit mehr zu sehen, als man für möglich halten würde.

Das Tagesticket (Erw./Kind 1145/585 nkr) ab Bergen gilt für einen Frühzug nach Voss, für den Bus zum Stalheim Hotel und dann nach Gudvangen, für die Fähre von dort durch den spektakulären Nærøyfjord nach Flåm, für die faszinierende Bergeisenbahn nach Myrdal und den Zug zurück nach Bergen, der rechtzeitig zu einem späten Abendessen ankommt. Für 1550/790 nkr pro Erw./Kind kann man auch bis Oslo weiterreisen, Ankunft dort gegen 22 Uhr.

Von Mai bis September stehen weitere Rundfahrten per Bus, Bahn und Schiff ab Bergen auf dem Programm, etwa die zehnstündige Exkursion **Explore Hardangerfjord** (Erw./Kind 1180/490 nkr) über Voss, Ulvik, Eidfjord und Norheimsund, oder die Bootstour **Sognefjord in a Nutshell** (Erw./Kind 1340/670 nkr). Außerdem werden Viertagestouren u. a. über Oslo, Sognefjord, Geiranger und Ålesund angeboten (Erw./Kind 5560/3460 nkr).

Rødne Fjord Cruise (Karte S. 166 f.; 51 89 52 70; www.rodne.no; Mai–Aug.) Rødne Fjord Cruise bietet eine siebenstündige Ausflugsfahrt (Erw./Kind 725/325 nkr) nach Rosendal, die in Bergen um 9 Uhr mit der Fähre startet. Im Preis enthalten ist ein 3½-stündiger Aufenthalt in Rosendal, ein Mittagessen und eine Führung durch das Baroniet Rosendal. Rückfahrt nach Bergen um 16.15 Uhr.

Bryggen & Hafen Vågen



9–21 Uhr, Okt.–April Di–So 9–17 Uhr) Bergens Seilbahn fährt zum Funkturmcafé auf dem Ulriken (643 m), der einen Panoramablick über die Stadt und die umliegenden Fjorde und Berge bietet. Von Mitte Mai bis September fährt zwischen 9 und 21 Uhr alle halbe Stunde ein traditioneller Bus vom Torget-Fischmarkt zur Talstation der Bahn. Ansonsten ist es vom Zentrum ein 45-minütiger Fußmarsch oder eine kurze Busfahrt (Linie 2, 31, 50).

Einheimische fahren gerne mit der Seilbahn nach oben und wandern dann über den ausgeschilderten Weg nach Norden (4–6 Std.) zur Bergstation der Standseilbahn Fløibanen.

Nordnes Sjøbad SCHWIMMBAD
(Öffentliches Schwimmbad; ☎ 53 03 91 90; Nordnes parken; Erw./Kind 65/30 nkr; ⏲ Juni–Aug. 7–19 Uhr) Das beheizte öffentliche Schwimmbecken direkt am Hafen ist bei Einheimischen jedes Alters sehr beliebt. Die Anlage lädt zum Sonnen und Picknicken ein.

Geführte Touren

Bergen Fjord Sightseeing BOOTSTOUREN
(White Lady; ☎ 55 25 90 00; www.rodne.no; Hafenrundfahrt Erw./Kind/Fam. 150/80/350 nkr, Fjordfahrt 500/300/1250 nkr) Zum Angebot gehören einstündige Hafenrundfahrten in einer



altehrwürdigen Fähre mit hübscher Sicht auf Bryggen und die umliegenden Hügel sowie vierstündige Fjordtouren nach Osterfjord nördlich von Bergen. Die Fähren legen am Hafen neben dem Fischmarkt ab (Juni–Aug. tgl., Fjordfahrt 14.30 Uhr, Hafenrundfahrt 11.30 oder 13 Uhr).

City Sightseeing Bergen BUSTOUR
(www.citysightseeingbergen.com; Erw./Kind/Fam. 150/100/400 nkr; Mai–Sept. 9–16.30 Uhr, halbstündl.) Dieser täglich verkehrende Sightseeing-Bus steuert in einer Rundtour die üblichen Highlights von Gamle Bergen bis zum Aquarium an; dabei kann man beliebig oft aus- und wieder zusteigen. Das Ganze wird begleitet von Kommentaren in acht verschiedenen Sprachen.

Fonnafly RUNDFLÜGE
(55 34 60 00; www.fonnafly.no) Der nationale Veranstalter bietet individuelle Rundflüge an. Der Ausblick über die Fjorde ist ein unvergessliches Erlebnis. Die Preise beginnen bei 4000 nkr für drei Passagiere.

Führungen durch Bryggen STADTSPAZIERGANG
(Karte S. 166 f.; 55 58 80 30; Erw./Kind 120 nkr/frei; Juni–Aug. Start 11 Uhr, 12 Uhr auf Englisch) Das Bryggens Museum (S. 159) bietet gute geführte Spaziergänge durch die hübschen Gassen von Bryggen. Sie dauern 90 Minuten und beginnen am Museum. Geschildert wird unter anderem das Leben in Bryggen zu Zeiten der Handelsblüte. Im Ticket enthalten sind der Eintritt zum Bryggens Museum, zum Schøtstuene und zum Hansemuseum (später am selben Tag kann man die Museen noch einmal besuchen).

Feste & Events

Eine vollständige Liste der Veranstaltungen gibt's auf www.visitbergen.com.

Night Jazz Festival MUSIK
(www.nattjazz.no) Das Jazzfestival im Mai ist beliebt bei Bergens großer Studentengemeinde.

Bergenfest MUSIK
(www.bergenfest.no) Internationales Musikfestival im Juni.

Internationale Festspiele in Bergen KULTUR
(www.fib.no) 14-tägiges großes Kulturfestival Ende Mai; Höhepunkt des Jahres, mit Tanz, Musik, Theater und Kunstshows in der ganzen Stadt.

Bergen Gourmetfestival ESSEN
(www.matfest.no) Messe für lokale kulinarische Erzeugnisse (u. a. Walfleisch) im September.

Bergen Internationales Filmfestival FILM
(www.biff.no) Ende September/Anfang Oktober.

Schlafen

In Bergen gibt es gute Hotels, die jedoch stets im Voraus gebucht werden sollten. Im Sommer und zu Festivals kommen jede Menge Besucher und auch bei unbekannteren Events und Konferenzen im ganzen Jahr sind die Unterkünfte schnell ausgebucht.

Die Touristeninformation bietet eine Zimmerreservierung auf der Website und direkt vor Ort.

Bryggen & Hafen Vågen

Highlights
1 Bryggen C2

Sehenswertes
2 Domkirche Bergen F5
Bryggener Lagerhäuser ..... (siehe 1)
3 Bryggens Museum C1
4 Håkonshallen A1
5 Hanseatisk Museum & Schøtstuene D3
6 Mariakirken C1
7 Rosenkrantzturm A1
8 Schøtstuene C2
9 Theta Museum C2

Aktivitäten, Kurse & Touren
10 Fløibanen-Seilbahn E3
Geführte Touren durch Bryggen (siehe 3)

Schlafen
11 Augustin Hotel A3
12 Basic Hotel Victoria F5
13 Bergen Vandrerhjem YMCA D4
14 Clarion Hotel Admiral B3
15 Det Hanseatiske Hotel D3
16 Skansen Pensjonat E3

Essen
17 Bastant Bryggen C2
18 Bryggen Tracteursted C2
19 Colonialen Litteraturhuset E5
20 Kjøttbasarell D4
Pølse Kiosk ..... (siehe 21)
21 Potetkjelleren D4
22 Restaurant 1877 ..... D3
23 Torget-Fischmarkt D4

Ausgehen & Nachtleben
Altona Vinbar ..... (siehe 11)
24 Det Lille Kaffekompaniet E3
25 Kafemisjonen E4
26 Krog og Krinkel E3
27 Una Bryggeri D3

Unterhaltung
Kathedrale Bergen ..... (siehe 2)
28 Østre E5

Shoppen
29 Aksdal i Muren B4
30 Antonio Stasi Classic Cameras E3
31 Bergen Steinsenter C2
32 Røst C3
33 Schau Design E3
34 Svala & Udd C2

Marken Gjestehus
HOSTEL €

(Karte S. 162; ☎ 55 31 44 04; www.marken-gjestehus.com; Kong Oscars gate 45; B 240 nkr, EZ/DZ 705/810 nkr, mit Gemeinschaftsbad 525/610 nkr) Auf halbem Weg zwischen Hafen und Bahnhof bietet dieses Hotel-Hostel einfache moderne Zimmer. Weiße Wände und Holzdielen sorgen für helles, offenes Ambiente und farbenfrohe Stühle und Wandtattoos für gute Laune. Die Gemeinschaftsbereiche sind stilvoller, als man für den Preis erwarten würde.

Skiven Gjestehus
B&B €

(Karte S. 162; www.skiven.no; Skivebakken 17; EZ/DZ mit Gemeinschaftsbad 450/650 nkr; 📶) Das Erdgeschoss dieses traditionellen Hauses in einem ruhigen gehobenen Viertel in praktischer Lage beherbergt einfache helle Zimmer. Hochwertige Betten mit Daunendecken, Fußbodenheizung im Bad und eine Gästeküche sorgen für ein gutes Preis-Leistungs-Verhältnis.

Citybox
HOSTEL €

(Karte S. 162; ☎ 55 31 25 00; www.citybox.no; Nygårdsgaten 31; EZ/DZ/FZ 650/950/1550 nkr, ohne Bad 550/750 nkr; 📶) Die in Bergen gegründete Minikette Citybox bietet besten Hostel-/Budgethotel-Standard. Die farbenfrohen modernen Zimmer punkten mit historischen Originalelementen und wunderschönen hohen Decken. Die extragroßen Familienzimmer sind großzügig geschnitten und verfügen über Küchenzeilen. Die Gemeinschaftsbereiche, darunter ein Wäschereiraum, sind teils recht hektisch, die Mitarbeiter jedoch freundlich und hilfsbereit.

Bergen Vandrerhjem YMCA
HOSTEL €

(Karte S. 166 f.; ☎ 55 60 60 55; www.bergenhostel.no; Nedre Korskirkealmenning 4; B 195–320 nkr, EZ/DZ 600/950 nkr) Das freundliche Hostel liegt super zentral! Es bietet den üblichen Standard (getrennte und gemischte Schlafsäle, großer Küchenbereich, etc.), überzeugt jedoch mit einer großartigen Terrasse und tollem Personal. Reservierung ist das ganze Jahr über erforderlich; Bettwäsche ist im Preis enthalten.

Lone Camping
CAMPINGPLATZ €

(☎ 55 39 29 60; www.lonecamping.no; Hardangerveien 697, Haukeland; Zeltplatz 250 nkr, Hütte 570–1300 nkr) Der Campingplatz liegt am See, 20 km vor den Stadttoren zwischen Espeland und Haukeland, und ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen: Von und nach Bergen fahren Busse der Linie 900 (53 nkr, 30 Min.).

Bratland Camping CAMPINGPLATZ €
(☎ 55 10 13 38; www.bratlandcamping.no; Bratlandsveien 6, Haukeland; Zeltplatz 240 nkr, Hütte 450–1350 nkr) Der gut ausgestattete Campingplatz, 24 km südlich von Bergen, ist mit dem Bus 900 (53 nkr, 30 Min.) zu erreichen.

★Hotel Park HISTORISCHES HOTEL €€
(Karte S. 162; ☎ 55 54 44 00; hotelpark.no; Harald Hårfagresgate 35; EZ/DZ 1190/1390 nkr; 🛜) Das Hotel, dessen Mix aus Familienschätzen, Design, frischen Ideen und Freundlichkeit seinen besonderen Charakter ausmacht, betreiben die Töchter des langjährigen Besitzers. Die eleganten individuell eingerichteten Zimmer mit einer attraktiven Kombination aus Antiquitäten und modernem Komfort sind an einer ruhigen herrschaftlichen Straße in zwei Steingebäuden aus dem 19. Jh. untergebracht.

Besonders hübsch sind die lichtdurchfluteten Eckzimmer mit tollem Blick über die Dächer der Stadt und zum Fløyen. Beim Nachmittagstee (im Preis inbegriffen) werden mittlerweile legendäre Brownies serviert – unbedingt nach dem Rezept fragen! Das Zentrum liegt einen 15-minütigen Spaziergang entfernt, gute Cafés, Bars und Restaurants mit studentischer Klientel sind ganz in der Nähe.

Skansen Pensjonat PENSION €€
(Karte S. 166 f.; ☎ 55 31 90 80; www.skansen-pensjonat.no; Vetrlidsalmenning 29; EZ/DZ/Apt. 550/900/1100 nkr; 🛜) Die zuckersüße Pension mit sieben Zimmern punktet mit unschlagbarer Lage hoch oben hinter der unteren Seilbahnstation sowie mit herzlichen Besitzern und Mitarbeitern. Das Haus versprüht traditionelles Flair und die einfachen Unterkünfte sind hell und luftig. Der Ausblick vom Balkonzimmer zählt zu den besten der Stadt.

Grand Hotel Terminus HISTORISCHES HOTEL €€
(Karte S. 162; ☎ 55 21 25 00; www.ght.no; Zander Kaaesgate 6; EZ/DZ 1050/1395 nkr; 🛜) Das historische Hotel von 1928 erinnert an die opulente Vergangenheit der Zugreisen, inklusive herrschaftlicher Lobby und Geistergeschichten über einstige Bewohner. Abgesehen von den Suiten sind die Zimmer klein, jedoch hübsch eingerichtet. Von der Zugehörigkeit zur Augustin-Hotel-Familie zeugen die Liebe zum Detail und die moderne Energie, die dem altehrwürdigen Haus gerecht werden.

Klosterhagen Hotel HOTEL €€
(☎ 53 00 22 00; www.klosterhagenhotell.no; Strangehagen 2; EZ/DZ 995/1400 nkr; 🛜) Mit Nordnes treffen Übernachtungsgäste eine hervorragende Wahl. Dieses kleine schicke Hotel in guter Lage liegt inmitten der hübschen Stadthäuser und Parkanlagen, für die das Viertel bekannt ist. Beide Häfen sind zu Fuß zu erreichen, die Zimmer in attraktiven hellen Farben haben große Originalfensterrahmen, die Bäder sind klein, aber modern, und es gibt einen hübschen Garten.

Auch Alleinreisende bekommen netterweise ein Doppelzimmer, wenn denn eins verfügbar ist. Außerdem verfolgt das Hotel eine altruistische Philosophie und bietet Ausbildungsprogramme für behinderte Menschen an.

Steens Hotell HISTORISCHES HOTEL €€
(Karte S. 162; ☎ 55 30 88 88; www.steenshotel.no; Parkveien 22; EZ/DZ 1000/1350 nkr) Das hübsche Gebäude aus dem 19. Jh. ist randvoll mit historischen Details, vom elegant geschwungenen Treppenaufgang bis zum prächtigen Speisesaal mit eindrucksvollen Buntglasfenstern. Die Zimmer sind schnörkellos, jedoch geräumig, die oberen mit hübschem Ausblick über die Baumwipfel. Das Personal ist herzlich, zudem gibt's hier die günstigsten Parkmöglichkeiten der Stadt (50 nkr).

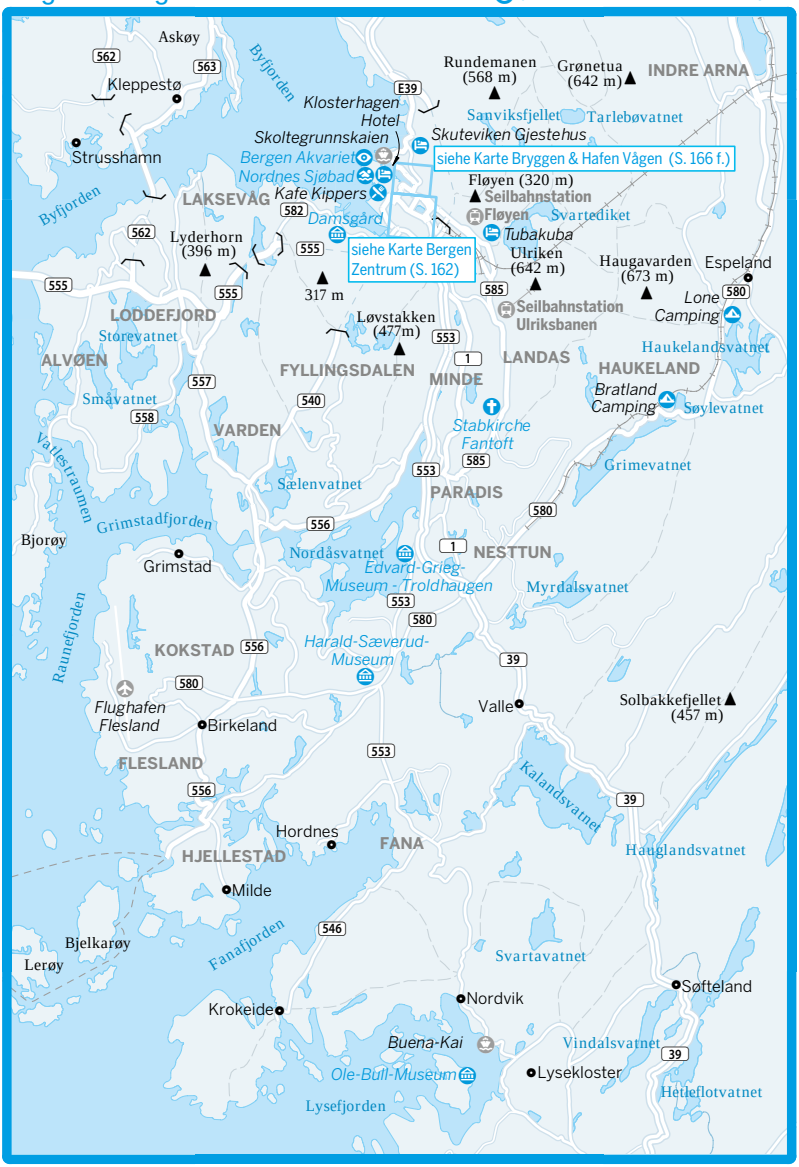
ABSEITS DER ÜBLICHEN PFADE

WALDHÜTTE

Tubakuba, Bergens einzigartige Unterkunft, ist tatsächlich umsonst. Die Waldhütte wurde von Architekturstudenten mittels experimenteller Holzmodelliertechniken gebaut. Ihr reduzierter, zweckmäßiger, organischer und sinnlicher Stil steht exemplarisch für norwegisches Design. Die Hütte soll Familien mit kleinen Kindern zu einem Aufenthalt in der Natur motivieren. Sie hat weder Wasser noch Elektrizität, bietet jedoch den Schutz und die Wärme, die ein Zelt nicht hat.

Hierher führt ein müheloser Spaziergang südöstlich von der Bergstation der Fløibanen-Seilbahn. Vor Ort bieten sich spektakuläre Ausblicke von der Klippe. Tubakuba ist im Juli und August für maximal eine Nacht verfügbar. Für Buchungen ist das **Bergen-Kommune-Büro** (☎ 55 56 62 09; www.bergen.kommune.no) zuständig; dort finden auch das „Einchecken" und die Schlüsselübergabe statt.

Region Bergen



Skuteviken Gjestehus PENSION €€
(☎ 93 46 71 63; www.skutevikenguesthouse.com; Skutevikens Smalgang 11; DZ/Dachzimmer 1100/1200 nkr; 🛜) Diese authentische holzverkleidete Pension in der kleinen Kopfsteinpflasterstraße in Sandviken zieren weiße Korbmöbel, Kissen mit Spitze und ein paar moderne Elemente. Die Zimmer ähneln eher Apartments und die Betreiber sind sehr charmant.

Basic Hotel Victoria HOTEL €€
(Karte S. 166 f.; ☎ 55 31 50 30; basichotels.no; Kong Oscars gate 29; EZ/DZ 995/1095 nkr; 🛜) Typi-

scher Standard für eine skandinavische Budgetkette: ansprechende, kleine, komfortable Zimmer ohne Extras (wie täglicher Zimmerreinigung oder persönlichem Check-in).

Clarion Collection Hotel No.13

BOUTIQUEHOTEL €€€

(Karte S. 162; ☎ 55 36 13 09; Torgallmenningen 13; DZ/Suite 2000/3500 nkr; ❄ 🛜) Mit 34 Zimmern bewahrt sich das Clarion im Zentrum das entspannt-persönliche Ambiente eines Boutiquehotels, bietet dabei jedoch den Service einer größeren Kette. Die glamourösen, attraktiven Zimmer haben dunkle Holzdielen, riesige Fernseher und jede Menge Platz, sogar in der Standardausführung. Highlight ist die Suite im oberen Stock mit einem breiten Doppelbett unter einem geschwungenen Deckenfenster.

Bei warmem Wetter bietet das sehr renommierte Lobbyrestaurant **No13** mit Bar und opulentem Design Sitzgelegenheiten im Freien. Dann können Gäste ihr Abendessen (im Preis inbegriffen) nicht nur im gemütlichen Kellergeschoss, sondern auch dort einnehmen. Die modern-nordischen Mittagsangebote (200 nkr) sind auch für Nicht-Gäste eine erschwingliche Option.

Clarion Hotel Admiral

HOTEL €€€

(Karte S. 166; ☎ 55 23 64 00; www.clarionadmiral.no; C Sundts gate 9; EZ/DZ ab 1000/1400 nkr; ❄ 🛜) Das stilvolle Hotel bietet seinen Gästen Bergens beste Aussicht, dafür sorgen die Balkonzimmer zur Hafenseite mit Panoramablick aufs Wasser Richtung Bryggen. Dank kürzlicher Renovierungsarbeiten zählt die Lobby zu den schicksten der Stadt, zudem verbinden die Zimmer Moderne mit einem der historischen Lage angemessenen Ambiente.

Augustin Hotel

HOTEL €€€

(Karte S. 166 f.; ☎ 55 30 40 00; www.augustin.no; C Sundts gate 22; EZ/DZ 1485/1665 nkr; 🛜) Bergens ältestes familienbetriebenes Hotel ist für seine Gastfreundschaft und sein Umweltbewusstsein bekannt. Die Zimmer sind nicht riesig, jedoch hell, luftig und elegant eingerichtet, insbesondere im neuen Flügel. Zusätzliche Pluspunkte gibt's für die Gratis-Waffeln in der Lobby am Nachmittag und die beliebte Weinbar Altona (S. 176).

Hafen und Innenstadt sind gut zu erreichen, zudem befinden sich verschiedene Geschäfte und Cafés in direkter Nachbarschaft.

Det Hanseatiske Hotel

HISTORISCHES HOTEL €€€

(Karte S. 166 f.; ☎ 55 30 48 00; www.dethanseatiskehotell.no; Finnegårdsgaten 2; DZ ab 1900 nkr; 🛜🚻) Das einzige Hotel, das in einem originalen Holzhaus in Bryggen untergebracht ist, verteilt sich auf zwei Gebäude, die durch einen gläsernen Fußweg miteinander verbunden sind. Die außergewöhnliche Architektur schöpft aus Bryggens Vergangenheit als Hansehafen, gemischt mit modernen Luxuselementen. Eine zweifellos atmosphärische Anlage, allerdings ist der Mix nicht in allen Zimmern gleich gut gelungen.

Essen

Bergens facettenreiche kulinarische Szene ist von einer kleinen, aber international renommierten Auswahl an traditionellen Restaurants, vielen zwanglosen Lokalen mit vornehmlich studentischer Klientel und ein paar Bastionen der westlichen Küste geprägt. Highlights sind Meeresfrüchte und Fisch.

Torget-Fischmarkt

FISCHMARKT €

(Karte S. 166 f.; www.torgetibergen.no; Torget; ⏲ Juni–Aug. 7–19 Uhr, Sept.–Mai Mo–Sa bis 16 Uhr) Die Atmosphäre des Fischmarkts ist kaum zu toppen. Direkt am Hafen und nur einen Steinwurf von Bryggen entfernt, bietet er alles von geräuchertem Lachs bis zu Calamares, Fisch mit Pommes, Fischfrikadellen, Garnelenbrötchen, Meeresfrüchtesalaten, heimischem Kaviar und manchmal sogar auch Elch und Rentier.

Kjøttbasarell

LEBENSMITTELMARKT €

(Karte S. 166 f.; Ecke Torget & Kong Oscars gate; ⏲ Mo–Mi & Fr 10–17, Do 10–18, Sa 9–16 Uhr) Auf diesem reizvollen alten Markt werden verschiedene Sorten Käse, Fleisch, Marmelade und alle sonst erdenklichen Gaumenfreuden geboten.

Pingvinen

NORWEGISCH €

(Karte S. 162; www.pingvinen.no; Vaskerelven 14; Tagesgerichte 119 nkr, Hauptgerichte 159–249 nkr; ⏲ So–Fr 13–3, Sa 12–3 Uhr) Norwegische Hausmannskost und wunderbar zwangloses Ambiente machen das Pingvinen zu einem allseits beliebten Klassiker. Hierher kommen die Einheimischen, wenn sie wie zu Großmutters Zeiten essen wollen. Die Karte wechselt regelmäßig, feste Größen sind jedoch Fischfrikadellen-Sandwichs, Rentier, Fischpasteten, Wal, Lachs, Lammhaxe und *raspeballer* (auch *komle* genannt), für die Westküste typische Kartoffelklöße. Küchenschluss ist gegen 21 Uhr, danach gibt's Snacks und gesellige Barstimmung bis spät in die Nacht.

ABSTECHER

MEERESFRÜCHTE AM MEER

Wer das **Cornelius Sjømat Restaurant** (☎56 33 48 80; www.cornelius-restaurant.no; Måseskjæret 18, Holman; 3-/5-Gänge-Menüs inkl. Transport 845/995 nkr), ein Inselrestaurant bei Bergen, besuchen möchte, muss vorab reservieren. Auf den Tisch kommen vor Ort geräucherter Lachs, Kräuter aus dem Küchengarten, täglich frisch geerntete Meeresalgen sowie Hummer, Krabben, Langusten, Jakobsmuscheln, Miesmuscheln, Seeigel und Austern aus den Meereswassertanks. Jeden Abend verkehren hierher um 18 Uhr Boote ab Bryggen; bei der Tischreservierung sollte man auch gleich das Ticket buchen.

Royal Gourmetburger og Gin BURGER €
(Karte S. 162; ☎56 90 12 33; royalburger.no; Neumanns gate 2a; Burger 104–129 nkr; ⏲So–Do 15–24, Fr & Sa bis 1 Uhr) Unserer Meinung nach hat die gesellige hübsch geflieste Eckbar, deren große Fenster die verkehrsberuhigte Straße überblicken, die besten Burger der Stadt und zudem gute Musik. Sie lockt von früh bis spät charmante Mitzwanziger und -dreißiger an. Und dann ist da noch der Gin …

Die Gin-Tonic-Karte beginnt mit Tanqueray und Tonic (99 nkr), umfasst jedoch auch sehr viel exotischere Varianten des beliebten Mischgetränkes. Besonders bemerkenswert: Gin, Geranie und Koriander (119 nkr).

Bastant Bryggen CAFÉ €
(Karte S. 166 f.; ☎40 07 22 47; Jacobsfjorden 4, Bryggestredet; Suppen 99–129 nkr, Sandwichs 119 nkr, Suppe & halbes Sandwich 155 nkr; ⏲11–17 Uhr) Die Speiseauswahl des sehr beliebten Biocafés im Herzen von Bryggens winzigen Gassen gibt's auch zum Mitnehmen. Bei der Tagessuppe können Gäste zwischen vegan, vegetarisch oder mit Fleisch wählen, zudem kommen herzhafte Sandwichs auf den Tisch. Im Sommer sorgen hausgemachte Limonade und Erdbeer-Frappés für Erfrischung, im Winter wärmt großartige heiße Schokolade und der Kaffee ist das ganze Jahr über exzellent. Das **Bastant Stølegaten** (Stølegaten 8a, Sandviken; ⏲11–23 Uhr) in Sandviken ist geräumiger und länger geöffnet.

Pølse Kiosk WÜRSTCHENBUDE €
(Karte S. 166 f.; Kong Oscars gate 1; Hotdogs ab 55 nkr; ⏲10–2 Uhr) Wer eine Weile durch Norwegen gereist ist, kann Tankstellen-Hotdogs wohl nicht mehr sehen. Doch hier werden echte Würstchen verkauft (auch Wild-, Rentier-, Lamm- und Chiliwürstchen), mit einer überdurchschnittlich guten Auswahl an Soßen.

Colonialen Litteraturhuset NORWEGISCH €€
(Karte S. 166 f.; 55 90 16 00; Østre skostredet 5-7; Mittagessen 145–175 nkr, Abendessen 175–235 nkr; ⏲Mo–Fr 9–11 Uhr, Café 11–21 Uhr, Brasserie Mo–Sa 16–22 Uhr) Eine betriebsame Küche teilt das luftig-offene Lokal in zwei Teile: Auf der einen Seite gibt's den ganzen Tag über Frühstück, Snacks, Mittagessen und Drinks, während sich in der elegant-zwanglosen „Brasserie" wohlhabende Bergener raffinierte Gerichte wie Makrele mit Apfel, Steckrübe, Erbsen und Meerrettich schmecken lassen. Das Personal hilft gerne bei der Weinauswahl.

Die Frühstücks- und Mittagsgerichte im Café sind ähnlich frisch und schön angerichtet, außerdem zählen die *boller* (Rosinenbrötchen) aus der hauseigenen Bäckerei in Kranen zu den leckersten der Stadt. Auch Brotlaibe gibt's hier zu kaufen.

Bien BISTRO €€
(☎55 59 11 00; bienbar.no; Fjøsangerveien 30, Kronstad; Mittagessen 109–149 nkr, Abendessen 179–275 nkr; ⏲Mo–Sa 11–2.30 Uhr) Das bei Einheimischen beliebte Restaurant mit Bar ist problemlos mit der Stadtbahn Richtung Danemarks-Pass zu erreichen und eine praktische Option bei einer Fahrt in die oder aus der Stadt. Die komplett intakte Ladeneinrichtung einer ehemaligen Apotheke aus den 1930er-Jahren ist bemerkenswert, die Speiseauswahl klein und lecker. Das berühmte Ragout Bolognese sowie die Fisch- und Fleischgerichte sind einfach, jedoch geschmackvoll und aus exzellenten Produkten zubereitet.

★Lysverket NORWEGISCH €€€
(Karte S. 162; ☎55 60 31 00; lysverket.no; KODE 4, Rasmus Meyers allé 9; 1-/2-/3-Gänge-Mittagsmenü 205/295/320 nkr, 3-/5-/9-Gänge-Abendmenü 595/745/995 nkr, Bargerichte ab 75–195 nkr; ⏲Di–Do 12–1, Fr & Sa 12–3, So 13–17 Uhr) Lysverket bedeutet „Lichtwerk", der poetisch anmutende Name hat jedoch einen profanen Hintergrund: Das Gebäude beherbergte einst das städtische Stromwerk. Das Essen selbst ist eine faszinierende Mischung aus Alltäglichem und Kreativem. Küchenchef Christopher Haatuft verarbeitet Meeresfrüchte, die direkt vor der Tür gefangen wurden, und klassisches

Saisongemüse zu Speisen mit überraschenden Farben, Texturen und Aromen.

Der elegante Speisesaal mit industriellen Hängeleuchten aus Messing, Tischen und Stühlen aus dunklem Eichenholz und massiven Bänken mit grauem Filz und Wildschaffellen bietet das passende Ambiente für einen langen Gourmetabend. Lohnenswert ist auch das erschwingliche Mittagessen mit Seeblick durch die großen Fenster. Ab 15 Uhr gibt's leckere Barsnacks wie Fish & Chips, Schweinebauch-Tacos und Sauerteigbrot mit Makrelenbutter. Nach dem Abendessen locken Cocktails, zudem sorgen die besten DJs der Stadt und der eine oder andere internationale Gaststar bis spät in die Nacht für Stimmung.

Sky:Skraperen NORWEGISCH €€€
(✆55 32 04 04; www.skyskraperen.no; Ulrikens topp; Hauptgerichte 159–230 nkr, 4-Gänge-Menü mit Aperitif 643 nkr; ⏲Mai–Sept. 9–21 Uhr, Okt.–April 10–16 Uhr) Das Restaurant in Hanglage serviert den ganzen Tag über Brötchen mit Wurst (39 nkr) und Fischsuppe (95 nkr). Auch ein abendlicher Abstecher lohnt sich, denn dann gibt's saisonale Küche mit Zutaten von der Westküste. Die frischen unprätentiösen Gerichte sind hübsch angerichtet. Mindestens einen Tag im Voraus buchen.

Colonialen Restaurant NORWEGISCH €€€
(Karte S. 162; ✆55 90 16 00; www.colonialen.no/restaurant; Kong Oscars gate 44; 7/12 Gänge 950/1350 nkr, Hauptgerichte 435 nkr; ⏲Mo–Sa 18–23 Uhr) Ausblick gibt's keinen und das Ambiente ist nicht gerade glamourös, dennoch ist das Restaurant sterneverdächtig. Die Probiermenüs legen den Fokus auf Meeresfrüchte, werden auf Wunsch jedoch auch mit Fleisch oder vegetarisch serviert. Erstklassige Zutaten sorgen für intensive Geschmackserlebnisse, und außergewöhnliche Kombinationen nehmen den Gaumen mit auf eine wunderbare Reise an die Westküste.

Der Umgang mit den Gästen ist sehr angenehm: Köche grüßen herzlich bei der Ankunft, während Kellner und Sommeliers gewissenhaft und unprätentiös Speisen und Weine erklären. Wer möchte, kann passende Weine dazu bestellen (zusätzlich 950/1250 nkr). Die meist edlen oder biologischen Tropfen sind großzügig portioniert, für Nicht-Norweger jedoch absurd teuer.

Hanne på Høyden NORWEGISCH €€€
(Karte S. 162; ✆55 32 34 32; hannepaahoeyden.wordpress.com; Fosswinckels gate 18; 3/4/6 Gänge 585/665/845 nkr) Das Restaurant in einem Gebäude aus dem 19. Jh. mit Ladenfront, Gemüsegarten und Kräutertöpfen am Eingang gefällt schon auf den ersten Blick. Die Menüs setzen regionale Produkte perfekt in Szene, seien es per Langleine gefangene Fische oder Biofleisch aus Hardanger. Die Küche ist innovativ und folgt zugleich der norwegischen Tradition. Hier geht's um Geschmack, nicht um Inszenierung.

Restaurant 1877 NORWEGISCH €€€
(Karte S. 166 f.; ✆92 87 18 77; www.restaurant1877.no; Kjøttbasaren, Vetrlidsallmenningen 2; 3-/5-Gänge-Menü 565/695 nkr) Das gehobene Restaurant in einem historischen Gebäude am Hafen ist dezent und elegant, jedoch nicht spießig, das junge, engagierte Personal sachkundig, herzlich und ungezwungen. Zur Auswahl stehen drei oder fünf Gänge und eine wunderbar schlichte Speisekarte mit Meeresfrüchten, Fisch, Fleisch, Käse und Dessert. Die durchdachten Gerichte aus regionalen Zutaten wechseln täglich.

Bryggen Tracteursted NORWEGISCH €€€
(Karte S. 166 f.; Bryggestredet 2, Bryggen; Hauptgerichte mittags 185–215 nkr, Hauptgerichte abends 285–385 nkr; ⏲Mai–Sept. 11–22 Uhr) In einem Gebäude von 1708 ist das Restaurant in den ehemaligen Stallungen, in der Küche (aufgrund des Steinbodens war es das einzige Gebäude in Bryggen, das ein Feuer unterhalten durfte) und dem letzten noch erhaltenen *schøtstuene* (Speisesaal) der Stadt untergebracht. Auf den Tisch kommt typisch norwegische Küche, die täglich wechselt. Tagsüber herrscht zwanglose Kneipenatmosphäre, abends geht's gehoben und traditionell zu.

Potetkjelleren NORWEGISCH €€€
(Karte S. 166 f.; ✆55 32 00 70; Kong Oscars gate 1a; Hauptgerichte 315–335 nkr, 3- bis 6-Gänge-Menü 565–750 nkr; ⏲Mo–Sa 16–22 Uhr) Der „Kartoffelkeller" zählt zu Bergens Restaurantklassikern. Die saisonale Speisekarte ändert sich monatlich und ist norwegisch traditionell, die Weinauswahl dazu ist sorgsam zusammengestellt.

Wesselstuen NORWEGISCH €€€
(Karte S. 162; ✆55 55 49 49; Øvre Ole Bulls plass 6; Hauptgerichte mittags 119–159 nkr, Hauptgerichte abends 289–309 nkr; ⏲Mittag- & Abendessen) Bergens ältestes Restaurant erinnert an die holzverkleideten Speisesäle des alten Bergens und ist für traditionelle Gerichte wie Rentierlende (309 nkr) und *klippfisk* (Stockfisch) mit Schälerbsen und Speck (289 nkr) bekannt.

Ausgehen & Nachtleben

Kaffee spielt in Bergen eine wichtige Rolle: In den besten Cafés gibt's erlesene hiesige Röstungen, erstklassige Maschinen und professionelle Baristas. Zudem bietet die Stadt eine tolle Barszene, die die geselligen Einheimischen schätzen. Die meisten bevorzugen Adressen im Zentrum oder südwestlich des Øvre Ole Bulls Plass, wo man auch große mehrstöckige Nachtclubs findet; sie sind nicht zu übersehen, oft wunderbar trashig und nur für Gäste über 24 Jahren.

★Blom
CAFÉ

(Karte S. 162; John Lunds plass 1; Mo–Fr 8.30–17, Sa & So 11–17 Uhr) Das Café ist für seinen exzellenten Kaffee bekannt, den außerhalb ihrer Arbeitszeiten auch Baristas zu schätzen wissen, und zieht eine modebewusste junge Klientel an. Es besticht mit einfacher, herzlicher Atmosphäre, charmantem Service, viel Platz, großen Sandwichs sowie leckeren hausgemachten Müsliriegeln, Brownies und Früchte-Crumbles.

Smakverket
CAFÉ

(Karte S. 162; KODE 2, Rasmus Meyers allé 3; 11–17 Uhr) Das atmosphärische, immer betriebsame Galeriecafé bietet den ganzen Tag über guten Kaffee und Snacks. Gegen den größeren Hunger hilft eine Auswahl an leckeren Mittagsgerichten und gutem Wein (glasweise serviert).

Krog og Krinkel
CAFÉ

(Karte S. 166 f.; Lille Øvregaten 14; Mo–Sa 11–19, So 12–17 Uhr) Bei warmem Wetter stehen Straßentische auf dem Kopfsteinpflaster, während im Kellergeschoss ein gemütlicher, bequemer Raum mit bemalten alten Möbeln und Büchern wartet. Der Kaffee ist gut und die *boller* und Kuchen sind hausgemacht, darunter köstlicher *suksesskake* (Mandel-Baiser-Kuchen mit Vanillecreme; 45 nkr).

Kafemisjonen
CAFÉ

(Karte S. 166 f.; Øvre Korskirkealmenning 5; Mo–Fr 7.30–18, Sa & So 10–18 Uhr) Das Kafemisjonen gehört zu Norwegens Kaffeegrößen und überzeugt mit seinem Espresso und der offenen, dezent glamourösen Ladenfront, die Metallstühle mit blauem Samt aus dem frühen 20. Jh. mit kunstvollen Fliesen kombiniert. Nach einer Portion *boller* und Brownies warten hier Bergens beste Croissants.

Det Lille Kaffekompaniet
CAFÉ

(Karte S. 166 f.; Nedre Fjellsmug 2; Mo–Fr 10–20, Sa & So 10–18 Uhr) Der Laden war eines der ersten Gourmet-Cafés Bergens und hat sich sein wunderbar lokales Flair bewahrt. Bei Sonnenschein machen es sich Gäste gerne auf den Treppen gemütlich und niemand weiß mehr, welcher eigentlich der eigene Tisch war.

Kaffebrenneri
CAFÉ

(kaffebrenneri.de.gpu.no; Thormøhlensgate 45, Møhlenpris; Mo–Fr 8–19, Sa & So ab 12 Uhr) Die unabhängige Kaffeerösterei draußen in einer alten Schiffswerft in Møhlenpris bietet ein hauseigenes Café, das drinnen und draußen frische biologische Sandwichs und Kuchen serviert. Wer aus der Stadt hinausfährt und gemahlenen Kaffee möchte, trifft mit der „Snop"-Mischung eine gute Wahl.

Daneben auf dem Gelände serviert **Dumpster Pizza** leckere knusprig dünne Holzofenpizzas mit Gemüse von hiesigen Bauern, das ansonsten in der Mülltonne landen würde.

Nobel Bopel
CAFÉ, BAR

(Karte S. 162; Welhavens gate 64, Møhlenpris; Do–So 11.30–18 Uhr) Das Eckcafé befindet sich in einer der eindrucksvollen, prächtigen Straßen des studentischen Møhlenpris und kombiniert lässiges Flair mit einem durchdachten Konzept. Spezialität des Hauses ist der umfangreiche Brunch, zu dem sonntags Sekt oder Bier von Mikrobrauereien aus Flåm oder Florø serviert wird. Die Inneneinrichtung besteht aus recycelten Gegenständen und beim Essen kommen biologische Zutaten von kleinen hiesigen Produzenten zum Einsatz.

Landmark
CAFÉ, BAR

(Karte S. 162; Bergen Kunsthalle, Rasmus Meyers allé 5; Café Di–So 11–17 Uhr, Bar Di–Do 19–1, Fr & Sa bis 3.30 Uhr) Der große, offene Raum ist nach dem Architekten Ole Landmark benannt und ein schönes Beispiel für norwegisches Design der 1930er-Jahre. Der echte Allrounder ist Café, Veranstaltungsort für Vorträge, Vorführungen und Live-Performances, Bar und einer der besten Nachtclubs Bergens. Das Landmark ist bei der großen, angenehm unprätentiösen und feierfreudigen Kreativszene der Stadt sehr beliebt.

Garage
LIVEMUSIK

(Karte S. 162; www.garage.no; Christies gate 14; Mo–Sa 15–3, So 17–3 Uhr) Die Garage ist für Musikfans in ganz Europa zu einer legendären Einrichtung geworden. Neben Jazz und Akustikmusik gibt's in dem verwinkelten Keller Rock- und Metalkonzerte bekann-

INSIDERWISSEN

EIRIK GLAMBEK BØE

Eirik Glambek Bøe ist die eine Hälfte der **Kings of Convenience**, einer international erfolgreichen Indiefolk-Band, deren 2001 veröffentlichtes Album *Quiet is the New Loud* den Bergener Wave-Sound definierte. Bis heute lebt und arbeitet er in seiner Heimatstadt. Hier sind seine Vorschläge für einen perfekten Tag in Bergen:

Süßes Frühstück Bergen gilt als Heimat der *kanelboller* (Zimtbrötchen). Ich weiß nicht, ob das stimmt, doch vor Ort gibt es wirklich gute, z. B. bei Det Lille Kaffekompaniet (S. 174).

Kaffeekultur Früher waren wir stolz darauf, dass die starke hiesige Cafészene Starbucks keine Chance ließ – heute gibt es aber doch ein paar Filialen. Zu meinen lokalen Favoriten zählen Kaffemisjonen, Blom (S. 174) und Kaffebrenneri (S. 174).

Mittagessen Das Restaurant No.13's (S. 171) bietet mittags nordisch-moderne Gourmetküche für den kleinen Geldbeutel. Sehr gut sind auch die Sandwichs im Smakverket (S. 174).

Nachmittagstee und Natur Berge und Meer sind von der Stadt aus fußläufig zu erreichen. Bei schlechtem Wetter wärmt ein Tee im Restaurant Sky:Skraperen (S. 173) auf dem Gipfel des Ulriken oder im Kafe Kippers (S. 176) am Meer in Nordnes.

Aromen der Westküste In Sachen guter Regionalküche gab es in letzter Zeit eine regelrechte Revolution. Das Makrelen-Ceviche im Lysverket (S. 172) ist nur eine von vielen Köstlichkeiten. Daneben gibt es unzählige weitere gute Adressen wie das Colonialen (S. 173), Hanne på Høyden (S. 173), Cornelius (S. 172), Restaurant 1877 (S. 173), Bien (S. 172), Bastant (S. 172) und das Dr. Wiesener (✆ 416 25 969; Nye Sandviksveien 17a; ⏲ So–Mo 13–1, Fr & Sa bis 2 Uhr).

Cocktails Das Altona (S. 176) und das Grand Hotel Terminus (S. 169) locken mit entspannten Drinks, lebendiger geht's im Legal (S. 175), Lysverket (S. 172) oder Ujevnt (S. 176; die Aqua Sours sind die originelle Spezialität des Hauses) zu.

Livemusik Die Auswahl ist riesig. Am besten fragt man einen Einheimischen, dessen Modegeschmack dem eigenen entspricht, was am Abend so ansteht.

Clubnacht Im Landmark (S. 174), Østre (S. 176) und Café Opera (S. 176) sorgt oft DJ-Musik für Tanzstimmung. An einem Freitag im Monat veranstalte ich den Klubb Kavalér (Termine sind bei Facebook nachzulesen) in einem wunderschönen alten Ballsaal namens Fensal mit Partnertanz; dabei sorgt eine 20-köpfige Big Band für New Yorker Flair im Stil des Glenn Miller Orchestra.

ter norwegischer und internationaler Künstler. Im Sommer locken die sonntäglichen Jam-Sessions.

Apollon — BAR

(Karte S. 162; Nygårdsgaten 2a; ⏲ Mo–Sa 10–0.30, So ab 12 Uhr) Das Apollon zählt zu Norwegens ältesten unabhängigen Plattenläden (aus den frühen 1980er-Jahren) und beherbergt zudem eine der geselligsten kleinen Bars der Stadt. Hier können sich Gäste das exzellente neue und gebrauchte Sortiment an Indie, Metal, Folk, Garage und Psychedelia ansehen und dann von einem Platz am Fenster die jungen Hipster Bergens beobachten. Gute Auswahl an hiesigem Bier vom Fass.

Legal — BAR

(Karte S. 162; Ecke Nygårdsgaten & Christies gate; ⏲ So–Do 14–1.30, Fr & Sa 14–2.30 Uhr) Bergens wohl beste Studentenbar lockt mit entspannt-fröhlichem Flair die Hipstergemeinde an. Jeden Dienstag ist Grillabend, Würste gibt's immer, und die DJs im Obergeschoss kennen den Geschmack ihrer Klientel sehr gut.

Don Pippo — WEINBAR

(Karte S. 162; ✆ 55 31 30 33; Christies gate 11, Eingang an der Gamle Nygårdsveien) Die großartige Weinbar zieht lebhafte, anspruchsvolle Gäste an. Jeden Tag wird unterschiedlicher Wein (glasweise) serviert, wobei italienische Sorten besonders stark vertreten sind. Als passende kulinarische Begleitung gibt's Platten mit lokalen und importierten Fleisch- und Käsespezialitäten (135 nkr) oder herzhafte Sauerteig-Sandwichs (89 nkr). Sonntags steht – typisch für Norwegen – ein Pfannkuchenbüfett auf dem Programm.

Ujevnt WEINBAR
(Karte S. 162; ujevnt.no; Christiesgate 5-7; Mo–Sa 15–2.30, So ab 18 Uhr) Bereits am Nachmittag kann man sich in dieser atmosphärischen kleinen Bar ein Glas vom exzellenten nussbraunen Voss-Bryggeri-Bier genehmigen, danach verlocken Cocktails, Musik und attraktive Gäste zum Bleiben.

Café Opera CAFÉ, CLUB
(Karte S. 162; Engen 18; Mo–Sa 11–3, So 12–0.15 Uhr) Tagesüber wirkt das Opera wie ein literarisches Café, am Wochenende sorgen hingegen DJs und feierfreudige Gäste für Stimmung. Scheint die Sonne, laden Außentische auf ein paar entspannte Stunden ein.

Fincken CLUB
(Karte S. 162; Nygårdsgaten 2a; Mi & Do 19–1.30, Fr & Sa 20–2.30 Uhr) Am Wochenende halten die großen Partynächte des einladenden Schwulenclubs (Mindestalter 20 Jahre) die gemischte Klientel mit House, Pop, Disco und Latinomusik bei Laune.

Kafe Kippers BAR
(USF; Georgernes Verft 12; Mo–Fr 11–0.30, Sa & So 12–0.30 Uhr) Vor Ort gibt's ein beliebtes Restaurant, vor allem lädt das Kippers jedoch zu einem Glas Wein oder einer Tasse Tee am späten Nachmittag ein. Bei schönem Wetter erfreuen sich die Tische am Wasser mit Blick auf den schicken Hafen, die Docks und die Berge in der Ferne großer Beliebtheit. Eine gute Alternative bei Regen sind die großen Fenster mit stimmungsvoller Aussicht.

Altona Vinbar WEINBAR
(Karte S. 166 f.; C Sundts gate 22; Mo–Do 18–0.30, Fr & Sa bis 1.30 Uhr) Das Altona in einem verwinkelten Gewölbekeller aus dem 16. Jh. zählt mit seiner riesigen sorgfältig zusammengestellten Weinauswahl, gedämpftem Licht und ruhiger Unterhaltung zu Bergens romantischsten Bars, besonders bei nasskaltem Wetter. Auf den Tisch kommt vor allem leckere rustikale Kost wie norwegische Lammburger (175 nkr).

Terminus Bar WHISKEYBAR
(Karte S. 162; Zander Kaaesgate 6, Grand Terminus Hotel; 17–24 Uhr) Die edle alte Bar im Grand Hotel Terminus wird regelmäßig zu einer der weltbesten Whiskeybars gekürt und ist die perfekte Adresse für ein entspanntes Gläschen. Es gibt über 500 verschiedene Sorten, wobei der älteste Whiskey von 1960 stammt. Der Raum von 1928 ist auch in nüchternem Zustand ein toller Anblick.

Una Bryggeri BRAUEREI
(Karte S. 166 f.; Bryggen 7; So–Do 11–1, Fr & Sa bis 2.30 Uhr) Die stilvolle, aber informelle Brauerei im Herzen von Bryggen ist ein willkommener Neuzugang. Zur Auswahl stehen Fassbiere von norwegischen Mikrobrauereien, darunter die Hausmarke. Das Barpersonal steht voll hinter den eigenen Erzeugnissen und ist sehr um die Zufriedenheit der Kundschaft bemüht. Dazu gibt's gute Kneipenküche zu (gemessen an der Lage) fairen Preisen sowie einen eigenen Restaurantbereich im Obergeschoss.

Henrik KNEIPE
(Karte S. 162; Engen 10; So–Fr 16–0.30, Sa ab 14 Uhr) Die kleine Kneipe in ungewöhnlicher Lage im zweiten Stock zählt zu den urigsten der Stadt und wird für ihre Bierauswahl geschätzt. Bei letzter Zählung gab's 56 Sorten vom Fass. Unser Favorit ist Nøgne Ø aus Grimstad an der Südküste.

Naboen BAR
(Karte S. 162; Neumanns gate 20; So–Do 17–1.30, Fr & Sa 17–2.30 Uhr) Kellerkneipe mit guter Indiemusik und großer ambitionierter Bierauswahl. Wer Hunger hat, geht ins beliebte schwedische Restaurant im oberen Stock.

Unterhaltung

Bergen hat für jeden Geschmack etwas zu bieten, von hochkulturellen Veranstaltungen bis hin zu nächtlichen Konzert-Events. Über größere Konzerte informiert www.bergenlive.com. Immer eine gute Adresse ist die Grieghalle.

Hulen LIVEMUSIK
(Karte S. 162; www.hulen.no; Olaf Ryes vei 48; Mitte Aug.–Mitte Juni Do–Sa 21–3 Uhr) Der 1968er-Veteran ist Nordeuropas ältester Rockclub und weltweit einer der Indiebühnen-Klassiker. Hier spielen die besten Newcomer der Westküste und auch internationale Acts. Untergebracht ist das Hulen („Höhle") in einem umgebauten Luftschutzkeller.

Østre LIVEMUSIK
(Karte S. 166 f.; www.oestre.no; Østre Skostredet 3) Hier spielen sowohl Newcomer der norwegischen Elektroszene als auch renommierte internationale Künstler. Pro Woche finden oft drei oder mehr Veranstaltungen statt. Die Website informiert über das aktuelle Angebot.

Café Sanaa LIVEMUSIK
(Karte S. 162; www.sanaa.no; Marken 31; Fr & Sa 20–3 Uhr) Das kleine Café mit Ladenfront

gleich hinter dem See macht sich auf dem Kopfsteinpflaster breit und zieht ein buntes alternatives Publikum an. Hier gibt's Livemusik, später sorgen einheimische DJs mit westafrikanischen Klängen, Tango, Blues oder Jazz für Stimmung.

Kafe Kippers/USF Verftet JAZZ
(USF; 55 31 00 60; www.bergenjazzforum.com; Georgernes Verft 12; Eintritt 170 nkr; Sept.–Mai Fr 22 Uhr) Aktuelle Infos zu den Konzerten auf der Website.

Logen LIVEMUSIK
(Karte S. 162; logen-teater.no; Øvre Ole Bulls plass 6; Mo–Do 18–2, Fr & Sa 18–3 Uhr, So bei Veranstaltungen) Die Bar im dritten Stock gehört zum Logen-Theater. Von September bis Juni finden sonntag- und montagabends meist Konzerte (75–100 nkr) statt, die eine treue einheimische Klientel anlocken. Im Sommer kann man sich hier in Ruhe einen Drink genehmigen.

Klassische Musik

Bergen bietet den ganzen Sommer hindurch ein vielfältiges Livemusik-Programm, darunter viele klassische Konzerte, die sich dem Komponisten Edvard Grieg widmen, dem populärsten Sohn der Stadt. Ein Großteil findet in atmosphärischen Freiluftstätten statt, darunter das Grieg-Museum (S. 164), das Sæverud-Museum (S. 164), der Fløyen und der Park bei den Håkonshallen. Details, Termine und Tickets gibt's bei der Touristeninformation. Inhaber der Bergen Card (S. 177) erhalten beträchtliche Rabatte für verschiedene klassische Konzertreihen.

Domkirche Bergen ORGELKONZERTE
(Karte S. 166 f.; Mitte Juni–Ende Aug. So & Do) Kostenlose Orgelkonzerte.

Grieghallen KLASSISCHE MUSIK
(Karte S. 162; 55 21 61 50; www.grieghallen.no; Edvard Griegs plass; Aug.–Juni) Darbietungen des berühmten Bergen Filharmoniske Orkester.

Shoppen

★Aksdal i Muren BEKLEIDUNG
(Karte S. 166 f.; www.aksdalimuren.no; Østre Muralmenning 23) Seit 1883 staffiert der attraktive Kleiderladen in einem denkmalgeschützten Gebäude Bergens Bewohner gegen Kälte und Nässe aus. Zur stadtweit besten Auswahl an Regenkleidung gehören schwedische Kultmarken wie Didriksons, große Namen wie Helle Hansen und Barbour sowie lokale Geheimtipps wie Blæst by Lillebøe. Gibt es ein besseres Bergen-Souvenir als einen gestreiften Südwester?

Antonio Stasi Classic Camera FOTOZUBEHÖR
(Karte S. 166 f.; www.antoniostasi.com; Lille Øvregaten 4) Der Laden des Italieners Antonio Stasi ist eine Hommage an das goldene Zeitalter der Analogfotografie und beliebter Treffpunkt einheimischer Hipster, die sich auf Polaroidfotos in Szene setzen lassen. Hier kann man sich über Kameras und Dunkelkammertechniken informieren oder sich das hochwertige Sortiment an Leica, Contax, Rolleiflex und klassischen Polaroids ansehen.

Bergen Steinsenter EDELSTEINE
(Karte S. 166 f.; www.bergen-steinsenter.no; Bredsgården, Bryggen; Juni–Mitte Sept. Di–Fr 11–16, Sa 12–15 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Die exzentrische Edelstein- und Kristallhandlung hat einige eindrucksvolle Exemplare aus Norwegen und von weiter her auf Lager.

Røst SOUVENIRS
(Karte S. 166 f.; www.butikkenrost.no; Bryggen 15; Juli–Aug. 10–22.30 Uhr, Sept.–Juni bis 18 Uhr) Souvenirjäger mit wenig Zeit, die sich nicht mit einer schnöden Trollpuppe begnügen wollen, sind hier richtig. Die helle Boutique im Zentrum von Bryggen bietet eine große Auswahl an hochwertigen norwegischen und schwedischen Mitbringseln und Haushaltswaren sowie hiesige Mode für Frauen, Kinder und Babys.

Schau Design MÖBEL
(Karte S. 166 f.; Lille Øvregaten 5; Di–Fr 12–17, Sa bis 15.30 Uhr) Hübsche Auswahl skandinavischer Gegenstände und Möbel aus der Mitte des 20. Jhs. Vieles davon passt gut ins Gepäck, z. B. Lampen, Vasen und Küchenutensilien.

BERGEN CARD

Die **Bergen Card** (www.visitbergen.com/bergencard; Erw./Kind für 24 Std. 200/75 nkr, für 48 Std. 260/100 nkr) gewährt die freie Nutzung lokaler Busse, freien bzw. ermäßigten Eintritt in die Museen, freie bzw. ermäßigte Fahrten mit der Fløibanen-Seilbahn (saisonabhängig), kostenlose Führungen durch Bergen, ermäßigte Stadtrundfahrten, Bootstouren, Konzerte und Kulturveranstaltungen. Sie ist in der Touristeninformation, manchen Hotels, am Busbahnhof und online erhältlich.

BUSSE AB BERGEN

ZIEL	ABFAHRTEN (TGL.)	PREIS (NKR)	DAUER (STD.)
Ålesund	2	686	10
Oslo	3	680	11
Stavanger	6	550	5½
Stryn	3	538	6½
Trondheim	1	848	14½

Pepper KLEIDER
(Karte S. 162; pepper-bergen.blogspot.no; Christies gate 9) Für alle, denen es der stilvoll lässige Bergen-Look angetan hat, ist dies der bestsortierte Modehändler der Stadt. Hier gibt's eine solide Auswahl bekannter schwedischer Marken wie Filippa K und Acne, Dänemarks stylishe, aber robuste Männermode von Norse Projects und informell-schicke französische Labels wie A.P.C. und Maison Kitsune.

Svala & Udd KUNSTHANDWERK
(Karte S. 166 f.; Jacobsfjorden, Bryggen; ⏲ Mitte Mai–Mitte Aug. 12–19 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Einer der vielen Kunsthandwerksläden der Stadt. Maria Udd fertigt interessante Röcke, Schals und Handschuhe aus Filz und Fleece, zudem gibt's originellen Silberschmuck von Svala.

Praktische Informationen

GEFAHREN & ÄRGERNISSE

Bergen gilt zwar insgesamt als sehr sichere Stadt, doch im Bereich des Fischmarkts und rund um Bryggen sind Taschendiebe unterwegs.

INFOS IM INTERNET

Lonely Planet (www.lonelyplanet.com/norway/bergen-and-the-western-fjords) Hinweise für die Planung, Empfehlungen des Autors, Reiseberichte und Insidertipps.

NOTFÄLLE

Krankenwagen (✆113)
Polizei (✆112)

TOURISTENINFORMATION

Bergen Turlag DNT (Karte S. 162; ✆55 33 58 10; www.bergen-turlag.no; Tverrgaten 4; ⏲ Mo–Mi & Fr 10–16, Do bis 18, Sa bis 15 Uhr) Landkarten und Informationen über Wanderwege und Hütten in ganz Westnorwegen.

Bryggen Visitors Centre (Karte S. 166 f.; Jacobs-fjorden, Bryggen; ⏲ Mitte Mai–Mitte Sept. 9–17 Uhr)

Touristeninformation (Karte S. 166 f.; ✆55 55 20 00; www.visitbergen.com; Vågsallmennin-gen 1; ⏲ Juni–Aug. 8.30–22 Uhr, Mai & Sept. 9–20 Uhr, Okt.–April Mo–Sa 9–16 Uhr) Eine der besten und gefragtesten Infostellen Norwegens; hier gibt's kostenlos die hervorragende Broschüre *Bergen Guide* sowie jede Menge Infos zur gesamten Region und auch Zugtickets. Wer eine Reservierung tätigen oder eine Auskunft einholen möchte, sollte früh kommen oder sich auf Wartezeiten einstellen.

An- & Weiterreise

BUS

Der **Busbahnhof** (Karte S. 162) Bergen befindet sich am Vestre Strømkaien.

FLUGZEUG

Bergens Flughafen liegt 19 km südwestlich des Stadtzentrums in Flesland.

Norwegian (www.norwegian.com) Flüge nach Oslo und Tromsø.

SAS (www.sas.no) Oslo und Stavanger.

Widerøe (www.wideroe.no) Oslo, Haugesund, Stavanger und viele Orte an der Küste, darunter Tromsø.

SCHIFF

Internationale Fähren nach/ab Bergen verkehren am Skoltegrunnskaien nordwestlich des Rosenkrantzturms. Die Hurtigruten-Küstenfähre legt südwestlich des Stadtzentrums vom Hurtigruteterminalen ab, Mitte April bis Mitte September täglich um 20 Uhr, sonst um 22.30 Uhr.

Verschiedene Anbieter haben Expressboote.

Norled Bergen (✆51 86 87 00; www.norled.no; Kong Christian Frederiks plass 3) bietet täglich mindestens eine Verbindung von Bergen nach Sogndal (645 nkr, 5 Std.), teils mit Weiterfahrt nach Flåm (750 nkr, 5½ Std.).

ZUG

Die eindrucksvolle Zugstrecke zwischen Bergen und Oslo (349–829 nkr, 6½–8 Std., 5-mal tgl.) verläuft direkt durch das Herz Norwegens. Andere Züge fahren nach Voss (189 nkr, 1 Std., stündl.) oder Myrdal (286 nkr, 2¼ Std., bis zu 9-mal tgl.), Anschluss dort an die Züge der Flåmsbana.

Fortsetzung auf S. 187



VEGAR ABELSNES PHOTOGRAPHY/GETTY IMAGES ©

Steinstrand bei Vestvågøy (S. 313)

Spektakuläres Norwegen

Nur wenige Länder können es mit der einfachen, atemberaubenden Schönheit Norwegens aufnehmen. Diese beginnt, wie viele Reisen in das Land, mit den Fjorden – doch die Felsformationen auf den Lofoten, die aus einer andren Welt zu stammen scheinen, oder die Eiswälle von Svalbard sind nicht weniger beeindruckend. Und sie alle lassen sich hervorragend im Rahmen von verschiedenen Outdooraktivitäten erkunden.

Inhalt

- Fjorde
- Aktivitäten
- Lofoten
- Svalbard



DAVE STAMBOULIS TRAVEL PHOTOGRAPHY/GETTY IMAGES ©



1. Geirangerfjord (S. 247) **2.** Predigtstuhl (S. 213) in Lysefjord
3. Hardangerfjord (S. 191) **4.** Nærøyfjord (S. 223)



JEAN-PIERRE LESCOURRET/GETTY IMAGES ©


2

NO_LIMIT_PICTURES/GETTY IMAGES ©

Fjorde

Norwegens Fjorde zählen zu den beeindruckendsten Naturlandschaften dieser Erde. Wer keinen Abstecher zu einem dieser Wahrzeichen macht, verpasst ein wesentliches Highlight des Landes.

Wären die norwegischen Fjorde eine Kunstsammlung, dann wäre der Geirangerfjord eindeutig das Meisterwerk. Er wird im Sommer zwar von reichlich Touristenbussen und Kreuzfahrtschiffen besucht, aber das ändert nichts an seiner Faszination. Auch der Nærøyfjord ist ein anerkanntes Weltnaturerbe, ebenso beliebt und absolut atemberaubend. Er ist einer der vielen Zuflüsse des 203 m langen und 1308 m tiefen Sognefjords – der weltweit zweitgrößte Fjord und der tiefste in Norwegen. Ein weiteres ausgedehntes Fjordsystem ist der Hardangerfjord, an dessen Ufern bezaubernde Dörfer liegen. Hier begegnet man der Schönheit der norwegischen Natur auf Schritt und Tritt, während der lang gestreckte Lysefjord einige der spektakulärsten Aussichten des Landes bietet. Und das ist längst nicht alles ...


4

B.AA. SÆTRENES/GETTY IMAGES ©

TOP-FESTLANDSFJORDE

- **Geirangerfjord** Der König der norwegischen Fjorde
- **Sognefjord** Ein riesiges Fjord-System
- **Hardangerfjord** Sanft geschwungene Berge und reizende Dörfer
- **Lysefjord** Steil abfallende Felsen, Kreuzfahrten und wagemutige Aussichtspunkte
- **Nærøyfjord** Einer der schmalsten und schönsten Fjorde Norwegens
- **Eidfjord** Der eindrucksvollste Arm des Hardangerfjords
- **Trollfjord** Ein verblüffend steiler Fjord auf den Lofoten
- **Vestfjord** Geschützte Buchten und schöne Dörfer trennen die Lofoten vom Festland



DAVE STAMBOULIS TRAVEL PHOTOGRAPHY/GETTY IMAGES ©



1. Bungeespringen, Lyngenfjord (S. 339) **2.** Wanderung, Jotunheimen (S. 152) **3.** Kayafahren, Sjoa (S. 146) **4.**Ski-Langlauf, Trondheim (S. 274)



ANDERS BLOMQVIST/GETTY IMAGES ©



MICHAEL HAMRAH/GETTY IMAGES ©

Aktivitäten

Die Norweger sind Experten darin, die wilde Schönheit ihres Landes für waghalsige Abenteuer zu nutzen. Die Liste der Sommeraktivitäten ist endlos, doch auch der Winter lockt hinaus in den Schnee.

Wandern (Sommer)

Das Recht, in Norwegen nach Lust und Laune zu wandern, ist schon vor Jahrhunderten gesetzlich festgeschrieben worden. Durchs ganze Land ziehen sich erstklassige Wanderwege; die besten überqueren Gletscher oder erklimmen das Hochland, das etwa 90 % des Landes einnimmt.

Extremsport (Sommer)

Voss mit seinem alpinen, von Fjorden durchzogenen Hinterland ist die unumstrittene Hauptstadt der Abenteuersportarten Norwegens. Der beste Ort, um mit dem Parasail in die Luft zu gehen oder am Bungee-Seil in die Tiefe zu stürzen.

Wintersport (Winter)

Auf einem Husky-Schlitten durch den Schnee gleiten, auf dem Schneemobil übers Eis preschen oder es den Norwegern gleich tun und Ski fahren, Langlauf oder Abfahrt. Wofür man sich auch entscheidet, der Winter ist eine faszinierende Reisezeit.

Wildwasserrafting (Sommer)

Norwegens steile Schluchten und wilde Flüsse bieten Anfängern wie erfahrenen Raftern eine ideale Umgebung. Das Rafting-Paradies ist Mittelnorwegen und die sprudelnden Wasser der Sjoa bieten die größte Auswahl an unterschiedlichen Strecken.

Radsport (Sommer)

Radler, die echte Herausforderungen und schöne Touren suchen, werden in Norwegen ihre zweite Heimat finden (siehe S. 28). Ausgedehnte Routen gibt es im ganzen Land, aber die berauschendste Abfahrt ist die Strecke zwischen Finse und Flåm.



GEIR PETTERSEN/GETTY IMAGES ©



SVEN BROECKX/GETTY IMAGES ©



1. Vesterålen (S. 320) **2.** Austvågøy (S. 306) **3.** Flakstadøy (S. 314)
4. Rekonstruiertes Wikingerschiff, Vestvågøy (S. 313)



HOLGER LEUE/GETTY IMAGES ©


2

DEAGOSTINI/GETTY IMAGES ©

Lofoten

Hauptattraktion in der einzigartigen Naturlandschaft Norwegens sind die Fjorde. Doch auch die Lofoten mit ihrer surrealen Schönheit üben eine unwiderstehliche Anziehungskraft aus. Die zauberhafte Inselgruppe, die im Sommer im kristallklaren Licht des Nordens leuchtet, ist mit ihrer schroffen Dramatik einer der schönsten Landstriche Norwegens.

Moskenesøy

Tolkieneske Landschaften und gletscherzerfurchte Gebirgsformationen verleihen Moskenesøy eine fast übernatürliche Schönheit. Die Seele der Insel schlummert im Dörfchen Å, auch Reinefjord ist malerisch.

Flakstadøy

Flakstadøy ist vor allem für die einsamen, windgepeitschten Felsen entlang der Südküste bekannt, doch auch Nusfjord mit seinem altmodischen Charme und die weißen Sandstrände von Ramberg und Flakstad sind einen Besuch wert.

Austvågøy

Die Insel Austvågøy bildet einen sanften Einstieg für den besonderen Charme des Archipels. Die Raftsund-Meerenge und der schmale Trollfjord bilden die Kulisse, die Gemeinden Kabelvåg und Henningsvær sind perfekte Ausgangspunkte.

Vestvågøy

Für viele ist Vestvågøy nur eine Zwischenstation auf dem Weg tiefer hinein in die Lofoten, doch das Wikingermuseum Lofotr lässt alte Heldenzeiten auferstehen und lohnt einen Abstecher. Auch der Wanderweg von Unstad nach Eggum ist nicht zu verachten.

Værøy

Das kleine Værøy liegt am Südzipfel der Lofoten und ringt mit Moskenesøy um den Titel der schönsten Insel. Riesige Seevogelkolonien, hohe Gebirgszüge und winzige Dörfer machen die Insel einzigartig.


4

WILLIAM GRAY/GETTY IMAGES ©



ANDY ROUSE/GETTY IMAGES ©

Eisbär auf einer Eisscholle vor Svalbard

Svalbard (Spitzbergen)

Der Svalbard-Archipel – dem Nordpol ebenso nah wie dem Festland von Norwegen und das zugänglichste Stück Arktis überhaupt – ist eines der großen Meisterwerke der Natur.

Hier, in dem wohl letzten großen Wildnisgebiet Europas, sind alle Elemente der arktischen Idylle zu finden – mehr Eisbären als Menschen und die ganze Palette arktischen Lebens: Walrösser, Rentiere, Polarfüchse und eine beeindruckende Anzahl von Vogelarten. Diese Tiere leben in einer Landschaft, die fast ganzjährig von Eis bedeckt ist. Ganze 60 % der Landmasse Svalbards schlummern unter Gletschereis. Menschenleere Fjorde und eindrucksvolle Gipfel, die nie bestiegen wurden, gehören genauso zu diesen Inseln wie die großen Legenden und Geschichten der Polarforschung. Egal, ob man Svalbard im seltsamen blauen Halblicht der Polarnächte erlebt (Ende Oktober bis Mitte Februar) oder in der Mitternachtssonne (Mitte April bis Mitte August), es wird einem immer im Gedächtnis bleiben.

HIGHLIGHTS IN SVALBARD

- **Mitternachtssonnenwanderung** Ins Innere von Longyearbyen oder nur in der näheren Umgebung wandern
- **Pyramiden** Mit einem Boot (im Sommer) oder Schneemobil (im Winter) die frühere russische Bergarbeitersiedlung jenseits des Nordenskjöldbreen erkunden.
- **Hundeschlittenfahrt** Die beste Art der Fortbewegung, um die Stille Spitzbergens zu erleben
- **Eisbären** Die beeindruckendste Erscheinung der Arktis erspähen, aber hoffentlich aus angemessener Entfernung!
- **Magdalenefjord** Der vielleicht schönste Fjord in ganz Norwegen

Unterwegs vor Ort

AUTO & MOTORRAD

Gebührenpflichtige Parkplätze sind überall in der Innenstadt von Bergen auf 30 Minuten oder zwei Stunden begrenzt. Das größte und preiswerteste Parkhaus (130 nkr pro 24 Std.) ist das täglich 24 Stunden geöffnete Bygarasjen am Busbahnhof; woanders kostet ein Stellplatz ab 200 nkr. Die Touristeninformation bietet eine Broschüre mit Parkmöglichkeiten in Bergen.

BUS & STADTBAHN

Skyss (177; www.skyss.no) Die Busse und Stadtbahnen von Skyss verkehren durch Bergen, in die Außenbezirke und nach Hordaland. Einzelfahrscheine gelten für beide. Außerhalb des Zentrums richten sich die Tarife nach der Entfernung (Zone 1–2 29–41 nkr); für Besucher der Komponistenmuseen lohnen sich Zehnertickets (Zone 1–2, 255 nkr). Fahrkartenautomaten gibt's an jeder Stadtbahnhaltestelle. Inhaber der Bergen Card (S. 177) fahren innerhalb Bergens umsonst.

FÄHRE

Vågen Harbour Ferry (Beffen; Karte S. 166 f.; 55 56 04 00; Erw./Kind 20/10 nkr; ganzjährig Mo–Fr 7.30–16 Uhr alle 10 Min., Mai–Aug. Sa 11–16 Uhr) Von Ende Mai bis Ende August verkehrt die Vågen Harbour Ferry zwischen Torget-Fischmarkt und Tollbodhopen in Nordnes (in der Nähe des Bergen Aquariums).

FAHRRAD

Sykkelbutikken (www.sykkelbutikken.no; Kong Oscars gate 81; Tourenrad pro Tag/Woche 200/800 nkr; Mo–Fr 10–20, Sa 10–16 Uhr) Leihstation in der Nähe des Bahnhofs.

VOM/ZUM FLUGHAFEN

Flybussen (Karte S. 166 f.; www.flybussen.no; einfach/hin & zurück Erw. 90/160 nkr, Kind 50/80 nkr) Fährt bis zu viermal stündlich vom Flughafen ins Stadtzentrum mit Halt am Radisson SAS Royal Hotel, am Busbahnhof und gegenüber der Touristeninformation am Vågsallmenningen.

VOSS

13 902 EW.

Voss liegt an einem glitzernden See ganz in der Nähe der Fjorde. Dieser Lage verdankt die Stadt ihren weltweiten Ruf als Abenteuer-Hauptstadt Norwegens. Der Ort selbst ist wenig attraktiv, schließlich macht sich hier jeder auf in die Fjorde zum Wildwasserrafting, Bungeejumping oder für sämtliche Sportarten, die irgendwie mit einem Fallschirm zu tun haben.

Sehenswertes & Aktivitäten

Vangskyrkja & Olavskreuz KIRCHE

(Uttrågata; Erw./Kind 20 nkr /frei; Juni–Aug. Mo–Sa 10–16, So 14–16 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Die Steinkirche von Voss steht dort, wo sich früher ein alter heidnischer Tempel erhob. Mitte des 13. Jhs. wurde hier eine gotische Kirche errichtet. Zwar sind der ursprüngliche Steinaltar und die einzigartige Turmspitze aus Holz erhalten, doch viele Originalteile wurden im Zuge der Reformation 1536 entfernt. Die Buntglasfenster wurden 1923 anlässlich des Jubiläums „900 Jahre Christentum in Voss" eingesetzt. Wie durch ein Wunder überstand das Gebäude die heftige Bombardierung der Stadt durch deutsche Flieger im Jahr 1940 ganz und gar unbeschadet.

Auf einem Feld 150 m südöstlich der Touristeninformation steht ein verwittertes Steinkreuz, das König Olav Haraldsson der Heilige (der Hl. Olav) 1023 zur Erinnerung an die Bekehrung der Einheimischen zum Christentum aufstellen ließ.

Voss Folkemuseum MUSEUM

(www.hardangerogvossmuseum.no; Mølstervegen 143; Erw./Kind 70 nkr/frei; Mitte Mai–Aug. 10–17 Uhr, Sept.–April Mo–Fr 10–15 Uhr) Das Museum besteht aus mehreren historischen Bauernhöfen und Häusern. Highlight ist die Mølsterfarm auf einem Hügel hoch über Voss. Die Ansammlung von 16 Hofgebäuden war einst typisch für die Region und stammt aus dem Zeitraum 1600 bis 1870. Führungen beginnen jede Stunde.

Freizeit- und Naturschutzgebiet Prestegardsmoen WANDERUNGEN

Das Freizeit- und Naturschutzgebiet Prestegardsmoen, das sich südlich des Voss Camping erstreckt, birgt verschiedene Wanderwege und ist Heimat Hunderter Pflanzen- und Vogelarten.

Hangursbahnen SEILBAHN

(www.vossresort.no; Erw./Kind 100/60 nkr; Juni–Aug. 10–17 Uhr) Die Seilbahn führt hinauf auf den Hanguren (660 m), hoch über Voss, und eröffnet einen herrlichen Panoramablick über die Stadt und die umliegenden Berge. Oben gibt's ein Restaurant und Wanderwege.

Geführte Touren

Die Tour **Norway in a Nutshell** (Erw./Kind 775/400 nkr) startet üblicherweise in Bergen

oder Oslo, kann aber auch von Voss aus in Angriff genommen werden. Inbegriffen sind die Zugfahrten von Voss nach Myrdal und von dort nach Flåm, außerdem die Bootsfahrt nach Gudvangen und der Bus zurück nach Voss (oder andersrum). Buchen sollte man über die Touristeninformation, direkt bei **NSB** (☎ 56 52 80 07; www.nsb.no) am Bahnhof oder online über **Fjord Tours** (☎ 81 56 82 22; www.fjordtours.com).

Bei der Touristeninformation lassen sich außerdem Infos zu Tagesausflügen nach Ulvik und Eidfjord am Hardangerfjord erfragen.

Feste & Events

Vossajazz MUSIK
(www.vossajazz.no) Das innovative Jazz-, Folk- und Weltmusik-Festival findet jedes Jahr Ende März/Anfang April statt.

Extremsport-Festival SPORT
(Veko; www.ekstremsportveko.com) Einwöchiges Festival Ende Juni, das sämtliche Extremsportarten (Fallschirmspringen, Paragliding und Basejumping) mit Konzerten regionaler und internationaler Acts verbindet.

Schafskopf-Festival ESSEN
(www.smalahovesleppet.no; ⏲ Ende Sept.) Die lokale Spezialität wird mit jeder Menge Schafsköpfen und Veranstaltungen gefeiert.

Schlafen

Voss Camping CAMPINGPLATZ €
(☎ 56 51 15 97; www.vosscamping.no; Prestegardsalléen 40; Zeltplatz 170 nkr, Hütte ab 600 nkr; ⏲ Ostern–Sept.; Ⓟ @) Zentral an einem See gelegen mit einfachen Einrichtungen und recht lärmiger Urlauberszene.

Tvinde Camping CAMPINGPLATZ €
(Tvinde; ☎ 56 51 69 19; www.tvinde.no; Zeltplatz 240 nkr, Hütte ab 570 nkr; ⏲ ganzjährig; Ⓟ 📶) Malerischer Zeltplatz ca. 12 km außerhalb der Stadt direkt an einem Wasserfall. Mit dem Voss–Gudvangen-Bus (20 Min.) zu erreichen.

Voss Vandrerhjem HOSTEL €
(☎ 56 51 20 17; www.vosshostel.com; Evangervegen 68; B/EZ/DZ ab 235/695/1150 nkr; Ⓟ @) Dieses moderne Hostel in Voss bietet akzeptable Zimmer mit eigenem Bad und tollem Blick. Nach einem Zimmer im obersten Stock mit Blick auf den See fragen! Es gibt Leihfahrräder und eine kostenlose Sauna.

Fleischer's Hotel HISTORISCHES HOTEL €€
(☎ 56 52 05 00; www.fleischers.no; Evangervegen; EZ/DZ ab 1290/1790 nkr; Ⓟ 📶 🛁) Das Fleischer's Hotel, das in seiner heutigen Form im Jahr 1889 eröffnete, versprüht idyllisch-historischen Charme. Die Zimmer sind eher altmodisch als authentisch, dafür verfügen manche über Seeblick, Es gibt einen Pool (mit Kinderbereich) und einen eleganten Speisesaal. Zu den einstigen prominenten Übernachtungsgästen zählte 1901 auch Edvard Grieg.

Fleischer's Appartement APARTMENTS €€
(☎ 56 52 05 00; www.fleischers.no; Evangervegen 13; 2-/4-Bett-Apt. 1200/2100 nkr; Ⓟ) Der am Seeufer gelegene Ableger des Fleischer's bietet gut ausgestattete Apartments für Selbstversorger in einem fast lächerlich monströsen Gebäude aus den 1960er-Jahren.

Essen & Ausgehen

★ **Tre Brør Café & Bar** CAFÉ €
(www.vosscafe.no; Vangsgata 28; Sandwichs & leichte Gerichte 85–185 nkr; ⏲ Di–Sa 10–3, So & Mo 10–23 Uhr; 📶) Das zwanglose Café in einem der wenigen originalen Gebäude der Stadt erfreut sich traditionell bei Besuchern und Einheimischen großer Beliebtheit. Kürzlich wurde es um eine Kellerbar erweitert, in der meist bis spät in die Nacht was los ist. Oben gibt's Caféklassiker – Burger mit Biorindfleisch, Suppen, Wraps – und ein wechselndes Tagesgericht, meist mit asiatischem Touch.

Das Bier stammt von Voss Bryggeri, einer der besten Brauereien Norwegens, und unten gibt's abends meistens Livekonzerte oder DJ-Musik.

Ringheim Kafé NORWEGISCH €€
(www.ringheimkafe.no; Vangsgata 32; Hauptgerichte 160–220 nkr; ⏲ Mittagessen) Eines der zahlreichen Cafés an der Hauptverkehrsstraße Vangsgata ist das Ringheim. Es hat Tische im Freien und innen ist es im Caféteria-Stil eingerichtet. In unprätentiösem Ambiente kommen hier lokal geprägte Gerichte auf den Tisch, darunter Elchburger (165 nkr), gebackene Forelle (210 nkr) und *hjortekoru* (180 nkr), eine regional typische Räucherwurst mit Kartoffeln und geschmortem Kohl.

Praktische Informationen

Touristeninformation (☎ 40 61 77 00; www.visitvoss.no; Vangsgata 20; ⏲ Juni–Aug. Mo–Fr 8–19, Sa 9–19, So 12–19 Uhr, Sept.–Mai Mo–Fr 8.30–16 Uhr) Gut sortierte Touristeninformation mit Buchungsservice für verschiedene Aktivitäten.

An- & Weiterreise

BUS

Busse halten am Bahnhof westlich des Stadtzentrums und verbinden Voss regelmäßig mit Bergen (163 nkr, 2 Std.), Flåm (143 nkr, 1¼ Std.) und Sogndal (299 nkr, 3 Std.) über Gudvangen und Aurland.

ZUG

Die Strecken der **Norges Statsbaner** (Staatliche Bahngesellschaft Norwegens, NSB; ☎ 56 52 80 00) nach Bergen (189 nkr, 1 Std., stündl.) und Oslo (349–829 nkr, 5½–6 Std., 5-mal tgl.) halten auch in Myrdal (117 nkr, 50 Min.) und bieten auf der idyllischen Fahrt hinunter nach Flåm einen wundervollen Ausblick.

AKTIVITÄTEN IN UND UM VOSS

Wem eine gemächliche Schiffsreise auf dem Fjord zu den spektakulären Landschaften Norwegens etwas zu zahm ist, der wird in Voss sein Glück finden.

Aktivitäten organisieren verschiedene Anbieter und die Touristeninformation (S. 188).

Paragliding, Parasailing & Bungeespringen

Nordic Ventures (☎ 56 51 00 17; www.nordicventures.com; ⏲ April–Mitte Okt.) ist einer der professionellsten Veranstalter für derartige Aktivitäten in ganz Norwegen. Auf dem Programm stehen Tandem-Paragliding (1500 nkr), Parasailing (Einzel/Doppel 575/950 nkr) und sogar Bungeejumping von einem 115 km/h schnellen und 180 m hohen Parasail (1800 nkr), dem angeblich höchsten Bungeesprung in ganz Europa! Immer nach dem Motto: „Sei mutig … oder tu wenigstens so. Den Unterschied merkt kein Mensch."

Fjordexpeditionen mit dem Kajak

Wer in Voss (oder auf irgendeinem der Fjorde) nur eine einzige Aktivität unternehmen will, sollte sich für diese entscheiden. Die von Nordic Ventures angebotenen geführten Kajaktouren sind eine ideale Möglichkeit, den Hardangerfjord und den atemberaubenden Nærøyfjord zu erkunden – ganz ohne Eile und Menschenmassen. Die unterschiedlichsten Touren sind im Angebot.

Neunstündige Eintagestouren kosten 995 nkr (inklusive Mittagessen und Transfer zum Fjord und zurück). Die Zweitagestour für 2295 nkr beinhaltet Camping an den Ufern des Fjords. Unser Favorit ist aber die dreitägige Kajak- und Wandertour (3295 nkr): Erst werden die Fjorde per Kajak erkundet und dann von hoch oben bestaunt.

Wer lieber auf eigene Faust loszieht, kann sich bei Nordic Ventures auch ein Kajak leihen (1/2/3 Tage 550/925/1295 nkr).

Rafting

Voss Rafting Senter (☎ 56 51 05 25; www.vossrafting.no) hat sich auf Wildwasserfahrten (1150 nkr) spezialisiert, auch mit familienfreundlichen Angeboten (ab 630 nkr). Beim Rafting und Hydrospeeding kann man zwischen drei verschiedenen Flüssen auswählen: Stranda (Klassen III und IV), Raundalen (Klassen III bis V) und Vosso (Klasse II). Auch hier ist das Motto vielversprechend: „Bei uns machst du dir garantiert die Hose nass."

Skifahren

Die Skisaison in Voss dauert gewöhnlich von Anfang Dezember bis April. Der Wintersport konzentriert sich um die Seilbahn am Hanguren, wo auch Skikurse angeboten werden. Wer ein eigenes Fahrzeug hat, kann damit auch zum Skigebiet Bavallen, 5 km nördlich des Zentrums, fahren, das sogar für internationale Alpin-Wettkämpfe genutzt wird. Auf dem Plateau und im Raundalen bei Mjølfjell gibt es außerdem exzellente Langlaufstrecken.

Weitere Aktivitäten

Das Voss Rafting Senter organisiert **Canyoning** (1150 nkr), **Wasserfall-Abseilen** (ab 990 nkr), **Riverboarding** (1150 nkr), **Angeln** (ab 630 nkr) und **Wandern** (ab 530 nkr). Geführte Wandertouren bietet auch **Vossafjell** (☎ 99 15 15 00; www.vossafjell.no) an.

Die Touristeninformation in Voss hat Karten für **Radwandertouren** und **Wanderungen** in Eigenregie und verkauft Angelgenehmigungen.

RUND UM VOSS

Evangar

Das winzige Dorf abseits der Schnellstraße rund 12 km westlich von Voss wirkt mit seiner kleinen Ansammlung restaurierter Holzhäuser und der wunderschönen Seekulisse wie eine charmante Spielzeugstadt. Hier gibt es absolut nichts zu tun, außer zu entspannen oder vielleicht eine gemächliche Fahrt mit dem Ruderboot zu unternehmen. In der Hauptsaison ist Evangar eine wunderbar friedliche Alternative zum überlaufenen Voss.

★Patina PENSION €€
(✆90 95 73 88; www.evanger.net; Knute Nelson gata 17; 2-Bett-Apt. 1000 nkr; Café & Laden Juli–Mitte Aug. Di–Sa 11–17 Uhr, Sept.–Juni Sa 11–17 Uhr) Das Patina, Pension, Café und Secondhand-Laden in einem, ist das mit viel Herzblut umgesetzte Projekt dreier einheimischer Frauen. Es gibt ein großes für Familien geeignetes Apartment mit Blick über den See für tage- oder wochenweisen Aufenthalt (und manchmal auch eine kleinere Variante). Im großartigen Dekor beweisen die Betreiberinnen ihr exzellentes Auge für atmosphärisch-originelle Designstücke. Die meisten Dekogegenstände und Möbel stehen auch zum Verkauf.

Das charmante Café serviert wunderbaren hausgemachten Kuchen und dick belegte Sandwichs, und der Laden ist eine erstaunliche Fundgrube mit vielen Stücken von Freunden und Nachbarn. Für Ausflüge auf dem See Evangervatnet können Gäste ein altes Ruderboot ausleihen.

Evangerista PENSION €
(✆92 24 81 16; www.evangerista.no; Knute Nelson gata 15; B/DZ/4BZ mit Gemeinschaftsbad 200/600/1000 nkr) Die fröhliche Pension mit Bohème-Flair bietet zwei Doppelzimmer, einen Viererschlafsaal und ein Familienzimmer mit Stockbetten in bunten Farben mit indischen und Vintage-Stoffen. Die freundliche Besitzerin Mona serviert jeden Tag Frühstück mit biologischem Brot, hausgemachtem Müsli und Kaffee (100 nkr); auf Nachfrage gibt's auch Mittag- (100 nkr) und Abendessen (150 nkr).

Myrkdalen

Das Skiresort gibt es erst seit rund zehn Jahren. Seit Kurzem hat es ein ganzjährig geöffnetes Luxushotel. Die Saison dauert von Mitte November bis Mitte April mit einer durchschnittlichen Schneemenge von 5 m. Im Sommer locken in den Bergen mehrere großartige Wanderwege, die am Hotel beginnen, ein Kinderprogramm mit Aktivitäten in der Natur und ganz in der Nähe das tolle Outdoor-Angebot von Voss.

Myrkdalen Hütten & Apartments APARTMENTS €€
(✆56 52 30 60; www.myrkdalenhotel.no; Studio 800 nkr, 3-Bett-Apt. 1200 nkr) Die Selbstversorger-Hütten und -Apartments aus schwarzem Holz mit Torfdächern bilden unterhalb der Skihänge ein weitläufiges Dorf. Die Inneneinrichtung ist liebevoll und atmosphärisch, zudem gibt's Flachbildfernseher, Geschirrspüler, meist einen Kamin und teils sogar Waschmaschine und Sauna.

Myrkdalen Hotel HOTEL €€€
(✆56 52 30 40; www.myrkdalenhotel.no; EZ/DZ 1095/1495 nkr) Das große geschmackvolle Hotel mitten im Resort bietet jede Menge Serviceeinrichtungen und verschiedene Restaurants. Gäste bleiben hier gerne eine Woche oder länger. Die Zimmer sind superschick in modern-norwegischem Stil gehalten, dafür sorgen helles Holz, Grautöne und einige Farbtupfer. Unterkünfte in verschiedensten Größen und Designs bieten für jeden Geschmack etwas.

Zum kulinarischen Angebot gehören ein gehobenes Restaurant im Winter, ein ganzjährig geöffnetes legeres Lokal, eine Fonduestation, zwei Bars und ein Café.

Stalheim

200 EW.

Hoch überm Tal verbindet Stalheim eindrucksvolle Natur mit einer interessanten bewegten Vergangenheit. Von 1647 bis 1909 war Stalheim eine Station für Reisende auf der königlichen Postroute zwischen Kopenhagen, Christiania (Oslo) und Bergen. Ein Weg für Pferde und Kutschen wurde 1780 angelegt. Hier machten die Postzusteller Rast und wechselten die Pferde, nachdem sie das Tal durchquert hatten und die Stalheimskleiva-Schlucht hinaufgestiegen waren, vorbei an den tosenden Wasserfällen Stalheim und Sivle.

Heute windet sich zwar eine moderne Straße mit zwei Tunneln aus dem Tal herauf, die **alte Kutschenstraße** („Stalheimskleiva") hat aber noch immer eine erstaunliche Stei-

gung von 18 %. Da auch Reisebusse diese Straße benutzen, ist sie als Einbahnstraße ausgewiesen: Man kann sie hinunterfahren, aber nicht hinauf.

Sehenswertes

Jeder kommt hierher, um den grandiosen Ausblick vom Garten des Stalheim Hotels zu genießen. Wer nicht im Hotel übernachtet, kann den atemberaubenden Ausblick hinunter auf den Nærøydalen von der **Terrasse** (Mitte Mai–Sept. 9.30–18 Uhr) GRATIS auskosten.

Stalheim Folkemuseum MUSEUM
(56 52 01 22; Stalheim; Erw./Kind 60 nkr/frei; auf Anfrage) Das Volkskundemuseum nahe dem Stalheim Hotel zeigt typisches Kunsthandwerk, landwirtschaftliche Geräte und einen traditionellen Landwirtschaftsbetrieb mit 30 Blockhäusern. Es öffnet aber nur für Gruppen ab zehn Personen. Auskünfte erteilt das Hotel.

Aktivitäten

In Stalheim beginnen mindestens zwei lohnende Halbtages-Wandertouren:

Husmannsplassen Nåli WANDERUNG
Der Kötterhof auf einem Felssims bei Stalheim, hoch über dem Nærøydalen, war bis 1930 bewohnt. Der Weg hierher (2 Std. hin & zurück) ist allerdings nichts für Zartbesaitete: an einigen Stellen unglaublich schmal, entlang der Felsen und hoch über dem gähnenden Abgrund. Absolut keine Route für Regenwetter!

Für Schwindelfreie zählt die Strecke zu einer der schönsten Norwegens. Die Rezeption im Stalheim Hotel gibt gerne Auskunft.

Brekkedalen WANDERUNG
Diese dreistündige Rundwanderung führt hinauf in das Hochtal über Stalheim. Die Einheimischen halten diese Tour für die schönste in der Region, die Aussichten sind dementsprechend überwältigend. Sie ist relativ einfach und perfekt, um die Massen hinter sich zu lassen und dieses beeindruckende Hochland ganz für sich zu genießen. Die Touristeninformation in Voss und das Stahlheim Hotel wissen den Weg.

Schlafen

Stalheim Fjord og Fjellhytter BERGHÜTTE €
(56 51 28 47; www.stalheim.no; 4- bis 6-Pers.-Hütte pro Nacht/Woche ab 750/5500 nkr) Die großen gemütlichen Hütten bieten standesgemäß tollen Ausblick.

Stalheimsøy Gard BAUERNHAUS €€
(56 52 00 22; www.stalheimsoy.no; 6-Bett-Apt. pro Nacht/Woche 1365/8400 nkr, 12-Bett-Apt. 2100/13 230 nkr) Das Bauernhaus mit zwei geräumigen Apartments liegt weit unten im Tal.

Stalheim Hotel HISTORISCHES HOTEL €€€
(56 52 01 22; www.stalheim.com; EZ/DZ/Superior ab 1160/1750/2150 nkr; Mitte Mai–Mitte Sept.; P @) Das Hotel mit der wohl spektakulärsten Lage Norwegens stammt aus den 1960ern und verfügt über einfache geräumige Zimmer, rund die Hälfte davon mit traumhaftem Ausblick (Nr. 324 listete der *Conde Nast Traveler's* einst als eines der „besten Zimmer mit Aussicht"). Die eindrucksvolle Lobby, Lounge und Speisehalle zieren außergewöhnliche Details aus der Mitte des 20. Jhs. und historische Gemälde.

Trotz des täglichen Ansturms von Reisegruppen behalten das freundliche Personal und die elegante Besitzerin die Ruhe. Die Büfetts am Mittag (250 nkr) und Abend (450 nkr) sind üppig, zudem gibt's Gerichte von der Karte (Hauptgerichte 245 nkr); wer Halbpension bucht, zahlt weniger.

An- & Weiterreise

Stalheim ist von Voss mit jedem Bus (101 nkr, 1 Std., 4- bis 11-mal tgl.) zu erreichen, der in Richtung Gudvangen/Aurland fährt. Es kann allerdings sein, dass man die letzten 1,3 km von der Hauptstraße hochlaufen muss – es sei denn, der Fahrer lässt sich zu einem kurzen Umweg überreden.

Myrdal

Zwischen Voss und Finse liegt Myrdal, dort wo sich die Oslo-Bergen-Bahn und die unglaublich steile Strecke der Flåmsbana kreuzen. Es ist eine beliebte Station der „Norway in a Nutshell"-Tour. Von hier aus windet sich die dramatische Flåmsbana 20 km abwärts nach Flåm am Aurlandsfjord, einem Arm des Sognefjords.

HARDANGERFJORD

Vom Atlantik bis zur steilen Wand der Hardangervidda-Hochebene in Zentralnorwegen erstreckt sich der Hardangerfjord, eine norwegische Fjordlandschaft wie aus dem Bilderbuch. Er hat viele schöne Ecken, aber wenn wir uns für ein paar Orte entscheiden müssten, wären es Eidfjord, Ulvik und Utne. Der Folgefonna-Nationalpark bietet gute

Gelegenheiten für Gletscher- und anspruchsvolle Bergwanderungen. Der Hardangerfjord lässt sich problemlos von Bergen aus erkunden; gute Infos liefert www.hardangerfjord.com.

Norheimsund

2224 EW.

Das stille Norheimsund ist die Pforte zum Hardangerfjord. Tiefer im Fjord folgen noch eindrucksvollere Orte, aber auch Norheimsund ist sehr malerisch. Von hier aus verkehren Fähren nach Eidfjord. Das macht den Ort zu einem willkommenen Zwischenstopp für Reisende, die ohne Auto unterwegs sind.

Sehenswertes

Steinsdalfossen WASSERFALL

Nur 1 km westlich von Norheimsund an der Rv7 liegt dieser 50 m hohe Wasserfall. Er ist bei Weitem nicht Norwegens höchster, bietet aber die Möglichkeit, hinter dem fallenden Wasser entlangzuwandern. Im Sommer ist er oft von Reisegruppen überlaufen. Wen wundert's – er ist eines der meistbesuchten Naturschauspiele des Landes.

Hardanger Fartøyvernsenter MUSEUM

(☎ 47 47 98 39; www.fartoyvern.no; Erw./Kind 90/50 nkr; ⏲ Anfang Mai–Anfang Sept. 10–17 Uhr) Dieses fesselnde Museum beleuchtet die hiesige Schiffsbautradition und zeigt alte Holzschiffe, Ausstellungen zu Restaurationsverfahren und zur Seilherstellung sowie Sonderausstellungen. Kinder können beim Bootsbau selbst Hand anlegen und andere Seefahrerfertigkeiten testen. Dreimal täglich bietet das Museum eine zweieinhalbstündige Fjordkreuzfahrt in einem restaurierten Kutter an (Mitte Juni–Mitte Aug.; Erw./Kind 330/165 nkr).

Schlafen

Oddland Camping CAMPINGPLATZ €

(☎ 56 55 16 86; www.oddlandcamping.no; kleine Hütte/Familienhütte 650/1250 nkr; ⏲ kleine Hütte April–Okt., Familienhütte ganzjährig; 🛜) Dieser gut ausgestattete private Platz am See bietet schönen Blick auf den Fjord und einfach ausgestattete Hütten. Gäste haben Zugang zu einem neuen Fahrrad- und Wanderweg, zudem gibt's einen Fahrradverleih.

★ Sandven Hotel HISTORISCHES HOTEL €€

(☎ 56 55 20 88; www.sandvenhotel.no; EZ/DZ ab 1090/1390 nkr; 🅿 🛜) Das Sandven liegt im Zentrum von Norheimsund direkt am Wasser. Die 1857 erbaute Herberge bietet viel Charme, große Balkone und fantastischen Ausblick von den Zimmern zur Fjordseite. Die Gemeinschaftsbereiche sind elegant, jedoch ungewohnt hell mit weiß gestrichenen Holzdielen und blasser Eichentäfelung.

Neben den stattlichen Essbereichen gibt's ein hübsches Café beim Fjord und eine Bar mit Clubflair und exzellenter Bierauswahl. In der exklusiven Kronprinzensuite nächtigte bereits der zukünftige König von Norwegen.

Praktische Informationen

Touristeninformation (☎ 56 55 31 84; www.visitkvam.no; ⏲ Juni–Aug. 10–18 Uhr, Mai & Sept. Mo–Fr bis 16 Uhr) Die Hauptstelle für Norheimsund und Øystese befindet sich in Steinsdalsfossen.

An- & Weiterreise

Bis zu fünf Busse verkehren täglich zwischen Bergen (137 nkr) und Norheimsund. Der um 7.30 Uhr startende Bus hat Anschluss an die 8.50-Uhr-Fähre von Norheimsund nach Eidfjord (einfach 265 nkr). Wer von Voss kommt, muss meist in Arna umsteigen.

Øystese

1881 EW.

Direkt hinter der Küstenbiegung von Norheimsund bietet Øystese ein außergewöhnliches Kunstmuseum, das man in einem kleinen Dorf am Fjord nicht erwarten würde. Es locken viele interessante Ausflüge, u. a. zu den berühmten Obstplantagen des Hardangerfjords.

Sehenswertes

Kunsthuset Kabuso KUNSTMUSEUM

(www.kabuso.no; Erw./Kind inkl. Eintritt fürs Ingebrigt Vik Museum 60 nkr/frei; ⏲ Juni–Aug. Di–So 10–17 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Das Kunsthuset Kabuso hat ein faszinierendes Programm. Fast ganzjährig gibt es Werke großer zeitgenössischer Künstler zu sehen (in der Vergangenheit zählten Damien Hirst, Matthew Barney und James Turrell dazu), im Sommer werden Ausstellungen zur norwegischen Identität mit traditionellen Werken meist hiesiger Maler gezeigt.

Das Museum veranstaltet das ganze Jahr über Konzerte der verschiedensten Genres (180–250 nkr); die Akustik in dem kleinen Theater ist fantastisch.

Ingebrigt-Vik-Museum MUSEUM
(www.kabuso.no; Erw./Kind inkl. Eintritt fürs Kunsthuset Kabuso 60 nkr/frei; Juni–Aug. Di–So 10–17 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Die Dauerausstellung unter der Verwaltung des Kunsthuset Kabuso mit Werken von Ingebrigt Vik (1867–1927), einem der geschätztesten Bildhauer Norwegens, ist in einem wunderschönen und ungewöhnlich modernistischen Pavillon von Torgeir Alvsaker untergebracht. Vik wurde in Øystese geboren, arbeitete vor allem in Paris und kehrte in seinen letzten Lebensjahren in die Fjorde zurück. Ausgestellt sind Stücke aus Bronze, Gips und Marmor.

Steinstø Fruktgard OBSTPLANTAGE
(www.steinsto.no; Steinstø; Mitte Juni–Mitte Okt. So–Fr 11–17, Sa 11–16 Uhr) Wer im Hochsommer einen Ausflug zu diesem Hof, ein kleines Stück östlich von Øystese, unternimmt, wird im Juni mit reifen Erdbeeren und im Juli mit jeder Menge Himbeeren, Kirschen, Pflaumen und Äpfeln belohnt. Ein Café serviert leckeren Apfelsaft und rustikalen Apfelkuchen sowie *lefse* (Fladenbrot) und Waffeln. Sonntagnachmittags kommt ein rustikales spätes Mittagessen (Hauptgerichte 165 nkr) auf den Tisch.

Gruppen können Führungen buchen, Einzelpersonen können sich oft anschließen.

Schlafen

Hardangerfjord Hotel HOTEL €€€
(56 55 63 00; www.hardangerfjord-hotell.no; EZ/DZ ab 1330/1950 nkr; P) Das große moderne Hotel wartet mit Aussichten über den Fjord hinweg zu den Bergen und zur Eiskappe des Folgefonna auf. Die renovierten Zimmer sind komfortabel, wenn auch etwas langweilig. Zum Hotel gehören ein Restaurant, ein beheiztes Schwimmbecken und eine Minigolfanlage; andere Aktivitäten können erfragt werden.

An- & Weiterreise

Zwischen Øystese und Bergen verkehren täglich mindestens fünf Busse (135 nkr, 1¾ Std.) über Norheimsund.

Ulvik

1129 EW.

Ulvik, in den inneren Ausläufern des Hardangerfjord im Herzen von Norwegens Apfelanbaugebiet, ist von Bergen gesäumt und bietet großartigen Blick über den Fjord. In den umliegenden Bergen der atemberaubenden mit Bauernhöfen gespickten Landschaft gibt es unzählige Rad- und Wanderrouten. Haben die Touristenfähren abgelegt, herrscht in der Stadt wunderbare Ruhe.

Sehenswertes & Aktivitäten

Die Touristeninformation weist gern die Richtung zu den Wanderwegen der Umgebung, auch zur 5-km-Strecke vorbei an vier **Obstplantagen** auf den Hügeln oberhalb der Stadt. Eine davon, die **Hardanger Saft og Suderfabrikk** (Hardanger Saft- & Cider-Fabrik; www.hardangersider.no) stellt auch Apfelcidre her. Plantagenbesichtigungen sind nur in Gruppen möglich, manchmal kann man sich über die Touristeninformation einer bereits angemeldeten Gruppe anschließen.

Schlafen & Essen

Ulvik Fjord Hotel HOTEL, CAMPINGPLATZ €€
(56 52 61 70; www.ulvikfjord.no; Zelt-/Wohnwagenstellplatz 180/220 nkr, 4-Pers.-Hütte ab 600 nkr, DZ ab 985 nkr; P) Diese gut geführte Pension vor den Toren der Stadt bietet sehr komfortable Zimmer, teilweise mit Balkon und Blick über einen rauschenden Bach. Das Hauptgebäude liegt jenseits der Uferstraße, die Zeltplätze und Hütten befinden sich dagegen direkt am Wasser.

Doktergarden B&B €€
(90 76 70 98; www.doktergarden.no; DZ 1000 nkr; P) Das charmante alte Holz-Bauernhaus thront auf einem Hang rund 2 km östlich des Dorfzentrums. Die hellen, gemütlichen Zimmer mit Fjordblick werden von Bjørnar und Bjørg auf Anfrage vermietet, müssen im Voraus reserviert werden und teilen sich größtenteils ein Gemeinschaftsbad. Es gibt einen luftigen Garten mit Sonnenterrasse.

Brakanes Hotel HOTEL €€€
(56 52 61 05; www.brakanes-hotel.no; EZ/DZ 1185/1685 nkr, mit Fjordblick 1385/1885 nkr; P) Den besten Blick auf den Hardangerfjord kann man von den Balkonzimmern auf der Fjordseite in diesem großen, modernen Hotel genießen. Alle Unterkünfte sowie die öffentlichen Bereiche sind im traditionellen Stil gehalten, wobei die Lounge und der zwanglose Speisebereich kürzlich stilvoll renoviert wurden.

Die hohen Glasfronten des Hotels bieten traumhaften Ausblick. Das Restaurant serviert Büfett (450 nkr) und Abendessen von der Karte (Hauptgerichte 280 nkr), am besten sind jedoch die Mittagsangebote

(155 nkr) in ruhiger Atmosphäre mit herzhaften, rustikalen Speisen von hier wie Lammwurst an Kartoffelgratin oder Lachs mit Spargel.

Drøs Bakeri & Cafe

CAFÉ €€

(91 62 57 71; Tyssevike 36; Ende Juni–Ende Aug. Mo–Do 12–21, Fr & Sa 12–2, So 12–18 Uhr, Sept.–Mai Fr & Sa) Freundliches, geschäftiges Café mit klassischen internationalen Gerichten (ab 150 nkr) sowie Kaffee und Kuchen. Am Wochenende verwandelt es sich abends in eine überraschend laute Bar. Tagsüber wie abends gibt's eine tolle Auswahl an französischen und italienischen Weinen.

Praktische Informationen

Ulvik Touristeninformation (56 52 62 80; www.hardangerfjord.com; Tyssevike 15; Juli & Aug. 10–16 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Die Touristeninformation hat Wanderkarten und Leihfahrräder (halber/ganzer Tag 150/200 nkr), zudem stellt sie Angellizenzen aus und organisiert Wasserskiausflüge (ab 200 nkr).

An- & Weiterreise

Busse pendeln drei- bis fünfmal täglich zwischen Voss und Ulvik (126 nkr, 1¼ Std.).

Eidfjord

950 EW.

Eidfjord ist einer der am schönsten gelegenen Orte in diesem Teil Norwegens, dafür sorgen steile Berge und hinabdonnernde Wasserfälle. Doch die Schönheit hat ihren Preis: Zwar ist Eidfjord nur auf dem Wasserweg oder über gewundene Tunnel zugänglich, doch im Sommer legen hier fast täglich Kreuzfahrtschiffe an, deren Passagiere den kleinen Ort überfluten.

Sehenswertes

Grabhügel aus der Wikingerzeit

ARCHÄOLOGISCHE STÄTTE

(Hæreid; Erw./Kind 90/40 nkr, Troll Train 90/40 nkr; Troll Train stündl. Juni–Aug. 10–17.30 Uhr) Die 350 Wikingergrabhügel aus den Jahren 400 bis 1000 v. Chr., die hier gefunden wurden, machen das Areal zur größten eisenzeitlichen Stätte in Westnorwegen. Die Touristeninformation informiert über die Anfahrt und hat eine einfache Karte mit einem 90-minütigen ausgeschilderten Wanderweg auf Lager.

Wer nicht laufen will, gelangt auch mit dem Troll Train zu den Hügeln. Der verspielte Mix aus Bahn und Bus bringt die Passagiere hoch hinauf auf das Hæreid-Plateau. Hier liegen die meisten Gräber, die ohne größere Schwierigkeiten zu erreichen sind. Der Troll Train fährt nur, wenn Kreuzfahrtschiffe im Hafen liegen; Tickets verkauft die Touristeninformation.

Kjeåsen-Hof

BAUERNHOF

Der Kjeåsen-Hof, 6 km nordöstlich von Eidfjord und 530 m über dem Tal nahe der Baumgrenze, ist ein lohnenswertes Ausflugsziel. In dem abgeschiedenen Gehöft, eine der malerischsten Adressen Norwegens, wohnt eine Frau, die seit über 40 Jahren allein hier lebt – abgesehen natürlich von den Busladungen von Touristen, die sie jeden Sommer besuchen.

Der Hof soll schon 400 Jahre hier stehen. Mit Fahrzeugen zu erreichen ist er jedoch erst seit dem Bau der Straße 1975. Diese führt durch einen einspurigen Tunnel, der für den Verkehr bergauf jeweils ab der vollen, für den Verkehr ins Tal hinab ab der halben Stunde geöffnet ist. Obwohl die Straße rund um die Uhr befahrbar ist, sollte man nicht später als 17 Uhr hinauffahren, um die Privatsphäre der Bewohnerin zu respektieren.

Der Hof ist auch zu Fuß zu erreichen (4 Std. hin & zurück), aber der Weg ist steil und gefährlich und es muss mindestens eine Seilbrücke überquert werden. Die Route beginnt in Sæ in Simadal mit Parkmöglichkeiten beim Sima Power Plantask. Auskünfte erteilt die Touristeninformation. Das Büchlein *Kjeåsen in Eidfjord* von Per A. Holst, das die Geschichte des Hofs und seiner Bewohner erzählt, ist für 20 nkr bei der Touristeninformation Eidfjord erhältlich.

Skytjefossen

WASSERFALL

Hier im Simadalen, 12 km nördlich von Eidford, stürzt das Wasser von der Hardangervidda-Hochebene fast 300 m hinab in die Talsohle. Damit ist der Skytjefossen einer der höchsten Wasserfälle Norwegens. Wer zum Wasserfall wandern will, sollte bis Tveit fahren und direkt hinter dem letzten Haus parken. Der Weg zum Skytjefossen und zurück dauert 1½ Stunden.

Hardangervidda Natursenter

MUSEUM

(www.hardangerviddanatursenter.no; Øvre Eidfjord; Erw./Kind/Fam. 120/60/280 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug. 9–20 Uhr, April–Mitte Juni & Mitte Aug.–Okt. 10–18 Uhr) Das außergewöhnliche Hardangervidda-Naturzentrum ist eine hervorragende Einführung in einen der schönsten Nationalparks Norwegens; es liegt 6,5 km südöstlich von Eidfjord in Øvre Eidfjord. Neben detaillierten Wanderkarten und Tipps

zu Wegen und zum Skifahren zeigt es einen 20-minütigen Film mit dramatischen Panoramaaufnahmen des Parks: Wer nicht selbst im Hinterland wandern gehen kann, der kommt diesem Erlebnis hier am nächsten.

Daneben gibt es interaktive Ausstellungen, gute Erklärungen zur Naturgeschichte der Region, Aquarien mit den Fischen der Bergseen und interessante geologische Exponate.

Aktivitäten

Neben Wanderungen zum Kjeåsen-Hof und Trekking im Hardangervidda-Nationalpark können eine ganze Reihe weiterer Aktivitäten unternommen werden. Auch Bootstouren sind möglich (Verleih eines mittelgroßen Motorboots halber/ganzer Tag 300/500 nkr), zu erfragen an der Touristeninformation (S. 195), im Vik Pensjonat (S. 195) oder im Eidfjord Fjell og Fjord Hotel (S. 195).

Flat Earth

ABENTEUERSPORT

(☎ 47 60 68 47; www.flatearth.no; Erw. inkl. Klettereisen & Eispickel 700 nkr) Flat Earth ist einer der besten Veranstalter für Outdooraktivitäten im norwegischen Fjordland. Er organisiert See-/Flusskajakfahrten (3/6 Std. 450/850 nkr), Rafting (480 nkr, 3 Std.), Klettern (250 nkr, 3 Std.), Mountainbike-Downhill-Touren (halber/ganzer Tag 150/200 nkr) und Gletscherwanderungen (740 nkr, ganzer Tag).

Das Hauptbüro liegt in der Nähe des Hardangervidda-Naturzentrums (S. 194) in Øvre Eidfjord, 6,5 km südöstlich von Eidfjord. Verliehen werden dort Seekajaks (200 nkr, ganzer Tag), Kanus (1. Std. 140 nkr, jede zusätzliche Std. 40 nkr) und Mountainbikes (halber/ganzer Tag 150/200 nkr).

Schlafen & Essen

★ Eidfjord Gjestegiveri

PENSION €

(☎ 53 66 53 46; www.ovre-eidfjord.com; Øvre Eidfjord; Hütte 480 nkr, EZ/DZ ohne Bad 690/980 nkr; ⏲ Mai–Aug.; Ⓟ) In dieser behaglichen Pension, geführt von den Niederländern Eric und Inge, fühlt man sich wie zu Hause. Das wunderschön gepflegte Gebäude von 1896 beherbergt im oberen Stock fünf charmant gestaltete Doppelzimmer und ein Einzelzimmer. Zudem gibt es sechs niedliche Campinghütten für Selbstversorger und Serviceeinrichtungen im Kellergeschoss des Haupthauses.

Das Frühstück ist gut (das liegt nicht zuletzt am hausgemachten Brot) und ein Pfannkuchencafé kredenzt um die 20 verschiedene süß oder herzhaft gefüllte Pfannkuchen nach Holland-Art; der Belag reicht von Bergforelle bis Kompott aus Hardanger-Äpfeln. Das breite Angebot an Trockenfutter als Proviant für Wanderer ist auch nicht zu verachten. Die Pension ist 6,5 km vom Stadtzentrum Eidfjord entfernt und liegt in der Nähe des Hardangervidda-Naturzentrums.

Sæbø Camping

CAMPINGPLATZ €

(☎ 53 66 59 27; www.saebocamping.com; Øvre Eidfjord; Zelt- & Wohnwagenstellplätze 210 nkr, Hütte 470–1110 nkr; ⏲ Mitte Mai–Mitte Sept.; 📶) Dieser weiträumige und gut ausgestattete Campingplatz am See liegt im schönen Måbødalen-Tal, nur 500 m vom Hardangervidda-Naturzentrum entfernt. Die Betreiber bieten morgens frisch gebackenes Brot und es gibt einen Kanuverleih.

Vik Pensjonat

PENSION €€

(☎ 53 66 51 62; www.vikpensjonat.com; Eidfjord; EZ/DZ mit Gemeinschaftsbad 500/880 nkr, DZ/FZ mit Privatbad 1100/1580 nkr, Hütte 800–1150 nkr; Ⓟ) Die ansprechende Pension im Zentrum von Eidfjord, nicht weit vom Ufer, ist in einem hübsch renovierten alten Haus untergebracht. Gäste erwarten eine herzliche Begrüßung und gemütliche Zimmer. Die mit Balkon sind heiß begehrt, ebenfalls roßartig ist die moderne Sechs-Personen-Hütte am Flussufer.

Das an die Pension angegliederte Café zählt zu den besseren in Eidfjord und hat akzeptable Preise (Hauptgerichte 165–210 nkr). Die große Auswahl reicht von Suppen über Sandwichs bis hin zu Hauptgerichten wie Bergforelle.

Eidfjord Fjell og Fjord Hotel

HOTEL €€

(☎ 53 66 52 64; www.effh.no; Eidfjord; DZ 1390 nkr, EZ/DZ mit Fjordblick 1150/1570 nkr) Das moderne, hell eingerichtete Hotel liegt leicht erhöht auf einem Felsplateau mit Blick über die Stadt. Lounge und Speiseraum sind stylish, die Zimmer warten mit Ausnahme der neuen *kunst*-Varianten noch auf eine Modernisierung, sind jedoch gemütlich und haben größtenteils annehmbaren Fjordblick. Auf der Gartenterrasse mit weit reichender Aussicht lässt sich der Tag bestens ausklingen.

Praktische Informationen

Eidfjord Touristeninformation (☎ 53 67 34 00; www.visiteidfjord.no; Simadalsvegen 3; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 9–19, Sa & So 10–18 Uhr, Mitte Aug.–Mitte Juni Mo–Fr 10–17 Uhr)

An- & Weiterreise

AUTO

Direkt westlich von Eidfjord verbindet die Rv7/13 über die spektakuläre, oft windgepeitschte Hardangerbrücke, die längste zwischen zwei Tunneln verlaufende Hängebrücke der Welt, Bruravik und Brimnes.

BUS

Bis zu fünf Busse pendeln täglich zwischen Eidfjord und Odda (1¾ Std.), einige fahren weiter bis nach Geilo. Im Sommer verkehrt ein Busshuttle (Minibus, 100 nkr) zwischen Tinnhølen-See/Trondsbu und der Hauptstraße Rv7 Eidfjord–Geilo; ein geeigneter Start-/Endpunkt für Wandertouren auf dem Hardangervidda-Plateau.

Rund um Eidfjord

Eidfjord ist eines der Tore zum **Hardangervidda-Plateau**, dem größten Bergplateau Nordeuropas, und zu einem der größten Nationalparks in Norwegen. Von Eidfjord schlängelt sich die Rv7 durch das Måbødalen-Tal und durch gewundene Tunnel, bevor sie das Plateau erreicht.

Vøringsfossen — WASSERFALL

Nach einem 20 km langen, steilen Anstieg am Beginn der Hardangervidda taucht der atemberaubende 1825 m hohe Vøringfoss-Wasserfall auf. Tatsächlich gibt es hier mehrere Wasserfälle, die zusammen Vøringsfossen genannt werden. Sie stürzen über den Rand des Plateaus hinunter in die Schlucht, teils schwindelerregende 145 m tief. Den schönsten Blick bieten der Aussichtspunkt beim Fossli Hotel (Parkgebühr 40 nkr) sowie eine Reihe anderer Aussichtspunkte, die von der tiefer im Tal an der Rv7 gelegenen Vøringsfossen-Cafeteria zu erreichen sind.

Der Wasserfall zählt zu Norwegens beliebtesten Naturattraktionen, davon zeugen zahlreiche Reisebusse im Sommer (es waren schon 43 Busse gleichzeitig!). Öffentliche Busse zwischen Geilo und Odda fahren direkt an den Fällen vorbei.

Fossli Hotel — HISTORISCHES HOTEL €€

(✆53 66 57 77; www.fossli-hotel.com; EZ/DZ 890/1290 nk; ⏲Mai–Sept.; Ⓟ) Das Fossli Hotel liegt nur wenige Schritte vom Abgrund entfernt. Der Ausblick von diesem historischen Hotel ist grandios und die Zimmer mit modernen Parkettböden wirken zwar etwas verwohnt, bieten jedoch Flair und Wasserfallrauschen. Außerdem können Übernachtungsgäste den Wasserfall auch noch genießen, wenn die alltäglichen Touristenmassen schon lange verschwunden sind.

Das Hotel wird von Erik geleitet, dessen Urgroßvater es um 1890 erbaut hat. Er ist ein ruhiger und sympathischer Gastgeber, der jede Menge Geschichten über die Hardangervidda zu erzählen weiß. Edvard Grieg komponierte sein *Opus 66 in* diesem Hotel. Es liegt 1,3 km von der Rv7 entfernt und ist gut ausgeschildert. Im Hotelrestaurant (Hauptgerichte 190–270 nkr) werden ausgezeichnete norwegische Gerichte wie Lamm, gebackener Lachs und Wildbret serviert; im Untergeschoss gibt's ein Waffelcafé.

Kinsarvik & Lofthus

3382 EW.

Die Stadt Kinsarvik und ihr Nachbarort Lofthus liegen am stillen Ufer des Sørfjorden, einem Nebenarm des Hardangerfjords im Herzen der Region Ullensvang, in der schätzungsweise eine halbe Million Obstbäume stehen.

Kinsarvik war jedoch nicht immer so friedvoll: Vom 8. bis 11. Jh. befand sich hier eine Wikingersiedlung mit bis zu 300 Einwohnern. Die kleine, u-förmige Grünfläche gegenüber der Touristeninformation von Kinsarvik ist alles, was heute noch an den einstigen Wikingerhafen erinnert. Von Kinsarvik führt ein hübscher Wanderweg über die sogenannte Mönchstreppe vorbei an den vier Husedalen-Wasserfällen und zu einem Netz von Pfaden durch die wilden Wälder des Hardangervidda-Nationalparks.

Wer von der Nordseite des Fjords anreist, überquert die kürzlich fertiggestellte **Hardangerbrücke**, die weltweit längste zwischen zwei Tunneln verlaufende Hängebrücke.

Sehenswertes

Steinkirche in Kinsarvik — KIRCHE

(Kinsarvik) Die Steinkirche stammt etwa von 1180 und zählt zu den ältesten ihrer Art in Norwegen. Sie wurde in den 1960er-Jahren restauriert. Reste alter Fresken zeigen den Erzengel Michael, der die Seelen abwiegt, während Satan versucht, die Waage zu seinen Gunsten zu neigen. Örtlichen Legenden zufolge soll die Kirche von schottischen Eindringlingen an der Stelle einer noch älteren Stabkirche errichtet worden sein.

Grieg-Hütte — HISTORISCHES GEBÄUDE

(Lofthus; ⏲24 Std.) Der ehemalige Schlupfwinkel des norwegischen Komponisten Edvard Grieg steht im Garten des Hotel Ullensvang.

Steinkirche in Lofthus KIRCHE
(Lofthus; Ende Mai–Mitte Aug. 10–19 Uhr) An die Steinkirche von 1250 (der Turm wurde um 1880 hinzugefügt) mit hübschen Buntglasfenstern grenzt ein atmosphärischer Friedhof, auf dem noch Gräber aus dem Mittelalter erhalten sind.

Schlafen & Essen

Kinsarvik Camping CAMPINGPLATZ €
(53 66 32 90; www.kinsarvikcamping.no; Kinsarvik; Stellplätze 245 nkr, 4- bis 8-Bett-Hütten 595–1595 nkr;) Ein netter, schlichter Platz direkt am Wasser. Für Gäste mit Kindern sind die Wasserrutschen und Aktivitäten im 500 m entfernten Mikkelparken eine gute Option.

Lofthus Camping CAMPINGPLATZ €
(53 66 13 64; www.lofthuscamping.com; Lofthus; Zelt- oder Wohnwagenstellplätze 230 nkr, 2-/4-Bett-Hütten 485/595 nkr;) Ein gut ausgestatteter Campingplatz am Fjordufer mit herrlichen Ausblicken, einem beheizten Hallenbad und guten Kontakten zum Bootsverleih. Die traditionellen Hütten sind sehr charmant.

Dreiarstovo HÜTTE €€
(53 66 39 17; www.ringoy-camping.no; Ringøy Camping, Ringøy; 6-Bett-Haus ab 950 nkr; Mai–Sept.; P) Die renovierte Bauernhütte aus dem 19. Jh. mit schlichten Kiefernmöbeln, Küche, Waschmaschine und Bad mit beheiztem Fußboden gehört zum hübsch gelegenen Zeltplatz im Dorf Ringøy nordöstlich von Kinsarvik und liegt ein Stück den Berg hinauf.

Ullensvang Gjesteheim PENSION €€
(53 66 12 36; www.ullensvang-gjesteheim.no; Ullensvang; EZ/DZ/FZ mit Gemeinschaftsbad ab 490/990/1450 nkr; Mai–Mitte Sept.; P) Kristin und Tor sorgen dafür, dass sich ihre Gäste in dem renovierten Bauernhaus aus dem 16. Jh. direkt bei der Rv13 wie zu Hause fühlen. Die Zimmer sind einfach, aber die Atmosphäre ist herzlich. Das Restaurant im Untergeschoss serviert ein paar traditionelle Speisen (Hauptgerichte 149–210 nkr) sowie eine große Auswahl thailändischer Küche (125–155 nkr), auch zum Mitnehmen (Hauptgerichte 115 nkr).

Hotel Ullensvang HISTORISCHES HOTEL €€€
(53 67 00 00; www.hotel-ullensvang.no; Lofthus; EZ/DZ 1345/1970 nkr, DZ mit Fjordblick 2370 nkr; P) Dieser ausgesprochene Luxustempel wurde 1846 erbaut, mittlerweile hat er sich zu einem modernen Resorthotel mit spektakulärer Aussicht, äußerst komfortablen Zimmern und gutem Restaurant (Mittag-/Abendessen 295/525 nkr) entwickelt. Hier gibt es fast alles: Sauna, Swimmingpool, Fitnesscenter, Golfsimulator, Tennis- und Squash-Anlagen und einen Bootsverleih.

Die Anlage ist zudem eine gute Ausgangsbasis für verschiedene Aktivitäten, darunter Sommerskifahren, Gletscherwanderungen und „Königin Sonjas Panoramawanderweg“, eine sechsstündige Route, die man zu Fuß oder mit Skiern bewältigen kann. Sie liegt direkt am Fjord zwischen Lofthus und Ullensvang.

Praktische Informationen

Kinsarvik Touristeninformation (53 66 31 12; www.visitullensvang.no; Kinsarvik Brygge, Kinsarvik; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 9–18.30, Sa 10–17.30 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten)

Lofthus Touristeninformation (45 78 58 22; www.visitullensvang.no; Rv13, Loftus; Mitte Juni–Mitte Aug. 11–19 Uhr)

An- & Weiterreise

BUS

Busse verkehren ca. fünfmal täglich zwischen Odda (1 Std.) und Eidfjord (1 Std.) und halten unterwegs in Kinsarvik und Lofthus.

FÄHRE

Eine Fähre verbindet Kinsarvik mindestens sechsmal täglich mit Utne (pro Pers./Fahrzeug 31/81 nkr, 40 Min.) und Kvanndal (41/122 nkr, 1 Std.). Zusätzlich gibt es im Sommer täglich eine Tour per Touristenschiff (nur Personen) nach Eidfjord, Ulvik und Norheimsund, die aber eher einer romantischen Rundfahrt als einer eiligen Überfahrt gleicht (3-stündiger Aufenthalt in Eidfjord).

Utne

Utne, eines der schönsten Dörfer am Hardangerfjord, ist bekannt für seine Obstgärten und ursprünglichen traditionellen Straßen. Zudem beginnt in der Nähe eine der schönsten Panoramastrecken der Region.

Sehenswertes

Volkskundemuseum Hardanger MUSEUM
(www.hardangerogvossmuseum.no; Erw./Kind 75 nkr/frei; Mai–Aug. 10–17 Uhr, Sept.–April Mo–Fr bis 15 Uhr) Das exzellente Freiluftmuseum bewahrt das kulturelle Erbe der Region Hardanger. Zu sehen sind eine Sammlung historischer Wohnhäuser, Boote, Werkstätten und ein Schulgebäude, Ausstellungen zu ex-

quisiten lokalen Volkstrachten und Stickarbeiten, zu Hochzeitsritualen, zur berühmten Hardangerfidel und ihrer Herstellung, zur Fischerei und zu Obstplantagen. Ein Café serviert hausgemachten Kuchen.

Schlafen & Essen

Hardanger Gjestegård PENSION €€
(☎53 66 67 10; www.hardanger-gjestegard.no; Alsåker; DZ ab 750 nkr) Die wunderschön gelegene Pension, 10 km westlich von Utne an der Fv550, ist in einem Gebäude von 1898 direkt am Wasser untergebracht. Die atmosphärischen Zimmer schmücken handbemalte traditionelle Möbel und es gibt gute Angebote für Wochenaufenthalte.

★Utne Hotel HISTORISCHES HOTEL €€€
(☎53 66 64 00; www.utnehotel.no; Utne; EZ/DZ Anbau 1290/1690 nkr, historisches Haupthaus 1490/1890 nkr; Ⓟ) Der historische Holzbau des Utne Hotel wurde 1722 nach dem Nordischen Krieg errichtet, trägt damit den Titel des ältesten Hotels Norwegens und blickt auf eine interessante von weiblichen Hoteliers geprägte Geschichte zurück. Mit ihrer schlichten Eleganz versprühen die Zimmer das Flair vergangener Zeiten, die Bäder hingegen sind schick und modern.

Die Gemeinschaftsbereiche stehen in der Tradition des 18. Jhs., dafür sorgen gemütlich niedrige Decken, Wendeltreppen, wunderschöne Holzarbeiten und eine großartige Antiquitätensammlung mit lokalen Textilien und Gemälden. Es empfiehlt sich, Halbpension (525 nkr) zu buchen. Das fantastische Dekor lohnt einen Besuch, selbst wenn man nicht dort übernachtet. Außerdem gibt's hier das beste (und zu manchen Zeiten einzige) Restaurant der Stadt.

An- & Weiterreise

Fähren verkehren mindestens sechsmal pro Tag zwischen Utne, Kinsarvik (pro Pers./Fahrzeug 31/81 nkr, 40 Min.) und Kvanndal (15/39 nkr, 20 Min.).

Odda

7006 EW.

Odda liegt zwar am vielversprechenden innersten Zipfel des Hardangerfjords, ist aber ein Standort der Eisenverhüttung. Abgesehen davon ist es auch die Pforte zum Folgefonna-Nationalpark mit dem Folgefonna-Gletscher und hat daher eine Menge an Aktivitäten im Angebot.

Sehenswertes

Trolltunga AUSSICHTSPUNKT
Außergewöhnliche Felsplattformen, die sich für Panoramaausblicke ebenso gut eignen wie als perfekte Fotomotive, sind eine norwegische Spezialität. In schwindelnder Höhe thront Trolltunga, die Trollzunge, ein schmaler Felsfinger. Wer auf ihm steht und herabblickt, sieht nichts als gähnende Leere. Tief unten liegt der See Ringedalsvatnet. Um dorthin zu gelangen, fährt man am besten von Odda aus nach Norden Richtung Tyssedal, dann nordöstlich nach Skjeggedal, von wo aus Trolltunga per Wanderung (8 bis 10 Std. hin & zurück) zu erreichen ist. Unterwegs beeindruckt der **Tyssestrengene-Wasserfall** (646 m).

Wer dem Weg jenseits der Trollzunge noch ein wenig länger folgt, erreicht bald einen weiteren atemberaubenden Aussichtspunkt: den **Preikestolen** (Predigtstuhl), eine kleinere Ausgabe des gleichnamigen Felsens über dem Lysefjord ganz in der Nähe von Stavanger.

Norwegisches Wasserkraft- und Industriemuseum MUSEUM
(Wasserkraftwerk in Tyssedal; ☎53 65 00 60; www.nvim.no; Naustbakken 7, Tyssedal; Erw./Kind 90 nkr/frei, Führungen nach Anmeldung; ⏲Mitte Mai–Aug. 10–17 Uhr, Sept.–Mitte Mai Mo–Fr 10–17 Uhr) Das zwischen 1906 und 1918 errichtete Werk Tysso 1 wurde von Thorvald Astrup entworfen. Der Architekt war im 20. Jh. für seine von italienischen Kathedralen und der florierenden Funktionalismusbewegung inspirierten Industriebauten bekannt. Die eindrucksvolle Anlage zählt zu den bedeutendsten historischen Industriestätten des Landes und ist denkmalgeschützt. Neben Führungen und Ausstellungen locken Ausflüge zum nahen Ringedal-Damm und zu erhaltenen Arbeiterhäusern in Odda.

Wer genügend Kondition und passendes Schuhwerk mitbringt, kann den Fußweg hinaufsteigen, über den die Arbeiter zum Beginn der Pipeline in Lilletopp, 400 m über dem Kraftwerk, gelangten. Zudem gibt es einen kleinen Nebendamm, das Haus des Dammwächters, Wassertunnel, riesige Wasserrohre und natürlich die spektakuläre Aussicht über den Sørfjord. **Opplev Odda** (☎90 82 45 72; www.opplevodda.com) veranstaltet auf den Spuren der Arbeiter, die das Werk errichteten, geführte Klettertouren (750 nkr, inkl. Museumseintritt) auf einem Klettersteig.

Aktivitäten

Bis zu sechsstündige Wandertouren durch die nähere Umgebung lassen sich den Broschüren *Hikes in Odda* oder (detaillierter) *Hiking and Biking – Odda, Røldal, Seljestad, Tyssedal* entnehmen, die in der Touristeninformation erhältlich sind.

Flat Earth GLETSCHERWANDERUNGEN

(47 60 68 47; www.flatearth.no) Flat Earth veranstaltet eine geführte Wanderung durchs reizvolle Buer-Tal, gefolgt von einer Gletscherwanderung auf dem Buer-Arm des Folgefonna (Erw. 750 nkr, inkl. Steigeisen und Eispickel) – einer der besten Orte für Gletscherwanderungen, denn hier geht es gleich aufs Eis, ohne langwierige Schneewanderung zuvor. Für die gesamte Strecke ab Odda benötigt man einen Tag.

Die Fahrt zum Ausgangspunkt in Buer, 8 km westlich von Odda, muss man selbst organisieren. Voraussetzung sind gute körperliche Verfassung, warme Kleidung und festes Schuhwerk.

Schlafen & Essen

Odda Camping CAMPINGPLATZ €

(41 32 16 10; www.oddacamping.no; Odda; Zelt-/Wohnwagenstellplatz 140/150 nkr, 4-Bett-Hütten 690–890 nkr; Mitte Mai–Aug.) Der Campingplatz punktet mit seiner Spitzenlage am Ufer des Sees Sandvinvatnet; vom Ortszentrum 20 Minuten zu Fuß Richtung Süden den Berg hinauf.

Tyssedal Hotel HOTEL €€

(53 64 00 00; www.tyssedalhotel.no; Tyssedal; EZ/DZ 995/1295 nkr; P) Das Tyssedal Hotel aus der Jugendstilzeit verfügt über fantastische Zimmer mit Parkettboden und stilvoller Einrichtung. Norwegische Geister scheinen ein Faible für Hotels zu haben: Nils Bergslien, ein Künstler aus Eidfjord, „besucht" gerne das Erdgeschoss und die dritte Etage. Sein weltliches Erbe, märchenhafte Fantasielandschaften und Szenen aus dem Hardangerfjord, schmücken das Haus.

Das **Restaurant** (Mittagessen 79–99 nkr, Abendessen 229–299 nkr) ist das beste in Odda.

Trolltunga Hotel PENSION €€

(55 09 28 00; www.trolltungahotel.no; Vasstun 1, Odda; EZ/DZ 990/1300 nkr, mit Gemeinschaftsbad 710/905 nkr; P) Die intime, einladende Pension am südlichen Stadtrand und unweit des Odda Campingplatzes hat 27 neu möblierte Zimmer – modern, wenn auch etwas spartanisch, und teils mit grandiosem Seeblick.

ABSTECHER

PANORAMAFAHRT NACH JONDAL

Es gibt zwar keine aufregenden Haarnadelkurven, dramatischen Gebirgspässe oder atemberaubenden tiefen, dunklen Fjorde, dennoch zählt die idyllische Fahrt entlang der **Rv550** von Utne nach Jondal zu den schönsten des Landes, vor allem im Spätfrühling und Frühsommer. Die Straße verläuft am Fjord entlang, vorbei an Obstplantagen, Fischerhütten und winzigen Stränden. Felsvorsprünge laden zu Picknicks, zum Sonnen oder zu Paddeltouren ein. In Hereiane erhebt sich ein Felsen sanft vom Fjord in die Höhe und ein kleines Toilettenhaus aus Naturstein thront auf einem gelb leuchtenden Sockel. In Jondal geht eine Fähre zurück nach Norheimsund, zuvor locken jedoch Waffeln am Bootshauskiosk und ein Spaziergang durch die Stadt mit ihren Häuschen im Schweizer Alpenstil. Alternativ fährt man über den Jondalstunnelen weiter nach Rosendal oder Odda.

Praktische Informationen

Touristeninformation (53 65 40 05; www.visitodda.com; Mitte Juni–Mitte Aug. 9–19 Uhr, Mai & Sept. kürzere Öffnungszeiten)

An- & Weiterreise

Zwischen Odda und Jondal verkehren ein- bis dreimal täglich Skyss-Busse (69 nkr, 45 Min.) mit Halt in Utne. Weitere Busse fahren nach/von Bergen, Geilo und Oslo.

Rund um Odda

Røldal

Das hübsche Städtchen liegt 22 km südöstlich von Odda. Die beliebte Winterskistation **Røldal Skisenter** (www.roldal.no; Dez.–April) bietet tollen Tiefschnee und eine lange Saison für Pistenfahrer, Langläufer und Freerider. Zu bewundern gibt es eine **Stabkirche** aus dem 13. Jh., deren Kruzifix, so die Sage, in jeder Mittsommernacht zu schwitzen beginnt und eine heilende Wirkung haben soll. Im Mittelalter war die Kirche ein beliebter Wallfahrtsort.

Folgefonna-Nationalpark

Gegründet wurde dieser 545 km² große Nationalpark im Jahr 2005. Er birgt das drittgrößte Eisfeld auf norwegischem Festland, den Folgefonna-Gletscher, der sich über 168 m² erstreckt und dessen Eisdecke an manchen Stellen bis zu 400 M dick ist – ein wunderschöner Ort, mit Gletscherbächen, die sich hinunter in die umliegenden Täler schlängeln.

Aktivitäten

Am besten erkundet man den Folgefonna auf einer Gletscherwanderung, entweder von Odda (S. 198) oder von Jondal aus.

Einen exzellenten Online-Wanderführer für die Randgebiete des Folgefonna gibt's auf www.visitsunnhordland.no/de; unter „Wandern?“ (Rubrik „Aktivitäten“) finden sich Links zu zahlreichen Wegbeschreibungen und Wanderkarten zum Herunterladen.

Folgefonni Breførarlag GLETSCHERWANDERUNGEN (☎ 55 29 89 21; www.folgefonni-breforarlag.no; Jondal; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug., sonst auf Anfrage) Die höchst professionellen Gletscherführer des Folgefonni Breførarlag unternehmen im Sommer eine Palette an Gletscherwanderungen mit Start am Fonna Glacier Ski Resort. Diese Wanderungen locken mit unglaublich schönen Aussichten, auch wenn man erst durch Schnee stapfen muss, um zum Gletscher zu gelangen.

Im Angebot sind dreistündige Wanderungen über die Eisdecke (500 nkr) bis hin zu drei- bis sechsstündigen „Blaueistouren“ durch den Gletscher Juklavassbreen (ab 650 nkr). Teilnehmer müssen mindestens zwölf Jahre alt sein.

Fonna Glacier Ski Resort SKIFAHREN (☎ 46 17 20 11; www.folgefonn.no; ⏲ Mai–Okt. 9–16 Uhr) Von Mai bis Oktober kann man hier Sommerski, Snowboard oder Schlitten fahren, manchmal ist die Saison auch früher vorbei. Zum Resort verkehren öffentliche Verkehrsmittel ab Bergen, Jondal und Norheimsund; Details liefert die Website.

Praktische Informationen

Folgefonna National Park Centre (☎ 53 48 42 80; folgefonna.info/en/welcome-folgefonna-national-park; Skålakaien, Rosendal; ⏲ Juni–Aug. 10–19 Uhr) Hier gibt's umfangreiche Informationen zum Park, Ausstellungsstücke, ein Schiffsbaumuseum und einen 20-minütigen Film über Entstehung und Geologie des Folgefonna.

Jondal Touristeninformation (☎ 53 66 85 31; www.visitjondal.no; ⏲ Juni 9.30–16 Uhr, Juli & Aug. 9.30–18 Uhr)

An- & Weiterreise

Der Nationalpark ist von Odda und von Jondal aus begehbar; zwischen beiden verkehren mehr oder weniger regelmäßig Busse.

Rosendal

944 EW.

Durch hohe Berge und den Folgefonna-Nationalpark vom übrigen Hardangerfjord abgetrennt, erstreckt sich Rosendal direkt am Ufer des Fjords vor einer idyllischen Bergkulisse. Der Nationalpark ist von Odda oder Jondal aus besser zu erreichen, doch Rosendal verfügt über ein interessantes Parkzentrum und ist auch selbst eine Reise wert.

Sehenswertes & Aktivitäten

Die Touristeninformation (S. 201) gibt Auskunft über Wander- und Klettertouren, Bootsverleih (pro Tag/Woche 400/1220 nkr plus Benzin) und Reitmöglichkeiten und bietet auch brauchbare Broschüren wie etwa *Cycling Trips in Sunnhordland* für längere Radtouren durch die Umgebung.

Baroniet Rosendal HISTORISCHES GEBÄUDE (☎ 53 48 29 99; www.baroniet.no; Rosendal; Erw./Kind 75/10 nkr; ⏲ Juli 10–18 Uhr, Mai, Juni & Aug. wechselnde Öffnungszeiten) Norwegens einziges Herrenhaus wurde 1665 auf einem sanften Hügel über der Stadt errichtet. Zur historischen Inneneinrichtung gehören eine Wandteppich-Sammlung, eine intakte Bibliothek und wunderschöne Stücke von Meißner Porzellan und Königlich Kopenhagen. Draußen lockt ein eindrucksvoller Rosengarten im Renaissance-Stil. Von Mitte Mai bis Anfang September finden hier an den Wochenenden Konzerte berühmter norwegischer Musiker statt, Ende Juli werden Shakespeare-Stücke mit britischen Schauspielern aufgeführt.

Im angrenzenden Bauernhaus können Gäste übernachten. Abendessen im Gewächshaus im Garten kann mit Konzerten oder anderen Veranstaltungen gebucht werden.

Steinparken STEINPARK Von der Straße zum Baroniet Rosendal gelangt man der Beschilderung folgend zu einer faszinierenden kleinen Freiluftgalerie

mit Felsmonolithen der Folgefonna-Region, die geschickt behauen und geschliffen wurden, um die geologische Vielfalt dieses Gebietes zu illustrieren. Darunter sind einige Arbeiten des zeitgenössischen Künstlers Bård Breivik. Von einer alten Sägemühle führt ein Weg durch den Park. Die gemeißelten Tische sind für ein Picknick wie geschaffen.

Rødne Fjord Cruise RUNDFAHRTEN
(✆ 51 89 52 70; www.rodne.no; Erw./Kind 380/200 nkr) Das Unternehmen veranstaltet eine 3½-stündige Rundfahrt durch den Hardangerfjord sowie Touren von Bergen nach Rosendal.

Feste & Events

Rosendal Mat & Kunstfestival ESSEN
(Rosendal Speise- & Kunstfestival; www.rosendalmatogkunstfestival.no; ☼ Anfang–Mitte Juli) Dieses Kunst- und Lebensmittelfestival findet nicht jährlich statt, sondern immer nur in geraden Jahren.

Schlafen & Essen

Sundal Camping CAMPINGPLATZ €
(✆ 53 48 41 86; www.sundalcamping.no; Zeltplatz 130 nkr, Hütte 450–700 nkr) Der ordentliche Zeltplatz ist Rosendal am nächsten, er liegt 28 km nordöstlich der Stadt.

★ Rosendal Turisthotell PENSION €€
(✆/fax 53 47 36 66; www.rosendalturisthotell.no; Skålagato 17, Rosendal; EZ/DZ mit Gemeinschaftsbad 800/980 nkr; P 🛜) Die schöne Pension gegenüber dem Kai wurde 1887 erbaut. Dank kürzlicher Renovierungsarbeiten erstrahlt sie nun im Inneren in frischem, zeitgemäßem Design. Die 14 lichtdurchfluteten Zimmer kombinieren antik anmutende Betten und weiße Dielen mit rustikalen norwegischen Stoffen. Die Bäder muss man sich teilen, dafür sind sie aber sehr stylish und eine Stufe über der Konkurrenz.

Baroniet Rosendal BAUERNHAUS €€
(✆ 53 48 29 99; www.baroniet.no; Rosendal; EZ/DZ mit Gemeinschaftsbad 700/980 nkr; ☼ Mai–Aug.; P) Direkt vor dem Gelände des Baroniet Rosendal liegt dieses weitläufige Bauernhaus. Es bietet attraktive Zimmer mit schmiedeeisernen Betten und Gemeinschaftsbädern. Abendessen wird in der großen Küche serviert; das täglich wechselnde Drei-Gänge-Menü (490 nkr) wird aus Obst, Gemüse und Kräutern aus dem Garten zubereitet.

Martha Meidell NORWEGISCH €€
(Rosendal Touristhotel; Mittagsgerichte 168–185 nkr, Hauptgerichte 255–275 nkr; ☼ Mittagessen 13–18 Uhr, Abendessen 19–22 Uhr) Das Restaurant-Café des Rosendal Touristhotel ist das schickste der ganzen Stadt. Die einfache, aber gut durchdachte Speiseauswahl umfasst traditionelle Gerichte aus lokalen Zutaten wie gebackene Forelle oder 48 Stunden geschmortes Rindfleisch. Das Mittagessen ist leichter (z. B. Sandwich mit Rindfleisch oder heißer Räucherlachs) und das Kindermenü mit Wildfleischbällchen (95 nkr) und Fisch-*quenelles* (85 nkr) zählt zu den raffiniertesten des Landes.

Freitag- und samstagabends hat die Weinbar **Gjesten** im Kellergeschoss bis 1 Uhr geöffnet.

Snikkeriet RESTAURANT €€
(www.snikkeriet.no; Hauptgerichte 150–210 nkr; ☼ Ostern–Aug. So–Do 12–22, Fr & Sa 12–1 Uhr) Das Snikkeriet ist für seine fairen Preise und die norwegische Hausmannskost bekannt, darunter Fjordforelle und Würste aus der Gegend. Als wir diesen Ort das erste Mal betraten, fanden wir nur die Wirtin vor, die vor leeren Tischen an der Gitarre zupfte und sang. Fast wären wir wieder gegangen, doch glücklicherweise blieben wir bis zur sehr beliebten Freitagabend-Jamsession (21 Uhr), für die sich die Wirtin warmgespielt hatte.

Die lokale Institution lockt jede Menge Rock-, Blues- und Jazz-Musiker aus der ganzen Region an.

Praktische Informationen

Rosendal-Touristeninformation & Folgefonna-Nationalparkzentrum (✆ 53 48 42 80; www.visitsunnhordland.no; Skålakaien; ☼ Juni–Aug. 10–19 Uhr, Mai & Sept. 10–15 Uhr)

An- & Weiterreise

AUTO & MOTORRAD

Nach Rosendal führt ein 11 km langer Straßentunnel (Auto 85 nkr, 24–6 Uhr gratis) unter dem Eisfeld von Odda hindurch; Rosendal liegt 32 km entfernt vom Tunneleingang/-ausgang an der Küste. Zudem gibt es einen Tunnel ab Jondal. Wer Richtung Süden nach Haugesund oder Stavanger fährt, kommt am schnellsten auf der E39 und über die Rannavik–Skjersholmane-Fähre ans Ziel. Die Strecke über die Utåker–Skånevik-Fähre ist allerdings billiger.

BUS

Busse verkehren drei- bis siebenmal täglich zwischen Rosendal und Odda über Sunndal.

FÄHRE

Rødne Fjord Cruise (☑ 51 89 52 70; www.rodne.no; Erw./Kind hin & zurück 725/325 nkr) bietet täglich eine Verbindung mit Mittagessen und Tour ab Bergen und zurück.

Rund um Rosendal

Sunndal

In Sunndal, 4 km westlich des Tunnels, führt eine Straße das Sunndal-Tal hinauf (1 km weit befahrbar). Auf einem guten Wanderweg erreicht man nach 2 km den See Bondhusvatnet, hat einen herrlichen Ausblick über den **Bondhusbreen-Gletscher** und kann von dort weitere Ziele erwandern.

Uskedalen

In Uskedalen, 14 km westlich von Rosendal, erhebt sich das außergewöhnliche Felsmassiv Ulvanosa („Wolfsnase“, 1247 m), für **Kletterer** eine der Topadressen des Landes; Einzelheiten in der Touristeninformation Rosendal (S. 201) erfragen.

Møsevatnet

Eine der schönsten (und ruhigsten) Straßen in diesem Teil Norwegens windet sich hinauf zum Stausee Møsevatnet. Von dort bieten sich schöne Aussichten auf die Gletscherarme des Folgefonna. Einfach der Rv48 von Rosendal Richtung Süden folgen und sie bei Dimmelsvik in südwestlicher Richtung verlassen; die Beschilderung weist nach Fjellhaugen, Matre und Åkra. An der Kreuzung, wo Matre und Åkra nach rechts ausgeschildert sind, folgt man der Straße links nach Blådal und zum Fjellhaugen Skisenter, das nur im Winter geöffnet ist; später die Schilder zum Skizentrum ignorieren! Von der Kreuzung führt die Straße, vorbei an Seen und Wehren, durch wunderschön bewaldete, felsige Berge hinauf.

HAUGELANDET & RYFYLKE

Nördlich und östlich von Stavanger erstreckt sich ein Gebiet mit niedrigen Hügeln und Buchten sowie Inseln, die ein wenig an die Inseln im Norden Schottlands erinnern. Regionale Hauptstadt ist das fröhliche Haugesund.

Haugesund

34 620 EW.

Der Nordseehafen Haugesund liegt abseits der beliebten Touristenrouten der Westküste, dabei ist er ein toller Ausgangspunkt für Ausflüge zu den reichen kulturellen Stätten und eindrucksvollen Stränden der Insel Karmøy direkt im Süden. Darüber hinaus weiß sich die ausgelassene, wohlhabende Stadt zu amüsieren – tatsächlich scheint es mehr Bars als Einwohner zu geben und die Einkaufsmöglichkeiten zählen zu den besten des Landes. Wer sich außerdem für Bootstypen jeglicher Art interessiert, ist hier genau richtig.

Die Region ist für die Norweger von großer historischer Bedeutung. Im nahen Hafrsfjord fand nämlich 872 die entscheidende Schlacht statt, nach der Norwegen erstmals zu einem Reich vereint wurde. Deshalb wird diese Gegend auch als „Wiege Norwegens“ bezeichnet.

Ryanair fliegt die Stadt von verschiedenen Städten in Europa direkt an. Da die Hotels sich vor allem an Geschäftsreisende richten, gibt es kaum Boutique- oder Budgetoptionen. Dafür haben die großen Ketten oft attraktive Last-Minute-Angebote.

Sehenswertes

Haraldshaugen GRABSTÄTTE

(Haraldshaugvegen) Die Grabstätte des Wikingerkönigs Harald Hårfagre, der bei Avaldsnes auf der nahen Insel Karmøy der Pest erlegen ist, liegt 1,5 km nördlich von Haugesund. Der 1872 errichtete Obelisk erinnert an die entscheidende Schlacht von 872.

Rathaus HISTORISCHES GEBÄUDE

(Rådhus) Haugesund hat viele seiner historischen Bauwerke bewahrt. Ein Highlight ist dieses eindrucksvolle lachsfarbene Gebäude im neoklassizistischen Stil.

Marilyn-Monroe-Denkmal DENKMAL

Kurioserweise beansprucht Haugesund für sich, die eigentliche Heimat von Marilyn Monroe zu sein; ihr Vater war hier Bäcker, ehe er in die USA auswanderte. Dieses Denkmal am Kai neben dem Rica Maritim Hotel ist angemessen kokett, sieht Marilyn jedoch nicht sonderlich ähnlich. Es erinnert an ihren 30. Todestag.

Geführte Touren

Die Touristeninformation (S. 204) organisiert eine große Auswahl an Touren, von Rathausführungen über Bootsfahrten an

der Küste zu historischen Leuchttürmen bis hin zu Ausflügen zu abgelegenen Inselgemeinden.

Feste & Events

Silda Jazz MUSIK
(Haugesund International Jazz Festival; www.sildajazz.no; Anfang–Mitte Aug.) Renommiertes Musikfestival mit internationalen Jazz-, Soul-, Folk- und Indie-Künstlern.

Norwegisches Internationales Filmfestival FILM
(www.filmweb.no/filmfestivalen; Mitte–Ende Aug.) Norwegens größtes Filmfestival gilt als eine Art nordisches Cannes.

Schlafen

Strandgaten Gjestgiveri PENSION €€
(52 71 52 55; www.gjestgiveri.net; Strandgata 81; EZ/DZ 600/865 nkr; WLAN) Gepflegte altmodische Pension in einem alten Stadthaus im Zentrum von Haugesund. Die Zimmer sind einfach, haben jedoch Fernseher und Kühlschrank.

Rica Maritim Hotel HOTEL €€
(52 86 30 00; www.hotelmaritim.no; Åsbygaten 3; EZ 850–1100 nkr, DZ 1250–1800 nkr; P WLAN) Das große luxuriöse Hotel in perfekter Lage am Wasser, einen zweiminütigen Fußmarsch am Kai entlang vom Trubel entfernt, beherbergt schick eingerichtete Zimmer, größtenteils mit tollem Blick und hübschen verglasten Balkonen, die bei Sonne und Wind dicht geschlossen werden können. Die Sonnenterrasse am Hafen säumen hauseigene Restaurants und Bars.

Scandic Haugesund HOTEL €€
(21 61 41 00; www.scandichotels.com; Kirkegata 166; EZ/DZ ab 670/870 nkr; P WLAN) In dem großen geschäftigen Businesshotel geht's im Sommer ruhiger zu. Die Zimmer sind typisch skandinavisch: modern und komfortabel mit guten Bädern. Trotz der Größe und des Trubels ist das Personal freundlich und bodenständig.

★First Hotel Hendersons City
BOUTIQUEHOTEL €€
(47 27 18 80; www.nordicchoicehotels.com; Strandgata 161; EZ/DZ 1160/1300 nkr) Eine Straße über dem Hafen residiert in einem prächtigen, über 100 Jahre alten Steingebäude Haugesunds glamourösestes Hotel. Zur Auswahl stehen Zimmer in verschiedenen Größen und Stilen, sowohl architektonisch reizvolle, sehr geräumige Einheiten als auch luxuriöse Standardunterkünfte für Geschäftsreisende. Der Ausblick von den Mansardenzimmern im Obergeschoss über die Dächer der Stadt bis zu den umliegenden Inseln ist den Aufpreis wert.

Die öffentlichen Bereiche schmücken Kronleuchter und Samtsofas, zudem gibt's ein angemessen üppiges Frühstücksbüfett, ein Abendbüfett sowie den ganzen Tag über Getränke und Kuchen.

Essen & Ausgehen

Haugesunds Hafenpromenade Smedasundet ist fast komplett von Restaurants gesäumt und daher bei schönem Wetter sehr belebt. In den Straßen oberhalb des Wassers verstecken sich ein paar intimere Adressen, die oftmals eine gemischtere Klientel haben als die Konkurrenz weiter unten. Vor Ort gibt es ein paar richtige Kneipen, zudem bietet jedes Restaurant, das etwas auf sich hält, abends Barbetrieb.

Lothes Mat & Vinhus RESTAURANT €€€
(52 71 22 01; www.lothesmat.no; Skippergata 4; Hauptgerichte 195–349 nkr; 11–1.30 Uhr) Das Haus ist mit seiner schönen Freiterrasse am Wasser und der historischen Holzarchitektur schon lange ein Wahrzeichen von Haugesund und eines der beliebtesten Restaurants der Stadt. Ungezwungener geht's in der lebendigen kitschigen **Matbar** zu, die Burger (180 nkr) sowie lokale Spezialitätenteller und Feta (90 nkr) serviert.

To Glass RESTAURANT €€€
(52 70 74 00; www.toglass.no; Strandgata 169; Tapas pro Pers. Ab 290 nkr, Hauptgerichte 310–339 nkr; Mo–Fr 15–23, Sa bis 24 Uhr) Das gemütliche, gepflegte Restaurant im Obergeschoss ist besonders atmosphärisch. Nach Feierabend locken hier Tapas, Bistrogerichte wie Carpaccio, gegrillte Garnelen und Burger, die die Konkurrenz alt aussehen lassen.

★RootDown CLUB
(www.rootdown.no; Strandgaten 116; Juni–Aug. Sa 16–24 Uhr) Der Veranstaltungsort mit Ladenfront, eindrucksvollen Vintage-Stücken und einer Fotowand mit Volvo-Oldtimer richtet im Rahmen der Stadtfestivals Events aus sowie regelmäßige Clubabende, Ausstellungen und DJ-Kurse. Das RootDown gilt zudem als die Partyzentrale der coolen Kids der Stadt. Keine Angst: Sie beißen nicht ...

Skapåbar WEINBAR
(Mo–Do 11–22, Fr & Sa bis 1.30, So 18–22 Uhr) Die betriebsame Kellerbar mit Café und Vin-

tage-Shop eignet sich bestens, um Einheimische zu treffen und eine riesige Auswahl an Bieren von Mikrobrauereien zu kosten. Dazu gibt's belegte Brote (115 nkr) aus frischen Biozutaten. Wer später am Abend etwas Herzhafteres möchte, kann sich vom To Glass im oberen Stock etwas hierher liefern lassen.

Totalen CAFÉ
(Haraldsgata 173; Mo–Fr 9–17, Sa 10.30–16 Uhr) Das Café bietet den besten Kaffee der Stadt (mit Bohnen von Jacu) sowie köstliche Biskuits und Kekse. Der interessante Ladenfrontbereich ist tatsächlich ein altes Theater und wird von der Pionerkirken für sonntägliche Messen genutzt.

Shoppen

Amundsen Spesial LEBENSMITTEL
(Skippergata 5) Tagesausflügler finden hier Gourmetzutaten fürs Vesper. Die eindrucksvolle Käseauswahl umfasst die besten lokalen Sorten sowie französische, italienische und spanische Spezialitäten. Zudem gibt's jede Menge Nüsse und Schokolade.

Crush Concept HAUSHALTSWAREN, BEKLEIDUNG
(Strandgarten 186) Haugesund spielt in Sachen Einzelhandel in der ersten Liga, doch selbst für hiesige Verhältnisse ist dieser Laden bemerkenswert. Zum Sortiment gehören eine unglaubliche Auswahl bekannter skandinavischer Labels sowie exquisite Stücke aus Paris und Mailand. Zu den norwegischen Marken zählen sowohl innovative als auch klassische Designer.

Praktische Informationen

Haugesund Touristeninformation (52 01 08 30; www.visithaugesund.no/; Strandgata 171; Mitte Juni–Aug. Mo–Fr 9–17, Sa & So 10–15 Uhr, Sept.–Mai Mo–Fr 10–16.30 Uhr)

An- & Weiterreise

Bus

Nor-Way Bussekspress verbindet Haugesund mit Stavanger (220 nkr, 2¼ Std., bis zu 6 Fahrten tgl.) und Bergen (350 nkr, 3½ Std.) – an Wochentagen fast stündlich, am Wochenende alle zwei Stunden. Der Bus4You von **Nettbuss** (www.nettbuss.no) fährt ebenfalls nach Stavanger (199 nkr) und Bergen (329 nkr).

FÄHRE

Kolumbus (81 50 01 82; www.kolumbus.no) Kolumbus-Fähren verkehren dreimal täglich von Stavanger nach Haugesund und zurück (357 nkr, 1¾ Std.).

FLUGZEUG

SAS (www.sas.no) fliegt regelmäßig von Bergen und Oslo nach Haugesund. **Widerøe** (www.wideroe.no) bietet Flüge ab Bergen, **Norwegian** (www.norwegian.com) bedient die gleiche Route.

Unterwegs vor Ort

Der **Haugesund Airport** (52 85 79 00) liegt 13 km entfernt im Südwesten der Stadt. Der **Flughafenbus** (www.flybussen.no/haugesund; Erw./Kind einfach 70/40 nkr) verkehrt abgestimmt auf die Start- und Landezeiten aller Maschinen von SAS und Norwegian, für Widerøe gilt das leider nicht. Ryanair-Flüge werden von **Kystbussen** (www.kyst bussen.no) bedient, mit Anschluss an Busverbindungen nach Bergen und Stavanger.

Karmøy

Die flache Insel Karmøy ist mit einer wunderschönen Landschaft gesegnet. Neben großartigen hellen Sandstränden locken Wälder, offenes Marschland, von Heide bedecktes Hochland und Seen. Auch kulturell wird dem Besucher einiges geboten, dafür sorgen ein paar historisch bedeutsame Stätten, hübsche Dörfer mit Holzhäusern und das ausgelassene **Wikingerfestival** (www.vikingfestivalen.no) Anfang Juni.

Sehenswertes

Skudeneshavn HISTORISCHES DORF
Das wunderbare Skudeneshavn, 37 km südlich von Haugesund, kam im 19. Jh. durch den Heringshandel zu großem Reichtum und ist bekannt für seine Holzhäuser im Empire-Stil, die verschlungene Hauptstraße Søragadå und hübsche Gärten. Es gibt etliche ganzjährig geöffnete Cafés und neben dem Kai eine **Touristeninformation** (52 85 80 00; www.visitskudeneshavn.no; Kaigata5, Torget; Juni–Aug. Mo–Sa 10–16, So 12–16 Uhr).

Steinkirche St. Olav KIRCHE
(www.visitkarmoy.no; Avaldsnes; Juni–Aug. So–Di 13–15.30 Uhr) König Håkon Håkonssons gewaltige Steinkirche, die 1250 dem Hl. Olav geweiht wurde, steht rund 5 km südlich von Haugesund und diente über 750 Jahre lang Seeleuten als Wegweiser durch die Meerenge von Karmsund. Der 6,5 m hohe Turm, auch **Nadel der Jungfrau Maria** genannt, neigt sich gefährlich zur Kirche hin. Es heißt, wenn er sie irgendwann berühren wird, sei das Jüngste Gericht nicht mehr weit. Bei unserem Besuch war noch etwas Platz dazwischen.

Nordvegen Historiesenter MUSEUM
(www.vikinggarden.no; Avaldsnes; Erw./Kind 100/50 nkr; Juni–Aug. Mo–Fr 10–16, Sa 11–15, So 12–17 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Vom Parkplatz der Kirche einen kurzen Fußweg entfernt befindet sich das Zentrum für Geschichte, das den Werdegang von Harald Blondhaar und anderen Königen des im 10. Jh. vereinten Königreichs Nordvegen schildert. Ganz in der Nähe begeistert auf einem bewaldeten Inselchen ein nachgebauter **Wikingerhof** (Avaldsnes; Erw./Kind 100/50 nkr, mit Nordvegen-Ticket 50/25 nkr; Ende Juni–Mitte Aug. 12–16.30 Uhr) samt Mitarbeitern in Wikingertracht die lieben Kleinen.

Fischereimuseum Karmøy MUSEUM
(Fiskerimuseum; www.fiskerimuseum.net; Vedavågen; Erw./Kind 30/10 nkr; Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 11–16, So 14–18 Uhr) In Vedavågen an der Westküste der Insel beschäftigt sich dieses Museum mit der regionalen Fischindustrie; zu sehen gibt es außerdem ein Meerwasseraquarium. Das von Snøhetta, bekannt durch das Opernhaus von Oslo, entworfene Gebäude ist schon allein einen Besuch wert.

Visnes Grubeområde BERGBAUMUSEUM
(www.visitkarmoy.no; Visnes; Erw./Kind 60/15 nkr; Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 11–17, So 12–17 Uhr) Aus dem Kupfer der Visnes-Grube, 4 km westlich von Avaldsnes, wurde einst die Freiheitsstatue in New York gefertigt, damals gehörte die Anlage zu den größten und modernsten Nordeuropas. Das Museum zeigt Arbeitsabläufe in der Kupfermine um 1865, zudem haben Besucher Zugang zur weitläufigen Parkanlage, die der fortschrittliche französische Betreiber und Ingenieur der Mine für die Freizeitgestaltung der Bergleute anlegen ließ.

Schlafen

Norneshuset B&B €€
(90 05 90 07; www.norneshuset.no; Nordnes 7, Skudeneshavn; EZ/DZ 990/1190 nkr) Das B&B mit charaktervollen Zimmern und sehr freundlichem Personal befindet sich in einem ehemaligen Lagerhaus, das um 1830 von Riga in Lettland hierherverfrachtet wurde.

An- & Weiterreise

Busse nach Avaldsnes fahren von Haugesunds Stadtzentrum neben dem Postamt ab (Buslinien 8, 9 oder 10; 42 nkr). Die Buslinie 10 fährt noch weiter nach Süden bis Skudeneshavn (65 nkr, 1¼ Std.). Von Skudeneshavn nach Mekjarvik (bzw. Stavanger) verkehren mehr oder weniger regelmäßige Autofähren. Die Personenfähre zwischen Haugesund und Stavanger hält in Kopervik.

STAVANGER & LYSEFJORD

Ganz im Südwesten Norwegens hat die wohlhabende Erdölstadt Stavanger ein paar exzellente Museen und garantiert einen unterhaltsamen Ausgehabend. Sie dient auch als Tor zum Lysefjord, dem südlichsten der Postkarten-Fjorde des Landes, und wartet mit einem der dramatischsten Aussichtspunkte auf: dem Predigtstuhl (Preikestolen).

Stavanger

124 936 EW.

Stavanger kann in Sachen Ästhetik zwar nicht mit Bergen mithalten, ist jedoch durchaus attraktiv mit seinen originalen Lagerhäusern am Dock und den hübschen Straßen aus dem 18. Jh., die sich vom geschäftigen Hafen nach oben schlängeln. Der Ort hat sich einen Teil seiner kleinstädtischen Wurzeln bewahrt – es gibt angenehm viel Licht und Platz – und gewährt interessante Einblicke in die Früchte des Ölbooms. An den meisten Abenden, besonders im Sommer, herrscht am Ufer die für Hafenstädte typische Betriebsamkeit, zudem gibt es ein paar (nicht ganz billige) Restaurants.

Sehenswertes & Aktivitäten

★ Gamle Stavanger STADTVIERTEL
Die Altstadt Gamle Stavanger an der Westseite des Hafens ist ein echter Hingucker. Die kopfsteingepflasterten Fußwege verlaufen zwischen Zeilen von kalkgetünchten Holzhäusern aus dem späten 18. Jh., alle perfekt instand gehalten und geschmückt mit hübschen Blumenkästen. Ein, zwei Stunden hier durchzuschlendern lohnt sich auf jeden Fall.

★ Erdölmuseum MUSEUM
(Norsk Oljemuseum; www.norskolje.museum.no; Kjeringholmen; Erw./Kind/Fam. 100/50/250 nkr; Juni–Aug. tgl. 10–19 Uhr, Sept.–Mai Mo–Sa bis 16, So bis 18 Uhr) In dem hochmodernen wunderschön gestalteten Museum könnte man Stunden zubringen. Es zählt zu den besten des Landes und beschäftigt sich mit der Geschichte der Erdölförderung in der Nordsee,

von der Entdeckung im Jahr 1969 bis heute. Zu sehen sind interaktive Hightech-Exponate und authentische Rekonstruktionen.

Zu den Highlights gehören der weltweit größte Abbaumeißel, Ölbohrinsel-Simulationen, Dokumentationen über den Alltag eines Tauchteams in der Nordsee und eine riesige Halle mit bemerkenswerten Modellen von Ölplattformen.

Eine Ausstellung zeichnet Millionen von Jahren Naturgeschichte nach, während ein interaktives Exponat Probleme der Energie- und Klimapolitik darstellt.

Dabei gelingt dem Museum eine Balance zwischen den technischen Details zur Erdölforschung bzw. -förderung und der norwegischen Ölgeschichte. Auch diejenigen, die ihr gesamtes Arbeitsleben der Industrie gewidmet haben, werden nicht vergessen. Dafür sorgt faszinierendes Archivmaterial, das bedeutende Momente in der norwegischen Erdölhistorie hervorhebt, so die Berichterstattungen über die Tragödie auf der *Alexander L. Kielland* 1980, bei der 123 Ölarbeiter umkamen, und die Entscheidung des norwegischen Parlaments von 1972, die Statoil-Zentrale in Stavanger einzurichten.

Besonders mit Kindern wird man hier bestimmt mehr Zeit verbringen als geplant.

Stavanger Domkirche KIRCHE

(Domkirke; Haakon VII's gate; 30 nkr; Juni–Aug. 11–19 Uhr, Sept.–Mai Mo–Sa 11–16 Uhr) Der herrliche Dom ist ein imposanter, mittelalterlicher Steinbau von ca. 1125. Nach einem Brand 1272 wurde die Kirche umfassend erneuert und lässt heute gotische, barocke, romanische und anglo-normannische Einflüsse erkennen. Trotz der Restaurierungen um 1860 und 1940 und der Entfernung einiger Elemente während der Reformation gilt der Dom heute als Norwegens älteste mittelalterliche Kirche im Originalzustand.

Bemerkenswert ist der Innenraum mit wunderschönen Steinsäulen, Gobelins, einem kunstvollen Barockaltar und Buntglasfenstern mit den wichtigsten Szenen des christlichen Kalenders.

Museum Stavanger MUSEUM

(51 84 27 00; www.museumstavanger.no; Mitte Mai–Aug. tgl. 11–16 Uhr, sonst Di–So) Der riesige Museumskomplex mit seinen elf Abteilungen ist über ganz Stavanger verteilt. Wer alles sehen will, sollte einen ganzen Tag einplanen. Das Tagesticket (Erw./Kind 70/40 nkr) gilt für das gesamte Gelände, zudem gibt es den MUSTpass (Erw./Fam. 100/250 nkr) für vier Tage. Zu den Museen zählen das **Norwegische Druckmuseum**, das **Norwegische Schulmuseum** sowie das **Medizinische Museum**.

➡ Konservenmuseum

(Øvre Strandgate 88a) Dieses Museum ist ein Muss! Es ist in einer alten Konservenfabrik untergebracht und gehört zu den attraktivsten Museen der Stadt. Vor dem Öl gab es die Sardinen – in Stavanger waren einst mehr als die Hälfte aller norwegischen Konservenfabriken beheimatet. 1922 arbeiteten 50 % der Bewohner in der Konservenindustrie. Führer sind stets zur Stelle, um Fragen zu beantworten und die eine oder andere alte Maschine anzuwerfen.

Hier erfährt man alles über die Herstellung von Konserven aus Sprotten und Fischbällchen. In der Ausstellung wird der zwölfstufige Prozess demonstriert – vom Einsalzen bis zum Auffädeln, Räuchern, Köpfen und Verpacken. Am ersten Sonntag im Monat (sowie von Mitte Juni bis Mitte Aug. jeden Dienstag und Donnerstag) wird Feuer gemacht, sodass man geräucherte Sardinen direkt aus dem Ofen probieren kann. Im angrenzenden Gebäude befinden sich ein Café und ein toll restauriertes Arbeiterwohnhaus, eingerichtet im Stil der 1920er- (unten) und 1960er-Jahre (oben).

➡ Seefahrtsmuseum Stavanger

(Sjøfartsmuseet; Nedre Strandgate 17-19) Das lohnenswerte Museum, verteilt auf zwei Lagerhäuser aus der Zeit um 1800, beschäftigt sich mit 200 Jahren Seefahrtgeschichte in Stavanger. Zu sehen gibt es eine große Sammlung mit Modellbooten und Segelschiffen, ein lautes, aufziehbares Nebelhorn, den Nachbau einer Segelmacherwerkstatt aus dem späten 19. Jh., und die Wohnräume der Händler. Die Ausstellungen erläutern die Geschichte von Schiffswracks und Rettungseinsätzen im Verlauf von 400 Jahren. Dem Museum gehören auch zwei historische Segelschiffe, *Anna of Sand* (1848) und *Wyvern* (1896); beide können besichtigt werden, wenn sie vor Anker liegen.

➡ Stadtmuseum Stavanger

(Stavanger Bymuseum; Muségata 16) Zu den Exponaten des städtischen Museums zählen Zeugnisse des steinzeitlichen Alltags, der mittelalterlichen Diözese, der Heringsjahre und der Entwicklung der Stadt zu einem modernen Erdölzentrum. Wie es in Stavanger um 1880 aussah, zeigt eine Reihe von Bildern mit Fokus auf Alexander L. Kielland, einen Schriftsteller der Stadt. Im selben Ge-

bäude befindet sich auch das **Norwegische Naturkundemuseum** (Mitte Juni–Mitte Aug. 11–16 Uhr, sonst Di–So).

➡ Ledaal

(Eiganesveien 45) Das Ledaal wurde zwischen 1799 und 1803 im Stil des Empire für den gut betuchten Reeder Gabriel Schanche Kielland erbaut. Das kürzlich restaurierte Gebäude ist mit ungewöhnlichen antiken Möbeln eingerichtet und dient der königlichen Familie als Residenz und Sommersitz.

➡ Breidablikk

(Eiganesveien 40a) Das opulente, für den Reeder Lars Berentsen erbaute Herrenhaus zeigt authentische Einrichtungsgegenstände aus dem späten 19. Jh., darunter alte landwirtschaftliche Geräte, Bücher und Zierobjekte.

➡ Kunstmuseum Stavanger

(Henrik Ibsensgate 55) Dieses Museum, 2,5 km südlich des Zentrums, zeigt norwegische Kunst vom 18. Jh. bis heute, darunter auch das gespenstische Gemälde *Gamle Furutrær* und andere Landschaftsmalereien des aus Stavanger stammenden Lars Hertervig (1830–1902). Im neueckigen Nebengebäude ist die größte Sammlung norwegischer Kunst aus der Mitte des 20. Jhs. zu sehen, u. a. mit Arbeiten von Harald Dal, Kai Fjell, Arne Ekeland und anderen Künstlern.

➡ Norwegisches Kindermuseum

(Norsk Barnemuseum; www.norskbarne.museum.no; abseits der Laugmsgata) Kindern scheint die Mischung aus Museum und Hallenspielplatz zu gefallen – mit vielen Exponaten zum Mitmachen zu den Themen Landschaft, Labyrinth, Neugier und Theater.

Archäologisches Museum — MUSEUM

(Arkeologisk Museum; 51 84 60 00; am.uis.no; Peder Klows gate 30a; Erw./Kind 50/20 nkr; Juni–Aug. Mo–Fr 10–17, Sa & So 11–16 Uhr, Sept.–Mai Mi–Sa 11–16, Di bis 20 Uhr) Zur gut aufbereiteten Ausstellung, die 11 000 Jahre Menschheitsgeschichte (inklusive Wikingerzeit) präsentiert, gehören Skelette, Werkzeuge, ein Runenstein und eine Beschreibung der Symbiose zwischen prähistorischen Menschen und ihrer Umwelt. Im Sommer gibt es jede Menge Kinderprogramme (z. B. Schatzsuchen oder Wikingerwanderungen).

Jernaldergarden — MUSEUM

(www.jernaldergarden.no; Ullandhaugvn 3, Ullandhaug; Erw./Kind inkl. Eintritt fürs Arkeologisk Museum 100/50 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug. tgl. 11–16 Uhr, Mai–Mitte Juni & Mitte Aug.–Okt. So 11–16 Uhr) Diese Rekonstruktion eines 1500 Jahre alten Bauernhofs aus der Eisenzeit befindet sich 4 km südlich des Zentrums. Die Mitarbeiter sind mittelalterlich gekleidet und zeigen typische Tätigkeiten; sonntags wird gekocht. Anfahrt mit Bus Nr. 5a oder 5b, vom Radisson Hotel am See Breiavannet in Richtung Sandnes bis Ullandhaug (36 nkr, 15 Min.).

Geführte Touren

Siddisvandring — STADTSPAZIERGANG

(pro Pers. 100 nkr; Mitte Juni–Aug. tgl. 14 Uhr) Der Name dieser von der Touristeninformation organisierten Stadtspaziergänge im Sommer bedeutet „Spaziergang mit einem Einheimischen“. Das tolle Konzept garantiert eine lockere, gesellige einstündige Erkundungstour.

Guide Companiet — STADTSPAZIERGANG

(51 85 09 20; www.guidecompaniet.no; 2-stündige Führung Erw. 170 nkr) Die Führungen von Guide Companiet beginnen vor der Touristeninformation und führen am Dom vorbei durch die Altstadt und zu den denkmalgeschützten Häusern am Hafen.

Feste & Events

Stavanger Vinfest — WEIN

(www.stavangervinfest.no; Mitte April) Einwöchiges Weinfest in den besten Restaurants der Stadt.

Maijazz-Festival — MUSIK

(www.maijazz.no; Anfang Mai) Jedes Jahr im Mai stehen bei diesem Festival ambitionierte Jazzkünstler und ein paar internationale Legenden auf dem Programm.

Gladmat — ESSEN

(www.gladmat.no; Ende Juli) Das angeblich größte kulinarische Fest Skandinaviens.

Internationales Kammermusikfestival — MUSIK

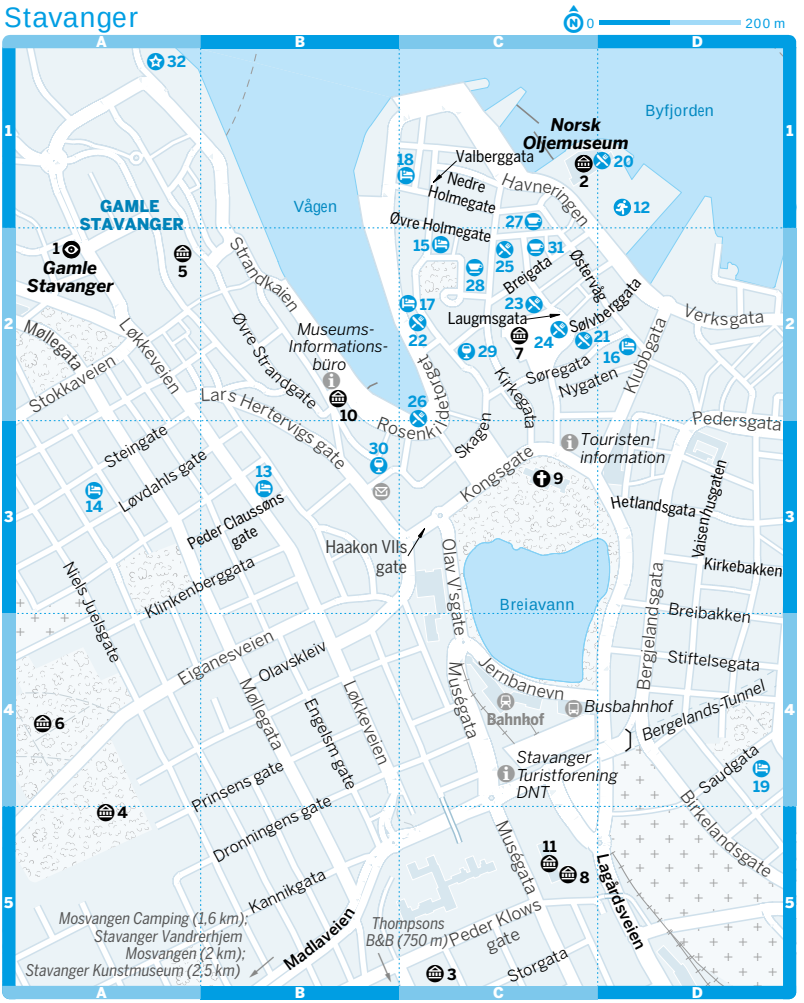
(www.icmf.no; Anfang Aug.) Renommiertes Klassikfestival mit originellen Veranstaltungen und interessanten Programmpunkten.

NuArt — KUNST

(Anfang Sept.) Internationales Straßenkunstfestival mit Ausstellungen, Führungen und Live-Veranstaltungen.

NuMusic — MUSIK

(www.numusic.no; Anfang Sept.) Schon seit vielen Jahren bietet das Elektromusikfestival große Namen und interessante, intime Konzertstätten.



Schlafen

Stavanger ist eine Ölstadt; die Preise schnellen deshalb werktags sprunghaft in die Höhe, außerdem kann es passieren, dass alle Hotelzimmer ausgebucht sind. Am Wochenende und im Hochsommer sind die Preise hingegen niedriger und die Auswahl ist größer. In jedem Fall sollte man die letzten Augusttage in geraden Jahren meiden, denn dann tagt in der Stadt die Offshore Northern Seas Foundation (ONS).

Auf der Website der Touristeninformation gibt es eine Liste aller kleinen B&Bs in und um Stavanger. Diese werden allerdings auch von Konferenzteilnehmern gebucht; eine Vorabreservierung ist auf jeden Fall zu empfehlen.

★ Thompsons B&B

B&B €

(✆ 51 52 13 29; www.thompsonsbedandbreakfast.com; Muségata 79; EZ/DZ mit Gemeinschaftsbad 400/500 nkr; P) Das B&B in einer Villa aus dem 19. Jh. in einer ruhigen Wohngegend versprüht dank der warmen, herzlichen Betreiberin Sissel Thompson heimeliges Flair. Die vier Zimmer sind gemütlich und am Esstisch im unteren Stock wird reichhaltiges traditionell norwegisches Frühstück serviert.

Stavanger

Highlights
1 Gamle Stavanger A2
2 Norsk Oljemuseum C1

Sehenswertes
3 Archäologisches Museum C5
4 Breidablikk A5
5 Konservenmuseum A2
6 Ledaal A4
7 Norwegisches Kindermuseum C2
8 Stadtmuseum Stavanger C5
9 Stavanger Domkirche C3
10 Seefahrtsmuseum Stavanger B2
11 Museum Stavanger C5

Aktivitäten, Kurse & Touren
12 Geoparken D1

Schlafen
13 Comfort Hotel Square B3
14 Darby's Inn A3
15 Havly Hotel C2
16 Myhregaarden Hotel D2
17 Skagen Brygge Hotel C2
18 Skansen Hotel C1
19 Stavanger B&B D4

Essen
20 Bølgen & Moi D1
21 Emilio's Tapas Bar C2
22 NB Sørensen's Damskibsexpedition C2
23 Renaa Matbaren C2
Renaa Restauranten ..... (siehe 23)
24 Renaa Xpress Sølvberget C2
25 Thai Cuisine C2
26 Torget-Fischmarkt C2

Ausgehen & Nachtleben
B.brormann B bar ..... (siehe 18)
27 Bøker & Børst C1
28 Café Sting C2
29 Cardinal C2
30 Checkpoint Charlie B3
GNU ..... (siehe 10)
Renaa Xpress ..... (siehe 23)
31 Sjokoladepiken C2

Unterhaltung
32 Stavanger Konserthus A1

Sissel hat jede Menge Tipps zur Stadt auf Lager und hilft bei der Planung von Ausflügen zur Küste und ins Umland.

Comfort Hotel Square
HOTEL €

(51 56 80 00; www.nordicchoicehotels.no; Løkkeveien 41; DZ ab 749 nkr; ❄ 🛜) In einem modernen Holzbau hinter Gamle Stavanger verbindet das von Nordic Choice Comfort betriebene Hotel hippes Boutique-Ambiente (offene Betonwände, kreative Beleuchtung und riesige Fotos) mit den Annehmlichkeiten, der Ausstattung und der Wertigkeit einer Kette. Die erhöhte Lage ist ansprechend und am Wochenende sind die Preise besonders attraktiv (werktags sind sie mehr als doppelt so hoch).

Skansen Hotel
HOTEL, PENSION €

(51 93 85 00; www.skansenhotel.no; Skansegata 7; DZ Mo–Do 995 nkr, Fr–So 770 nkr) Das Hotel soll 2016 zum Smarthotel erklärt werden und ist die einzige Budgetoption im Zentrum. Die Zimmer sind spartanisch, aber sauber, zu den ansprechenden Extras gehören Teekocher und Kaffeemaschine sowie norwegische Gratis-Süßigkeiten. Hinterm Haus gibt's einen Biergarten und im unteren Stock die bei Einheimischen beliebte B.brormann B.bar (S. 212).

Das Haus hat keine eigene Rezeption, Gäste checken im Victoria Hotel in der Nähe ein.

Mosvangen Camping
CAMPINGPLATZ €

(51 53 29 71; www.stavangercamping.no; Tjensvoll 1b; Zeltplatz 230 nkr, mit Wohnwagen oder -mobil 290 nkr, Hütte 450–750 nkr; April–Sept.) In der herrlich grünen Umgebung des Mosvangen-Sees kann man besonders während der Brutzeit dem Vogelgezwitscher lauschen. Der Campingplatz liegt 3 km südlich der Stadt an der Straße nach Ullandhaugveien.

Stavanger Vandrerhjem Mosvangen
HOSTEL €

(51 54 36 36; stavanger.hostel@vandrerhjem.no; Henrik Ibsensgate 19; B/EZ/DZ ohne Bad 220/345/565 nkr; Mitte Mai–Mitte Sept.) Eine nette

STAVANGER MIT KINDERN

Ältere Kids werden das Norsk Oljemuseum (S. 205) mögen, während die jüngeren einen ganzen Tag im Kindermuseum (S. 207) spielen dürfen. Das Arkeologisk Museum (S. 207) bietet im Sommer manchmal Aktivitäten zum Thema Wikinger und der **Geoparken** (Norsk Oljemuseum), ein Spielplatz aus Geräten zur Ölexploration im Norsk Oljemuseum, begeistert Kinder jedes Alters. Highlights sind außerdem die wunderschönen Sandstrände von **Sola**, **Hellestø** und **Bybergsanden**.

ABSEITS DER ÜBLICHEN PFADE

STADTSTRÄNDE

Eine 20-minütige Fahrt südlich von Stavanger säumen mehrere weiche Sandstrände die Küste. Von Seegras gespickte Dünen und hölzerne Ferienhütten sorgen für eine wunderbar atmosphärische Kulisse, allerdings ist es oft recht frisch. In Sola in direkter Nähe zum Flughafen gibt's einen Parkplatz, einen Kiosk und das historische **Sola Strand Hotel** (☎51 94 30 00; Sola Strand Hotel; Axel Lunds veg 27, Sola). Dahinter bilden Hellestø und Bybergsanden eine friedliche kleine Welt, die bei jedem Wetter zu romantischen Strandspaziergängen und im Sommer zu ausgelassenem Spiel und Spaß im Wasser einlädt.

und schlichte Herberge am See, 3 km südwestlich des Zentrums. Frühstück kostet 60 nkr. Geöffnet ist das Hostel nur in den Sommermonaten.

Hierher verkehren die Buslinien 78 und 79 (36 nkr) Richtung Ullandhaugveien gegenüber der Kathedrale.

★Darby's Inn

B&B €€

(☎47 62 52 48; www.darbysbb.com; Kong Oscars Gate 18; EZ/DZ ab 1180/1290 nkr; 🅿❄📶) Die zwei Zimmer an der Vorderseite dieses dezent eleganten B&Bs sind vielleicht die schönsten der Stadt, auch ohne Meerblick. Die traditionelle Einrichtung des historischen Hauses kombiniert dunkles Holz mit antiken Möbeln, Gemälden, Perserteppichen und einem Stutzflügel in der Speisesaal-Lounge. Die großen Gästezimmer sind einfacher, haben jedoch luxuriöse Bettwäsche, pralle Kopfkissen und schwere Vorhänge.

Terrasse, Tiefgarage, die aufmerksame Gastgeberin Wenche Darby und die praktische Nähe zum Flughafenbus komplettieren das Gesamtpaket.

Stavanger B&B

B&B €€

(☎51 56 25 00; www.stavangerbedandbreakfast.no; Vikedalsgata 1a; EZ/DZ 790/890 nkr, mit Gemeinschaftstoilette 690/790 nkr; 🅿📶) Das gemütliche B&B beherbergt einfache helle Zimmer mit Fernseher und Dusche. Ein Lächeln der freundlichen Eigentümer gibt's obendrein, außerdem Lunchpakete gegen eine kleine Gebühr sowie jeden Abend Kaffee, Tee und Waffeln.

Havly Hotel

HOTEL €€

(www.havly-hotell.no; Valberggata 1; EZ/DZ 1030/1390 nkr; 📶) Das kleinere Geschäftshotel punktet mit toller Lage an einer zentralen, aber ruhigen Straße. Das Gebäude im ungewöhnlichen 1960er-Stil beherbergt Business-Zimmer der Mittelklasse. Das Personal ist freundlich und von Juni bis August gelten günstigere Tarife.

Skagen Brygge Hotel

HOTEL €€€

(☎51 85 00 00; www.skagenbryggehotell.no; Skagenkaien 30; EZ/DZ ab 1890/1990 nkr; ❄📶) Das große Aushängeschild von Clarion Collection am Hafen verströmt dezenten Luxus. Die vorderen Zimmer, auch ein paar Einzelzimmer, haben den besten Ausblick der Stadt. Zum Angebot gehören ein Fitnessraum, kostenlose Waffeln am Nachmittag und eine hübsche Lounge am Wasser. Am Wochenende sinken die Preise um die Hälfte.

Myhregaarden Hotel

BOUTIQUEHOTEL €€€

(☎51 86 80 00; www.myhregaardenhotel.no; Nygaten 24; EZ/DZ 1995/2195 nkr; ❄📶) Das Myhregaarden ist in einem umfassend renovierten Gebäude aus dem frühen 20. Jh. untergebracht. Einige Originalelemente blieben erhalten, der moderne Neuanstrich ist jedoch nicht zu übersehen: Die großen Zimmer in Schwarz- und Lilatönen sind im luxuriösen Business-Stil gehalten. Fast alle haben Kamine, die restlichen fünf haben noch originale Holzbalken.

Es gibt keine echte Lobby und keine Serviceeinrichtungen, dafür sind Einkaufsmöglichkeiten, Restaurants und Bars direkt in der Nähe.

Essen

Stavanger bietet eine große kulinarische Auswahl, darunter ein paar leckere thailändische und indische Optionen. Allerdings gehört die Restaurantszene zu den teuersten des Landes.

★Renaa Matbaren

INTERNATIONAL €€

(Breitorget 6, Eingang auf der Bakkegata; kleine Gerichte 135–189 nkr, Hauptgerichte 195–335 nkr; ⏲Mo–Sa 11–1, So 13–22 Uhr) Ganz hinten hängt ein Originalbild von Tracey Emin und mitten im Raum ein echter Anthony Gormley: Das immer betriebsame Bistro zeigt, wie wohlhabend und kultiviert ein Nordseehafen sein kann. Das Ambiente ist ebenso ansprechend wie das großartige Essen.

In der offenen Küche werden europäische Gerichte zubereitet, darunter exzellentes *vi-*

tello tonnato, grandioses *cassoulet* und ein paar Speisen vom Holzkohlegrill. Zum Einsatz kommen vorwiegend regionale Zutaten wie Butter aus Røros und Rindfleisch aus dem nahe gelegenen Jæren-Tal.

Renaa Xpress Sølvberget NORWEGISCH €€
(Stavanger Kulturhus; www.restaurantrenaa.no; Sølvberggata 2; Mittagsgerichte 69–98 nkr, Pizza 160–200 nkr; Mo–Sa 10–24 Uhr) Der Newcomer hat die Herzen der Einheimischen im Sturm erobert und bietet als echter Allrounder für jeden Geschmack etwas. Morgens gibt's Kaffee und *kanelboller* frisch aus dem Ofen, mittags eine Tagessuppe (160 nkr) oder einen riesigen Salat (69–98 nkr) und abends Wildhefepizza aus dem Holzofen.

Die Margherita besteht mit ihren bunten Farben den Echtheitstest, lecker ist auch die Variante mit Speck, Pecorino und Rosmarin. Tagsüber ist hier viel Betrieb, wer also nur einen Kaffee möchte, geht besser durch das Kulturhus hindurch zum kleinen Renaa Xpress auf der anderen Straßenseite.

Thai Cuisine THAI €€
(thaicuisine.no; Kirkegata 41; Hauptgerichte mittags 110–160 nkr, Hauptgerichte abends 230–295 nkr) Norwegische Thaiküche lässt die europäische Konkurrenz oft hinter sich, so auch in diesem Restaurant. Auf den Tisch kommt eine umfangreiche Auswahl an thailändischen Klassikern und die Gerichte zeichnen sich durch einen authentischen Mix aus Gewürzen, frischen Kräutern und Chili aus. Der Service ist professionell und der Speiseraum nimmt einen hellen Ladenfrontbereich mit großen Fenstern und Blick auf eine kopfsteingepflasterte Straßenecke über dem Hafen ein.

Bølgen & Moi NORWEGISCH €€
(Kjerringholmen, Norsk Oljemuseum; Mittagsgerichte 179–225 nkr, 3-/4-/5-Gänge-Menü 535/595/695 nkr; Mo 11–16, Di–Sa 12–21.30, So 12–17 Uhr) Der stilvolle Außenposten der nationalen Restaurantkette ist an das Oljemuseum angeschlossen. Von früh bis spät gibt's Pizza, Burger und Salate, abends zusätzlich ein kreatives Mehrgängemenü.

NB Sørensen's Damskibsexpedition NORWEGISCH €€
(51 84 38 00; Skagen 26; Hauptgerichte 125–329 nkr; Mo–Sa 11–1.30, So 13–22 Uhr) Das große Lokal mit maritimem Flair ist unser Favorit am Hafen. Es serviert alles von Entenconfit (310 nkr) bis gebratene Atlantikmakrele (290 nkr). Besonders gut sind die herzhaften Hauptgerichte, sie sind zwar wenig raffiniert, bestehen jedoch aus erstklassigen Zutaten.

Recht preiswert sind kleinere Speisen wie Chorizo-Tortilla und Schweinefleischspezialitäten. Der Speisesaal ist reizvoll gestaltet und eine fabelhafte Alternative bei schlechtem Wetter. Einheimische behaupten, im oberen Stock seien Essen und Service besser.

Emilio's Tapas Bar SPANISCH €€
(Sølvberggata 13; Tapas 50–220 nkr, Hauptgerichte mittags 105–175 nkr; Juni–Aug. tgl. Mittag- & Abendessen, Sept.–Mai Mo–Sa) Die Tapasbar alter Schule mit freundlichem Service bringt traditionelle iberische Häppchen auf den Tisch. Eine gute Option ist das Mittagsangebot mit sechs Tapas nach Wahl (175 nkr). Dazu gibt's eine kleine Auswahl spanischer Weine und Biere.

Renaa Restauranten NORWEGISCH €€€
(51 55 11 11; www.restaurantrenaa.no; Breitorget 6, Eingang an der Bakkegata; Probiermenüs 995 nkr; Di–Sa 18 Uhr–open end) Ein weitläufiges Kellergeschoss beherbergt das renommierteste Restaurant der Stadt, das bereits auf den ersten Blick mit seinem gedämpft glamourösen, urig-intimen Speisesaal punktet. Das Probiermenü prägen saisonale Zutaten aus der Region. Meist liegt der Fokus auf Fisch und Meeresfrüchten aus der Gegend, im Herbst und Winter gehört auch Wild zum Angebot.

Torget-Fischmarkt FISCHMARKT €€€
(Rosenkildetorget; Hauptgerichte 269 nkr; Markt Mo–Sa 9–16.30 Uhr, Restaurant Mo–Mi 11–21, Do–Sa 11–24 Uhr) Der winzige feuchte Markt kann sich mit seinem Pendant in Bergen nicht messen. Das Restaurant direkt am Hafen serviert jedoch eine gute wechselnde Auswahl an Vorspeisen wie Tuna Tataki (169 nkr) und verarbeitet fangfrischen Fisch. Hier trifft man sich außerdem gerne nach Feierabend auf einen Drink.

Ausgehen & Nachtleben

Wir konnten nur an der Oberfläche von Stavangers riesiger Auswahl an Kneipen, Tanzclubs und Ausgehadressen kratzen. Die Bars am Hafen sind besonders in den wärmeren Monaten laut, ungestüm, immer gut besucht und zweifellos nicht schwer zu finden.

★ Bøker & Børst CAFÉ, BAR
(Øvre Holmegate 32; 10–2 Uhr) In den Gassen, die westlich des Erdölmuseums bergaufwärts führen, locken viele kleine Cafés, unser Favorit ist jedoch das Bøker & Børst, das

ZÜGE AB STAVANGER

ZIEL	ABFAHRTEN (PRO TAG)	PREIS (NKR)	DAUER (STD.)
Egersund	4	164	1¼
Kristiansand	5	474	3
Oslo	bis zu 5	929	8

mit Büchern, Bohème-Dekor und gutem Kaffee von früh bis spät Stavangers interessanteste Bewohner anzieht.

Renaa Xpress CAFÉ
(Breitorget 6, Eingang an der Steinkargata) Das kleine Café im hinteren Teil der Arkade mit Glasdach, von den anderen zwei Renaa-Läden die Treppe hinauf, verwechselt man leicht mit dem Renaa Xpress Sølvberget. Hier kann man bestens in der Gesellschaft stylisher Mamas mit ihrem Nachwuchs Sonne tanken und dabei leckeren Kaffee und Brownies genießen.

Sjokoladepiken CAFÉ
(www.sjokoladepiken.no; Øvre Holmegate 27; Mo–Do 10–22, Fr & Sa 10–24, So 11.30–21 Uhr) Wenn der kalte Nordseewind bläst, lockt dieses gemütliche Café mit heißer Schokolade. Daneben gibt es Kaffee, Wein, Bier, Gourmetschokolade und raffinierten Kuchen.

B.brormann B.bar BAR
(Skansegata 7; Mo–Do 18–2, Fr & Sa 16–2 Uhr) Mit ihrer unprätentiösen Ladenfront lockt eine der beliebtesten Bars in Stavanger anspruchsvolle Mitdreißiger und später hiesige Gastronomiemitarbeiter an, die sich hier ein Feierabendbier und ordentliche Cocktails (120 nkr) schmecken lassen.

GNU BAR
(www.gnubar.no; Nedre Strandgate 23; Sa–Do 18–2, Fr ab 15 Uhr) Die klassische Rock 'n' Roll-Bar verbindet Glaubwürdigkeit mit dezentem Stil. Oben gibt's Bier mit grandiosem Hafenblick, unten Barambiente und Jukebox-Musik. Zur Happy Hour am Freitag (16–19 Uhr) werden immer lecker-würzige Würste der Region auf Kartoffelplätzchen serviert, während am Wochenende DJs mit abwechslungsreicher Musik für Stimmung sorgen.

Cardinal KNEIPE
(Skagen 21; So–Mi 15–1.30, Do–Sa ab 12 Uhr) Wer nach einer großen gemütlich-geselligen Kneipe sucht, ist im Cardinal genau richtig. Hier lässt sich eine ältere Klientel mit rund 600 Sorten, 22 davon vom Fass, die wohl größte Bierauswahl Norwegens schmecken.

Checkpoint Charlie NACHTCLUB
(51 53 22 45; www.checkpoint.no; Nedre Strandgate 5; 20–2 Uhr) Mit über 30 Jahren ist dieser Club älter als ein Großteil der örtlichen Konkurrenz. Jeder landet irgendwann hier und kann eine Checkpoint-Geschichte erzählen. Das Programm – mit lokalen wie internationalen Live-Acts (Indie bis Rock 'n' Roll) und Clubnächten steht auf der Website.

Café Sting CAFÉ
(51 89 32 84; Valbergjet 3; Mo–Do 12–23, Fr & Sa bis 1.30, So 14–23 Uhr) Das weiß getünchte alte Haus den Hügel hinauf wirkt wie eine kleine Parallelwelt zum Hafen, überblickt einen kleinen erhöhten Park und beherbergt einen Mix aus Café, Bar und Kulturzentrum. Hier gibt's Ausstellungen, Livejazz und am Wochenende Clubnächte sowie viele Ecken und Winkel, in denen die Gäste das alles genießen können.

☆ Unterhaltung

Stavanger Konserthus KLASSISCHE MUSIK
(www.stavanger-konserthus.no; Nedre Strandgate 89b) Das Programm des Konzerthauses gibt's online oder bei der Touristeninformation. Gelegentlich finden kostenlose Klassikkonzerte statt.

BUSSE AB STAVANGER

ZIEL	ABFAHRTEN (PRO TAG)	PREIS (NKR)	DAUER (STD.)
Bergen	13	440	5½
Haugesund	16	220	2
Kristiansand	3	390	4½
Oslo	3	820	9½

Praktische Informationen

Museumsinformation (Nedre Strandgate 21; Führung frei mit Eintrittskarte fürs Seefahrtmuseum; ⏲ Juni–Aug. 10–16 Uhr, Juli–Mitte Aug. Führung auf Englisch 11, Führung auf Norwegisch 13 Uhr) Informationen zu fast allen städtischen Museen.

Stavanger Turistforening DNT (abseits der Muségata; ⏲ Mo–Mi & Fr 10–16, Do bis 18, Sa bis 15 Uhr) Informationen zu Wanderwegen und Berghütten.

Touristeninformation (✆ 51 85 92 00; www.regionstavanger.com; Domkirkeplassen 3; ⏲ Juni–Aug. 9–20 Uhr, Sept.–Mai Mo–Fr bis 16, Sa bis 14 Uhr) Informationen und Hinweise zur Region um Lysefjord und Preikestolen.

An- & Weiterreise

AUTO & MOTORRAD

Die Fahrt von Bergen nach Stavanger direkt über die E39 kann ziemlich teuer werden, da Fähren sowie Straßen- und City-Maut zu Buche schlagen. Alles in allem kostet die Fahrt ca. 600 nkr.

BUS

Wer mit dem Bus nach Oslo reist, muss meist in Kristiansand umsteigen!

FÄHRE

In Stavanger gibt es internationale Fähren und Bootstouren zum Lysefjord.

Die Fähren von Kolumbus (S. 204) verkehren dreimal täglich von Stavanger nach Haugesund und zurück (357 nkr, 1¾ Std.).

M/S Lysebotn (✆ 91 65 28 00; www.kolumbus.no) Auto- und Personenfähren von Stavanger nach Lysebotn (Erw./Kind/Auto 173/87/356 nkr).

FLUGZEUG

Der Flughafen Stavanger (✆ 51 65 80 00) liegt bei Sola, 14 km südlich des Stadtzentrums. Neben den internationalen Fluggesellschaften bieten verschiedene Gesellschaften Inlandsflüge an.

Norwegian (www.norwegian.com) Flüge nach Oslo, Bergen und Trondheim.

SAS (www.sas.no) Oslo und Bergen.

Widerøe (www.wideroe.no) Bergen, Kristiansand und Sandefjord.

ZUG

Wer mit dem Zug nach Oslo reist, muss meist in Kristiansand umsteigen!

Unterwegs vor Ort

Von frühmorgens bis spätabends verkehren die Flughafenbusse von **Flybussen** (✆ 51 52 26 00; www.flybussen.no/stavanger) alle halbe Stunde zwischen dem Busbahnhof und dem Flughafen bei Sola (einfach/hin & zurück 110/160 nkr).

Lysefjord

Entlang des gesamten 42 km langen Lysefjords (Lichtfjord) schimmert der Granitfelsen sogar an grauen Tagen in ätherischem Licht, eingehüllt in einen fast leuchtenden Dunstschleier. Der Lieblingsfjord vieler Besucher ist zweifelsohne von berauschender Schönheit. Egal, ob man von Stavanger dorthin schippert, den Preikestolen (604 m) hinaufklettert oder die Serpentinenstraße nach Lysebotn hinunterfährt – der Lysefjord zählt zu den attraktivsten Reisezielen in Norwegen.

Preikestolen

Der Anblick von Ehrfurcht ergriffener Besucher, die sich furchtlos an den Rand dieser außergewöhnlichen Granitfelsformation wagen, ist unter allen Norwegenansichten der Klassiker. Der Preikestolen (Predigtstuhl), der an drei Seiten vollkommen senkrecht 604 m tief in den Fjord abfällt, ist eine Laune der Natur. Obwohl ein alarmierender Spalt am Übergang zu den Bergen klafft, wird er sicher noch ein paar Jahrzehnte überstehen. Beim Blick hinunter kann einem schon etwas mulmig werden, aber die zauberhafte Aussicht direkt auf den Lysefjord ist absolut genial. Dieser Ort ist ganz einfach fantastisch – ein weltweit konkurrenzloser Aussichtspunkt.

Wie bei vielen Naturattraktionen Norwegens gibt es auch hier keinerlei Zäune oder andere Begrenzungen. Trotz über 200 000 Besuchern pro Jahr gab es bisher erst einen tödlichen Unfall im Jahr 2013. Dennoch raten wir zu Umsicht und Vorsicht, auch wenn sich andere offenbar nicht daran halten. Allein der Anblick waghalsiger Menschen, die ihre Beine über den Abgrund baumeln lassen, kann einem den Atem stocken lassen. Felsige Wege führen auf die Berge dahinter, die ebenso tolle Ausblicke eröffnen.

Der zweistündige 3,8 km lange Aufstieg zum Preikestolen beginnt beim Preikestolhytta Vandrerhjem. Er verläuft zunächst auf einer steilen, aber gut markierten Route, dann auf abwechselnd steilen und morastigen Strecken bis zum letzten Anstieg, der über Granitplatten und einige windige, freiliegende Klippen zum Preikestolen selbst führt. Die steilsten Abschnitte befinden sich am Anfang und im Mittelteil des Weges und können für Unsportliche eine echte Herausforderung sein.

Die Gegend bietet weitere großartige Wanderwege – den **Vatnerindane-Rundweg**

UNTERWEGS AM LYSEFJORD

Das Spektakulärste an einem Besuch des Lysefjords ist die zweistündige Wanderung hinauf zum Preikestolen (Predigtstuhl, S. 195). Wer nicht so gut zu Fuß ist, findet in einer Schifffahrt über den Lysefjord die passende Alternative. Allgemeine Infos über die Region bieten die Websites www.lysefjordeninfo.no und www.visitlysefjorden.no.

Predigtstuhl mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Von Mai bis September fahren fünf bis sieben Fähren täglich vom Fiskespiren-Kai in Stavanger nach Tau. Dort besteht Anschluss an den Bus zum Preikestolhytta Vandrerhjem. Von dort geht es auf einem Pfad in zwei Stunden den Preikestolen hinauf. Der letzte Bus von der Preikestolhytta zurück nach Tau fährt um 19.55 Uhr. **Tide Reiser** (www.tidereiser.no) bietet bequeme All-inclusive-Tickets für Rundtouren (Erw./Kind 250/125 nkr); Fahrpläne sind online oder bei der Touristeninformation nachzulesen. Tickets gibt es auf demselben Weg und direkt am Fiskespiren-Kai.

Predigtstuhl mit dem Auto

Wer ein Auto hat, kann die Autofähre vom Fiskepiren-Kai in Stavanger nach Tau nehmen (Erw./Kind/Auto 42/21/125 nkr, 40 Min., bis zu 24 Fahrten tgl.). Von der Anlegestelle in Tau führt eine gut ausgeschilderte Straße (Rv13) zum 19 km entfernten Preikestolhytta Vandrerhjem (nach 13 km beim Hinweisschild abbiegen). Parken kostet hier 70/35 nkr je Auto/Motorrad.

Alternativ kann man von Stavanger nach Lauvvik (über Sandnes die Rv13 entlang) fahren; dort setzt eine Fähre nach Oanes über (Erw./Kind/Auto 24/12/59 nkr, 10 Min., Abfahrten fast jede halbe Std.).

In beiden Fällen dauert die Tour von Stavanger bis zum Beginn des Wanderwegs rund 1½ Stunden.

Bootstouren auf dem Lysefjord

Zwei Veranstalter bieten dreistündige Bootsrundfahrten von Stavanger über den Lysefjord bis unter den Predigtstuhl und wieder zurück:

Rødne Fjord Cruise (☎ 51 89 52 70; www.rodne.no; Skagenkaien 35-37, Stavanger; Erw./Sen. & Stud./Kind/Fam. 450/350/280/1150 nkr; ⏲ Abfahrten Juli & Aug. So–Fr 10 &14, Sa 12 Uhr, Mai, Juni & Sept. tgl. 12 Uhr, Okt.–April Fr–So 12 Uhr)

Tide Reiser (☎ 51 86 87 88; www.tidereiser.no; Erw./Sen. & Stud./Kind 360/280/250 nkr; ⏲ Abfahrt Ende Mai–Ende Aug. 12 Uhr, Sept.–Ende Mai Sa 12 Uhr)

Rundwanderungen zum Kjeragbolten

Von Mitte Mai bis Ende August veranstaltet Tide Reiser außerdem 13½-stündige Wanderausflüge mit Bus und Boot zum Kjeragbolten (490 nkr), der auf andere Art schwer zu erreichen ist. Die Tour beinhaltet auf dem Rückweg eine fünfstündige Wanderung.

(2 Std.), **Ulvaskog** (3 Std.), den **Refsvatnet-Rundweg** (3 Std.), den Weg zum Gipfel des **Moslifjellet** (3 Std.) und sogar eine Zweitagestour bis nach **Lysebotn** – die alle vom Parkplatz der Preikestolhytta erreichbar sind. Infos über mögliche Touren und an den Strecken gelegene DNT-Hütten sind vor dem Aufbruch in der Stavanger Turistforening DNT (S. 213) zu erfragen.

Schlafen & Essen

★ **Preikestolen Fjellstue** LODGE €

(☎ 51 74 20 74; www.preikestolenfjellstue.no; Jørpeland; Hostel B/EZ/DZ/4BZ 300/520/760/1360 nkr, Lodge EZ/DZ 1125/1495 nkr, Wassercamp Erw./Kind/Fam. 500/375/1575 nkr) Diese in den letzten Jahren rundum erneuerte DNT-Berghütte und Herberge am Ausgangspunkt des Wanderweges zum Preikestolen ist die erste Unterkunft, die das volle Potenzial der großartigen Kulisse ausschöpft. Zur Auswahl stehen Unterkünfte für jeden Geldbeutel, darunter ein gepflegtes Hostel (Frühstück und Bettwäsche sind im Preis inbegriffen), schnörkellos stilvolle Lodgezimmer und Familienhäuschen.

Im Sommer können Gäste sogar in einer Hängematte auf einem überdachten Kai im

„Wassercamp“ des B&B Basecamp nächtigen. Dort lockt der See Refsvatn außerdem mit Kanufahrten und Spaziergängen. Leihkanus sind im Preis inbegriffen und stehen den ganzen Aufenthalt über zur Verfügung. Am Lagerfeuer wird warmes Frühstück zubereitet.

Preikestolen Camping CAMPINGPLATZ €
(✆ 48 19 39 50; www.preikestolencamping.com; Jørpeland; Zeltplatz 280 nkr; ⏲ April–Okt. 7–22 Uhr) Der dem Preikestolen am nächsten gelegene Campingplatz (5 km, oder 1 km abseits der Rv13) inmitten von Wäldern wird professionell geführt und hat gute Anlagen, darunter ein Geschäft mit Restaurant. Montags und donnerstags werden um 18 Uhr Panoramaflüge mit dem Hubschrauber angeboten (500 nkr pro Pers.).

Praktische Informationen

Lysefjordsenteret (✆ 51 70 31 23; www.lysefjordsenteret.no; Oanes; Lachsfarm Erw./Kind 60/30 nkr; ⏲ Juni–Aug. 11–20 Uhr, Sept.–Mai 11–17 Uhr) In fabelhafter Lage nördlich der Fährenlegestelle in Oanes; mit Touristeninformation, Lachsfarm, Restaurant und volkskundlichen Exponaten.

Lysebotn

Mit der Fähre gelangt man von Stavanger zum Fjordende bei Lysebotn, von wo sich eine enge und oft fotografierte Straße in 27 spektakulären Haarnadelkurven über 1000 m den Berg hinauf nach Sirdal windet. Von dort geht es auch weiter in das Setesdalen und nach Oslo.

Aktivitäten

Nach dem Preikestolen ist der **Kjeragbolten** das Topwanderziel am Lysefjord. Dieser riesige ovale Gesteinsbrocken ist zwischen zwei etwa 2 m von einander entfernte Felsen eingeklemmt. Die 10 km lange fünfstündige Rundtour beinhaltet auch einen schweißtreibenden Aufstieg über 700 m vom Parkplatz des Øygardsstølen Café (Parkgebühr 30 nkr), in der Nähe der höchsten Haarnadelkurve oberhalb von Lysebotn.

Und weiter geht's nach oben und über drei Felsgrate. Gelegentlich wird der Marsch über die steilen schlammigen Abhänge ganz schön beschwerlich. Den massiven Kjeragbolten selbst zu erklimmen ist noch einmal eine ziemliche Hürde; dazu muss man u. a. einen freiliegenden, senkrecht abfallenden Felsvorsprung in 1000 m Höhe überqueren! Von dort aus kann man direkt auf den „Bolten“ steigen (oder kriechen) und die vielleicht spektakulärste Aussicht Norwegens genießen. Ein Foto von sich auf dem Felsbrocken hockend macht zu Hause garantiert Eindruck.

Wem das nicht abenteuerlich genug ist, kann Norwegens wohl verrücktesten Sport ausprobieren: Basejumping vom Kjeragbolten. Infos gibt's beim **Stavanger Base Club** (www.basekjerag.com).

Schlafen & Essen

Lysefjorden Turisthytte HOSTEL
(✆ 94 82 66 02; booking@lysefjordenturisthytte.no; Lysebotn; Zi. pro Pers. 325 nkr; ⏲ Juni–Aug.) 50 m vom Kai entfernt liegt die frühere Lyse-Kantine. Heute bietet der Wanderverband von Stavanger hier Zimmer mit Dusche und Toilette sowie günstigere Schlafsäle. Ein angrenzendes Café mit Lounge serviert Frühstück, Mittag- und Abendessen sowie Bier und Wein. Bettwäsche und Handtücher können bei Bedarf gestellt werden.

Øygardsstølen Café CAFÉ €
(Snacks & leichte Gerichte 79–189 nkr; ⏲ Mitte Juni–Mitte Sept. 9.30–20 Uhr) Ob man nun zum Essen oder zum Staunen herkommt: Was die Aussicht auf diesen Teil des Lysefjords angeht, ist das „Adlernest“ hoch oben auf dem Felsen mit Blick auf die Haarnadelspiralen hinunter nach Lysebotn nicht zu toppen.



Westliche Fjorde

Inhalt ➡

Flåm 217
Gudvangen & Nærøyfjord 223
Lærdalsøyri (Lærdal) 223
Jostedalen & Nigardsbreen 233
Nördliche Fjorde 242
Ålesund 252
Molde 258
Kristiansund 261

Gut essen

- Maki (S. 256)
- Anno (S. 256)
- Restaurant Arven (S. 220)
- Sødahl-Huset (S. 246)

Schön übernachten

- Juvet Landscape Hotel (S. 246)
- Hotel Aak (S. 245)
- Villa Norangdal (S. 251)
- Hotel Brosundet (S. 254)
- Flåm Camping & Hostel (S. 220)
- Eplet (S. 229)

Auf zu den westlichen Fjorden

Gletscher formten einst Westnorwegens tiefe Täler, die später vom Meer überflutet wurden. Heute säumt die Ufer der Fjorde eine raue Landschaft, so einzigartig und überwältigend schön, dass sie zu den Traumzielen der Welt gehört.

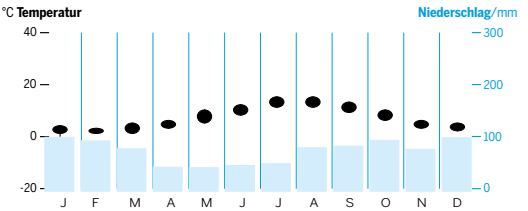
Im Schatten der fantastischen Fjorde gerät die Küste zwar in den Hintergrund, doch auch sie ist außergewöhnlich, mit oft extrem wildem Meer und vor tiefgrünen Berggipfeln.

Die Fähren gehören unweigerlich mit zum Leben in Westnorwegen. Wie zuverlässige Lasttiere ermöglichen sie das Vorankommen in dieser verrückten Landschaft, sind aber auch selbst unterhaltsame Höhepunkte der Reise und bieten fantastische Panoramaausblicke auf Küste und Berge.

Die westlichen Fjorde sind ein großartiges Wandergebiet, ob auf eigene Faust in der Wildnis, auf markierten Wanderwegen oder per geführter Gletscherwanderung in der Gruppe. Und wer sich nach so viel frischer Luft und grenzenloser Weite nach etwas Kleinstadtatmosphäre sehnt, findet davon reichlich im schmucken Jugendstilstädtchen Ålesund.

Reisezeit

Ålesund



Anfang Juni Norsk Fjellfestival, ein Volks- und Outdoorfestival im atemberaubenden Åndalsnes.

Mitte Juli Beim Moldejazz feiert Molde eine ganze Woche lang.

Ende Aug. Beim Festival der norwegischen Küche werden Ålesunds Delikatessen aufgetischt.

SOGNEFJORDEN

Der Sognefjord, mit 203 km der zweitlängste Fjord der Welt und mit 1308 m der tiefste in ganz Norwegen, schneidet sich tief in die Landkarte Westnorwegens ein. An manchen Stellen ragen steile Wände mehr als 1000 m über dem Wasser empor, während man woanders sanfte Ufer mit Bauernhöfen, Obstgärten und kleinen Ortschaften sieht. Die breite Hauptwasserstraße ist zwar beeindruckend, aber wer sich in die schmaleren Arme hineinbegibt, etwa in den tiefen und herrlichen Nærøyfjord Richtung Gudvangen, wird mit idyllischen Ansichten abrupter Felswände und kaskadierender Wasserfälle belohnt.

An- & Weiterreise

Norled (www.norled.no) fährt einmal t täglich mit einer Schnellfähre zwischen Bergen und den Orten Flåm (750 nkr, 5½ Std.) und Sogndal (645 nkr, 4¾ Std.) mit Stopps in zehn kleineren Orten, darunter Vik (510 nkr, 3½ Std.) und Balestrand (545 nkr, 3¾ Std.). Außerdem verbinden mehrere örtliche Fähren die Orte am Sognefjord; es verkehren auch zahlreiche Busse – allerdings nicht ganz regelmäßig.

Flåm

450 EW.

Flåm liegt am Ende des Aurlandsfjords inmitten einer wahrhaft spektakulären Kulisse. Der winzige Ort ist ein Zwischenstopp der beliebten „Norway in a Nutshell"-Touren und wird pro Jahr von über 500 000 Touristen besucht. Das reizvolle Fleckchen wirkt wie ein Stück vom Paradies, kann jedoch zur Hölle werden, wenn sich hier zu viele Besucher gleichzeitig versammeln.

Die saisonal geöffnete **Touristeninformation** (☎57 63 33 13; www.visitflam.com; ⏲Juni–Aug. 8.30–20 Uhr, Mai & Sept. 8.30–16 Uhr) befindet sich im Bahnhof.

Sehenswertes

Flåmsbana PANORAMABAHN

(www.flaamsbana.no; Erw./Kind einfach 300/150 nkr, hin & zurück 400/300 nkr) Das 20 km lange Wunder der Technik durchquert ganze 20 Tunnel und überwindet dabei 864 Höhenmeter. Es ist die einzige Bahn der Welt, die eine Steigung von 5,5 % ohne Seil oder Zahnräder bezwingt. Unterwegs passiert sie donnernde Wasserfälle (am atemberaubenden Kjosfoss gibt es sogar einen Fotostopp) und erreicht nach vollen 45 Minuten Myrdal auf der kargen, baumlosen Hochebene der Hardangervidda. Die Bahn verkehrt ganzjährig, im Sommer bis zu zehnmal am Tag.

Flåmsbana Museum MUSEUM

(⏲Mai–Sept. 9–19 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) GRATIS Dieses kleine Museum befindet sich direkt neben dem Flåmsbana-Bahnsteig, und hier geht's nicht nur um die Eisenbahn, sondern es zeigt auch eine Reihe faszinierender Fotos von Bautrupps und vom Leben in und um Flåm aus der Zeit, bevor Autos und Busse es so weit die Fjorde hinaufschafften.

Aktivitäten

Fahrräder für entspannte Küstenfahrten oder auch anstrengendere Touren verleiht die Touristeninformation (50/250 nkr pro Std./Tag). Dort gibt's auch sechs leicht verständliche (und kostenlose) Infoblätter zu Wanderungen in der Umgebung. Die Touren dauern zwischen 45 Minuten und 5 Stunden; die Routen sind in Luftaufnahmen eingezeichnet.

Radfahren auf dem Rallarvegen RADFAHREN

(www.rallarvegen.com) Eine schöne Downhill-Strecke ist der Rallarvegen, eine Versorgungsstraße, die für den Bau der Flåmsbana angelegt wurde. Sie startet auf 1000 m in Haugastøl und ist sagenhafte 83 km lang. Eine leichtere Variante ist 56 km lang und beginnt in Finse. Leihräder gibt's im **Haugastøl Turistsenter** (☎32 08 75 64; Haugastølvegen, Haugastøl; 2 Tage inkl. Rücktransport ab Flåm Wochentag/Wochenende 480/580 nkr), auch als Paket mit Übernachtung.

Njord KAJAKFAHREN

(☎91 31 66 28; www.njord.as) Njord hat seine Basis am handtuchbreiten Strand von Flåm eingerichtet. Im Angebot sind eine zweistündige Einführung ins Seekajakfahren (550 nkr), eine dreistündige Spazierfahrt durch den Fjord (450 nkr) und vierstündige Kajak-/Wandertouren (710 nkr). Darüber hinaus gibt's noch mehrtägige Ausflüge mit Kajak, Wandern und Camping.

Fjord Safari ABENTEUER

(www.fjordsafari.com; Erw./Kind 1½-stündige. Touren 560/360 nkr, 2 Std. 15 Min. 690/490 nkr) Wer mit weniger Zeitaufwand mehr vom Fjord sehen will, kann sich in ein Zodiac bzw. Festrumpfschlauchboot setzen. Das Team stattet die Teilnehmer mit wasserdichten Anzügen aus, die für diese berauschende Fahrt über die Wellen auch dringend notwendig

Highlights

1 Im **Geirangerfjord** (S. 247) zwischen Geiranger und Hellesylt unter hohen Felswänden dahingleiten.

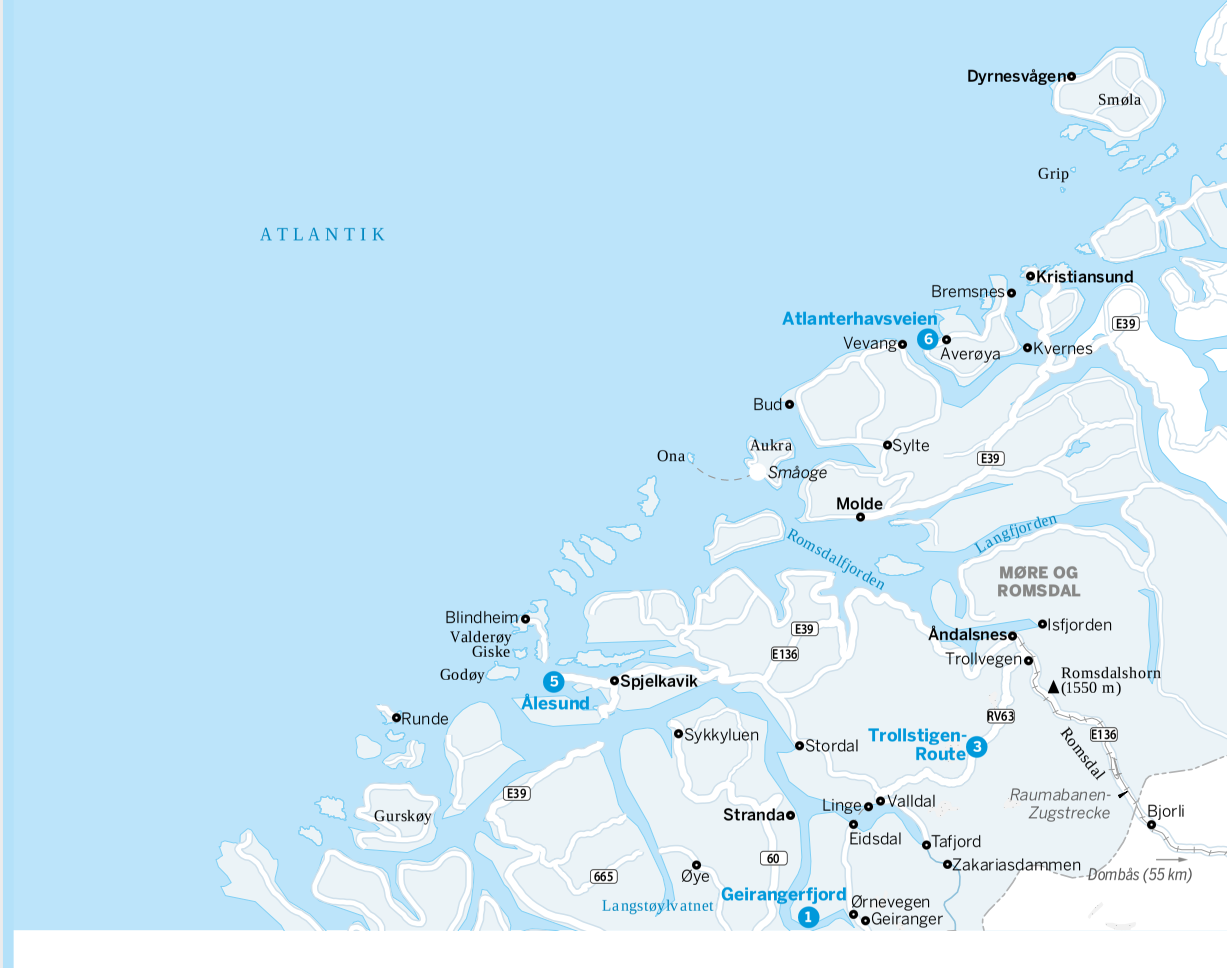
2 Mit der spektakulären **Flåmsbana** (S. 217) die Strecke zwischen der wilden Hardangervidda und Flåm genießen.

3 Auf der **Trollstigen-Straße** (S. 243) zwischen Åndalsnes und Valldal in eine andere Welt versinken.

4 Sich auf einer winzigen Gletscherzunge des riesigen **Jostedalsbreen** (S 233) nasse Füße holen.

5 Im architektonisch einzigartigen **Ålesund** (S. 252) in die Ära des Jugendstils eintauchen.

6 Auf der Atlantikstraße **Atlanterhavsveien** (S. 264) die



wilde Kraft des Meeres erleben.

7 Die spektakuläre Schneestraße **SnøVegen** (S. 224) zwischen Aurland und Lærdal per Auto oder Fahrrad bezwingen



sind. Es gibt noch andere Aktivitäten, die teilweise auch mit den Fahrten kombiniert werden können. Das Angebot und die Preise varriieren je nach Saison (die Preise oben beziehen sich auf die Hauptsaison).

Flåm Marina og Apartement Boat Hire BOOTSVERLEIH
(☎ 57 63 35 55) Hobbykapitäne, die Paddel und Ruder lieber selbst in die Hand nehmen, bekommen bei Flåm Marina og Apartement (fünf Minuten zu Fuß vom Bootssteg) ein Ruderboot, ein Kanu oder ein Motorboot.

Schlafen

★Flåm Camping & Hostel HOSTEL, CAMPINGPLATZ €
(☎ 57 63 21 21; www.flaam-camping.no; Auto-/Wohnmobilstellplatz 215/220 nkr, B/EZ/2BZ/4BZ 300/500/865/1255 nkr, mit Gemeinschaftsbad 230/390/650/950 nkr; März–Okt.; 📶) Die Familie, die den Campingplatz auf dem Gelände ihrer alten Farm betreibt, tut dies in jeder Hinsicht mit viel Liebe und Sorgfalt. Die Zimmer, von Schlafsälen bis zu Doppelzimmern mit eigenem Bad, die sich auf der grünen Anlage verteilen, sind schlicht, aber stilvoll. Auch die Stellplätze liegen idyllisch und sind nur fünf Gehminuten vom Bahnhof entfernt.

Hostelling International bewertet das Flåm Camping & Hostel immer wieder als eines der besten Hostels in Norwegen und weltweit.

WESTLICHE FJORDE: INFORS IM INTERNET

Die folgenden Websites erleichtern die Reiseplanung.

www.fjordnorway.com Detaillierte Informationen zur Fjordregion.

www.nordfjord.no Ähnlich umfassende Infos zum Nordfjord.

www.visitmr.com Die offizielle Website der Region Møre og Romsdal, mit zahllosen nützlichen Links.

www.fjordkysten.no Alles über die nördliche Küste der Region.

www.sognefjord.no Tolle Website für den ganzen Sognefjord und Umgebung.

www.stavechurch.com Großartige Einführung in die Welt der Stabkirchen, mit ausführlicher Beschreibung der wichtigsten Kirchen.

Flåm Marina og Apartement APARTMENTS €€
(☎ 57 63 35 55; www.flammarina.no; Apt. 1198 nkr) Dieser moderne Block direkt am Wasser bietet von der Terrasse seines kleinen Bar-Cafés (Gerichte 100–185 nkr; auch für Nicht-Gäste zugänglich) einen herrlichen Ausblick über die ganze Länge des Fjords. Die zehn Apartments für Selbstversorger sind zu zweit komfortabel, bieten aber auch Schlafplätze für bis zu fünf Gäste (300 nkr für jedes weitere Bett). Die Wohnzimmer schauen auf den Fjord, nicht aber die Schlafzimmer.

Heimly Pensjonat PENSION €€
(☎ 57 63 23 00; www.heimly.no; EZ/DZ 795/1195 nkr; 📶) Die 1930 erbaute Unterkunft mit Blick zum Wasser hat einfache Zimmer und liegt am Ortsrand abseits vom Hafenrummel. Die teureren Zimmer bieten herrlichen Blick direkt auf den Fjord.

Fretheim Hotel HOTEL €€€
(☎ 57 63 63 00; www.fretheim-hotel.no; EZ/DZ 1195/2190 nkr; 🅿 @ 📶) Das Fretheim war im 19. Jh. eine bevorzugte Absteige fliegenfischender englischer Aristokraten. Trotz seiner Größe strahlt das 122 Zimmer fassende Hotel eine intime, warme Atmosphäre aus. Im Stammhaus von 1870 wurden 17 Zimmer originalgetreu, aber mit allem modernen Komfort restauriert, im amerikanischen Flügel dagegen ist alles auf zeitgenössischen Luxus ausgerichtet.

Das Hotel organisiert Wander- und Radtouren und hilft mit Tipps weiter. Nach den Anstrengungen des Tages lässt es sich in der Bar im 3. Stock bei großartiger Bierauswahl und toller Aussicht herrlich entspannen. Das allerbeste Panorama findet sich allerdings eine Wendeltreppe höher auf einer Aussichtsplattform mit Glasboden.

Flåmsbrygga HOTEL €€€
(☎ 57 63 20 50; www.flamsbrygga.no; EZ/DZ 1390/1790 nkr) Alle bis auf zwei der rustikalen, mit viel Holz eingerichteten Zimmer haben einen Balkon mit großartiger Aussicht auf den Fjord. Das Hotel liegt zwar in einer lebhaften Ecke, aber auch supergünstig, und direkt zum Haus gehört das Ægir Bryggeri, eine Kneipe mit Restaurant.

Essen & Ausgehen

Restaurant Arven RESTAURANT €€€
(☎ 57 63 63 00; Fretheim Hotel; festes Menü/Büffett 545/464 nkr) Das Hotelrestaurant des Fretheim Hotel lockt mit selbstgeräuchertem Fleisch und einer „ökologisch-regionalen“ Speisekarte in Zusammenarbeit mit der

BUSSE AB FLÅM

ZIEL	PREIS (NKR)	DAUER	HÄUFIGKEIT (TGL.)
Gudvangen	52	20 Min.	4–8
Aurland	36	15 Min.	4–8
Sogndal	184	1¾ Std.	2–6
Lærdalsøyri	95	45 Min.	2–6
Bergen	330	3 Std.	2–6

regionalen Landwirtschaftsschule. Im Grillhaus und im Kaffeehaus stehen außerdem regional gezüchtetes Lamm, Rentier und Zicklein auf dem Programm.

Ægir Bryggeri HAUSBRAUEREI
(www.flamsbrygga.no/bryggeri; Mai–Mitte Sept. 12–22 Uhr) Mit viel freundlichem Holz und Steinböden sieht die Ægir-Brauerei eher aus wie eine Stabkirche. Auf der Getränkekarte stehen sechs verschiedene Fassbiere, alle aus der hauseigenen Brauerei, auf der Speisekarte kreative norwegische Hausmannskost sowie Burger und Pizzas (160–210 nkr).

An- & Weiterreise

FÄHRE

Von Flåm laufen Fähren zu verschiedenen Orten rund um den Sognefjord aus. Die landschaftlich schönste Tour von Flåm aus ist die Fahrt per Passagierfähre den Nærøyfjord hinauf nach Gudvangen (einfach/hin & zurück 295/400 nkr), die ganzjährig täglich um 15.10 Uhr und von Mai bis September bis zu fünfmal täglich startet. Wer will, kann auch in Aurland zusteigen. In Gudvangen fährt ein Anschlussbus nach Voss, wo man den Zug nach Bergen oder Oslo nehmen kann. Die Touristeninformation verkauft alle Fährtickets sowie auch die Fähre-/Bus-Kombifahrkarten von Flåm nach Voss. Zwischen Flåm und Bergen pendelt mindestens einmal täglich eine Schnellfähre (695 nkr, 5½ Std.) über Balestrand (265 nkr, 1½ Std.).

ZUG

Flåm ist der einzige Ort am Sognefjord mit Bahnverbindung: der traumhaften Flåmsbana. In Myrdal bietet sie Anschluss nach Oslo und Bergen.

Aurland

777 EW.

Das stille Dörfchen Aurland ist längst nicht so hektisch wie sein nur 10 km weiter südlich gelegener Nachbarort Flåm. In letzter Zeit ist es auch als Ende des Lærdalstunnels bekannt geworden, des mit 24,5 km längsten Straßentunnels der Welt. Das wichtige Verbindungsstück der E16 zwischen Oslo und Bergen (vorher mussten Autos die Fähre zwischen Lærdal und Gudvangen nehmen) ist die weit schnellere Alternative zum reizvollen, aber kurvenreichen, 45 km langen SnøVegen. Man hat die Wahl: schnell und bequem oder haarsträubend, aber mit tollem Ausblick bei der Fahrt hinauf und hinunter und dazwischen ein gespenstisch stilles hoch gelegenes Bergplateau mit Wasserfällen und Seen.

Hier endet auch die spektakuläre Aurlandsdalen-Wanderroute.

Aktivitäten

Die Touristeninformationen von Aurland und Lærdal haben sechs nützliche Infoblätter über **Wanderungen** in der Region, bei denen die Routen in Luftbildern eingezeichnet sind.

Wanderung von Flåm nach Aurland WANDERUNG
Eine durchgehend atemberaubende Landschaft und fast vollständige Einsamkeit bietet die 12 km lange Wanderung, die größtenteils entlang der alten Straße zwischen Aurland und Flåm über Otternes führt. Bis 1919 die Küstenstraße erbaut wurde, war sie die einzige Verbindung zwischen den beiden Dörfern. Die Wanderung dauert etwa drei Stunden.

Wanderung von Geiteryggen nach Aurland WANDERUNG
Die klassische Tour durch das Aurlandsdalen von Geiteryggen nach Aurland folgt einem Wasserlauf von der Quelle bis zur Mündung immer entlang einer der ältesten Handelsrouten zwischen Ost- und Westnorwegen. Ab Mitte Juli ist es möglich, diese viertägige Tour auch in Finse an der Bahnlinie Oslo–Bergen zu beginnen. Übernachtungsmöglichkeiten bieten Geiterygghytta, Steinbergdalen und Østerbø.

Landschaftlich am reizvollsten ist die letzte Etappe (üblicherweise von Anfang Juni bis Ende September geöffnet) von Øster-

bø (820 m) bis Vassbygdi (95 m) – ein fantastischer Tagestrip (6–7 Std.). Zwischen Aurland und Vassbygdi (15 Min.) bzw. Østerbø (1 Std.) fahren zweimal täglich Busse.

Schlafen & Essen

Lunde Gard & Camping CAMPINGPLATZ €
(☎ 99 70 47 01; www.lunde-camping.no; Stellplatz 240, Hütten mit Outdoor-Waschraum 600 nkr, mit eigenem Bad 1050 nkr, 3-Bett-Apt. 820 nkr; ⏲ Mai–Sept.; 📶) Dieser hübsche kleine Campingplatz schmiegt sich 1,2 km in einem Seitental versteckt an ein Flussufer. Küche und Toiletten sind tadellos.

Vangsgaarden HOTEL €€
(☎ 57 63 35 80; www.vangsgaarden.no; DZ/FZ 1100/1350 nkr, 4-Bett-Hütten 1250 nkr (Bettwäsche pro Pers. 65 nkr); 🚻) Aus vier Gebäuden aus dem 18. Jh., sechs Hütten unten am Ufer und dem **Bar-Café Duehuset (Taubenschlag)** (Hauptgerichte ab 129 nkr; ⏲ Juni–Aug. 15–23 Uhr) besteht dieses Hotel in Toplage am Wasser. Es hat sehr viel Flair (der Speiseraum erinnert an einen altmodischen Salon) und einen hübschen Garten.

Aurland Fjordhotell HOTEL €€
(☎ 57 63 35 05; www.aurland-fjordhotel.com; EZ/DZ ab 920/1240 nkr) Die meisten der 30 Zimmer dieses Hotels in Familienbesitz haben Balkon und Aussicht auf den Fjord. Es ist altmodisch, aber komfortabel und freundlich.

Aurlandskafeen CAFÉ €
(Hauptgerichte 110–170 nkr; ⏲ 10–21 Uhr) Dies ist ein typisches norwegisches Kleinstadtcafé, aber mit einer netten Terrasse an der Mündung des sich kräuselnden Flusses in den Aurlandsfjord; zudem serviert es den ganzen Tag Wein und Bier.

Praktische Informationen

Touristeninformation Aurland (☎ 57 63 33 13; www.alr.no; ⏲ Juni–Aug. Mo–Fr 9–17, Sa & So 10–17.30 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Die Touristeninformation befindet sich neben der Dorfkirche.

An- & Weiterreise

Busse verkehren bis zu achtmal täglich zwischen Aurland und Flåm (36 nkr, 15 Min.) und ein- bis sechsmal täglich zwischen Aurland und Lærdal (83 nkr, 30 Min.). Expressbusse von/nach Bergen (300 nkr, 3 Std.) halten bis zu sechsmal täglich in Aurland.

Achtung: Im Lærdalstunnel lauern Radarfallen.

Undredal

112 EW.

Undredal, auf halber Strecke zwischen Flåm und Gudvangen, ist ein wirklich süßes kleines Dorf, das seine traditionellen Qualitäten erhalten konnte und umso reizvoller wirkt, weil man sich eine Extraportion Mühe geben muss, um dorthin zu kommen. Allerdings legen einige Bootstouren hier neuerdings einen kurzen Zwischenstopp ein, sodass die bisherige Beschaulichkeit bedroht ist.

Undredal ist in der Gegend für seinen Käse berühmt – oder vielleicht nicht unbedingt berühmt, da er in nur wenigen speziellen Käsegeschäften und Feinkostläden in Norwegen zu bekommen ist. Rund 500 Ziegen streunen auf den grünen Hügeln der Umgebung frei herum und geben zusammen Milch für ca. 10 t Käse jährlich (wenn man mal nachrechnet: eine höchst beeindruckende Ausbeute pro Zitze). Die Bauern des Tales beliefern die beiden Molkereien des Dorfes, die von einst zehn noch übrig sind. Sie produzieren immer noch den festen, gelben Undredal-Käse und dessen braune, leicht süßliche Variante aus der gekochten und konzentrierten Molke. Man sollte sich im Dorfladen – das ist das hellblaue Gebäude am Ufer – von jeder Sorte ein Stück mitnehmen.

Undredal liegt 6,5 km nördlich der E16 am Ende einer schmalen, steilen Serpentinenstraße, die erst seit 1988 existiert. Vorher war das Meer der einzige Zugang. Bei Busanreise am östlichen Ende des 11 km langen Tunnels aussteigen, der nach Gudvangen führt. Am besten nimmt man den Bus, geht die wenig befahrene Straße durch das spektakuläre Tal und fährt mit dem Boot zurück (dazu den Wandschalter neben dem gelb blinkenden Licht im Café neben dem Landesteg drücken, damit die nächste Passagierfähre anlegt).

Sehenswertes

Kirche Undredal KIRCHE
(Erw./Kind 30 nkr/frei; ⏲ Mitte Mai–Mitte Sept. 12–17 Uhr) Die Kirche mit ihrem Tonnengewölbe wurde im Jahr 1147 ursprünglich als Stabkirche mit 40 Sitzplätzen erbaut und ist das kleinste Gotteshaus auf dem skandinavischen Festland, das heute noch genutzt wird. Ein Blick nach oben lohnt sich: Die Decke ist geschmückt mit entzückend naiven Malereien von Engeln, Christus am Kreuz und anderen biblischen Figuren, umgeben von stilisierten Sternen.

Gudvangen & Nærøyfjord

Der 17 km lange Nærøyfjord liegt westlich von Flåm und gehört zum Unesco-Weltnaturerbe. Der Anblick könnte gar nicht norwegischer sein: ein tiefblauer Fjord (an der engsten Stelle nur 250 m breit), gewaltige, 1200 m hohe Felsen, abgeschiedene Bauernhöfe und Wasserfälle, die aus großer Höhe herabstürzen. Er lässt sich leicht in einem Tagesausflug von Flåm unterbringen.

Der Kjelsfossen-Wasserfall kommt von der südlichen Talwand des Nærøydalen oberhalb des Dorfes Gudvangen herunter. Man beachte auch das Lawinenschutzsystem oberhalb von Gudvangen. Die mächtigen Lawinen rasen hier normalerweise mit einer Wucht von 12 t pro Quadratmeter und einer Geschwindigkeit von 50 m pro Sekunde bergab – ausreichend, so wurde uns erklärt, um eine Ziegenherde über den Fjord zu katapultieren.

Übers Meer ist die Anfahrt nach Gudvangen märchenhaft schön. Der Ort selbst ist jedoch kaum mehr als eine kleinere und verstopfte Version von Flåm und kann angesichts des massiven Boots- und Busverkehrs enttäuschend sein.

Schlafen

Gudvangen Camping CAMPINGPLATZ €€
(☎ 993 80 803; www.visitgudvangen.com; Stellplatz 120, Hütten für 2–4 Pers. mit Outdoor-Waschraum 420/480 nkr, mit eigenem Bad 820/1290 nkr; ⏲ Mitte April–Mitte Sept.) Am Fuß steiler Klippen, gut 1 km vom Fährhafen entfernt, liegt rechter Hand der E16 dieser gut ausgestattete Campingplatz.

Vang Camping CAMPINGPLATZ €€
(☎ 57 63 39 26; www.vang-camping.no; Stellplatz 100 nkr, Hütten mit Outdoor-Waschraum 300–500 nkr, mit Bad 950–1200 nkr; ⏲ Mai–Mitte Sept.) Diese Hütten und Stellplätze liegen 1 km außerhalb von Gudvangen auf der linken Seite der E16 zwischen Straße und Fluss.

An- & Weiterreise

Fähren auf der malerischen Route zwischen Gudvangen und Flåm (einfach/hin & zurück 295/400 nkr) mit Halt in Aurland fahren im Sommer bis zu fünfmal täglich. Dreimal täglich fährt eine Autofähre von/nach Lærdal (Auto und Fahrer/Passagier 665/280 nkr, 3 Std.) über Kaupanger (630/280 nkr).

Bis zu acht Busse pro Tag fahren von/nach Flåm (52 nkr, 20 Min.) und Aurland (65 nkr, 30 Min.).

ABSTECHER

OTTERNES

Der restaurierte Weiler **Otternes** (☎ 57 63 11 32; www.otternes.no; Eintritt/Führung 50/80 nkr, Kinder frei; ⏲ Juni-Mitte Sept. 10–18 Uhr) liegt hoch über dem Fjord zwischen Flåm und Aurland. Die ältesten der 27 verstreut liegenden Häuser gehen auf das frühe 17. Jh. zurück und waren bis in die 1990er-Jahre bewohnt. Ihre Wiederherstellung verdanken sie größtenteils dem Energiebündel Laila Kvellestad. Sie führt in einer halben bis ganzen Stunde (auf Englisch, viermal täglich) durch die Häuser und den bewirtschafteten Hof. Schlaue planen außerdem ein Päuschen ein, um regional produziertes Bio-Eis zu schlecken, frischen Apfelsaft zu trinken oder Eierkuchen zu essen.

Wer in der Nähe übernachtet, kann auch für ein traditionelles Abendessen reservieren, bei dem Gerichte wie *rømmegrøt*, ein reichhaltiger Haferschleim mit saurer Sahne und dünn gehobeltem Räucherfleisch aus der Region, und manchmal auch Bio-Lamm von ebendiesen Hügeln aufgetischt werden.

Lærdalsøyri (Lærdal)

2200 EW.

Das Dorf Lærdalsøyri, oft auch Lærdal genannt, liegt dort, wo sich das malerisch grüne Tal mit dem gleichen Namen (bekannt für seine saftigen Kirschen) zum Fjord hin öffnet. Der heute eher beschauliche Ort war einst ein lebhafter Umschlaghafen, in dem Waren der Umgebung auf die Schiffe nach Bergen verladen wurden. Anfang 2014 wütete im Südwesten des Dorfes ein verheerendes Feuer, durch das viele Einwohner ihr Zuhause verloren und verletzt wurden; dem Charme, den der Ort auf Besucher ausübt, tat das aber keinen Abbruch.

Sehenswertes & Aktivitäten

Das historische Zentrum (Gamle Lærdalsøyri) mit seinem gut erhaltenen Kern aus dem 18. und 19. Jh. lädt zu einem netten Spaziergang ein, bei dem man weit über 100 liebevoll gepflegte Häuser, Lagerhäuser und Fischerhütten entdecken kann. Die Touristeninformation verteilt einen kostenlosen Stadtplan,

SNØVEGEN

Auf spektakulären 45 Kilometern klettert die offiziell als **Aurlandsvegen** ausgeschilderte **Schneestraße** (Juni–Mitte Okt.) von Meereshöhe empor bis auf die trostlose, felsige Hochebene zwischen Aurland und Lærdalsøyri (Lærdal). Diese fantastische Route ist ausnahmslos im Sommer befahrbar. Selbst Ende Juni säumen noch hohe Schneewälle die Straße und die Seen sind gefroren. Die Strecke wurde als landschaftlich besonders reizvolle „Nationale Touristenstraße" ausgezeichnet. Deshalb startet man am besten frühmorgens, ehe die Reisebusse unterwegs sind. Wer nicht die ganze Strecke fahren will, sollte sich wenigstens die ersten 8 km von Aurland bis zum grandiosen **Aussichtspunkt Stegastein** nicht entgehen lassen. Die biomorphe Kiefernholzkonstruktion, die weit über den Abgrund ragt, ist ein toller Anblick und so entworfen, dass sie Besucher dazu bringt, über ihre Grenzen zu gehen – im Prinzip wie ganz Norwegen.

der eine Route vorschlägt und die interessantesten Gebäude beschreibt.

Angeln im Fjord ist kostenlos. Der obere Teil des Flusses Lærdal ist gutes Forellengewässer (Angelscheine für einen Tag sind bei der Touristeninformation oder beim nächsten Campingplatz erhältlich).

Die Touristeninformation hat ein kostenloses Infoblatt mit Wanderungen in der Umgebung. Sie verkauft auch eine detailliertere Karte der Gegend (139 nkr) im Maßstab 1:50 000.

Norsk Villaks Senter

AQUARIUM

(www.norsk-villakssenter.no; Erw./Kind 90/60 nkr; Ende Juni–Mitte Sept. 10–18 Uhr) Im Aquarium kann man wilden Lachs und Meerforellen durch Sichtfenster beobachten und einen ausgezeichneten 20-minütigen Film über den Lebenszyklus des Lachses ansehen. Wer will, kann auch das Fliegenknüpfen lernen, um die Chancen für einen eigenen Fang zu erhöhen, und virtuell das Leinenauswerfen üben.

Lærdal Sport og Rekreasjon

OUTDOORAKTIVITÄTEN

(57 66 66 95; www.laerdalsport.com; Lærdal Ferie- og Fritidspark, Grandavegen; Mai–Sept. 8–22 Uhr, Okt.–April nach Vereinbarung) Hier gibt's eine gute Auswahl an Leihfahrrädern (ab 45/125 nkr pro Stunde/Tag). Darüber hinaus organisiert der Laden geführte Wander- und Fahrradtouren, die zwischen drei Stunden und einem ganzen Tag dauern (Fahrradtour ab 230 nkr, Wandern ab 75 nkr).

Schlafen & Essen

Sanden Pensjonat

PENSION €

(57 66 64 04; www.sandenpensjonat.no; Øyragata 9; EZ/DZ 850/950 nkr, mit Gemeinschaftsbad 550/490 nkr, Apt. 1300 nkr) Dieses charmante historische Haus, das seit fast 100 Jahren als Pension dient, wurde 1994 von den Besitzern Jon und Hallvard restauriert und wieder seiner ursprünglichen Bestimmung zugeführt. Es hat die Schlichtheit und die gemütlichen kleinen Räume seiner Zeit bewahrt, ist aber sorgfältig und mit Liebe zum Detail eingerichtet. Für Familien und kleine Gruppen gibt's in der Nähe auch ein Apartment.

Lærdal Ferie og Fritidspark

CAMPINGPLATZ, MOTEL €

(57 66 66 95; www.laerdalferiepark.com; Stellplatz 250 nkr, 2-/3-/4-Bett-Hütte 995/1095/1195 nkr, Motel EZ/DZ 500/595 nkr;) Der Campingplatz liegt fast direkt am Wasser und bietet einen endlosen Ausblick auf den Fjord. Das selbst ernannte „Motel" verfügt über Gemeinschaftseinrichtungen für Selbstversorger sowie einen Gemeinschaftsraum mit Terrasse und breitem Fenster für einen herrlichen Panoramablick auf den Fjord.

Lindstrøm Hotell

HOTEL €€

(57 66 69 00; www.lindstroemhotel.no; EZ/DZ 900/1200 nkr; April–Okt.; P @) Das zentral gelegene, in fünfter Generation familiengeführte Hotel besteht aus zwei Häusern, einem schönen Giebelhaus im Schweizer Stil in einem Garten und dem Haupthaus, einem Neubaublock aus den 1960er-Jahren. Letzteres ist mit charmanten Lounges, Bibliotheken und gepflegten Zimmern ausgestattet und teils in großartigem original skandinavischem Design aus der Jahrhundertmitte, teils in norwegischem Barock gestaltet. Auch die Zimmer im Stil des 19. Jhs. sind sehr elegant.

Die wunderbaren antiken Eisenbetten bilden einen schönen Kontrast zu den hellen Dielenböden und Wänden. Außerdem gibt's gemütliche Sessel und große Fenster mit Blick zum Garten. Das Restaurant serviert abends ein Büffett (365 nkr).

Laksen KNEIPE & RESTAURANT €€
(☎57 66 86 20; Mittagessen Gerichte 190 nkr, Abendessen Hauptgerichte 210–275 nkr; ⏲Juli & Aug. 11–21.30 Uhr) Das familiäre Laksen tischt herzhafte Mahlzeiten auf. Tagsüber serviert es verlockende Snacks und Sandwichs, von 18 bis 21 Uhr Restaurantküche.

Praktische Informationen

Die **Touristeninformation** (☎57 66 67 71; www.alr.no; Øyraplassen 7; ⏲Juli & Aug. 10–18 Uhr) befindet sich in einem reizvollen alten Bretterbau (einst die Bank der Stadt) etwas abseits der Hauptstraße. Sie hat eine nette kleine Fotoausstellung über das frühe Lærdal und kostenlosen Internetzugang.

An- & Weiterreise

Wer nach Süden fährt, hat die Wahl zwischen dem längsten Straßentunnel der Welt von Aurland nach Lærdal (Gott sei Dank alles mautfrei) und – allerdings nur im Sommer – der Fahrt über den Pass via SnøVegen. Expressbusse fahren zwei- bis sechsmal täglich von/nach Bergen (385 nkr, 3¾ Std.) durch den Tunnel.

Täglich fahren drei Autofähren von/nach Gudvangen (Auto und Fahrer/Passagier 620/265 nkr; 3 Std.) über Kaupanger (605/245 nkr).

Vik

2731 EW.

Vik hat zwei wunderbare kleine Kirchen (Kombiticket Erw./Kind 80/70 nkr), die ihr Dasein und heutiges Erscheinungsbild dem Architekten Peter Blix verdanken (der im 19. Jh. u. a. viele der Bahnstationen zwischen Oslo und Bergen entwarf).

Sehenswertes

Stabkirche Hopperstad KIRCHE
(Erw./Kind 60/50 nkr; ⏲Ende Mai–Ende Sept. 10–17 Uhr) Am südlichen Rand des Dorfes Vik, etwa 1 km vom Zentrum entfernt, steht diese prächtige Stabkirche. Sie wurde 1130 erbaut und ist die zweitälteste in Norwegen, entging aber Ende des 19. Jhs. nur knapp dem Abriss. Innen konnten die frischen Farben am Himmel des fein geschnitzten Baldachins in ihrer ursprünglichen Pracht zum Glück bewahrt werden.

Steinkirche Hove KIRCHE
(Erw./Kind 50/40 nkr; ⏲Ende Juni–Mitte Aug. 11–16 Uhr) Das älteste Steingebäude der Region stammt aus dem späten 12. Jh. und hat bis heute seine ursprüngliche Form behalten. Während der raffinierten Umgestaltung durch Peter Blix wurden u. a. Kirchenschiff und Altarraum abstrakt bemalt, während die Deckenbalken und äußeren Giebel mit Holzfiguren aus nordischen Sagen verziert wurden.

Balestrand

1337 EW.

Balestrand liegt an einem eindrucksvollen Abschnitt des Fjords vor grandioser Bergkulisse. Das ruhige, beschauliche Dorf ist schon seit dem 19. Jh. ein kleiner Ferienort und manchmal schon fast ein bisschen kitschig.

Sehenswertes

Norwegisches Museum für Reisen & Tourismus MUSEUM
(Norsk Reiselivsmuseum; ☎57 69 14 57; reiselivsmuseum.no) Dieses neue Museum befindet sich in einem gelungenen neuen Gebäude, das die felsige Landschaft ringsum reflektiert.

Kirche des hl. Olav KIRCHE
Die charmante Holzkirche wurde 1897 auf Betreiben der eingewanderten und mit einem norwegischen Hotelbesitzer verheirateten Engländerin Margaret Green im Stil einer traditionellen Stabkirche errichtet. Sie steht gleich oben auf dem Hügel, den Schlüssel hat der Besitzer des Midtnes Hotel.

Grabhügel aus der Wikingerzeit ARCHÄOLOGISCHE STÄTTE
Weniger als 1 km den Fjord entlang weiter südlich haben Ausgrabungen dieser beiden Grabhügel die Überreste eines Bootes, zwei Skelette, Schmuck und verschiedene Waffen ans Tageslicht befördert. Auf einem der bei-

NORWAY IN A NUTSHELL

Die meisten Besucher machen die klassische „Norway in a Nutshell"-Tour, die in Oslo oder in Bergen startet, aber es gibt auch eine Miniversion (Erw./Kind 775/400 nkr). Diese Runde beginnt in Flåm (Fähre nach Gudvangen, Bus nach Voss, Zug nach Myrdal und mit der spektakulären Flåmsbana zurück nach Flåm). Sie ist buchstäblich der Kern in der Nussschale und umfasst die dramatischsten Highlights. Die Fähre nach Gudvangen verlässt Flåm um 9 Uhr und die Flåmsbana bringt die Tourteilnehmer um 16.55 Uhr zurück.

den Hügel stößt man auf eine Statue des legendären Königs Bele, errichtet vom deutschen Kaiser Wilhelm II., der von der nordischen Mythologie besessen war und vor dem Ersten Weltkrieg seine Urlaube hier verbrachte. Ein ähnliches Monument, ebenfalls vom Kaiser finanziert und errichtet zu Ehren von Fridtjof, dem Lover von König Beles Tochter, erhebt sich auf der anderen Seite des Fjords in Vangsnes.

Sognefjord Aquarium AQUARIUM
(Erw./Kind 70/35 nkr; Mai–Sept. 10–19 Uhr) Nach einer 15-minütigen audiovisuellen Vorführung geht's zu den 24 Aquarien, in denen sich große, kleine und winzige Salzwasser-Bewohner des Sognefjords tummeln. Im Eintritt enthalten ist außerdem eine Stunde Kanu- oder Ruderbootverleih.

Aktivitäten

Bei der Touristeninformation gibt's die kostenlose Broschüre *Outdoor Activities in Balestrand* mit vielen **Wanderrouten**, von einfach bis anspruchsvoll. Außerdem gibt's hier die *Balestrand Turkart* (70 nkr), eine gute Wanderkarte im Maßstab 1:50 000 mit eingezeichneten Wanderwegen.

Njord KAJAKFAHREN
(91 32 66 28; www.kajakk.com) Njord unternimmt ab Balestrand verschiedene geführte Fjord-Erkundungstouren im Seekajak, die von drei Stunden (600 nkr) bis zu mehreren Tagen dauern. Reservierung über die Touristeninformation.

Schlafen

Sjøtun Camping CAMPINGPLATZ €
(95 06 72 61; www.sjotun.com; Zeltplatz 210 nkr, 4-/6-Bett-Hütten mit Outdoor-Waschraum 300/400 nkr; Juni–Mitte Sept.) Auf diesem grünen Campingplatz, 15 Gehminuten am Fjord entlang Richtung Süden, kann man unter Apfelbäumen sein Zelt auf dem Rasen aufschlagen oder günstig eine hübsche Hütte mieten.

Vandrerhjem Kringsjå HOSTEL €
(57 69 13 03; www.kringsja.no; Laerargata 9; B 290 nkr, EZ/DZ/FZ mit Bad 690/890/990 nkr, alle inkl. Frühstück; Mitte Juni–Mitte Aug.) Das familiengeführte HI-Hostel liegt oberhalb des Hafens und ist während des Schuljahres ein Zentrum für Outdooraktivitäten. Seine Ursprünge als Hotel kann es aber auch heute nicht verleugnen: Das Haus erinnert an eine Lodge und hat gemütliche Zimmer und ordentliche Einrichtungen für Selbstversorger.

Balestrand Hotell HOTEL €€
(57 69 11 38; www.balestrand.com; EZ/DZ 850/1340 nkr; Mitte Mai–Mitte Sept.) Das fröhliche, freundliche und familiäre Hotel ist ein Familienbetrieb und nur im Sommer geöffnet. Reisegruppen, die sonst überall die Betten füllen, sind hier nicht gern gesehen und der Aufpreis für den traumhaften Fjordblick lohnt sich durchaus.

Midtnes Hotel HOTEL €€
(57 69 42 40; www.midtnes.no; EZ 790 nkr, DZ 850–1290 nkr; P) Dieses Familienunternehmen neben der Kirche des hl. Olav hat 32 Zimmer und einen Frühstücksraum mit großartigem Ausblick über das Wasser. Außerdem gibt's eine hübsche Terrasse und einen Rasen, der bis zu einem Bootssteg hinunterführt, wo für Gäste ein kostenloses Ruderboot dümpelt. Das Frühstück mit drei Sorten Hering, Schinken, Garnelen und mehr reicht fast für den ganzen Tag.

Kvikne's Hotel HOTEL €€€
(57 69 42 00; www.kviknes.no; EZ/DZ ab 1110/1720 nkr; Mai–Sept.; P @) Die verträumte hellgelbe Holzfassade des Kvikne's Hotel lässt vom Norwegiana-Stil des späten 19. Jhs., der in den Lounges und Speisesälen dominiert, nichts erahnen. 165 der 190 Zimmer befinden sich im neueren Gebäude aus den 1960er-Jahren. Sie sind extrem komfortabel, für den Preis aber ein wenig veraltet.

Das Balholm Bar og Bistro serviert Snacks und leichte Mahlzeiten; die Getränke kann man auch in den Salon mitnehmen, wo es drinnen wie draußen viel zu sehen gibt. Das Hotel liegt auf einer kleinen Landzunge südlich des Fähranlegers.

Essen

Pilgrim CAFÉ €
(915 62 842; www.detgylnehus.no; Mahlzeiten 90–185 nkr) Das überkandidelte Café nahe der Touristeninformation ist Teil der ebenso exzentrischen Galerie Det Gylne Hus (Goldenes Haus). Das Essen ist ganz im Gegensatz dazu schlicht und traditionell: Meerforelle aus der Region, Elchfrikadellen, Rentierwurst oder Fleischklößchen. Bei Sonnenschein lockt die Terrasse mit frischen Blumen auf den Tischen.

Ciderhuset NORWEGISCH €€
(98 47 77 65; www.ciderhuset.no; Sjøtunsvegen 32; Hauptgerichte 140–250 nkr; Ende Juni–Mitte Aug. 16–22 Uhr) Dieses entzückende Restaurant bei einem Bio-Obstbauern, der Saft,

Marmelade, Einmachobst, Apfelwein und Apfelbrantwein produziert, serviert eine Synthese aus nordischer und mediterraner Küche. Nach Möglichkeit werden regionales Obst und Gemüse verarbeitet; selbst das Geschirr kommt von einem Töpfer aus der Umgebung. Aufgetischt wird auf der Terrasse im ersten Stock oder im gemütlichen Gewächshaus, wo frische Kräuter und Kirschtomaten an den Fenstern hochklettern.

Ein absolutes Muss sind die Nachtische mit Bio-Früchten von den umgebenden Obstbäumen, garniert mit lokal hergestelltem Eis (auch Bio). Vom Sjøtunsvegen, der vom Villavegen landeinwärts führt, ist das Ciderhuset ausgeschildert.

Praktische Informationen

Touristeninformation (99 23 15 00; www.visitbalestrand.no; Juni–Aug. 10–17.30 Uhr, Mai & Sept. Mo–Fr 10–17 Uhr) Die Touristeninformation liegt gegenüber vom Fährkai und wird von einem äußerst sachkundigen und hilfsbereiten Einheimischen geleitet. Sie vermietet Fahrräder für 70/170/270 nkr pro Stunde/halber/ganzer Tag.

An- & Weiterreise

Schnellfähren verkehren von/nach Bergen (545 nkr, 3¾ Std., 2-mal tgl.) und Sogndal (240 nkr, 45 Min., 1-mal tgl.).

Von Juni bis August folgt eine tägliche Fähre (einfach/hin & zurück 240/390 nkr, 1½ Std., 2-mal tgl.) dem engen Fjærlandsfjord bis Fjærland, der Pforte zum Wunderland des Jostedalsbreen.

Expressbusse verbinden Balestrand und Sogndal (128 nkr, 1 Std., 3-mal tgl.).

Der landschaftlich reizvolle Gaularfjellsvegen (Rv13) führt nach Førde am Førdefjord – durch Haarnadelkurven und vorbei an zahlreichen Wasserfällen.

Sogndal

7050 EW.

Sogndal ist sicher nicht der schönste Ort der Region, hat aber nette Bewohner und ist eine gute Basis für drei wunderbare Tagesausflüge: Jostedalen und Nigarsdsbreen, Urnes sowie Lustrafjord und die spektakuläre Sognefjell-Rundstrecke.

Sehenswertes & Aktivitäten

Sogn Volkskundemuseum MUSEUM

(Sogn Folkmuseum; www.dhs.museum.no; Kaupanger; Erw./Kind 70/30 nkr; Juni–Aug. 10–17 Uhr, Sept.–Mai 10–15 Uhr) Das große Freilicht-Volkskundemuseum liegt an der Rv5 zwischen Sogndal und Kaupanger. Hier stehen gut 30 Gebäude, die von ihren Ursprungsorten auf ein hübsches bewaldetes Gelände verfrachtet wurden, darunter diverse Bauernhäuser, eine Schule und eine Mühle. Alle sind auf Norwegisch und Englisch gut dokumentiert. Drei kurze themenorientierte Wanderwege mit Infotafeln (englische Übersetzungen verteilt die Rezeption) führen um das Gelände.

Kinder können die Tiere streicheln, ein eigenes Blockhaus bauen und auch sonst den Hinterwäldler spielen. Diverse wunderschöne Picknickstellen runden das Bild bestens ab.

Fjordmuseum Sogn MUSEUM

(Kaupanger; Mai–Sept. 10–15 oder 17 Uhr) Dieses Museum ist Teil des größeren Volkskundemuseums Sogn Folkemuseum und liegt ebenfalls an der Rv5. Es zeigt eine Sammlung von Fischfang- und Frachtschiffen samt Geräten aus dem 19. und 20. Jh. und eine Reihe beeindruckender alter Fotos, die sich vor allem mit dem Holzhandel beschäftigen, der an der Küste entstand, um das damals boomende Bergen zu versorgen.

ABSTECHER

DIE STABKIRCHE VON BORGUND

Etwa 30 km südöstlich von Lærdalsøyri an der E16 steht die Stabkirche von Borgund (Erw./Kind 80/60 nkr; Mai–Sept. 8–20 Uhr, Okt.–April 10–17 Uhr). Sie wurde im 12. Jh. an einer der wichtigsten Handelsrouten zwischen dem Osten und Westen Norwegens errichtet und ist dem heiligen Andreas geweiht. Sie ist eine der bekanntesten, meistfotografierten und am besten erhaltenen Stabkirchen Norwegens. Das schlichte dunkle Innere und der wunderschöne rustikale Altar bewegen ungemein. Daneben ist Norwegens einziger freistehender mittelalterlicher Holzglockenturm zu bestaunen.

Tickets verkauft das Besucherzentrum, wo eine sehenswerte Ausstellung (im Eintrittspreis enthalten) über diese typisch norwegischen Kirchen zu sehen ist. Auch neuere Fundstücke aus einer Wikinger-Ausgrabungsstätte in der Nähe sind stimmungsvoll präsentiert. Bei der Kirche beginnt eine schöne zweistündige Rundwanderung auf historischen Wegen.

Stabkirche KIRCHE

(Kaupanger; Erw./Kind 60/50 nkr; Juni–Aug. 10–17 Uhr) Kaupangers Hauptattraktion steht seit 1184. Innen beeindruckt allein schon die schwindelnde Höhe. Ihr heutiges Erscheinungsbild verdankt die Kirche allerdings größtenteils einer gründlichen Runderneuerung im 17. Jh. Die Wandgemälde im Kirchenschiff zeigen musikalische Motive, während der Altarraum von Wein und Blumen umrankt ist. Der keltisch beeinflusste Chorbogen ist ebenfalls ein Hingucker.

Schlafen & Essen

Kjørnes Camping CAMPINGPLATZ €

(57 67 45 80; www.kjornes.no; Stellplatz 240 nkr, 2-/5-Bett-Hütte 900/1350 nkr, mit Outdoor-Waschraum 410/580 nkr, Apt. 800 nkr;) Die jungen Inhaber dieses großen, gut geführten Campingplatzes in traumhafter Fjordlage haben die Einrichtungen vergrößert und verbessert. Es gibt große Hütten mit Fußbodenheizung und Terrassen zum Fjord, zwischen Waldrand und Fjord aber auch ein paar für alle, die es einsamer mögen.

Kjørnes Camping liegt 3 km außerhalb von Sogndal, abseits der Rv5.

Sogndal Vandrerhjem HOSTEL €

(57 62 75 75; www.hihostels.no/sogndal; Helgheimsvegen 9-10; B/EZ/DZ mit Gemeinschaftsbad 310/410/620 nkr, DZ mit Bad 755 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug.) Das gut ausgestattete HI-Hostel ist in der Nähe der Brücke, die die Rv5 über den Fjord führt. Es hat nur im Sommer geöffnet; ansonsten wird es als Internat genutzt.

Loftesnes Pensjonat PENSION €€

(57 67 87 00; Fjøravegen; EZ/DZ 650/850 nkr) Die kleine zentral gelegene Unterkunft über dem China House Restaurant wird von den Besitzern des Restaurants geführt. Neun der zwölf Zimmer haben ein eigenes Bad und es gibt Einrichtungen für Selbstversorger sowie eine Dachterrasse.

★ Sogndal Lodge & Guiding HOSTEL €€

(57 62 99 88; www.sogndallodge.no; Almenningen 10; 2BZ/3BZ/4BZ mit Gemeinschaftsbad 850/1260/1600 nkr, ganzes Haus 3600 nkr) Das brandneue Hostel mit zwölf Betten hat schlichte Zimmer im skandinavischen Stil, denen nette Vintage-Fundstücke Charakter verleihen. Es liegt zwar mitten im Dorf, doch da die Besitzer Sigrid und Sander erfahrene örtliche Führer sind, ist es ein guter Ausgangspunkt, um die Landschaft ringsum zu erkunden.

Über die Lodge lassen sich Kajak-, Kletter- und Skitouren, Gletscherwanderungen und längere Trips organisieren. Sie bietet auch eine interessante kulinarische Tour an, die zu den traditionellen Lebensmittelproduzenten der Gegend führt. Außerdem gibt's Kajaks, Räder und Stehpaddelbretter zu leihen.

Hofslund Fjord Hotel HOTEL €€

(57 62 76 00; www.hofslund-hotel.no; EZ/DZ 1095/1395 nkr; P @) Dieses altehrwürdige 100-Betten-Haus feiert demnächst seinen 100. Geburtstag und wird seit vier Generationen von der gleichen Familie geleitet. Die Lage ist traumhaft; fast alle Zimmer haben Balkon und Fjordblick, der gepflegte Rasen fällt sanft zum Wasser ab.

Der Swimmingpool im Freien ist beheizt und den Gästen stehen ein Ruderboot und Angelausrüstungen kostenlos zur Verfügung. Das Restaurant hat ein Abendbüfett (295 nkr) mit gutem Preis-Leistungs-Verhältnis, das auch Nicht-Hotelgästen offensteht.

Galleri Krydder Kaffé CAFÉ €

(www.gallerikrydder.no; Parvegen 6; Salate 80–110 nkr, Sandwichs, 80–95 nkr; Mo–Fr 11–19, Sa & So 11–17 Uhr) Das freundliche Café in einer Kunstgalerie serviert garantiert einen guten Espresso – im Laufe des Tages schaut hier die halbe Stadt mal rein. Daneben können sich die Kinder auf Trampolin und Schaukeln vergnügen und auf der großen Terrasse kann man sich Salate, Sandwichs und Riesen-Brownies schmecken lassen.

Praktische Informationen

Touristeninformation (91 13 64 03; www.sognefjord.no; Hovevegen 2; Juni–Aug. Mo–Fr 10–22, So ab 11 Uhr, Mai & Sept. kürzere Öffnungszeiten) Sogndals nur in der Hauptsaison geöffnete Touristeninformation liegt fünf Gehminuten östlich vom Busbahnhof hinter einem Minimarkt und bucht auch Unterkünfte. Sie hat ein großes Angebot an Wanderkarten und regionalen Führern, verleiht Fahrräder (70 nkr pro Tag) und stellt Angelscheine (150 nkr) aus.

An- & Weiterreise

Sogndal hat den einzigen Flughafen am Sognefjord, mit zwei Flügen täglich von/nach Bergen und drei von/nach Oslo.

Schnelle Passagierschiffe verbinden Sogndal mit Balestrand (175 nkr, 45 Min., 1-mal tgl.) und Bergen (645 nkr, 4½ Std., 2-mal tgl.).

Busse fahren nach Kaupanger (32 nkr, 20 Min., bis zu 12-mal tgl.), Fjærland (73 nkr, 30 Min., bis zu 6-mal tgl.) und Balestrand (94 nkr, 1¼ Std., 3-mal tgl.).

Von Mitte Juni bis Ende August fahren zwei Busse täglich nordwärts via Jotunheimen-Nationalpark nach Lom (3¼ Std.) und Otta (4¼ Std.).

Solvorn & Umgebung

Das winzige Solvorn ist ein wahres Bilderbuchdorf am Fjord: spektakulär gelegen, einnehmend hübsch, ganz still und voller warmherziger, freundlicher Einwohner. Dazu kommt die Nähe zu einigen der besten Wander-, Fahrrad- und Paddeltouren der Region.

Es gibt zwei verschiedene, aber gleichermaßen schöne Unterkünfte, sodass man hier wunderbar ein paar Tage verbringen kann.

Aktivitäten

FjordSeal KAJAKFAHREN

(95 77 41 96; www.fjordseal.com; Erw./Kind 550/400 nkr; Touren Mai–Sept. tgl. 9.30 Uhr) Lust auf vier friedliche Paddelstunden auf dem spiegelglatten Lustrafjord oder auf einen Besuch bei einer Seehundkolonie? Dafür gibt's täglich geführte Kajaktouren von FjordSeal in Marifjøra, gleich abseits der Rv55, 17 km nördlich von Solvorn.

Mollandsmorki Circuit MOUNTAINBIKEN

Der 25 km lange Rundweg beginnt in Solvorn und besteht aus einer Mischung aus Asphalt-, Schotter- und Sandstraßen. Den größten Teil der Strecke hat man eine grandiose Aussicht. Einfach ist die Tour nicht, auf einigen Abschnitten sind die Straßen so schlecht, dass man absteigen und schieben muss, doch sie ist unglaublich lohnend. Obwohl sie nicht so lang ist, finden manche sie schöner als die Fahrradroute auf dem Rallarvegen (S. 217).

Schlafen

Eplet HOSTEL €

(41 64 94 69; www.eplet.net; Camping pro Pers. 100 nkr, B 200 nkr, EZ/DZ 500/600 nkr; Mai–Sept.; @) Inmitten einer üppigen Apfelplantage und umgeben von Himbeer- und Blaubeerbüschen liegt dieses ganz besondere Hostel in einem terrassierten Garten mit zwei rustikalen Holzgebäuden und ein paar Zeltplätzen. Die Fenster bieten herrlichen Blick auf den Lustrafjord – der nur aus der Hängematte im Garten noch schöner ist. Die Zimmer sind liebevoll mit regionalen Akzenten eingerichtet.

Alles, was Selbstversorger sich wünschen, ist vorhanden. Zudem gibt's hier eine kleine Biosaftfabrik, eine Krocketanlage, Lämmer zum Streicheln und kostenlose Fahrräder. Das Eplet führen Agnethe und Trond Henrik: Trond ist Umweltgeologe, erfahrener Traveller, Kletterer und begeisterter Langstreckenradfahrer. Er hat Tipps zu den besten Fahrradrouten und Wanderwegen in der Umgebung, darunter die außergewöhnliche Molden-Wanderung.

DIE SOGNEFJELLET-RUNDSTRECKE

Diese spektakuläre eintägige Rundfahrt folgt einem der schönsten Fjorde Norwegens, klettert ein ganzes Stück weit die als „Nationale Touristenstraße" ausgezeichnete Sognefjellstraße hinauf, schlängelt sich einspurig durch ein einsames und wenig besuchtes Hochland und führt dann in atemberaubendem Abstieg wieder bis auf Fjordhöhe hinunter. Die Runde ist nicht mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu bewältigen und Radfahrer sollten für die mehrtägige Tour topfit sein.

Von Sogndal geht es zunächst auf der Rv55 in Richtung Nordosten, immer am herrlichen Lustrafjord entlang, bis nach Skolden am Ende des Fjords. Etwa 5 km hinter dieser winzigen Siedlung beginnt die Straße, sich aufwärts zu winden. Sie folgt der alten Trasse eines Karrenwegs, über den jahrhundertelang Fisch und Salz von der Küste ins Landesinnere transportiert wurden, um sie gegen Eisen, Butter und Felle einzutauschen.

Am windgepeitschten Turtagrø geht die Fahrt noch weiter auf der Rv55 durch den Jotunheimen-Nationalpark, schraubt sich nach oben über den höchsten Straßenpass in Nordeuropa (1434 m) und endet schließlich in Lom.

Für die Rückfahrt nach Sogndal biegt man nach rechts von der Rv55 ab in Richtung Årdal. Die schmale als Tindevegen (Gipfelweg) bekannte Straße klettert bis über die Baumgrenze empor zum Pass (1315 m) und zu einem Mauthäuschen (75 nkr pro Fahrzeug). Dann schlängelt sie sich durch Birkenwälder abwärts zum smaragdgrünen Wasser des Årdalsvatnet und zum unscheinbaren Dorf Øvre Årdal. Von dort führt die Rv53 zur Fähre zwischen Fodnes und Mannheller und zurück nach Sogndal.

★Walaker Hotell HOTEL €€€
(☎57 68 20 80; www.walaker.com; DZ 2250–2700 nkr; ⊛Mai–Sept.; @📶) Das ehrenwerte, unglaublich atmosphärische Hotel direkt am Fjord ist Norwegens ältestes Familienhotel. Seit neun Generationen ist das 1640 erbaute Haus in der Hand der Nitters, und wahrscheinlich wird man vom jetzigen Besitzer Ole Henrik persönlich begrüßt. Das Hotel verteilt sich auf drei Gebäude. Im Hauptgebäude gibt's stimmungsvoll dekorierte, aber schlichte Zimmer mit antiken Tapeten, zwei Zimmer haben sogar freistehende Badewannen.

Im ältesten Gebäude, dem Tingstova-Flügel, befinden sich vier schöne historische Zimmer mit großartigen handbemalten Möbeln. Besonders hübsch sind der Rasen und der Garten, der allen offen steht – ein Juwel voller Flieder, Rosen, Apfel- und Kirschbäume.

Urnes

Stabkirche Urnes KIRCHE
(Erw./Kind 80/45 nkr; ⊛Mai–Sept. 10.30–17.45 Uhr) Norwegens ältestes Gotteshaus gehört zum Unesco-Weltkulturerbe. Sie steht am Fjordufer gegenüber von Solvorn und überblickt den Lustrafjord. Ursprünglich wurde sie um 1070 erbaut, der größte Teil der heutigen Kirche ist aber 100 Jahre jünger. Zu den Highlights zählen kunstvolle Holzschnitzereien an der Nordwand (kämpfende Tiere, stilisierte verschlungene Körper und abstrakte Motive), eine Art Recycling von Elementen der Ursprungskirche, sowie das einfache geschnitzte Kruzifix über dem Altarraum.

Im Eintrittspreis inbegriffen ist eine hervorragende 45-minütige Führung in englischer Sprache. Nicht trödeln: Wer zu spät kommt, verpasst die Führung. Da man die nächste Fähre direkt nach dem Besuch ohnehin nicht schafft, kann man beruhigt noch im Café Urnes Gard gleich unterhalb der Kirche entspannen.

Auch wer hier übernachten möchte oder Hunger hat, kann das Urnes Gard (www.urnes.no; EZ/DZ 400/700 nkr, Hütten & Apt. Mindestaufenthalt 3 Nächte 2500 nkr, Bettwäsche extra; ⊛Juni–Sept. 10.30–17.30 Uhr) ansteuern – mit bezaubernden Unterkünften in einstigen Ställen. Zur Wahl stehen eine Hütte, ein Apartment und Zimmer mit Frühstück. Die Hütte hat besonders viel Atmosphäre. Das Café serviert Körbchen mit frischem Obst vom Feld, hausgemachte Kuchen und eigene Säfte – Erdbeere, Himbeere, Stachelbeere und Blaubeere.

An- & Weiterreise

Eine Auto- und Passagierfähre (Erw./Kind/Auto 33/17/90 nkr, 20 Min.) pendelt stündlich von 9 bis 16.50 Uhr zwischen Solvorn und Urnes; die meisten Fahrer lassen ihr Auto lieber in Solvorn stehen.

Skjolden

500 EW.

Skjolden liegt am nördlichen Ende des Lustrafjords. Fjordstova ist das wichtigste Gebäude und beherbergt fast alles, was man braucht: die Touristeninformation, ein Café, einen Swimmingpool, eine Kletterwand und sogar einen Schießstand. Bei dem Stück Industrieschrott vor der Tür handelt es sich übrigens um eine Turbine aus dem Wasserkraftwerk Norsk.

Östlich von Skjolden verläuft die Rv55 zunächst neben dem traumhaft türkisblauen Wasser des Gletschersees **Eidsvatnet**. **Mørkridsdalen**, das Tal nördlich des Dorfs, bietet schöne Wandermöglichkeiten.

Zwischen 1913 und 1914 lebte der österreichische Philosoph Ludwig Wittgenstein im Dorf. Der Zauber der Fjorde verfehlte seine Wirkung offensichtlich nicht, denn dies war eines der produktivsten Jahre seines Lebens.

Schlafen

Vassbakken Kro & Camping CAMPINGPLATZ
(☎57 68 61 88; www.vassbakken.com; Auto-/Wohnwagenstellplatz 120/140 nkr plus 25 nkr pro Pers., Hütte mit Outdoor-Waschraum 480 nkr, Hütte mit Bad 850 nkr; ⊛Mai–Mitte Sept.) Dieser kleine Campingplatz an der Rv55, 3 km von Skjolden entfernt, liegt unterhalb eines rauschenden Wasserfalls. Neben dem beliebten Café-Restaurant gibt's auf dem Gelände auch ein **HI-Hostel** (☎57 68 61 88; www.hihostels.no/skjolden; B/EZ/DZ inkl. Frühstück 250 nkr/545/755 nkr), dessen Zimmer alle eigenes Bad haben.

Praktische Informationen

Touristeninformation (☎99 23 15 00; www.sognefjord.no; ⊛Mitte Juni–Mitte Aug. 11–19 Uhr; 📶) Verleiht Fahrräder (halber/ganzer Tag 75/120 nkr) und Kajaks (halber/ganzer Tag 75/140 nkr) und verkauft eine Broschüre (20 nkr) über markierte Wanderwege in der Gegend.

An- & Weiterreise

Drei- bis fünfmal täglich verbindet die Buslinie 153 Skjolden mit Sogndal (130 nkr, 1½ Std.).

Wer auf der Rv55 Richtung Norden fährt, sollte hier auf die Tankanzeige schauen; nach Skjolden kommt auf 77 Kilometern keine Tankstelle mehr.

JOSTEDALSBREEN

Lange Zeit konnte der mächtige Jostedalsbreen, der größte Gletscher des europäischen Festlands, den Naturgewalten widerstehen. Jahrelang war er immer noch stetig gewachsen, während weltweit die meisten Gletscher bereits schrumpften. Inzwischen befindet sich auch der Jostedalsbreen auf dem Rückzug.

Trotzdem ist er nach wie vor ein beeindruckender Koloss, der jährlich geschätzte 400 000 t Gestein abträgt. Mit einer Fläche von 487 km² und stellenweise einer Stärke von 600 m dominiert der Jostedalsbreen samt seinen vielen Ausläufern das Hochland der Provinz Sogn og Fjordane. Die Haupteisfläche und einige der nächsten Zungen sind als Jostedalsbreen-Nationalpark geschützt.

Die beste Wanderkarte für die Region ist die von Statens Kartverk herausgegebene *Jostedalsbreen Turkart* im Maßstab von 1:100 000. Die kostenlose Broschüre *Jostedalsbreen Glacier Walks*, erhältlich in Touristeninformationen und an vielen anderen Stellen, enthält eine umfassende Liste mit Gletscherwanderungen mit Schwierigkeitsgraden und Tourenveranstaltern.

Fjærland

310 EW.

Das Dorf Fjærland, auch als Mundal bekannt, am Ende des idyllischen Fjærlandsfjords lockt jährlich bis zu 300 000 Besucher an. Die meisten kommen hierher, um die zwei besonders gut zugänglichen Gletscherzungen – Supphellebreen und Bøyabreen – zu bestaunen. Die übrigen sind Bücherwürmer. Der winzige Ort, bekannt als Norwegens **„Buchstadt“** (www.bokbyen.no), ist der Traum aller Bibliophilen – mit einem Dutzend Geschäften, die eine breite Palette gebrauchter Bücher verkaufen. Zwar sind die meisten auf Norwegisch, aber es sind auch einige in anderen europäischen Sprachen dabei.

Das Dorf verfällt ab Oktober praktisch in Winterschlaf, erwacht aber Anfang Mai plötzlich wieder zum Leben, sobald die Fähre ihren Betrieb aufnimmt.

Sehenswertes

Supphellebreen GLETSCHER

Bis auf 300 m kann man an den Supphellebreen-Gletscher heranfahren und dann direkt hinaufsteigen und das Eis anfassen. Für die Podien bei den Olympischen Winterspielen 1994 in Lillehammer wurden Eisblöcke von hier verwendet.

Bøyabreen GLETSCHER

Der knarrende blaue Bøyabreen ist noch um einiges spektakulärer als der hinter dem Berg im Osten gelegene Supphellebreen. Wer Glück hat, sieht hier vielleicht sogar das Kalben eines Gletschers, wenn nämlich ein dicker Brocken in den Schmelzwasserteich unterhalb der Gletscherzunge stürzt.

★Norwegisches Gletschermuseum MUSEUM

(Norsk Bremuseum; ☎57 69 32 88; www.bre.museum.no; Erw./Kind 120/60 nkr; ⏲Juni–Aug. 9–19 Uhr, April, Mai, Sept. & Okt. 10–16 Uhr) Alles über die Geschichte des fließenden Eises, und wie es die norwegische Landschaft geformt hat, erfährt man in diesem toll gemachten Museum, 3 km landeinwärts vom Fähranleger Fjærland. Es vermittelt, wie Fjorde entstehen, zeigt eine 20-minütige audiovisuelle Präsentation über den Jostedalsbreen, Besucher dürfen tausendjähriges Eis anfassen, durch einen Kunsteistunnel krabbeln und sogar den Stoßzahn eines sibirischen Wollmammuts bewundern, das vor 30 000 Jahren sein eiskaltes Ende fand.

Aktivitäten

Kajakfahren

Fjærland Kayak & Glacier KAJAKFAHREN

(☎92 85 46 74; www.kayakandglacier.com; Sandaneset; ⏲Mai–Aug. 10–16 Uhr oder nach Vereinbarung) In der kleinen Hütte am Fjord kann man Kajaks, Kanus, Motor- und Ruderboote ausleihen oder an einer der täglichen Kajaktouren teilnehmen, die zwischen 2½ Std. (420 nkr) und einem ganzen Tag (950 nkr) dauern.

Wandern

In der Touristeninformation gibt's das kostenlose Infoblatt *Escape the Asphalt* mit zwölf Wanderrouten in der Region zwischen 30 Minuten und drei Stunden Dauer. Wer es genauer wissen will, nimmt noch die Karte *Turkart Fjærland* (80 nkr) im Maßstab 1:50 000 dazu, mit Routenbeschreibungen und eingezeichneten Wanderwegen. Und dann: Wanderschuhe an und los! Die meisten Wege folgen den Pfaden, die bis vor Kurzem noch von einheimischen Schafhirten genutzt wurden, wenn sie ihre Herden zu den höher gelegenen Weiden trieben.

ABSTECHER

ZWISCHENSTOPP IN LUSTER

Luster am Nordufer des Lustrafjords (auch Lusterfjord genannt) zwischen Solvorn und Skjolden bietet sich für einen kurzweiligen Zwischenstopp an, denn es offeriert sowohl göttliche als auch sehr irdische Stärkung.

Lustrabui (www.lustrabui.no; Luster; Mo–Fr 7–17, Sa bis 15 Uhr) Die beiden einheimischen Damen hinter der Theke dieser traditionellen Bäckerei haben eine Ausbildung bei Morten Schakenda von der Bakeriet i Lom's absolviert, der als bester Bäcker Norwegens gilt. Der Natursauerteig wird immer per Hand und mit einem Minimum an Zutaten geknetet, doch der große Magnet, der Kunden aus nah und fern herlockt, sind die süßen Sachen. An Tischen kann man die *skillingsbollar* (süße Brötchen) und Zimtstrudel sofort genießen und auch einen Espresso trinken.

Dale Kyrkje (Luster; 10–20 Uhr) Viel Beachtung finden in Norwegen die fantastischen hölzernen Stabkirchen, dennoch sollte man auch dieses kleine Juwel, eine mittelalterliche Pfarrkirche aus Stein, nicht übersehen. Sie wurde um 1250 hauptsächlich im gotischen Stil erbaut. Der hölzerne Turm und das kunstvoll bemalte Westportal (das Werk des anonymen Kirchenkünstlers „Nils der Maler") kamen Anfang der 1600er-Jahre hinzu. Das Kruzifix über dem Chorbogen und die vielfarbige Kanzel stammen aus den ersten Tagen der Kirche.

Die naiven Altarraum-Malereien aus dem 16. Jh. wurden erst in den 1950er-Jahren entdeckt, als der Kalkanstrich entfernt wurde.

Schlafen & Essen

Bøyum Camping CAMPINGPLATZ €

(57 69 32 52; www.boyumcamping.no; Stellplatz 190 nkr, B 200 nkr, DZ ohne Bad 315–400 nkr, 4-/8-Bett-Hütten 890/1100 nkr; Mai–Sept.) Dieser Platz beim Gletschermuseum, 3 km vom Fähranleger Fjærland entfernt, hat für jeden Geldbeutel und Geschmack etwas zu bieten – nicht zuletzt einen grandiosen Blick zum Bøyabreen-Gletscher am Ende des Tals.

★Hotel Mundal HOTEL €€€

(57 69 31 01; www.hotelmundal.no; EZ/DZ 850/1200 nkr, EZ/DZ mit Blick zum Wasser 1200/2100 nkr; Mai–Sept.; P @) 1891 erbaut und immer noch von der gleichen Familie geführt, besitzt dieses schöne Hotel nach wie vor einen Großteil seiner ursprünglichen Ausstattung: Originalmöbel wie das eine oder andere Wiener Thonet-Stück, Gemälde, Teppiche, von lokalen Handwerkern gefertigte Lederarmsessel und die „moderne" Nachbildung eines Salons der 1920er-Jahre. Die Zimmer sind traditionell, aber freundlich und hell eingerichtet.

Für 500 nkr extra kann man in dem einzigen Turmzimmer mit Panoramablick auf Fjord und Gletscher nächtigen. So illustre Gestalten wie der ehemalige US-Vizepräsident Walter Mondale (dessen Familie aus Mundal stammt) und die Königin von Norwegen haben auch schon hier geschlafen, allerdings nicht gleichzeitig, wie uns die charmante Dame an der Rezeption versicherte. Das Restaurant serviert sorgfältig zubereitete traditionelle norwegische 4-Gänge-Menüs (360 nkr). Nichtgäste müssen bis spätestens 18 Uhr reservieren. An einer Wand des **Kafè Mikkel**, dem Bergsteiger-Café im Haus, hängt eine beeindruckende Riesenkarte des Sognefjords aus dem Jahr 1898.

Brævasshytta Cafeteria CAFÉ €

(Mai–Sept. 8–20 Uhr) Die Brævasshytta, die in die Moräne des jüngsten Gletschervorschubs des Bøyabreen gebaut wurde, ist unbedingt einen Besuch wert, wenn auch bloß für eine Tasse Kaffee. Mit dem Gletscher direkt vor Augen ist das wie ein Picknick in einem IMAX-Kino – nur in echt.

Praktische Informationen

Touristeninformation (57 69 32 33; www.fjaerland.org; Juni–Aug. 10–18 Uhr, Sept.–Mai 10–16 Uhr) Fjærlands ausnehmend freundliche Touristeninformation befindet sich im Buchladen Bok & Bilde an der Hauptstraße, 300 m von der Fähranlegestelle entfernt. Am Haupteingang hängt eine vollständige Liste aller Übernachtungsmöglichkeiten inklusive der Preise. Außerdem gibt's einen Fahrradverleih (halber/ganzer Tag 40/160 nkr) und man kann sich nach Fähr- und Bustouren nach Balestrand erkundigen, die Gletscher- und Museumsbesuch beinhalten.

An- & Weiterreise

Autofähren (einfach/hin & zurück 275/360 nkr, 1¼ Std.) verkehren im Juli und August zweimal

täglich zwischen Balestrand und Fjærland; im Mai, Juni und September fährt täglich eine Passagierfähre.

Busse fahren am Ort vorbei und halten an der Rv5 in der Nähe des Gletschermuseums. Drei bis sechs pro Tag fahren von/nach Sogndal (73 nkr, 30 Min.) und Stryn (200 nkr, 2 Std.).

Jostedalen & Nigardsbreen

Das Jostedalen erstreckt sich nördlich von dem am Lustrafjord gelegenen Gaupne. Der schmale Streifen liegt zwischen zwei Nationalparks: dem schon lange etablierten Jostedalsbreen im Westen und dem Nationalpark Breheimen im Osten. Die spektakuläre Fahrt folgt dem milchig-türkisfarbenen Fluss, der von der Ostflanke des Nigardsbreen herunterströmt.

Von den Ausläufern des Jostedalsbreen, die vom Tal aus zu sehen sind, ist der Nigardsbreen der eindrucksvollste und am leichtesten zu erreichen, zudem bietet er die besten Gletscherwanderungen.

Erfahrene Wanderer, die den Gletscher in Ruhe genießen (aber nicht besteigen!) wollen, können der Straße weiter aufwärts folgen, vorbei an den verästelten Gletscherströmen bei Fåbergstølsgrandane bis zu einem Damm, der den Gletschersee Styggevatnet aufstaut. Unterwegs sind mehrere eindrucksvolle Gletscherzungen zu sehen und Täler locken mit hervorragenden Gelegenheiten zum Wandern durch die Wildnis.

Sehenswertes

Besucherzentrum Breheimsenteret MUSEUM

(57 68 32 50; www.jostedal.com; Erw./Kind 60 nkr/frei; Mitte Juni–Aug. 9–18 Uhr, Mai–Mitte Juni & Sept. 10–17 Uhr) In Jostedals Besucherzentrum befinden sich ein kleines Museum mit Ausstellungen zur Geologie, ein Laden und ein Café mit spektakulärer Aussicht auf das Tal, das sich bis zur blauen Gletscherzunge hinunterwindet. Auf der Website stehen alle Anbieter von Touren und Aktivitäten.

Aktivitäten

Reservierungen sind jeweils direkt beim Anbieter oder im Besucherzentrum möglich.

Ice Troll GLETSCHERTOUREN

(97 01 43 70; www.icetroll.com; 6-stündige Exkursion 750 nkr, mit Übernachtung 1500 nkr) Andy aus Neuseeland hat bereits zehn Jahre Gletschertour-Erfahrung auf dem Nigardsbreen. Sein Team hat wirklich originelle Touren im Programm, bei denen es per Kajak zu entlegenen Orten geht.

Die meisten sind für Anfänger ebenso wie für Erfahrene geeignet, außerdem gibt's einen Motorbootausflug für Familien mit kleinen Kindern. Die gesamte Ausrüstung zum Kajakfahren und Gletscherwandern wird bereitgestellt. Im Angebot sind auch Übernachtungen und zweitägige Ausflüge.

Riverpig RAFTING

(www.riverpig.no; Rafting 800 nkr; Juni–Sept.) Riverpig bietet neben Wildwasserfahrten (800 nkr) für die wirklich hartgesottenen Kunden auch Riverboarding auf dem Jostedal-Fluss (1300 nkr).

Jostedalen Breførarlag GLETSCHERTOUREN

(57 68 31 11; www.bfl.no; Touren 260–760 nkr) Führt mehrere Gletscherwanderungen auf dem Nigardsbreen. Die leichteste ist die Familienwanderung zum Gletschertor, mit kurzem Ausflug auf die Zunge (ca. 1 Std. auf dem Eis, Erw./Kind 260/130 nkr). Im Preis für die zwei- (460 nkr), drei- (525 nkr) bzw. fünfstündige Wanderung (760 nkr) übers Eis ist eine kurze Bootsfahrt über den Nigardsvatnet enthalten.

Schlafen & Essen

Die reizvollsten Unterkünfte im Tal werden von zwei faszinierenden und freundlichen Schwestern geleitet.

★ **Jostedal Camping** CAMPINGPLATZ €

(57 68 39 14; www.jostedalcamping.no; Auto-/Wohnmobilstellplatz 180/190 nkr, Hütten 390–1300 nkr;) Astrid, die viele Jahre im Ausland reiste und arbeitete, ist in ihr Heimatdorf zurückgekehrt und führt zusammen mit ihrem Partner diesen idyllischen, sehr gepflegten Campingplatz direkt am Fluss Jostedal. Die Einrichtungen sind tadellos: mit schöner neuer Terrasse, Gemeinschaftsküche und Aufenthalts- und Speiseraum mit raumhohen Fenstern und Blick auf den munter rauschenden Fluss.

Alle Hütten sind gepflegt, sauber und gemütlich, besonders schick aber ist die Hütte mit drei Schlafzimmern. Astrid hat verschiedene Touren in der Umgebung selbst erschlossen und gibt gern Tipps zu möglichen Routen, Im Winter ist der Platz ein toller Ausgangspunkt für Skitouren abseits der Pisten.

Jostedalsbreen-Nationalpark



Jostedal Hotel

HOTEL €€

(☎ 57 68 31 19; www.jostedalhotel.no; EZ 820 nkr, DZ 1070 nkr, FZ 1320 nkr; @) Das sympathische Hotel 2,5 km südlich des Besucherzentrums Breheimsenteret wird seit drei Generationen von der gleichen Familie geführt, gegenwärtig von Laila. Die frisch renovierten Zimmer mit schöner Aussicht sind sehr komfortabel. Es gibt auch Familienzimmer (1360 nkr) für bis zu fünf Personen mit Ausstattung für Selbstversorger.

Auch wer hier nicht übernachtet, kann im Café den Blick aufs Tal genießen und mittags oder abends hier essen. Fleisch, Milch und Gemüse für das Restaurant kommen vom eigenen Hof.

SCHIFF VERPASST?

Wer das Pech hat, die letzte Fähre zurück über den Nigardsvatnet zu verpassen, kann immer noch selbst paddeln: Für Wagemutige steht am Landesteg immer ein Ruderboot zur Verfügung.

Anreise & Unterwegs vor Ort

Wer mit dem Auto unterwegs ist, verlässt die Sognefjellet-Straße Rv55 bei Gaupne und folgt der Rv604 nordwärts das Jostedal hinauf.

Von Ende Juni bis Ende September verkehrt **Jostedalsbrebussen** (Linie 160; Gletscherbus; www.jostedal.com/brebussen; Erw./Kind 136/68 nkr) von Sogndal (mit Anschluss an Flåm, Balestrand und Lærdal) über Solvorn zur Spitze des Nigardsbreen-Gletschers; Abfahrt ist um 8.45 Uhr, Rückfahrt um 16.50 Uhr.

Vom Besucherzentrum Breheimsenteret aus führen eine 3,5 km lange Mautstraße (35 nkr pro Fahrzeug) und ein schöner Fußweg mit Infotafeln zum Parkplatz am Nigardsvatnet, dem See an der Spitze des Gletschers. Von Mitte Juni bis August pendelt eine Fähre (hin & zurück 48 nkr; 10 bis 18 Uhr) über den See. Vom Landesteg aus führt ein strammer Fußmarsch zur Gletscherwand.

Briksdalsbreen

Von der kleinen Stadt **Olden** (S. 231) am Ostende des Nordfjords führt eine herrliche Straße 23 km das Oldedalen entlang, am Brenndalsbreen vorbei und dann zu den beiden Gletscherzungen Melkevollbreen und Briksdalsbreen. Briksdalsbreen ist bequemer zu erreichen und ein beliebtes Reisebus-Ziel. Dieser Gletscher ist ganz schön in Bewegung: 1997 streckte er seine Zunge weiter heraus als in den ganzen 70 Jahren davor, um sie dann plötzlich wieder um 500 m zurückzuziehen. Seit 2005 bekommt der Bereich, auf dem die Gletschertouren stattgefunden hatten, allmählich Risse und Spalten. Im Moment finden daher keine geführten Wanderungen auf dem Briksdalsbreen statt. Aber kapriziös, wie er ist, kann sich das wieder ändern.

Zum Briksdal-Gletscher sind es hin und zurück etwa 5 km. Er ist entweder über einen ziemlich steilen Pfad oder einen sanfteren, aber längeren Feldweg zu erreichen. Die traditionellen Pferdekutschen, die über 100 Jahre lang Passagiere auf dieser Strecke beförderten, verkehren heute leider nicht mehr, aber **Oldedalen Skyss** (✆ 57 87 68 05; www.oldedalen-skysslag.com) hat „Troll-Wagen" im Angebot, die eher an überdimensionale Golfcaddies erinnern (195 nkr pro Pers.). Von ihrer Endstation sind es auf einem holprigen Weg noch 15 Minuten zu Fuß, bis das Eis zu sehen ist. Um wirklich dicht heranzukommen, bietet Briksdal Adventure (S. 236) im Sommer ungefähr stündlich geführte Schlauchboot-Touren an (Erw./Kind 250/125 nkr). Sowohl die Troll-Wagen als auch die Schlauchboote sollte man unbedingt vorher reservieren, da Reisegruppen oft alle Plätze belegen.

Schlafen & Essen

Melkevoll Bretun CAMPINGPLATZ €€
(✆ 57 87 38 64; www.melkevoll.no; Stellplatz 170 nkr, Hütten 700–800 nkr, mit Outdoor-Waschraum 350 nkr; ⏲ Mai–Sept.) Hier gibt es nicht einen ungünstigen Platz: Im Süden streckt der Melkevollbreen-Gletscher seine Zunge raus, im Westen stürzt sich der lang gestreckte Volefossen-Wasserfall in die Tiefe, im Norden glitzert der Oldevatnet und im Osten verstellt der Briksdalsbreen den Horizont.

Sehr gut ausgestattet sind die größeren Hütten, die wesentlich einfacheren Camphütten sind total süß mit 70er-Folk-Elementen gestaltet, die in ein Hipster-Magazin passen würden. Es gibt eine herrlich grüne Campingfläche mit viel Abstand zwischen den einzelnen Stellplätzen, vielleicht erwischt man auch eine „Steinzeithöhle" (125 nkr) mit Felsbett und Rentierfellen.

Briksdalsbre Fjellstove BERGHÜTTE €€
(✆ 57 87 68 00; www.briksdalsbre.no; EZ/DZ 890/1190 nkr, 4-Bett-Hütte 980 nkr) Die gemütliche Berghütte hat sechs komfortable Zimmer und ein Café-Restaurant, das Köstlichkeiten wie Forelle (200 nkr) und Rentier (260 nkr) auftischt.

An- & Weiterreise

Zwischen Juni und August fährt ein Bus von Stryn nach Briksdal (75 nkr, 1 Std., 1- bis 2-mal tgl.) ab, der unterwegs in Loen und Olden hält.

Kjenndalsbreen & Bødalsbreen

Nach 21 wunderschönen Kilometern vom Nordfjord-Dörfchen Loen durch das Lodalen, ein Paralleltal des Oldedalen, erreicht man den **Kjenndalsbreen**. Von den vier bekanntesten Gletscherzungen wird er vermutlich am seltensten besucht. Allerdings konkurriert er mit dem Nigardsbreen um die schönste Anfahrt, wenn man den intensiv türkisfarbenen Gletschersee Lovatnet entlangfährt. Nach der Mautstation (40 nkr) kommt ein herrliches Fleckchen, wo man eine Kleinigkeit essen und Fahrräder, Kanus und Ruderboote ausleihen kann. Ganz allein wird man nicht sein, aber es ist deutlich weniger los als auf der anderen Seite des Berges in Briksdal.

Der **Bødalsbreen**, ein kurzes Seitental im Osten hinauf, bietet ein paar gute Wandermöglichkeiten.

Schlafen

Sande Camping CAMPINGPLATZ €
(✆ 57 87 45 90; www.sande-camping.no; Loen; Stellplatz 225 nkr, 2-/4-Bett-Hütten 450/600 nkr, Apt. 950 nkr) In der herrlichen Umgebung des Sande Camping am Nordende des Lovatnet gibt es genügend Aktivitäten, um es dort einen oder zwei Tage auszuhalten. Der Platz hat eine kostenlose Sauna und verleiht Ruderboote, Kanus und Fahrräder. Das kleine **Café-Restaurant** tischt fangfrischen Fisch aus dem See auf – wer will, kann auch selbst mal den Angelhaken reinhängen (Angel 70 nkr pro Tag).

Die Apartments wirken angesichts der Lage befremdlich großstädtisch, doch die Hütten sind weiter zuverlässig traditionell.

Aktivitäten

Briksdal Adventure ABENTEUERTOUREN
(Info 57 87 68 00; www.briksdal-adventure.com; Mai–Sept.) Briksdal Adventure, auch unter dem Namen Briksdal Breføring bekannt, befindet sich am Ende der Asphaltstraße am Briksdalsbre Fjellstove, der nächsten Gletscherzunge nördlich vom Briksdalsbreen, und veranstaltet jeden Tag fünf- bis sechsstündige geführte Gletscherwanderungen (600 nkr). Sie beginnen um 10 Uhr und führen etwa die Hälfte der Zeit übers Eis.

VOM NORDFJORD ZUR KÜSTE

Für die meisten Besucher ist der 100 km lange Nordfjord nur eine Station zwischen Sognefjord und Geirangerfjord. Denn diese beiden beliebten Fjorde sind durch eine Straße verbunden, die um das eine Ende des Nordfjords herum und durch die Ortschaften Byrkjelo, Olden und Loen bis in die Stadt Stryn führt.

Stryn, Olden und Loen sind selbst nicht besonders interessant, eignen sich aber gut als Basis für Besuche der spektakulären Gletscher Briksdalsbreen und Kjenndalbreen.

Olden

498 EW.

Olden ist sozusagen das Tor zum Briksdalsbreen. Die Landkarte *Olden og Oldendalen* (50 nkr; 1:50 000) zeigt und beschreibt 15 markierte Wanderwege.

Schlafen

Auf dem Weg zum Briksdalsbreen liegen mehrere Campingplätze, oft an traumhaft schönen Stellen.

Olden Fjordhotel HOTEL €€€
(57 87 04 00; www.olden-hotel.no; EZ/DZ 1200/1750 nkr; Mai–Mitte Sept.) Das Haus ist zwar groß und belebt, doch der Empfang ist freundlich und die meisten Zimmer haben Balkon und Blick zum Fjord.

Praktische Informationen

Touristeninformation (57 87 31 26; www.nordfjord.no; Mitte Juni–Mitte Aug. 10–16 Uhr) Neben dem Supermarkt am Fjord; hier gibt's eine kostenlose Karte mit Wandervorschlägen.

Loen

398 EW.

Loen am Beginn des grandiosen Lodalen ist wie das nahe gelegene Olden ein Tor ins Gletscherreich. Von dem winzigen Dorf aus führen Straßen zu den spektakulären Gletscherzungen des Bødalen und des Kjenndalen.

Und wie Olden ist es ebenfalls eine gute Basis für Wandertouren. Die Karte *Walking in Loen & Lodalen* im Maßstab 1:50 000 (50 nkr) beschreibt 20 Tagestouren. Eine anstrengende, aber phänomenale Tour führt zum Skålatårnet-Turm auf dem Gipfel des 1848 m hohen Skåla. Der Wanderweg beginnt an einem ausgeschilderten Parkplatz 2,5 km östlich von Loen und nimmt etwa sieben bis acht Stunden in Anspruch – auch wenn beim jährlichen Bergrennen La Sportiva Skaala eine Rekordzeit von unter einer Stunde und zehn Minuten erreicht wurde.

Schlafen & Essen

Lo-Vik Camping CAMPINGPLATZ €
(57 87 76 19; www.lo-vik.no; Stellplatz 220 nkr, 4-Bett-Hütten mit Outdoor-Waschraum 495 nkr, mit Bad 695–1290 nkr; Mai–Sept.) Auf diesem Campingplatz im Stadtzentrum sucht man sich am besten ein Fleckchen am friedlichen grünen nördlichen Ende beim Fjord, das weit genug vom Verkehrslärm entfernt liegt.

Hotel Alexandra HOTEL €€€
(57 87 50 00; www.alexandra.no; EZ/DZ inkl. Frühstück ab 1670/2540 nkr; P @) Das Ferienzentrum, ein ausgewachsenes Resort, beherrscht den Tourismus des Tales und ist der Brennpunkt des Geschehens in Loen. Hier gibt's zwei Restaurants, zwei Cafés, Bars, einen Nachtclub, Schwimmbäder (in der Halle und draußen), ein Wellness- und ein Fitnesscenter, einen Tennisplatz und einen Jachthafen. Das Hotel wird seit 1884 von der gleichen Familie geführt – mittlerweile in fünfter Generation.

Hotel Loenfjord HOTEL €€€
(57 87 50 00; www.loenfjord.no; EZ/DZ inkl. Frühstück ab 1210/1640 nkr; Juni–Sept., Okt.–Mai nur Fr–So; P @) Das Hotel gehört zum Alexandra und bietet Zimmer am Wasser, die jedoch etwas billiger sind. Es beleidigt das Auge um einiges weniger, ist nicht so überlaufen und vermietet Fahrräder und Ruderboote.

Stryn

2300 EW.

Die kleine Stadt Stryn, de facto Hauptstadt des oberen Nordfjords, ist ein modernes regionales Zentrum. Sie ist recht weitläufig, doch am Fluss stehen noch ein paar der originalen Holzhäuser. Außerdem ist die Atmosphäre nach einer Zeit in der Wildnis erfrischend reell und belebend.

Schlafen

Stryn Camping CAMPINGPLATZ €

(☎ 57 87 11 36; www.stryn-camping.no; Bøavegen 6; Stellplätze 180/260 nkr, 4-Bett-Hütten mit Outdoor-Waschraum 350 nkr, 3-/6-Bett-Hütten mit Bad 750/1050 nkr; ⏲ ganzjährig) Die Einrichtungen des sauberen Stryn Camping sind gut in Schuss und die Begrüßung ist freundlich. Er liegt am östlichen Ende der Stadt, nur zwei Häuserblocks von der Hauptstraße bergauf.

Stryn Vertshus B&B B&B €€

(☎ 57 87 05 30; www.strynvertshus.no; EZ/DZ 750/1250 nkr; 📶) Das beliebteste Café des Orts bietet oben fünf einfache Zimmer, alle mit eigenem Bad. Fred und Anne sind sehr herzliche Gastgeber und das hundert Jahre alte Haus hat viel Charme.

Visnes Hotel HOTEL €€€

(☎ 57 87 10 87; www.visneshotel.no; Prestestegen 1; EZ 900 nkr, DZ 1495 nkr; ⏲ Mitte Mai–Sept.; 🅿 📶) Das Visnes wird seit sechs Generationen von der gleichen Familie geleitet. Es hat zwei völlig verschiedene denkmalgeschützte Gebäude, die meisten Zimmer befinden sich im größeren aus dem Jahr 1850. Es ist im Originalstil, aber mit rustikaler Zurückhaltung eingerichtet. Die teureren Zimmer gewähren umwerfenden Fjordblick. Auch mehrere große Familienzimmer (1950 nkr) sind zu haben.

Wer sich wahrhaft königlich fühlen will, nimmt sich eines der Zimmer im kleineren „Drachenstil"-Gebäude von 1890, in dem schon König Rama V. von Siam 1908 nächtigte, oder das Zimmer, in dem 1913 König Oscar von Schweden und Norwegen abgestiegen ist. Das Restaurant im größeren Hotelgebäude serviert traditionelle Gerichte aus regionalen Zutaten.

Essen & Ausgehen

★ Stryn Vertshus CAFÉ, RESTAURANT €€

(☎ 57 87 05 30; www.strynvertshus.no; Tonningsgata 19; Hauptgerichte 180–230 nkr; ⏲ Mo–Do 9–1, Fr & Sa bis 2, So 11–20 Uhr) In diesem fröhlichen Dorftreffpunkt mit blumengeschmückter Terrasse gibt's den besten Kaffee des Orts (aus italienischen Illy-Bohnen, zudem arbeiten hier wechselnde europäische Baristas), zum Mittagessen leckere Burger und Salate (beide 130 nkr) sowie Tapas-Teller (210 nkr), Steaks (180 nkr) und Pasta (160 nkr).

Bryggja FISCHRESTAURANT €€

(☎ 90 16 81 34; www.bryggja.info; Perhusvegen 11; Hauptgerichte 170–310 nkr; ⏲ Mitte Juni–Aug. 18–24, So ab 16 Uhr) Die herrliche Lage am Fluss lässt sich am besten auf der winzigen Terrasse genießen. Wenn es regnet, sitzt man geschützt unter einem Segeldach. Der Fisch wird einfach zubereitet, genau wie die Des-

DIE LOVATNET-KATASTROPHEN

Beim Aufstieg durch das Lodal sieht man riesige Felsblöcke – scheinbar Inseln –, die den See fast in der Mitte zerteilen. Das sind die Felsen, die bei drei katastrophalen Ereignissen vom Ramnefjell herabgedonnert und hier gelandet sind. Der erste löste 1905 eine Flutwelle aus, die 63 Menschen aus dem Leben riss (nur neun von ihnen konnten je geborgen werden) und das Dampfschiff *Lodalen* 400 m weit aufs Trockene warf. 1936 brachen erneut geschätzte 1 Mio. Kubikmeter Gestein herab; diesmal tötete die Welle 72 Menschen und hob den Dampfer noch höher hinauf. Der dritte Abgang im Jahr 1950 hinterließ lediglich eine tiefe Narbe am Hang und forderte glücklicherweise keine Menschenleben.

Der blau markierte *Pilgrimssti* (Pilgerpfad) führt durch einen Birkenwald steil abwärts zu einem einfachen Holzkreuz. Hier stand einst die Gedenkstätte für die Opfer der Katastrophe von 1905, die 1936 selbst in die Tiefe gerissen wurde. Der Pfad beginnt 100 m vor einem Wegweiser zur Mautstraße auf den Kjenndalsbreen. Unterwegs kommt man an diversen Tafeln mit erbaulichen Bibelzitaten vorbei – und auch am rostenden Wrack der Lodalen, dem Seedampfer, der von den Flutwellen der ersten beiden Katastrophen hierhergetragen wurde. Die Rundwanderung dauert 35 bis 45 Minuten.

serts, etwa der gute Schokoladenfondant. Das nautisch gestaltete Lokal ist sehr klein (nur 30 Plätze, Reservierung empfohlen).

Base Camp BAR
(1. OG Tonningsgata 31; Sa 22–2.30 Uhr) Stryns beliebteste Bar liegt an der Hauptstraße und verwandelt sich im Lauf der Nacht in eine Disco.

An- & Weiterreise

Expressbusse fahren folgende Ziele an:
- Måløy (240 nkr, 2 Std., 3-mal tgl.)
- Ålesund (255 nkr, 3¾ Std., 1- bis 4-mal tgl.) über Hellesylt (105 nkr, 1 Std.), mit Anschluss zur Fähre nach Geiranger
- Bergen (538 nkr, 6¾ Std., 3-mal tgl.) über Loen (52 nkr, 10 Min.) und Olden (59 nkr, 15 Min.),

Florø

8450 EW.

Florø ist Norwegens westlichste Stadt und eine nette, wenn auch schläfrige Siedlung, in deren Wappen bezeichnenderweise drei Heringe prangen.

Heute lebt Florø jedoch in erster Linie vom Erdöl. Die große Fjordbasis nordöstlich der Stadt kümmert sich um das riesige Ölfeld Snorreankeret vor der Küste. Weitere Einnahmequellen sind die Fischzucht, der Schiffsbau – und natürlich der Hering, einst Lebensgrundlage von Florø, auch wenn er heute nur noch eine untergeordnete Rolle spielt.

Von der Florø Ungdomsskule am Havrenesveien führt ein leichter zehnminütiger Aufstieg auf den Berg Storåsen, der einen schönen Ausblick bietet.

Vor der Küste liegen mehrere Inseln, die örtliche Fähren ansteuern, sie bieten sich an für einen stimmungsvollen Tagesausflug zu bedeutenden historischen Stätten, an denen man zugleich die unglaubliche Schönheit der Natur erleben kann.

Sehenswertes

Rund um die Hauptstraße Strandgata sind die wichtigsten Holzhäuser aus dem 19. Jh. gut beschildert und sowohl auf Norwegisch als auch auf Englisch dokumentiert.

Küstenmuseum MUSEUM
(Sogn og Fjordane Kystmuseet; 57 74 22 33; kyst.museum.no; Brendøyvegen; Erw./Kind 60/30 nkr; Juni–Aug. Mo–Fr 11–18, Sa & So 12–16 Uhr, Sept.–Mai Mo–Fr 10–15, Sa & So 12–15 Uhr) Eine Abteilung der Stiftung „Museen in Sogn und Fjordane“ Das erste Museumsgebäude widmet sich der Fischerei, inklusive einem Modell des typischen Wohnhauses einer Fischerfamilie um 1900, und dokumentiert die Anfänge der Insel als kleine Station des Heringshandels vor 150 Jahren. Ein zweites Museum beherbergt eine Sammlung typischer Küstenboote. In einem Bau, der aussieht wie Norwegens erste Ölbohrinsel, illustriert die Ausstellung Snorreankeret die Erkundung und Erschließung der Öl- und Gasvorkommen unter dem Boden der Nordsee.

Aktivitäten

Bootsfahrten

Florø Rorbu (57 74 81 00; www.florbu.com; Krokane Kai) vermietet Motorboote (200–400 nkr pro Tag) und Seekajaks (200 nkr pro Tag), **Krokane Camping** (57 75 22 50; www.krocamp.no) Ruderboote (100 nkr pro Tag) und Motorboote (ab 200/300 nkr für 3 Std./pro Tag).

Wandern & Radfahren

Die Touristeninformation verkauft das nützliche Büchlein *Cycling in Florø* (10 nkr) und Kartenblätter mit Wanderungen in der Umgebung.

Geführte Touren

Von Juni bis August organisiert die Touristeninformation ein paar interessante Führungen. Infos dazu gibt das Faltblatt über Sommeraktivitäten.

Schlafen

Florø Rorbu APARTMENTS €
(91 39 28 88; www.florbu.com; Krokane Kai; Apt. 650–1000 nkr) Diese ausgezeichneten und komplett ausgestatteten Wohnungen haben an einer kleinen Bucht ihre eigene Anlegestelle. Gäste des Familienbetriebs können ein Boot oder Kajak mieten und über den Fjord kreuzen.

Krokane Camping CAMPINGPLATZ €
(57 75 22 50; www.krocamp.no; Stellplatz 150 nkr, 2-/4-Bett-Hütten 450/550 nkr, 5-/6-Bett-Hütten 675/975 nkr, alle mit Bad;) Der Platz liegt auf einer bewaldeten Halbinsel 2,5 km östlich der Stadt. Traumhaft ist die Wiese am Strand, allerdings liegt sie ein ganzes Stück von den Toiletten entfernt.

Quality Hotel Florø HOTEL €€
(57 75 75 75; www.nordicchoicehotels.no; Hamnegata 11; EZ/DZ ab 1100/1400 nkr; P @) Die beste Unterkunft von Florø, im Stil eines alten Lagerhauses, liegt am Kai beim Jachtha-

fen. Der Speisesaal ist ein ehemaliges Fischlager. Die Zimmer mit Meerblick sind nicht teurer und in einigen dienen ausgediente Ruderboote als Bett. Das hauseigene Restaurant Bryggekanten verwendet überwiegend regionale Produkte und ist einen Besuch wert.

Essen & Ausgehen

Bistro To Kokker CAFÉ €

(✆ 57 75 22 33; Strandgata 33; Gerichte 106–130 nkr; ⏲ 9–22 Uhr) Viel Atmosphäre hat es nicht, doch das Essen ist preiswert und die Portionen sind groß. Auf der Karte stehen Tintenfisch, Lachs, Seeteufel und andere Meeresfrüchte, die mit Cremesoße serviert werden, sowie Fisch & Chips, Burger, gute Salate und Pizzas. Spottbillig ist das Tagesgericht (97 nkr).

Hjørnevikbua KNEIPE, RESTAURANT €€

(✆ 57 74 01 22; www.tokokker.as; Strandgata 23; Mittagessen Gerichte 65–169 nkr, Abendessen Hauptgerichte 255–285 nkr) Das wie ein Schiff eingerichtete Restaurant im Obergeschoss serviert mittags u.a. eine fantastische Fischsuppe und abends recht ambitionierte Gerichte, viele davon mit Heilbutt, Kabeljau oder Lachs. Gäste können auch draußen auf dem dort ankernden Frachtkahn essen.

Ausgehen & Unterhaltung

Shamrock KNEIPE

(Strandgata 58) Eine von mehreren Kneipen, wo sich die Jugendlichen von Florø zu einem Bier oder Snack treffen und abtanzen, wenn samstags Disco angesagt ist. Außerdem werden alle wichtigen Fußballspiele übertragen.

Praktische Informationen

Touristeninformation (✆ 57 74 30 00; www.fjordkysten.no; Strandgata 30; ⏲ Mo–Fr 9–18, Sa 10–16 Uhr, Juni–Aug. Sa 11–15 Uhr)

An- & Weiterreise

Widerøe fliegt bis zu viermal täglich von Oslo und Bergen nach Florø und viermal pro Woche von Stavanger.

Florø ist die erste Anlegestelle der Hurtigruten-Küstenfähre auf ihrem Weg nach Norden.

Schnellfähren zwischen Bergen (630 nkr, 3½ Std.) und Måløy (255 nkr, 1 Std.) machen hier zweimal täglich halt.

Für Autofahrer ist die reizvollste Strecke nordwärts nach Måløy die Straße über die Insel Bremanger.

DIE LÄNGSTE HERINGSTAFEL DER WELT

Am dritten Freitag im Juni wird im Herzen von Florø die 400 m lange Heringstafel angerichtet. Um sich das so richtig vorstellen zu können, denke man an eine normale 400 m lange Laufstrecke, durchgehend beladen mit Platten und Tellern mit Hering, Kartoffeln, Brot und Getränken, und das alles kostenlos! Ist der Tisch abgeräumt, wird das ganze Wochenende weitergefeiert.

Vorgelagerte Inseln rund um Florø

Örtliche Fähren fahren vom **Fuglesjærskaia-Kai** in Florø zu einigen der vorgelagerten Inselchen; jede Strecke ist ein spannender, außergewöhnlicher Tagesausflug. Die Touristeninformation reserviert Plätze auf den Fähren und gibt Tipps zu Übernachtungen auf den Inseln.

Askrova hat eine prähistorische Trollhöhle zu bieten, deren tiefste Tiefen nie erforscht wurden. Auf Batalden gibt es eine Galerie und ein kleines Museum bei den Fischerhütten Batalden Havbu. Im dazugehörigen einfühlsam restaurierten Cottage kann man in Zimmern mit Frühstück übernachten.

Kinn hat eine wunderschön restaurierte Kirche aus dem 12. Jh., von der man annimmt, dass sie einst britischen Kelten als Zufluchtsort vor religiöser Verfolgung diente. Am zweiten oder dritten Juniwochenende feiert hier das Historienspiel Kinnaspelet die religiöse Geschichte auf der Insel. Auch Kletterer und Wanderer kommen nicht zu kurz: Die Landschaft und ganz besonders die Kinnaklova-Schlucht sind einfach spektakulär.

Auf **Svanøy** kann man wandern und das kleine Hirschgehege besuchen.

Der höchste Punkt auf Tansøy (233 m) bietet einen herrlichen Panoramablick über die umliegende Inselwelt.

Måløy

3500 EW.

Das kleine Fischerstädtchen Måløy liegt am Ausgang des Nordfjords auf der Insel Vågsøy. Es schmiegt sich an zwei runde Hügel, die wie riesige Brüste aussehen, und ist

ABSTECHER

EINE TOUR VON STRYN AUF DEN GAMLE STRYNEFJELLSVEGEN

Für diese atemberaubenden 130 km muss man nur komfortable vier Stunden einkalkulieren. Von Stryn aus geht's an der Rv15 und immer dem Fluss folgend Richtung Osten zum See Strynevatnet und anschließend am Seeufer entlang. Die beeindruckende Fahrt bietet eine der schönsten Bergansichten im ganzen Land.

Nach 20 km lohnt es sich, am Nationalparkzentrum Jostedalsbreen (Jostedalsbreen Nasjonalparksenter; www.jostedalsbre.no; Erw./Kind 80 nkr/40 nkr; ⏲ Mai–Mitte Sept. 10–16 oder 18 Uhr) in der Ortschaft Oppstryn haltzumachen. Ein interessanter und informativer Film gibt 10 Minuten lang Aufschluss über den Gletscher, während verschiedene Exponate die Besucher über Lawinen und Steinschlag aufklären. Diverse ausgestopfte Tiere sind auch zu sehen. Draußen gibt es einen einmaligen Garten mit über 300 endemischen Pflanzenarten, die jeweils auf Norwegisch, Englisch und Französisch beschildert sind. Mittendrin bieten mehrere Picknicktische herrlichen Ausblick über den See.

17 km nach dem Nationalparkzentrum erreicht man ein Hinweisschild mit Wegweiser. Hier geht's nach rechts auf die Rv258. Zehn Jahre lang arbeiteten norwegische und schwedische Arbeiter am Gamle Strynefjellsvegen, bis die alte Stryn-Bergstraße schließlich über den Berg führte. Die Straße wurde 1894 für den Verkehr freigegeben und galt damals als meisterhafte Ingenieursleistung. Über 80 Jahre lang war sie die wichtigste Ost-West-Verbindung in diesem Teil des Landes. Bis in die 1950er-Jahre waren im Winter etwa 200 Arbeiter damit beschäftigt, die kilometerlang und metertief eingeschneite Straße nur mithilfe von Schaufeln freizuhalten.

Die dramatische Fahrt zum Hochplateau wird noch aufregender durch die zierlichen Wasserfälle, die wie Fäden aus großer Höhe herabfallen, und die drei reißenden Schmelzwasserflüsse, die direkt neben der Straße herdonnern. Auf dem Weg bietet der schmale Asphaltstreifen mehrere Stellen zum Halten und Staunen. Besonders beeindruckend ist die Aussichtsplattform über dem Videfoss, von der man auf brodelndes Wasser hinabschaut.

Nach etwa 9 km auf dem Gamle Strynefjellsvegen erreicht man das außerhalb der kurzen Saison reichlich trostlose Stryn Sommerskizentrum (Stryn Sommerskisenter; www.stryn.no/sommerski). Zwischen Ende Mai und irgendwann im Juli kann man jedoch nirgends in Norwegen besser Ski fahren als hier. Schon mal ein Foto von Skifahrern in Badehosen gesehen? Die meisten wurden hier geknipst.

Nach dem steilen Anstieg führt der Weg weiter auf einer guten (wenn auch ungeteerten) einspurigen Straße. Sie führt vorbei an einer Kette milchig-türkisfarbener Bergseen inmitten einer nackten Felsenlandschaft. Die Flora auf dieser Hochebene ist auf spärliche Gewächse reduziert, die sich an den Boden klammern.

Weitere 10 km nach dem Skizentrum folgt der viel sanftere Abstieg zurück zur Rv15. Anschließend biegt eine gute zweispurige Schnellstraße nach links ab und führt vorbei am Breidalsvatn, um dann in drei lange Tunnels abzutauchen, die wieder zum Nationalparkzentrum und schließlich zurück nach Stryn führen.

Die drei verbundenen Tunnels wurden im Jahr 1978 fertiggestellt. Durch die neue und schnelle 12 km lange Strecke gerieten die alten 27 km langen einspurigen Serpentinen in Vergessenheit. Traveller mit viel Zeit und Liebe zur Wildnis können aber nach wie vor den Gamle Strynefjellsvegen nutzen, der kürzlich zu neuen Ehren gekommen ist, da er zur „Nationalen Touristenstraße" erklärt wurde.

Von Juni bis Oktober ist der Gamle Strynefjellsvegen normalerweise schneefrei. Das elektronische Leitsystem an der Rv15 gibt Aufschluss darüber, ob der „Strynfjellet" (so der offizielle Name) tatsächlich geöffnet ist.

über die anmutige S-Kurve der Måløybrua-Brücke mit dem Festland verbunden. Måløy ist ein erfrischend lebendiger und authentischer Ort, Handelsschifffahrt inklusive.

Außerdem gibt es auf der Insel Vågsøy und ihrer Nachbarin Selje eine Fülle von Wanderwegen mit Meerblick (Wanderkarte *Outdoor Pursuits: Selje & Vågsøy Communes*, 1:50 000).

Nach einer kurzen, etwa 10 km langen Fahrt Richtung Westen erreicht man den bizarren Küstenfelsen Kannesteinen, der wie eine gigantische Walfischflosse aus dem Meer ragt.

Schlafen

Steinvik Camping CAMPINGPLATZ €
(☎57 85 10 70; www.steinvik-camping.no; Stellplatz 200 nkr, Hütten 400–900 nkr, Apt. 500–750 nkr; ⏲ganzjährig) Der am nächsten bei Måløy gelegene Campingplatz bietet einen fantastischen Blick über die viel befahrene Schifffahrtsstraße und einen gemütlichen Gemeinschaftsraum mit Sofas und Sesseln. Der Weg dorthin führt über die Brücke zum Ostufer, nach 2 km bei der Schule rechts und dann 1,2 km die Straße hinunter. Keine Kreditkarten.

Torget Hotell HOTEL €€
(☎95 33 31 33; www.torgethotell.no; Gate 1 49; EZ/DZ 1090/1190 nkr; 🅿📶) Das moderne, unerwartet stilvolle Hotel in einem ehemaligen Fabrikgebäude ist freundlich und leger. Die Hälfte der 17 Zimmer hat Balkon und schaut direkt aufs Ufer und die Berge in der Ferne. Im tollen offenen Loft in der obersten Etage kann man Tee trinken und durch die raumhohen Mansardenfenster die anlegenden Boote beobachten.

Essen

In der Nähe der Schnellfähren-Anlegestelle gibt es mehrere gute Adressen zum Essen und Trinken.

Snorre Sjømat CAFÉ, MARKT €
(Havfruen; ☎57 85 23 36; ⏲Mo–Fr 10–16.30, Sa 10– 14 Uhr) Dieser Laden am Hafen ist eine Kombination aus Fischladen (das Motto steht an der Wand: zum Fischen geboren, zur Arbeit gezwungen) und kleinem Café, das Fischfrikadellen mit Kartoffelpüree (90 nkr), Lachs- und Garnelensandwichs (45 nkr), diverse Stockfischgerichte und natürlich Fisch & Chips (130 nkr) serviert.

Din & Min CAFÉ €
(☎57 85 18 75; Gate 1 44) „Deins und Meins“ ist ein geschäftiges kleines Café mit Bar. Überhaupt ist Klein hier angesagt: Im angenehmen Minilokal schlürfen Gäste einen kleinen Kaffee oder einen Kurzen, knabbern an einem Snack oder klettern bei wärmerem Wetter auf die Terrasse mit Blick auf den Hafen.

Kraftstasjonen FISCH €€
(☎57 85 12 60; Gate 1; Abendessen Hauptgerichte 250–350 nkr; ⏲Mo–Do 11–22, Fr & Sa 11–1 Uhr) Rita und Arne Andal bringen den frischsten Fisch auf den Tisch. Hier gibt's Kabeljau, Heilbutt und Seeteufel in verschiedenen Variationen sowie Vorspeisen mit internationaler Prägung. Lecker ist auch Ritas Fischsuppe (140 nkr). Am Wochenende treten manchmal nach dem Abendessen auf der kleinen erhöhten Bühne Musiker auf.

ABSTECHER

KALVÅG

Wer auf der Strecke von Florø nach Måløy über die Insel Bremanger fährt, sollte unbedingt den 5 km langen Abstecher vom Fähranleger in Smørhamn zum kleinen, gut erhaltenen Fischerdorf Kalvåg machen. Das Dorf sieht heute aus wie im Bilderbuch, nur am Ortsrand liegt eine riesige Fabrik, die Fisch verarbeitet, sobald Hering- und Makrelenschwärme die Küste passieren. Zu seiner Glanzzeit gab es in Kalvåg über fünfzig Heringsalzhäuser, die rund 10 000 saisonale Arbeitskräfte beschäftigten. Das eine oder andere kann auch heute noch besichtigt werden; am besten in der Touristeninformation am Kai nachfragen (☎48 14 04 88; www.fordkysten.no; ⏲Juli–Mitte Aug. Mo–Fr 10–18, Sa 10–16, So 12–16, sonst Mo–Fr 10–16 Uhr). Bis die nächste Fähre kommt, kann man sich die Zeit auf der Kaiterrasse des Knutholmen (☎57 79 69 00; www.knutholmen.no, Hauptgerichte 298–319 nkr, Meeresfrüchteteller 595 nkr; ⏲8–24 Uhr) mit Blick auf die Fischerboote vertreiben. Ob man einen Teller Krabben pult, eine Krebsschere knackt oder das eigens für das Restaurant gebraute Bier genießt, bleibt einem dabei selbst überlassen.

Praktische Informationen

Touristeninformation (☎57 84 50 77; Gate 1; ⏲Juli Mo–Fr 9–17, Sa & So 10–16 Uhr, Juni & Aug. Mo–Sa 10–16 Uhr)

An- & Weiterreise

Die Schnellfähre von Bergen (790 nkr, 4½ Std.) nach Selje (83 nkr, 25 Min.) legt in Måløy an, und die Küstenfähre der Hurtigruten macht hier ebenfalls Station.

Expressbusse von Nettbus fahren dreimal täglich von/nach Oslo (620 nkr, 11 Std.) über Stryn (180 nkr, 2 Std.).

Selje & Insel Selja

700 EW.

Nur wenige Besucher kommen bis nach Selje in Norwegens Osten. Das macht den

Charme dieses Dörfchens mit seinem unberührten weißen Sandstrand aus. Vestkapp, 32 km von Selje entfernt, ist zwar nicht der westlichste Punkt Norwegens, wie der Name vermuten lässt, bietet aber dennoch herrlichen Blick auf das Meer. Die Point Breaks bei **Ervik** oder am geschützteren Strand von **Hoddevik** eignen sich zum Surfen.

Sehenswertes

Kloster Selja HISTORISCHE STÄTTE

Die eindrucksvollen Ruinen des Klosters Selja und der Kirche der hl. Sunniva auf der Insel Selja stammen aus dem 11. bzw. 12. Jh. und sind seit über 1000 Jahren das Ziel von Pilgern. Vom 40 m hohen Turm, der noch intakt ist, eröffnet sich ein prachtvolles Panorama. Von Mitte Juni bis Ende August bietet die Touristeninformation zweistündige Führungen inklusive Bootsfahrt an (Erw./Kind 200/100 nkr), die um 10 und 13.15 Uhr beginnen.

Schlafen

Doktorgarden B&B €€

(☎ 90 92 97 71; www.doktorgarden-selje.no; DZ mit Gemeinschaftsbad 1090 nkr; ⏲ Ostern–Okt.) Auf dem Hügel oberhalb des Hafens erwacht man morgens beim Duft frisch gebackenen Kuchens und erblickt als Erstes das Meer. Im zweiten Stock des zauberhaften alten Hauses befinden sich vier sorgfältig gestaltete Zimmer. Sie teilen sich ein großes, blitzsauberes Bad und eine Gästeküche. Unten betreiben Anna, Torkjell und Karin eine Galerie, einen tollen kleinen Buchladen und ein helles Café (⏲ Juni–Aug. 9–18 Uhr, sonst Sa & So 10–15 Uhr).

Selje Hotel HOTEL, SPA €€€

(☎ 57 85 88 80; www.selje hotel.no; EZ/DZ 975/1700 nkr) Das Selje Hotel, ein reizvoller Holz- und Steinbau aus den 1960er-Jahren, liegt direkt am Strand. In der Hauptsaison sind die Zimmer teuer, aber sie sind extrem komfortabel, außerdem gibt's ein Spa. Das Hotel verströmt netten Retro-Charme.

Praktische Informationen

Touristeninformation (☎ 57 85 66 06; www.nordfjord.no; ⏲ Mitte Juni–Mitt Aug. 9–18 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Seljes Touristeninformation liegt am Hafen und hat eine Liste mit Hütten und Apartments in der Gegend. Sie weist auch den Weg zu lokalen Kunsthandwerkern und Lebensmittelproduzenten und kann Wanderwege und Strände empfehlen. Die Mitarbeiter wissen unheimlich viel über das vielfältige kulturelle Erbe der Stadt, von den Pilgerrouten bis zu den Tunneln und Befestigungsanlagen aus dem Zweiten Weltkrieg.

An- & Weiterreise

Von Måløy aus bieten sich zwei sehr eindrucksvolle Optionen für die Anreise: die herrliche Fahrt auf der Rv618 am Fjord entlang oder die zweimal täglich anlegenden Schnellfähren der Nordfjord-Route (83 nkr, 25 Min.).

Busse verkehren unter der Woche sechsmal täglich, sonntags einmal zwischen Måløy und Selje (106 nkr, 1 Std.).

DIE NÖRDLICHEN FJORDE

Weitere mit Inseln übersäte Küstenabschnitte und noch tiefer eingeschnittene Fjorde erwarten Reisende, die weiter nördlich in die Region Møre og Romsdal vordringen.

Der atemberaubende Geirangerfjord ist Unesco-Weltnaturerbe, ein obligatorischer Stopp bei den meisten Touren und beliebter Ankerplatz für Kreuzfahrtschiffe. Im Sommer ist der Besucherstrom schier überwältigend.

Abseits von diesem Mekka der Pauschaltouristen findet man jedoch Wasserwege und Straßen, die weniger überlaufen und ebenso faszinierend sind.

Der architektonisch einzigartige Hafen von Ålesund verdient zumindest einen Spaziergang, und die Fahrt über den Trollstigen-Pass ist eine der spektakulärsten der Welt.

Åndalsnes

2244 EW.

Für die Anfahrt nach Åndalsnes gibt es zwei gleichermaßen fantastische Möglichkeiten: entweder die Straße über den Trollstigen-Pass oder die landschaftlich wunderschöne Raumabanen durch das Romsdalen. Diese Eisenbahnstrecke von Dombås führt durch ein tief eingeschnittenes Gletschertal, flankiert von steilen Felswänden und herabstürzenden Wasserfällen. Die moderne Stadt am Romsdalfjord wurde im Zweiten Weltkrieg stark zerbombt und mag weniger interessant sein, doch die Einwohner sind herzlich und die landschaftliche Umgebung ist grandios.

Sehenswertes

Trollveggen KLIPPEN

Von Dombås führen die E136 und die Bahnlinie parallel Richtung Nordwesten in das

ABSTECHER

ZUM LEUCHTTURM VON KRÅKENES

Diese 42 km lange Rundfahrt lässt sich einschließlich Zwischenstationen ganz bequem in ein paar Stunden erledigen. Einfach von Måløy der Rv617 und anschließend der Beschilderung nach Kråkenes Fyr (Leuchtturm Kråkenes) folgen. Auf dem Hin- oder Rückweg lohnt sich ein kurzer Umweg zum ebenfalls beschilderten weißen Sandstrand von Refviksanden, der 1,4 km lang ist und 2010 in einer Online-Umfrage zum schönsten Strand in Norwegen gekürt wurde.

Die Straße führt gemächlich durch baumlose, windgepeitschte Grasebenen, vorbei an einer Reihe graziler Windmühlen (wer aussteigt, versteht sofort, warum sie gerade hier stehen) und eröffnet atemberaubende Ausblicke auf die steilen Klippen.

Der **Leuchtturm von Kråkenes** (krakenesfyr.com; Suite 3950 nkr, DZ 3150 nkr, mit Gemeinschaftsbad 2100 nkr, Mindestaufenthalt 3 Nächte) balanciert am Ende der Straße auf einem Felsen – bei Sturm oder Sonnenschein ein unglaublich romantischer Ort mit tollem Ausblick auf Klippen und donnernde Wellen. Man kann auch in Zimmern mit Frühstück oder in der Hochzeitssuite übernachten.

Romsdalen hinab. (wer *Harry Potter und der Halbblutprinz* gesehen hat, dem wird das bekannt vorkommen, denn das Tal war im Film zu sehen). Bei Åndalsnes erhebt sich die dramatische Trollveggen (Trollwand) himmelwärts, die im Jahr 1958 erstmals von einem norwegisch-englischen Team bezwungen wurde. Diese höchste senkrechte Bergwand Europas gilt mit ihrem zackigen und häufig wolkenverhangenen Gipfel 1800 m über der Talsohle in Bergsteigerkreisen als ultimative Herausforderung.

Trollstigen PANORAMAFAHRT

(www.trollstigen.net; Juni–Sept.) Die Trollleiter südlich von Åndalsnes ist etwas für Menschen mit starken Nerven – egal, ob man sie nun bergauf oder bergab in Angriff nimmt. Die 1936 nach achtjähriger Arbeit fertiggestellte Straße (seit Kurzem eine „Nationale Touristenstraße") fordert mit ihren elf Haarnadelkurven und einer Steigung 8 % volle Konzentration. Hinzu kommt, dass sie größtenteils mehr oder weniger einspurig ist. Mehrere dramatische Wasserfälle donnern am Straßenrand ins Tal, darunter der 180 m hohe **Stigfossen.**

Oben befindet sich ein Besucherzentrum aus Beton, rostigem Stahl und Glas – so gebaut, um der extremen Landschaft standzuhalten und ihre vielfältigen Strukturen widerzuspiegeln. Von dort geht es auf eine dramatische Aussichtsplattform, die an einigen Stellen über den Abgrund hinausragt und zum steten Soundtrack des Wasserfalls einen Panoramablick auf die kurvigen Straßen und das grüne Tal unten bietet. Bei der Abfahrt sieht man rundum die offenen Weiten des 2006 eingerichteten Reinheimen-Nationalparks. In Norwegens drittgrößtem Nationalpark grasen auch heute noch wilde Rentiere Moos und Gräser.

Von Mai bis Mitte Oktober ist der Pass normalerweise geräumt und offen. Am Anfang der Saison ist die Strecke besonders beeindruckend, da sie zwischen den hohen Schneewänden eines beliebten Langlaufskigebiets verläuft.

Raumabanen PANORAMABAHN

Züge fahren das ganze Jahr über täglich diese spektakuläre Strecke, die nach 114 km bei Dombås auf die Hauptlinie stößt. Von Juni bis August fährt zweimal täglich eine **Touristenbahn** (Erw./Kind hin & zurück 460/230 nkr; ein Kind pro Erw. frei) vom Bahnhof am See in Åndalsnes hinauf nach Bjorli, das auf 600 m liegt. Fahrkarten gibt's am Bahnhof und in der Touristeninformation.

Aktivitäten

Wandern

Die Broschüre *Geiranger Trollstigen* (30 nkr) beschreibt acht markierte Wanderwege in der Trollstigen-Region. Dazu braucht man auch die Landkarte *Romsdals-Fjella* im Maßstab 1:80 000. Beides gibt's in der Touristeninformation, die auch vier- bis sechsstündige Bergwanderungen mit einem erfahrenen Guide arrangiert.

★Aksla/Nesaksla WANDERN

(www.romsdal.com) Eine tolle Halbtagswanderung beginnt direkt im Ort am Romsdalsvegen, 50 m nördlich vom Kreisverkehr vor der Esso-Tankstelle. Der Aufstieg auf den Nesaksla (715 m), den markanten Gipfel ober-

halb von Åndalsnes, dauert 60 bis 90 Minuten. Auf dem Weg hinauf locken überwältigende Aussichten auf die Romsdaler Alpen, den Fluss Rauma und den Romsdalfjord.

Der erste Teil der Wanderung führt über eine Reihe Stahlwege und ist so leicht, dass man ihn auch in Ballettschuhen gehen könnte. Hinter Nebba, dem ersten Aussichtspunkt, wird der markierte Weg zum Gipfel des Nesaksla etwas schwieriger, doch an den steileren Abschnitten ist er mit Geländer versehen und scheint für durchschnittliche norwegische Kleinkinder kein Problem darzustellen. Der spektakulärste Teil ist die Romsdalstrappa, eine Natursteintreppe (erbaut von einem Team nepalesischer Sherpas), die zu einem 6,5 m langen Metallgitter führt, das über dem Abgrund schwebt – das Wort „Aussichtsplattform" wird ihm irgendwie nicht so ganz gerecht.

Dieser Weg kann auch als Ausgangspunkt für die Wanderung auf den Berggrat Romsdalseggen dienen, und man kann ihn in beide Richtungen wandern, von Åndalsnes nach Vengedalen oder von Vengedalen nach Åndalsnes. Von Juli bis September fährt jeden Morgen um 9.30 Uhr ein Bus (125 nkr, inklusive Karte und Weginformationen) von Åndalsnes nach Vengedalen – prima als Start für die Wanderung in umgekehrter Richtung. Tickets gibt's in der Touristeninformation, in Hotels und auf Campingplätzen. Man sollte mindestens robuste Turnschuhe tragen und viel Wasser mitnehmen.

Eine weitere Wandervariante von hier ist der unkomplizierte Aufstieg auf den Gipfel des Høgnosa (991 m), von wo es weiter zum Åkesfjellet (1215 m) geht. Oder stattdessen die markierte Route 5 km Richtung Osten laufen und zum Dorf Isfjorden am Ende des Isfjords absteigen.

Kløvstien WANDERN

Der Pfad Kløvstien beginnt in Isterdalen an der Rv63 und führt anfangs durch ein sanftes, bewaldetes Tal. Wer größere Herausforderungen sucht, kann den steileren Abschnitt am Stigfossen entlang weiterwandern.

Klettern

Die besten Kletterrouten der Gegend sind die weniger extremen Abschnitte der 1500 m langen Felsenstrecke auf den Trollveggen und das 1550 m hohe Romsdalshorn, aber es gibt noch jede Menge andere. Ernsthafte Kletterer sollten sich bei der Touristeninformation *Klatring i Romsdal* (300 nkr) besorgen, mit Infos zum Fels- und Eisklettern.

Skifahren

Romsdalen gilt als eines der besten Skigebiete des Landes, denn hier locken unberührter Pulverschnee und permanenter Blick auf Fjorde und wilde Gipfel, die eine Herausforderung bieten für alle Skitourengeher, die das Auf und Ab per Ski nicht scheuen.

Der Kirketaket (1439 m) ist einer von Romsdalens „Klassikern": Der Aufstieg dauert drei bis fünf Stunden und wird mit steilen Abfahrtshängen über mehr als 1000 Höhenmeter belohnt, die direkt bis an den Fjord hinunterführen. Sobald die Trollstigen-Straße offen ist, kann man hier auch im Frühling und im Frühsommer Ski fahren.

Weitere Infos gibt's unter www.romsdal.com und www.kirketaket.com. Skiführer findet man auf der Seite www.skiromsdal.no oder über das **Hotel Aak**.

Angeln

John Kofoed Fishing Trips ANGELN

(✆97 17 94 42; www.rauma-jakt-fiskesafari.no; Erw./Kind 3 Std. 350/175 nkr, plus 75 nkr pro Angelrute) John Kofoed organisiert im Sommer dreimal täglich dreistündige Angelexkursionen am Romsdalsfjord. Reservierung direkt bei ihm oder über die Touristeninformation. Im Fjord leben 68 verschiedene Fischarten, am häufigsten landen Seelachs, Pollack, Kabeljau, Schellfisch, Steinbutt, Heilbutt, Weißfisch, Hering und Makrele an der Angel.

Feste & Events

Norsk Fjellfestival OUTDOORAKTIVITÄTEN

(Norway Mountain Festival; www.norsk-fjellfestival.no) Ein einwöchiges Treffen für Outdoorfreaks mit zahlreichen Folkloreveranstaltungen. Anfang Juli.

Rauma Rock MUSIK

(www.raumarock.com) Das größte Rockfestival in Norwegen findet zwei Tage lang Anfang August statt.

World Base Race OUTDOORAKTIVITÄTEN

(www.worldbaserace.com) „Organisiertes Base-Jumping" wurde in Åndalsnes erfunden; dieser Wettbewerb findet Mitte August statt.

Schlafen

Åndalsnes Vandrerhjem Setnes HOSTEL €

(✆71 22 13 82; www.aandalsnesvandrerhjem.no; B/EZ/DZ/FZ 290/500/710/935 nkr; ⏲März–Nov.; 🅿 🛜) Das einladende HI-Hostel mit grasbewachsenem Dach liegt 1,5 km vom Bahnhof entfernt an der E136 Richtung Ålesund. Der nette Komplex mit Garten besteht aus meh-

reren Gebäuden und hat einen tollen Loungebereich. Im Sommer ist im Preis ein großes Frühstücksbüfett enthalten. Der Bus nach Ålesund mit Zuganschluss fährt direkt davor vorbei, ebenso der Morgenbus via Trollstigen nach Geiranger.

Trollstigen Resort CAMPINGPLATZ €
(71 22 68 99; www.trollstigenresort.com; Auto-/Wohnmobilstellplatz 190/200 nkr, 4-/5-Bett-Hütten 500/1150 nkr;) Der gepflegte Platz 2 km von Åndalsnes an der Rv63 in Richtung Geiranger ist an dem rundlichen Holztroll vorm Eingang zu erkennen. Der Empfang ist herzlich und die Lage oberhalb des Flusses Rauma und umgeben von Bergen ist landschaftlich wunderschön und friedlich. Alle Hütten bis auf eine haben ein eigenes Bad, und die Zweibetthütten sind schick renoviert. Der ganzjährig geöffnete Platz ist im Winter bei Skifahrern sehr beliebt.

Åndalsnes Camping CAMPINGPLATZ €
(71 22 16 29; www.andalsnes-camping.com; Auto-/Wohnmobilstellplatz 235 nkr, 4-Bett-Hütten mit Outdoor-Waschraum 490 nkr, 7-Bett-Hütten mit Bad 950 nkr;) Dieser freundliche Campingplatz befindet sich keine 2 km außerhalb von Åndalsnes in dramatischer Lage an der Rauma und unterhalb hoher Bergspitzen. Er hat ein gutes Café und einen gemütlichen Fernseh- und Aufenthaltsraum. Frisches Brot kann man bestellen und morgens abholen. Die Rezeption verleiht Kanus (50/200 nkr pro Stunde/Tag) und Fahrräder (50/200 nkr pro Stunde/Tag).

★Hotel Aak HOTEL €€
(71 22 71 71; www.hotelaak.no; EZ/DZ 995/1400 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug., Restaurant 16–22 Uhr; P) Eines der ältesten Touristenhotels in Norwegen ist nun in der Hand einer charmanten jungen Familie. Kristine und Odd Erik Rønning – Einheimische, passionierte Traveller, supererfahrene Kletterer, Wanderer und Skifahrer – haben ihm überall eine helle, leichte Note verpasst, die den rustikalen Reiz der Region unterstreicht, aber dennoch sehr stilvoll und auf eine neue Traveller-Generation ausgerichtet ist.

Die modernen Zimmer sind schlicht und geräumig, mehr Atmosphäre haben die in kräftigeren Farben gestalteten historischen Zimmer. In allen genießt man Aussicht auf Berge und Felder und kann nach einem anstrengenden Tag gemütlich entspannen. Gäste wie Nichtgäste können für das Abendessen im tollen mit Kiefernholz verkleideten Speisesaal reservieren; das Angebot reicht von einfachen Mahlzeiten (179 nkr) bis zu köstlichen 3-Gänge-Menüs (595 nkr). Alles entspricht perfekt dem Klischee von *koselig* (gemütlich) – man wird mit Kerzenlicht und Vasen voller Wildblumen empfangen. Die Gerichte sind herzhaft und aromatisch aus tollen regionalen Zutaten und mit netten Finessen zubereitet. Auch das Frühstück wird mit Liebe zum Detail angerichtet.

Das Hotel liegt in einer ruhigen Ecke des Romsdalen an der E136, 4 km von der Stadt.

Grand Hotel Bellevue HOTEL €€€
(71 22 75 00; www.grandhotel.no; Åndalgata 5; EZ/DZ 1195/1550 nkr, Abendessen Hauptgerichte 275–325 nkr; Restaurant Mo–Sa nur abends; P @) Das große Hotel thront auf einem Hügel und ist das wahre Zentrum der Stadt. Nachdem es vor Kurzem aufwendig renoviert wurde, ist die geschäftige Lobby nun recht glamourös. Die meisten der 86 Zimmer bieten eine schöne Aussicht und viel Tageslicht. Das Restaurant ist das förmlichste der Stadt und mit einer recht faszinierenden Sammlung regionaler Gemälde ausgeschmückt, das Essen ist allerdings weniger bemerkenswert.

NICHT VERSÄUMEN

SVELE AHOY

Die Norweger sind dafür bekannt, dass sie Waffeln lieben, doch die westlichen Fjorde und die Westküste haben eine ganz eigene nachmittägliche Spezialität. Den dicken, gefalteten Eierkuchen *svele* bekommt man in der ganzen Region in Cafés und Hotels, doch traditionell ist er der Lieblingssnack bei Fjordüberquerungen. Seit Anfang der 1970er-Jahre servieren die Fähren *svele* in ihren Cafeterien und haben ihr eigenes streng gehütetes Rezept. Was also, von der atemberaubenden Fjordkulisse beim Essen mal abgesehen, macht einen *svele* so einzigartig? Es sind der besonders angenehme kuchenartige Teig und der Geschmack, der durch die ungewöhnliche Zutat Hirschhornsalz sowie durch die etwas säuerliche Buttermilch entsteht. Hinzu kommt die Füllung. Marmelade kommt nicht in Frage, stattdessen sind *svele* entweder mit einem köstlich einfachen Butteraufstrich und ein wenig Zucker oder mit einer Scheibe *brunost*, dem für die Region typischen karamellisierten Braunkäse, gefüllt.

Gäste gelangen vom Hotel aus direkt in den Anbau mit Stadtbibliothek, Kino und Auditorium sowie zum 110 m entfernten öffentlichen Schwimmbad.

Essen & Ausgehen

★Sødahl-Huset CAFÉ €
(Romsdalsvegen 8; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Do 10–15, Fr & Sa bis 23, So 14–19 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Auf der Wandtafel steht: regionale und hausgemachte Burger, Kaffee, Kuchen, Eiscreme – serviert von reizenden Damen. Und genau so ist es. Die Besitzerinnen Mari, Rannveig uand Sissel sind wirklich reizend, und das Essen kommt stolz aus der Region, von den Beerensorbets über den handgefilterten Kaffee bis zum Burger mit *kraftkar* (regionaler Blauschimmelkäse).

Wer keiner Stärkung bedarf, sollte trotzdem vorbeischauen, denn dieser soziale Treffpunkt verkauft auch Arbeiten örtlicher Kunsthandwerker (darunter die der vielseitig talentierten Damen selbst) und hat eine fesselnde Auswahl an Schaffellen, Leder, Strickwaren, Vintage-Kleidung, Schmuck und Keramik auf Lager. Abends finden Bierverkostungen und Liveauftritte statt.

Kaikanten CAFÉ, RESTAURANT €€
(Hauptgerichte 150–225 nkr; Mitte Mai–Aug. Mo–Do 10–21, Fr & Sa bis 23, So 12–21 Uhr) Das einladende Kaikanten ist der richtige Ort, um gemütlich am Kai zu sitzen und bei einem Drink oder Imbiss den schönen Panoramablick zu genießen. Auf der Karte stehen die guten alten norwegischen Lieblingsgerichte: *svele* (Eierkuchen), Pizza und Burger.

Kjellar'n KNEIPE
(Sa b 22 Uhr) In der Kellerbar des Grand Hotel Bellevue mit Hintergrundbeleuchtung in überraschend großstädtischem Grün und Pink trifft sich samstagabends die ganze Stadt, um bis in die Nacht zu trinken, zu schwatzen und zu tanzen.

Praktische Informationen

Touristeninformation (71 22 16 22; www.visitandalsnes.com; Juni–Aug. 9–20 Uhr, sonst Mo–Fr 9–15 Uhr) Am Bahnhof von Åndalsnes. Verleiht Fahrräder (Stunde/Tag 60/185 nkr).

An- & Weiterreise

BUS

Busse auf der spektakulären „Nationalen Touristenstraße" nach Geiranger (265 nkr, 3 Std.) verkehren zwischen Mitte Juni und Mitte August zweimal täglich. Sie fahren über Trollstigen, den steilen Ørnevegen (Adlerweg) und nehmen dazwischen die Fähre Linge–Eidsdal.

Außerdem gibt es Verbindungen nach Molde (145 nkr, 1½ Std., bis zu 8-mal tgl.) und Ålesund (255 nkr, 2¼ Std., 4-mal tgl.).

ZUG

Züge von/nach Dombås (230 nkr, 1½ Std.) verkehren zweimal täglich, abgestimmt auf die Züge Oslo–Trondheim. In Åndalsnes bieten sie zweimal täglich Anschluss an den Expressbus über Molde nach Ålesund.

Valldal & Umgebung

Valldal kennen die meisten Traveller nur von der Durchreise – auf dem Weg zum oder vom berühmten Trollstigen-Pass oder nach der traumhaften Fährpassage von Geiranger. An einem Knick des Norddalsfjords gelegen, ist es das nördlichste Obstanbaugebiet Europas. Hier gedeihen Äpfel, Birnen und sogar Kirschen – außerdem Unmengen Erdbeeren. Sie sind auch der Grund für das alljährliche Erdbeerfest, das meist am letzten Juliwochenende gefeiert wird.

Aktivitäten

Valldal Naturopplevingar WASSERSPORT
(www.valldal.no) Von Valldal werden vierstündige (790 nkr) Rafting-Trips auf dem Fluss Valldøla und sanfteres Stehpaddeln (590 nkr) angeboten. Die Zentrale des Veranstalters liegt 200 m von der Touristeninformation entfernt. Im Angebot sind auch Kajakverleih und weitere Aktivitäten wie Wildniscamps und im Winter Skitouren im Mondschein.

Schlafen & Essen

Fjellro Turisthotell HOTEL €€
(70 25 75 13; www.fjellro.no; Syltegata; EZ/DZ inkl. Frühstück 785/1180 nkr; Mai–Sept., Café-Restaurant 19–22 Uhr) Im freundlichen „Bergfrieden" gleich hinter der Kirche von Valldal ist der Empfang herzlich und die Zimmer sind gepflegt. Es gibt ein Café-Restaurant, das sich auf Fisch spezialisiert hat, sowie im Erdgeschoss eine Kneipe, die am Wochenende öffnet. Dahinter liegt ein stiller Garten mit kleinem Kinderspielplatz.

★Juvet Landscape Hotel BOUTIQUEHOTEL €€€
(www.juvet.com; Alstad; 1450 nkr/Pers.; März–Sept.;) Dieses entlegene Refugium, eines der exklusivsten Hotels Norwegens, kombiniert gewagte moderne Architektur

mit traumhafter Lage, die fast wie verzaubert wirkt. Die typischen Klischees von Luxus sollte man hier besser vergessen, stattdessen wurde hier die gute alte Hütte ganz neu erfunden, mit schlichter, aber edler Einrichtung aus dunklem Holz. Dadurch leuchtet das Grün der Landschaft bzw. das Weiß des Winters durch die raumhohen Panoramafenster besonders intensiv und rückt alles andere in den Hintergrund.

Frühstück und Abendessen (500 nkr/Pers.) werden in einer neu gestalteten rustikalen Scheune an einem langen Gemeinschaftstisch eingenommen; dazu gibt's regionale Produkte wie Wildbret, Rentier, wilden Lachs oder *bacalao* (Stockfisch), den Star der Show. Brot und Kuchen bäckt eine ältere Nachbarin. Um die Privatsphäre der Gäste zu schützen, sind Gelegenheitsbesucher nicht erlaubt.

Jordbærstova CAFÉ €

(Mai–Sept.) Jordbærstova, etwa 6 km die Straße von Valldal nach Åndalsnes hoch, ist eine Hommage an die allgegenwärtigen Erdbeeren im Tal. Die Leckereien wie Erdbeerkuchen, Erdbeerbiskuit, Erdbeercreme und Erdbeerpüree mögen zwar prosaisch klingen, können aber wahre Glückseligkeit hervorrufen. Das Café serviert mittags auch traditionelle norwegische Büfetts.

Shoppen

Valldal Safteri LEBENSMITTEL

(Syltetøysbutikken; www.baer.no; Mitte Juni–Mitte Aug. Di–Fr 10–17, Sa & So 11–16 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Dieser traditionell produzierende Marmeladenhersteller auf der Straße hinter und östlich von Valldals Kirche verkauft eine riesige Auswahl Marmelade und Säfte, die in der kleinen Fabrik dahinter hergestellt werden – v. a. aus Früchten einheimischer Erzeuger.

Praktische Informationen

Die **Touristeninformation** (70 25 77 67; www.visitalesund-geiranger.com; Mitte Juni–Mitte Aug. 10–18, sonst Mo–Fr 10–17 Uhr) in Valldal vermietet Fahrräder (25/100 nkr pro Std./Tag) und kann auch einen Motorbootverleih vermitteln (85/400 nkr pro Std./Tag).

An- & Weiterreise

Valldal liegt an der Busstrecke „Goldene Route", die von Mitte Juni bis August zweimal täglich zwischen Åndalsnes (125 nkr, 1¾ Std.) und Geiranger (85 nkr, 1¼ Std.) über den spektakulären Trollstigen-Pass befahren wird. Wer mit dem Auto unterwegs ist, sollte in **Gudbrandsjuvet** eine Pause einlegen, von Valldal 15 km talaufwärts, wo der Fluss durch eine 5 m breite und 20 m tiefe Schlucht prescht.

Landschaftlich ebenso beeindruckend ist ein Trip mit der Fähre (Erw./Kind einfach 240/130 nkr, hin & zurück 370/190 nkr, 2¼ Std.), die von Ende Juni bis Mitte August zweimal täglich zwischen Valldal und Geiranger hin- und herpendelt.

Tafjord

1934 ereignete sich ein katastrophaler Unfall. Riesige Felsmassen, 400 m hoch und 22 m breit – insgesamt 8 Mio. m³ Volumen – lösten sich aus dem Berg und donnerten in den Korsnæsfjord. Dabei entstand eine 64 m hohe Flutwelle, die sich 700 m landeinwärts wälzte und in Fjørra und Tafjord 40 Menschenleben forderte.

Sehenswertes

Tafjord-Kraftwerksmuseum MUSEUM

(Kraft og skredsenter; 70 17 56 00; www.tafjord.net/museum; Erw./Kind 100/60 nkr; Mitte Juni–Anfang Aug. 12–17 Uhr) Ausstellungen in diesem historische Kraftwerk, das heute nicht mehr in Betrieb ist, beschäftigen sich mit dem Beginn der Wasserkraft in diesem Tal sowie mit Bergstürzen und Lawinen. Eine lange Tunnelrutsche und eine Indoor-Kletterwand sorgen dafür, dass auch Kinder ihren Spaß haben.

Lohnend ist auch die Straße vom Dorf zum Zakariasdamm: Sie verläuft zunächst durch einen bizarren Korkenziehertunnel, und ein paar Kilometer weiter oben führt ein kurzer Fußgängerweg zur bröckelnden Brücke am schmalen Dammfuß hinunter, wo man hautnah mitbekommt, welchem Druck der 96 m hohe Bau standhalten muss.

Geiranger

250 EW.

Verstreute Höfe, die meisten vor langer Zeit verlassen, klammern sich immer noch an die schwindelerregenden, fast senkrechten Wände des 20 km langen smaragdgrünen Geirangerfjords, der mittlerweile zum Unesco-Weltnaturerbe gehört. Atemberaubende Wasserfälle – De Syv Søstre (Die sieben Schwestern), Friaren (Der Freier) und Brudesløret (Der Brautschleier), um nur einige zu nennen – stürzen in die Tiefe. Die einstündige traumhafte Fahrt mit der Fähre

zwischen Geiranger und Hellesylt ist ebenso Minikreuzfahrt wie Transportmittel. Sie lohnt sich in jedem Fall, selbst wenn man gar nicht zum anderen Ufer möchte.

Wer von Hellesylt kommt, den wird das Dorf Geiranger am Ende des Fjords vermutlich trotz seiner fantastischen Lage ein bisschen schocken, wenn er sich unter die Menschenströme mischt, die aus zahllosen Bussen und Schiffen hervorquellen. Jedes Jahr muss Geiranger mehr als 600 000 Besucher und über 150 Kreuzfahrtschiffe ertragen.

Aus ganz anderen Gründen stockt einem der Atem, wenn man von Norden her die letzten 7 km der Rv63 von Åndalsnes (genannt Ørnevegen, die Adlerstraße) entlangfährt: Jede einzelne der elf Haarnadelkurven auf dieser steilen Strecke garantiert atemberaubende Aussichten auf den engen Fjord.

Aber egal, von wo man kommt – sobald das letzte Kreuzfahrtschiff und der letzte Reisebus abdampfen, kehrt wieder Ruhe in den winzigen Hafen ein.

Sehenswertes

Norsk Fjordsenter

MUSEUM

(www.verdsarvfjord.no; Erw./Kind 100/50 nkr; 10–18 Uhr) Das norwegische Fjordzentrum hat eine Sammlung alter Artefakte zusammengetragen: Werkzeuge und sogar komplette Gebäude, die abgebaut und hierhergebracht und wieder aufgebaut wurden. Sie sollen die großen Themen veranschaulichen, die Land und Leute geprägt haben: das Postschiff, Lawinen, der Bau der ersten Straßen, der Aufstieg des Fremdenverkehrs etc. Es liegt gleich hinter dem Hotel Union (S. 249), von der Rv63 den Hügel hinauf.

Flydalsjuvet

AUSSICHTSPUNKT

Wer kennt es nicht, dieses klassische Bild – gern auf Broschüren-Covern – vom überhängenden Felsen Flydalsjuvet, davor meist eine Person drapiert, die auf ein Kreuzfahrtschiff auf dem Geirangerfjord hinunterschaut? Vom Parkplatz, der mit Flydalsjuvet beschildert ist, rund 5 km von Geiranger die Stryn-Straße hinauf, bietet sich ein grandioser Blick auf den Fjord und das grüne Flusstal. Für die exakte Postkartenansicht fehlen aber noch ein paar Details.

Dazu muss man rund 150 m hinab, dann einen rutschigen und eher schlecht erkennbaren Weg zum Rand hinuntergehen. Das furchtlose Fotomotiv muss sich dann noch behutsam rund 50 m weiter zum Überhang vorwagen – wer ein Selfie aufnehmen möchte, geht am besten ganz vorsichtig rückwärts.

Dalsnibba

AUSSICHTSPUNKT

Der höchste und vielleicht grandioseste der vielen atemberaubenden Aussichtspunkte auf das Geiranger-Tal und den Fjord ist der Dalsnibba (1500 m), den man nach einer 5 km langen Mautstraße (85 nkr pro Auto) von der Rv63 aus erreicht. Ein Bus (Erw./Kind hin & zurück 180/90 nkr) fährt zwischen Mitte Juni und August dreimal täglich von Geiranger hinauf.

Aktivitäten

Seekjakfahren

Coastal Odyssey

KAJAKFAHREN, WANDERN

(91 11 80 62; www.coastalodyssey.com; Seekajaks pro Std./halber Tag 150/450/800 nkr, Kajak-Wander-Touren 800-1250 nkr) Das oft empfohlene Unternehmen befindet sich im Geiranger Camping, einen kurzen Fußweg vom Fähranleger entfernt, und wird von Jonathan Bendiksen geleitet, einem Kanadier aus den Nordwestterritorien. Er vermietet Seekajaks und bietet täglich Wander- und Kajaktouren zu vier der schönsten Ziele rund um den Fjord an.

Sie dauern fünf bis sechs Stunden und beinhalten auch eine Kombination aus Kajakfahren und leichter Wanderung. Der Flyer bezeichnet sie stolz als „die einzigen Touren in Geiranger ohne negative Auswirkungen auf die Umwelt“.

Bootsfahrten

Geiranger Fjordservice

BOOTSFAHRTEN

(70 26 30 07; www.geirangerfjord.no) Dieser Anbieter veranstaltet eineinhalbstündige Bootstouren (Erw./Kind 110/45 nkr, Juni bis Aug. 4-mal tgl.). Er betreibt einen Kiosk in der Touristeninformation von Geiranger. Von Mitte Juni bis August fahren auch einige kleinere, schnellere Boote für bis zu 15 Personen (390/190 nkr) tiefer in den Fjord hinein.

Wandern

Abseits des quirligen Fährterminals wird alles gleich viel ruhiger. Rund um Geiranger führen herrliche, markierte Wanderwege zu verlassenen Bauernhöfen, Wasserfällen und Aussichtspunkten. Ideen dafür liefert die auf Luftaufnahmen basierende Wanderkarte *Hiking Routes* (10 nkr) mit 18 markierten Wegen (Länge: 1,5–5 km).

Eine beliebte längere Tour beginnt mit einer Fahrt auf dem Ausflugsschiff des Geiranger Fjordservice. Von der Anlegestelle Skagehola führt ein steiler 45-minütiger Aufstieg zum Bauernhof Skageflå, der sich

dort an den Hang schmiegt. Anschließend kann man auf demselben Weg wieder zum Bootsanleger hinabsteigen (entweder vorher einen Termin für die Abholung vereinbaren oder das Boot heranwinken). Wer noch weiterwandern will, kann den Weg über die Berge fortsetzen und via Preikestolen und Homlung nach Geiranger zurückkehren.

Radfahren

Geiranger Adventure RADFAHREN
(47 37 97 71; www.geiranger-adventure.com; Gågata; Erw./Kind inkl. Transport, Räder, Helme & Ausrüstung 450/225 nkr) Dieser Veranstalter fährt seine Kunden hinauf zur Djupvasshytta (1038 m), von wo sie 17 km durch eine traumhafte Landschaft sanft bergab zum Fjord radeln können. Ein paar Stunden muss man schon dafür einkalkulieren. Die Fahrräder werden auch unabhängig von der Tour vermietet (50/200 nkr pro Std./Tag).

Schlafen

Die Hotels sind häufig schon monatelang im Voraus von Reisegruppen ausgebucht.

Geirangerfjorden Feriesenter CAMPINGPLATZ €
(95 10 75 27; www.geirangerfjorden.net; Grande; Stellplatz 260 nkr, Hütten ab 850 nkr; Ende April–Mitte Sept.; @) Ein hervorragender, sehr gepflegter Campinglatz mit besonders hübschen und nett eingerichteten Hütten. Gute Preise für längere Aufenthalte.

Grande Hytteutleige og Camping CAMPINGPLATZ €
(70 26 30 68; www.grande-hytteutleige.no; Rv63; Stellplatz 220 nkr, 4-Bett-Hütten mit Outdoor-Waschraum 430 nkr, mit Bad ab 980 nkr; April–Okt.; @) Wer zeltet, sollte das kleinere, nördlichere der beiden Felder wählen – es hat den besten Fjordblick. Der Campingplatz vermietet auch Seekajaks und Angelausrüstungen und vermittelt Taxiboote zu den Fjordhöfen, die nur vom Wasser aus oder zu Fuß zugänglich sind.

Geiranger Camping CAMPINGPLATZ €
(70 26 31 20; www.geirangercamping.no; Stellplatz 160 nkr; Mitte Mai–Ende Sept.; P@) Dieser Platz liegt einen kurzen Spaziergang vom Fährterminal entfernt zu beiden Ufern eines rauschenden Bergbachs. Er bietet nicht viel Schatten, ist aber sonst schön und liegt ideal, um früh am Morgen die Fähre zu kriegen.

★Westerås Gard HÜTTEN €€
(93 26 44 97; www.geiranger.no/westeras; 2-Bett-Hütten 950 nkr, Apt. 1150 nkr; Mai–Sept.) Der schöne alte und noch immer bewirtschaftete Bauernhof, von Geiranger 4 km auf der Rv63 in Richtung Grotli, liegt hoch oben über dem Getümmel am Ende einer schmalen Straße. Er bietet zwei Apartments im Bauernhaus und fünf mit Kiefer verkleidete Hütten. Die Scheune, die aus dem Jahr 1603 stammt, ist jetzt ein Restaurant, in dem Arnfinn und Iris Gerichte mit Zutaten vom eigenen Hof servieren.

Vom Bauernhof kann man in 45 Minuten zum Storsæterfossen-Wasserfall laufen und viele andere schöne Wanderungen unternehmen. Von Geirangers Zentrum sind es ca. 3 km bis Hole Bru, dort ist der Hof ausgeschildert.

Hotel Utsikten HOTEL €€
(70 26 96 60; www.classicnorway.no/hotell-utsikten; EZ/DZ 890/1380 nkr; Mai–Sept.; P@) „Ein Tempel, der den Geist belebt“, so urteilte König Rama V. von Siam, der hier 1898 während seiner großen Norwegenreise übernachtete. Das familiengeführte, 1893 erbaute Utsikten liegt hoch über Geiranger auf einem Berg (via Rv63 in Richtung Grotli) und bietet auch noch 100 Jahre später einen grandiosen Ausblick auf Stadt und Fjord. Die Zimmer sind jedoch eher klein und etwas prosaischer.

Hotel Union HOTEL €€€
(70 26 83 00; www.union-hotel.no; EZ/DZ 1600/2200 nkr; Febr.–Mitte Dez.; P@) Hoch oben auf dem Berg über der Stadt erhebt sich spektakulär das Union. Es hat eine lange Geschichte, ist heute aber ein großer, moderner Komplex, zu dem auch ein Spa mit mehreren Schwimmbecken und Sauna gehört (Tageskarte für Nichtgäste 350 nkr). In den öffentlichen Bereichen herrscht luxuriöses Flair, wie man es vom besten Hotel der Stadt erwartet, doch die Zimmer sind nichts Besonders.

Das enorme Abendbüfett (530 nkr) ist gut und auch für Nichtgäste erhältlich. Das hoteleigene **Restaurant Julie** hat auch eine regionale, saisonal variierende Karte mit mehreren Gängen (ein bis acht Gänge 325–815 nkr).

Essen & Ausgehen

Olebuda & Cafe Olé RESTAURANT €
(70 26 32 30; www.olebuda.no; Restaurant Hauptgerichte 120–135 nkr; Café 9–19, Restaurant ab 18 Uhr) Im früheren Gemischtwarenladen von Geiranger befindet sich oben ein schönes Restaurant, das verschiedene internatio-

nale Gerichte und gute regionaltypische Speisen wie Lachsroulade und hausgeräucherte Ziege serviert; Fisch und Fleisch kommen komplett aus der Region. Unten gibt's im bunten, legeren Café tollen Möhrenkuchen (45 nkr), ganztägig verschiedene Snacks und guten Kaffee.

Brasserie Posten RESTAURANT €€
(☎ 70 26 13 06; www.brasserieposten.no; Mittagessen 99–124 nkr, Abendessen 168–228 nkr; ⏲ 12–23 Uhr) Der leidenschaftliche Koch – er stammt aus der Gegend – macht die Salate, Burger, Steaks, Fischgerichte und Pizzas auf der Karte zu einem außergewöhnlichen Genuss. Er nutzt dafür Biomilchprodukte und setzt frische Kräuter und frisches Gemüse optimal ein. Der modern skandinavisch gestaltete Gastraum ist hell und stimmungsvoll, doch gegen die Terrasse am Fjord hat er keine Chance.

An einem Sommerabend ist dies der ideale Ort, um sich die Platten mit regionalem Räucherschinken, Würsten und Fisch (189 nkr) und ein Glas Slogen (helles Bier) schmecken zu lassen.

Geiranger Skysstasjon CAFÉ
(⏲ Juni–Aug. Mo-Sa 8–18, So ab 10 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Das Café mit der schwarzen Fassade bietet aus seinen großen Panoramafenstern und von den Bänken davor einen schönen Blick auf den Trubel am Hafen – aus angenehmer Entfernung. Das Café serviert tollen Cappuccino mit Jacu-Kaffee aus Ålesund und leckere, hausgemachte *boller* (Rosinenbrötchen) und *svele* (Pfannkuchen). Es hat eine Alkoholausschanklizenz und veranstaltet manchmal Quiz- und Tapas-Abende; die Termine sind vor Ort zu erfahren.

Shoppen

★Geiranger Sjokolade SCHOKOLADE
(geirangersjokolade.no; Holenaustet; ⏲ Mai–Sept., Nov. & Dez. 10–20.30 Uhr) Bengt Dahlbergs Duftschleier reicht manchmal bis zum Hafen, denn er fabriziert seine Waren im Keller eines alten Bootshauses. Einfach der Nase nach und ein paar der genialen Kreationen auswählen, wie Trüffel mit Braunkäsegeschmack oder mit Moltebeeren gefüllte Trüffel, oder sich für den sofortigen Genuss in Form von Eis oder heißer Schokolade entscheiden.

Wer außerhalb der Saison herkommt, wenn der Shop geschlossen ist, kann einfach nach unten gehen und klopfen.

Praktische Informationen

Touristeninformation (☎ 70 26 30 99; www.geiranger.no; ⏲ Mitte Mai–Mitte Sept. 9–18 Uhr) Liegt direkt neben dem Bootsanleger.

An- & Weiterreise

BUS

Mitte Juni bis Mitte August fahren täglich zwei Busse die spektakuläre Strecke über den Trollstigen nach Valldal (85 nkr, 1½ Std.) und Åndalsnes (265 nkr, 3 Std.). Wer nach Molde will, muss in Åndalsnes umsteigen. Nach Ålesund geht's über Linge.

FÄHRE

Die beliebte und absolut empfehlenswerte Fährpassage zwischen Geiranger und Hellesylt (Auto mit Fahrer 320 nkr, Erw./Kind einfach 160/79 nkr, hin & zurück 215/115 nkr ; 1 Std.) ist wohl Norwegens aufregendste Linienschiffstrecke. Von Mai bis September verkehrt es vier- bis achtmal täglich (Juni–Aug. alle 90 Min. bis 18.30 Uhr).

Fast ebenso schön ist die Strecke Geiranger–Valldal (Erw./Kind einfach 240/130 nkr, hin & zurück 370/190 nkr, 2¼ Std.), die von Mitte Juni bis Mitte August zweimal täglich befahren wird und fast schon wie eine Minikreuzfahrt ist.

Von Mitte April bis Mitte September machen die Küstenfähren der Hurtigruten auf ihrer Fahrt nach Norden einen Abstecher von Ålesund (Abfahrt 9.30 Uhr) nach Geiranger (Abfahrt 13.30 Uhr).

Hellesylt

250 EW.

Der alte Wikingerhafen Hellesylt, durch den ein donnernder Wasserfall rauscht, ist insgesamt ruhiger, doch auch weit weniger spektakulär als Geiranger.

Die Touristeninformation (☎ 94 81 13 32; ⏲ Mitte Juni–Aug. 10–17 Uhr) befindet sich in der Peer-Gynt-Galerie. Für Wanderer gibt's dort die Karte Tafjardfjella im Maßstab 1:50 000 und für Radfahrer die Hellesylt Mountain Biking Map.

Sehenswertes

Peer Gynt Galleriet KULTURZENTRUM
(Erw./Kind 120/60 nkr; ⏲ Juni–Aug. 11–19 Uhr) Diese an den Fjorden einzigartige Attraktion zeigt eine Holzreliefserie des lokalen Holzbildhauers Oddvin Parr, die die Sage von Peer Gynt illustriert, und eine 35-minütige audiovisuelle Präsentation (dreimal täglich auf Englisch). In der zugehörigen Cafeteria genießt man aus den großen Fenstern einen schönen Blick auf den Fjord.

Schlafen & Essen

Hellesylt Vandrerhjem HOSTEL €€
(70 26 51 28; www.hihostels.no/hellesylt; B 260 nkr, EZ/DZ mit Gemeinschaftsbad 390/640 nkr, DZ mit Bad 750 nkr; ganzjährig; @) Das HI-Hostel steht am Hang über Hellesylt. Es ist nicht schick, aber schön gelegen.

Wer mit dem Bus kommt, sollte den Fahrer bitten, in der Nähe zu halten – sonst muss man den langen Weg bergauf wieder zurückgehen.

Hellesylt Camping CAMPINGPLATZ €
(90 20 68 85; www.hellesyltturistsenter.no; Stellplatz 190 nkr;) Der Platz bietet zwar keinen Schatten, doch seine Lage am Fjord und die Nähe zum Fähranleger entschädigen für so ziemlich alles.

An- & Weiterreise

Einige der Fähren von Geiranger bieten im Sommer Anschluss an die Busse von/nach Stryn (115 nkr, 1 Std.) und Ålesund (195 nkr, 2¾ Std.).

Norangsdalen

Eine der faszinierendsten, aber wenig besuchten Ecken der nördlichen Fjorde ist Norangsdalen, das herrliche, versteckte Tal, das Hellesylt und die Leknes–Sæbø-Fähre auf dem idyllischen Hjørundfjord mit der Ortschaft Øye verbindet.

Die von Felsblöcken übersäte Landschaft entfaltet sich allmählich zwischen hohen schneebedeckten Gipfeln, Überresten verlassener Bauernhöfe und faszinierenden Bergseen. Im oberen Teil des Tales findet man bei Urasætra neben einem dunklen Bergsee die Ruinen mehrerer steinerner Kleinbauernhütten. Etwas weiter kann man noch die Fundamente ehemaliger Bauernhöfe unter der Oberfläche des erbsengrünen Sees Langstøylvatnet erahnen, der 1908 entstand, als ein Bergrutsch die Hänge des Keipen herunterkrachte.

Wanderer und Kletterer finden ein Eldorado in den dramatischen Gipfeln der angrenzenden Sunnmørsalpane, darunter der atem(be)raubend steile Anstieg von Øye auf den Slogen (1564 m) und von Urke die lange, ziemlich heftige Kraxeltour auf den herrlichen Råna (1586 m).

An der Straße 2 km südlich von Øye steht ein Denkmal zu Ehren eines gewissen C. W. Patchell, eines englischen Bergsteigers, der sein Herz an dieses Tal verloren hat.

Villa Norangdal HISTORISCHES HOTEL €€€
(70 26 10 84; norangdal.com; EZ/DZ 1450/1900 nkr;) Das bezaubernde Hotel, das Bergflair und urbanen Stil mischt, nahm 1885 den Betrieb auf. Nachdem es Jahrzehnte lang leer stand, begann der jetzige Besitzer, ein Nachfahre des Hotelgründers, 2007 mit der Sanierung. Sechs Zimmer sind als Hommage an jeweils eine Dekade des 20. Jhs. mit berühmten skandinavischen Design-Elementen gestaltet – z. B. norwegische Highlights von Nora Gulbrandsen und Grete Prytz Kittelsen.

Unten befinden sich ein traditionell eingerichteter, stimmungsvoller Aufenthaltsraum mit Holzfeuer, ein spektakulärer Speiseraum und ein Whirlpool im Freien. Gleich vor der Tür bieten sich tolle Möglichkeiten zum Skifahren abseits der Pisten, und im Sommer kann man in der Nähe Kajak fahren und klettern.

Hotel Union Øye HOTEL €€€
(70 06 21 00; www.unionoye.no; Zi. 1850 nkr; Mai–Sept.) Seit über einem Jahrhundert nächtigen Bergsteiger, Schriftsteller, Künstler und Könige im 1891 erbauten Hotel Union. Eingerichtet mit stilechter Kunst und gesammelten Originalmöbeln, verkleidet mit Holzpaneelen und mit eigenem altehrwürdigem Charme ist das Haus eine ungewöhnliche Augenweide. Das Restaurant serviert Mittagessen (1-/3-Gänge-Menü 195/350 nkr) und Abendessen (3-/5-Gänge-Menü 475/595 nkr).

Runde

100 EW.

Die gedrungen wirkende Insel Runde liegt 67 km südwestlich von Ålesund und ist durch eine Brücke mit dem Festland verbunden. Hier leben eine halbe Million Seevögel, ca. 230 Arten, darunter auch 100 000 Papageientaucherpaare, die im April kommen und sich bis Ende Juli hier niederlassen. Außerdem nisten Kolonien von Dreizehenmöwen, Tölpeln, Eissturmvögeln, Sturmschwalben, Tordalken, Krähenscharben und Alken sowie 70 weitere Arten.

Die schönsten Vogelkolonien – und eine der Küste vorgelagerte Seehundkolonie – bekommt man bei einem Bootsausflug (Erw./Kind 180/90 nkr) zu sehen. Vom kleinen Hafen in Runde legen dreimal täglich die Schiffe Aquila, Casablanca und Rundø ab.

Im Runde Miljøsenter gibt's eine **Touristeninformation** (90 18 34 55; www.rundecentre.no; in Runde Miljøsenter; Juni–Aug. 10–18, Mai 10–16 Uhr) und ein Café.

Schlafen

Goksöyr Camping CAMPINGPLATZ €
(☎ 70 08 59 05; www.goksoyr.no; Stellplatz 180 nkr, 2-/4-Bett-Hütten mit Outdoor-Waschraum 300/450 nkr, 4-Bett-Hütte mit Bad 500 nkr; ⏲ Mai–Sept.) Wo die Straße Richtung Norden allmählich ausläuft, liegt Goksöyr Camping mit ein paar einfachen Hütten, Zimmern und einem Campingplatz direkt am Wasser. Die freundlichen Inhaber leben schon lange auf der Insel und geben bereitwillig Tipps zu Vogelbeobachtung und Wanderwegen.

Runde Miljøsenter APARTMENTS €€€
(Umweltzentrum Runde; ☎ 70 08 08 00; www.runde centre.no; Zi. 1500 nkr, 5-Bett-Apt. 2000 nkr ; 🅿 📶)
In dieser internationalen Forschungsstation – ein Beleg für die biologische Bedeutung der Insel – finden Konferenzen und Lehrgänge statt. Sie bietet auch Unterkünfte und einen Ausstellungsbereich.

Ålesund

23 000 EW.

Ålesund, der Heimathafen der größten Kabeljaufangflotte Norwegens, quetscht sich auf eine schmale, angelhakenförmige Halbinsel. Obwohl Fischfang der wichtigste Wirtschaftszweig ist, ist Ålesund keine normale norwegische Hafenstadt. Nach einem verheerenden Brand im Jahr 1904 wurde die Stadt im geschwungenen Jugendstil wiedererbaut und stellt bis heute das vollständigste und harmonischste Jugendstilensemble in ganz Skandinavien dar.

Sehenswertes & Aktivitäten

Jugendstil Senteret MUSEUM
(Jugendstilzentrum ; ☎ 70 10 49 70; www.jugendstilsenteret.no; Apotekergata 16; Erw./Kind 75/40 nkr; ⏲ Juni–Aug. 10–17 Uhr, Sept.–Mai 11–16 Uhr) In einer früheren Apotheke, Ålesunds erstem denkmalgeschützten Jugendstilgebäude, wird heute das architektonische Erbe der Stadt dokumentiert. Allein die kunstvolle und fast vollständig erhaltene Inneneinrichtung, zu der eine geschwungene Treppe und ein sehr florales Speisezimmer gehören, ist überaus sehenswert. Daneben sind im Haus Textilien, Keramik, Möbel, Poster und andere Druckerzeugnisse zu sehen. Auch wer kein ausgewiesener Ästhet ist, wird die „Zeitmaschine“ mögen, die in 14 Minuten multimedial Ålesunds Wiederaufbau nach dem großen Brand präsentiert: „Aus der Asche zum Jugendstil“. Das Ticket berechtigt auch zum Besuch des benachbarten KUBE.

KUBE MUSEUM
(Landeskunstmusem Møre und Romsdal; Apotekergata 16; Erw./Kind 75/40 nkr; ⏲ Juni–Aug. 10–17 Uhr, Sept.–Mai Di–So 11–16 Uhr) Ålesunds wichtigstes Museum für moderne Kunst zeigt in erster Linie norwegische Künstler, gelegentlich aber auch Ausstellungen rund um Design und Architektur. Vom Museum im ersten Stock des früheren Gebäudes der Norges Bank bietet sich ein wunderbarer Blick auf den Hafen.

Das Ticket berechtigt auch zum Besuch des benachbarten Jugendstil Senteret.

Sunnmøre-Museum MUSEUM
(www.sunnmore.museum.no; Borgundgavlen; Erw./Kind 80/30 nkr; ⏲ Mai–Okt. Mo–Fr 10–16, So 12–16 Uhr, sonst Mo geschl.) Ålesunds gefeiertes Sunnmøre-Museum liegt 4 km östlich des Zentrums. Es befindet sich auf dem Gelände des ehemaligen Handelszentrums Borgundkaupangen, das vom 11. bis 16. Jh. in Betrieb war. Über 50 traditionelle Bauwerke sind hierher verpflanzt worden. Auch eine Sammlung von rund 40 historischen Schiffen ist zu sehen, darunter Nachbildungen von Wikingerschiffen sowie ein Handelsschiff aus der Zeit um 1000 n. Chr. Zum Museum fahren Busse der Linien 613, 618 und 624.

Falls die knappen Öffnungszeiten es zulassen, lohnt sich auch ein Besuch im Mittelaltermuseum, das leider oft übersehen wird. Rund um die Ausgrabungsstätten des einstigen Handelszentrums sind dort die gut erklärten Fundstücke ausgestellt. Reproduktionen mittelalterlicher Bilder zeigen das Leben der Bewohner dieser blühenden Küstensiedlung.

Atlanterhavsparken AQUARIUM
(Atlantikpark; www.atlanterhavsparken.no; Tueneset; Erw./Kind 155/75 nkr; ⏲ Juni–Aug. So–Fr 10–19, Sa 10–16 Uhr, Sept.–Mai Di–So 11–16 Uhr) In diesem Aquarium 3 km vom Zentrum an der westlichen Spitze der Halbinsel vergeht schnell ein ganzer Tag. Es führt Besucher in die von Leben nur so wimmelnde Unterwasserwelt des Nordatlantiks und in die erstaunliche Artenvielfalt der Küstengewässer und Fjorde ein. Kids können mit einer Schnur nach Krebsen angeln oder im Streichelbecken die Fische füttern, und das riesige 4-Mio.-Liter-Aquarium fasziniert einfach alle. Das Gelände hat wunderschöne Badestrände und Wanderwege (spannend auch wegen der Bunker und Flakbatterien aus dem Zweiten Weltkrieg).

Im Sommer fährt ein Sonderbus (Erw./Kind inkl. Eintritt 200/100 nkr) montags bis samstags zwischen 9.55 und 15.55 Uhr stündlich neben dem Rathaus ab.

Aalesunds-Museum MUSEUM
(www.aalesunds.museum.no; Rasmus Rønnebergs Gate 16; Erw./Kind 50/30 nkr; Mo–Fr 9–16, Sa & So 12–16 Uhr) Das Stadtmuseum illustriert die Geschichte der Robbenjagd, Fischerei, Schifffahrt und Industrie in der Sunnmøre-Region, das Feuer von 1904, den Wiederaufbau der Stadt im Jugendstil und die Besetzung durch die Nazis während des Zweiten Weltkriegs. Es beherbergt auch eine Sammlung mit Booten und Schiffen, darunter auch das Rettungsboot *Uræd* (das der unerschrockene Ole Brude 1904 über den Atlantik steuerte).

Fischereimuseum MUSEUM
(Fiskerimuseet; Molovegen 10; Erw./Kind 50/10 nkr; Mitte Mai–Mitte Sept. Mo–Fr 9–18, Sa & So ab 12 Uhr) Der 1861 erbaute Holmbua-Speicher (einer der wenigen, die das Feuer von 1904 überdauerten) zeigt Ausstellungen zur Fischerei im Wandel der Jahrhunderte und hat gesonderte Abteilungen über *klippfisk*-Stockfisch-)Produktion und Lebertranverarbeitung. Außerdem ist die Nachbildung eines wunderbaren alten Kaufmannsladens zu bewundern.

Aksla AUSSICHTSPUNKT
Die 418 Stufen den Hügel Aksla hinauf führen zum Aussichtspunkt Kniven, von dem man einen herrlichen Blick über Ålesund und die umgebenden Berge und Inseln genießt. Dazu folgt man von der Fußgängerzone Kongensgata dem Straßenverlauf der Lihauggata an der Rollon-Statue vorbei bis zum Beginn des 15-minütigen Anstiegs. Für Faulpelze gibt's auch eine Straße zum Gipfel: östlich vom Zentrum die Røysegata nehmen und der Beschilderung hinauf nach Fjellstua folgen.

Kirche von Ålesund KIRCHE
(Aspegata; Di–So 10–16 Uhr) Ålesunds 1909 erbaute Steinkirche hat einen auffällig breiten Altarraum, und jeder Quadratzentimeter des weiten Gewölbes ist mit Fresken bedeckt. Beachtenswert sind auch die Buntglasfenster, vor allem die im nördlichen Seitenschiff mit nautischen Themen.

Geführte Touren

Geführter Stadtspaziergang STADTSPAZIERGANG
(Erw./Kind 100 nkr/frei; Mitte Juni–Mitte Aug. 12–13.30 Uhr) Wer Ålesunds Architektur durch einen sachkundigen Einheimischen kennenlernen möchte, sollte sich zu dieser hervorragenden eineinhalb- bis zweistündigen Führung der Touristeninformation anmelden, die im Sommer täglich stattfindet.

62° Nord GEFÜHRTE TOUREN
(70 11 44 30; www.62.no; Skansekaia) Der sehr renommierte Veranstalter bietet verschiedene hochklassige Exkursionen wie Tiersafaris, eine Tour nach Runde, Angeltrips und Kreuzfahrten durch den Hjørundfjord. Er organisiert zudem Schlauchboot- und Jachttouren sowie maßgeschneiderte Ausflüge und verleiht auch Fahrräder und Kajaks.

Feste & Events

Midsummer Jazz JAZZ
(www.midtsommerjazz.no) Findet an einem Wochenende Ende Juni statt.

Ålesund Boat Festival BOOTE
(www.batfestivalen.no) Eine Woche planschen und paddeln in der ersten Julihälfte.

Jugendfest MUSIK
(www.jugendfest.no) In der zweiten Augusthälfte ist die ganze Stadt voll mit norwegischen und internationalen Bands.

Norwegian Food Festival ESSEN
(www.matfestivalen.no) Ein Genuss für alle Feinschmecker in der letzten Augustwoche.

Schlafen

Ålesund Vandrerhjem HOSTEL €
(70 11 58 30; www.hihostels.no; Parkgata 14; B/EZ/DZ/Apt. 285/690/890/1490 nkr; ganzjährig; @) In diesem schönen Gebäude, das in einem netten Wohngebiet ein paar Gehminuten

ABSTECHER

STORDAL

Wer auf der Rv650 zwischen Valldal und Ålesund unterwegs ist, sollte kurz in Stordal anhalten, um die Rosenkirche (Rosekyrka; Erw./Kind 30/15 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug. 11–16 Uhr) zu besichtigen. Das von außen eher bescheidene Gotteshaus wurde 1789 am früheren Standort einer Stabkirche erbaut, von der einige Elemente erhalten geblieben sind. Innen wartet dann die Überraschung: Das Dach, die Wände und jede einzelne Säule sind aufwendig in einer faszinierend naiven Variante des Hochbarock mit Heiligenporträts und Szenen aus der Bibel bemalt.

Ålesund



vom Hafen liegt, gibt's geräumige, makellose Zimmer und eine große Selbstversorgerküche. Frühstück ist inbegriffen. Die meisten Doppelzimmer haben ein eigenes Bad, die Apartments sind groß genug für eine Familie und verfügen über Küche und Meerblick.

Volsdalen Camping

CAMPINGPLATZ €

(✆ 70 12 58 90; www.volsdalencamping.no; Volsdalsberga; Stellplatz 150, 2-/4-Bett-Hütten mit Outdoor-Waschraum 550/950 nkr, mit Bad 1350 nkr; ganzjährig) Der Platz 2 km östlich des Zentrums ist der Stadt am nächsten und wirkt ausgesprochen freundlich. Er wird überwiegend mit Wohnwagen und Wohnmobilen sowie von Hüttengästen genutzt, hat aber am andern Ende auch eine Wiesenfläche für Zeltcamper. Anfahrt mit den Bussen der Linien 613, 614, 618 und 624.

Scandic Hotel Ålesund

HOTEL €€

(✆ 21 61 45 00; www.scandichotels.com; Molovegen 6; EZ/DZ 1060/1255 nkr; @) Für dieses Hotel spricht einiges, nicht nur die tolle Lage. Alle Zimmer haben Parkett und sind im klaren, hellen skandinavischen Stil eingerichtet. Die meisten erhaschen einen Blick auf den Hafen, unschlagbar sind jedoch die Juniorsuiten: Sie sind nicht nur groß, sondern punkten mit fantastischen „Aussichtsfenstern", durch die das Meer zum Greifen nah scheint.

Rica Scandinavie Hotel

HOTEL €€

(✆ 70 15 78 00; www.rica.no; Løvenvoldgata 8; EZ/DZ 895/1095 nkr; P @) Ålesunds ältestes Hotel, das erste, errichtet nach dem Brand von 1904, hat wirklich schöne Jugendstilelemente. Leider wirken die öffentlichen Bereiche etwas vernachlässigt und die Zimmer sind im durchschnittlich langweiligen Hotelketten-Stil gestaltet. Dafür liegt das Haus zentral und hat manchmal tolle Sonderangebote.

★ Hotel Brosundet

HOTEL €€€

(✆ 70 11 45 00; www.brosundet.no; Apotekergata 5; EZ/DZ 1330/1530, DZ mit Ausicht 1730 nkr; P @)



Ålesund

Highlights
1 Jugendstil Senteret A4

Sehenswertes
2 Aalesunds-Museum C3
3 Aksla F2
4 Fischereimuseum A2
5 Kniven-Aussichtspunkt F2
6 KUBE A4
7 Rollon-Statue D2

Aktivitäten, Kurse & Touren
8 62° Nord C1

Schlafen
9 Ålesund Vandrerhjem E3
10 Clarion Collection Hotel Bryggen B3
11 Hotel Brosundet B3
12 Rica Scandinavie Hotel D3
13 Scandic Hotel Ålesund B2

Essen
14 Anno B4
15 Invit B3
16 Lyspunktet D3
Maki ..... (siehe 11)
17 Nomaden B3
18 XL Diner C2

Ausgehen & Nachtleben
19 Apoteker'n A4
20 Jacu Coffee Roastery E3
21 Milk C2
22 Piano D3

Shoppen
23 Celsius E4
24 Ingrids Glassverksted A2
Invit Interior ..... (siehe 15)
25 Trankokeriet Antikk A2

Das von den Stararchitekten Snøhetta umgestaltete ehemalige Lagerhaus direkt am Wasser ist eines der charmantesten Hotels in Norwegen. Wunderbare alte Holzbalken und unverputzte Mauern treffen auf modernen Stil und Komfort. Die Schlafzimmer sind mit Möbeln aus Weißeiche eingerichtet, die Bäder liegen hinter Milchglaswänden und auf den Betten sind brauner Samt und Schafsfelle drapiert.

Das Frühstück wird im eleganten Restaurant Maki auf der Hafenseite serviert. Wem einfacher Luxus nicht genügt, der kann „Zimmer" 47 buchen, den früheren Leuchtturm Molia, in dem ein rundes Bett steht.

Clarion Collection Hotel Bryggen HOTEL €€€ (☎ 70 10 33 00; www.nordicchoicehotels.no; Apotekergata 1-3; EZ/DZ ab 1380/1580 nkr; @) In einem umgebauten Fischlagerhaus befindet sich diese hervorragende Unterkunft mit schöner hoher Lobby und Lounge-Bereich. Die schicken Zimmer sind in maritimem Stil gestaltet und die Deluxe-Varianten sind riesig. Nette Extras wie eine leichte Abendmahlzeit und jederzeit kostenlose Waffeln sowie eine Gästesauna sind im Preis inbegriffen.

Essen

In Ålesund gibt es viele gute Restaurants der oberen Preisklasse, nicht ganz so groß ist die Auswahl im mittleren Preissegment. Highlights sind Fisch und Meeresfrüchte; unbedingt probieren sollte man die frischen Garnelen, die es am Hafen an der Skansegata direkt von den Fischerbooten zu kaufen gibt.

★ **Jacu Coffee Roastery** CAFÉ (www.jacu.no; Parkgata 18; Sandwichs 99 nkr; ⊙ Mo–Fr 9–15, Sa & So 10–14 Uhr) In diesem einfühlsam restaurierten Industriegebäude hat

die renommierteste Kaffeerösterei der Westküste ihr Hauptquartier. Hier gibt's Espresso und nach Wunsch zubereiteten Filterkaffee, Frühstücksgebäck und Sandwichs zum Mittagessen. Wer mehr über die norwegische Kaffeeszene erfahren möchte, kann eine Verkostung und einen Kurs besuchen. Das Café schenkt nicht nur den besten Kaffee aus, sondern veranstaltet auch Kunstausstellungen.

Apoteker'n CAFÉ

(✆ 70 10 49 70; Apotekergata 16; Sandwichs ca. 50 nkr; ⏲ Juni–Aug. 10–17 Uhr, Sept.–Mai Di–So 11–16 Uhr) Das stilvolle, freundliche kleine Café im Jugendstil Senteret (S. 252) offeriert ausgezeichneten Kaffee und Kuchen sowie eine gute Mittagskarte mit Sandwichs und Salaten aus erstklassigen regionalen Produkten von Matbuda, einem Lieferanten aus Stranda.

Nomaden CAFÉ €

(✆ 97 15 89 85; Apotekergata 10; Sandwichs 79 nkr; ⏲ 11–17 Uhr) Das unauffällige Café gehört zum benachbarten Antiquitätenladen und serviert Sandwichs, große Stücke Kuchen sowie frischen Kaffee. Außerdem zeigt es wechselnde Kunstausstellungen.

Invit CAFÉ €€

(✆ 70 15 66 44; www.invit.no; Apotekergata 9; Salate 135 nkr, Do abends Meeresfrüchtebüffet 300–450 nkr; ⏲ Mo–Fr 8.15-16.30, Do 18–24, Sa 10–16.30 Uhr) Das Invit bereitet den besten Kaffee in Ålesunds Zentrum zu und ist das stilvollste Mittagsrestaurant der Stadt. Die täglich wechselnden kreativen Salate sind superfrisch, die gesunden Suppen wärmen angenehm und die nussigen, aromatischen Kuchen sind hausgemacht. Wenn die straßenseitige Bar voll ist, kann man unten an einem der schönen großen Holztische Platz nehmen.

Die Liebe zum Detail beschränkt sich nicht nur auf die Dekoration, selbst das kostenlose Wasser mit Beeren- oder Zitronengeschmack ist ein Genuss. Wer das Glück hat, an einem Donnerstagabend hier zu sein, sollte für das wöchentliche Meeresfrüchtebüfett mit passendem sorgfältig ausgewähltem Wein reservieren.

Lyspunktet CAFÉ, RESTAURANT €€

(www.lyspunktet.as; Kipervikgata 1; Hauptgerichte 129–169 nkr; ⏲ Di–Fr 10–22, Sa & So 12–17 Uhr) In diesem supergünstigen Lokal sitzen die jugendlichen Besucher auf niedrigen Sofas. Kaffee und Softdrinks werden kostenlos nachgefüllt, und die Sandwichs mit Pulled Pork auf Westküstenart und Krautsalat erfreuen sich genau wie die Fischsuppe bei den Einheimischen großer Beliebtheit. Internationale Café-Gerichte wie Chili con Carne sind ebenso im Angebot wie Focaccia à la Sydney.

Anno NORWEGISCH, PIZZA €€€

(✆ 71 70 70 77; Apotekergata 9B; Hauptgerichte 235–335 nkr, Pizza 139–189 nkr; ⏲ Mo–Do 11–23, Fr & Sa bis 3 Uhr) Das gehobene Restaurant am Ufer zieht ein junges Publikum an und eignet sich für viele Gelegenheiten. Klasse sind die Holzofenpizzas, die man in der Lounge bestellen kann; um abends ganz förmlich zu speisen, kann man auch einen Tisch reservieren. Bei allen Gerichten ist die Herkunft des Hauptbestandteils angegeben, etwa Kalbfleisch vom Sognefjord und Fisch von, tja, direkt vor der Tür.

Die Fischsuppe mit großzügigen Portionen Fisch, Jakobsmuscheln, Rogen und zartem Schaum ist einfach fantastisch. Die Küche ist bis 22 Uhr geöffnet.

Maki FISCH & MEERESFRÜCHTE €€€

(✆ 70 11 45 00; Apotekergata 5; feste 5-/7-Gänge-Menüs 720/850 nkr, Hauptgerichte 345 nkr) Der Küchenchef des Restaurants im Hotel Brosundet, das direkt am Hafen liegt, verdiente sich seine Sporen als Schiffskoch, und seine Kontakte zu den Fangschiffen sorgen dafür, dass hier die besten Meeresfrüchte an der ganzen Küste auf den Tisch kommen. Die Gerichte haben internationalen Touch, sind aber einfach gehalten und rücken die kulinarischen Gaben des Meeres in den Mittelpunkt. Nicht nur in der straßenseitigen Bar kann man nett ein Glas Wein trinken, sondern auch unten am Kamin.

XL Diner FISCH & MEERESFRÜCHTE €€€

(✆ 70 12 42 53; Skaregata 1; Hauptgerichte 289-340; ⏲ Mo–Sa 117–24 Uhr) Das Fischrestaurant im Obergeschoss mit Blick über den Hafen ist (anders als sein Name vermuten lässt) alles andere als ein gewöhnlicher, schmuddeliger Imbiss. Verführerisch präsentierter *klippfisk* (Stockfisch) säumt den Eingang und macht klar, was hier die Spezialität ist. Das typisch norwegische Gericht wird in unterschiedlichsten kulinarischen Varianten serviert, etwa nach Genueser Art (mit Pesto und Kartoffeln) oder spanisch (mit „roter" Soße).

Zudem gibt's lokale Spezialitäten wie in der Pfanne gebratene Kabeljauzungen mit Muscheln und Sour Cream (140 nkr), einen zünftigen Fischteller (340 nkr) und Steaks (310 nkr).

Ausgehen & Nachtleben

Milk BAR
(Skateflua 1B; Di–Do 15–1, Fr & Sa bis 2.30 Uhr) Die sehr stilvolle, lange geöffnete Bar mit großen Fenstern liegt direkt am Wasser. Man weiß zwar, dass auch erwachsene Norweger gerne mal ein Glas des weißen Getränks zu sich nehmen, doch hierher kommen die Einheimischen eher wegen der guten Weine, Fassbiere und Cocktails. Der Name stammt von der früheren Funktion des Gebäudes als Milchlieferdepot.

Piano BAR
(Kipervikgata 1b; Di–Do 18–2, Fr 15–3, Sa 12–3 Uhr) Eine relaxte Bar mit steilem Hanggarten dahinter; manchmal nutzen Bands das flache Dach als Bühne. Es gibt 28 Biersorten und das Publikum ist jung und fröhlich.

Shoppen

Invit Interior HAUSHALTSWAREN
(70 15 66 44; Apotekergata 9; Di–Sa 11–16.25 Uhr) Für eine derart designbewusste Stadt ganz angemessen, verkauft dieses Geschäft die besten kreativen modernen Möbel sowie skandinavische Küchenutensilien und Haushaltsgeräte

Trankokeriet Antikk ANTIQUITÄTEN
(70 12 01 00; www.trankokeriet.no; Molovegen 6b; Mo–Sa 10–17 Uhr) Das bunte Gewirr in diesem Antiquitätenladen ist ein Traum für jeden Sammler. Schnäppchen wird man hier zwar kaum finden, doch die Auswahl an Kuriositäten aus der Seefahrt, traditionellem norwegischen Kunsthandwerk, Keramiken der bekanntesten norwegischen Designer aus der Mitte des vorigen Jhs. sowie an Dingen, die sich kaum beschreiben lassen, ist erstaunlich. Auch die exzentrische Kaffeebar ist wirklich hinreißend.

Ingrids Glassverksted GLASWAREN
(www.ingridsglassverksted.no; Molovegen 15; Mo–Fr 10–17, Sa 10–15 Uhr) Der Laden bietet alles von praktischen und geschmackvollen Gläsern, Schalen und Schmuckstücken bis hin zu kuriosen Hühnern in allen Farben und mit stacheligen Hahnenkämmen.

Celsius GLAS
(www.celsius-glass.com; Kaiser Wilhelmsgata 52; Di–Sa 10–16, Do bis 18 Uhr) „Luxus für jeden Tag" ist das Motto dieses kleinen Glasstudios und das Design der Einzelstücke ist tatsächlich durchgehend stilvoll, aber funktional. Der Brennofen ist vorne, der Laden hinten.

Praktische Informationen

Touristeninformation (70 15 76 00; www.visitalesund-geiranger.com; Skaregata 1; Juni–Aug 8.30–18 Uhr, Sept.–Mai Mo–Fr 9–16 Uhr) Die Broschüre *Along the Streets of Ålesund* (30 nkr) beschreibt einen Rundgang zu den architektonischen Highlights der Stadt.

An- & Weiterreise

BUS

Expressbusse fahren von/nach Bergen (686 nkr, 9¼ Std., 1- bis 3-mal tgl.), Hellesylt (190 nkr, 2¾ Std., bis zu 5-mal stündl.), Molde (155 nkr, 1½ Std., stündl.), Oslo (915 nkr, 12½ Std., 2-mal tgl.), Trondheim (1094 nkr, 7½ Std., 1- bis 3-mal tgl.) über Molde (173 nkr, 2¼ Std.) und Stryn (304 nkr, 3¾ Std., 1- bis 4-mal tgl.).

FÄHRE

Eine Schnellfähre düst täglich die Küste hinunter nach Måloy (3¾ Std.).

Von Mitte April bis Mitte Oktober macht die Küstenfähre der Hurtigruten einen beliebten Abstecher nach Geiranger, Abfahrt um 9.30 Uhr.

FLUGZEUG

Norwegian bietet im Sommer Direktflüge nach Edinburgh und London (Gatwick). National werden Bergen (3-mal tgl.), Trondheim (2-mal tgl.) und Oslo (bis zu 10-mal tgl.) angeflogen.

Unterwegs vor Ort

Der Flughafen von Ålesund liegt auf der Insel Vigra, die mit der Stadt durch einen Tunnel verbunden ist. **Flybussen** (www.flybussen.no; 115 nkr, 20 Min.) bietet für die Inlandsflüge einen Shuttledienst, der etwa eine Stunde vor Abflug vom Skateflukaia und am Busbahnhof abfährt.

Vorgelagerte Inseln rund um Ålesund

Wer mit dem eigenen Fahrzeug unterwegs ist, kann von Ålesund aus die vier vorgelagerten Inseln Valderøy, Vigra, Giske und Godøy zu einem schönen Tagesausflug kombinieren. Alle vier bieten tolle Gelegenheiten zu kurzen Küsten- oder Bergwanderungen.

Godøy

Auf der Nordspitze der am weitesten entfernten Insel Godøy steht beim Fischereizentrum Alnes ein malerischer, ganz aus Holz erbauter Leuchtturm (Erw./Kind 20/10; Juni–Aug. 12–18 Uhr) aus dem Jahr 1876. Wer über die fünf Etagen bis zum Ringbalkon hinaufsteigt, fühlt sich dort oben wie am En-

de der Welt. Auf jeder Etage sind Gemälde des in Godøy lebenden norwegischen Künstlers Ørnulf Opdahl ausgestellt.

Giske

Giske war die Heimat von Gange-Rolv (in Frankreich als Rollon bekannt), den aber auch die Insel Vigra für sich beansprucht. Der Wikingerkrieger und Vorfahr von Wilhelm dem Eroberer belagerte Paris und gründete anschließend 911 das Herzogtum Normandie. Hauptsehenswürdigkeit der Insel ist ihre wunderschöne Kirche (Erw./Kind inkl. Führung 20/10 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Sa 10–17, So 13–19 Uhr) aus dem 12. Jh. Sie ist größtenteils aus Marmor erbaut und ihre Schmuckstücke sind das Altarbild und die Kanzel, beide kunstvoll aus Buntmarmor gemeißelt. Das Makkevika-Moor hingegen ist ein Eldorado für Vogelliebhaber. Heute ist es eher für sein jährliches freies Musikfestival bekannt (www.verdensbestefestival.no, auf Norwegisch). Hier gibt's am letzten Samstag im Juli aus allen Musiksparten was auf die Ohren.

Valderøy

Auf Valderøy fand man in den Skjonghellaren-Höhlen Knochen von Polarfüchsen, Seeottern und Ringelrobben sowie mindestens 2000 Jahre alte Spuren menschlicher Besiedlung. Die Höhlen liegen im Nordwesten der Insel und sind über einen 500 m langen, windigen Weg zu erreichen, der vom Parkplatz zwischen Klippen und Meer entlangführt.

Vigra

Auf Vigra liegen der Flughafen von Ålesund und der lange weiße Sandstrand Blindheimssanden (auch Blimsand genannt).

Molde

19 900 EW.

Molde schmiegt sich an die Ufer des weitläufigen Mündungsgebiets des Romsdalsfjords. Dank seines fruchtbaren Bodens, der üppigen Vegetation und des milden Klimas ist es als „Stadt der Rosen" bekannt. Vor allem aber macht die Stadt alljährlich im Juli mit ihrem Jazzfestival Furore.

Das moderne Molde ist zwar architektonisch nicht weiter aufregend, aber eine freundliche, angenehm kompakte Stadt, deren Küstenlandschaft an Neuseeland oder die Puget-Bucht von Seattle erinnert. Wer den Vergleich wagen will, fährt am besten zum Aussichtspunkt auf dem Varden, 400 m oberhalb der Stadt, oder macht die einstündige, markierte Wanderung dorthin.

Sehenswertes

Romsdalmuseet MUSEUM
(www.romsdalsmuseet.no; Per Amdamsveg 4; Park 8–22 Uhr) GRATIS In diesem Freilichtmuseum stehen fast 50 alte Gebäude, die aus der Region um Romsdal hierher verpflanzt wurden. Neben Scheunen, Bauern- und Lagerhäusern gibt es auch eine kurze Straße mit typischen Stadthäusern und einer kleinen Kapelle, deren Verzierungen aus verschiedenen alten Kirchen stammen. Nach einem Streifzug durch das große Gelände können Besucher im **Bygata** eine Pause einlegen, einem Stadthaus, das im Sommer als Café dient. Im Sommer gibt's auch interessante **Führungen** (Erw./Kind 80 nkr/frei; Juni–Mitte Aug. 11–15 oder 18 Uhr).

Fischereimuseum MUSEUM
(Fiskerimuseet; Hjertøya; Erw./Kind 80/50 nkr; Mitte Juni–Anfang Aug. 12–17 Uhr) Nach einer zehnminütigen Überfahrt vom Torget-Terminal in Molde erreicht man die kleine Insel Hjertøya, auf der sich dieses Freilichtmuseum befindet. Das Museum mit einer alten Lebertranfabrik, Landhäusern und Fischerhütten, einer winzigen Schule und etlichen Booten dokumentiert die Kultur der Küstenfischer an der Mündung des Romsdalsfjords ab Mitte des 19. Jhs. Während der Öffnungszeiten pendelt stündlich zwischen 11 und 17 Uhr eine Fähre (Erw./Kind 100 nkr/frei) zwischen Molde und der Insel; die Tickets kauft man in der Touristeninformation.

Schlafen

Die Touristeninformation vermittelt einige Privatzimmer (ab 500 nkr pro Pers.), meist mit Einrichtungen für Selbstversorger. Während des Jazzfestivals öffnet 3 km westlich des Zentrums der große Campingplatz „Jazzcampen".

Kviltorp Camping CAMPINGPLATZ €
(71 21 17 42; www.kviltorpcamping.no; Fannestrandveien 142; Stellplatz 190 nkr, 2-Bett-Hütte 620 nkr, 4-Bett-Hütte mit Dusche 950–1020 nkr) Der Campingplatz liegt am Fjord und am Ende der Flughafenrollbahn – aber zum Glück herrscht sehr wenig Flugverkehr. Die hell und hübsch eingerichteten Hütten werden ganzjährig vermietet. Der Bus 214 und der Flybussen fahren direkt vorbei.

Molde Fjordstuer BOUTIQUEHOTEL €€
(71 20 10 60; www.havstuene.no; Julsundvegen 6; EZ/DZ 890/1090 nkr; P) Das einladende Fjordstuer ist ein modernes Businesshotel, das architektonisch an die massiven, gedrungenen Formen traditioneller Fischerhäuschen angelehnt ist. Die Superior-Zimmer haben Fjordblick und Balkon. Zum Hotel gehören zwei Meeresfrüchterestaurants.

Rica Seilet Hotel HOTEL €€€
(71 11 40 00; www.rica.no; Gideonvegen 2; EZ/DZ 1195/1445 nkr; P @) Das hoch aufgeschossene Hotel ragt wie ein riesiges silbernes Segel in den Sund hinaus. Es ist zwar ein typisches Kettenhotel, aber dennoch sehr angenehm; die Zimmer haben große Panoramafenster mit herrlicher Aussicht. In der Lobby-Bar am Ufer kann man super Schiffe beobachten, in der Skybar im 15. Stock Wolken und Meer.

Quality Hotel Alexandra HOTEL €€€
(71 20 37 50; www.choice.no; Storgata 1-7; EZ/DZ 1280/1440 nkr; P @) Architektonisch ist es zwar nicht so aufregend wie die Uferhotels Fjordstuer und Seilet, doch die Einrichtung ist sehr nett und die meisten Zimmer haben Balkon mit Meerblick.

Essen & Ausgehen

Rød CAFÉ €
(71 20 30 00; Storgata 19; Suppen/Salate 50–139 nkr, Hauptgerichte 139–189 nkr; Mo–Do 11–23, Fr & Sa bis 2, So 13–21 Uhr) Im Erdgeschoss der größten Studentenunterkunft der Stadt gibt's den ganzen Tag lang preiswerte Mahlzeiten, und im Lauf des Abends wird die fröhliche Atmosphäre immer lärmiger. Die Tagesangebote (145 nkr), ob nun Rentiereintopf oder Spaghetti Carbonara, sind darauf ausgerichtet, dass das junge Volk auch richtig satt wird. Während des Moldejazz ist hier bis 3 Uhr früh geöffnet.

Fole Godt CAFÉ, BÄCKEREI €
(93 09 13 33; Amtmann Krohgs Gate 5; Sandwichs & Salate 90–110 nkr; Mo–Sa 7.45–17 Uhr) Warmes, einladendes Café mit einer riesigen Palette an Sandwichs, Pizzastücken, Brötchen und Kuchen.

Gorvell NORWEGISCH €€€
(www.xn-grvell-bya.no; Storgata 19; Hauptgerichte 295–315 nkr) Auf der Karte des elegantesten Restaurants der Stadt stehen wunderbare regionale Produkte wie Heilbutt und Krabben aus Averøya. Wer aber an der Küste schon eine Überdosis Fisch und Meeresfrüchte verputzt hat, bekommt hier auch gutes Rind- und Rentierfleisch.

Vertshuset NORWEGISCH €€€
(71 20 37 75; Storgata 1-7; Restaurant Hauptgerichte 279–319 nkr, Bistro Hauptgerichte 129–199 nkr) Das Restaurant des Hotel Alexandra ist mit schöner Holzvertäfelung und Ziegeln ausgestattet. Neben der Bistrokarte mit Pasta, Salat und Sandwichs hat es auch eine verlockende Abendkarte mit Kreationen wie Lammfilet in Rotweinsoße an ingwerglasiertem Gemüse.

Syd WEINBAR
(www.motsyd.no; Fjordgata 3; Mo–Sa ab 11.30 Uhr) Nein, „Syd" ist nicht der Name des Wirts, sondern dessen bevorzugte Himmelsrichtung – nämlich Süden. In diese Richtung blickt auch die Terrasse der Weinbar – der Panoramablick über den Fjord verführt zum Träumen. Die Weine (Rotwein vorwiegend aus Italien, Weißwein aus Frankreich) ergänzt der Wirt Jan Erik Nyland perfekt mit seinen *prosciutto*-Platten (125 nkr).

Praktische Informationen

Touristeninformation (71 20 10 00; www.visitmolde.com; Torget 4; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 9–18, Sa 9–15, So 12–17, sonst Mo–Fr 8.30–16 Uhr) Die freundliche Touristeninformation im Toget, dem Hauptplatz in der Nähe des Fährterminals, ist super mit Informa-

MOLDEJAZZ

Jedes Jahr im Juli zieht **Moldejazz** (www.moldejazz.no) bis zu 100 000 Fans an, aber auch zahlreiche Stars – hauptsächlich skandinavischer Herkunft, doch vereinzelt auch große internationale Namen wie Sonny Rollins, Bobby McFerrin und Herbie Hancock.

Die ganze Stadt feiert von Montag bis Samstag durch. Von den über 100 Konzerten ist ein gutes Drittel gratis, aber auch die Großevents sind mit 50 bis 600 nkr durchaus erschwinglich.

In der Perspiration Hall kommen traditionelle Jazzer ins Schwitzen, die Publikumslieblinge treten im Freien in der Nähe des Romsdalsmuseet auf und ab Mittag gibt es vor dem Rathaus zahlreiche Begleitveranstaltungen (einschließlich einer täglichen Straßenparade).

Alle Infos über die diesjährigen Veranstaltungen stehen auf der Website.

tionsmaterialien ausgestattet. Sie verkauft *Molde Fraena* (1:50 000), die beste Wanderkarte der Umgebung.

An- & Weiterreise

AUTO & MOTORRAD

Auf der Fahrt über die Rv64 nach Norden bietet der Tussentunnelen eine Abkürzung, die gut 15 Minuten spart.

BUS

Busse fahren stündlich landeinwärts nach Kristiansund (195 nkr, 1½ Std.). Attraktiver und kaum länger ist die Küstenstrecke über Atlanterhavsveien.

Es gibt auch regelmäßige Verbindungen von/nach Ålesund (62 nkr, 2¼ Std., stündl.) und Åndalsnes (148 nkr, 1½ Std., bis zu 8-mal tgl.).

FÄHREN

Die Küstenfähren der Hurtigruten Richtung Norden legen um 22 Uhr ab (Mitte Sept.–Mitte April um 18.30 Uhr); die nach Süden um 21.30 Uhr. Auch Schnellfähren verkehren von Molde aus. Das Terminal der Schnellboote befindet sich am Hauptplatz Torget.

FLUGZEUG

Moldes **Flughafen Årø** (✆ 67 03 23 10) liegt 5 km östlich des Zentrums an der Küste. Der Regionalbus Nr. 701 (35 nkr, 10 Min.) fährt am Busbahnhof ab und hält stündlich mindestens einmal am Flughafen. Täglich gibt es bis zu sechs Flüge mit SAS und Norwegian von/nach Oslo; Widerøe bietet täglich zahlreiche Flüge nach Bergen und mehrere nach Kristiansund und Trondheim.

Rund um Molde

Ona

Das wunderschöne Inselchen Ona mit seinen nackten Felsenlandschaften und dem hübschen Leuchtturm ist bis heute die Heimat einer Fischergemeinde. Ein Besuch der Insel ist ein beliebter Tagesausflug von Molde aus. Wer sich für den Zweiten Weltkrieg interessiert, kann unterwegs bei der **Gossen Krigsminnesamling** (⏲ Juli–Mitte Aug. Mo–Fr 8.30–15.30 Uhr) Station machen. Hier befindet sich eine ehemalige Flugpiste der Nazizeit, die von russischen Kriegsgefangenen auf der flachen Insel Gossen gebaut wurde. Die verlassene Sommerhaussiedlung Bjørnsund ist ebenfalls einen kurzen Zwischenstopp wert.

Von Molde lässt sich ein Tagesausflug nach Ona prima mit öffentlichen Verkehrsmitteln bewerkstelligen. Um 8 Uhr fährt die Buslinie 561 zum Fähranleger in Småge; um 9.35 Uhr legt die Fähre ab und nimmt eine wunderschöne Strecke mit Zwischenstopps auf drei Inseln, bevor sie um 11.10 Uhr in Ona festmacht. Rein theoretisch wäre es möglich, durch Ona zu hecheln und um 12 Uhr wieder in die Fähre zu steigen. Aber viel entspannter ist es, die Fähre um 15.35 Uhr und den Bus um 17.10 Uhr zu nehmen, der um 18.35 Uhr wieder in Molde ankommt. Wer motorisiert ist, lässt sein Auto am besten in Småge stehen (auf der Insel stört's nur) und nimmt die Fähre.

Bud

Die Küstenstraße Rv63 zwischen Molde und Kristiansund ist eine landschaftlich reizvolle Alternative zur schnelleren E89. Auf der Strecke liegt das rustikale kleine Fischerdorf Bud, das sich um einen kompakten kleinen Hafen drängt. Kaum zu glauben, dass es im 16. und 17. Jh. das größte Handelszentrum zwischen Bergen und Trondheim war.

An Wochentagen fährt vier- bis siebenmal täglich der Bus Nr. 352 zwischen Molde und Bud (1 Std.).

Sehenswertes

Küstenfestung Ergan FESTUNG

(Ergan Kystfort; Erw./Kind 80/35 nkr; ⏲ Juni–Ende Aug. 10–18 Uhr) Diese Verteidigungsanlage, heute ein Museum und Mahnmal für den Zweiten Weltkrieg, wurde 1940 von Nazisoldaten errichtet. Verschiedene Rüstungsanlagen und ein Netz von Bunkern und Soldatenquartieren ziehen sich um den Hügel, während tief im Berg versenkt Krankenzimmer und Vorratslager untergebracht sind.

Räucherhütte Draagen FABRIK

(✆ 95 86 44 25; ⏲ nach Vereinbarung) Petter Aune hat diese Räucherkammer errichtet, in der frisch gefangener Aukra-Lachs mit naturreinem Holz aus der Region und frischen Kräutern geräuchert wird. Sie ist eine der letzten in Norwegen und der hier geräucherte Lachs hat tatsächlich dieses ganz einzigartige „smakupplevelse", dessen zarter Schmelz auf der Zunge zergeht. Man kann beim Räuchern zuschauen, probieren und kaufen.

Essen

Bryggjen i Bud FISCH & MEERESFRÜCHTE €€

(✆ 71 26 11 11; www.bryggjen.no; Hauptgerichte 150–180 nkr; ⏲ Juli–Aug. Mo–Sa 12–21 Uhr, sonst Mo–Do 12–18, Fr & Sa 12–20 Uhr) Der schlichte Laden zieht Gäste aus der ganzen Umgegend an.

„Die Leute weinen, wenn sie vor verschlossener Tür stehen“, meint die Dame im bergauf gelegenen Besucherzentrum. Ob sie da nicht ein ganz klein bisschen übertreibt? Sie kommen wegen der deftigen Küstengerichte: Fischsuppe, zwei Sorten Fischbällchen, gesalzener Kohlfisch und natürlich Klippfisch, denn Norwegens größte Klippfisch-Trockenhallen liegen nur ein paar Häuser weiter.

Averøy

Averøy ist so still und von so wilder Schönheit wie die vorgelagerten norwegischen Inseln, punktet aber zusätzlich mit einer Tunnelverbindung nach Kristiansund und direktem Zugang zur großartigen Atlantikstraße. Wer die Küste hinunterfahren oder die Atlantikstraße erleben will, für den sind die Dörfer hier an der felsigen, vom Meer gepeitschten Küste eine viel romantischere Basis als Kristiansund. Alle hier genannten Unterkünfte bieten entweder täglich Abendessen oder aber Einrichtungen für Selbstversorger.

Sehenswertes & Aktivitäten

Stabkirche von Kvernes KIRCHE
(Fv247, Kvernes; Erw./Kind 50 nkr/frei; Ende Juni–Mitte Aug. 10–17 Uhr) Diese toll gelegene Stabkirche stammt aus dem frühen 14. Jh. und wurde im 17. Jh. runderneuert. Im Inneren ist ein großes 300 Jahre altes Votivschiff zu bestaunen und ein ungewöhnliches Altarbild aus dem 15. Jh. mit der Jungfrau Maria im Zentrum. Im Gegensatz zu vielen Altarbildern, die während der Reformation zerstört wurden, hat es diese Zeit überdauert, wurde aber 1695 durch lutherische Elemente ergänzt. Später hatte die Kirche erneut Glück: Als 1893 nebenan eine größere Kirche entstand, entging sie nur knapp dem Abriss.

Sveggvika Dive Resort TAUCHEN
(www.sveggvika.com; geführte Tauchgänge ab 250 nkr/Pers.) Dieser Tauchanbieter arrangiert Tauchgänge zu Wracks und zur vielfältigen Korallen- und Fischwelt in diesem Teil der Westküste. Er verleiht komplette Tauchausrüstungen und bietet PADI-Kurse und ganze Pakete samt Unterkunft an.

Schlafen

★ Sveggvika PENSION, HÜTTEN €€€
(✆ 40 01 81 92; www.sveggvika.com; Seivågneset; DZ 1450;) Wer mag, bleibt einfach im Bett und beobachtet, wie die Reflektionen winziger rosa Wölkchen über das ruhige Wasser der Bucht wandern oder wie ein heftiger Nordseesturm heranfegt – die stilvollen, wenn auch einfachen Zimmer in diesem umgebauten *klippfisk*-Lagerhaus aus den 1920er-Jahren sorgen dafür, dass man sich bei jedem Wetter gut in die Küstenlandschaft integriert fühlt. Frühstück und Abendessen sind großartig.

Håholmen Havstuer HISTORISCHES HOTEL €€€
(✆ 71 51 72 50; www.haholmen.no; Håholmen; DZ 1900 nkr; Ende Juni–Mitte Aug.) Das bezaubernde „Hotel“ ist eigentlich ein ehemaliges kleines Fischerdorf auf einem eigenen Inselchen direkt vor Averøy. Die Unterkünfte sind Cottages aus dem 18. und 19. Jh., meist für zwei Personen, manche haben auch mehrere Schlafzimmer. Einige sind rustikaler mit unverkleidetem Holz, doch Charme haben alle. Das Restaurant Ytterbrugga serviert superfrischen Fisch.

Geparkt wird auf der Insel Geitøya am Atlanterhavsveien, von dort bringt ein Motorboot die Gäste in fünf Minuten zur Insel. Es fährt zwischen 11 und 21 Uhr stündlich oder nach Vereinbarung vom Parkplatz an der Straße ab.

Skjerneset Bryggecamping HÜTTEN €
(www.skjerneset.com; Ekkilsøy; Stellplatz 190 nkr, 2-Bett-Fischerhütten 450 nkr, 4-Bett-Hütte 820 nkr) Die Hütten am Ufer haben schöne Aussicht aufs Meer, die man von niedlichen Terrassen genießen kann. Einfache Zimmer gibt's auch in einem früheren Lagerhaus für Fisch. Die Besitzer, ehemalige Berufsfischer, organisieren mit ihren Booten Hochseeangeltouren. Man kann aber auch ein Boot mit oder ohne Motor mieten und auf eigene Faust angeln (ab 480 nkr pro Tag, mit Skipper 3 Std. 2300 nkr).

Wer kein Anglerglück hat, kann frischen Fisch kaufen und in der Hütte zubereiten.

Kristiansund

24 135 EW.

Die Lebensgrundlage der historischen Stadt Kristiansund, ursprünglich für das Fischen und Trocknen von Kabeljau bekannt, liegt auch heute noch unter dem Meer – auch wenn der Fischreichtum schwindet und die Berichte über die riesigen Fänge von früher heute eher wie Anglerlatein klingen. Aber die Kabeljauverarbeitung spielt nach wie vor eine große Rolle: Ein großer Teil der weltweiten Klippfischproduktion findet in

und um Kristiansund statt. Zur Stadt gehört die chaotische, nicht sehr aufgeräumte Mellemværftet, die weiterhin als Werft fungiert.

Kristiansund spielt zudem eine wichtige Rolle als Versorgungsstadt für die Ölplattformen in der norwegischen Nordsee; Hotels, Bars und Restaurants sind auf Ölarbeiter ausgerichtet, die gerade freie Tage haben (und ihre Ölarbeiterlöhne ausgeben wollen).

Die Stadt erstreckt sich über drei Inseln; Hafen und Stadtzentrum wurden während des Zweiten Weltkrieges zerbombt, beim Wiederaufbau entstand kaum bemerkenswerte Architektur.

Sehenswertes

Die meisten Attraktionen liegen am Hafen oder in den Straßen des nach dem Krieg erbauten Zentrums. **Gamle Byen**, Kristiansunds teilweise erhaltene Altstadt, liegt auf der Insel Innlandet und wartet mit schindelgedeckten Häusern auf, die teilweise noch aus dem 17. Jh. stammen. Der opulente Lossiusgården am östlichen Ende der Altstadt war im 18. Jh. das vornehme Wohnhaus eines Kaufmanns. Das ehrwürdige 300 Jahre alte Dødeladen Café – wo man immer noch eine Mahlzeit und etwas zu trinken bekommt – veranstaltet Kultur- und Musikevents. Zu Fuß dauert der Weg über die Heinsgata-Brücke 20 Minuten, die schönste Anfahrt bietet aber die Sundbåt-Fähre ab dem Fährhafen Piren.

Norwegisches Klippfischmuseum MUSEUM

(Norsk Klippfiskmuseum; www.nordmore.museum.no; Gomalandet; Erw./Kind inkl. Führung 70 nkr/frei; Ende Juni–Anfang Aug. 12–14 Uhr) Das Museum befindet sich im 1749 erbauten Milnbrygga-Lagerhaus auf der Halbinsel Gomalandet. Es dokumentiert die 300-jährige Geschichte des Dörrfischexports in Kristiansund und produziert bis heute auf traditionelle Weise kleine Mengen an *klippfisk* (gesalzener und getrockneter Kabeljau). Besucher können im Zentrum die Sundbåt-Fähre nehmen und sich beim Museum absetzen lassen.

Gleich nördlich vom Museum liegen zwei weitere historische Bauten, die allerdings normalerweise nicht für die Öffentlichkeit geöffnet sind: Hjelkrembrygga, ein ehemaliger *klippfisk*-Speicher von 1835, und die benachbarte Woldbrygga, eine 1875 errichtete Fässerfabrik.

Mellemværftet WERFT

Sie sieht zwar ein wenig aus wie ein nautischer Schrottplatz, aber die Mellemværftet ist gratis und jederzeit zugänglich. Am besten erreicht man sie zu Fuß vom Smia Fiskerestaurant (S. 263) den Kai entlang. Es ist gar nicht so einfach zu erkennen, was sich in all dem Durcheinander befindet, auf jeden Fall dabei sind jedoch die Überreste von Kristiansunds Schiffswerft aus dem 19. Jh., eine Schmiede und die Arbeiterquartiere.

Kirche von Kirkelandet KIRCHE

(Langveien 41; So–Fr 9–15 Uhr) Die faszinierende Kirche des Architekten Odd Østby wurde 1964 errichtet, um jene zu ersetzen, die 1940 bei einem Bombenangriff abgebrannt war. Das kantige Äußere mit seiner klaren Linienführung und dem Wechsel aus Kupfer und Beton ist nüchtern und genau bemessen. Innen führen alle Linien zu den 320 Buntglasscheiben hinter dem Altarraum. Die Farben unten sind erdig, werden nach oben dann immer heller und gipfeln im „himmlischen Licht".

Hinter der Kirche lockt der Vanndammene-Park mit viel Grün, Spazierwegen und dem wunderbaren Aussichtspunkt vom Wachturm Varden.

Petrosenteret BESUCHERZENTRUM

(www.petrosenteret.no; Storkaia 9; Erw./Kind inkl. Führung 75/50 nkr; Juni–Aug. 11–16 Uhr) Das Zentrum präsentiert die moderne Industrie Kristiansunds mit Filmen, Modellen, einer ermüdenden Führung und endlosen Statistiken. Inhaltlich geht's dabei um die Auswirkungen von Öl und Gas auf das heutige Norwegen. Es zeigt einige gute Modelle, doch mit dem Norsk Oljemuseum in Stavanger kann es nicht mithalten.

Festiviteten OPERNHAUS

(71 58 99 60; www.oik.no; Kong Olav V's Gate 1) Kristiansunds 1914 erbautes monumentales Theater ist außen eher unscheinbar, zeigt sich aber innen von seiner attraktiveren Jugendstilseite – wer sich für Architektur oder Geschichte interessiert, sollte unbedingt einen Blick hineinwerfen. Während der üblichen Geschäftszeiten ist das Gebäude meistens geöffnet, man kann aber auch vorher anrufen. Hier ist Norwegens ältestes Opernensemble zu Hause, zudem wird hier das Opernfestival der Stadt abgehalten, das bis 2017 aber in ein neues Kulturzentrum am Ufer umziehen wird.

Feste

Operafestukene MUSIK

(www.oik.no) Zweiwöchiges Opernfestival Anfang Februar.

Tahiti Festivalen MUSIK
(www.tahiti-festivalen.no) Das einwöchige Musikfestival findet Ende Juni auf Innlandet statt.

Nordic Light Photo Festival FOTOGRAFIE
(www.nle.no) Großes Festival der künstlerischen Fotografie im September. Die Ausstellungen und Workshops ziehen Berühmtheiten und bis zu 70 000 Besucher an.

Schlafen

Atlanten Camping & Motell CAMPINGPLATZ, MOTEL €
(✆ 71 67 11 04; www.atlanten.no; Dalaveien 22; Stellplatz 170 nkr, 4-Bett-Hütten mit Outdoor-Waschraum 595 nkr, mit Bad 995 nkr, Motel EZ/DZ 595/795 nkr; P ᯤ) Dieses Hostel mit Campingplatz erreicht man zu Fuß vom Zentrum aus locker in 20 Minuten. Das Motel der freundlichen Anlage hat eine gut ausgestattete Küche, Fernseher in den Zimmern und einen Großbildschirm für Sportevents. Die Campingeinrichtungen wurden vor Kurzem runderneuert und die möblierten Apartments sind für Kleingruppen ein echtes Schnäppchen.

Dala Bergan HÜTTEN €
(✆ 71 67 30 25; www.havfiske-kristiansund.no; 2-/12-Bett-Hütten 600/1200 nkr) Diese Hütten draußen am Dalaveien sind nur zehn Gehminuten vom Zentrum entfernt, obwohl sie sehr friedlich am Meer liegen. Alle sind mit Bad, Fernseher und einer netten Sonnenterrasse ausgestattet. Bettwäsche kann man gegen Gebühr ausleihen.

Thon Hotel Kristiansund HOTEL €€
(✆ 71 57 30 00; www.thonhotels.com; Fiskergaten 12; EZ/DZ 895/1395 nkr; P ᯤ) Das Hotel auf Innlandet liegt zwar einen gut 20-minütigen Spaziergang vom Zentrum entfernt, doch das hat auch seine guten Seiten. Die Zimmer in dem umgebauten Speicher von 1915 kombinieren die klaren, modernen Linien, die für diese Hotelkette typisch sind, mit historischen Holzbalken und großen Fenstern. Vor dem Speiseraum befindet sich eine tolle Terrasse zum Hafen hin, und der Blick in die andere Richtung auf die Stadt ist fantastisch.

Rica Hotel Kristiansund HOTEL €€€
(✆ 71 57 12 00; www.rica.no; Storgata 41; EZ/DZ ab 1300/1750 nkr; P @ ᯤ) Das kürzlich von Grund auf renovierte Rica am Fjord hat Zimmer mit Blick aufs Wasser und den üblichen Kettenhotel-Komfort, inklusive Sauna. Es ist häufig ausgebucht und in der Lobby geht's oft hektisch zu.

Essen

Dødeladen Café NORWEGISCH €
(www.dodeladen.no; Innlandet; Hauptgerichte 115–189 nkr; Di–Do 12–23, Fr & Sa bis 2 Uhr) Dieses Café-Restaurant auf der Insel Innlandet ist Teil der Altstadt Gamle Byen und reicht bis ins frühe 18. Jh. zurück. Auf der Karte stehen typische Gerichte der Westküste, wie Fischsuppe, *klippfisk* mit Tomaten, Burger, *svele* (Eierkuchen) und Waffeln. Es dient zugleich als Büro für das jährliche Tahiti Festivalen und fungiert dann auch als lange geöffneter Festival-Club.

Her kommt man mit der Sundbåten-Fähre (S. 264) oder mit dem Bus vom Zentrum in Richtung Hønebukta.

Sjøstjerna FISCH & MEERESFRÜCHTE €€
(✆ 71 67 87 78; www.sjostjerna.no; Skolegata 8; Hauptgerichte 195–279 nkr; Mo–Sa 12–24 Uhr) Auf der Karte stehen traditionelle Fischgerichte, und die fetzige maritime Einrichtung ist der Hammer, wobei der Blick von der Terrasse auf die windgepeitschte Fußgängerzone eher düster wirkt.

★ **Bryggekanten** RESTAURANT, BAR €€€
(✆ 71 67 61 60; www.fireb.no; Storkaia 1; Mittagessen 159–192 nkr, Abendessen Hauptgerichte 298–310 nkr; Mo–Sa 11.30–22.30 Uhr, Bar Mi, Fr & Sa bis 2.30 Uhr) In dieser fröhlichen Brasserie direkt am Hafen geht's Tag und Nacht sehr gesellig zu. Burger, Muscheln, Pizza und Bruschetta sorgen für ein herzhaftes Mittagessen auf der Terrasse, auf der Abendkarte stehen sowohl Snacks als auch ambitionierte Kreationen wie geräucherte Vestfold-Ente mit Birnenpüree oder Schweinefleisch mit Frühlingskohl und Spargel.

Smia Fiskerestaurant FISCH & MEERESFRÜCHTE €€€
(✆ 71 67 11 70; www.smia.no; Fosnagata 30b; Hauptgerichte 240–295 nkr; 13–24 Uhr) Das viel gepriesene Smia befindet sich in einer alten Schmiede, dekoriert von oben bis unten mit Schmiedewerkzeugen – dazwischen ein paar Walwirbelsäulen und ein aufgehängter Klippfisch. Die Fischsuppe (130 nkr) ist eine hervorragende Vorspeise und das *bacalao*-Gratin ein schönes Hauptgericht (249 nkr).

Ausgehen & Unterhaltung

Christian's Bar BAR
(✆ 71 57 03 00; Storgata 17) Die Bar im Hotell Kristiansund ist im Stil einer Williamsburger Hipster-Kneipe eingerichtet und fasziniert auf merkwürdige Weise, allerdings ist

ABSTECHER

DIE ATLANTIKSTRASSE

Die seit Kurzem als „Nationale Touristenstraße“ ausgezeichnete Atlantikstraße Atlanterhavsveien führt über acht sturmgepeitschte Brücken, die sich wie Seeschlangen von einer Insel zur nächsten winden. Insgesamt verläuft sie über 17 Inseln zwischen Vevang und Averøya. Sie ist so schön, dass sie auch schon vom englischen *Guardian* zur „schönsten Straße der Welt“ gekürt wurde. Damit werden für eine kaum 8 km lange Straße vielleicht zu hohe Erwartungen geweckt, doch die Szenerie ist wirklich unglaublich. Während der Herbststürme toben die Urgewalten der Natur am dramatischsten. Zur richtigen Jahreszeit sind manchmal Wale und Robben zu beobachten.

Im Feuchtgebiet **Eldhusøya**, einer Insel südwestlich von Averøya, wurde ein neuer Rastplatz errichtet und ein erhöhter Gitterweg gebaut, der mit Stangen verankert ist und über dem Gelände zu schweben scheint. Hier kann man parken und findet auch einen Kiosk, Informationstafeln und Toiletten.

In **Askevågen**, gut 10 km nördlich von Bud, kann man sich auf eine wunderbar schlichte Aussichtsplattform mit Glaswänden hinauswagen, die nicht nur ein 360-Grad-Panorama des Archipels, der Nordsee und der Küste bietet, sondern auch eine Ahnung von der gewaltigen Kraft des Meeres gibt.

Von Molde kommt man über Bud an die Küste; von Kristiansund und aus dem Norden kommend, nimmt man den neuen Tunnel Richtung Bremsnes.

Aber egal, in welche Richtung man unterwegs ist: Anstelle der Rv64 (die von Averøyas durchs Landesinnere führt) sollte man die ruhigere malerische Straße nach Kvernes nehmen, die der Südküste der Insel folgt und genauso viel Zeit in Anspruch nimmt.

Busse von **Eide Auto** (☎ 90 77 30 63; www.eideauto.no; Tageskarte hin- & zurück Erw./Kind 150/100 nkr) fahren ganzjährig über die Küstenroute und die Atlanterhavsveien zwischen Molde und Kristiansund. Die Rundfahrt dauert 2¼ Stunden, mit einer Tageskarte kann man aber nach Belieben aus- und wieder einsteigen. An Wochentagen fahren sechs Busse, samstags zwei und sonntags einer.

sie ein Magnet für Besucher, die den Eindruck erwecken, als könnten sie im Lauf des Abends etwas ungemütlich werden.

Shoppen

Klippfiskbutikken ESSEN
(Fosnagata 25; ⏲ Mo–Fr 10–17 Uhr) Hier dreht sich alles um Kabeljau. Der geniale Knut Garshol, seines Zeichens Vertreter der Slowfood-Bewegung und Ökogastronomie überzeugt hier voller Enthusiasmus jeden von den Vorzügen des Klippfischs. Sehr zu empfehlen ist auch das *bacalao* nach dem Rezept seiner Oma. Zum dort essen oder zum Mitnehmen.

Praktische Informationen

Touristeninformation (☎ 71 58 54 54; www.visitkristiansund.com; Kongens Plass 1; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 9–18, Sa 10–15, So 11–16, sonst Mo–Fr 9–16 Uhr) Im Zentrum, vom Ufer den Hügel hinauf.

An- & Weiterreise

BUS

Busse durch das Landesinnere fahren stündlich nach Molde (156 nkr, 1½ Std.) und weiter nach Ålesund (3¾ Std.). Weit reizvoller und nur ein wenig länger ist die Strecke entlang der Küstenstraße Atlanterhavsveien. In Richtung Norden verkehren bis zu dreimal täglich Busse nach Trondheim (400 nkr, 4¾ Std.).

FÄHRE

Schnellfähren verbinden Kristiansund mit Trondheim (3½ Std., bis zu 3-mal tgl. vom Nordmørskaia). Die Küstenfähre der Hurtigruten legt ebenfalls täglich an der Anlegestelle Holmakaia an.

FLUGZEUG

Der **Flughafen** Kvernberget (☎ 71 68 30 50) liegt auf der Insel Nordlandet. Von hier starten täglich zahlreiche Maschinen von/nach Oslo und Bergen.

Busse verkehren regelmäßig für alle ankommenden Flüge (60 nkr, 15 Min., bis zu 8-mal tgl.).

Unterwegs vor Ort

Die **Sundbåten-Fähre** (www.sundbaten.no; Erw./Kind 30/15 nkr, Tageskarte 85 nkr) behauptet von sich, das „älteste öffentliche Transportmittel der Welt mit ununterbrochenem Betrieb“ zu sein. Eine ziemlich gewagte These angesichts dieser kleinen, gedrungenen Boote. Aber wie dem auch sei: Allein schon wegen der Fahrt, aber auch wegen der besonderen Sicht auf den Hafen ist sie ihr Geld wert. Die Fähren legen am Fähran-

leger Piren am Fuß des Hügels Kaibakken ab und verbinden das Stadtzentrum und die Inseln Innlandet, Nordlandet und Gomelandet. Die komplette Rundfahrt dauert ungefähr 20 Minuten.

Rund um Kristiansund

Grip

Die pastellfarbenen Häuser des Dörfchens Grip drängen sich wie zum Schutz gegen die Atlantikstürme auf einen kleinen Felsen mitten in einem Archipel mit 80 Inselchen und Schären. Die einzige Erhebung stellt der 47 m hohe Leuchtturm Bratthårskollen dar, der seit 1888 auf einer nahe gelegenen Schäre in den Himmel ragt.

Anfang des 19. Jhs. wurde das Dorf nach rückläufigen Kabeljaupopulationen und zwei heftigen Stürmen praktisch menschenleer zurückgelassen. Es kam aber schließlich wieder auf die Beine und die Einwohnerzahl wuchs vor allem während der Kabeljausaison. Denn wer in dieser Zeit auf der Insel blieb, konnte sich zweimal am Tag einen harten dreistündigen Rudertrip sparen. Zwischen den wenigen Häusern kann man sich heute kaum vorstellen, wie hier im Frühling während der Fischfangsaison über 1000 Fischer hausten.

Die letzten ständigen Bewohner gaben 1974 den Kampf gegen die Elemente auf. In einem der Lagerhäuser ist heute eine kleine Fotoausstellung untergebracht, dazu gibt's ein erläuterndes Faltblatt in englischer Sprache. In der ehemaligen Dorfschule (die bei ihrer Schließung 1972 nur noch drei Schüler hatte) serviert im Sommer ein Café kleine Snacks.

Die Stabkirche der Insel wurde Ende des 15. Jhs. erbaut. Das in der Reformationszeit entfernte Altarbild tauchte in den 1930er-Jahren in einem Bootshaus wieder auf und durfte an seinen früheren Platz zurückkehren. Beim Entfernen einer Kalkschicht im Kirchenschiff kamen lebhafte Fresken zum Vorschein.

Ende Mai bis Ende August befahren die Schiffe der **M/S Gripexpressen** (www.gripexpressen.no; ⏲ Ende Mai–Ende Aug.) ein- oder zweimal täglich die 14 km zwischen dem Piren-Terminal in Kristiansund und Grip (40 Min.; hin & zurück Erw./Kind 305/150 nkr). Hin und zurück dauert der Ausflug inklusive Landgang 3½ Stunden. Grundsätzlich ist auch eine Führung im Preis inbegriffen.



Trøndelag

Inhalt ➡

Trondheim 267
Stiklestad 280
Steinkjer 280
Namsos 281
Rørvik 283

Gut essen

- Vertshuset Tavern (S. 277)
- Baklandet Skydsstasjon (S. 276)
- Ravnkloa-Fischmarkt (S. 276)
- Havfruen (S. 277)

Schön übernachten

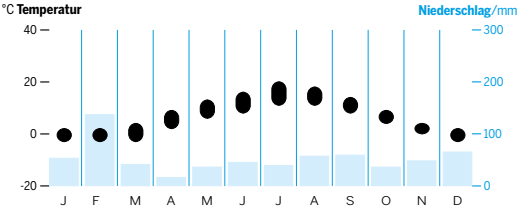
- Britannia Hotel (S. 275)
- Rica Stiklestad Hotel (S. 280)
- Rica Nidelven Hotel (S. 275)
- Pensjonat Jarlen (S. 275)

Auf nach Trøndelag

Trøndelag – ein schmaler Landabschnitt Norwegens auf dem Weg zur Arktis – ist eine kleine Region, die aber viel zu bieten hat. Ihr Herzstück ist Trondheim, eine reizvolle Stadt voll historischer Architektur, darunter der Nidaros-Dom, das größte mittelalterliche Bauwerk Skandinaviens. Ihre Gegenwart ist aber genauso bemerkenswert, dafür sorgen ein quirliges Studentenleben sowie hübsche Restaurants und Bars am Hafen. Ein Stück weiter nordöstlich, einen kurzen Abstecher von der Europastraße E6 entfernt, liegt das atmosphärische Stiklestad. Es ist als die berühmte Stätte des Martyriums von König Olav (hl. Olav) bekannt und prägte die nationale Identität Norwegens. Ansonsten steht Trøndelag, eine Region voller zerklüfteter Berge, gesprenkelt mit roten Bauernhäusern und durchsetzt vom Grün der Getreidefelder, exemplarisch für das Land. Und immer ist Wasser in der Nähe; sei es das Meer, ein See oder ein tief eingeschnittener Fjord mit faszinierenden Küstenorten, die zu Erkundungen einladen.

Reisezeit

Trondheim



Mitte–Ende Juni
Der Winter ist vorbei und Besucher sind noch relativ selten.

Letzte Juliwoche
Feste zu Ehren des hl. Olav in Trondheim und Stiklestad.

Sept. Die Studentengemeinde kehrt zurück und verleiht Trondheim neues Leben.



Highlights

1 Ein Besuch im prächtigen **Nidaros-Dom** (S. 268) in Trondheim, dem heiligsten Bauwerk Norwegens.

2 **Stiklestad** (S. 280) besichtigen, wo der hl. Olav den Märtyrertod starb.

3 Über die Gamle Bybro in die **Altstadt Trondheims** spazieren, im **Baklandet Skydsstasjon** (S. 276) einkehren und im Hafenviertel **Solsiden** einen Drink genießen.

4 Gleich vor den Toren Trondheims die Wildnis der **Bymarka** (S. 273) erkunden.

5 In dem multimedialen **Norveg** (S. 283) in Rørvik eine Begegnung mit dem norwegischen Küstenleben machen.

6 Eine Fahrt mit der **Draisine** (S. 282) auf der stillgelegten Bahnlinie zwischen Namsos und Skage.

7 Norwegische Spezialitäten in Trondheims historischer **Vertshuset Tavern** (S. 277) genießen.

TRONDHEIM

182 035 EW.

Trondheim war fürher einmal die Hauptstadt Norwegens und ist heute nach Oslo und Bergen die drittgrößte Stadt des Landes. Seine breiten Straßen und eine teils autofreie Innenstadt machen Trondheim zu einem einfach wunderschönen Ort, der zudem auf eine lange Geschichte zurückblicken kann. Zahlreiche Studenten verleihen der Stadt Schwung und Leben, es gibt viele gute Cafés und Restaurants sowie etliche interessante Museen und über den an- und ablegenden Schiffen kreisen Seemöwen. Es ist zwar durchaus möglich, alles an einem Tag abzuklappern, aber wer wirklich die Atmosphäre der Stadt schnuppern will, sollte sich mehr Zeit lassen.

TROND-WAS?

Hört man den Trondheimern zu, wenn sie über ihre Stadt sprechen, fragt man sich, ob sie eigentlich alle denselben Ort meinen.

Seit dem späten Mittelalter hieß die Stadt Trondhjem, ausgesprochen „Trond-jem", was so viel heißt wie „Heimat des guten Lebens". Doch zu Beginn des 20. Jhs. war die junge norwegische Regierung fest entschlossen, die norwegischen Städte wieder mit ihren historischen, „echt norwegischen" Namen zu beglücken. Christiania bekam seinen alten Namen Oslo zurück, und Trondhjem hieß ab dem 1. Januar 1930 wieder Nidaros.

Rund 20 000 Einwohner gingen dagegen auf die Straßen und am 6. März gab die Regierung nach, zumindest ein Stück weit. Der Kompromiss lautete „Trondheim": Man hatte das aus dem Dänischen stammende *hj* verbannt.

Heute ist die offizielle Aussprache „Trond-hejm", wobei viele Einwohner immer noch „Trond-jem" sagen. Und wie es der örtliche Dialekt will, hört man hier und da auch „Trond-jahm". Es ist typisch für diese tolerante Stadt, dass alle Varianten akzeptiert werden und auch das „Trond-heim" der meisten deutschen Sprecher.

Geschichte

Im Jahr 997 legte König Olav Tryggvason mit seinem Langboot an einer breiten Sandbank am Nidaros („Mündung des Flusses Nid") an und baute sein Gehöft. Eine glaubwürdige Theorie besagt, dass Leifur Eiríksson (oder im Deutschen Leif Eriksson) den König dort besuchte, bevor er sich nach Island und Grönland aufmachte und vermutlich als erster Europäer nordamerikanischen Boden betrat. (Die Wikingerstatue, die am Kai der Hurtigruten aufs Meer hinausblickt, dürfte vielen Amerikanern bekannt vorkommen: Sie ist ein exakter Nachbau der Eriksson-Statue, die in Seattle an Zehntausende norwegischer Immigranten erinnert.)

1030 starb ein anderer, später berühmterer König namens Olav (Haraldsson) in der Schlacht von Stiklestad – 90 km nordöstlich – den Märtyrertod und wurde heiliggesprochen. Aus ganz Europa strömten nun die Pilger nach Nidaros, das als Erzbistum ganz Norwegen, die Orkney-Inseln, die Isle of Man, die Färöer, Island und Grönland mit einschloss. Bis 1217 war es die Hauptstadt des norwegischen Reiches, das vom westlichen Russland bis an die Küste Neufundlands reichte. Der Kult um den hl. Olav dauerte an, bis Norwegen durch die Reformation 1537 dem lutherischen Bischof von Dänemark unterstellt wurde.

Als Trondheim 1681 einem Brand zum Opfer fiel, wurde die Stadt mit breiten Straßen wieder aufgebaut. Im 18. Jh. erlebte sie ihr goldenes Zeitalter, als reiche Kaufleute immer prächtigere Häuser errichteten. Die strategische Lage der Stadt wurde ihr im Zweiten Weltkrieg erneut zum Verhängnis, als die deutsche Kriegsflotte hier ihren Stützpunkt für das nördliche Norwegen einrichtete. Die Stadt blieb aber glücklicherweise weitgehend unversehrt. Heute gilt Trondheim dank der Norwegischen Universität für Wissenschaft und Technologie und einem Forschungsinstitut mit über 2000 Angestellten als technologische Hauptstadt Norwegens.

Mittelpunkt der Stadt ist der Torvet (oder auch „Torget"), der zentrale Platz mit einer Statue von König Olav Tryggvason auf einer Säule, die als überdimensionale Sonnenuhr dient.

Sehenswertes

★ Nidaros-Dom(kirke) DOMKIRCHE (www.nidarosdomen.no; Kongsgårdsgata; Erw./Kind/Fam. 70/30/170 nkr, Turm 30 nkr; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 9–19, Sa 9–14, So 9–17 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Der Nidaros-Dom ist das größte mittelalterliche Bauwerk Skandinaviens. Die üppig verzierte altarähnliche Westfassade ist von oben bis unten mit Statuen aus dem frühen 20. Jh. geschmückt, die biblische Gestalten sowie norwegische Bischöfe und Könige darstellen. Viele sind Kopien von mittelalterlichen Originalen, die sich heute im Museum befinden. Im Inneren lässt das gedämpfte Licht die modernen Buntglasfenster noch intensiver wirken. Besonders beeindruckend ist das Rosettenfenster am Westende.

Der Altar wurde über dem Grab des hl. Olav errichtet, des Wikingerkönigs, der die nordischen Heiden zum Christentum bekehrte. Die ursprüngliche steinerne Kathedrale stammt aus dem Jahr 1153, als Norwegen ein eigenes Erzbistum wurde. Querschiff und Kapitelsaal des heutigen Doms entstanden zwi-

schen 1130 und 1180 in anglonormannischem Stil (viele der Handwerker wurden aus England angeworben). Der gotische Chor und der Wandelgang wurden erst Anfang des 14. Jhs. fertiggestellt. Das mehrfach von Bränden zerstörte Hauptschiff ist eine weitgehend originalgetreue Rekonstruktion aus dem 19. Jh.

Auch die mittelalterlichen Grabsteine in der Krypta mussten aus Bruchstücken rekonstruiert werden, nachdem sie als Baumaterial für Wohnhäuser wiederverwertet worden waren. Unter ihnen ist einer mit englischer Inschrift. Er erinnert an William Miller, einen Kapitän aus Dundee, Schottland, der im 18. Jh. nahe Trondheim starb.

Besucher können sich alles auf eigene Faust anschauen, aber wer zwischen Anfang Juni und Anfang August kommt, sollte ruhig eine Führung mitmachen (im Angebot sind ein 15-minütiger Schnelldurchgang und eine 45-minütige, ausführlichere Tour). Täglich werden bis zu vier englischsprachige Führungen zu unterschiedlichen Zeiten durchgeführt. Musikliebhaber sollten ihren Besuch so planen, dass sie eines der **Konzerte** auf der prächtigen kürzlich restaurierten Orgel mitbekommen.

Von Anfang Juni bis Anfang August ist der **Turm** zugänglich und bietet einen tollen Ausblick auf die Stadt (Aufstieg alle 30 Minuten über die Treppe im südlichen Querschiff).

★Erzbischöfliches Palais

MUSEUM

(Kongsgårdsgata; Erw./Kind/Fam. 70/30/170 nkr, Kronjuwelen 70/30/170 nkr; Mo–Fr 10–17, Sa 10–15, So 12–16 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Das erzbischöfliche Palais (Erkebispegården) neben dem Dom wurde 1160 in Auftrag gegeben und ist der älteste Profanbau Skandinaviens. Im Westflügel glitzern Norwegens **Kronjuwelen**. Das **Museum** befindet sich im gleichen Gebäude. Nach Besichtigung der schön präsentierten Statuen, Wasserspeier und Reliefs aus dem Dom geht's einen Stock tiefer zur Ausstellung nur einiger der zahllosen Artefakte, die beim Museumsbau Ende der 1990er-Jahre zutage gefördert wurden. Dazu gibt's eine lohnende 15-minütige Audiovisionsvorführung.

Nationales Militärmuseum

MILITÄRMUSEUM

(Ruskammeret; 73 99 52 80; Kongsgårdsgata; Mitte Mai–Anfang Sept. Mo–Sa 10–16, So 12–16 Uhr) GRATIS Das Nationale Militärmuseum im gleichen Komplex wie das erzbischöfliche Palais zeigt Schwerter, Rüstungen und Kanonen aus der Zeit zwischen 1700 und 1900, als das Palais als dänische Militäreinrichtung diente. Im Obergeschoss befindet sich das Museum **Hjemmefront** (Heimatfront), das Trondheims Rolle im Widerstand während des Zweiten Weltkriegs thematisiert.

Kunstmuseum Trondheim

KUNSTMUSEUM

(73 53 81 80; trondheimkunstmuseum.no; Bispegata 7b; Erw./Kind 80/40 nkr; Di–So 12–16 Uhr) Trondheims Kunstmuseum, einen Steinwurf vom Dom entfernt, zeigt eine ständige Sammlung moderner, norwegischer und dänischer Kunst seit 1800; darunter einige Lithografien von Edvard Munch. Außerdem gibt's diverse Wechselausstellungen.

Synagoge

SYNAGOGE

(Arkitekt Christies gate 1b; Eintritt Museum 30 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 10–16, So 12–15 Uhr) Trondheims Synagoge behauptet von sich, die nördlichste der Welt zu sein. Sie hat ein kleines **Museum** zur Geschichte der jüdischen Gemeinde Trondheims, die durch den Holocaust dezimiert wurde.

Museum für Naturkunde & Archäologie

NATURKUNDEMUSEUM

(Vitenskapsmuseet; www.vitenskapsmuseet.no; Erling Skakkes gate 47; Erw./Kind 60 nkr/frei; Di–Fr 10–16, Sa & So 11–16 Uhr) Das Museum gehört zur Norwegischen Universität für Wissenschaft und Technologie (NTNU). Es behandelt die Geschichte von Mensch und Natur in Trondheim und Umgebung und bietet ein buntes Sammelsurium von Exponaten: Straßenbilder und Wohnhäuser, Kirchengeschichte, archäologische Ausgrabungen und die Kultur der südlichen Samen. Geordneter und interessanter geht's im Nebengebäude zu, das eine kleine Abteilung zur Kirchengeschichte beherbergt. Auch die Mittelalterabteilung mit Alltagsgegenständen ist sehr interessant. Sie erzählt die Stadtgeschichte bis zum großen Brand von 1681.

★Stiftsgården

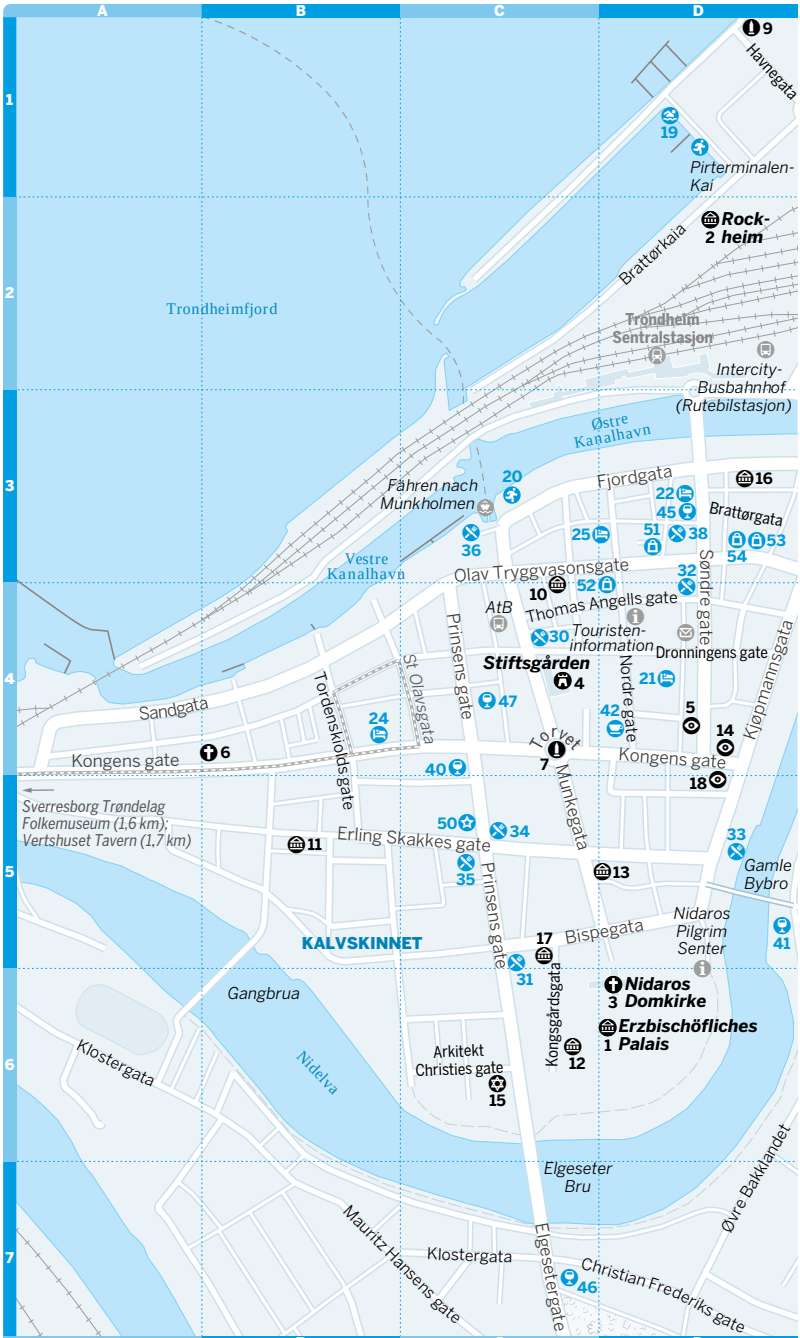
KÖNIGLICHER PALAST

(www.nkim.no/stiftsgarden; Munkegata 23; Erw./Kind 80/40 nkr; Juni–Ende Aug. Mo–Sa 10–17, So 12–17 Uhr, Sept.–Mai Mo–Mi & Fr & Sa 10–15, Do 12–

KOMBITICKET

Wer alle drei Sehenswürdigkeiten im Domkomplex besichtigen möchte, sollte sich ein Kombiticket kaufen (Erw./Kind/Fam. 140/60/340 nkr), das den Eintritt zum Dom sowie zum Museum und zu den Kronjuwelen im erzbischöflichen Palais umfasst.

Trondheim


A
B
C
D
1
2
3
4
5
6
7
Trondheimfjord
Havnegata
9
19
Pirterminalen-Kai
Rock-heim
2
Brattørkaia
Trondheim Sentralstasjon
Intercity-Busbahnhof (Rutebilstasjon)
Østre Kanalhavn
Fjordgata
16
22
45
Brattørgata
25
51
38
53
54
Fähren nach Munkholmen
20
36
Vestre Kanalhavn
Olav Tryggvasonsgate
52
10
32
Søndre gate
AtB
Thomas Angells gate
30
Touristen-information
Dronningens gate
Prinsens gate
St. Olavsgata
Stiftsgården
4
21
Nordre gate
Kjøpmannsgata
Sandgata
Tordenskiolds gate
24
47
42
5
14
Torvet
7
Kongens gate
6
40
Munkegata
18
Sverresborg Trøndelag Folkemuseum (1,6 km); Vertshuset Tavern (1,7 km)
50
34
Erling Skakkes gate
11
33
Gamle Bybro
35
13
Prinsens gate
Nidaros Pilgrim Senter
41
KALVSKINNET
17
Bispegata
31
Nidaros Domkirke
3
Erzbischöfliches Palais
1
Gangbrua
Kongsgårdsgata
Klostergata
Nidelva
Arkitekt Christies gate
12
15
Elgeseter Bru
Øvre Bakklandet
Mauritz Hansens gate
Klostergata
Elgesetergate
46
Christian Frederiks gate



20, So 12–16 Uhr) Skandinaviens größter Holzpalast, der spätbarocke Stiftsgården, wurde im 18. Jh. zur Hochzeit des goldenen Zeitalters Trondheims als Privathaus gebaut. Heute ist er die offizielle Residenz des Königs in Trondheim. Besichtigung ist nur mit Führung zu jeder vollen Stunde möglich. Der öffentlich zugängliche Garten an der Ostseite (Eingang über die Dronningens Gate) zählt zu den hübschesten Ecken der Stadt.

Nordenfjeldske Kunstindustriemuseum KUNSTGEWERBEMUSEUM

(Nationalmuseum für Kunstgewerbe; www.nkim.no; Munkegata 5; Erw./Kind 80/40 nkr; Juni–Ende Aug. Mo–Sa 10–17, So 12–17 Uhr, Sept.–Mai Mo–Mi & Fr & Sa 10–15, Do 12–20, So 12–16 Uhr) Die ständige Sammlung dieses großartigen Museums zeigt skandinavisches Spitzendesign, darunter ein paar schmucke Zimmer im Jugendstil. Eine ganze Etage ist den bahnbrechenden Arbeiten von drei gefeierten Künstlerinnen gewidmet: Wandbehänge von Hannah Ryggen und Synnøve Anker Aurdal sowie innovative Glasarbeiten von Benny Motzfeldt.

Festung Kristiansten FESTUNG

(Festningsgata; Führungen Juni–Aug. tgl. 12 & 14 Uhr) Von der Festung Kristiansten zeigt sich die Stadt aus der Vogelperspektive. Nur zehn Minuten dauert es, von der Gamle Bybro aus hochzukraxeln. Errichtet wurde sie nach dem großen Brand 1681. Im Zweiten Weltkrieg diente sie den Nazis als Gefängnis und Hinrichtungsstätte für norwegische Widerstandkämpfer. Das Gelände ist ganzjährig zugänglich – immer dann, wenn die Flagge gehisst ist.

Mittelalterliche Kirchenruinen ARCHÄOLOGISCHE FUNDE

Bei Grabungen für die Bibliothek in der Kongens Gate stießen Archäologen auf die Überreste einer Kirche aus dem 12. Jh., vermutlich die **Olavskirken** (Mo–Do 10–19, Fr 10–18, Sa 11–16 Uhr). Heute sind sie unter dem Hof der Bibliothek zu sehen, zusammen mit den Gebeinen zweier Erwachsener und eines Kindes.

Im Keller des Hauses der nahen Søndre Gate 4 befinden sich Gemäuer der mittelalterlichen **Gregorius Kirke** (Sparebanken; Mo–Mi & Fr 8.15–15, Do 8.15–17 Uhr), die ebenfalls bei Grabungen entdeckt wurden.

Vitensenteret WISSENSCHAFTSZENTRUM

(www.vitensenteret.com; Kongens gate 1; Erw./Kind 75/45 nkr; Ende Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 10–17, Sa & So 11–17 Uhr, sonst Mo–Fr 10–16, Sa & So 11–17 Uhr) Besonders Kinder werden bei den in-

Trondheim

Highlights
1 Erzbischöfliches Palais D6
2 Rockheim D2
3 Nidaros-Dom(kirke)..... D6
4 Stiftsgården..... C4

Sehenswertes
5 Ruine Gregorius Kirke (Sparebanken) D4
6 Hospitalkirche B4
7 Statue von König Olav Tryggvason C4
8 Festung Kristiansten F5
9 Leif-Erikson-Statue..... D1
10 Modern Art Gallery C4
11 Museum für Naturkunde & Archäologie B5
12 Nationales Militärmuseum C6
13 Nordenfjeldske Kunstindustriemuseum D5
14 Ruine Olavskirken D4
15 Synagoge C6
16 Trøndelag Senter for Samtidskunst D3
17 Kunstmuseum Trondheim C5
18 Vitensenteret..... D5

Aktivitäten, Kurse & Touren
19 Pirbadet..... D1
20 Tripps C3

Schlafen
21 Britannia Hotel D4
22 Chesterfield Hotel..... D3
23 Clarion Collection Hotel Grand Olav E3
24 Pensjonat Jarlen B4
25 P-Hotel D3
26 Radisson Blu Royal Garden Hotel.....E3
27 Rica Nidelven Hotel E2
28 Singsaker Sommerhotel F6

Essen
29 Baklandet Skydsstasjon..... E5
30 Bari C4
31 Café ni Muser C5
32 Fairytale Cupcakes..... D4
Frati ..... (siehe 30)
33 Havfruen D5
34 Jordbær Pikene C5
35 Persilleriet C5
36 Fischmarkt Ravnkloa C3
37 Søstrene Karlsen..... F3
38 To Rom og Kjøkken D3

Ausgehen & Nachtleben
39 Bare Blåbær F3
40 Bruk Bar C4
41 Den Gode Nabo..... D5
42 Dromedar Kaffebar D4
43 Dromedar Kaffebar E5
44 Løkka..... E3
45 Macbeth..... D3
46 Studentersamfundet C7
47 Trondheim Microbryggeri C4

Unterhaltung
48 Dokkhuset F3
49 Olavshallen..... E3
50 Trøndelag Teater..... C5

Shoppen
51 Husfliden D3
52 Moods of Norway D4
53 Småting D3
54 Ting..... D3

teraktiven Experimenten in dem praxisnahen Zentrum mit über 150 Modellen ihren Spaß haben.

Modern Art Gallery
KUNSTGALERIE

(☎ 73 87 36 80; www.modernartgallery.no; Olav Tryggvasons gate 33; ⏲ Mo–Fr 10–18, Sa 10–16 Uhr) GRATIS Die kleine Privatgalerie stellt Werke moderner norwegischer Maler aus. Ein Großteil steht zum Verkauf.

Trondelag-Zentrum für Zeitgenössische Kunst
KUNSTGALERIE

(Trøndelag Senter for Samtidskunst; ☎ 73 52 49 10; www.samtidskunst.no; Fjordgata 11; ⏲ Mi–Fr 11–16, Sa & So 12–16 Uhr) GRATIS Die Galerie unter Leitung von Künstlern zeigt die innovative und experimentelle Seite der lokalen und nationalen Kunstszene. Sie ist nicht jedermanns Geschmack, lohnt jedoch mit ihrer ruhelosen Kreativität jederzeit einen Besuch. Sonntags um 13 Uhr gibt's kostenlose Führungen.

★ Rockheim
ROCK-& POPMUSEUM

(www.rockheim.no; Brattørkaia 14; Erw./Kind 100/50 nkr; ⏲ Di–Fr 11–19, Sa & So 11–18 Uhr) Das großartige Museum widmet sich der (überwiegend norwegischen) Welt des Pop und Rock von den 1950er-Jahren bis gestern. Das riesige, vorspringende Dach des R&B-Tempels ist mit norwegischen Plattenhüllen versehen und ragt über einen ebenfalls riesigen umgebauten Speicher hinaus. Innen gibt es jede Menge *action*: Besucher können sich beispielsweise ihr eigenes Hip-Hop-Tape mischen. Das „Haus des Rock" liegt am Hafen direkt am Pirbadet und dem Anleger der Schnellfähre.

Ringve-Musikmuseum
MUSIKMUSEUM

(www.ringve.no; Lade Allé 60; Erw./Kind/Stud. & Senior 100/50/80 nkr; ⏲ Di–So 11–16 Uhr) Das Ringve-Museum ist Norwegens Nationalmuseum für Musik und Musikinstrumente. Der

in Russland geborene Besitzer war leidenschaftlicher Sammler alter und seltener Musikinstrumente, die von Musikstudenten vorgeführt werden. In der alten Scheune ist eine umfassende Sammlung von Instrumenten aus aller Welt zu entdecken. Schöne Spaziergänge ermöglicht der botanische Garten des Anwesens aus dem 18. Jh. Anfahrt mit Buslinie 3 oder 4, dann zu Fuß den Hügel hinauf.

★Sverresborg Trøndelag Folkemuseum

FREILICHTMUSEUM

(www.sverresborg.no; Sverresborg Allé 13; Erw./Kind mit Führung 125/50 nkr; ⏲ Mitte Mai–Aug. 10–17 Uhr, sonst Mo–Fr 11–15, Sa & So 12–16 Uhr) Das Volkskundemuseum westlich des Stadtzentrums gehört zu den besten seiner Art in Norwegen. Die Ausstellung „Livsbilder“ (Lebensbilder) im Hauptgebäude zeigt Alltagsgegenstände aus den vergangenen 150 Jahren wie Kleidung, Schulsachen und Fahrräder sowie eine kurze Multimediashow. Der Rest des Museums – über 60 historische Gebäude – befindet sich im Freien neben den Ruinen von König Sverres Burg. Von dort hat man auch einen herrlichen Blick über die Stadt.

Im städtischen Teil des Museums gruppieren sich Wohnhäuser, ein Postamt, eine Zahnarztpraxis und verschiedene Läden um den Marktplatz. Daneben sind Bauernhäuser aus dem ländlichen Trøndelag und die kleine Stabkirche von Haltdalen aus dem 12. Jh. zu sehen. Zwei kleinere Museen sind der Telekommunikation (tolle alte Telefone) und dem Skifahren (reich verzierte Holzskier) gewidmet.

Es gibt täglich vier Führungen auf Norwegisch und Englisch. Anfahrt ab Dronningens Gate mit Buslinie 8 in Richtung Stavset.

Munkholmen

INSEL

Das Inselchen Munkholmen (Mönchsinsel), 2 km vor der Küste, war früher der Richtplatz der Stadt. Im Laufe der folgenden Jahrhunderte standen dort eine Benediktinerabtei, ein Gefängnis, eine Festung und ein Zollhaus, heute ist es vor allem ein beliebter Picknickplatz und hat den schönsten Strand der Stadt. Mitte Mai bis Anfang September fahren vom Fischmarkt Ravnkloa **Fähren** (Erw./Kind hin & zurück 80/40 nkr) zur Insel – zwischen 10 und 16 bzw. 18 Uhr mindestens einmal pro Stunde.

Historische Gebäude & Viertel

Die **Gamle Bybro** (Altstadtbrücke) bietet eine wirklich fantastische Aussicht auf die Bryggen, farbenfrohe Speicherhäuser aus dem 18. und 19. Jh. am Wasser, die an ihre bekannteren Gegenstücke in Bergen erinnern. Im Osten liegen die ehemaligen Arbeiterviertel **Møllenberg** und **Bakklandet**, die heutzutage Schicki-Micki-Viertel mit Straßen aus Pflastersteinen, Fußgängerzonen, gepflegten Häusern in Pastelltönen und winzigen Gärtchen voller bunter Blumen sind. Hier in den alten Speichern und renovierten Arbeiterhäuschen befinden sich auch einige der fröhlichsten Restaurants und Kneipen der Stadt.

Westlich des Zentrums säumen Holzhäuser aus der Mitte des 19. Jhs. die Pflasterstraßen. Bemerkenswert ist die ganz aus Holz erbaute, achteckige **Hospitalkirken** (Hospitalsløkka 2–4) von 1705 auf dem Krankenhausgelände.

Aktivitäten

Die kostenlose Karte *Friluftsliv i Trondheimsregionen* (Outdoor-Leben in der Region Trondheim; Text auf Norwegisch) mit allen Freizeitgebieten und Wanderwegen der näheren Umgebung ist in der Touristeninformation erhältlich.

Wandern

Zwei einfache Touren in der Stadt sind der steile, aber kurze Aufstieg über die autofreien Straßen von Bakklandet zur Festung Kristiansten sowie der Uferweg am Nidelva zwischen den Brücken Bakke Bru und Gangbrua.

Westlich von Trondheim erstreckt sich die Bymarka, ein herrliches Waldgebiet mit Fußwegen und Langlaufloipen. Die Gråkalbanen (Straßenbahn) fährt auf einer landschaftlich reizvollen Strecke von der Haltestelle in der St. Olavsgata durch grüne Vororte nach **Lian**. Dort wartet neben einem traumhaften Ausblick auf die Stadt auch noch der Badesee **Lianvannet**.

Der **Ladestien** (Lade-Weg) östlich der Stadt führt an der Küste der Halbinsel Lade entlang. Er beginnt nur 1 km vom Stadtzentrum entfernt.

Kajakfahren

Trondheim Kajakk

KAJAKFAHREN

(✆ 48 33 83 18; trondheimkajakk.no; 2-stündige Tour mit Ausrüstungsverleih 300–400 nkr) Die Kajaktouren führen vom Treffpunkt des Nidelven und des Fjords direkt durch die Altstadt und bieten Teilnehmern eine neue Perspektive auf Trondheim. Die Preise richten sich nach der Personenzahl.

DER PILGERWEG

Der Nidaros-Dom wurde über dem Grab des hl. Olav errichtet, der nach seinem Tod in der Schlacht von Stiklestad am 29. Juli 1030 heiliggesprochen und zum Märtyrer erklärt wurde. Schnell entwickelte sich ein Kult um den Heiligen: Ihm wurden 340 Kirchen in Skandinavien, Großbritannien, Russland, den Baltischen Staaten, Polen, Deutschland und den Niederlanden geweiht; Pilger aus ganz Europa reisten zu seinem Grab in Nidaros, das zum beliebtesten Wallfahrtsort in Nordeuropa wurde; Reich und Arm traten von Oslo aus eine 25-tägige Wanderschaft an, andere nahmen lange Seereisen von Island, Grönland, den Orkney- und den Faröer-Inseln auf sich. Das Grab des hl. Olav wurde zum nördlichen Ziel der europäischen Pilger – neben Rom im Süden, Jerusalem im Osten und Santiago de Compostela im Westen.

Die Pilger wanderten von Dorf zu Dorf und verbreiteten auf ihren Wegen den Kult um den hl. Olav. Ihre Wanderschaft, auf der sie wilde Berge, Wälder und Flüsse durchqueren mussten, bot reichlich Gelegenheit, sich Gedanken über die entbehrungsreiche Lebensreise zur Ewigkeit zu machen. Die meisten Pilger waren zu Fuß unterwegs, nur die Reichen konnten sich Pferde leisten. Mittellose waren auf die örtliche Gastfreundschaft angewiesen. Aber Pilger waren hoch angesehen und wurden daher immer willkommen geheißen.

1997 wurde der Pilgerweg – alles in allem 926 km unter Einbeziehung der Alternativstrecken – neu eröffnet und damit die historische Route zwischen Oslo und Trondheim wiederbelebt. Die holperige Wegstrecke – meist Bergpfade und Schotterpisten – ist außerdem markiert worden. Man muss nur immer nach dem Logo Ausschau halten: dem Olavskreuz, verflochten mit dem vierblättrigen Knoten, der überall eine Sehenswürdigkeit anzeigt. Die Route folgt so weit als möglich den alten, historisch dokumentierten Pfaden. Am Weg weisen Schilder auf Ortsnamen und Gedenkstätten hin, die etwas mit dem Leben und Wirken des hl. Olav zu tun haben, aber auch auf alte Hügelgräber und andere historische Stätten.

In Trondheim stempelt das **Nidaros Pilgrim Senter** (✆ 73 52 50 00; www.pilegrimsgarden.no; Kjøpmannsgata 1; Bett mit/ohne Frühstück 400/350 nkr; ⏲ Mo–Fr 9–17 Uhr) Pilgerpässe. Zudem stellt es den Olavsbrief aus, der belegt, dass man mindestens 100 km der Pilgerroute bewältigt hat. Vor Ort gibt es einfache Unterkünfte für Wallfahrer.

Weitere Infos liefert pilegrimsleden.no.

Es gibt eine Reihe deutschsprachiger Bücher, die sich mit Pilgerreisen auf dem Olavsweg beschäftigen. Das aktuellste ist *Norwegen: Olavsweg* von Hanna Engler, veröffentlicht vom Conrad-Stein-Verlag.

Schwimmen

Pirbadet WASSERPARK

(✆ 73 83 18 00; pirbadet.no; Havnegata 12; Erw./Kind 140/115 nkr; ⏲ Ende Juni–Mitte Aug. Mo, Mi & Fr 6.30–20, Di & Do 10–20, Sa & So 10–18 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Das Pirbadet am Pirterminalen-Kai ist Norwegens größte Hallenbadelandschaft und bietet mit Wellenbad, Sauna und einer 100 m langen Rutsche jede Menge Wasserspaß.

Skifahren

Die Vassfjellet-Berge südlich von Trondheim bieten sich sowohl für Abfahrtsski wie auch für Langlauf an. Während der Skisaison fährt täglich ein Bus von der Munkegata direkt zum Vassfjellet Skisenter, 8 km vor der Stadtgrenze. Für Langläufer bieten sich Touren durch die Bymarka oder im Trondheim Skisenter Granåsen an. Dort können die ganz Mutigen (oder Übermütigen) von der weltweit größten Skischanze mit Plastikbelag springen.

Geführte Touren

Stadtrundgänge STADTRUNDGÄNGE

(170 nkr; ⏲ Ende Juni–Mitte Aug. tgl. 14 Uhr, sonst Sa 14 Uhr) Zweistündige Stadtführungen auf Englisch und Norwegisch.

Tripps BOOTSFAHRTEN

(✆ 95 08 21 44; www.trippsbatservice.no; Erw./Kind 170/60 nkr; ⏲ Abfahrt Juli–Mitte Aug. Di–So 12 & 14.30 Uhr, Mitte Mai–Juni & Mitte Aug.–Sept. Do–So 12 Uhr) Tripps bietet 1½-stündige Bootstouren über die Mündung des Nidelva bis in den Fjord hinein an. Abfahrt ist neben dem Fischmarkt Ravnkloa. Fahrkarten gibt's an Bord.

Feste & Events

ISFIT STUDENTENTREFFEN
(www.isfit.org; Feb.–März) Ein von Studenten organisiertes internationales Jugendtreffen im Februar oder März in ungeraden Jahren mit Teilnehmern aus über 100 Ländern. Es geht hier im Allgemeinen um ernsthaftere Dinge als auf dem UKA, aber es werden auch viele Konzerte und Events geboten.

Kosmorama FILM
(www.kosmorama.no; April–Mai) Trondheims internationales Filmfestival findet eine voll gepackte Woche lang Ende April statt. Oft dauern die Veranstaltungen bis Anfang Mai.

Nidaros Blues Festival MUSIK
(www.nidarosbluesfestival.com; April) Neben den Größen der internationalen Bluesszene treten auch hiesige Künstler auf.

Olavsfestdagene KULTUR
(www.olavsfestdagene.no; Juli–Aug.) Gefeiert wird zu Ehren des hl. Olav in der Woche um seinen Namenstag am 29. Juli. Es gibt einen Mittelaltermarkt und ein volles Programm mit klassischen Konzerten, Folk, Pop und Jazz.

Trøndelag Food Festival ESSEN
(Juli–Aug.) Findet zur gleichen Zeit wie die Olavsfestdagene statt. In der Kongens Gate östlich des Torvet verkaufen zahllose Stände einheimische Spezialitäten.

Pstereo MUSIK
(pstereo.net; Aug.) Das große Pop- und Rockfestival an einem Wochenende Ende August lockt bis zu 300 Musiker nach Trondheim.

UKA KULTUR
(www.uka.no; Okt.–Nov.) Alle zwei Jahre (immer in ungeraden Jahren) laden Trondheims 25 000 Studenten im Oktober und November zum größten Kulturfest Norwegens ein. Es ist eine dreiwöchige, ununterbrochene Party mit Konzerten, Theater und anderen Veranstaltungen im runden roten Studentersamfundet (Studentenzentrum).

Schlafen

Pensjonat Jarlen PENSION €
(73 51 32 18; www.jarlen.no; Kongens gate 40; EZ/DZ 540/690 nkr;) Die Pension punktet mit zentraler Lage und komfortablen Zimmern zu bemerkenswert fairen Preisen Nach Renovierungsarbeiten sind diese nun in modernem Stil gehalten, die Bäder könnten hingegen einen neuen Anstrich vertragen. Die Quartiere haben teils glänzende Holzdielen, teils Teppich sowie größtenteils Kochplatte und Kühlschrank.

Flakk Camping CAMPINGPLATZ €
(72 84 39 00; www.flakk-camping.no; Auto-/Wohnwagenstellplatz 220/300 nkr, Hütten 490–650 nkr; Mai–Aug.; P) Der freundliche Campingplatz direkt am Trondheimfjord (mit minimaler Belästigung durch den nahen Fähranleger) liegt etwa 10 km vom Stadtzentrum entfernt. Zu erreichen über die Rv715 von Trondheim.

Singsaker Sommerhotel HOTEL €
(73 89 32 29; sommerhotell.singsaker.no; Rogertsgata 1; B/EZ/DZ 260/749/889 nkr, EZ/DZ mit Gemeinschaftsbad 499/699 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug.; P) Das imposante Gebäude auf einem grünen Hügel in einer ruhigen Wohngegend wurde ursprünglich als Offiziersmesse für die deutschen Besatzer erbaut. Es ist preiswert und mit der Buslinie 63 vom Bahnhof gut zu erreichen. Autofahrer nehmen die Klostergata vom Studentersamfundet nach Osten und folgen der Beschilderung.

Rica Nidelven Hotel HOTEL €€
(73 56 80 00; www.rica.no; Havnegata 1–3; Zi. 945–1695 nkr; P@) Das stilvolle Hotel hat eine großartige Lage direkt am Wasser und nahe Solsiden, ist einen fünfminütigen Fußmarsch von der Altstadt entfernt und beherbergt 343 attraktive Zimmer, viele davon mit Flussblick. Es gewann den Preis für das beste Hotelfrühstück Norwegens, was allein schon Grund für eine Übernachtung ist.

Britannia Hotel HOTEL €€
(73 80 08 00; www.britannia.no; Dronningens gate 5; EZ/DZ ab 506/806 nkr; P@) Das 1897 errichtete Mammuthotel mit fast 250 Zimmern wurde 2013 in die Thon-Hotelkette eingegliedert. Es verströmt noch immer altmodischen Charme, von den alten Holzpaneelen im Foyer bis zum prächtigen ovalen und auf orientalisch gestylten Restaurant Palmehaven – nur eines der Restaurants im Haus – mit seinen korinthischen Säulen und einem Springbrunnen im Zentrum. Die Zimmer sind im elegant-klassischen Stil gehalten.

Clarion Collection Hotel Grand Olav HOTEL €€
(73 80 80 80; www.nordicchoicehotels.no; Kjøpmannsgata 48; Zi. ab 1190 nkr; @) Die eleganten, luxuriösen Zimmer des Clarion liegen über einer Einkaufspassage und dem Konzertsaal Olavshallen. Die 100 Zimmer sind in

27 verschiedenen Stilen eingerichtet. Über mangelnde Auswahl können sich die Gäste also nicht beklagen.

Radisson Blu Royal Garden Hotel HOTEL €€
(☎ 73 80 30 00; www.radissonblu.com; Kjøpmannsgata 73; EZ/DZ ab 795/995 nkr; P ❄ @ ᯤ 🚬) Das erstklassige moderne Hotel gegenüber dem Clarion liegt direkt am Fluss (von einigen Zimmern könnten Gäste die Angel auswerfen) und wirkt schon beim Eintritt ins gläserne Atrium licht und luftig.

P-Hotel HOTEL €€
(☎ 73 80 23 50; www.p-hotels.no; Nordre gate 24; EZ/DZ ab 595/795 nkr; @ ᯤ) Das schicke, moderne Hotel ist Teil einer expandierenden norwegischen Minikette. Die 49 schmucken Zimmer, jedes mit Tee-/Kaffeemaschine, beweisen guten skandinavischen Stil. Das Frühstück wird morgens in einer Tasche an die Tür gehängt. Auch eine Waschmaschine steht zur Verfügung.

Chesterfield Hotel HOTEL €€
(☎ 73 50 37 50; www.bestwestern.no; Søndre gate 26; EZ/DZ ab 695/895 nkr; @ ᯤ) Alle 43 Zimmer dieses altehrwürdigen Hotels bieten sehr viel Platz. Nach einem Brand im Nachbargebäude wurden sie 2006 komplett renoviert sowie mit neuen Möbeln ausgestattet und sind noch immer sehr gepflegt. Die ganz oben im 7. Stock haben riesige Dachfenster mit Panoramablick auf die Stadt.

Essen

In Trondheim gibt es zahlreiche nette Cafés, die leichte Mahlzeiten, Kaffee und Kuchen anbieten. Manche verwandeln sich abends auch in trubelige Kneipen. Selbstversorger können jeden Vormittag auf einem schönen kleinen Markt am Torvet Obst und Gemüse einkaufen.

★ Ravnkloa-Fischmarkt FISCHMARKT €
(☎ 73 52 55 21; www.ravnkloa.no; Munkegata; Snacks ab 45 nkr, Hauptgerichte 150–185 nkr; ⏲ Mo–Fr 10–17, Sa 10–16 Uhr) Auf diesem Fischmarkt mit Café und Tischen am Kai sieht alles appetitlich aus. Neben großartigen Fischfrikadellen gibt es Garnelen-Sandwichs, Muscheln und leckere Fischsuppe. Neben Köstlichkeiten aus dem Meer gibt es auch eine bemerkenswerte Auswahl an Käse und anderen Feinkostprodukten.

Fairytale Cupcakes NORWEGISCH, INTERNATIONAL €
(☎ 40 05 61 08; www.fairytalecupcakes.no; Thomas Angells gate 10b; leichte Gerichte ab 159 nkr, 1/4/6 Cupcakes 39/150/210 nkr; ⏲ Mo–Sa 10–18 Uhr) Cupcakes schienen ein vorübergehender Hype zu sein, deswegen dachten wir nicht, dass sich dieser Laden lange halten würde. Erfreulicherweise haben wir uns geirrt. Das Erfolgsrezept: ein wunderbar gepflegter Verkaufsraum, mit dem besten *smørbrød* (belegte Brotscheiben) Trondheims. Und natürlich Cupcakes.

Jordbær Pikene CAFÉ €
(☎ 73 92 91 80; www.jordbarpikene.no; Ecke Erling Skakkes gate & Prinsens gate; Hauptgerichte 129–179 nkr; ⏲ Mo–Fr 9–20, Sa 9–18 Uhr) Die „Erdbeermädchen" servieren Pasta, Blattsalate und Sandwiches in einem lockeren, sympathischen Ambiente. Feine Säfte gibt es hier auch. Besonders originell ist das Essen nicht, aber dafür solide und preisgünstig.

Café ni Muser CAFÉ €
(www.nimuser.no; Bispegata 9; leichte Gerichte & Snacks ab 79 nkr; ⏲ 11–23 Uhr) Im Café in Trondheims Kunstmuseum lässt sich eine kunstinteressierte Klientel günstige Gerichte schmecken. An sonnigen Nachmittagen wird die Terrasse zum Biergarten.

Persilleriet VEGETARISCH €
(☎ 73 60 60 14; persilleriet.no; Erling Skakkes gate 39; Mittagessen ab 128 nkr; ⏲ Mo–Fr 11–19, Sa 14–18 Uhr; 🖉) Das winzige Tagesrestaurant bereitet leckere vegetarische Gerichte zu, auch zum Mitnehmen. Die Speisekarte wechselt regelmäßig und bietet einen kleinen Streifzug durch die Küchen der Welt: Die Gerichte sind z. B. an beliebigen Tagen thailändisch, orientalisch oder mexikanisch angehaucht.

★ Baklandet Skydsstasjon NORWEGISCH €€
(☎ 73 92 10 44; www.skydsstation.no; Øvre Baklandet 33; Hauptgerichte 138–245 nkr; ⏲ Mo–Fr 11–1, Sa & So 12–1 Uhr) In der ehemaligen Postkutschenstation aus dem 18. Jh. gibt es mehrere gemütliche Zimmer mit engen Nischen und schiefen Böden. In dem superfreundlichen Lokal werden leckere Gerichte serviert, z. B. die berühmte Fischsuppe („die beste in ganz Norwegen", bestätigte ein Pärchen). Donnerstags bis samstags gibt's zur Mittagszeit außerdem ein Heringsbüfett (178 nkr). Tipp: Platz für den hausgemachten Kuchen lassen.

Søstrene Karlsen NORWEGISCH, INTERNATIONAL €€
(☎ 73 60 00 25; www.sostrenekarlsen.no; Tmv-kaia 25; Hauptgerichte mittags 135–239 nkr, Hauptgerichte abends 173–358 nkr; ⏲ Mo–Do 11–24, Fr & Sa 11–2, So 12–23 Uhr) Trotz des unwiderstehlichen Flairs des Hafenviertels Solsiden ha-

ben sich hier größtenteils Restaurantketten breitgemacht, wo die Atmosphäre mehr zählt als die Qualität des Essens. Søstrene Karlsen lässt bei Letzterem die Konkurrenz hinter sich und ist entsprechend beliebt. Die große Auswahl reicht von Sandwichs bis zu gehaltvolleren Hauptgerichten mit Fisch und Fleisch.

Bari ITALIENISCH €€
(☎ 73 60 60 24; www.bari.no; Munkegata 25; Hauptgerichte mittags ab 129 nkr, Hauptgerichte abends 155–215 nkr; ⏲ Mo–Do 11–24, Fr & Sa 11–2 Uhr) Gegessen wird hier im stylischen, modernen und poppigen Café oder auf der kleinen Straßenterrasse. Das Bari ist bekannt für seine guten italienischen Speisen (Pasta und Bruschetta), hat aber auch spitzenmäßige Burger.

Frati MEDITERRAN €€
(☎ 73 52 57 33; www.frati.no; 1. OG, Munkegata 25; Pasta ab 150 nkr, Pizza ab 129 nkr, Hauptgerichte 199–290 nkr; ⏲ Mo–Fr 15–23, Fr & Sa 14–23 Uhr) Das Frati im Stockwerk über dem Bari gehört den gleichen Betreibern. Die Einrichtung besteht aus lackiertem Holz und dunkleren Brauntönen, aber es gibt auch hier jede Menge Pastagerichte sowie eine sorgfältig zusammengestellte Auswahl an Antipasti.

★ **Vertshuset Tavern** NORWEGISCH €€€
(☎ 73 87 80 70; www.tavern.no; Sverresborg Allé 11; Hauptgerichte 165–285 nkr; ⏲ Mo 16–21, Di–Fr 16–22, Sa 14–22, So 14–21 Uhr) Die historische Taverne (1739) stand einst im Zentrum Trondheims, wurde dann komplett zerlegt und im Sverresborg Trøndelag Folkemuseum am Stadtrand wieder aufgebaut. Zu empfehlen sind wechselnde norwegische Spezialitäten oder zum Kaffee traditionelle Waffeln, serviert in einem der 16 winzigen Zimmer mit niedrigen Decken, schiefen Fußböden, Kerzenleuchtern, gusseisernen Öfen und Spitzentischdecken.

Havfruen FISCH & MEERESFRÜCHTE €€€
(☎ 73 87 40 70; www.havfruen.no; Kjøpmannsgata 7; 3-/4-/5-Gänge-Menü 498/548/598 nkr, Hauptgerichte ab 275 nkr, leichte Bargerichte ab 90 nkr; ⏲ Mo–Sa 18–24 Uhr) Das zauberhafte Uferrestaurant mit seinen schiefen Pfeilern und altersschwachen Balken ist auf allerfrischesten Fisch spezialisiert. Die Qualität ist herausragend, was sich auch in den Preisen niederschlägt, ebenso die Weine, die vom hauseigenen Sommelier ausgewählt wurden. Die kurze Karte wechselt je nach Tagesfang. Die angeschlossene Bar nebenan ist lockerer.

To Rom og Kjøkken NORWEGISCH €€€
(☎ 73 56 89 00; www.toromogkjokken.no; Carl Johans gate 5; Hauptgerichte 285–365 nkr; ⏲ Mo–Do 16–1, Fr & Sa 16–2 Uhr) Der Service im „Zwei Zimmer und eine Küche" ist freundlich, das Ambiente mit wechselnden, echten Kunstwerken an der Wand ist hell und frisch, und die Gerichte reichen von in Riesling gedünstetem Lachs bis zu gebratenem Seeteufel. Die Zutaten kommen, wenn möglich, aus dem Umland. Eine Kostprobe der feinen Küche zu erschwinglicheren Preisen bietet das tägliche Tagesangebot in der Bar (169 nkr).

Ausgehen & Nachtleben

Als Studentenstadt bietet Trondheim jede Menge Möglichkeiten, die Nacht durchzufeiern. Die kostenlosen Zeitungen Natt & Dag und Plan B listen die besten Locations auf, hauptsächlich allerdings auf Norwegisch. Solsiden (Sonnenseite) ist Trondheims angesagteste Partyzone am Hafen voller Bars und Restaurants inmitten moderner Wohnblocks, umgebauter Speicher und stillgelegter Kräne.

Am nördlichen Ende der Nordre Gate gibt es mehrere Nachtclubs.

★ **Den Gode Nabo** KNEIPE
(www.dengodenabo.com; Øvre Bakklandet 66; ⏲ So–Fr 16–1.30, Sa 13–1.30 Uhr) Der dämmrige und riesige „Gute Nachbar" in schönster Lage am Fluss wurde schon mehrmals zur besten Kneipe Norwegens ernannt. Ein Teil liegt tatsächlich auf dem Wasser, nämlich auf einem Ponton; innen steht die Nachbildung einer Wurlitzer-Jukebox. Es gibt u. a. amerikanisches Bier vom Fass (Sam Adams) und englisches Ale, Shepherd Neame's Bishop's Finger, aus der Flasche.

★ **Trondheim Microbryggeri** KNEIPE
(Prinsens gate 39; ⏲ Mo 17–24, Di–Fr 15–2, Sa 12–2 Uhr) Jedem *øl*-(Bier-)Trinker ist diese gemütliche Kneipe mit seinem selbst gebrauten Bier genauso heilig wie dem Pilger seine Olav-Gedenkstätte. Bei acht Sorten Fassbier und leckeren kleinen Mahlzeiten lässt sich's hier sehr gut aushalten. Sie liegt in einer kurzen Seitengasse der Prinsens Gate.

Dromedar Kaffebar CAFÉ
(Nedre Bakklandet 3; ⏲ Mo–Fr 7–18, Sa & So 10–18 Uhr) Das beliebte Selbstbedienungscafé gibt es schon sehr lange. Es serviert leichte Mahlzeiten und den vielleicht besten Kaffee Trondheims in verschiedenen Größen, Stärken und Geschmacksrichtungen. Hier geht es ziemlich beengt zu, das Café stellt aber bei

schönem Wetter Tische nach draußen auf die Pflasterstraße. Es gibt eine **Filiale** (Nørdre gate 2) im gleichen Stil, ebenfalls mit Tischen auf dem Bürgersteig und mit ebenso aromatischem Kaffee, sowie weitere Zweigstellen in der ganzen Stadt.

Bare Blåbær BAR
(✆ 73 53 30 32; www.barebb.no; Innherredsveien 16; ⏲ So–Do 11–1.30, Fr & Sa 11–2.30 Uhr) Das beliebte Lokal mit Terrasse am Hafen in der Nähe von Solsiden ist immer proppenvoll. Besonders geschätzt werden hier die Cocktails, Schnäpse und Juleps – und die vielleicht besten Pizzas der Stadt, darunter auch die faszinierenden *chili bollocks* (vermutlich eine winterliche Spezialität).

Bruk Bar BAR
(Prinsens gate 19; ⏲ Mo–Do 12–1, Fr & Sa 12–2, So 13–24 Uhr) Ein ausgestopfter Elchkopf blickt gutmütig von der Wand; flackernde Kerzen und Designerleuchten werfen ihr Licht auf die Gäste um die 30, die diesen freundlichen Treffpunkt frequentieren. Der Musikstil wechselt, ganz nach Laune der Barkeeper, aber laut ist es immer.

Løkka BAR
(Dokkgata 8; ⏲ Mo–Sa 11–1, So 12–24 Uhr) Vor dem jüngsten Umbau war das Løkka eine Reparaturwerkstatt für Boote. Die Bierauswahl, vom Fass und in der Flasche, ist prima, zudem gibt's Milchshakes. Die Bar eignet sich vor allem für einen Drink am frühen Abend, nicht für eine lange Kneipennacht.

Macbeth BAR
(Søndre gate 22b; ⏲ So–Di 15–24, Mi & Do 15–1, Fr 15–2 Uhr) Heimwehkranke Schotten fühlen sich hier zu Hause und Leute aus Newcastle trinken nostalgisch ihr Newcastle Brown vom Fass, während auf einem Megabildschirm Fußballspiele oder Autorennen laufen. Zudem gibt es eine wunderbare Auswahl von einem Dutzend Malt-Whiskys.

Studentersamfundet BAR
(Studentenzentrum; samfundet.no; Elgesetergate 1) Während des Semesters gibt es hier zehn angesagte Bars, ein Kino und jede Menge Livemusik. Im Sommer dient das Haus als Backpacker-Unterkunft.

Unterhaltung

Dokkhuset KULTURZENTRUM
(www.dokkhuset.no; Dokkparken 4; ⏲ Mo–Do 11–1, Fr & Sa 11–3, So 13–1 Uhr) Das Dockhaus ist ein künstlerisch umgestaltetes Pumpwerk (die alten Pumpen sind durch den Glasfußboden noch zu sehen). Es dient als Konzertsaal für experimentellen Jazz oder Kammermusik, Restaurant und Café-Bar zugleich. Am Kai kann man gemütlich einen Drink schlürfen und von der Dachterrasse den Ausblick auf Trondheim genießen.

Olavshallen KONZERTSAAL
(✆ 73 99 40 50; www.olavshallen.no; Kjøpmannsgata 44) Trondheims wichtigster Konzertsaal befindet sich im Kulturzentrum Olavskvartalet und ist das Stammhaus des Trondheimer Sinfonieorchesters. Daneben gibt's auch internationale Rock- und Jazzkonzerte (meist zwischen September und Mai).

Trøndelag Teater THEATER
(✆ 73 80 51 00; trondelag-teater.no; Prinsens gate 18–20) Das schön restaurierte Theater wurde 1816 erbaut und zeigt große Tanz- und Musikstücke, aber auch intimere Aufführungen.

Shoppen

Moods of Norway MODE
(✆ 92 42 57 22; www.moodsofnorway.com; Olav Trygvassonsgate 29; ⏲ Mo–Mi, Fr & Sa 10–18, Do 10–19 Uhr) Diese originelle Marke ist eine eindrucksvolle norwegische Erfolgsgeschichte und macht aus Exzentrizität eine Tugend. Typisch für die Kollektionen sind bunte Farben und Spaß an Mode.

Ting HAUSHALTSWAREN
(✆ 45 20 07 00; www.ting.no; Olav Tryggvasonsgate 10; ⏲ Mo–Sa 10–18 Uhr) Moderne Haushaltswaren von Designermarken machen das Sortiment dieses originellen Ladens aus. Die skandinavische Coolness hat allerdings ihren Preis. Ein paar Häuser nebenan setzt das **Småting** (✆ 47 48 92 88; www.ting.no; Olav Tryggvasonsgate 6; ⏲ Mo–Sa 10–18 Uhr) unter derselben Leitung Kinderspielzeug ähnlich kreativ in Szene.

Husfliden BEKLEIDUNG, KUNSTHANDWERK
(www.norskflid.no; Olav Tryggvasonsgate 18; ⏲ Mo–Fr 9–18, Sa 9–16 Uhr) Wer noch keinen Bunda für den norwegischen Nationalfeiertag hat oder nach einem traditionellen norwegischen Mitbringsel sucht, ist bei Husfliden genau richtig.

Praktische Informationen

Bibliothek (Kongens gate; ⏲ Mo–Do 10–19 Uhr, Fr 10–18, Sa 11–16 Uhr) Kostenloser Internetzugang und internationale Presse.

Touristeninformation (✆ 73 80 76 60; www.visittrondheim.no; Nordre gate 11; ⏲ Mitte

Juni–Mitte Aug. tgl. 9–18 Uhr, sonst Mo–Sa 9–18 Uhr) Mitten in der Stadt mit Buchungsservice.

An- & Weiterreise

BUS

Der Intercity-Busbahnhof (Rutebilstasjon) ist direkt neben dem Bahnhof Trondheim Sentralstasjon (auch Trondheim S).

Als wichtigste Stadt zwischen Süd- und Nordnorwegen ist Trondheim ein Knotenpunkt der Buslinien. Der Nor-Way Bussekspress fährt bis zu dreimal täglich von/nach:

Ålesund (587 nkr, 7 Std., 2- bis 3-mal tgl.)

Bergen (848 nkr, 14½ Std.) Nachtbus.

Namsos (398 nkr, 3½ Std.) Über Steinkjer (315 nkr, 2¼ Std.).

Nach Narvik oder noch weiter in den Norden geht es (vergleichsweise) schneller mit dem Zug nach Fauske oder Bodø (Endstation) und von dort weiter mit dem Bus.

FÄHRE

Trondheim ist ein wichtiger Zwischenstopp der Hurtigrutenfähren. Express-Passagierschiffe zwischen Trondheim und Kristiansund (3½ Std.) legen bis zu dreimal täglich vom Pirterminalen-Kai ab.

FLUGZEUG

Der Flughafen Værnes liegt 32 km östlich von Trondheim. Flugverbindungen gibt es mit allen größeren norwegischen Städten sowie mit Kopenhagen und Stockholm. Norwegian fliegt von/nach London (Gatwick) und KLM von/nach Amsterdam.

ZUG

Es gibt zwei bis vier Zugverbindungen täglich mit Oslo (899 nkr, 6½ Std.). Zwei Züge fahren nordwärts nach Bodø (1059 nkr, 9¾ Std.) über folgende Orte:

Fauske (1018 nkr, 9¼ Std.)

Mo i Rana (847 nkr, 7½ Std.)

Mosjøen (763 nkr, 5½ Std.)

Mit einer minipris-Fahrkarte lässt sich einiges sparen.

Auch mit Steinkjer (217 nkr, 2 Std., stündl.) gibt es Zugverbindungen.

Unterwegs vor Ort

AUTO & MOTORRAD

Autofahrer sollten darauf achtgeben, sich nicht auf die rechte Fahrbahn zu verirren. Sie ist Taxis und Bussen vorbehalten.

FAHRRAD

Wie es sich für eine so fahrradfreundliche Stadt gehört, hat Trondheim natürlich auch ein Fahrradverleihsystem (50 nkr pro Tag). In der Touristeninformation gibt es gegen eine Kaution von 200 nkr bzw. 25 € eine Leihkarte, mit der an jeder der zwölf Radstationen in der ganzen Stadt ein Fahrrad ausgeliehen werden kann. Die Rückgabe erfolgt ebenfalls an den Stationen. Die Kaution zahlt die Touristeninformation wieder aus.

Auch sonst bietet die Stadt einiges für Radfahrer: gut ausgeschilderte Radrouten, die häufig autofrei und auch für Fußgänger ideal sind; einen Streifen glatter Steinplatten entlang Pflasterstrecken, die Rad und Fahrer sonst ganz schön durchschütteln würden – und Trampe, den weltweit einzigen Fahrradlift, der Radler von der Gamle Bybro den Hügel Brubakken hinauf zur Festung Kristiansten schleppt.

VOM/ZUM FLUGHAFEN

Flybussen (www.flybussen.no; einfach/hin & zurück 130/220 nkr, 35–45 Min.) fährt zwischen 4 und 21 Uhr alle 15 Minuten (am Wochenende seltener) zum Flughafen und hält u. a. am Bahnhof, am Studentersamfundet und am Britannia Hotel.

Auch Züge verkehren zwischen der Trondheim Sentralstasjon und dem Flughafen Værnes (74 nkr, 30–40 Min., halbstündl.).

ÖFFENTLICHE VERKEHRSMITTEL

Der zentrale Umsteigebahnhof (alle Linien halten hier oder in der Nähe) der Stadtbusse von **AtB** (www.atb.no) ist an der Ecke Munkegata und Dronningens Gate. Bus und Straßenbahn kosten 30 nkr pro Fahrt (Tageskarte 70 nkr). Fahrkarten müssen passend bezahlt werden.

Trondheims Straßenbahnlinie Gråkalbanen verläuft von der St. Olavsgata in westlicher Richtung nach Lian im Herzen der Bymarka. Museumstriebwagen, die im Sommer immer samstags unterwegs sind, benutzen dieselbe Strecke. Es ist möglich, zwischen ihnen und den Stadtbussen umzusteigen.

TAXI

Taxiruf: **Trønder Taxi** (☎ 07373) oder **Norgestaxi** (☎ 08000).

PARKEN IM ZENTRUM TRONDHEIMS

Die Parkgebühren im Stadtzentrum können ganz schön ins Geld gehen. Die Trondheim Katedralskole lässt jedoch in den Sommerferien (Mitte/Ende Juni–Mitte Aug.) Autos und Wohnmobile für 100 nkr pro Tag (7.30–21 Uhr) auf ihrem Schulhof parken. Der Parkbereich ist montags bis samstags von 8 bis 15.30 geöffnet (So geschl.). Aktuelle Infos gibt's bei der Touristeninformation.

DER WEG NACH NORDEN

Im nördlichen Trøndelag befinden sich Hell, der Schauplatz von Norwegens wichtigster Schlacht, und mehrere faszinierende Küstenorte. Dort, wo das Land immer schmaler wird und gen Arktis führt, verlaufen nördlich von Steinkjer zwei Routen: die stärker befahrene Europastraße (E6) im Landesinneren und die langsamere Küstenstraße E17 (Kystriksveien). Die Bahnstrecke in Richtung Norden über Hell und Steinkjer nach Bodø folgt mehr oder weniger der E6 bis nach Fauske.

Stiklestad

Stiklestad ist einer der bedeutendsten Orte in der Geschichte Norwegens. Hier schlugen am 29. Juli 1030 die zahlenmäßig überlegenen und besser ausgerüsteten Streitkräfte heidnischer Stammesfürsten den knapp 100 Mann zählenden Trupp des christlichen Königs Olav Haraldsson, der von König Knut (Canute) von Dänemark und England entthront worden war.

Die Schlacht von Stiklestad markiert für die Norweger den Übergang von der Wikingerzeit zum Mittelalter. Obwohl Olav in dieser Schlacht fiel, gilt sie als Sieg der Christenheit und der gefallene Held als Märtyrer und Heiliger. Der hl. Olav wurde in ganz Nordeuropa zum Idol und sein Grab im Nidaros-Dom von Trondheim zum Wallfahrtsort für Pilger aus ganz Europa.

Die ganze Anlage, in der Besucher größtenteils umsonst herumwandern können, erinnert an einen weitläufigen Themenpark – mit Ausstellungsstücken zur Schlacht von Stiklestad, einem Freilichtmuseum und der Kirche von Stiklestad aus dem 12. Jh.

Sehenswertes

Das **Nationale Kulturzentrum Stiklestad** (Stiklestad Nasjonale Kultursenter; www.stiklestad.no; Erw./Kind 160/80 nkr; Sept.–Juni 9–18 Uhr, Juli & Aug. 9–20 Uhr) befindet sich in einem grandiosen Holzbau. Im Eintritt enthalten ist der Besuch von **Stiklestad 1030**, einer bewegenden Ausstellung über die Schlacht, visualisiert mit plastischen Schaubildern und vertont mit viel Geschrei und Geröchel. Außerdem gilt das Ticket für einen 15-minütigen Film über den hl. Olav, eine Führung durch die Kirche und ein kleines Widerstandsmuseum.

Auf dem Gelände stehen über 30 historische Gebäude (Eintritt frei), von einfachen Gehöften und Handwerkstätten bis zum **Molåna**, einem imposanten Bauernhaus mit kleinem Café (nur im Sommer geöffnet). In der Sommersaison erwecken Schauspieler in historischen Kostümen viele der Gebäude zum Leben.

Auf der anderen Straßenseite liegt Stiklestads bezaubernde **Kirche** (Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Sa 11–18, So 12.30–18 Uhr), die zwischen 1150 und 1180 über dem Stein errichtet wurde, auf den sich der sterbende hl. Olav gestützt haben soll. Dem Stein wurden sogar Heilkräfte nachgesagt, aber während der Reformation ist er verschwunden und nicht wieder aufgetaucht.

Feste & Events

In der Woche vor dem St.-Olavs-Tag (29. Juli) wird in Stiklestad das **St.-Olav-Festival** gefeiert. Dazu gehören ein mittelalterlicher Markt, kostümierte Möchtegern-Wikinger und verschiedenste Aktivitäten. Höhepunkt ist eine Freilichtaufführung während der letzten fünf Tage, die den Kampf zwischen dem König und den ortsansässigen Bauern und Stammesführern inszeniert. Die Hauptrollen werden traditionell mit berühmten norwegischen Schauspielern und Schauspielerinnen besetzt, während die einheimische Bevölkerung Nebenrollen einnimmt und Massenszenen spielt.

Schlafen & Essen

Rica Stiklestad Hotel HOTEL €€
(74 04 42 00; www.rica.no; Zi. 800–1250 nkr; P ❄) Im Nationalen Kulturzentrum Stiklestad bietet dieser attraktive Neuzugang der Rica-Kette Zimmer, die modernen Stil (dunkle Farbgebung und Parkettboden) mit Anspielungen an Stiklestads Geschichte kombinieren. Auf dem Gelände gibt es ein Restaurant.

An- & Weiterreise

Stiklestad liegt 5 km östlich der E6 an der Rv757.

Steinkjer

21 555 EW.

In mittelalterlichen Sagen wird Steinkjer als wichtiges Handelszentrum erwähnt und tatsächlich ist es noch heute ein Scheideweg der zwei Hauptrouten gen Norden.

Vor Ort gibt's nur wenig zu sehen. Ausnahme ist die Hauptattraktion, das **Egge Museum** (www.eggemuseum.no; Fylkesmannsgården; Erw./Kind 60 nkr/frei; Mitte Juni–Mitte

Aug. 10–16 Uhr), ein großes Gehöft auf einer Anhöhe 2,5 km nördlich der Stadt. Ringsum liegen mehrere Hügelgräber und Steinkreise aus der Wikingerzeit.

Schlafen & Essen

Føllingstua CAMPINGPLATZ €
(74 14 71 90; www.follingstua.com; E6, Følling; Auto-/Wohnwagenstellplatz 220/240 nkr, Hütten 600–1380 nkr, EZ/DZ mit Gemeinschaftsbad 530/650 nkr) An der E6 14 km nördlich von Steinkjer und fast am Südwestzipfel des Sees Snåsavatnet liegt dieser schöne Campingplatz, der zu einer ein- oder zweitägigen Pause einlädt, um zu angeln oder sich ein Boot oder Kanu zu leihen (200 nkr pro Tag).

Tingvold Park Hotel HOTEL €€
(74 14 11 00; www.tingvoldhotel.no; Gamle Kongeveien 47; EZ/DZ ab 1070/1270 nkr; P @) Das abgeschiedene und preiswerte Hotel mit Blick auf Steinkjer liegt neben einem alten Wikingergrab und hat einen schönen Garten. Es gehört zur Hotelkette Best Western.

Brod & Cirkus RESTAURANT €€€
(74 16 21 00; www.brodogcirkus.no; Sannagata 8; Hauptgerichte ab 260 nkr, 3-Gänge-Menü 475 nkr; Di–Fr 11–16, Mi–Sa ab 18 Uhr) Fleisch, Fisch und Meeresfrüchte dieses Gourmetrestaurants stammen von lokalen Erzeugern, Brot und Desserts sind alle hausgemacht. Das Lokal liegt einen Block östlich der Kongens Gate hinter dem Statens Hus.

Praktische Informationen

Steinkjers **Touristeninformation** (74 40 17 16; www.visitinnherred.com; Sjøfartsgata 2a; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 9–20, Sa 10–19, So 12–19, sonst Mo–Fr 9–16 Uhr) liegt an der E6 gegenüber dem Einkaufszentrum Amfi und ist vom Bahnhof über eine Fußgängerunterführung zu erreichen. Sie dient gleichzeitig als Kystriksveien Info-Center und übernimmt Zimmerreservierungen im Ort und an der Küstenstraße. Fahrräder werden hier ebenfalls verliehen (pro Std./Tag 60/175 nkr).

Rund um Steinkjer

Stadtauswärts von Steinkjer folgt die E6 dem Nordufer des 45 km langen und sehr schmalen Sees **Snåsavatnet**, gesäumt von majestätischen Nadelwäldern. Eine Alternative ist die Rv763 entlang des ruhigeren Südufers. Sie führt an den **Bølarein** vorbei, 5000 bis 6000 Jahre alten Felsritzungen von Rentieren und anderen Motiven.

Namsos

12 988 EW.

Namsos ist die erste nennenswerte Hafenstadt an der Küstenstraße zwischen Trondheim und Bodø. Es bietet sich zum Übernachten an und hat ein paar nette Attraktionen.

Sehenswertes

Lysstøperiet KERZENFABRIK
(74 21 29 00; Finn Christiansens Vei 14; Mo–Fr 10–17, Sa 11–15 Uhr) GRATIS In dieser alten Bahnhofshalle ist eine kleine Kerzenmanufaktur, in der die Besitzer pro Jahr etwa 15 t bestes Paraffinwachs zu Kürbissen, Paprikaschoten, Stiefeln, Katzen, Blumen und Kerzen in allen Regenbogenfarben verarbeiten.

Rock City ROCK 'N' ROLL-MUSEUM
(95 08 49 39; www.rockcity.no; Erw./Kind 100/50 nkr; So–Fr 17–21, Sa 16.30–18 Uhr) Der große, weiße, noch im Bau befindliche Kasten ist ein Tempel des Rock 'n' Roll – und eine Hommage an die unverhältnismäßig große Zahl von bekannten Künstlern aus der skandinavischen Popmusikszene, die aus Namsos kommen.

Norsk Sagbruksmuseum SÄGEWERKMUSEUM
(Norwegisches Sägewerkmuseum; 74 27 13 00; sagbruksmuseet.no; Linbergvegen 16, Spillum; Erw./Kind 50 nkr/frei; Mo–Fr 9–15 Uhr) Wer Interesse an Holzhacken und -häckseln hat, kann sich einer Führung durch dieses Denkmal für ein bedeutendes Gewerbe der Region anschließen. Es liegt jenseits der Brücke 4 km östlich der Stadt und erinnert an Norwegens erstes dampfbetriebenes Sägewerk von 1853.

Namdalsmuseet VOLKSKUNDEMUSEUM
(74 36 07 90; Kjærlighetstien 1; Erw./Kind 40 nkr/frei; Mitte Juni–Mitte Aug. Di–So 12–16 Uhr, sonst

FAHR ZUR HÖLLE!

Es ist zwar nicht sehr originell, trotzdem kann man der Versuchung kaum widerstehen, sich am Bahnhof von Hell unter dem Ortsschild ablichten zu lassen. Wer – wie wir – dieser nachgibt, hat die perfekte Antwort für jeden, der einen zur Hölle wünscht: „Dort war ich doch schon längst!" Trondheims Værnes-Flughafen befindet sich nebenan, allerdings scheute man sich, dem Hauptzugang zur Stadt den Namen Hell International Airport zu geben. Auf Norwegisch bedeutet Hell übrigens „Wohlstand".

ABSTECHER

LEKA

Die herrlich wilde Insel Leka (556 Ew.) ist auf jeden Fall einen Abstecher wert. Ihre wüstenähnliche Wildwestlandschaft wird Wanderer bezaubern. Sie ist ein wichtiges Revier für Seeadler (Kinder gut festhalten! 1932 hat ein dreistes Exemplar ein dreijähriges Mädchen gepackt). Außerdem gibt es mehrere Hügelgräber aus der Wikingerzeit und steinzeitliche Felsmalereien.

Im **Leka Motell og Camping** (☎ 74 39 98 23; www.leka-camp.no; Zelt-/Wohnwagenstellplatz 130/230 nkr, DZ/4BZ mit Bad & Küchen 700/900 nkr) gibt es gut ausgestattete und preiswerte Motelzimmer, aber auch spartanische Grasdach-Steinhütten (400 nkr) mit bis zu vier Etagenbetten.

Nach Leka fährt stündlich eine Fähre von Gutvik, das 20 Minuten von der Küstenstraße Rv17 entfernt ist.

Mo–Fr 8–15.30 Uhr) Das Namdal–Museum zeigt Exponate zur Regionalgeschichte, u. a. die typischen Holzsegelboote der Region. Außerdem ist es – man höre und staune – „Norwegens einziges Museum, das Krankenhausausstattung in chronologischer Reihenfolge präsentiert". Toll.

Aktivitäten

Bjørumsklumpen AUSSICHTSPUNKT

Ein einfacher und malerischer 20-minütiger Spaziergang vom Zentrum über die Kirkegata führt zum Aussichtspunkt auf dem markanten brotförmigen Felsen (114 m) mit tollem Blick über den Namsfjord, Namsos und Umgebung. Nach dem ersten Wegdrittel zweigt ein ausgeschilderter Pfad ab; er führt zu einigen imposanten Nazibunkern, die im Zweiten Weltkrieg direkt in den Fels gehauen wurden.

Draisinenfahrt DRAISINENFAHRT

(1 Per. 300 nkr, bis zu 4 Pers. 400 nkr) Sportliche Nostalgiker können am Campingplatz in Namsos eine Draisine mieten und damit auf der 17 km langen stillgelegten Bahnstrecke am bildhübschen Flüsschen Nansen bis nach Skage radeln.

Oasen SCHWIMMEN

(www.oasen-namsos.no; Jarle Hildrums veg; Erw./Kind 115/50 nkr; ⏲ Mo–Fr 9–20, Sa & So 10–16 Uhr) Das Hallenschwimmbad etwa 1 km östlich der Stadt wurde tief in den Berg hineingebaut und hat drei beheizte Becken und eine 37 m lange Wasserrutsche.

Schlafen & Essen

Namsos Camping CAMPINGPLATZ €

(☎ 74 27 53 44; www.namsos-camping.no; Zelt/Wohnwagen 200/250 nkr, 4-Bett-Hütten mit Außenbad 400–475 nkr, mit Bad 800–1050 nkr) Der spitzenmäßige Campingplatz hat eine große Küche mit Esszimmer, einen Spielplatz und eine Minigolfanlage. Die einfacheren Hütten sind echte Schnäppchen und die teureren bestens ausgestattet. Der Platz an einem seichten Badesee ist ideal für Kinder, die auch die Go-Karts und die Eichhörnchen mögen werden. Von Namsos zu erreichen über die Rv17 in Richtung Grong; einfach den Flughafenschildern folgen.

Børstad Hotel HOTEL €€

(☎ 74 21 80 90; Carl Gulbransons gate 19; EZ/DZ 1050/1250 nkr; 📶) Das 19-Zimmer-Hotel ist hell und freundlich mit großen, sonnigen Zimmern, einem schönen Garten und einer gemütlichen Lounge. Frühstück gibt's an einem riesigen, über 100 Jahre alten Eichentisch, an dem früher Vorstandssitzungen abgehalten wurden.

Tino's Hotell HOTEL €€

(☎ 74 21 80 00; www.tinoshotell.no; Verftsgata 5; EZ/DZ ab 995/1200 nkr; ⏲ Restaurant 12–23 Uhr) Das Hotel liegt nur einen Steinwurf vom Wasser entfernt und bietet große, komfortable Zimmer. Tino, der Besitzer, ist seit Jahren in Norwegen, bleibt aber ein waschechter Italiener. In seinem fantastischen **Restaurant** (Pasta & Pizzas 130 nkr, Hauptgerichte 245–280 nkr) serviert er internationale und italienische Küche (darunter 24 verschiedene Pizzasorten) – um Klassen besser als die üblichen norwegischen Pizza- und Pastalokale.

Shoppen

Aakervik FEINKOST

(Ecke Havnegata & Herlaugs gate 16; ⏲ Mo–Sa 9–16.30 Uhr) Der Feinkostladen verkauft Wildlachs und anderen Fisch sowie Rentier-, Reh- und Elchfleisch. Der Innenraum ist eine kleine Menagerie aus ausgestopften

Tieren und Vögeln, die Kunden aus allen Winkeln anstarren. Besondere Beachtung verdient der gutmütige Braunbär.

Praktische Informationen

Die nur im Sommer geöffnete **Touristeninformation** (74 22 66 04; visitnamdalen.com; Havnegata 9; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 9–17, Sa 10–16 Uhr) verleiht Fahrräder (50/120 nkr pro Std./Tag) und hat auch Infomaterial zum Kystriksveien.

An- & Weiterreise

Nor-Way Bussekspress verkehrt zweimal täglich zwischen Namsos und Trondheim (398 nkr, 3½ Std.). Bis zu acht Busse täglich verbinden den Ort mit Steinkjer (187 nkr, 1½ Std.).

Rørvik

498 EW.

Im winzigen Rørvik geht es hoch her, wenn hier täglich um 21.30 Uhr die Hurtigruten-Fähren in Richtung Norden und Süden gleichzeitig anlegen. Eine faszinierende Attraktion ist das großartige **Norveg** (74 36 07 70; kystmuseetnorveg.no; Strandgata 7; Erw./Kind inkl. Audioguide 80/40 nkr; Mitte Juni–Juli 10–22 Uhr, sonst 11–15 Uhr und wenn die Hurtigruten-Fähren anlegen). In dem architektonisch spannenden Bau, der von Weitem einem riesigen Segelschiff gleicht, werden anhand verschiedener Medien – darunter ein Audioguide auf Deutsch – 10 000 Jahre Küstengeschichte nacherzählt. Außerdem betreibt es auch noch ein sehr angesehenes Gourmetrestaurant.

Das Kombiticket (Erw./Kind 150/75 nkr) berechtigt zwei Tage lang zum Besuch des Norveg, des Berggården (ein altes Handelshaus, wie es in den Hafengemeinden früher üblich war) und einiger anderer historischer Gebäude.

Die schnellste Verbindung zwischen Rørvik und Namsos ist das Expresspassagierboot (212 nkr, 1½ Std., 1- bis 3-mal tgl.).



Nordland

Inhalt ➡

Entlang der E6 286
Mo i Rana 287
Fauske 291
Bodø 300
Austvågøy 306
Vestvågøy 313
Flakstadøy 314
Moskenesøy 315
Vesterålen 320

Gut essen

- Fiskekrogen (S. 313)
- Børsen (S. 309)
- Sjøgato Cafe og Restaurant (S. 286)
- Umami (S. 327)

Schön übernachten

- Svinøya Rorbuer (S. 308)
- Fru Haugans Hotel (S. 286)
- Norumgården Bed & Breakfast (S. 294)
- Hotel Sandnessjøen (S. 298)
- Hotell Marena (S. 324)
- Vega Havhotell (S. 298)

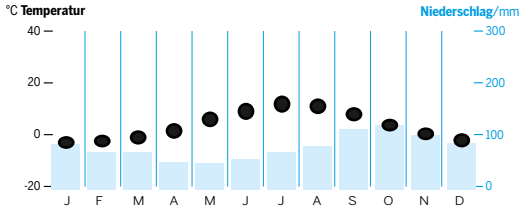
Auf nach Nordland

Für alle, die eine Vorliebe fürs Arktische haben, wird Norwegen hier erst richtig interessant. Auf dem Weg nordwärts durch die lang gestreckte Region Nordland gehen die üppigen Felder in Seen und Wälder über, der Blick weitet sich, die Gipfel werden schroffer und die Baumgrenze rückt immer tiefer die Hänge herab. Jenseits des Polarkreises ist es im Sommer die ganze Nacht hell und im Winter flackert das Polarlicht am Himmel.

Entweder man reist gemächlich auf der spektakulären Kystriksveien-Küstenroute oder auf der E6 weiter im Landesinneren. Diese Strecke lässt sich schneller bewältigen und ist trotzdem nicht überfüllt. Und dann sind da die Lofoten – mit ihren messerscharfen Berggipfeln und Fischerdörfern, in denen die Zeit scheinbar stehen geblieben ist. Dank vieler Brücken ist Inselhopping kein Problem. Radfahren ist einfach, Wanderrouten gibt es in allen Schwierigkeitsgraden.

Reisezeit

Bodø



Ende März Auf die Lofoten und dann nach Svolvær zur WM der Kabeljaufischer.

Mitte bis Ende Juni Die Saison hat begonnen, noch herrscht aber die Ruhe vor dem Sturm.

Ende Juni Auf zum Wandertag in Narvik am letzten Samstag im Juni – gemeinsam mit 2000 Wanderern.



Highlights

1 Fährenhopping und eine Fahrt über den traumhaften **Kystriksveien** (Küstenstraße; S. 296), und sei es nur von Sandnessjøen bis Storvik.

2 Eine Fahrt mit der **Fähre von Skutvik oder Bodø zu den Lofoten** auf einer der schönsten Fährrouten der Welt.

3 Im schönen Dorf **Nusfjord** (S. 314) in die bilderbuchähnliche Geschichte der Fischerei auf den Lofoten eintauchen.

4 Auf dem als Unesco-Welterbe geschützten **Vega-Archipel** (S. 297) die Zivilisation hinter sich lassen und erfahren, wie Eiderenten-Daunen gesammelt und verarbeitet werden.

5 Einfach ein bisschen verweilen – in dem winzigen, gut erhaltenen Fischerort **Å** (S. 316) auf den Lofoten.

6 Dem abgeschiedenen, wiedergeborenen Dorf **Nyksund** (S. 325) einen Besuch abstatten und anschließend auf dem **Königinnenweg** (S. 322) entlang der Küste nach Stø auf den Vesterålen wandern.

7 Von **Andenes** (S. 322) aus in See stechen und nach Walen Ausschau halten.

8 Kalte Füße auf einem der Gletscher im **Nationalpark Saltfjellet-Svartisen** (S. 290) bekommen.

ENTLANG DER E6

Mosjøen

9976 EW.

Reisende, die von der E6 nach Mosjøen (ausgesprochen Mu-schön) abfahren, – vor allem, wenn man von Norden kommt – sind von dieser Industriestadt mit ihren Aluminiumwerken vielleicht zunächst enttäuscht. Aber nicht abschrecken lassen: Etwa 1 km südlich, am seeähnlichen Vefsnfjord, gehören die historische Sjøgata und ein oder zwei Straßen in der Nähe zu den charmantesten im nördlichen Norwegen – es lohnt sich wirklich, hier ein bisschen herumzubummeln.

Die Stadt hat eine starke historische Verbindung zu Großbritannien: Mitte des 19. Jhs. importierten fünf Engländer hochmoderne Dampf- und Sägewerkmaschinen und begründeten die North of Europe Land & Mining Company Ltd., die Holz an Großbritanniens aufblühende Industriestädte liefern sollte. Aus einer winzigen Ansiedlung an der Küste wurde in null Komma nix die erste echte Stadt der Region.

Sehenswertes

Sjøgata HISTORISCHE STÄTTE

Ein gemütlicher Spaziergang rund um die Sjøgata mit ihren mehr als 100 unter Denkmalschutz stehenden Gebäuden führt an Galerien, Cafés, Restaurants und Privatwohnungen in schön renovierten ehemaligen Lagerhäusern, Werkstätten und Bootshäusern vorbei. *The History of a Town*, erhältlich im Museum und bei der Touristeninformation, ist ein ausgezeichnetes kleines Büchlein, in dem Mosjøens Vergangenheit lebendig wird.

Vefsn Museum MUSEUM

(Erw./Kind 30 nkr/frei) Das Vefsn Museum erstreckt sich über zwei Orte: Das **Lagerhaus Jakobsensbrygga** (Sjøgata 31b; ⏲ Juni–Aug. Mo–Fr 10–20, Sa 10–15 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) ist ein hervorragendes kleines Museum, in dem mithilfe extrem eindrucksvoller, vergrößerter Fotos die Geschichte Mosjøens seit dem frühen 19. Jh. dargestellt wird. Nordöstlich vom Ortszentrum werden in der **Sammlung ländlicher Gebäude** (Bygdesamlinga; ⏲ nur im Juli Di–Fr & So 10–15 Uhr) zwölf Bauernhäuser, Läden und Ähnliches aus dem 18. und 19. Jh. gezeigt, die man sich von außen anschauen kann. Für beide gibt es hilfreiche Broschüren auf Englisch.

Gleich neben den Gebäuden befindet sich die **Dolstad-Kirche** von 1735. Sie wurde anstelle einer mittelalterlichen Kirche errichtet, die dem hl. Michael geweiht war. Ein Kombiticket gilt für beide Teile von Mosjøens Museum.

Schlafen

Mosjøen Camping CAMPINGPLATZ €

(✆ 75 17 79 00; www.mosjoencamping.no; Mathias Bruuns gata 24; Zelt-/Wohnwagenstellplatz 140/250 nkr, Hütte für 4 Pers. ab 450 nkr; ⏲ ganzjährig; 🛁) Dieser Platz an der E6 liegt 500 m südöstlich des Zentrums und ist oft von Nordkapfahrern überlaufen. Zu den Extras zählen ein Pool mit Wasserrutsche, eine Imbissbude, ein Spielplatz und sogar eine Bowlingbahn.

Mosjøen Hotell HOTEL €€

(✆ 75 17 11 55; www.mosjoenhotell.no; Vollanveien 35; EZ/DZ ab 620/990 nkr; 🅿 @ 🛜) Das Hotel hat den gleichen Besitzer wie Mosjøen Camping. Es liegt 100 m nördlich des Bahnhofs, ist Durchschnitt, bietet aber nette, preiswerte Zimmer und ein reichhaltiges Frühstücksbüfett.

★ Fru Haugans Hotel HOTEL €€€

(✆ 75 11 41 00; www.fruhaugans.no; Strandgata 39; EZ/DZ 1250/1650 nkr; @ 🛜) Die öde Fassade täuscht, sie muss der Baukommission wohl entgangen sein. Tatsächlich ist das 1794 gegründete Hotel von Frau Haugans das älteste im nördlichen Norwegen. Ihr Porträt hängt in der Lounge neben dem Hotelrestaurant Ellenstuen. Die Zimmer reichen von altmodisch bis einfach und modern.

Die Unterkunft umfasst mehrere Gebäude und ist im Laufe der Jahre organisch gewachsen. Bei unserem Besuch entstand gerade ein neuer Anbau. Die ganze Geschichte des Hauses zeigt das kleine Hotelmuseum. Im wunderschönen grünen Garten kann man den Panoramablick auf den Fjord genießen. Zum Hotel gehören zwei fantastische Restaurants, Ellenstuen und Hagestuen.

Essen & Trinken

★ Sjøgato Cafe og Restaurant CAFÉ €

(✆ 90 57 16 39; www.sjogatocafe.no; Sjøgata 35; Hauptgerichte 76–140 nkr; ⏲ Mo–Sa 11–15 Uhr) Wärmende Hühnersuppe, belegte Brote, Salate oder Omeletts – das Essen schmeckt! Besonders einladend ist aber die Lage: in einem der schönsten alten Gebäude der Stadt in Sjøgata.

Café Kulturverkstedet CAFÉ €

(Sjøgata 22-24; Hauptgerichte ab 115 nkr; ⏲ Mo–Sa 8–16 Uhr) Feines Essen wird auch in diesem historischen Gebäude serviert. Tagsüber gibt's

leckere Sandwiches und Snacks, abends eher Fleischhaltiges. Draußen sind zur Straße hin Tische aufgestellt.

Hagestuen NORWEGISCH €€
(☎ 75 11 41 00; Hauptgerichte 190–265 nkr) Im Fru Haugans Hotel bietet das mit Wandteppichen behängte Hagestuen Abendessen à la carte sowie im Sommer ein Abendbüfett (300 nkr).

★ **Ellenstuen** NORWEGISCH €€€
(☎ 75 11 41 00; Hauptgerichte 255–315 nkr; ⏲ 18–23 Uhr) Das Ellenstuen im Fru Haugans Hotel ist ein intimes Lokal, das viel von der Originalausstattung bewahrt hat. Es bietet eine besonders fantasievolle Karte (mit etwas Glück ist gebratenes Hirschfilet oder leicht geräucherte Schneehuhnbrust dabei).

Lille Torget BAR
(☎ 75 17 04 14; Strandgate 24; Snacks ab 60 nkr; ⏲ Mo–Sa 8–16 Uhr) In dieser Bar mit dekorativem Innenraum (man beachte die prachtvolle, wenn auch nicht originale, Jugendstil-Jungfrau, die eine Lampe an ihrem Herzen trägt) und Terrasse zum Hauptplatz ist ein ausgezeichneter Kaffee garantiert: Immerhin hat Rune, der Inhaber, 2008 die norwegische Ausscheidung zur Kaffeeweltmeisterschaft *Coffee in Good Spirits* gewonnen – und manchmal fertigt er auch für seine Gäste kleine Kunstwerke aus Milchschaum.

Praktische Informationen

Die **Touristeninformation** (☎ 75 01 80 00; www.visithelgeland.com; ⏲ Ende Juni–Anfang Aug. Mo–Fr 9–20 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) liegt abseits der Innenstadt an der E6.

An- & Weiterreise

Flüge gehen nach Bodø (via Mo i Rana) und Trondheim.

Busse fahren von Mosjøen nach Brønnøysund (3 Std., 1- bis 2-mal tgl. außer Sa) und nach Sandnessjøen (1¾ Std., 3- bis 5-mal tgl.) und mindestens einmal täglich von/nach Mo i Rana (1¾ Std.), allerdings ist der Zug schneller.

Mosjøen liegt an der Bahnlinie zwischen Trondheim (763 nkr, 5½ Std., 3-mal tgl.), Fauske (534 nkr, 3½ Std., 3-mal tgl.) und Bodø (625 nkr; 4¼ Std., 3-mal tgl.).

Rund um Mosjøen

Laksforsen WASSERFALL
Ungefähr 30 km südlich von Mosjøen und nur 600 m von der E6 entfernt braust der Wasserfall Laksforsen 17 m in die Tiefe. Zur richtigen Jahreszeit sieht man hier springende Lachse und findet tolle Picknickplätze – auch wenn es nicht ganz einfach ist, das Ufer unterhalb des Sturzbaches zu erreichen.

Namsskogan Familiepark ZOO, VERGNÜGUNGSPARK
(☎ 74 33 37 00; www.familieparken.no; Arctic Highway, Trones; Erw./Kind/Familie 275/250/895 nkr; ⏲ Ende Juni–Mitte Aug. 10–18 Uhr, Anfang–Mitte Juni und Mitte Aug.–Okt. kürzere Öffnungszeiten, Nov.–Mai geschl.) Ziemlich abgelegen – 40 km südlich von Namsskogan, welches wiederum 125 km südlich von Mosjøen an der E6 liegt, findet man den Namsskogan Familienpark. Er ist ein toller Zwischenstopp auf einer langen Reise Richtung Norden. Der gut organisierte, weitläufige Park beheimatet eine Vielzahl an arktischem Wild wie Rentiere, Elche, Braunbären, Vielfraße, Wölfe und Eurasische Luchse. Zudem hat er einige Aktivitäten für Kinder im Angebot, z. B. Trampoline, eine Seilbahn, eine Rutsche und Reiten.

Mo i Rana

25 943 EW.

Mo i Rana (von denen, die es kennen, kurz Mo genannt) ist die drittgrößte Stadt im Norden und das Tor zu Nadelwäldern, Höhlen und Gletschern der Region am Polarkreis. Die besonders freundliche Atmosphäre mag daher kommen, dass Mo nach dem Bau einer – inzwischen geschlossenen – Stahlfabrik, die einst über 1000 Arbeiter beschäftigte, rapide gewachsen ist: Fast jeder hier weiß, wie es sich anfühlt, fremd in einer Stadt zu sein.

Sehenswertes & Aktivitäten

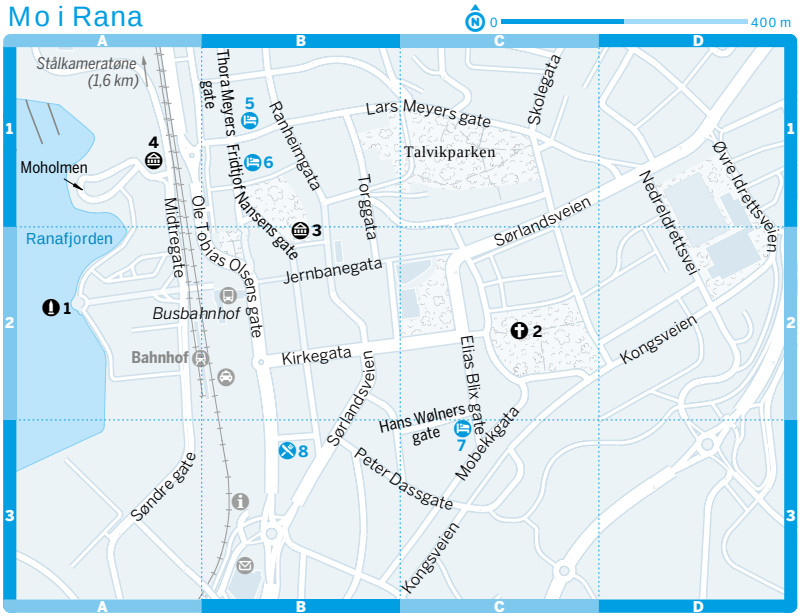
Naturgeschichtliches Museum Rana MUSEUM
(☎ 75 11 01 33; Moholmen; Erw./Kind inkl. Kulturgeschichtliches Museum Rana 50 nkr/frei; ⏲ Mo–Fr

ABSTECHER

ABSTECHER ÜBER HATTEN

Für Motorisierte lohnt sich ein Abstecher über den wilden und faszinierenden Villmarksveien, der östlich von Mosjøen parallel zur E6 verläuft und näher an den bizarren, 1128 m hohen Gipfel Hatten (oder Hattfjell) heranführt. Vom Endpunkt der Straße braucht man auf den Gipfel etwa 2 Std. Andererseits verpasst man auf dieser Route den Ort Mosjøen.

Mo i Rana



Mo i Rana

Sehenswertes

1 Havmannen-Statue A2
2 Mo Kirke (Kirche) C2
3 Kulturgeschichtliches Museum Rana B2
4 Naturgeschichtliches Museum Rana A1

Schlafen

5 Comfort Hotel Ole Tobias B1
6 Meyergården Hotell B1
7 Mo Hotell og Gjestegaard C3

Essen

8 Abelone B3
Søilen ..... (siehe 6)

10–16, Sa 11–15 Uhr) Das Naturgeschichtliche Museum Rana illustriert die Geologie, Ökologie, Flora und Fauna der Region am Polarkreis und bietet mehrere interaktive Bereiche, die Kinder begeistern.

Kulturgeschichtliches Museum Rana

MUSEUM

(✆ 75 11 01 33; Fridtjof Nansens gate 22; Erw./Kind inkl. Naturgeschichtliches Museum Rana 50 nkr/frei; ⏲ Mo–Fr 10–16, Sa 11–15 Uhr) Höhepunkt des Kulturgeschichtlichen Museums Rana ist ein gigantisches Modell der Stadt: So sah sie aus, ehe das Stahlwerk ihr Gesicht für immer veränderte.

Mo Kirke (Kirche)

KIRCHE

Ältestes Gebäude der Stadt ist die Kirche von 1724. Mit ihrem steilen Dach und dem Zwiebelturm würde sie es verdienen, nicht nur so kurz im Jahr geöffnet zu sein – zumal niemand die genauen Öffnungszeiten kennt. Auf dem Friedhof gibt es ein Denkmal für russische Soldaten, die in der Gefangenschaft gestorben sind, sowie Grabsteine für vier britische Soldaten, die bei den Angriffen im Mai 1940 gefallen sind.

Havmannen-Statue

STATUE

Der Havmannen (Meermann), eine Skulptur, die bis an die Knie im Wasser steht, wendet der Stadt den Rücken zu und blickt entschlossen auf den Fjord hinaus. Die klaren Linien und das gerundete Profil sind ein Werk des britischen Bildhauers Antony Gormley.

Schlafen

Stålkameratøne

HOSTEL €

(✆ 41 92 62 15; Stålbrakka, Søderlundmyra; B 250 nkr, EZ/DZ mit Gemeinschaftsbad 400/600 nkr; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug.; P @ ᯤ) Mos günstigste Unterkunft liegt gleich an der ersten Linkskurve der E6 in Richtung Norden. Das Hostel hat vier schlicht ausgestattete Einzelzimmer, die außerhalb der Ferien von Studenten bewohnt werden, einen Acht-Bett-Schlafsaal und zwei Doppelzimmer.

Meyergården Hotell HOTEL €€
(☎ 75 13 40 00; www.rica.no; Fridtjof Nansens gate 28; Zi. 865–1465 nkr; P @) Der Rica-Kette angeschlossen, ist dies das älteste Hotel in Mo: mit viel Stil und schönen, zumeist neu eingerichteten Zimmern. Im original erhaltenen Seitenflügel aus dem späten 19. Jh., der viel mehr Atmosphäre hat, gibt es auch Zimmer in altem Stil.

Mo Hotell og Gjestegaard GÄSTEHAUS €€
(☎ 75 15 22 11; www.mo-gjestegaard.no; Elias Blix gate 5; EZ/DZ 700/900 nkr; P) Diese einladende Pension mit 15 Zimmern ist tadellos gepflegt und hat direkt unterm Dach zwei große Familienzimmer (1600 nkr) für bis zu vier Personen. Das Haus liegt etwas höher am Hang in einer ruhigen Umgebung und hat einen kleinen Garten für die Gäste. Reservieren lohnt sich, denn die Pension ist oft ausgebucht.

Comfort Hotel Ole Tobias HOTEL €€
(☎ 75 12 05 00; www.ole-tobias.no; Thora Meyers gate 2; EZ/DZ ab 1095/1295 nkr; @) Das Hotel steht unter dem Motto „Eisenbahn“: Die Teppiche auf dem Gang gleichen einem Schienenstrang und jedes der 30 Zimmer ist nach einem Bahnhof benannt – alles zu Ehren von Ole Tobias, einem Lehrer und Priester aus Mo i Rana. Er überzeugte die Regierung davon, die Nordlandsbanen zwischen Trondheim, Fauske und Bodø zu bauen. Frühstück und Getränke sind das ganze Jahr über im Preis enthalten, im Sommer auch eine leichte Abendmahlzeit.

Essen

Abelone RESTAURANT €€
(☎ 75 15 38 88; Ole Tobias Olsens gate 6; Hauptgerichte 175–265 nkr; ⏲ 13–23 Uhr) Das beste Restaurant außerhalb der Hotels wirkt von außen unscheinbar, doch innen lässt sich im Blockhüttenambiente gemütlich speisen. Sehr gut sind die Fleischgerichte.

Søilen RESTAURANT €€€
(☎ 75 13 40 00; Fridtjof Nansens gate 28; Hauptgerichte 215–315 nkr; ⏲ 12–22 Uhr) Das „Arctic Menu“-Restaurant des Meyergården Hotell steht hoch im Kurs. Die Zutaten, ob Fleisch, Milchprodukte oder Honig, kommen aus der Umgebung. Platz lassen für den Karamellpudding mit Schlagsahne.

Praktische Informationen

Touristeninformation (☎ 75 13 92 00; www.arctic-circle.no; Ole Tobias Olsens gate 3; ⏲ Ende Juni–Anfang Aug. Mo–Fr 9–19, Sa & So 11–17 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Die Touristeninformation hat sehr freundliche Mitarbeiter und bietet außerdem kostenloses WLAN.

An- & Weiterreise

Der Røssvoll-Flughafen von Mo i Rana liegt 14 km nordöstlich der Stadt. Von dort gehen Flüge von/nach Bodø und Trondheim. Sie eröffnen einen fantastischen Blick auf die Svartisen-Eisfelder, sofern es dafür gerade nicht zu nebelig ist.

Die Busverbindungen sind begrenzt. Ein bis drei Busse fahren täglich zwischen Mo i Rana und Sandnessjøen (2¾ Std.) bzw. Mosjøen (1¾ Std.). Mindestens ein Bus von **Länstrafiken** (www.tabussen.nu) ist täglich zwischen Mo i Rana und dem schwedischen Umeå (8 Std.) unterwegs.

Die meisten Besucher von Mo i Rana sehen als Erstes den attraktiven achteckigen **Bahnhof** (☎ 75 15 01 77) der Stadt. Die Züge verkehren nach dem folgenden Muster:

ZIEL	FAHRZEIT(STD.)	VERBINDUNGEN PRO TAG
Bodø	3	4
Fauske	2¼	4
Mosjøen	1½	5
Trondheim	7½	3

Unterwegs vor Ort

Wer mit dem Auto unterwegs ist, kann sich in der Touristeninformation eine kostenlose Parkgenehmigung für Besucher holen. Dort kann man auch Fahrräder leihen.

Taxiruf unter der Nummer (☎ 7550).

Rund um Mo i Rana

Grønligrotta HÖHLE
(☎ 75 13 25 86; www.gronligrotta.no; Erw./Kind 130/90 nkr; Führungen Mitte Juni–Mitte Aug. stündl. 10–18 Uhr) Die am leichtesten zugängliche und somit meistbesuchte Höhle in der Umgebung von Mo i Rana liegt 25 km nördlich der Stadt. Es gibt dort sogar elektrisches Licht (es ist die einzige beleuchtete touristisch zugängliche Höhle in ganz Skandinavien). Die spannende dreißigminütige Rundwanderung führt an einem unterirdischen Fluss entlang, durch ein Felslabyrinth und an einem Granitblock vorbei, der von einem Gletscher abgerissen und durch die gewaltige Kraft des fließenden Wassers in die Höhle gespült wurde.

Setergrotta HÖHLE (www.setergrotta.no; Røvassdalen; Erw./Kind 350/300 nkr; Führungen Anfang Juni–Ende Aug. 2-mal tgl.) Die Setergrotta liegt 21 km nördlich von Mo i Rana und ist an der E6 ausgeschildert. Der zweistündige Trip hierher ist deutlich abenteuerlicher und die Strecke weniger ausgebaut als in der Grønligrotta. Die Highlights: ein paar Engstellen, durch die man sich quetschen muss, und die absolut adrenalintreibende Überquerung einer 15 m tiefen Schlucht zwischen zwei Felswänden. Die Besucher werden mit Stirnlampen, Helmen, Gummistiefeln und Overalls ausstaffiert. Kreditkarten werden nicht akzeptiert.

Nationalpark Saltfjellet-Svartisen

Der 2102 km² große Saltfjellet-Svartisen-Nationalpark ist eine der eindrucksvollsten Landformen des norwegischen Festlands. Im Westen umfasst er den Svartisen-Gletscher, Norwegens zweitgrößtes Eisfeld mit zerklüfteten Gipfeln. Gletscherzungen sind auch von der Kystriksveien (Küstenstraße) nördlich des Fähranlegers nach Forøy zu sehen. Im Osten läuft er mit der hoch gelegenen, kahlen Moorlandschaft des Salfjellet-Massivs zur schwedischen Grenze hin aus. Reizvolle Wildtiere bewohnen den Park, darunter Vielfraße, Eurasische Luchse, Elche und eine Population von Blaufüchsen, die sich hier vermehrt.

Die beste Wanderkarte ist *Saltfjellet* vom Staten Kartverk im Maßstab 1:100 000.

Wer mit der Küstenfähre der Hurtigruten nach Norden reist, kann einen Abstecher zum Svartisen-Gletscher buchen.

Svartisen

Die beiden Eiskappen des Svartisen-Gletschers, getrennt durch das Tal Vesterdalen, liegen direkt auf dem Polarkreis zwischen Mo i Rana und der Halbinsel Meløy. An seiner dicksten Stelle ist das Eis etwa 600 m stark. Der Gletscher liegt auf durchschnittlich 1500 m Höhe, doch einige Gletscherzungen reichen bis zur Talsohle und sind damit die am tiefsten gelegenen des europäischen Festlands. Den Svartisen kann man entweder von Osten oder von seiner spektakulären Westseite her entdecken. Viele Besucher machen nur eine Stippvisite per Schiff; für Wanderer ist der Zugang von Osten her reizvoller.

Østisen, der östliche Gletscher, ist von Mo aus besser zu erreichen. Die Straße durch das Svartisdalen endet 20 km talaufwärts vom Flughafen von Mo i Rana. Dort überqueren **Fähren** (Erw./Kind hin & zurück 120/60 nkr; Mitte Juni–Aug.) viermal täglich den Svartisen-See (Svartisvatnet). Vom jenseitigen Fähranleger wandert man 3 km bis zum Beginn der Gletscherzunge Austerdalsisen. Am See gibt es einen Kiosk und einen Campingplatz.

Vom Ende der Straße kann man auch zur Hütte am Ufer des Bergsees Pikhaugsvatnet hinaufwandern, der von Gipfeln und Eis umgeben ist. Die Hütte ist eine fantastische Ausgangsstation für Tagestouren in das Glomdal oder zum Flatisen-Gletscher.

Saltfjellet

Die weiten Hochebenen des Saltfjellet-Massivs erstrecken sich bis jenseits des Polarkreises und reichen von den Gipfeln um die Svartisen-Gletscher bis zur schwedischen Grenze. In dieser unwirtlichen Wildnis wurden Reste von Zäunen und Opferstätten der samischen Urbevölkerung gefunden, von denen einige aus dem 9. Jh. stammen.

Eine 15 km lange Wanderung nach Osten führt nach Graddis nahe der schwedischen Grenze und zum altehrwürdigen **Graddis Fjellstue og Camping** (75 69 43 41; graddis@c2i.net; EZ/DZ ab 500/680 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug.). Dieses gemütliche kleine Gästehaus, das seit seiner Gründung 1867 von ein und derselben Familie geführt wird, ist ideal, um in eins der unberührtesten Wandergebiete Norwegens aufzubrechen. Man kann hier auch campen. Eine Attraktion in der Nähe ist eine 1000 Jahre alte Kiefer.

Mit dem Auto ist das Saltfjellet entweder über die E6 oder die Rv77 zu erreichen, die dem Südhang des Junkerdalen folgt. Bahnreisende können auf der Strecke zwischen Fauske und Trondheim bei Lønsdal aussteigen, müssen aber unter Umständen vorher Bescheid sagen, damit der Zug dort hält.

Polarkreiszentrum

66° 33' nördlicher Breite markieren den südlichsten Stand der Mitternachtssonne bei der Sommersonnenwende und den fransigen Rand der Polarnacht bei der Wintersonnenwende. Dort, wo die E6 in einem breiten Tal zwischen Mo i Rana und Fauske, das die meiste Zeit des Jahres über schnee-

bedeckt ist, diese imaginäre Grenze überschreitet, liegt das Polarkreiszentrum in einer reizvollen Landschaft.

Polarsirkelsenteret WAHRZEICHEN
(☎ 75 12 96 96; www.polarsirkelsenteret.no; Film Erw./Kind 60/30 nkr; ⏲ Juni–Aug. 10–20 Uhr, Mai & erste Septemberhälfte 10–18 Uhr) Das Polarsirkelsenteret an der E6, inmitten der öden Moore, die an den Saltfjellet-Svartisen-Nationalpark angrenzen, ist kaum mehr als eine Touristenfalle. Das einzig Positive ist eine audiovisuelle Präsentation über die Arktis. Deutlich ernsthafter geht's auf dem Freigelände zu; hier erinnern Gedenksteine an die slawischen Zwangsarbeiter, die im Zweiten Weltkrieg für die deutschen Besatzer die heutige E6 bauen mussten und fern der Heimat gestorben sind.

Ansonsten geht es im Wesentlichen darum, Postkarten mit einem besonderen Polarkreisstempel zu versehen und Besuchern Bescheinigungen auszustellen (99 nkr), dass sie den Polarkreis tatsächlich überschritten haben. Dazu gibt es körbeweise nordischen Kitsch. Zu den Pluspunkten zählen, wie die Website des Zentrums betont, „sehr gute Waschgelegenheiten".

Fauske

9556 EW.

Auf ihrem Weg nach Norden kommen die meisten Reisenden durch Fauske. Die Stadt liegt an der E6 und ist das Tor nach Bodø (zur Weiterreise auf die Lofoten), Sulitjelma und zum Rago-Nationalpark. Nur wenige verweilen hier länger, als eine Tankfüllung dauert oder man zum Umsteigen in Zug oder Bus benötigt. Wer aber eine oder zwei Stunden übrig hat, findet hier genug zum Anschauen.

Sehenswertes

Fauske ist für seinen Marmor bekannt. „Norwegisch Rosé" verschönert viele bedeutende Gebäude, etwa das Rådhus von Oslo, das UN-Hauptquartier in New York und den Kaiserpalast in Tokio. Hauptsehenswürdigkeit des Ortes ist entsprechend der von Marmor dominierte **Marktplatz**.

Die Ansammlung historischer Gebäude im hiesigen Ableger des **Salten Museum** (☎ 75 50 35 16; nordlandsmuseet.no/fauske_bygdetun; Sjøgata; Erw./Kind 50/10 nkr; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. 11–17 Uhr) ist ebenfalls einen Besuch wert. Das Museumsgelände ist auch ein nettes Plätzchen zum Picknicken.

INFOS IM INTERNET

www.nordnorge.com Die offizielle Website des Tourismusverbands.

www.177nordland.no Fahrpläne aller Busse, Schiffe, Züge und Flugzeuge in Nordland (bzw. Links dazu). Telefonische Auskünfte gibt's unter ☎ 177 innerhalb der Region Nordland bzw. unter ☎ 75 77 24 10 außerhalb davon.

www.torghatten-nord.no Passagier-Expressfähren und Autofähren in der Provinz Nordland.

Schlafen & Essen

Campotel CAMPINGPLATZ €
(☎ 75 64 39 66 75 64 39 66; www.campotel.no; Lundveien; Auto-/Wohnwagenstellplatz 175/225 nkr, 2-/4-Bett-Hütten 400/500 nkr, mit Bad 700/800 nkr; ⏲ Mai–Sept.) Dieser Komplex 3 km westlich der Stadt bietet einmaligen Blick auf den Fjord und die umliegenden Gipfel.

Fauske Hotell HOTEL €€
(☎ 75 60 20 00; www.rica.no; Storgata 82; DZ 890–1140 nkr) Fauskes einziges ganzjährig geöffnetes Hotel der oberen Kategorie bietet freundliche Zimmer. Die übrigen Bereiche hingegen sind renovierungsbedürftig. Marmor ist auch hier – wie man sich denken kann – ein wiederkehrendes Thema. Das zum Hotel gehörende Restaurant serviert vor allem arktische Gerichte.

Praktische Informationen

Touristeninformation (☎ 75 50 35 15; Sjøgata; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Sa 9–16, So 11–16 Uhr) Das Büro ist nur während der Saison geöffnet. Es liegt auf demselben Gelände wie das Salten Museum im Herzen der Stadt.

An- & Weiterreise

BUS

Busse fahren nach/von Bodø (90 nkr, 1½ Std., 3–6-mal tgl.) und Narvik (280 nkr, 5½ Std., 2-mal tgl.).

ZUG

Züge der Nordlandsbanen verkehren zweimal täglich zwischen Trondheim (1018 nkr, 9½ Std.) und Bodø (128 nkr, 45 Min.) via Fauske. Bis zu vier Züge am Tag pendeln zwischen Fauske und Bodø. Wie immer bekommt man Tickets im Internet oft deutlich günstiger. Weiter nach Norden gehen nur Busse.

Rund um Fauske

Saltdal & Museen

Das **Historische Dorf Saltdal** (Erw./Kind 50/10 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug. 11–17 Uhr), nicht weit von der E6 nahe Saltnes, ist eine kleine Ansammlung typischer Bauernhöfe und Fischerhäuser. Die Kasse und das Café (unbedingt probieren: *møsbromlefse*, ein lockerer, leicht süßer Pfannkuchen mit Sahne und Käse) sind im Skippergården-Haus. Wirklich ergreifend ist das **Blodveimuseet** (Blutstraßenmuseum; nordlandsmuseet.no/blodveimuseet; Erw./Kind 50/10 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug. 11–17 Uhr) auf dem Museumsgelände Saltdal. Die ehemalige Wehrmachtskaserne kann im Rahmen einer 30-minütigen Führung besichtigt werden. Dabei wird gezeigt, unter welchen Bedingungen Russen und andere Slawen als Zwangsarbeiter Straßen bauen und Bahnschienen in den Norden verlegen mussten. Die Überreste von rund 7000 Zwangsarbeitern befinden sich auf dem Friedhof der Gefangenen ca. 3 km weiter nördlich in **Botn**. Dort ist auch ein deutscher Soldatenfriedhof angelegt.

Sulitjelma

Ein Schild etwas nördlich von Fauske verkündet, dass man nun genau die Hälfte der Strecke auf der E6 zurückgelegt habe – ein passender Moment, um sich mal für kurze Zeit von der Fernstraße zu entfernen, zumal das Vorwärtskommen auf der zweispurigen Trasse durch die vielen Wohnmobile oft mühsam ist.

Eine wunderschöne 40 km lange Fahrt auf der Rv830 durch das landschaftlich reizvolle Langvassdalen führt zum winzigen Ort Sulitjelma. Hier war es nicht immer so ruhig wie heute. Im Jahr 1860 entdeckte ein samischer Hirte im Wald nördlich des Langvatnet Kupfererz – mit dem Resultat, dass plötzlich alle möglichen Glücksritter aus dem norwegischen Süden hier einfielen. Es wurden riesige Erzvorkommen ausgemacht und 1891 die Sulitjelma-Gruber-Bergwerkskompanie gegründet. Bis zum Jahr 1928 forderte das mit Holz befeuerte Hüttenwerk von den Birkenwäldern in der Umgebung seinen Tribut, belastend war auch die hohe Konzentration an Kohlendioxid, einem Nebenprodukt des Verhüttungsvorgangs. Heute qualmen die Schlote schon lange nicht mehr und die Umwelt ist dabei, sich zu erholen.

Sehenswertes & Aktivitäten

Gruvemuseum MUSEUM
(nordlandsmuseet.no/en/sulitjelma-gruvemuseum; Erw./Kind 50/10 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug. tgl. 11–17 Uhr) Im Bergbaumuseum von Sulitjelma, unmittelbar am Fjord gelegen, erfährt man alles über die 100-jährige Bergwerksgeschichte der Gegend und kann sich einige sehr eindrucksvolle, inzwischen vor sich hinrostende Ausrüstungsgegenstände ansehen.

Besøksgruve BESUCHERBERGWERK
(Sulitjelma Show Mine; 75 50 35 18; nordlandsmuseet.no/en/sulitjelma-besoksgruve; Erw./Kind 200/50 nkr; mit Termin) Zu der einstündigen Führung durch die Besøksgruve gehört auch eine 1,5 km lange Fahrt mit einer Bahn tief in den Berg hinein. Unbedingt vorher reservieren.

Nationalpark Rago

Der kleine, selten besuchte Nationalpark Rago (171 km²) ist eine felsige Landschaft mit bewaldeten Granitbergen und Heidelandschaft, durchzogen von tiefen Felsspalten und bedeckt mit Eisfeldern. Rago gehört zusammen mit den großen angrenzenden schwedischen Parks Pakjelanta, Sarek und Stora Sjöfjallet zu einem Schutzgebiet von insgesamt 5500 km² Größe. Man kriegt hier nicht nur Biber zu Gesicht (im tiefen Tal des Laksåga, auch Nordfjord genannt), sondern in höheren Lagen auch Vielfraße. Im üppig grünen Storskogdalen stürzen eine ganze Reihe schäumender Kaskaden und spektakulärer Wasserfälle herunter.

Vom Ausgangspunkt der Pfade bei Lakshol ist es eine dreistündige Wanderung von 7 km das Tal hinauf bis zu den kostenlosen Hütten Storskogvasshytta und Ragohytta. Danach folgt ein recht strammer Aufstieg über den Kamm nach Schweden und zum gut ausgebauten Pfadnetz jenseits der Grenze.

Geeignete Karten sind *Sisovatnet* (1:50 000) oder *Sørfold* (1:75 000). Wer nach Lakshol will, biegt bei der Trengsel-Brücke von der E6 nach Osten ab und fährt 6 km bis zum Ende der Straße.

Narvik

18 705 EW.

Narvik hat zwei Gesichter. Einerseits besticht es mit seiner spektakulären Lage zwischen Inseln im Westen und hohen Bergen in allen anderen Richtungen sowie spektakulären Fjorden, die sich nach Norden und Süden

erstrecken. Andererseits wirft die Schwerindustrie ein ziemlich hässliches Licht auf die eher heruntergekommene Innenstadt. Gegründet wurde Narvik 1902 als Hafen für die Kohleabbaustadt Kiruna im schwedischen Lappland. Die Umschlaganlage teilt die Stadt in zwei Hälften und lädt noch immer mehrere Millionen Tonnen Erz jährlich von Eisenbahnwaggons auf Schiffe um.

Narviks Reiz liegt auf anderen Gebieten: Die Stadt bietet einzigartige Sportmöglichkeiten und Sehenswürdigkeiten in majestätischer Umgebung, außerdem die spektakuläre Ofotbanen nach Schweden.

Sehenswertes

Ofoten Museum — MUSEUM

(Museum Nord; www.museumnord-narvik.no; Administrasjonsveien 3; Erw./erm./Kind 60/30 nkr/frei; Juli–Anfang Aug. Mo–Fr 10–16, Sa & So 12–15, sonst Mo–Fr 10–15 Uhr) Das Museum schildert Narviks Geschichte der Landwirtschaft und Fischerei, des Eisenbahnbaus und des Erztransports und zeigt auch einen Film über die Ofotbanen. Kindern macht es immer Spaß, den Modellzug per Knopfdruck in Bewegung zu setzen. Sehenswert sind auch die Trachten und Werkzeuge der Samen sowie die Fotosammlung, in der historische Aufnahmen neben zeitgenössischen aus der gleichen Perspektive ausgestellt sind. Zum Museum führt die schmale Straße neben dem restaurierten Gebäude, das von 1888 bis 1898 das Postamt war.

Rotkreuz-Kriegsmuseum — MUSEUM

(Krigsminnemuseum; 76 94 44 26; www.warmuseum.no; Kongens gate; Erw./Kind 75/25 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Sa 10–21, So 12–18 Uhr, sonst Mo–Sa 10–16 & So 12–16 Uhr) Dieses kleine, aber aufschlussreiche Museum illustriert die Kampfhandlungen in der Region zu Beginn des Zweiten Weltkriegs. Die Präsentation ist zwar nicht brillant, geht aber dennoch nahe. Eine Broschüre erklärt die verschiedenen Ausstellungsbereiche.

Fontäne — FONTÄNE

Narvik kennt zwar keine geothermischen Aktivitäten, doch wenn von Mai bis September täglich um 13 und 21 Uhr der Hahn am Wasserkraftwerk aufgedreht wird, schießt auch hier eine mächtige Fontäne 75 m in den Himmel. Das Schauspiel ist von der Stadt aus deutlich zu sehen, aber noch beeindruckender ist das Ganze am Aussichtspunkt direkt neben dem Kraftwerk. Die Straße zum Wasserkraftwerk beginnt gegenüber dem Best Western Narvik Hotell.

Hauptfriedhof — FRIEDHOF

Auf dem Friedhof nördlich der Stadt an der E6 gibt es Denkmäler für die französischen und polnischen Truppen, die zu Land Seite an Seite mit den Norwegern gekämpft haben, und Gräber der deutschen Verteidiger und der britischen Seeleute, die hier gefallen sind.

Aktivitäten

Narvik og Omegns Turistforening — WANDERN

(NOT; Narvik Trekking Association; 91 55 29 08, 40 24 09 87; www.turistforeningen.no/narvik) Hervorragende Quelle für Wanderinfos. Er betreibt über 15 Hütten zwischen Narvik und der schwedischen Grenze. Schlüssel sind bei der Touristeninformation gegen eine Kaution von 100 nkr erhältlich.

★Narvikfjellet — SEILBAHN

(www.narvikfjellet.no; Mårveien; Erw. einfache Fahrt/hin & zurück 100/150 nkr, Kinder unter 7 J. frei; Juni–Aug. 13–21 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Die Narvikfjellet-Seilbahn klettert 656 m hoch über die Stadt. Sie eröffnet eine atemberaubende Aussicht auf die umliegenden Gipfel und Fjorde und an klaren Tagen sogar bis zu den Lofoten. An der Bergstation beginnen mehrere markierte Wanderwege und ein markierter Mountainbike-Trail zurück ins Tal, und von Februar bis April können Skifahrer bei herrlicher Aussicht Langlauf, Skitouren und Tiefschneeabfahrten genießen. Im Hochsommer ist die Bahn manchmal länger geöffnet.

Fjord Cruise Narvik — SCHIFFSTOUREN

(91 39 06 18; www.fremover.no) Zwischen November und Mitte Januar kommen die Orcas oder Killerwale, um sich am Winterzug der Heringe gütlich zu tun. Ford Cruise Narvik bietet in dieser Zeit vier- bis sechsstündige Exkursionen, um die Orcas zu beobachten. Im Sommer stehen Angeltouren und Seeadlerbeobachtung auf dem Programm. Die Preise variieren je nach Saison und Tour.

Narvik Golfklubb — GOLF

(97 14 60 82; www.narvikgolf.no; Tageskarte/9-Loch-Pass 400/250 nkr) Die Fahrt am Fjordufer entlang zu diesem einzigartigen Golfplatz im Skjomendalen ist wunderbar (der Beschilderung ins Skjomdalen folgen, unmittelbar vor der Skjomen-Brücke an der E6 ungefähr 18 km südlich der Stadt). Angesichts der steilen, nackten Felswände fragt man sich, wo hier denn ein Golfplatz sein soll. Doch die Natur vollbringt Wunder: Zwi-

ABSTECHER

HAMSUNSENTERET

An der Rv81, etwa auf halbem Weg zwischen der E6 und dem Fähranleger von und zu den Lofoten in Skutvik liegt das **Hamsunsenteret** (✆ 75 50 34 50; www.hamsunsenteret.no; Presteid, Hamarøy; Erw./Kind 100/50 nkr; ⏲ Juni–Mitte-Aug. 11–18 Uhr, sonst Di–Fr 10–15.30 & Sa & So 11–17 Uhr, Jan. geschl.) – ein Muss für alle Literaturinteressierten. Mit der gewagten Architektur des Gebäudes ist das Museum eines der typischsten Beispiele für zeitgenössisches nordnorwegisches Design. Gut aufbereitete Ausstellungsstücke und engagiertes Personal erzählen die Geschichte des Literaturnobelpreisträgers von 1920, Knut Hamsun, und erläutern seine Arbeit.

Im Alter von drei Jahren zog Hamsun mit seiner Familie nach Hamarøy. Später kehrte er als Schriftsteller für einige Jahre wieder hierher zurück. Interessierte mit etwas mehr Zeit finden an der Straße von Presteid nach Skutvik einige ausgeschilderte Sehenswürdigkeiten rund um den Autor, unter anderem seine ehemalige Schule, sowie Informationstafeln zu weiteren Wahrzeichen, die in Verbindung mit Hamsun stehen.

schen all den Gipfeln liegt ein verborgenes Tal. In der Nähe kann man lohnenswerte Wanderwege erkunden.

Feste & Events

Am letzten Samstag im Juni steigen rund 2000 Wanderer in den Zug, fahren zu den verschiedenen Haltestellen am Rallarveien und wandern zurück, um in Rombaksbotn ein großes Fest zu feiern.

Vinterfestuka MUSIK, FESTIVAL
(www.vinterfestuka.no; ⏲ März) Jedes Jahr im März steigt in Narvik die Vinterfestuka: eine Winterwoche mit viel Action und zahlreichen Events – teils auch zur Erinnerung an die Arbeiter, die die Bahnstrecke gebaut haben.

Schlafen

★ Spor 1 Gjestegård HOSTEL, PENSION €
(✆ 76 94 60 20; www.spor1.no; Brugata 2a; B 300 nkr, EZ/DZ mit Gemeinschaftsbad 500/600 nkr; 🛜) Das Betreiberpaar dieses einladenden Hauses direkt an den Bahngleisen stammt zwar aus Narvik, aber die beiden haben schon die Welt gesehen. Die Ausstattung gehört zum Besten, was ein Hostel zu bieten hat (vor allem die blitzblank glänzende und bestens bestückte Gästeküche) und die Einrichtung ist so komfortabel und geschmackvoll wie in einer Pension (helle, freundliche Stoffe und Möbel, weiche Decken). Gleich nebenan betreiben Britt und ihr Partner auch noch eine geniale Kneipe mit Terrasse.

Narvik Camping CAMPINGPLATZ €
(✆ 76 94 58 10; www.narvikcamping.com; Rombaksveien 75; Zelt-/Wohnwagenstellplatz 120/200 nkr; Hütte für 2 Pers. 350 nkr, Hütte mit Bad für 4-/6 Pers. 700/850 nkr) Narviks einziger Campingplatz liegt 2 km nordöstlich des Zentrums nahe der E6 und mit Blick auf den Fjord. An sich ist der Platz nicht schlecht, aber im Zelt ist ein guter Schlaf ungewiss, denn ganz in der Nähe donnern Lastwagen und endlose Züge vorbei.

★ Norumgården Bed & Breakfast B&B €€
(✆ 76 94 48 57; norumgaarden.narviknett.no; Framnesveien 127; EZ/DZ 790/890 nkr; ⏲ Ende Jan.–Nov.; 🛜) Dieses kleine Schmuckstück (nur vier Zimmer; unbedingt vorher reservieren!) ist sehr preisgünstig. Das Gebäude hat im Zweiten Weltkrieg als Offiziersmesse für die deutsche Besatzung gedient (der Besitzer präsentiert gern stolz eine Flasche Coca Cola, die 1940 in Hamburg abgefüllt wurde) und quillt förmlich über von antiken Stücken und historischem Flair. Wer das Heidi-Zimmer nimmt (das einzige ohne Dusche, aber dafür mit einem kleinen Balkon), schläft im gleichen Bett wie einst König Olav. Vom Busbahnhof aus über die Brücke und dann 1 km nach Westen.

Rica Hotel Narvik HOTEL €€
(✆ 76 96 14 00; www.rica.no; Kongens gate 33; DZ 845–1245 nkr, Hauptgerichte von der Abendkarte ab 258 nkr; ⏲ Restaurant Mo–Sa 18–22.30 Uhr; 🛜) Auffällig ragt das Glasgebäude, das Narviks stylishstes Hotel beherbergt, in der Innenstadt empor. Die Zimmer sind schick und modern eingerichtet, in den oberen Etagen gibt's zusätzlich einen tollen Blick. Zum Hotel gehören ein gutes Restaurant und eine Bar im 16. Stock.

Breidablikk Gjestehus PENSION €€
(✆ 76 94 14 18; www.breidablikk.no; Tore Hunds gate 41; B/EZ/DZ 350/600–1150/1195–1750 nkr; 🅿 @ 🛜) Vom Zentrum zu dieser netten Pen-

sion am Hang mit weitem Blick über Stadt und Fjord ist es ein steiler, aber lohnender Weg. Sie bietet Zimmer für jeden Geldbeutel und eine gemütliche Lounge. Die Mehrbettzimmer haben Platz für bis zu sechs Personen.

Best Western Narvik Hotell HOTEL €€
(☎ 76 96 48 00; www.narvikhotell.no; Skistuaveien 8; EZ/DZ ab 875/1015 nkr; 🅿 @ 🛜) Dieses Haus mit 90 Zimmern ist bei Reisegruppen beliebt. Der lange, flache Bau am Fuß der Seilbahn bietet eine schöne Aussicht. Die Zimmer befinden sich in komfortablen Chalets.

Essen

An Restaurants hat Narvik nicht viel zu bieten. Am besten isst man einfach im Restaurant des Rica Hotel Narvik (nur Abendessen).

Fiskehallen CAFÉ €
(☎ 76 94 36 60; Kongens gate 42; Hauptgerichte 80–150 nkr; ⏲ Mo–Fr 9.30–16.30, Sa 10–14 Uhr) Dieser winzige Imbiss gehört zum Fischladen nebenan. Ohne große Wartezeiten bekommen die Gäste hier Fischfrikadellen und Stockfisch – auch zum Mitnehmen.

Rallar'n BAR, RESTAURANT €€€
(Kongens gate 64; Tagesgericht 145 nkr, Hauptgerichte 195–325 nkr; ⏲ 13–1 Uhr) Das Pub-Restaurant des Quality Hotel Grand Royal ist mit niedrigen Decken, dunklem Holz, sichtbarem Ziegelmauerwerk und gemütlichen Nischen äußerst urig. Es gibt Pizza, Pasta und fantasievolle Hauptgerichte.

Ausgehen & Unterhaltung

Im Winter kann man aus der Seilbahn direkt in Narviks führendes Après-Ski-Lokal „umsteigen", die Bar des Best Western Narvik Hotell.

Tøtta Bar COCKTAILBAR
(16. OG, Kongens gate 33; ⏲ Mo–Fr 11–1, Sa 11–2, So 18–1 Uhr) Die stilvolle verglaste Cocktailbar im 16. Stock des Rica Hotel Narvik wartet mit einem hervorragenden Blick auf und ist auch Nicht-Hotelgästen zugänglich.

Praktische Informationen

Die **Touristeninformation** (☎ 76 96 56 00; www.destinationnarvik.com; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 10–19, Sa & So 10–15 Uhr, sonst Mo–Fr 9–16.30 Uhr) ist im Bahnhof untergebracht. Hier bekommt man Schlüssel für die Wanderhütten des Narvik og Omegns Turistforening (100 nkr Pfand), Zugang zum Internet (60 nkr pro Std.) und kann Fahrräder mieten (250 nkr pro Tag).

An- & Weiterreise

BUS

Expressbusse fahren nordwärts nach Tromsø (240 nkr, 4¼ Std., 3-mal tgl.) und südwärts nach Bodø (280 nkr, 6½ Std., 2-mal tgl.) via Fauske (280 nkr, 5¼ Std.). Mit Lofotekspressen geht's Richtung Lofoten: täglich zwei Busse von Narvik nach Svolvær (ab 250 nkr, 4¼ Std.) und weiter nach Å.

Zwischen Ende Juni und Anfang September fahren Busse der Linie 91 zweimal täglich die E10 hinauf ins schwedische Riksgränsen (45 Min.) und weiter nach Abisko und Kiruna.

FLUGZEUG

Fast alle Flüge starten vom Evenes-Flughafen Harstad/Narvik, der mit dem Auto 1¼ Std. außerhalb der Stadt liegt. Narviks winziger Framnes-lia-Flughafen, 3 km westlich des Zentrums, bietet nur Flüge nach Bodø, Tromsø und Andenes.

ZUG

In Richtung Schweden gehen täglich zwei Züge via Riksgränsen (1 Std., Grenze) nach Kiruna (3 Std.) und von dort weiter via Boden nach Lulea (7¼ Std.). Von Lulea fahren Züge nach Stockholm. Die Route führt über die spektakuläre Trasse der Ofotbanen und in Schweden am Abisko-Nationalpark entlang, der hervorragende Wandermöglichkeiten und herrliche arktische Landschaften bietet.

Unterwegs vor Ort

Der Framneslia-Flughafen von Narvik liegt 3 km außerhalb des Zentrums. Flybuss verkehrt vier- bis achtmal täglich zwischen Narvik und dem 79 km entfernten Harstad/Narvik-Evenes-Flughafen (Erw./Kind einfach 240/120 nkr, Erw. hin und zurück 360 nkr, 1¼ Std.).

Taxis bietet **Narvik Taxi** (☎ 07 550; www.narviktaxi.no).

Ofotbanen & Rallarveien

Die spektakuläre Gebirgsbahn **Ofotbanen** (☎ 76 92 31 21) klettert zwischen hohen Fjordklippen, durch Birkenwälder und über felsige Hochebenen zur schwedischen Grenze empor. Sie wurde Ende des 19. Jh. erbaut, um die Erzgruben von Kiruna im hohen Norden Schwedens mit der Hafenstadt Narvik zu verbinden. 1903 wurde die Strecke eröffnet, auf der derzeit 15 Mio. Tonnen Eisenerz pro Jahr transportiert werden. Zudem ist sie eine bedeutende Touristenattraktion.

Auf der Trasse zwischen Narvik und Riksgränsen (einfache Strecke Erw./Kind 130 nkr/frei; 1 Std.), passiert der Zug rund 50 Tunnel und Lawinenschutzdächer. Nahe Narvik ist

am Rande des Fjords das Wrack des deutschen Schiffes *Georg Thiele* zu sehen.

Die Strecke eignet sich für halb- oder ganztägige Ausflüge, wenn man in Narvik um 10.26 Uhr abfährt. In Gegenrichtung verlässt ein Zug um 11.39 Uhr Riksgränsen in Schweden. Das lässt gerade genügend Zeit, einen Kaffee zu trinken und sich kurz umzusehen. Wer auf einem der Pfade etwas länger durch die faszinierende Gebirgslandschaft wandern will, kann den Zug um 16.02 Uhr zurück nach Narvik nehmen. Die schönste Aussicht bieten die Sitzplätze von Narvik aus links.

In Schweden beginnen an der Bahnstrecke mehrere Fernwanderwege, darunter der weltbekannte Kungsleden, der von Abisko nach Süden führt.

Eine beliebte Wanderung folgt parallel zur Ofotbanen dem **Rallarveien**, einem früheren Streckenarbeiter-Weg. Die meisten Wanderer gehen nicht die ganze Strecke zwischen dem schwedischen Abisko-Nationalpark und dem Meer. Viele beginnen bei Riksgränsen, einer kleinen Skistation gleich jenseits der Grenze, oder bei Bjørnfell, dem nächsten Bahnhof weiter westlich. Es ist ein recht einfacher Abstieg bis Katterat, von wo aus ein Abendzug nach Narvik geht.

Etwas anstrengender ist der Abstieg bis Rombaksbotn am Beginn des Fjords. Dort befand sich das Hauptcamp für den Eisenbahnbau, das aber inzwischen von der Natur zurückerobert worden ist. Von dieser Stelle fährt im Sommer gelegentlich auch ein Schiff (Erw./Kind 320/125 nkr) nach Narvik. Auskünfte zu den Abfahrtszeiten erteilt die Touristeninformation. Ansonsten muss man am Ende des Tages noch einmal 10 km Fußmarsch auf sich nehmen.

KYSTRIKSVEIEN – DIE KÜSTENSTRASSE

Zugegeben: Sie ist länger und teurer (unglaublich, wie sich diese Fährkosten summieren!) – aber es lohnt sich! Wer auch nur einen Tag oder zwei dafür rausschinden kann, sollte die „Lemming-Route“ E6 links liegen lassen und die einsame Schönheit des Kystriksveien genießen, der auf einer Länge von 650 km kaum befahren die Küste entlangführt. Sollte die ganze Länge zu abschreckend wirken, gibt es die Möglichkeit, bei den Orten Steinkjer, Bodø, Mosjøen und Mo i Rana zwischen beiden Routen zu wechseln. Aber das geht nur mit dem Auto. Wer die Strecke mit dem Bus machen will, wird noch bei Wintereinbruch an der Straße stehen!

Vor der Küste liegen rund 14 000 Inseln – einige kaum mehr als ein Fels mit ein paar Grasbüscheln, andere (wie etwa Vega) so groß, dass sich dort ganze Gemeinden jahrhundertelang von der Küstenfischerei und Landwirtschaft ernähren konnten. Der einzige Verkehrsweg war das Meer und das Leben war hart – ganz besonders zwischen Januar und Ostern, wenn die Männer vor den Lofoten auf Kabeljaufang waren.

Wer die teure Route günstiger bewältigen möchte, sollte einen Blick auf die Webseite www.backpacker17.com werfen.

Praktische Informationen

Eine Art Mini-Bibel für die Küstenstraße ist die exzellente Broschüre *Kystriksveien* (Küstenstraße), die es kostenlos bei den Touristeninformationen und vielen Unterkünften entlang der Strecke gibt. Noch detailliertere Infos bietet die Website www.rv17.no. Wer mehr über Hintergründe und Zusammenhänge wissen will, kauft sich das Buch *Die Küstenstraße. Ein Reiseführer entlang Kytriksveien* (298 nkr) von Olav Breen.

Empfehlungen und Tipps für eine zwölftägige Tour per Fahrrad und Fähre auf dem Kystriksveien bietet die Website www.rv17.no/sykkel. Die kostenlose Broschüre *Cycling from Steinkjer to Leka* enthält genaue Karten und eine Liste von Unterkünften für Radfahrer.

Brønnøysund

7700 EW.

Die kleine Siedlung an der Küste liegt zwischen einem Archipel aus kleinen Inselchen und hügeligem Bauernland.

Sehenswertes

Hildurs Urterarium GARTEN

(www.urterariet.com; Tilrem; Erw./Kind 50 nkr/frei; Mitte Juni–Mitte Aug. 10–17 Uhr) Rund 400 Kräuterarten, 100 Rosensorten und 1000 verschiedene Kakteen gedeihen in „Hildes Kräutergarten. Diese Farm, auf der auch eigener Wein gekeltert wird, liegt 6 km nördlich von Brønnøysund. Zu der Anlage gehören mehrere rustikale alte Hofgebäude, eine kleine Kunstgalerie und ein Laden mit Produkten aus der Region. Im Garten kann man auch sehr hübsch zu Mittag essen.

Torghatten BERG

15 km südlich von Brønnøysund ist die bizarre Felsformation Torghatten auf der Insel

Torget eine wichtige Landmarke. Eine 20-minütige Wanderung führt bis zur Spitze des Felsens, die von einem 160 m langen, 35 m hohen und 20 m breiten Loch durchbohrt ist. Den besten Blick auf diesen Durchbruch bietet die Küstenfähre auf den Hurtigruten in Richtung Süden, wenn sie um die Insel herumfährt.

Geführte Touren

Unbedingt mitnehmen: eine spektakuläre Minikreuzfahrt (Erw./Kind 363/182 nkr) auf den Hurtigruten. Die Küstenfähre legt um 17 Uhr ab und fährt in Richtung Süden vorbei am Torghatten nach Rørvik in Trøndelag, wo eine Stunde Zeit ist, um die Stadt zu erkunden und das exzellente Norveg (Zentrum für Küstenkultur und -industrien) zu besuchen, ehe es mit der Fähre wieder in Richtung Norden geht. Sie legt um 1 Uhr nachts wieder in Brønnøysund an. Tickets gibt's bei der Touristeninformation. Die Preise richten sich nach Jahreszeit und Verfügbarkeit.

Schlafen & Essen

Die Touristeninformation von Brønnøysund reserviert private Hütten auf Bauernhöfen und *rorbuer* (Fischerhütten, 700–1100 nkr) für vier bis acht Personen.

Torghatten Camping CAMPINGPLATZ €
(☎ 75 02 54 95; www.visittorghatten.no; Zelt-/Wohnwagenstellplatz 120/170 nkr, 4–6-Bett-Hütten mit Bad ab 950 nkr, 6-Bett-Apt. ab 1100 nkr) Der reizvolle Platz mit seinem kleinen Strand an einem künstlichen See ist ideal für Kinder. Er liegt 10 km südwestlich von Brønnøysund und günstig für eine Besteigung der Torghatten-Spitze.

Galeasen Hotell HOTEL €€
(☎ 75 00 88 50; www.galeasen.com; Havnegata 32-36; EZ/DZ ab 950/1250 nkr) Das nette Hotel mit 22 Zimmern liegt direkt am Kai und hat ein kleines Restaurant. Die Zimmer im neueren Hauptbau sind besser als die im weniger reizvollen Anbau, in dem früher Fische verarbeitet wurden.

Praktische Informationen

Die **Touristeninformation** (☎ 75 01 80 00; www.visithelgeland.com; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 9–19, Sa & So 12–18 Uhr, sonst Mo–Fr kürzere Öffnungszeiten & Sa und So geschl.) liegt einen Block vom Anlegeplatz der Hurtigruten entfernt. Für 175 nkr pro Tag gibt's Fahrräder zu mieten.

An- & Weiterreise

Widerøe (www.wideroe.no) fliegt von Trondheim, Oslo und Bergen nach Brønnøysund. Die meisten Maschinen überfliegen im Landeanflug den Torghatten und das azurblaue Meer.

Busse fahren von Brønnøysund nach Sandnessjøen (275 nkr, 3½, Mo–Sa, bis zu 3-mal tgl.) und Mosjøen (3 Std., So–Fr, 1–2-mal tgl.).

Auch die Küstenfähren der Hurtigruten legen bei Brønnøysund an.

Vega

1223 EW.

Die Insel Vega wird fast ausschließlich von Norwegern besucht. Wir waren die einzigen Ausländer auf der Fähre. Zusammen mit den über 6000 Schären, Inselchen und Felsklippen bildet sie den Vega-Archipel, der zum Unesco-Welterbe zählt. Diese Auszeichnung verdankt der Archipel weder großartigen Bauwerken noch seiner Natur (wenngleich diese durchaus beeindruckend ist), sondern der Leistung seiner Bewohner. Das Komitee hat gewürdigt, wie Generationen von Fischern und Bauern im Laufe von 1500 Jahren ihr Leben an dieser unwirtlichen Küste bestritten und so den Archipel geprägt haben. Die einzigartige Grundlage für ihren Lebensunterhalt ist das Einsammeln von Eiderdaunen; vor allem die Frauen kümmern sich darum. Nähere Informationen über die ungewöhnlichen Enten und ihre Daunen bieten das ausgezeichnete, kleine Museum E-Huset und die Website www.verdensarvvega.no.

Sehenswertes

★E-huset MUSEUM
(E-Haus; ☎ 415 07 364; helgelandmuseum.no; Erw./Kind 50 nkr/frei; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. tgl. 12–16 Uhr) Dieses faszinierende, sehr informative kleine Museum über die Eiderenten im winzigen Fischerort Nes erklärt, wie diese Vögel ganz wie Haustiere gepflegt wurden, wenn sie im Frühjahr von ihrer Reise in den Süden zurückkehrten und jede wieder ihren angestammten Nistplatz einnahm. Das E-Haus befindet sich in einer alten Handelsstation. Der ursprüngliche Ladentisch und Regale voller Waren aus der Zeit unserer Urgroßeltern sind dort noch heute zu sehen.

Schlafen & Essen

Vega Camping CAMPINGPLATZ €
(☎ 943 50 080; vegacamping.no; Floa; Auto-/Wohnwagenstellplatz 150/185 nkr, 4-Bett-Hütten

590 nkr; ganzjährig) Mit seiner sauber gemähten Wiese, die sich bis ans ruhige Wasser erstreckt, ist dieser schlichte Platz einer der schönsten in Norwegen. Er vermietet Boote und Fahrräder (300/150 nkr pro Tag) und in der Nähe gibt es eine Reitschule.

★ Vega Havhotell HOTEL €€
(75 03 64 00; www.havhotellene.no; Viksås; EZ/DZ 1190/1390 nkr; Nov.–März Di–So, April–Sept. tgl., Okt. geschl.) Dieses abgelegene Haus an einer ungeteerten Straße im nördlichen Winkel der Insel ist eine wahre Oase der Stille (in seinen 21 Zimmern gibt es weder Radio noch Fernsehen). Der perfekte Ort, um zu entspannen, Strandspaziergänge zu unternehmen oder den Eiderenten beim Bad im Tümpel zuzusehen. Zum Hotel gehört ein ausgezeichnetes Restaurant.

Praktische Informationen

Vegas **Touristeninformation** (75 03 53 88; www.visitvega.no; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 9–19, Sa & So 9.30–15.30 Uhr, sonst tgl. 8.30–15.30 Uhr) befindet sich in Gladstad, dem größten Ort der Insel.

An- & Weiterreise

Expressschiffe fahren von/nach Brønnøysund und Sandnessjøen. Autofähren setzen von Vega zu den Festlandsorten Horn und Tjøtta über.

Sandnessjøen

5900 EW.

Die kleine, ruhige Küstenstadt Sandnessjøen wartet noch darauf, aus dem Dornröschenschlaf erweckt zu werden. Vor der Küste hat man Ölvorkommen entdeckt – und nun stehen große Veränderungen bevor. Noch dreht sich in der etwas heruntergekommenen kleinen Küstenstadt jedoch alles um die Fischerei und den Hafen. Hauptachse von Sandnessjøen ist die autofreie Torolv Kveldulvsons Gate, einen Block vom Hafen entfernt.

Die Hauptattraktionen vor Ort sind eins der schönen Hotels entlang des Kystriksveien und die beeindruckende Bergkette **Syv Søstre** (Sieben Schwestern) südlich der Stadt.

Zweimal am Tag legt die Hurtigruten-Fähre im Hafen an.

Aktivitäten

Die Touristeninformation kann **Wanderungen** in der Syv-Søstre-Kette empfehlen. Am leichtesten zu erreichen sind diese Berge via Rv17 ab Breimo oder Sørra, rund 4 km südlich der Stadt. Von dort sind es etwa 2 km bis zum Startpunkt des Wanderwegs am Fuß des Berges. Alternativ lässt man sich mit dem **Taxi** (75 04 02 12) zu diesem Ausgangspunkt bringen. Rote Punkte markieren die Wanderwege, einfache Karten und Wegbeschreibungen gibt's im Tourismusbüro. Empfehlenswert ist außerdem die Karte *Alstahaug* (1:50 000).

Trainierte Wanderer können alle sieben Gipfel (910 m bis 1072 m) an einem Tag besteigen. Und alle paar Jahre werden die Schwestern um die Wette erklommen – der Rekord liegt bei 3 Stunden und 54 Minuten. Normalsterbliche sollten allerdings mindestens 15 bis 20 Stunden dafür einplanen. Der Aufstieg zum Botnkrona (1072 m), dem höchsten der Gipfel, erfordert bei durchschnittlicher Fitness drei bis vier Stunden (einfache Strecke), das Erklimmen der anderen Gipfel jeweils rund zwei bis drei Stunden (einfache Strecke).

Wer sich auf jedem Gipfel in das Buch einträgt und in der Touristeninformation eine Kontrollkarte ausfüllt, bekommt eine Urkunde zugeschickt.

Schlafen

★ Hotel Sandnessjøen HOTEL €€
(40 00 00 91; www.hotel-sandnessjoen.no; Havnegata 4; DZ ab 1080 nkr; P) Das traumhafte Hotel am Wasser verfügt über schicke, modern eingerichtete Zimmer mit auffälligen Tapeten, großen Spiegeln und kreativer Beleuchtung. Das Frühstück liegt ein wenig über dem Durchschnitt und im Zimmerpreis enthalten ist ein leichtes, aber hervorragendes Abendbüfett. Am bemerkenswertesten ist der Service, der deutlich persönlicher ist als in Kettenhotels üblich. Zimmer mit Meerblick kosten etwas mehr.

Rica Hotel Sandnessjøen HOTEL €€
(75 06 50 00; www.rica.no; Torolv Kveldulvsons gate 16; DZ 1025 nkr) Das große Hotel bietet den gewohnten Komfort der Rica-Kette. Bei unserem letzten Besuch wurde es aufwendig renoviert und ausgebaut. Mittlerweile sollte es also noch schöner sein.

Praktische Informationen

Die **Touristeninformation** (75 04 45 00; www.visithelgeland.com; Skippergata 1; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 9–19, Sa & So 11–18 Uhr, sonst Mo–Fr 10–15 Uhr) im Stadtzentrum ist eine hervorragende Quelle für Informationen zur gesamten Region Helgeland.

An- & Weiterreise

Widerøe (www.wideroe.no) bietet Direktflüge nach Oslo, Bodø, Trondheim, Mo i Rana und Mosjøen.

Busse fahren von Sandnessjøen z. B. nach Brønnøysund (3½ Std., Mo–Sa), Mosjøen (1¾ Std., 3- bis 5-mal tgl. außer Sa) und Mo i Rana (2¾ Std., 1- bis 3-mal tgl.).

Træna & Lovund

Træna ist ein Archipel aus mehr als tausend kleinen, flachen Schären, von denen fünf bewohnt sind.

Fähren vom Festland machen auf der Insel Husøy fest; dort lebt der Großteil der Bevölkerung von Træna und dort befinden sich auch die Unterkünfte. Die Hauptsehenswürdigkeiten hat jedoch die benachbarte Insel Sanna für sich gepachtet. Sanna ist gerade mal etwas mehr als 1 km lang; den Inselrücken bildet eine Mini-Bergkette, die am nördlichen Ende zu einem 318 m hohen Berg ansteigt, dem Trænstaven.

Am südlichen Ende der Insel Sanna haben Archäologen in der kathedralenartigen **Kirkehelleren-Höhle** einen Friedhof und Artefakte entdeckt, die 9000 Jahre alt sind (jetzt im Museum in Tromsø).

Die Insel **Lovund** mit ihren steilen Felsen, auf denen sich eine riesige Vogelkolonie niedergelassen hat, erhebt sich 623 m aus dem Meer. An jedem 14. April feiern die nicht einmal 250 Einwohner der Insel Lundkommerdag, den Tag, an dem 200 000 Papageientaucher auf die Insel zurückkehren, um dort bis Mitte August zu brüten.

Expressschiffe verkehren täglich zwischen Sandnessjøen und Træna.

Von Sandnessjøen bis Storvik

Wer nur einen Teil der Küstenstraße fahren kann, sollte sich für den Abschnitt voller Highlights zwischen Stokkvågen, westlich von Mo i Rana, und dem breiten Sandstrand von Storvik, 100 km südlich von Bodø entscheiden. Große Teile der Strecke gehören zu den „Nationalen Touristenrouten“, ein Prädikat, das nur den landschaftlich reizvollsten Straßen des Landes zuerkannt wird. Die Tour umfasst drei Fährüberfahrten und zahlreiche Gründe zum Anhalten und Staunen – man sollte sich also auf einen langen Tag einstellen (vor allem, wenn man bei Einbruch der Dunkelheit in Bodø ankommen möchte). Die Straße schlängelt sich zwischen dem Meer und den Bergen, deren Gipfel bis in den Sommer hinein schneebedeckt sind, dahin. Eine unvergessliche Tour!

Von Süden kommend, bietet sich der schönste Blick nach dem Fährübergang Låvong-Nesna bergaufwärts. Auch der Abschnitt kurz vor Mo i Rana ist eine wahrhaft eindrucksvolle Route entlang des schönen **Ranafjord** nach Stokkvågen. Kurz darauf passiert man die Nazifestung **Grønsvik**, eine von über 350 Festungsanlagen, die an der Küste Norwegens erbaut wurden. Einen Kilometer hinter dem Fort bietet ein Aussichtspunkt weitere großartige Ausblicke.

Auf der einstündigen Fährüberfahrt von Kilboghamn nach Jektvik überquert man den **Polarkreis**. Je weiter man Richtung Norden kommt, desto atemberaubender wird die Aussicht auf schneebedeckte Berge rund um den Svartisen-Gletscher und auf unzählige Inseln, Inselchen und Schären. Seeadler ziehen am Himmel ihre Kreise und prachtvolle Wildblumen blühen im relativ milden Klima, das von den letzten Ausläufern des Golfstroms erwärmt wird. Über lange Strecken führt die Straße direkt am Wasser entlang.

Der beste Blick auf den Svartisen eröffnet sich nach der Fährüberfahrt Ågskardet–Forøy: Spektakulär erstrecken sich hier von der Straße entlang des Holandsfjorden Gletscherzungen die Eisfelder hinab Richtung Wasser.

Noch dichter an den Gletscher heran kommt man bei der 10-minütigen Fahrt an Bord der **Fähre** (✆ 47 99 40 30; Erw./Kind hin & zurück 120/60 nkr) über den Holandsfjorden. Etwa stündlich legt sie an der kleinen Siedlung Holand ab. Von der Anlegestelle kann man mit einem gemieteten Fahrrad (3/6 Std. 50/75 nkr) die 3 km Schotterstraße bis zur Spitze der Gletscherzunge des Engebreen fahren.

Zu Fuß ist vom Anleger aus in 15 Minuten das **Svartisen Turistsenter** (✆ 75 75 10 00; ⏲ Juni–Mitte Aug.) mit Café, Kiosk und Restaurant zu erreichen. Es bietet ein- bis zweistündige geführte Gletscherwanderungen (400 nkr) und längere vier- bis fünfstündige Trecks (800 nkr) vom Ende des Sees Engabrevatnet – vorher reservieren. Man kann auch auf eigene Faust den steilen Weg am Gletscher entlang bis zur Tåkeheimen-Hütte (1171 m) nahe dem Gipfel des Helgelandsbukken (1454 m) hinaufwandern. Die Route ist mit einem „T“ markiert und dauert hin

und zurück etwa acht Stunden. Das Touristenzentrum gibt Auskunft zu Hütten mit Übernachtungsmöglichkeiten in der Gegend.

Wer etwas Zeit übrig hat, kann eine Übernachtung auf dem **Furøy Camping** (75 75 05 25; www.furoycamp.no; Furøy; Zelt-/Wohnwagenstellplatz 180/200 nkr, Hütte 500–900 nkr) einplanen. Der Campingplatz bietet nicht nur einen traumhaften Blick auf den Svartisen am anderen Ufer des Fjords, sondern auch einen tollen Kinderspielplatz mit Trampolin und Minihütten sowie einen Whirlpool. Er liegt knapp einen Kilometer vom Fähranleger Ågskardet-Føroy entfernt. Hütte im Voraus reservieren, denn im Sommer zieht sich von der Fähre oft eine ganze Autoschlange bis zur Rezeption.

Bodø

49 731 EW.

Bodø, die größte Stadt im Nordland, ist der nördliche Endpunkt nicht nur der Nordlandsbanen, sondern auch der spektakulär schönen Küstenstraße Kystriksveien und außerdem Ausgangspunkt für eine Überfahrt zu den Lofoten.

1816 als Handelszentrum gegründet, wandte sich Bodø nach einem extrem lukrativen Heringsboom 1860 der Fischerei zu. Die Innenstadt wurde nach der fast vollständigen Zerstörung im Zweiten Weltkrieg neu aufgebaut und hat architektonisch nichts zu bieten. Der besondere Charme der Stadt liegt in ihrer fantastischen Kulisse mit rauen Gipfeln in der Ferne, einem weiten Himmel darüber und zerklüfteten Inseln, die in nördlicher Richtung im Meer verstreut liegen. Dort leben im Übrigen mehr Seeadler auf einem Fleck als irgendwo sonst auf der Welt – nicht umsonst ist Bodø als „Hauptstadt der Seeadler“ bekannt.

Sehenswertes

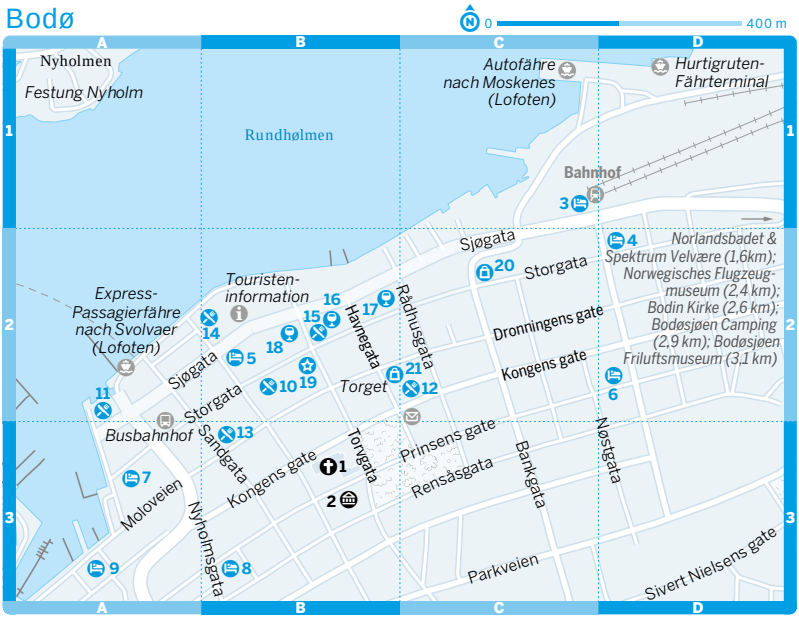
Norwegisches Luftfahrtsmuseum MUSEUM
(Norsk Luftfartsmuseum; luftfartsmuseum.no; Olav V gate; Erw./Kind/Familie 110/55/300 nkr; Mo–Fr 10–16, Sa & So 11–17 Uhr) Das Norwegische Luftfahrtsmuseum ist ein Erlebnis, selbst wenn man nur mäßiges Interesse an der Fliegerei und ihrer Geschichte verspürt. Für die 10 000 m² umfassende Ausstellung ist ein halber Tag gewiss nicht zu viel. Wer tatsächlich mit dem Flugzeug in Bodø ankommt, sieht von oben, dass das bemerkenswerte moderne Hauptgebäude des Museums die Form eines Flugzeugpropellers hat.

Zur Ausstellung gehören ein kompletter Flughafentower und alles Mögliche zum Anfassen und Ausprobieren. Im angeschlossenen norwegischen Luftwaffenmuseum befinden sich außerdem jede Menge historische Flugzeuge – militärische und zivile – von der Tiger Moth bis zum U2-Spionageflugzeug. (Das unglückselige US-Flugzeug, das 1960 über der Sowjetunion abgeschossen wurde und damit eine schwere diplomatische Krise auslöste, befand sich auf dem Flug von Peschawar in Pakistan nach Bodø.) Kinder und kindliche Gemüter werden sich begeistert in dem kleinen Flugsimulator durchrütteln lassen, der seine Passagiere gegen einen Aufpreis auf allerlei nervenaufreibende virtuelle Flüge mitnimmt, etwa als Pilot in einem Kampfjet. Das Museum liegt in der Olav V gate, knapp 750 m östlich der Bankgata.

Nordlandmuseet MUSEUM
(www.nordlandsmuseet.no; Prinsens gate 116; Erw./Kind 50/10 nkr; Juni–Aug. Mo–Fr 11–18, Sa & So bis 16 Uhr, sonst Mo–Fr 9–15 Uhr) Dieses Schmuckstück von einem Museum erzählt die noch junge Geschichte Bodøs in einem ebenso unterhaltsamen wie informativen 25-minütigen Film mit englischen Untertiteln. Weitere Höhepunkte sind eine nachgebaute Fischerhütte, eine Abteilung zur Kultur der Samen mit Grassodenhaus und ritueller Trommel, authentische Gegenstände aus der Fischereitradition Bodøs und ein kleiner Wikingerschatz aus dem 9. Jh., der 1919 in der Nähe gefunden wurde.

Bodøsjøen Freilichtmuseum MUSEUM
(Bodøsjøen Friluftsmuseum; 75 50 35 00; nordlandsmuseet.no/en/bodosjoen-friluftsmuseum; rund um die Uhr) GRATIS Dieses Freilichtmuseum liegt 3 km von der Stadt entfernt beim Bodøsjøen-Campingplatz. Hier sind auf 4 ha Ausstellungsfläche alte Wohnhäuser, Hofgebäude, Bootshäuser sowie Bunker aus dem Zweiten Weltkrieg und der Rahsegler *Anna Karoline* zu besichtigen. Auf dem Gelände kann man herumlaufen, ohne Eintritt zu bezahlen; in die Gebäude hinein kommt man nur nach Absprache. Hier beginnt auch ein **Wanderweg** entlang dem Fluss Bodøgårdselva, der schließlich in die wilden, landschaftlich reizvollen Bodømarka-Wälder führt.

Kathedrale von Bodø KATHEDRALE
(Mitte Juni–Aug. 12–15 Uhr) Das aparte, nüchterne Bauwerk mit einem hohen, frei stehenden Turm wurde 1956 vollendet. Es hat die Form eines umgekehrten Schiffsrumpfes,



Bodø

Sehenswertes
- 1 Kathedrale ... B3
- 2 Nordlandmuseum ... B3

Schlafen
- 3 Bodø Vandrerhjem ... C1
- 4 City Hotell ... D2
- 5 Clarion Collection Hotel Grand ... B2
- 6 Opsahl Gjestegård ... D2
- 7 Radisson Blu Hotel Bodø ... A3
- 8 Skagen Hotel ... B3
- 9 Thon Hotel Nordlys ... A3

Essen
- 10 Bjørk ... B2
- 11 Bryggeri Kaia ... A2
- 12 Farmors Stue ... C2
- 13 Café Kafka ... B3
- 14 Løvolds ... B2
- 15 Paviljongen ... B2

Ausgehen & Nachtleben
- 16 G ... B2
- 17 Nissunat ... B2
- 18 Public ... B2

Unterhaltung
- Fram Kino ... (siehe 10)
- 19 Nordlænningen ... B2

Shoppen
- 20 Husfliden ... C2
- 21 Ludvig's Bruktbokhandel ... B2

die Wände sind mit mehrfarbigen Teppichen behängt und der Bau besitzt ein schmuckes Buntglasfenster.

Bodin Kirke
KIRCHE

(Gamle riksvei 68; Ende Juni–Mitte Aug. 10–15 Uhr) Diese reizvolle, kleine Steinkirche aus dem Jahr 1240 liegt 3 km vom Stadtzentrum entfernt. Während der Reformation wurde ihre Außenansicht stark verändert und sie erhielt ihren Zwiebelturm. Eine Fülle verspielter Barockelemente schmückt den Innenraum – insbesondere der reich verzierte Altar.

Aktivitäten

Norlandsbadet & Spektrum Velvære
SCHWIMMEN

(www.bodospektrum.no; Plassmyrveien; Erw./Kind 145/40 nkr; Mo, Mi & Do 15–21, Di & Fr 6.30–21, Sa & So 10–18 Uhr) Eine schöne Anlage zum Entspannen, Erholen und Aufwärmen, wenn's draußen friert. Sie umfasst sechs Schwimmbäder, eine 85 m lange Wasserrutsche, sechs Saunen (wahlweise mit therapeutischer Musik oder Eukalyptusduft), eine dampfende „Tropenwald-Dusche" und eine Eishöhle.

Feste & Events

Nordland Music Festival MUSIK
(www.musikkfestuka.no) Zehn Tage Klassik, Jazz und Oper in der ersten Augusthälfte.

Parken Festival MUSIK
(www.parkenfestivalen.no) Dieses Festival Ende August hat's in sich: Ein ganzes Wochenende Rock, R&B und Pop auf zwei Bühnen.

Schlafen

Bodøsjøen Camping CAMPINGPLATZ €
(✆ 75 56 36 80; www.bodocamp.no; Kvernhusveien 1; Zelt-/Wohnwagenstellplatz 150/200 nkr zzgl. 30 nkr pro Pers., Hütte 250–840 nkr) Die Hütten dieses Uferplatzes 3 km vom Zentrum sind besonders gut ausgestattet. Für Zelte ist ein schöner Grasplatz mit Picknicktischen reserviert. Busse der Linien 12 und 23 halten 250 m entfernt.

City Hotell HOTEL €
(✆ 75 52 04 02; www.cityhotellbodo.no; Storgata 39; B 250 nkr, EZ/DZ 650/750 nkr; @ ᯤ) In diesem Hotel geht's unkompliziert zu. Die 19 Standardzimmer sind relativ klein, aber preiswert. Drei Schlafräume bieten Platz für drei bis sechs Backpacker. Unter dem Dach liegen zwei große Familienzimmer und zwei Zimmer haben eine Kochnische.

Bodø Vandrerhjem HOSTEL €
(✆ 75 50 80 48; www.hihostels.no/bodo; Sjøgata 57; B 350 nkr, EZ/DZ mit Bad 745/890 nkrs; @) Endlich hat Bodø eine Jugendherberge für alle, die am nächsten Tag mit der Fähre oder dem Zug auf die Lofoten wollen. Die Lage gleich am Bahnhof könnte besser nicht sein und die Ausstattung ist schlicht, aber angemessen.

★ **Thon Hotel Nordlys** HOTEL €€
(✆ 75 53 19 00; www.thonhotels.no; Moloveien 14; EZ/DZ ab 720/820 nkr; ᯤ) Bodøs stilvollstes Hotel, ganz in skandinavischem Design. Es liegt an der Marina und hat auch ein gutes Restaurant.

★ **Skagen Hotel** HOTEL €€
(✆ 75 51 91 00; www.skagen-hotel.no; Nyholmsgata 11; EZ/DZ ab 850/1050 nkr; @ ᯤ) Das Skagen umfasst zwei Gebäude. Eins davon war früher eine Metzgerei, was aber nicht mehr zu erkennen ist. Sie liegen einander gegenüber und sind durch einen Tunnel unter der Straße verbunden. Die Zimmer sind attraktiv dekoriert und Welten entfernt vom Standard der Hotelketten. Es gibt eine Bar und nachmittags kostenlos Waffeln und Kaffee sowie hervorragendes Frühstück. Das Personal hat gute Outdoortipps.

Opsahl Gjestegård B&B €€
(✆ 75 52 07 04; www.opsahl-gjestegaard.no; Prinsens gate 131; EZ/DZ 850/1100 nkr) Diese Pension an einer ruhigen Wohnstraße hat 18 komfortable Zimmer mit blumigem Dekor und eine kleine Gästebar. Es ist zwar nicht günstiger als die größeren Hotels, aber dennoch eine attraktive Alternative zum Hotelleben. Die vier Apartments haben eine Kochzeile.

Clarion Collection Hotel Grand HOTEL €€
(✆ 75 54 61 00; www.nordicchoicehotels.no; Storgata 3; Zi. 890–1400 nkr; P @ ᯤ) Alle Zimmer des zentral gelegenen Grand sind mit Parkettboden ausgestattet und versprühen eine steife, leicht altmodische Atmosphäre. Im Preis enthalten sind Frühstück und leichtes Abendbuffet. Sauna und Dampfbad sind für Gäste kostenlos. Das Personal an der Rezeption gehört zum fröhlichsten in ganz Norwegen.

Radisson Blu Hotel Bodø HOTEL €€
(✆ 75 51 90 00; www.radissonblu.com; Storgata 2; EZ/DZ 750/995 nkr; P @ ᯤ) Das moderne Hotel hat helle Zimmer und im obersten Stock eine Bar mit Blick auf Hafen und Berge. Das Frühstück wird im Sjøsiden Restaurant mit Panoramafenstern serviert.

Essen

Am Kai kann man preisgünstig frische Garnelen kaufen. Im Einkaufszentrum Glasshuset gibt es einen Supermarkt und Fastfoodlokale.

Farmors Stue CAFETERIA, NORWEGISCH €
(✆ 75 52 78 60; www.farmorsstue.no; Kongens gate 27; Hauptgerichte 60–147 nkr; ⏲ Mo–Fr 10–18, Sa 11–16 Uhr) Mit der Wärme und dem Charme eines altmodischen Teesalons bietet diese kleine Cafeteria Snacks, leichte Gerichte, guter Kaffee und ein nicht zu teures Mittagsbüfett (148 nkr) an. Auf der einfachen, aber liebevoll zusammengestellten Speisekarte stehen saisonale Gerichte mit regionalen Zutaten.

Paviljongen CAFÉ-RESTAURANT €
(✆ 75 52 01 11; Torget; Hauptgerichte ca. 125 nkr; ⏲ Mo–Fr 10.30–0, Sa 10.30–1, So 12–0 Uhr) Mit Tischen am Hauptplatz ist dies der ideale Ort, um bei einem Kaffee, einer der drei Sorten Fassbier oder einem preiswerten Mittagessen die Welt vorüberziehen zu lassen.

Løvolds CAFÉ €€
(www.lovold.no; Tollbugata 9; Hauptgerichte 155–175 nkr; ⏲ Mo–Fr 9–18, Sa 9–15 Uhr) Die beliebte

historische Cafeteria am Kai versteht sich auf Sandwiches, Grillgerichte und herzhafte norwegische Küche. Den schönen Ausblick gibt's umsonst dazu.

Bjørk CAFÉ €€
(www.restaurantbjork.no; Storgata 8, 1. OG, Glasshuset; Mittagsangebote 149–174 nkr, Pizza ab 157 nkr, Hauptgerichte 295–325 nkr; Mo–Sa 10–22, So 15–22 Uhr) Das sympathische, relativ neue Lokal ist vor allem bei Bodøs aufstrebender Jugend beliebt. Serviert werden verschiedene Snacks, Holzofenpizza, Tapas und Sushi. Das Café belegt einen Teil der verglasten Empore oberhalb eines Shoppingcenters und viele Leute kommen gerne auf einen Drink hierher.

Bryggeri Kaia RESTAURANT-BAR €€
(75 52 58 08; www.bryggerikaia.no; Sjøgata 1; Snacks ab 150 nkr, Hauptgerichte 195–325 nkr; Mo–Sa 11.30–3.30, So 12–3.30 Uhr) Bryggeri Kaia gehört zu den festen Größen in Bodø. Im Angebot: gute Snacks, ein Mittagsbüfett (Mo–Fr, 175 nkr), das samstägliche Heringsbüfett (175 nkr) und verschiedene Biere. Außerdem kann man wählen zwischen Tischen im Gastraum mit Pubatmosphäre, auf der Terrasse zur Straße hin oder (am besten) auf der Veranda mit Blick auf den Hafen.

Kafé Kafka CAFÉ €€
(Sandgata 5b; Tagesangebote mit Kaffee 150 nkr, Sandwiches 125 nkr; Mo–Do 11–23, Fr & Sa 11–15.30, So 15–23 Uhr) Mehr Kaffee geht nicht: Das stylishe, moderne Café bietet zwölf hervorragende Kaffeesorten (was schon von Weitem zu riechen ist), Snacks nach Cafeteria-Art und 18 verschiedene Milchshakes. Am Wochenende legt manchmal ein DJ auf und das Café wird zum Club.

Ausgehen & Unterhaltung

Nissunat BAR
(Dama Di; Sjøgata 18; 22–3.30 Uhr) Das Motto dieser Bar kann man in etwa mit „Kunst und Chaos" übersetzen. Das Nissunat vereint Raffinesse mit trendigem, modernem Flair und einer vielseitigen Einrichtung.

Public BAR
(Sjøgata 12; 20–3.30 Uhr) Übergroße Fotos von Punkrock-Auftritten und ein lebensgroßer Elvis dekorieren diese minimalistische Bar mit schwarzen Lederhockern.

G CLUB
(75 56 17 00; Sjøgata; Fr & Sa 22–3 Uhr) Ihr höhlenartiger Eingang macht diese *Discoteka* unter dem Hauptplatz zu einem echten Hingucker. Sie ist der Treff für die Über-25-Jährigen.

Nordlænningen LIVEMUSIK
(Torvgata; Mo–Sa 12–3.30, So 13–3.30 Uhr) Die zwanglose Kellerkneipe am Hauptplatz bietet sechs Abende in der Woche Livemusik und am Sonntag Karaoke. Das Treppenhaus zieren signierte Plakate von Bands, die hier bereits gespielt haben.

Fram Kino KINO
(www.framkino.no; Storgata 8) Das Kino der Stadt liegt nahe dem Eingang zum Glasshuset.

Shoppen

Husfliden KUNSTHANDWERK, KLEIDUNG
(75 54 43 00; www.norskflid.no; Storgata 23; Mo–Fr 9.30–17, Sa 10–15 Uhr) Niederlassung der landesweiten Kette mit vielen ansprechenden Strick- und Haushaltswaren à la Norwegen.

Ludvig's Bruktbokhandel BÜCHER
(Dronningens gate 42) Ludvig bietet eine gute Auswahl englischer und deutscher Secondhand-Bücher und nimmt auch welche in Zahlung. Dazu noch LPs, Comics und Videos; eine wahre Fundgrube zum Stöbern.

Praktische Informationen

Touristeninformation (75 54 80 00; www.visitbodo.com; Sjøgata 15-17; Mitte Juni–Aug. Mo–Fr 9–20, Sa & So 10–18 Uhr, sonst Mo–Fr 9–15.30 Uhr) Gibt die ausgezeichnete, kostenlose Broschüre *Bodø Guide* heraus, hat zwei Internetterminals (60 nkr pro Std.) und kostenloses WLAN.

An- & Weiterreise

BUS

Busse fahren zweimal täglich von/nach Narvik (280 nkr, 6½ Std.) via Fauske (90 nkr, 1 Std.); von und nach Fauske verkehren noch weitere Busse.

FÄHRE

Bodø ist eine Anlegestelle der Küstenfähren der Hurtigruten.

Autofähren verkehren im Sommer fünf- bis sechsmal täglich (sonst seltener) zwischen Bodø und Moskenes auf den Lofoten (Auto mit Fahrer/weiterer Passagier 646/180 nkr, 3–3½ Std.). Wer im Sommer mit dem Auto reist, sollte die Fähre vorher reservieren (100 nkr Zuschlag), um lange Wartezeiten zu vermeiden (Online-Reservierung unter www.torghatten-nord.no).

Eine Express-Passagierfähre verkehrt täglich zwischen Bodø und Svolvær (Erw./Kind 366/183 nkr, 3¾ Std.).

FLUGZEUG

Vom Flughafen südwestlich des Zentrums starten täglich mindestens zehn Flüge nach Oslo, Trondheim und Tromsø. Weitere Ziele im Inland sind Leknes, Harstad und Mo i Rana.

ZUG

Wichtige Verbindungen von Bodø:
Fauske 128 nkr, 45 Min., bis zu 8-mal tgl.
Mosjøen 625 nkr; 4¼ Std., 2- bis 3-mal tgl.
Mo i Rana 469 nkr, 3 Std., 2- bis 4-mal tgl.
Trondheim 1059 nkr, 9¾ Std., 2-mal tgl.

Unterwegs vor Ort

Stadtbusse kosten 40 nkr pro Fahrt. Die Touristeninformation vermietet Fahrräder ab 100 nkr pro Tag.

Rund um Bodø

Der Gezeitenstrom Saltstraumen

Man sollte den Tag so planen, dass man dieses Naturphänomen nicht verpasst, das sich todsicher viermal am Tag ereignet: In der 3 km langen und 150 m breiten Meerenge Saltstraumen führt der Wechsel der Gezeiten dazu, dass ein Fjord sich in den anderen ergießt. Dabei entsteht etwas, das man eine Art Wasserfall auf dem Meer nennen könnte: ein brodelndes Chaos, bei dem mehr als 400 Mio. m^3 Wasser mit 20 Knoten erst in die eine, dann in die andere Richtung bewegt werden, und das alle sechs Stunden aufs Neue. Eine ideale Umgebung für Plankton, das Scharen von Fischen und folglich auch Anglern anzieht. Im Frühjahr kann man die kreischenden Möwen beobachten, die auf der Insel Storholmen mitten im Wasser nisten.

Es heißt, der Saltstraumen soll der größte Strudel der Welt sein. Tatsächlich besteht er aber aus einer ganzen Reihe von kleineren Strudeln, die entstehen, aufwallen, ineinanderfließen und schließlich verschwinden. Im Normalfall ist das ein wahrhaft berauschendes Erlebnis. Aber es gibt auch Tage, an denen es nicht viel mehr strudelt als der Abfluss einer Badewanne. Klar, der Eindruck von der Küste aus ist unmittelbarer, aber für den optimalen Überblick geht man am besten auf die Nordseite der Saltstraumbrua, der geschwungenen Brücke über die Wasserstraße, und zwar an ihren höchsten Punkt: Dort sieht man das Wasser wie smaragdgrünen Nebel aufstäuben.

Vor Ort hängen keine Gezeitentabellen aus, es sind aber welche in der Touristeninformation in Bodø erhältlich.

Zum Strom fährt man von Bodø 32 km gen Süden (mit dem Schiff ist er näher). Vom Ort zur Brücke über den Saltstraumen fahren Busse (Mo–Fr 7-mal, Sa & So 2-mal; 1 Std.).

LOFOTEN

Wer zum ersten Mal mit der Fähre an den Lofoten ankommt, wird den Eindruck nie vergessen. Wie ein stacheliges Seeungeheuer erheben die Inseln ihren zerklüfteten Rücken aus dem Meer. Und jeder fragt sich, wie Menschen in einer so scheinbar unwirtlichen Region ihr Leben fristen konnten. Die Schönheit der Landschaft jedoch ist atemberaubend.

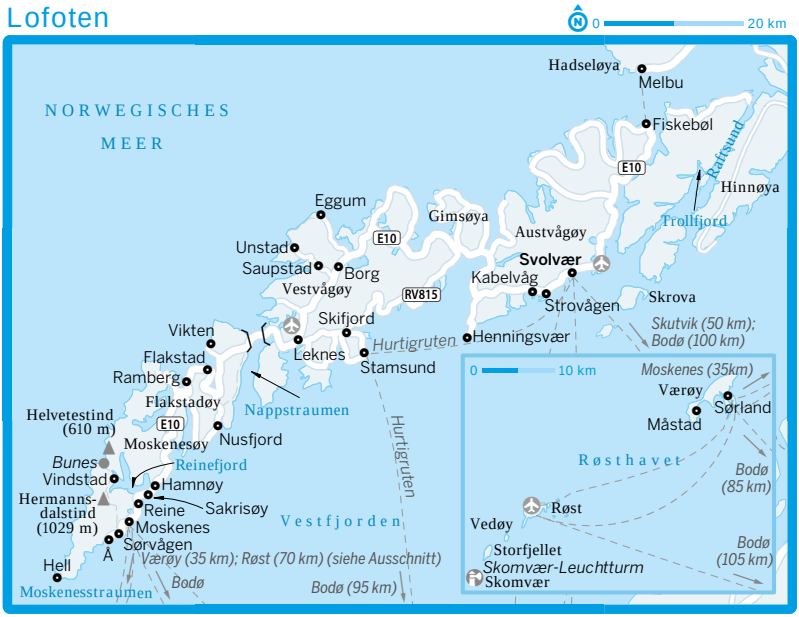
Die Hauptinseln Austvågøy, Vestvågøy, Flakstadøy und Moskenesøy sind vom Festland durch den Vestfjord getrennt, jedoch über Straßenbrücken und Tunnel miteinander verbunden, so dass man sich mühelos vor Ort bewegen kann. Auf allen gibt es geschützte Buchten, Schafweiden und malerische Dörfer. Die gesamte E10 auf den Lofoten wurde als „Nationale Touristenstraße" ausgezeichnet, ein Prädikat, das nur den landschaftlich reizvollsten Straßen zuerkannt wird. Atemberaubende Landschaften und die einzigartigen Stimmungen des arktischen Lichts haben schon seit Langem Künstler angezogen. Ihre Werke sind in Galerien auf dem ganzen Archipel zu sehen.

Aber die Lofoten sind auch eine wirtschaftlich bedeutende Gegend. Wo der Golfstrom auf das kalte Wasser des Eismeeres trifft, kommen jeden Winter riesige Kabeljauschwärme zum Laichen aus der Barentssee her. Seit Jahrhunderten hat dieses Phänomen die Bauern von der Nordküste des Festlands angelockt und zu Saisonfischern gemacht. Obwohl die Kabeljaubestände in den letzten Jahren dramatisch zurückgingen, ist die Fischerei neben dem Tourismus noch immer der wichtigste Wirtschaftszweig der Lofoten. Das beweisen schon die Holzgestelle zum Trocknen des Fischs, deren Gitterwerk fast jedes Dorf der Inseln schmückt.

Geschichte

Die Geschichte der Lofoten ist weitgehend durch die Fischerei geprägt. Immer wieder gab es Konflikte um diese fischreichen Gewässer, die des Kabeljaus liebster Laichplatz sind, seit sich vor etwa 10 000 Jahren die

Lofoten



Gletscher zurückzogen. 1120 ließ König Øystein hier die erste Kirche errichten und eine Reihe von *rorbuer* erbauen: einfache, 16 m² große Holzhütten für die Fischer mit einer Feuerstelle, Lehmboden und einem kleinen Windfang. Reine Selbstlosigkeit war das nicht, denn so gewann er die Kontrolle über die heimische Wirtschaft und sicherte sich reiche Steuereinnahmen.

Mit Beginn des 19. Jhs. rissen sich die hiesigen *nessekonger* – Handelsherren, die Land erworben hatten – die Macht über den Handel unter den Nagel. Diese neuen Großgrundbesitzer zwangen die Bewohner der *rorbuer*, ihren gesamten Fang zu einem Preis abzuliefern, den sie selbst festsetzten. Das Lofotengesetz von 1857 schränkte die Macht der *nessekonger* deutlich ein, aber erst 1936 verloren sie mit dem Gesetz über den Rohfischverkauf die Macht, die Preise festzulegen.

Praktische Informationen

Die offizielle Website www.lofoten.info enthält viele Infos zum gesamten Archipel.

An- & Weiterreise

VON SÜDEN

U. a. bestehen folgende Möglichkeiten:

- die Autofähre zwischen Svolvær und Skutvik auf dem Festland (1¾ Std.)
- die Autofähre zwischen Bodø und Moskenes (3–3½ Std.)
- die Passagier-Expressfähre zwischen Bodø und Svolvær (3¾ Std.)

VON NORDEN

Seitdem die Nachbarinsel Hinnøya durch zwei Tunnel mit den Lofoten verbunden ist, sind Autofahrer überhaupt nicht mehr auf eine Fähre angewiesen, um den Weg zwischen den Inseln zurückzulegen. Der durch die Tunnel führende neue Streckenabschnitt *(Lofast)* hat die außerdem Fahrtzeit zum Flughafen Harstad-Narvik Evenes, nach Narvik selbst und zur E6 beinahe halbiert.

Außerdem verkehrt weiterhin eine Autofähre zwischen Hadseløya (Melbu) auf den Vesterålen und Fiskebøl (25 Min.).

Unterwegs vor Ort

Die Verkehrsverbindungen sind gut. Sämtliche Hauptinseln sind durch Brücken oder Tunnel miteinander verbunden. Busse verkehren entlang der gesamten E10 von der Anlegestelle der Fiskebøl-Melbu-Fähre im Norden bis runter nach Å, das ganz am südwestlichen Ende der Straße liegt.

Bei der Touristeninformation gibt's einen ausgezeichneten Radwanderführer zu kaufen (298 nkr), der neben vielen nützlichen Informationen auch praktischen Karten zum Ausklappen enthält.

Austvågøy

9100 EW.

Viele Besucher sammeln auf Austvågøy, der nördlichsten Insel der Gruppe, ihre ersten Eindrücke von den Lofoten. Der Ort ist recht hübsch und bietet ein paar faszinierende Sehenswürdigkeiten. Reizvoll ist er aber vor allem als Ausgangspunkt zu den übrigen Inseln.

Svolvær

4460 EW.

Die Hafenstadt Svolvær ist so betriebsam wie eben auf den Lofoten möglich. Früher erstreckte sich die Stadt über mehrere Schären, heute werden die Zwischenräume aufgefüllt, um daraus eine Halbinsel zu schaffen. Die Lage vor hohen Bergen ist zwar sehr schön, die bunt zusammengewürfelten modernen Gebäude stören aber ein wenig.

Sehenswertes

★Lofoten Kriegsmuseum MUSEUM

(Krigsminnemuseum; www.lofotenkrigmus.no; Fiskergata 12; Erw./Kind 80/30 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Sa 10–22, So 12–15 & 18–22 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Das Kriegsmuseum ist ein privat und mit viel Enthusiasmus geführtes Museum. Es zeigt historische Militäruniformen sowie zahlreiche Exponate und eindrucksvolle, überwiegend unveröffentlichte Fotos aus dem Zweiten Weltkrieg.

★Magic Ice EIS-BAR

(76 07 40 11; www.magicice.no; Fiskergata 36; Erw./Kind 130/80 nkr; Mitte Juni–Ende Aug. 12–22.30 Uhr, sonst 18–22 Uhr) Passenderweise in einer ehemaligen Anlage zum Einfrieren von Fisch illustrieren auf 500 m² Fläche riesige Eisskulpturen das Leben auf den Lofoten. Wer Norwegen nicht im Winter besuchen kann, kommt diesem Erlebnis hier am nächsten. Im Eintritt inbegriffen ist ein Getränk – natürlich in einem Glas aus Eis serviert.

Nordnorsk Kunstnersenter GALERIE

(Nordnodwegisches Künstlerzentrum; Torget; Mitte Juni–Mitte Aug. 10–18 Uhr, sonst Di–So 10–16 Uhr) GRATIS Neben der Touristeninformation und dem Lofoten Kulturhus (lofotenkulturhus.no; Kulturhaus mit einem Kino und Ausstellungsräumen) am Hauptplatz zeigt das Nordnorwegische Künstlerzentrum wechselnde Ausstellungen mit Gemälden, Plastiken, Keramiken und anderen Werken von Künstlern aus dem nördlichen Norwegen. Im Museumsladen gibt's geschmackvolle Souvenirs.

Lofotenfotografen GALERIE

(95 49 81 50; www.lofotfotografen.no; Vestfjordgata; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 10–16 & 18.30–20, Sa 10–15 & 18.30–20 Uhr, sonst abends geschl.) GRATIS Beeindruckende Fotos der Lofoteninseln in all ihrer Pracht. Die meisten der Werke von Anders Finsland stehen zum Verkauf. Ein Zwischenstopp lohnt sich auf jeden Fall, auch wenn man kein Bild kaufen möchte.

Galleri Dagfinn Bakke GALERIE

(76 07 19 98; www.dagfinnbakke.no; Richard Withs gt. 4; Mo–Mi & Fr 11–15, Do 11–19, Sa 11–2 Uhr) GRATIS Eine der interessanteren kleinen Privatgalerien in Svolvær. Ausgestellt sind Werke des lokalen Künstlers Dagfinn Bakke, in denen das besondere Licht und die natürlichen Formationen des arktischen Norwegens dominieren. Werke weiterer Maler sind ebenfalls ausgestellt. Wie üblich stehen viele der Kunstwerke zum Verkauf.

Lofoten Temagalleri MUSEUM, GALERIE

(abseits der Parkgata; Juni–Aug. 20–22 Uhr) GRATIS Die Lofoten-Themengalerie ist weitgehend das Werk eines einzelnen Mannes: des aus einer alten Fischerfamilie stammenden Fotografen Geir Nøtnes. Sie widmet sich vor allem der Kabeljaufischerei und dem Walfang. Neben vielen Fotos und Ausrüstungsgegenständen ist auf Wunsch auch eine klasse gemachte 20-minütige DVD zu sehen, die die Lofoten im Wechsel der Jahreszeiten zeigt.

Galleri Stig Tobiassen GALERIE

(47 60 27 22; www.stig-tobiassen.com; Roald Amundsens gate 11; Mo–Fr 11–16, Sa 11–14 Uhr) GRATIS Eine weitere schöne kleine Galerie in Svolvær. Ausgestellt und verkauft werden vor allem Bilder von den Lofoten.

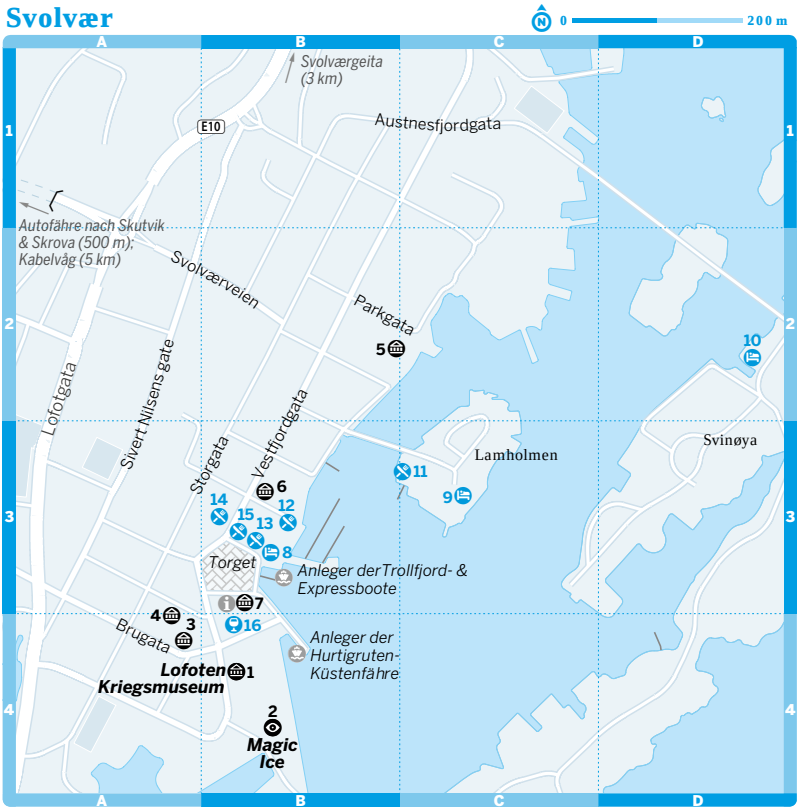
Aktivitäten

★Svolværgeita WANDERN, KLETTERN

Ein Wagemutiger springt hoch über Svolvær von einer steil aufragenden Felsnase zur nächsten – dieses Postkartenmotiv findet man überall auf den Lofoten. Wer den Punkt direkt hinter den beiden Felsnadeln (355 m) ersteigen will, folgt der E10 in Richtung Osten (Narvik), geht vorbei am Jachthafen, biegt dann zunächst links in den Nyveien und dann rechts in den Blatind veg ein – der steile Aufstieg beginnt direkt hinter dem Kinderspielplatz.

Eine halbe Stunde geht es bergaufwärts – oder eine Stunde, wenn man noch zum Gip-

Svolvær



Svolvær

Highlights
- 1 Lofoten Kriegsmuseum B4
- 2 Magic Ice B4

Sehenswertes
- 3 Galleri Dagfinn Bakke A4
- 4 Galleri Stig Tobiassen A4
- 5 Lofoten Temagalleri B2
- 6 Lofotenfotografen B3
- 7 Nordnorsk Kunstnersenter B3

Schlafen
- 8 Lofoten Suite Hotel B3
- 9 Rica Hotel Svolvær C3
- 10 Svinøya Rorbuer D2
- Svolvær Sjøhuscamp ..... (siehe 5)
- Thon Hotel Lofoten ..... (siehe 7)

Essen
- 11 Anker Brygge C3
- 12 Bacalao B3
- Børsen ..... (siehe 10)
- 13 Du Verden B3
- 14 Hjerterommet Kafe B3
- 15 Kringla B3

Ausgehen & Nachtleben
- Bryggabaren ..... (siehe 11)
- 16 Styrhuset B4

fel des Flova möchte. Für die eigentliche Besteigung des Svolværgeita und den Sprung braucht's allerdings einen Kletterführer. Einfach im Touristenbüro Empfehlungen einholen oder sich an Northern Alpine Guides (S. 311) wenden.

Trollfjord

BOOTSFAHRT

(Erw./Kind ab 695/300 nkr) Am Hafen bieten mehrere Unternehmen Exkursionen in den spektakulären Trollfjord an, der von steilen Wänden eingeschlossen und stellenweise gerade mal 100 m breit ist. Es gibt zweistündi-

ge Seeadler-Fahrten, dreistündige Fahrten und auch vierstündige Ausflüge, bei denen man auch noch die Gelegenheit zum Angeln hat. Tickets werden entweder direkt am Kai oder bei Veranstaltern wie **Lofoten Explorer** (www.lofoten-explorer.no), **RiB Lofoten** (✆ 90 41 64 40; www.rib-lofoten.com) und **Trollfjord Cruise** (✆ 45 15 75 87; www.trollfjordcruise.com) verkauft.

Kaiser-Route RADFAHREN

Für die 83 km lange, atemberaubende Fahrradtour begibt man sich nach Holandshamn und radelt auf der Kaiser-Route zurück nach Svolvær. Am Wegesrand liegen einsame Küstenabschnitte, zerklüftete Berge und verlassene Bauernhöfe. Große Teile der Strecke führen durch touristisch größtenteils unerschlossenes Gebiet. Ein langer Streckenabschnitt verläuft parallel zum Trollfjord. Das Tourismusbüro in Austvågøy gibt Auskunft zu Leihfahrrädern und zur Anreise nach Holandshamn.

Feste & Events

WM der Kabeljaufischer KULTUR

(März) Die alljährliche WM der Kabeljaufischer in Svolvær findet am letzten Wochenende im März mit Hunderten von Teilnehmern statt. Gefeiert wird dabei alles, was mit dem Fischfang zu tun hat.

Schlafen

Svolvær Sjøhuscamp SEEHAUS €

(✆ 76 07 03 36; www.svolver-sjohuscamp.no; Parkgata 12; DZ/4BZ ab 540/880 nkr, DZ mit Küche 590 nkr, alle ohne Bad) Dieses freundliche *sjøhus* über dem Wasser ist ein geselliger und sehr preiswerter Traveller-Treff. Superschön: das Apartment mit Balkon, kompletter Ausstattung und Platz für sechs Personen (1900 nkr).

★ **Svinøya Rorbuer** HÜTTEN €€

(✆ 76 06 99 30; www.svinoya.no; Gunnar Bergs vei 2; Hütten & Suite 1150–3200 nkr) Eine Brücke führt zum Inselchen Svinøya (der Keimzelle Svolværs), wo mehrere Hütten stehen – einige historisch, die meisten modern, aber alle gemütlich und komfortabel. Die Rezeption ist das reinste Museum: ein restaurierter und wieder mit Waren ausgestatteter *krambua* (Dorfladen) von 1828 und der erste Laden von Svolvær. Die Betreiber haben Anwesen überall in der Gegend; sie gehören zu den besten *rorbuer* der Lofoten.

★ **Thon Hotel Lofoten** HOTEL €€

(www.thonhotels.no; Torget; Zi. ab 973 nkr; P 🛜) Ein ansprechendes Glasgebäude mit Blick auf den Hauptplatz und den Hafen beherbergt die Thon-Zweigstelle auf den Lofoten. Die meisten der stylish-modernen Zimmer

ABSTECHER

KJERRINGØY

Es ist nicht zu übersehen, warum diese verschlafene Halbinsel, umspült vom blauen Meer und mit hoch aufragenden Granitgipfeln im Hintergrund, von den norwegischen Filmemachern immer wieder gern als Location ausgewählt wird.

Die Buslinie 10 fährt täglich zweimal auf der Strecke Bodø–Kjerringøy. Im Sommer schafft man es sogar, noch am selben Tag wieder zurückzufahren (dabei bleiben gut 2½ Std. Zeit in Kjerringøy). Informationen über den aktuellen Fahrplan gibt's im Fremdenverkehrsbüro in Bodø.

Ob mit dem Bus oder mit dem Auto – die zehnminütige Fährüberfahrt von Festvåg nach Misten gehört dazu. Unterwegs passiert man die **Insel Landegode** mit ihrem charakteristischen Profil (s. S. 438), die weißen Sandstrände von **Mjelle** (der Parkplatz ist 20 Minuten zu Fuß entfernt) und den dramatischen Gipfel **Steigtind**, der sich wenige Kilometer südlich von Festvåg erhebt.

Handelsposten Kjerringøy (Kjerringøy Handelssted; nordlandsmuseet.no/kjerringoy_handelssted; Erw./Kind 100/50 nkr; Ende Mai–Ende Aug. 11–17 Uhr) Rund 40 km nördlich von Bodø richtete die Unternehmerfamilie (manche würden sagen: Ausbeutersippe) Zahl im 19. Jh. einen wichtigen Handelsposten ein, der die Fischerfamilien am Ort mit Vorräten versorgte – im Tausch gegen ihren Fang. Der Großteil der Holzhäuser dieser autarken Ansiedlung ist noch erhalten: Die spartanischen Wohnräume und Küchen der Fischerfamilien sind Welten entfernt von den üppig dekorierten Häusern und dem Lebensstandard der Händler. Eine 20-minütige Multimediashow ist im Eintrittspreis enthalten; Zugang zum Hauptgebäude nur mit Führung.

bieten tollen Ausblick. Am besten nach einem der Zimmer in den oberen Etagen fragen (2. und 3. Stock meiden), denn von dort ist der Blick am schönsten. Ein tolles Extra sind Ferngläser in allen Zimmern. Das Personal ist auf Zack und die Lage könnte nicht zentraler sein.

Rica Hotel Svolvær HOTEL €€
(✆ 76 07 22 22; www.rica.no; Lamholmen; Zi. ab 885 nkr; P 🛜) Das Rica-Hotel wurde auf einer winzigen Insel erbaut bzw. thront eigentlich auf Säulen über dem Wasser. Zimmer 121 hat ein Loch im Fußboden, damit die Gäste ihre Angelleine direkt ins darunter liegende Nass auswerfen können. Abgesehen von solcherlei Besonderheiten sind die Zimmer in erster Linie funktional. Nach einem Zimmer mit Balkon fragen.

Lofoten Suite Hotel BOUTIQUEHOTEL €€€
(✆ 47 67 01 00; www.lofoten-suitehotel.no; Havnepromenaden; Suite ab 1500 nkr; 🛜) Direkt am Haupthafen in Svolvær bietet dieses schöne, in Glas und Holz gehaltene Hotel ausschließlich ansprechende, moderne Suiten mit Holzböden. Die meisten verfügen über Küchenzeilen und haben einen schönen Blick auf den Hafen.

Essen

Hjerterommet Kafe CAFÉ €
(Vestfjordgata; Snacks ab 60 nkr; ⏲ Mo–Fr 10–16, Sa 11–16 Uhr) Ein individuelles kleines Café mit einer Ausstattung, die von einer Matratze bis zu weißem Holzdekor reicht – und ein wunderbarer Zwischenstopp für Kaffee und Kuchen.

Kringla CAFÉ €
(✆ 76 07 03 09; Torget 21; Snacks ab 80 nkr; ⏲ Mo–Sa 8–16 Uhr) Das lässige Café mit Bäckerei am Hauptplatz serviert eine Reihe süßer und salziger Snacks, von Kuchen bis hin zu Sandwichs.

Bacalao BAR, CAFÉ €€
(✆ 76 07 94 00; www.bacalaobar.no; Havnepromenaden 2; Hauptgerichte 145–175 nkr; ⏲ Mo–Do 10.30–1, Fr & Sa 10.30–2.30, So 12–1 Uhr) Peppige Ausstattung, innovative Blattsalate, Sandwichs und einige ebenso kreative Pastagerichte. Absolut lecker sind die scharfen Krabbennudeln (*hot rekepasta*). Außerdem wird hier der beste Kaffee der Lofoten gebrüht.

★Børsen NORWEGISCH €€€
(✆ 76 06 99 30; www.svinoya.no; Gunnar Bergs vei 2; Hauptgerichte 289–355 nkr; ⏲ 18–22 Uhr) Dieses „Arctic-Menu"-Restaurant hat jede Menge Atmosphäre. Das ehemalige Fischhaus wurde „Informationsbörse" genannt. Warum? Vor dem Haus stand eine Bank mit Blick zum Hafen, auf der die älteren Männer des Ortes über den Zustand der Welt lamentierten. Im Speisesaal mit den rissigen und durchgebogenen Bodendielen wird die Spezialität des Hauses serviert: Stockfisch. Wer ihn probieren möchte, sollte es genau hier tun. Auch das Lofoten-Lamm ist zu empfehlen.

Du Verden CAFÉ, RESTAURANT €€€
(✆ 76 07 09 75; www.duverden.net; Havnepromenaden; Mittagsbuffet 169 nkr, Hauptgerichte 160–325 nkr; ⏲ So–Do 11–23, Fr & Sa 11–1 Uhr) Mit einem Café im Erdgeschoss und einem formelleren Speiseraum im Obergeschoss ist dieses hervorragende Restaurant eine tolle Adresse für jede Gelegenheit. Der luftig-moderne Innenraum und die Terrasse mit Blick aufs Wasser sind ein perfekter Rahmen für die vielseitige Speisekarte, die von Sushi über Sandwichs bis hin zur Fischsuppe aus der Region alles bietet.

Anker Brygge NORWEGISCH €€€
(Kjøkkenet; ✆ 76 06 64 80; www.anker-brygge.no; Lamholmen; Hauptgerichte 310–345 nkr; ⏲ 16–23 Uhr) Das Anker Brygge sieht aus wie Großmutters Küche, war aber früher ein Schuppen zum Einsalzen von Fisch. Das herrlich gemütliche Lokal bietet traditionelle und empfehlenswerte Fischgerichte; Aushängeschild ist *boknafisk*: halb getrockneter Kabeljau mit Schmalz und Gemüse. Oder man probiert es mit gebratenen Dorschzungen ...

Ausgehen & Nachtleben

Styrhuset KNEIPE
(OJ Kaarsbøs gate 5; ⏲ So–Do 19–1, Fr & Sa 18–2.30 Uhr) Die älteste Kneipe in Svolvær ist voller dunkler Winkel, die von den Seeleuten längst vergangener Zeiten erzählen. Bei wichtigen Fußballspielen läuft der Fernseher.

Bryggabaren KNEIPE
(Lamholmen) Dieses gemütliche Lokal mit niedriger Balkendecke liegt im gleichen Block wie das Anker Brygge. An den Wänden hängen Werkzeuge in allen Farben, Formen und Größen. Die Bar ist ein Rettungsboot von einem polnischen Truppentransporter aus dem Zweiten Weltkrieg, das 1946 bei Svolvær angespült wurde. Zwischen Mai und September gibt's regelmäßig Livemusik, in anderen Monaten gelegentlich.

ÜBERNACHTEN NACH LOFOTEN-ART

Die beste Unterkunft auf den Lofoten ist nach wie vor das *rorbu* oder sein Verwandter, das *sjøhus*. Während man aber früher mit *rorbu* (Mehrzahl *rorbuer*) eine schäbige, winzige, rot gestrichene Fischerhütte bezeichnete, nennt man heute praktisch jedes ochsenblutrote oder ockerfarbene Gebäude aus Holz so – ob es sich nun um eine historische Hütte, eine einfache Ferienunterkunft oder ein schickes Maisonette-Apartment für Selbstversorger mit mehreren Zimmern und kompletter Ausstattung handelt.

Ein *sjøhus* (wörtlich „Meerhaus") war üblicherweise eine Gemeinschaftsunterkunft auf den Anlegern, wo die Arbeiter den Fang verarbeiteten und praktischerweise auch gleich essen und schlafen konnten. Während einige *sjøhus* diesen Charakter noch bewahrt haben, sind andere in touristische Sommerunterkünfte und Apartments umgebaut worden, meist von der schlichten und weniger teuren Sorte.

Daneben gibt es auch Spitzenhotels und superidyllische Campingplätze.

Während die Sommerpreise im übrigen Norwegen meist niedriger sind, gilt für die Lofoten das Umgekehrte: In den Hotels muss man damit rechnen, pro Zimmer mindestens 250 nkr mehr zu zahlen als in der übrigen Zeit. In den *rorbuer und sjøhus* ist der Unterschied nicht so groß.

Praktische Informationen

Bücherei (Vestfjordgata; Mo–Sa 11–15 Uhr) Kostenloses Internet und WLAN.

Touristeninformation (76 06 98 07; www.lofoten.info; Torget; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 9–22, Sa 9–20, So 10–20 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Infos zum gesamten Archipel.

Anreise & Unterwegs vor Ort

Vom kleinen Flughafen von Svolvær starten täglich bis zu sechs Flüge nach Bodø.

Die Küstenfähren der Hurtigruten legen in Svolvær an. Zwei weitere Schiffsrouten verbinden Svolvær mit dem Festland. Fahrplan und Reservierungen unter www.torghatten-nord.no:

Von/nach Skutvik (mit/ohne Auto 325/95 nkr, 1¾– 2Std., bis zu 10-mal tgl.) Die kürzeste und beliebteste Überfahrt (von Skutvik aus geht's mit dem Bus weiter nach Narvik).

Von/nach Bodø (366/183 nkr, 3½ Std.) Täglich eine Passagierschnellfähre mit Zwischenstopp in Skutvik (1Std.).

Praktische Busverbindungen:

Linie 8 von/nach Sortland auf Vesterålen (2¼ Std., 3- bis 5-mal tgl.) über Stokmarknes (1¾ Std.).

Bus 9 von/nach Leknes (1½ Std., 4- bis 6-mal tgl.), mit Anschluss nach Å (3½ Std.).

Lofotekspressen von/nach Narvik (4¼ Std., 2-mal tgl.).

Taxiruf (76 07 06 00).

Kabelvåg

Kabelvåg, 5 km von Svolvær entfernt, ist intim und gemütlich. Im Herzen des Ortes liegen ein kleiner Marktplatz und ein winziger Hafen. Der Ortsteil Storvågan (2 km abseits der E10 nach Süden) beherbergt ein verlockendes Trio von Museen und Galerien.

Sehenswertes & Aktivitäten

Hinter dem alten Gefängnis in Storvågen führt ein Pfad zu der Statue von König Øystein. Er ließ 1120 die ersten *rorbuer* als Unterkünfte für die Fischer bauen, die bis dahin unter ihren umgedrehten Booten schliefen. Da die Steuern auf den Export von Trockenfisch seine Haupteinnahmequelle waren, lag ihm daran, seine Fischer trocken und bei Laune zu halten.

Lofotmuseet MUSEUM
(www.lofotmuseet.no; Erw./Kind 80/30 nkr; Juni–Aug. 10–18 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Wo heute das bedeutendste Volkskundemuseum der Insel steht, lag wohl ursprünglich die erste Stadt der Arktis. Hier wurden die Überreste der frühesten *rorbuer* freigelegt. Der Hauptbau war einst das Wohnhaus des Händlers. Ein bequemer und reizvoller, 2 km langer **Kulturpfad** führt vom Museum ins Zentrum von Kabelvåg.

Lofoten Aquarium AQUARIUM
(Lofotakvariet; www.lofotakvariet.no; Erw./Kind 120/60 nkr; Juni–Aug. 10–18 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten, Dez. & Jan. geschl.) In diesem schlichten Aquarium tummeln sich Fische und Meerestiere aus den kalten, arktischen Gewässern. Für Kinder besonders beeindruckend ist die Fütterung der Robben und Seeotter (12, 15 und 18 Uhr). Außerdem wird fünfmal täglich eine Multimediashow gezeigt.

Galleri Espolin GALERIE
(☎ 76 07 84 05; www.galleri-espolin.no; Erw./Kind 70/30 nkr; ⏲ Jun–Mitte-Aug. 10–18 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Die Galerie zeigt die beeindruckenden Radierungen und Lithografien von Kaare Espolin-Johnson (1907–94), einem der größten norwegischen Künstler. Sein Werk ist umso bemerkenswerter, als er den Großteil seines Lebens blind war. Espolin liebte die Lofoten und verewigte neben anderen arktischen Themen oft die hiesigen Fischer in seinen Werken.

Kirche von Vågan KIRCHE
(www.lofotkatedralen.no; Villaveien 9; Eintritt 40 nkr; ⏲ Ende Juni–Mitte Aug. Mo–Sa 10–18, So 12–18 Uhr) Die Kirche aus dem Jahr 1898 ist die zweitgrößte Holzkirche in Norwegen. Sie erhebt sich über der E10 gleich nördlich von Kabelvåg. Sie wurde ursprünglich für die vielen Saisonfischer erbaut, aber heute überschreitet ihre Kapazität mit 1200 Sitzplätzen deutlich die Einwohnerzahl von Kabelvåg.

Northern Alpine Guides KLETTERN
(☎ 94 24 91 10; alpineguides.no; Havnegata 3) Klettertouren in den Lofoten im Sommer, Skiabenteuer im Winter.

Schlafen

3 km westlich von Kabelvåg liegen zwei großartige Campingplätze nebeneinander.

Ørsvågvær Camping CAMPINGPLATZ €
(☎ 76 07 81 80; www.orsvag.no; Auto-/Wohnwagenstellplatz 180/220 nkr, 4-Bett-Hütten 1000 nkr, 7-Bett-Meerhaus-Apt. 1400 nkr; ⏲ Mai–Sept.) Die meisten *rorbuer* und das Meerhaus liegen direkt am Fjord, die Aussicht ist herrlich. Der Platz hat einen Motorbootverleih (240/700 nkr pro Std./Tag).

Sandvika Fjord og Sjøhuscamp CAMPINGPLATZ €
(☎ 76 07 81 45; www.lofotferie.no; Auto-/Wohnwagenstellplatz 160/200 nkr, 4-Bett-Hütten 700–900 nkr, Meerhaus-Apt. 900 nkr) Küstenplatz mit eigenem, kleinem Strand. Hier kann man sich Motorboote leihen (ab 200 nkr pro Std.) oder zur Seekajaktour starten. Er hat deutlich mehr Platz als sein Nachbar.

Kabelvåg Vandrerhjem & Sommerhotell HOSTEL €
(☎ 76 06 98 80; www.hihostels.no; Finnesveien 24; B/EZ/DZ mit Gemeinschaftsbad 290/500/710 nkr, DZ mit Bad 995 nkr; ⏲ Juni–Anfang Aug.; @) Das Schulgebäude der Lofoten Folkehøgskole, weniger als 1 km nördlich des Zentrums, wird außerhalb des Schuljahres zum Hostel und Hotel. Es gibt Hostel-Zimmer mit einem, zwei und vier Betten und eine Gästeküche.

Kabelvåg Hotell HOTEL €€
(☎ 76 07 88 00; Kong Øysteinsgate 4; Sommer EZ/DZ 850/1250 nkr ; ⏲ Juni–Mitte Aug. & Ende Feb.–April) Das eindrucksvolle Sommerhotel auf einem kleinen Hügel nahe dem Zentrum von Kabelvåg wurde geschmackvoll im ursprünglichen Art-Déco-Stil renoviert. Aus den Zimmern geht die Aussicht auf die Berge oder den Hafen. Skifahrer und andere Wintersportfreunde schlagen hier ebenfalls ihr Lager auf.

Nyvågar Rorbuhotell HÜTTEN €€€
(☎ 76 06 97 00; http://www.classicnorway.no/hotell/nyvagar-rorbuhotell; Storvåganveien 22; 4-Bett-Rorbu inkl. Frühstück 2300 nkr) Dieses schicke, moderne Küstenhotel am Storvågan, unterhalb des Museumskomplexes, hat nichts Historisches. Doch seine durchweg modernen *rorbuer* sind hübsch und komplett ausgestattet. Gäste können hier auch Fahrräder und Motorboote mieten.

Essen & Ausgehen

Præstengbrygga KNEIPE, CAFÉ €€
(Torget; Hauptgerichte 130–175 nkr) In dieser netten Kneipe im Zentrum von Kabelvåg werden Sandwiches, Pizzas und gute Hauptgerichte serviert, darunter eine üppige Platte mit mariniertem Lachs, geräuchertem Walfleisch, Krabben und Salat. Im mit viel Holz ausgestatteten Inneren und auf der Terrasse am Kai gibt's für 35 nkr den ganzen Tag lang Kaffee (es wird kostenlos nachgeschenkt) und oft spielt Livemusik.

Lorchstua Restaurant NORWEGISCH €€€
(☎ 76 06 97 00; Hauptgerichte 195–389 nkr, 3-Gänge-Menüs 525 nkr; ⏲ Juni–Mitte Aug. 18–22.30 Uhr) Das viel gepriesene Hotelrestaurant Lorchstua unter der Leitung des Nyvågar Rorbuhotell gibt regionalen Spezialitäten eine ganz besondere Note, so kommt hier etwa gebackenes Heilbuttfilet mit Kabeljaupüree auf den Teller.

Henningsvær

Es ist eine angenehme 8 km lange Fahrt von der E10 aus Richtung Süden, immer die Küste entlang bis zum immer noch aktiven Fischerdorf Henningsvær am Ende einer schmalen Landzunge. Sein Spitzname „Venedig der Lofoten“ mag etwas hoch gegrif-

fen sein, aber dies ist mit Sicherheit der lockerste, lebendigste und trendigste Ort der Inselgruppe.

Sehenswertes & Aktivitäten

Ocean Sounds FORSCHUNGSZENTRUM
(91 84 20 12; www.ocean-sounds.com; Hjellskjæret; Erw./Kind 200 nkr/frei; Juli–Mitte Aug. 14–18 Uhr, Mai–Juni & Mitte Aug.–Okt. auf Nachfrage) Neben dem Henningsvær Bryggehotel liegt dieses gemeinnützige Forschungszentrum, das die sehr engagierte, junge Biologin Heike Vester geschaffen hat. Es bietet eine 45-minütige Multimedia-Vorführung über den Kabeljau, Wale und andere arktische Meeressäuger sowie eine unter die Haut gehende, halbstündige Diashow, ebenfalls über Wale und sonstige Meeressäuger in den Gewässern rund um Henningsvær.

Engelskmannsbrygga GALERIE
(www.engelskmannsbrygga.no; Dreyersgate 1; Mitte Juni–Mitte Aug. 10–20 Uhr, sonst Di–So 12–16 Uhr) GRATIS Der „Engländerkai" ist die Studiogalerie von drei talentierten hiesigen Künstlern: der Keramikerin Cecilie Haaland, des Naturfotografen und Wanderführers John Stenersen und des Glaskünstlers Kari Malmberg, bei dem Besucher sich manchmal selbst im Glasblasen versuchen können.

Lofotens Hus Gallery KUNSTGALERIE
(91 59 50 83; www.galleri-lofoten.no; Hjellskjæret; Erw./Kind & erm. 85/35 nkr; März–April 10–16 Uhr, Mai & 1. Septemberhälfte 10–19 Uhr, Juni–Aug. 9–19 Uhr, sonst nach Vereinbarung) Im Gebäude einer ehemaligen Fischverarbeitung wird hier eine schöne Sammlung aus dem sogenannten Goldenen Zeitalter der norwegischen Malerei (1870–1930) sowie Bilder des zeitgenössischen norwegischen Künstlers Karl Erik Harr gezeigt. Im Eintritt enthalten ist eine 18-minütige Diashow mit Fotos von Frank Jenssen, die zu jeder vollen Stunde vorgeführt wird. Sie zeigt die Menschen und Landschaften der Lofoten im Wechsel der Jahreszeiten und wird nur durch die kitschige Hintergrundmusik etwas verdorben.

Nordnorwegische Kletterschule KLETTERN
(Nord Norsk Klatreskole; 90 57 42 08; www.nordnorskklatreskole.no; Misværveien 10; März–Okt.) Diese Einrichtung bietet ein breites Spektrum an Kletter- und Skikursen an verschiedenen Orten in Nordnorwegen. Klettertouren für bis zu vier Personen mit einem erfahrenen Bergführer kosten ca. 2200 nkr.

Wer Anregungen sucht, kann auch im Wälzer *Lofoten Rock* von Chris Craggs und Thorbjørn Enevold, dem Leiter der Kletterschule, nachschlagen (leider nur auf Englisch). Diese Kletterbibel für die Lofoten gibt's im angeschlossenen Outdoorladen zu kaufen.

Lofoten Adventure OUTDOOR-TOUREN
(90 58 14 75; www.lofoten-opplevelser.no; Mitte Juni–Mitte Aug.) Zwischen Mitte Juni und Mitte August organisiert dieser Anbieter aus Henningsvær eine ganze Reihe von Abenteuertouren auf dem Meer, darunter eine **Seeadler-Safari** (14.30 Uhr, Erw./Kind 550/450 nkr, 1½ Std.), eine **Mitternachtssafari** (22 Uhr, 750 nkr, 2½ Std.) und eine **Schnorcheltour** (11 Uhr, 750 nkr, 2 Std., Ausrüstung wird gestellt).

Schlafen & Essen

Johs H Giæver Sjøhus og Rorbuer PENSION €
(76 07 47 19; www.giaever-rorbuer.no; Hellandsgata 79; Rorbuer/Meerhaus 650–1200/500–750 nkr) Von Mitte Juni bis Mitte August werden die Arbeiterunterkünfte in einem modernen Haus, das der örtlichen Fischfabrik gehört, an Besucher vermietet. Zu den gepflegten Zimmern für bis zu vier Personen gehören Gemeinschaftsbäder, eine große Küche und ein Essbereich; die Preise sind absolut angemessen. Der Fabrik gehören auch zehn *rorbuer* mit Bad im Zentrum.

★ **Henningsvær Suites** APARTMENTS €€
(40 17 33 45; www.henningsvarsuites.no; Suite 1190–2500 nkr; P) Jede Menge Platz, Licht und eine tolle Lage: Die beeindruckenden, geräumigen Suiten, teilweise mit Meerblick, sind eine tolle Option in Henningsvær – und eine gute Alternative zur Unterbringung im Hotel.

Henningsvær Bryggehotel HOTEL €€€
(76 07 47 19; www.henningsvaer.no; Hjellskjæret; EZ/DZ ab 1150/1650 nkr;) Ein schönes Hotel mit Blick über den Hafen – das beste am Platz. Das Haus ist modern – die Zimmer sind komfortabel und schick eingerichtet – und trotzdem im traditionellen Stil gebaut, sodass es sich harmonisch in die Nachbarschaft einfügt. Das prämierte Hotelrestaurant Bluefish ist so stilvoll wie das Hotel selbst. Es serviert „Arctic-Menu"-Gerichte und bereitet köstliche Sorbets aus frischen Beeren der Saison.

★Fiskekrogen RESTAURANT €€€
(☎ 76 07 46 52; www.fiskekrogen.no; Dreyersgate 29; Hauptgerichte 195–295 nkr, Mittagsgerichte 145–275 nkr; ⏲ Juni–Aug. So 13–16 & 18–23, Mo–Sa 18–23 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Das Hafenrestaurant am Ende einer Helling ist ein Lieblingsrestaurant der norwegischen Königsfamilie und das zweite Toprestaurant der Stadt. Ganz hervorragend schmeckt die Fischsuppe (195 nkr), die Speisekarte hat aber noch viel mehr zu bieten – von gebratenen Dorschzungen bis hin zu geräuchertem Wal.

Praktische Informationen

Die **Touristeninformation** (☎ 91 24 57 02; www.henningsvar.com; ⏲ Mitte Juni–Mitte Nov. Mo–Fr 10–18, Sa & So 11–16 Uhr) liegt neben dem Hauptparkplatz von Henningsvær.

An- & Weiterreise

Im Sommer pendeln Busse der Linie 510 montags bis freitags zehnmal täglich zwischen Svolvær (40 Min.), Kabelvåg (35 Min.) und Henningsvær. Am Wochenende fahren die Busse nur jeweils dreimal.

Vestvågøy

10 925 EW.

Generell gilt für diese zentrale Lofoteninsel: Eine Gegend ist umso reizvoller, je weiter sie von der Hauptstraße E10 entfernt liegt. Ausnahme von dieser Regel ist das Wikingermuseum. Fährt man geradewegs durch, kann man Vestvågøy innerhalb einer Stunde durchqueren. Man kann aber auch mühelos einen Tag damit verbringen, es zu erkunden.

Stamsund, ein Hafen der Hurtigruten, ist das schönste der traditionellen Fischerdörfer. Ein Abstecher nach Eggum und über den Ort hinaus wird mit tollen Aussichten belohnt.

Sehenswertes & Aktivitäten

Wikingermuseum Lofotr MUSEUM
(www.lofotr.no; Erw./Kind inkl. Führung Mitte Juni–Mitte Aug. 160/80 nkr, sonst 120/60 nkr; ⏲ Juni–Mitte-Aug. 10–19 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) 1981 stieß ein Bauer in Borg, nahe dem Zentrum von Vestvågøy, beim Pflügen auf die Überreste eines 83 m langen Wohnhauses aus der Wikingerzeit. Es gehörte einem mächtigen Wikingerfürsten und ist das größte Gebäude aus dieser Zeit, das je in Skandinavien gefunden wurde.

Das Wikingermuseum Lofotr, 14 km nördlich von Leknes, gibt einen Einblick in das Leben zur Zeit der Wikinger. Wenn man den 1,5 km langen Rundweg durchs offene Hügelland unternimmt, kommt man am nachgebauten Langhaus des Wikingerfürsten (dem Hauptgebäude, das wie ein auf den Kopf gestelltes Boot geformt ist) und an einem nachgebildeten Wikingerschiff unten am Wasser vorbei. Führer in adretten Wikingerkostümen kommentieren alles in mehreren Sprachen und in der Fürstenhalle erläutern Handwerker ihre Arbeit.

Der Bus zwischen Svolvær und Leknes kommt direkt am Eingang des Museums vorbei.

Galleri 2 GALERIE
(www.galleri2.no; Stamsund; Eintritt 20 nkr; ⏲ Juni–Aug. Di–So 12–16 & 19–21.30 Uhr, sonst mit Termin) Kaum 175 m vom Kai der Hurtigruten in Stamsund entfernt, etwas abseits der R 185, liegt die Galerie des Künstlers Scott Thoe. Sie zeigt neben maßstabsgetreuen Modellen seiner Großprojekte auch Arbeiten zeitgenössischer norwegischer Künstler.

Lofoten Gårdsysteri BAUERNHOF
(☎ 76 08 96 31; www.lofoten-gardsysteri.no; Unstadveien 235, Bøstad; ⏲ Mo–Sa 11–17 Uhr) An der Straße nach Saupstad liegt dieser schöne kleine Bio-Bauernhof mit seinen Ziegen, Schweinen und Hühnern, die vor allem bei Kindern auf Begeisterung stoßen. Alle anderen können sich auf dem Hof inkl. Käserei mit selbst angebauten Produkten, Käse, hausgemachter Wurst und Honig eindecken – die man dann gleich bei einem Picknick hinter Eggum genießen kann.

RADFAHREN AUF DEN LOFOTEN

Meist flache Straßen, traumhafte Landschaften und reizvolle Sehenswürdigkeiten in kurzen Abständen – die Lofoten lassen sich hervorragend mit dem Fahrrad erkunden.

Eine unser Lieblingsstrecken ist die Kaiser-Route (S. 311). Ebenfalls empfehlenswert ist die 63 km lange Strecke von Henningsvær nach Stamsund: Die wenig befahrene Straße führt durch überwältigende Landschaften und vorbei an ruhigen Stränden.

Weitere Streckentipps liefern das Tourismusbüro (S. 313) und die dort erhältliche Broschüre *Hjulgleder* zum Radfahren auf den Lofoten.

STORVÅGAN-KOMBITICKET

Mit dem Kombiticket (Erw./Kind 180/75 nkr) geht's ins Lofoten-Museum, ins Lofoten-Aquarium und in die Galleri Espolin. Alle drei liegen in Storvågan und sind bequem zu Fuß zu erreichen.

Wanderung von Unstad nach Eggum

WANDERN

Eine beliebte Wanderung verbindet zwei winzige Dörfer an der Westküste der Insel. Der 9 km lange Küstenpfad schlängelt sich über mehrere Landzungen – vorbei an einem einsamen Leuchtturm, an herrlichen Küstenlandschaften und an den Ruinen einer Seefestung. Eggum und Unstad liegen beide ungefähr 9 km von der Hauptstraße entfernt; die Busverbindungen sind spärlich.

Vorsicht nach Regenfällen! Besonders um Unstad kann der Wanderweg matschig und rutschig sein. Einen Busfahrplan bekommt man eventuell im Tourismusbüro in Svolvær, man sollte sich allerdings nicht darauf verlassen.

Schlafen & Essen

Justad Rorbuer og Vandrerhjem

HOSTEL €

(☎ 76 08 93 34; www.hihostels.no/stamsund; B/EZ/DZ mit Gemeinschaftsbad 160/325/460 nkr, 4-Bett-Hütten ab 600 nkr; ⏲ März–Mitte Okt.) Die HI-Jugendherberge der Insel ist 1,2 km vom Kai der Hurtigruten in Stamsund entfernt und hat Stammgäste, die jedes Jahr kommen (einer war schon mehr als 50-mal hier). Also: Reservieren! Sie befindet sich direkt am Wasser in einem alten Fischereikomplex. Der freundliche Besitzer Roar Justad informiert über Wanderrouten vor Ort, vermietet Fahrräder (ab 100 nkr pro Tag) und verleiht sogar kostenlos Ruderboote sowie Angelleinen.

Brustranda Sjøcamping

CAMPINGPLATZ €

(☎ 76 08 71 44, 916 28 682; www.brustranda.no; Rolvsfjord; Auto-/Wohnwagenstellplatz 160/180 nkr, 4-Bett-Hütten 500–1400 nkr; ⏲ Mitte Mai–Aug.) Rund um einen kleinen Hafen am Meer erstreckt sich dieser schön gelegene und gepflegte Platz 14 km nordöstlich von Stamsund an der Rv815.

Skjærbrygga Sjøhus

CAFÉ, NORWEGISCH €€€

(☎ 76 05 46 00; Hauptgerichte abends 215–345 nkr; ⏲ einfache Gerichte ab 11.30 Uhr, Abendessen 17–22 Uhr) Direkt am Wasser in Stamsund liegt dieses große, aber gemütliche Lokal mit den niedrigen Deckenbalken. Es bietet eine knappe Abendkarte (drei Vorspeisen, drei Fisch- und zwei Fleischgerichte), die aber regionale Delikatessen wie geräucherten Wal und zartes Lofotenlamm umfasst.

Praktische Informationen

Die **Touristeninformation** (☎ 76 08 75 53; Storgata 31; ⏲ Mitte Juni–Anfang Aug. Mo–Fr 9–19, Sa & So 10–14 Uhr, sonst Mo–Fr 9–16 Uhr) der Insel Vestvågøy versteckt sich im Erdgeschoss des Einkaufszentrums Lofotensentret in der farblosen Stadt Leknes.

An- & Weiterreise

Bis zu acht Flüge täglich verbinden Leknes mit Bodø. Außerdem hat Leknes Busverbindungen mit Å (1¾ Std., 4- bis 5-mal tgl.), Stamsund (25 Min., 3- bis 7-mal tgl.) und Svolvær (1½ Std., 4- bis 6-mal tgl.). Stamsund ist der Hafen der Insel, den die Küstenfähren der Hurtigruten anfahren.

Flakstadøy

1535 EW.

Die meisten Bewohner von Flakstadøy haben es sich an der flachen Nordküste rund um den Ort Ramberg bequem gemacht, die dramatischere Landschaft hat jedoch genau wie auf Vestvågøy die felsige Südküste zu bieten. Viele Reisende zischen einfach durch, aber es lohnt sich, anzuhalten und ein Sonnenbad zu nehmen (Sandstrände sind auf den Lofoten die Ausnahme) und vielleicht auch einen Abstecher zum pittoresken Dorf Nusfjord einzuplanen.

Nusfjord

Ein spektakulärer, 6 km langer Abstecher von der E10 nach Süden schlängelt sich unter hoch aufragenden, kahlen Felsklippen nach Nusfjord (www.nusfjord.no), ein kitschig-süßes Dorf mit einem winzigen, geschützten Hafen. Für viele Künstler verkörpert dieser Ort die Quintessenz der Lofoten – aber für viele Reiseveranstalter auch! Das bedeutet: 50 nkr kostet es, nur durch den Ort zu spazieren, und weitere 50 nkr, das zwölfminütige Video *The People & The Fish* über Vergangenheit und Gegenwart von Nusfjord zu sehen. Im Dorfladen, der vor Kurzem 100 Jahre alt geworden ist, sind die oberen Regalböden gefüllt mit historischen Dosen, Flaschen und Schachteln. Die aktuellen Waren sind darunter einsortiert. Dann gibt's im Ort noch eine alte Lebertranfabrik, ein Bootshaus und eine

Gruppe *rorbuer*, die aber meist neueren Datums sind und größtenteils ab 1260 nkr pro Nacht angeboten werden.

Für eine perfekte Postkarten-Ablichtung des Nusfjord, wie man sie überall auf der Insel findet, muss man den felsigen Hügel – oberhalb des geschlossenen Endes des kleinen Hafens – erklimmen. Achtung: Nach Regenfällen kann der Weg rutschig sein.

Parkmöglichkeiten gibt's auf einem Hügel am Ortseingang.

Ramberg & Flakstad

Ein Halbrund aus tropisch weißem Sand an einer leuchtend blaugrünen Bucht mit schneebedeckten arktischen Gipfeln im Hintergrund – so sehen die Strände von Ramberg und Flakstad an der Nordküste von Flakstadøy aus, wenn die Sonne scheint. Wer einen solchen Tag erwischt, dem wird zu Hause keiner glauben, dass die Urlaubsschnappschüsse von einem Ort nördlich des Polarkreises stammen. Man glaubt es aber sofort, wenn man den großen Zeh ins Wasser hält.

Sehenswertes

Kirche von Flakstad KIRCHE
(geführte Touren Erw./Kind 40 nkr/frei; Ende Juni–Ende Juli 11–15 Uhr) Etwas zurückgesetzt vom Flakstader Strand und heute nicht mehr direkt an der E10, ragt der rote Zwiebelturm der Kirche von Flagstad in die Höhe. Sie wurde 1780 erbaut, aber im Laufe der Jahre umfangreich restauriert. Das ursprünglich verwendete Holz wurde größtenteils von sibirischen Flüssen, die in Richtung Arktis strömen, aus dem Boden gerissen und hier als Treibholz angeschwemmt.

Sund Fiskerimuseum MUSEUM
(www.sundfiskerimuseum.no; Erw./Kind 80/10 nkr; Mitte Mai–Aug 10–16 oder 18 Uhr) In einem der dämmerigen Schuppen dieses Fischereimuseums im Dorf Sund, 10 km südlich von Ramberg, ist eine erstaunliche Ansammlung von Booten, Tauwerk und Schwimmern zu sehen. Ein weiterer Schuppen birgt ein nicht näher erläutertes, aber faszinierendes Sammelsurium von Töpfen, Pfannen, Skiern, alten Röhrenradios und dergleichen. Tor-Vegard Mørkved, der junge Museumsschmied, hämmert Kormorane aus Eisen.

Glasshytta GALERIE
(76 09 44 42; Mai–Aug. 10–19 Uhr) Sehr lohnend ist ein 4 km langer Abstecher von der E10 auf Höhe Vareid, nördlich von Flaskstad, nach Vikten, wo man die Galerie des Glasbläsers Åsvar Tangrand besuchen kann. Er hat die allgegenwärtige Lofoten-Rune entworfen, das siebenzackige Logo der Region, das an ein Langboot erinnert.

Schlafen & Essen

Ramberg Gjestegård CAMPINGPLATZ €
(76 09 35 00; www.ramberg-gjestegard.no; E10; Auto-/Wohnwagenstellplatz 170/200 nkr, Hütte 950–1400 nkr) Der einladende Campingplatz direkt am Strand vermietet Fahrräder, Kajaks, Ruderboote und sogar Motorboote, um die Insel zu erkunden. Das zu Recht beliebte „Arctic-Menu"-**Restaurant** (Hauptgerichte 220–295 nkr) serviert hauptsächlich Fischgerichte und sein eigenes, hervorragendes Flakstad-Menü (Kabeljau, Lammbraten und zum Nachtisch Rhabarberkompott). Auch preisgünstigere Tagesgerichte stehen auf der Karte.

Praktische Informationen

Flakstadøys saisonale **Touristeninformation** (76 09 31 10; henkirk@online.no; Mitte Mai–Aug. 9–19 Uhr) ist in der Galleri Steinbiten in Ramberg zu finden.

Moskenesøy

1225 EW.

Die 34 km lange Insel Moskenesøy ist die südlichste Insel der Lofoten. Wie ihr schroff

REITEN AUF DEN LOFOTEN

Wer die Schönheit der Lofoten auf dem Rücken eines Pferdes genießen möchte, kann sich an einen dieser empfehlenswerten Anbieter wenden:

Hov Hestegård (91 76 98 09, 76 07 20 02; www.hovhestegard.no; Gimsøysand; 1 Std./2 Std./halber Tag/ganzer Tag Wanderreiten pro Pers. ab 450/850/1250/1950 nkr; Mai–Nov.) Schöne Reittouren auf der kleinen Insel Gimsøya. Sie liegt zwischen Vestvågøy und Austvågøy und ist über die E10 erreichbar.

Lofothest (45 47 33 55, 40 64 00 75; www.lofothest.no; Valbergsveien 966, Rolvsfjord; 3-/5-stündige Ausritte pro Pers. ab 1250/1950 nkr; Mai–Nov.) Dreistündige bis zweitägige Exkursionen von Rolvsfjord aus entlang der Rv815 nördlich von Stamsund über die Insel Vestvågøy.

ABSTECHER

ABSEITS DER E10

Die E10 schlängelt sich durch das Herz der Insel Vestvågøy. Doch es gibt eine noch reizvollere Alternative: die viel weniger befahrene und kaum längere Rv815, die gleich hinter der Brücke von Vestvågøy nach Südwesten abzweigt und nach 28 km bei Leknes wieder auf die E10 trifft. Sie folgt größtenteils der Küste, während auf der anderen Seite im Landesinneren karge Berge aufragen.

gezackter vulkanischer Bergrücken aus dem Meer aufragt, könnte der Fantasie Tolkiens entsprungen sein. Sie ist ein Eldorado für Bergsteiger, doch einige der engen Schluchten und Gipfel der zerklüfteten Insel sind auch für Bergwanderer zugänglich – auch ihr höchster Punkt, der Hermannsdalstind (1029 m).

Aktivitäten

Der umfassende *Moskenes Guide* enthält Vorschläge für 14 Wanderungen, die eine bis zehn Stunden dauern. Unerlässlich dazu: die Karte *Lofoten* vom Staten Kartverk im Maßstab 1:100 000.

Zwischen Juni und Mitte August ist **Hochseeangeln** (ab 650 nkr) mit traditionellen Langleinen und Handleinen auf drei- bis vierstündigen Ausflügen möglich. Die *Hellvåg* schippert von Å aus los, die *Carina* ab Reine. Für Angler an Bord ist fette Beute beinahe garantiert. Beide Schiffe laufen im Winter zum Kabeljaufang aus. Weitere gute Angelgründe der Insel bieten u. a. der Reinefjord bei Nusfjord und die Gewässer nahe dem Mahlstrom bei Å.

Auf dem Meer kann man wunderbar **Vögel beobachten** und in der Saison mit Glück auch **Wale**, wobei diese aufgrund sinkender Heringsbestände seltener werden.

Praktische Informationen

Moskenesøys **Touristeninformation** (☎ 76 09 15 99; www.lofoten-info.no; ⏲ 9–19 oder 10–17 Uhr) befindet sich am Hafen von Moskenes. Sie gibt den kostenlosen *Moskenes Guide* heraus, hat Internetanschluss und bucht verschiedene Führungen und Aktivitäten.

An- & Weiterreise

Autofähren verkehren im Sommer fünf- bis sechsmal täglich (in der übrigen Zeit seltener) zwischen Moskenes und Bodø (Auto mit Fahrer/weiterer Passagier 597/167 nkr, 3½ Std.). Wenigstens eine pro Tag läuft die kleinen südlichen Lofoteninseln Røst und Værøy an.

Im Sommer verbinden vier bis fünf Busse pro Tag Leknes mit Å (1¾ Std.). Sie halten in allen größeren Dörfern an der E10.

Å

Am südlichen Ende von Moskenesøy und damit der Lofoten liegt das bezaubernde Dörfchen Å (passenderweise ist das zugleich der letzte Buchstabe im norwegischen Alphabet), ein altes, gut erhaltenes Fischerdorf mit vielen roten *rorbuern* an der Küste, Gestellen zum Trocknen von Kabeljau und Postkartenidyllen hinter jeder Wegbiegung. Å ist schon ein fast feudaler Ort, der zwischen zwei Familien aufgeteilt ist und heute vor allem vom Tourismus lebt, früher aber ein wichtiger Fischereihafen war (bis zum Zweiten Weltkrieg wurden hier mehr als 700 000 Kabeljaus zum Trocknen aufgehängt).

Wer dem Ort einen Gefallen tun will, lässt sein Auto auf dem Parkplatz hinter dem kurzen Tunnel stehen und geht zu Fuß.

Sehenswertes

Norsk Fiskeværsmuseum MUSEUM
(Norwegisches Fischerei-Museumsdorf; Erw./Kind 70/35 nkr; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. 10–18 Uhr, sonst Mo–Fr bis 15.30 Uhr) Das Norsk Fiskeværsmuseum besteht aus 14 Boots- und Lagerhäusern, Fischerhütten, Bauernhäusern und Handelsgebäuden aus dem 19. Jh. Zu den Highlights (ein englisches Infoblatt gibt's an der Rezeption) gehören die älteste Trankocherei in Europa, wo man einen Schluck der Hausmarke probieren und gleich eine Flasche kaufen kann – zur Abwehr des winterlichen Schnupfens; außerdem die Schmiede, wo bis heute Lampen hergestellt werden, die mit Kabeljauleberöl brennen; die noch aktive Bäckerei von 1844; die alten *rorbu* mit originaler Einrichtung; und ein paar traditionelle Lofoten-Fischerboote.

Lofoten Tørrfiskmuseum MUSEUM
(Erw./Kind 60/40 nkr; ⏲ Juni–Aug. 11–16 oder 17 Uhr) Das Lofoten-Stockfischmuseum ist in einem ehemaligen Fischlagerhaus untergebracht. Hier begrüßt Steinar Larsen, der enthusiastische und vielsprachige Besitzer, seine Gäste persönlich. Die Sammlung ist sein Hobby und illustriert bestens den traditionellen Broterwerb auf den Lofoten: Fang und Trocknen des Kabeljaus für den Export, ins-

besondere nach Italien. Schautafeln, Exponate und eine DVD erläutern den Prozess Schritt für Schritt: vom Einholen der Netze über das Trocknen und Sortieren bis hin zum Versand.

Moskenesstraumen AUSSICHTSPUNKT
Hinter dem Campingplatz am südlichen Ende von Å hat man von einem Berghang einen ausgezeichneten Blick übers Meer hinweg auf die Insel Værøy. Die gewaltigen **Strudel**, die der Gezeitenstrom zwischen den beiden Inseln hervorruft, wurden erstmals vor 2000 Jahren von dem alten Griechen Pytheas beschrieben und tauchten später auf fantasievollen, frühen Seekarten als Angst einflößende Ungeheuer auf. Sie inspirierten auch die Geschichten von Jules Verne und Edgar Allan Poe. Der Strudel soll immer noch zu den gefährlichsten Gewässern der Welt gehören.

Schlafen & Essen

Moskenesstraumen Camping CAMPINGPLATZ €
(☎ 76 09 11 48; Zelte für 1/2/3 Pers. 10/160/200 nkr, Wohnwagen 220 nkr, 2-/4-Bett-Hütten ab 500/750 nkr, mit Bad 750/850 nkr; ⏲ Juni–Aug.) Der fantastische Platz auf den Klippen gleich südlich des Dorfs bietet kleine, ebene Grasflächen zwischen den Felsblöcken. Auch von den Hütten hat man einen großartigen Ausblick, der an klaren Tagen bis zum Festland reicht.

Å-Hamna Rorbuer & Vandrerhjem PENSION €
(☎ 76 09 12 11; www.lofotenferie.com; Å; Pension B/EZ/DZ/3BZ 250/300/570/750 nkr, 4- bis 8-Bett-Rorbuer mit Bad 1000–1400 nkr) Ob schlicht oder etwas komfortabler – hier lässt es sich gut schlafen. Seit Kurzem gehört diese Unterkunft zum HI-Netzwerk. Die Schlafräume liegen direkt über dem Tørrfiskmuseum und in einer ruhigen Villa im Park des Museums. Wer gern mehr Platz für sich allein hat, ist mit den renovierten Fischerhütten bestens bedient. Außerhalb des Hochsommers fallen die Preise rapide.

Å Rorbuer HÜTTEN €€
(☎ 76 09 11 21; www.a-rorbuer.com; B 800–1100 nkr, Apt. 1750–2000 nkr) Die *rorbuer* sind überall im Dorf in den historischen Gebäuden von Å verteilt. Die teureren sind komplett ausgestattet und mit Antiquitäten eingerichtet. Die gepflegten, aber schlichten Zimmer im neuen Meerhaus oberhalb des Restaurants Brygga müssen ohne eigenes Bad auskommen – trotz der gesalzenen Preise.

Brygga Restaurant FISCHRESTAURANT €€€
(☎ 76 09 11 21; Hauptgerichte 195–349 nkr, Mittagsangebote ab 150 nkr; ⏲ Juni–Sept.) Dieses Lokal über dem Wasser ist das beste Restaurant in Å. Und wie es sich für ein so traditionelles Fischerdorf gehört, finden sich auf der Karte hauptsächlich Flossentiere.

Sørvågen

Norsk Telemuseum MUSEUM
(Erw./Kind 40/20 nkr; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. 11–17 Uhr) Das Norwegische Telekommunikationsmuseum präsentiert sich als Studie zum Thema „Kabeljau und Kommunikation". Das mag auf den ersten Blick etwas absurd klingen, doch tatsächlich erinnert das kleine Museum an einen gewaltigen Fortschritt in der Technik des Fischfangs. 1906 wurde in dieser winzigen Gemeinde Norwegens zweite Funktelefonstation eingerichtet. Von jenem Tag an konnten Wetterwarnungen schnell weitergegeben werden und die Fischerboote konnten untereinander kommunizieren, Köderboote anrufen und weitergeben, wohin die Schwärme zogen.

Maren Anna FISCHRESTAURANT €€€
(☎ 76 09 20 50; www.marenanna.no; Sørvågen; Hauptgerichte abends 275–325 nkr, Mittagsgerichte 125–215 nkr) Kneipe, Restaurant und Café in einem: Auf den Teller kommt überwiegend

ARCTIC MENU

Gourmets sollten in Nordnorwegen unbedingt jene Restaurants aufsuchen, die dem „Arctic-Menu"-Netzwerk angeschlossen sind. Die Mitglieder – von kleinen Familienbetrieben bis zu Restaurants von Hotelketten – kochen traditionelle norwegische Gerichte und/oder verwenden natürliche Zutaten aus der Region. Das kann eine Soße sein, in der einheimische Beeren schmurgeln, ein Wandersaibling (eine Art Lachsfisch) aus dem eisigen Wasser der Umgebung, Rentier, Seehund, Wal oder natürlich Kabeljau – jedes noch so kleine Stückchen davon, vom nahrhaften Fleisch bis zu den hiesigen Delikatessen wie Backen, Rogen, Leber, Magen oder Zunge. Auf der Website des Programms (www.arktiskmeny.no) sind alle Teilnehmer (mindestens 35) verzeichnet, und in manchen Touristeninformationen gibt es eine entsprechende Broschüre.

Fisch, der täglich frisch direkt im Hafen gekauft wird. Für einen Fensterplatz mit Blick hinunter auf die Fischerboote und den „kleinsten Strand Norwegens“ ist Reservierung ratsam. Ganz in der Nähe gibt es auch ein paar Gästezimmer (EZ/DZ 550/850 nkr) und zwei *rorbuer* für fünf bis neun Personen (ab 1400 nkr).

Moskenes

Moskenes Camping CAMPINGPLATZ€
(99 48 94 05; www.moskenescamping.no; Zelt-/Wohnwagenstellplatz 140/220 nkr; Mai–Aug.) Der einzige Zeltplatz von Moskenes liegt supergünstig (nur 400 m vom Fährterminal) in kahler Landschaft, aber mit schöner Aussicht aufs Meer. Der Untergrund ist kiesig, aber es gibt auch Grasflächen für die Zelte. Die Anlage wird ständig auf Vordermann gebracht; schließlich gehört sie auch einem Tischler.

Reine & Umgebung

Reine ist ein gesichtsloser Ort, aber ehrlich: Von oben sieht er einfach großartig aus – an der stillen, friedlichen Lagune und vor der Kulisse der steilen Felswand des Reinebringen. Ein schöner Blick bietet sich von der Straße aus, die von der E10 zum Ort hinunterführt.

Im Sommer pendelt die **MS Fjordskyss** (www.reinefjorden.no; Erw./Kind hin und zurück 160/80 nkr; alle 25 Min., 3-mal tgl.) zwischen Reine und Vindstad über den reizvollen Reinefjord. Von Vindstad führt eine einstündige Wanderung über den Kamm zur verlassenen Strandsiedlung **Bunes** im Schatten des 610 m hohen Felsens Helvetestind.

Aqua Lofoten Coast Adventure AS SCHIFFSTOUR
(www.aqualofoten.no; Erw./Kind ab 800/500 nkr) Von Juni bis Mitte August organisiert Aqua-Lofoten dreistündige Bootstouren zu den fischreichen Strudeln am Moskstraumen sowie zu anderen Sehenswürdigkeiten in der Nähe. Schnorcheln und Angeln sind ebenfalls möglich.

Eliassen Rorbuer HÜTTEN€€
(76 09 23 05; www.rorbuer.no; Hamnøy; Rorbuer ab 990 nkr; P) 26 prächtige, runderneuerte *rorbuer* in der Nähe von Reine, teils mit tollem Blick, machen die Auswahl schwer. Für diese muss man sich aber sowieso Zeit lassen, die Website ist langsam. Geduld zahlt sich auf jeden Fall aus.

Sakrisøy

Puppen- und Spielzeugmuseum MUSEUM
(Dagmars Dukke og Leketøy Museum; 76 09 21 43; www.lofoten.ws; Erw./Kind 60/30 nkr; Mai & Sept. 10–18 Uhr, Juni–Aug. 10–30 Uhr, sonst nach Vereinbarung) In Sakrisøy hat Dagmar Gylseth in mehr als 20 Jahren über 2500 Puppen, alte Teddybären und historisches Spielzeug zusammengetragen, die sie in ihrem Puppen- und Spielzeugmuseum präsentiert. Im Stockwerk darüber ist ein Antiquitätengeschäft.

Sakrisøy Rorbuer HÜTTEN€€
(76 09 21 43; www.lofoten.ws; Hütte 1050–1950 nkr) Hütten von Sakrisøy Rorbuer reserviert man im Puppen- und Spielzeugmuseum. Der recht authentische Komplex ockerfarbener Hütten liegt über dem Wasser. Motorboote werden ebenfalls vermietet.

Sjømat CAFÉ€
(900 61 566; Mitte Juli–Aug. 10–16 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Ein Tipp für Selbstversorger: Der Fischladen Sjømat gegenüber dem Puppenmuseum ist berühmt für seine Fischfrikadellen, Lachsbrötchen, Garnelen und – nur Mut! – Möweneier.

Hamnøy

Hamnøy Mat og Vinbu NORWEGISCH€€€
(76 09 21 45; Hamnøy; Hauptgerichte 175–295 nkr; Ende Mai-Anfang Sept.) Das einladende Restaurant wird von drei Generationen einer Familie geführt. Es genießt einen guten Ruf für seine regionalen Spezialitäten wie Stockfisch und Dorschzungen. Die Großmutter ist für die traditionellen Gerichte zuständig – ihre Fischfrikadellen sind ein Gedicht – und ihr Sohn ist der Küchenchef. Der Fisch kommt täglich vom kaum 100 m entfernten Hafen.

Südliche Inseln

Diese beiden abgelegenen Inseln sind ideal, um Vögel zu beobachten. Sowohl Værøy (bergig und zerklüftet) als auch Røst (flach wie ein Pfannkuchen) bieten gute Wandermöglichkeiten und relative Einsamkeit für die sonst touristischen Lofoten.

Værøy

570 EW.

Die wenigen Bewohner dieser kaum 8 km langen, felsigen Insel werden zahlenmäßig weit überflügelt von den mehr als 100 000

Meeresvögeln, die hier nisten – Eissturmvögel, Basstölpel, Küstenseeschwalben, Lummen, Möwen, Seeadler, Papageientaucher, Dreizehenmöwen, Kormorane, Sturmvögel und viele, viele mehr. Die Insel ist ein herrlicher Mix aus weißen Sandstränden, hoch aufragenden Graten, winzigen Dörfern, Granitklippen und glitzerndem Meer.

Sehenswertes & Aktivitäten

Wanderrouten führen zu den meisten großen **Seevogelkolonien**. Der beliebteste und landschaftlich schönste Weg beginnt am Ende der Straße rund um den Norden der Insel, ungefähr 6 km von Sørland entfernt und 300 m hinter der ehemaligen Landebahn. Er führt Richtung Süden entlang der Westküste über die Eidet-Landenge zum weitgehend verlassenen Fischerdorf **Måstad** an der Ostküste. Dort lebten früher 150 Menschen vom Fleisch und den Eiern der Papageientaucher.

Trainierte Wanderer, die eine Herausforderung suchen, können sich am steilen Anstieg von Måstad zur Spitze des **Måhornet** (431 m) verausgaben; Wegzeit ungefähr eine Stunde in jeder Richtung. Alternativ kann man vom Anleger in Sørland der Straße bergauf folgen (oder vielleicht doch den interessanteren Weg über den Grat nehmen) bis zur Nato-Einrichtung in Håen (438 m).

Schlafen

Gamle Prestegård PENSION €€

(Old Vicarage; ☎ 76 09 54 11; www.varoyrhs.com; EZ/DZ mit Gemeinschaftsbad 495/830 nkr, mit Einzelbad 595/930 nkr) Værøys bester Tipp für Unterkunft und Essen liegt auf der Nordseite der Insel. Es ist das große Haus neben der Kirche mit einem Fahnenmast im Garten. Dort, wo ein Pfarrhaus eben hingehört.

Praktische Informationen

Die **Touristeninformation** (☎ 75 42 06 00; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 9–15 Uhr) ist im Rathaus von Sørland, dem Hauptort der Insel, untergebracht.

An- & Weiterreise

Die Autofähre verkehrt täglich außer samstags ab Bodø (Passagier/Auto 167/597 nkr), direkt oder via Moskenes. Die Fähre verbindet auch Værøy mit Røst (Passagier/Auto 93/321 nkr).

Lufttransport (☎ 75 43 18 00; www.lufttransport.no; einfach 845 nkr) fliegt von Februar bis Oktober ein- oder zweimal täglich mit dem Hubschrauber zwischen Bodø und Værøy.

Røst

625 EW.

Die 365 Inseln und Schären von Røst (eine für jeden Tag) bilden den fransigen Südrand der Lofoten. Røst unterscheidet sich deutlich von den zerklüfteten Nachbarinseln weiter nördlich. Ohne den kleinen Huckel in der Mitte wäre die mit Teichen übersäte Hauptinsel Røstlandet völlig flach. Die Inselgruppe im Herzen des Golfstroms genießt ein für norwegische Verhältnisse mildes Klima und zieht 2,5 Mio. Seevögel an, die in großen Kolonien in den Klippen der äußeren Inseln nisten.

Einen ungewöhnlichen Einblick ins mittelalterliche Leben auf der Insel verschafft einem der Bericht eines venezianischen Händlers, der hier einst Schiffbruch erlitt. 1432 wurde Pietro Querini in Sandøy an Land gespült. Angeblich soll er den Stockfisch in Italien eingeführt haben. Alles nachzulesen auf einem Infoblatt der Touristeninformation.

Geführte Touren

Von Juni bis Mitte August organisiert Kårøy Rorbucamping fünfstündige **Bootstouren** (Erw./Kind 400/200 nkr) mit der *M/S Inger Helen* zu mehreren Vogelfelsen, darunter Vedøy mit seiner Möwenkolonie. Wenn das Wetter es zulässt, legt das Schiff an, damit die Passagiere zum Leuchtturm von Skomvær (erbaut 1887) spazieren oder etwas angeln können (Leinen werden zur Verfügung gestellt).

Schlafen & Essen

Kårøy Rorbucamping CAMPINGPLATZ €

(☎ 76 09 62 38; www.karoy.no; pro Pers. 200 nkr; ⏲ Mai–Mitte Sept.; @) Die Zimmer dieses authentischen *rorbu* ohne eigenes Bad auf der winzigen Insel Kårøy bieten Platz für zwei, vier oder sechs Personen. Für Selbstversorger gibt's Kochgelegenheiten. Man kann kostenlos ein Ruderboot leihen. (Das Motorboot kostet allerdings etwas.) Man muss von der Fähre aus anrufen, um per Boot abgeholt zu werden.

Røst Bryggehotel HOTEL €€

(☎ 76 05 08 00; www.rostbryggehotell.no; DZ Juli–Mitte Aug. 850 nkr, sonst 1000 nkr) Das moderne Hotel im traditionellen Stil liegt direkt am Hafen. Es hat 16 komfortable Doppelzimmer und vermietet Fahrräder, Boote und Angelausrüstung. Ein Restaurant gehört auch dazu.

Querini Pub og Restaurant KNEIPE, RESTAURANT €€

(☎ 76 09 64 80; Hauptgerichte ab 150 nkr; ⏲ Juni–Aug. 18–24 Uhr) Dieses Lokal ist benannt nach

dem schiffbrüchigen Kaufmann aus Venedig – ein guter Tipp unter Røsts wenigen Restaurants.

Praktische Informationen

Røsts **Touristeninformation** (454 92 186; Mitte Juni–Mitte Aug.) liegt einen kurzen Fußweg vom Fähranleger entfernt.

An- & Weiterreise

Nach Bodø und Leknes gehen Flieger. Røst und Værøy werden von der Autofähre zwischen Bodø (Passagier/Auto 203/736 nkr) und Moskenes (Passagier/Auto 142/507 nkr) angelaufen.

VESTERÅLEN

Zwar ist die Landschaft nicht so spektakulär wie auf den Lofoten, doch die Vesterålen sind viel unberührter. Und die bewaldete Bergregion der Insel Hinnøya ist ein absolut einzigartiges Fleckchen an der im Allgemeinen baumlosen norwegischen Nordküste. Das Buch *Begegnung mit Vesterålen – Kultur, Natur und Geschichte* (170 nkr) bietet eine gute Einführung zu der Region, ihren Sehenswürdigkeiten und Wanderwegen. Es ist bei jeder Touristeninformation erhältlich.

Hadseløya

7950 EW.

Die Verbindung der Vesterålen zu den Lofoten stellt die südlichste Insel Hadseløya her – per Fähre vom Hafen Melbu nach Fiskebøl auf Austvågøy. Der andere größere Ort, Stokmarknes, ist ein beschaulicher Marktflecken, vor allem bekannt als Herkunftsort der Hurtigruten-Küstenfähren.

Praktische Informationen

Die **Touristeninformation** (76 16 46 60; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Sa 10–17, Sa & So 11–16 Uhr) befindet sich am Hafen von Stokmarknes.

An- & Weiterreise

Die Hurtigruten-Fähren machen immer noch einen Abstecher, um in ihrem Heimathafen Stokmarknes anzulegen.

Busse verkehren an Wochentagen mehrmals, an Wochenenden zweimal täglich zwischen Melbu und Stokmarknes.

Melbu

Nach Melbu kommt man vor allem, weil hier die Fähre nach Fiskebøl auf den Lofoten ablegt. Von Fiskebøl aus sind es nur 32 km nach Svolvær.

Norwegisches Fischindustriemuseum

MUSEUM

(Norsk Fiskerindustrimuseum; www.nofi.museum.no; Neptunveien; Erw./Kind 60 nkr/frei; Mo–Fr 9–15 Uhr) In einer ehemaligen Heringsölfabrik (ihrer nackten Funktionalität zum Trotz mit dem romantischen Namen Neptun) befindet sich das norwegische Fischindustriemuseum. Hier begleitet man einen Fisch auf seinem Weg aus der Tiefsee bis auf den Küchentisch. Für Kinder gibt es eine besondere Ausstellung über das Leben auf dem Meeresgrund und schöne Fotografien von Seeadlern. Man findet das Museum am Hafen ge-

NORDLANDBOOTE

Auf Reisen durchs Nordland trifft man früher oder später mit Sicherheit auf eins der berühmten gedrungenen Nordlandboote. Diese Boote dienten den hiesigen Fischern seit den frühesten Tagen der Besiedlung zum Fischfang. Heute sind sie ein Symbol für den harten, genügsamen Lebensstil der Menschen, die vielfach als Selbstversorger an der oft unwirtlichen Küste im hohen Norden leben. Nordlandboote werden im ganzen Norden eingesetzt – von Namsos im nördlichen Trøndelag bis zur Kola-Halbinsel im arktischen Russland –, aber am stärksten sind sie auf den Lofoten vertreten.

Die kleinsten Nordlandboote heißen Færing (bis zu 5 m Länge), die größeren Hundromsfæring (6 m), Seksring (7 m), Halvfjerderømming (7,5 m), Firroing (8 m), Halvfemterømming (9 m), Åttring (10 bis 11 m) und Fembøring (11–13 m).

Traditionell gilt: Je größer das Boot, desto höher der Status des Kapitäns oder *høvedmanns*. Aber egal wie groß – Nordlandboote eignen sich perfekt zum Rudern und Segeln, selbst auf dem rauen Nordmeer. Bis vor kurzer Zeit waren Segelwettbewerbe unter den Fischergemeinden wichtige soziale Ereignisse im Jahresverlauf.

Der Hafen von Å auf den Lofoten ist ein guter Ort, um einige museale Exemplare dieser Boote zu sehen.

genüber vom Fähranleger, 750 m von der E10 entfernt. Im Sommer gibt es Führungen (im Eintrittspreis enthalten).

Sommerfestival in Melbu KUNST & KULTUR
(www.sommermelbu.no; Juli) Das Sommerfestival in Melbu, das jedes Jahr im Juli stattfindet, ist eines der spannendsten Kulturevents im nördlichen Norwegen mit attraktiven Angeboten in Hülle und Fülle: Seminare, Vorträge, verschiedenste Konzerte, Theater und Kunstausstellungen.

Langøya

14 970 EW.

Die unbestrittenen Höhepunkte Langøyas, Zentralinsel der Vesterålen, sind die alten Fischerdörfer an der Nordspitze. Das wenig reizvolle Sortland ist das Tor zur Insel.

Feste & Events

Arctic Sea Kayak Race SPORT
(www.askr.no; Juli) Das Arctic Sea Kayak Race findet alljährlich im Juli statt. Die Veranstaltung dauert insgesamt sechs Tage. Es ist die ultimative Herausforderung für Seekajakfahrer. Wer nicht ganz so fit ist, kann an einer weniger anstrengenden Variante oder an einem Einführungskurs teilnehmen.

Sortland

9930 EW.

Sortland, Vesterålens Wirtschaftszentrum und Verkehrsknotenpunkt, liegt an einem Einschnitt an der Ostküste der Insel. Seine überwiegend klotzigen Bauten sind in angenehmem Meerblau gestrichen, vielleicht um davon abzulenken, dass man vor Ort nur wenig anderes tun kann als die Weiterreise nach Norden Richtung Stø oder nach Süden Richtung Lofoten anzutreten.

Feste & Events

Sortland Jazz MUSIK
(www.sortlandjazz.no; Sept.) Im September steigt das mehrtägige Sortland Jazzfestival, das verdientermaßen zum erlauchten Kreis der Norweger Jazz-Szene gehört.

Schlafen & Essen

Sortland Camping og Motell CAMPINGPLATZ €
(76 11 03 00; www.sortland-camping.no; Vestervegen 51; Auto-/Wohnwagenstellplatz 250/250 nkr, Hütte 350–2500 nkr) Der Campingplatz liegt 1,3 km vom Zentrum auf einem großen, teils baumbestandenen Gelände und ist an der Straße nach Stokmarknes ausgeschildert. Neben hausgemachten, nordnorwegischen Spezialitäten bietet er ein nützliches Infoblatt über die Region.

Sjøhus Senteret PENSION, HÜTTEN €€
(76 12 37 40; www.lofoten-info.no/vesteralen-sjohus; Ånstadsjøen; 5-Bett-Hütten ab 1400 nkr) Genau 1,4 km nördlich der Brücke zwischen Sortland und der Insel Honnøya wartet diese ansprechende Unterkunft mit komfortablen Zimmern und Meerhütten mit Ausblick. Schon das dazugehörende Restaurant **Sjøstua** (Hauptgerichte 215–275 nkr; Mo–Sa 15–21.30, So 13–20.30 Uhr) ist Grund genug für einen Besuch. Hier schwingt die Inhaberin Marit Asbjørnsen persönlich den Kochlöffel und lässt ihren Gästen die Qual der Wahl. Richtig lecker sind z. B. der gebackene Kräuterkabeljau mit Garnelen oder das Rentierragout mit Pilzen und Wacholderbeeren. Das Ambiente ist gemütlich (alles aus Holz), und auf drei Seiten eröffnet sich ein grandioser Blick über den Fjord.

Praktische Informationen

Die **Touristeninformation** (76 11 14 80; www.visitvesteralen.com; Kjøpmannsgata 2; Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 9–17.30, Sa 10–13.45, So 12–15.45 Uhr, sonst Mo–Fr 9–14.30 Uhr) ist für die gesamte Region Vesterålen zuständig.

An- & Weiterreise

In Sortland halten die Fähren der Hurtigruten.

Wichtige Busverbindungen:

Andenes 2 Std., 2- bis 4-mal tgl., via Risøyhamn (1 Std.)
Harstad 2¼ Std., 1- bis 3-mal tgl.
Narvik 3½ Std., 3- bis 5-mal tgl.
Svolvær 2¼ Std., 2- bis 4-mal tgl.

Stø

Das kleine Fischerdorf Stø klammert sich an die nördlichste Spitze von Langøya. Hier ist es so ruhig, dass Meeresvögel selbst in den niedrigen Klippen über der Hauptstraße nisten.

Aus zwei Gründen kamen die Menschen hierher: um an einer Walbeobachtungstour teilzunehmen und um auf einem der schönsten Wanderwege Vesterålens zu spazieren. Letzteres ist noch möglich, die Walbeobachtungs-Touren hingegen wurden eingestellt. Im Tourismusbüro in Soerland erkundigen, ob sie eventuell wieder aufgenommen wurden.

An Werktagen fährt zweimal ein Bus zwischen Sortland und Stø (1¼ Std.).

ANDØYAS GEMÜTLICHSTE STRASSE

Wer die Insel Andøya nicht mit der saisonalen Fähre von Andenes nach Gryllefjord verlässt (schon für sich genommen eine schöne Fahrt), nimmt von Risøyhamn nach Norden zunächst die kleinere und weniger befahrene Straße entlang der Westküste. Sie ist eine „Nationale Touristenstraße" und erschließt fantastische Küstenlandschaften mit Panoramablick. Auf der Rückfahrt via Rv82 passiert man riesige Berge von getrocknetem Torf, der für Gärten in aller Welt bestimmt ist.

Die Schönheit der Route erschließt sich am besten bei beschaulichem Tempo. Tipp: Beim Fargeklatten ein Fahrrad mieten und die Küste entlang bis Sortland radeln. Die Busse, die von dort zurück nach Andenes fahren, nehmen Räder mit.

Königinnenroute WANDERN

Lohnend ist die fünfstündige Rundwanderung über die Landzunge zwischen Nyksund und Stø. Die Route ist mit einem roten „T" markiert. Die meisten nehmen für den Hinweg die etwas anstrengendere Variante über den 517 m hohen Sørkulen und für den Rückweg die bequemere Küstenroute. Ein kostenloses Infoblatt gibt es bei der Touristeninformation von Sortland.

Die Strecke wird auch als Königinnenroute bezeichnet, nach einer Wanderung, die die norwegische Königin Sonja hier 1994 gemacht hat.

Stø Bobilcamp CAMPINGPLATZ €

(☎ 76 13 25 30; www.stobobilcamp.no; Stellplatz 175 nkr, Hütte 1200 nkr; ⏲ Mitte Mai–Mitte Aug.) Das kleine Stø Bobilcamp am Meer ist ziemlich karg und ein recht windiger Ort für ein Zelt. Es hat aber ein nettes kleines Restaurant, das vor allem Fisch serviert.

Andøya

5200 EW.

Den Reiz der langen, schmalen und bis auf die Berge im Westen flachen Insel Andøya macht – wie sollte es anders sein – vor allem das Meer aus. Die 1000 m tiefen, kalten und dunklen Gewässer an ihrer Nordwestküste sind überaus reich an Tintenfischen, darunter einige besonders große Arten. Und diese wiederum locken die Pottwale an, die sich von ihnen ernähren. Daher ist die Region um Andenes am Nordende der Insel von Ende Mai bis Mitte September recht vielversprechend für Walbeobachtungen.

Andenes, der einzige nennenswerte Ort, aber auch die winzigen Häfen von Bleik und Stave, 10 km und 25 km südwestlich der Stadt, sind Ausgangspunkte für Exkursionen.

Andenes

Das zersiedelte Dorf Andenes blickt auf eine interessante Fischfanggeschichte zurück und ist der Hauptausgangspunkt für Touren zur Walbeobachtung im nördlichen Norwegen. Doch auch andere Aktivitäten in freier Natur sind in der Umgebung möglich. Die Stadt wirkt einsam und abgeschieden, vor allem, wenn man an der windgepeitschten Hafenmole steht und auf den Nordatlantik hinausblickt. Im Sommer, wenn die Fähre zwischen Andenes und Senja verkehrt, ist in der Stadt dann auf einmal ungewöhnlich viel los.

Sehenswertes

★ Andøya Rocket Range MUSEUM

(☎ 76 14 46 00; www.spaceshipaurora.no; Ausstellungen Erw./Kind 125/50 nkr, virtuelle Missionen 350/175 nkr; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. 10–18 Uhr, sonst Mo–Fr 9–15 Uhr) Andøya Rocket Range liegt 1 km südlich des Ortseingangs, an der Straße nach Bleik. Das innovative Raumfahrtzentrum bietet einen 16-minütigen Breitwandfilm und andere Exponate zum Polarlicht. Von hier aus wurden Raketen abgefeuert, die das Phänomen ergründen sollten. Außerdem befasst sich das Zentrum mit Norwegens Rolle in der Raumforschung. Wer sich ganz in das Thema hineinversetzen will, kann an einer virtuellen Mission (60–105 Min.) an Bord des Raumschiffs Aurora teilnehmen und sogar eine virtuelle Rakete zünden. Im Voraus telefonisch reservieren.

Das Museum verspricht jede Menge wissenschaftlichen Spaß und ist hochgradig empfehlenswert.

★ Hvalsenteret MUSEUM

(Havnegate 1; Erw./Kind 70/35 nkr; ⏲ Ende Mai–Mitte Sept. 8.30–16 Uhr) Im Walzentrum können sich Walbeobachter informieren: über die Walforschung, die Waljagd und den Lebenszyklus der sanften Riesen. Die meisten Besucher kommen im Rahmen einer Walbeobachtungstour hierher. Auf dem Gelände gibt es ein Restaurant, das im Juli und August teilweise bis 20 Uhr geöffnet hat.

Hisnakul MUSEUM
(www.hisnakul.no; Hamnegata 1; Mitte Juni–Aug. 9–18 Uhr, sonst Mo–Fr 8–15 Uhr) GRATIS Dieses Naturkundezentrum befindet sich im gleichen restaurierten Lagerhaus wie die Touristeninformation. Es illustriert die Naturgeschichte Nordnorwegens mit den Themenbereichen Seevögel, Meeressäuger, Topografie, Landwirtschaft, Fischerei und regionale Kultur. Dazu gibt's noch eine 23-minütige Diashow mit spektakulären Naturaufnahmen aus Nordnorwegen.

Nordlichtzentrum AUSSTELLUNG
(Ende Juni–Ende Aug. 10–18 Uhr) GRATIS Gleich neben Hisnakul ist eine beeindruckende Hightech-Präsentation über das Phänomen der Nordlichter zu sehen, die bei den Olympischen Winterspielen 1994 in Lillehammer Premiere hatte.

Polarmuseet MUSEUM
(www.museumnord.no; Havnegate; Erw./Kind 50 nkr/frei; Mitte Juni–Mitte Aug. 10–17 Uhr) Das idyllische Polarmuseum zeigt Ausstellungen über Jagd und Fischerei in der Arktis. Ausführlich dokumentiert werden die 38 Winterjagdzüge des einheimischen Forschers und Trappers Hilmar Nøis auf Svalbard. Von ihm stammen die meisten Exponate.

Andenes Fyr LEUCHTTURM
(Erw./Kind 50/25 nkr; Ende Juni–Aug.) Der rote Leuchtturm, Wahrzeichen der Stadt, wurde 1859 in Betrieb genommen und funktioniert noch heute – wenngleich längst automatisiert. Wer die 148 Stufen hinauf in 40 m Höhe klettern will, bekommt den Schlüssel bei der Touristeninformation.

Aktivitäten

Neben Hinweisen zu Aktivitäten in Andenes bekommt man bei der Touristeninformation auch Tipps zu Rentier-Safaris in Buksnesfjord und zur Vogelbeobachtung in Bleik sowie zum Seekajak fahren.

★Whale Safari WALBEOBACHTUNG
(☎ 76 11 56 00; www.whalesafari.no; Andenes; Erw./Kind 890/570 nkr) Der bei Weitem größte Veranstalter der Insel (nebenbei betreibt er auch das Walzentrum) organisiert zwischen Ende Mai und Mitte September beliebte Touren zur Walbeobachtung. Sie beginnen mit einer Führung durch das Walzentrum und einer Diashow, gefolgt von einem zwei- bis vierstündigen Bootsausflug. Wer nicht mindestens einen Pottwal sieht, bekommt sein Geld zurück oder darf beim nächsten Mal kostenlos mit. Mit etwas Glück lassen sich auch Minkwale, Grindwale, Buckelwale und Schwertwale (Orcas) beobachten. Es wird mindestens eine Exkursion pro Tag angeboten, im Hochsommer sind es mehr. Im Preis enthalten ist ein leichtes Mittagessen. Sonst verteilen die Mitarbeiter Tabletten gegen Seekrankheit, so wie die Stewardessen im Flugzeug vor dem Start Bonbons herumreichen. Es kommt zwar selten vor, dass eine Fahrt wegen Wetter und Wellengang abgesagt wird, doch sicherheitshalber ist es gut, einen Reservetag einzuplanen.

Sea Safari Andenes BEOBACHTUNG VON WILDTIEREN
(☎ 91 67 49 60; www.seasafariandenes.no; Erw./Kind 995/800 nkr; Ende Mai–Mitte Sept.) Der kleinere der beiden Veranstalter von Walbeobachtungs-Touren ist an den Hafenanlagen

STOKMARKNES & DIE HURTIGRUTEN

Die Hurtigruten-Küstenlinie wurde im Jahre 1893 von Richard With in Stokmarknes ins Leben gerufen. Zunächst nur ein einzigen Schiff, die *S/S Vesterålen,* machte Station in neun Häfen zwischen Trondheim und Hammerfest und transportierte Post, Passagiere und lebensnotwendige Versorgungsgüter. Heute hat die Linie elf Schiffe, befördert eine halbe Million Passagiere pro Jahr, läuft 35 Städte und Dörfer an und ist für Norwegen eine absolut unverzichtbare Verkehrsader – als Transportmittel für die Einheimischen und als landschaftlich spektakuläres Kreuzfahrterlebnis für Besucher.

Hurtigrutemuseet (www.hurtigrutemuseet.no; Markedsgata 1; Erw./Kind 90/35 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug. 10–18 Uhr, Mitte Sept.–Mitte Mai 14–16 Uhr) Das Hurtigrutenmuseum skizziert die Geschichte der Fährverbindung mit Texten und Bildern. Am Kai liegt die stillgelegte *M/S Finnmarken* (angeblich das größte Museumsstück der Welt), die zwischen 1956 und 1993 auf der Küstenroute unterwegs war.

Hurtigrutens Hus Turistsenter (☎ 76 15 29 99; EZ/DZ 1175/1475 nkr) Die hübsche Erweiterung des Hurtigruten-Komplexes jenseits der Brücke über den Fjord bietet konventionellere Hütten und Zimmer.

unmittelbar abseits der Straße zum Leuchtturm ansässig. Er hat 90- bis 180-minütige Touren zur Walbeobachtung im Angebot. In der Hauptsaison fahren die Schiffe ein- bis zweimal täglich raus. Auch kürzere Touren zur Beobachtung von Seehunden und Vögeln (Erw./Kind 1½ Std. 450/400 nkr) werden angeboten.

Schlafen

Hisnakul PENSION€

(✆ 76 14 12 03; www.hisnakul.no; EZ/DZ mit Gemeinschaftsbad 350/500 nkr) Über seinen Ausstellungsflächen bietet das Hisnakul-Zentrum preisgünstige Zimmer mit Einrichtungen für Selbstversorger. Da es nur 14 Betten hat, sollte man vorab reservieren.

Andenes Camping CAMPINGPLATZ€

(✆ 76 11 56 00; www.andenescamping.no; Auto-/Wohnwagenstellplatz 125/175 nkr; ⏲ Ende Mai–Sept.) Der einfache Platz, 3,5 km außerhalb der Stadt, umfasst eine herrliche Wiese am Meer, so grün und eben wie ein Golfplatz. Die Küche ist gut ausgestattet, der Gemeinschaftsraum bietet viel Platz.

★Hotell Marena BOUTIQUE-HOTEL€€

(✆ 91 58 35 17; www.hotellmarena.no; Storgata 15; EZ/DZ inkl. Frühstück ab 800/1000 nkr) Spannend und richtig geschmackvoll ist diese neue Unterkunft in Andenes. Die Gemeinschaftsräume sind ebenso mit Naturaufnahmen des einheimischen Fotografen Espen Tollefsen geschmückt wie die zwölf Zimmer, die jeweils farblich auf die großformatigen Bilder abgestimmt sind. Rund um die Uhr gibt's Kaffee und selbst gebackenen Kuchen aufs Haus.

Fargeklatten ZIMMER, APARTMENTS€€

(✆ 97 76 00 20; www.fargeklatten.no; Sjøgata 38a; Zi. ab 850 nkr, 5-Bett-Apt. 1600 nkr) Die Zimmer in dem restaurierten Haus aus dem 18. Jh. sind im alten Stil hübsch eingerichtet. Die Apartments sind geräumig und gut ausgestattet; sie befinden sich in einem kürzlich renovierten Gebäude am östlichen Ortsausgang.

Hotel Andrikken HOTEL€€

(✆ 76 14 12 22; www.andrikkenhotell.no; Storgata 53; EZ/DZ 900/1200 nkr, Hütte ab 1150 nkr; 🛜) Von außen wirkt es wie ein öder Kasten, drinnen bietet das Andrikken jedoch behagliche und gut ausgestattete Zimmer. Die deutlich charaktervolleren Sea Cabins Lankanholmen unten am Hafen bieten ein hervorragendes Preis-Leistungs-Verhältnis.

Essen

★Lysthuset NORWEGISCH€€

(✆ 76 14 14 99; Storgata 51; Hauptgerichte 165–275 nkr) Das Lysthuset ist das beste der wenigen Speiselokale von Andenes. Nicht vom saloppen Café im vorderen Teil irritieren lassen – im Restaurant werden gehobene Gerichte wie Salzlamm, Dorsch, Lachs und Wal in allen Varianten serviert. Der Nachtisch „Sex on the Mountain" ist eine orgiastische Mischung aus Eiscreme, Sahne, Brombeeren und Moltebeeren, übergossen mit Eierflip.

Da Vinci ITALIENISCH€€

(✆ 76 14 15 00; Sjøgata 19; Pizza 110–299 nkr, Pasta & andere Hauptgerichte ab 169 nkr; ⏲ Mo–Sa 11–23, So 12–22 Uhr) Die Einheimischen schwören darauf: Bei diesem überdurchschnittlichen Italiener bekommt man die beste Pizza auf Andøya.

Arresten INDISCH€€€

(✆ 94 98 18 30; Prinsens Gate 6; Hauptgerichte ab 209 nkr; ⏲ Di–Do 15–23, Fr & Sa 15–1, So 15–21 Uhr) Anständige (wenn auch unspektakuläre) indische Küche, serviert von freundlichem Personal, gibt's in diesem schönen Haus aus den 1970er-Jahren im nordnorwegischen Stil.

Praktische Informationen

Die **Touristeninformation** (✆ 76 14 12 03; www.andoyturist.no; Hamnegata 1; ⏲ Mitte Juni–Aug. 10–18 Uhr, 1. Juni & 1. Septemberhälfte 10–16 Uhr, sonst nur telefonisch) ist für die gesamte Insel zuständig und befindet sich im gleichen Gebäude wie das Hisnakul-Zentrum für Naturgeschichte. Es hat einen Internetzugang (60 nkr/Std.; WLAN kostenlos) und gibt das englische Faltblatt *Andanes Vær* (35 nkr) heraus, das einen Spaziergang durch die Altstadt beschreibt. Außerdem werden Fahrräder vermietet (150/200 nkr pro 3 Std./Tag).

An- & Weiterreise

BUS

Zwei bis vier Busse täglich fahren in Richtung Süden nach Sortland (2 Std.). Sie gehen über Risøyhamn; von dort bietet ein Bus von/nach Andenes Anschluss an die Fähren der Hurtigruten.

FAHRRAD

Fargeklatten vermietet Fahrräder (pro Std./Tag 75/200 nkr), Anhänger und Kindersitze.

FÄHRE

Von Ende Mai bzw. Anfang Juni bis Ende August verbindet eine Autofähre (www.senjafergene.no) Andenes mit dem Hafen von Gryllefjord (1¾ Std.,

ABSTECHER

NYKSUND: AUS ALT MACH NEU

Schon in den 1960er-Jahren, als die Bäckerei und die Post schließen mussten, ging die Einwohnerzahl des kleinen Fischerorts zurück. 1975 dann zogen praktisch alle anderen Einwohner weg, nachdem ein Sturm die Mole zerstört hatte. Auch der letzte Nyksunder, der Schmied Olav Larsen, packte 1975 seine Taschen. Es wurde ganz still in dem Dorf, das nun Schafe und Vandalen übernahmen.

An diesem Punkt endet für viele ländliche Gemeinden in ganz Europa die Geschichte. Für Nyksund hingegen war er der Beginn einer einmaligen Wiedergeburt als Künstlerkolonie. Über Jahrzehnte hinweg wurde dem zauberhaften abgelegenen Dörfchen Stück für Stück neues Leben eingehaucht. Die bröckelnden alten Gebäude und Geschäfte wurden originalgetreu restauriert. Heute hat Nyksund im Sommer 60 Einwohner und etwa ein halbes Dutzend Unerschrockener trotzt selbst den harten Wintern.

Einer davon ist Ssemjon Gerlitz, der deutsche Besitzer des **Holmvik Brygge** (☎ 76 13 47 96; www.nyksund.com; EZ/DZ 700/850 nkr) Er lebt seit über zehn Jahren ganzjährig in Nyksund. Im Laufe der Jahre hat er gemeinsam mit seinen Helfern alles geborgen, was von den zerfallenen Gebäuden zu retten war. So wuchs das Sammelsurium in seiner Pension Holmvik Brygge, in der jedes Zimmer anders aussieht und eine ganz eigene Persönlichkeit hat.

Was ihn hier am Ende der Welt festhält? Vor allem zwei Dinge: Die Faszination der Stille, dass man fast das ganze Jahr hindurch nur das Rauschen von Wind und Wellen hört. Und seine Verbundenheit mit den längst verschwundenen Fischern („Jeder rostige Nagel, den ich irgendwo herausziehe, ist irgendwann von jemandem eingehämmert worden, der hier gelebt und gearbeitet hat").

Im Sommer stellt diese Minigemeinde ein Kulturprogramm auf die Beine und ein kleines **Museum** (www.nyksund.as; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. 11–17 Uhr) gibt's auch.

Eine faszinierende Fahrt auf dem schmalen Band der Küstenstraße führt nach Nyksund (die letzten 10 km sind nicht befestigt). Alternativ wandert man die Königinnenroute (S. 322), eine schöne Tour über die Landspitze von Nyksund nach Stø (hin und zurück 3 Std.).

2- bis 3-mal tgl.) auf der Insel Senja – eine Fahrt durch faszinierende Küstenlandschaft. Schade ist nur, dass die Fähre nicht ganzjährig in Betrieb ist.

FLUGZEUG

Der Flug zwischen Andenes und Tromsø via Narvik oder Bodø ist ein aussichtsreicher Anwärter auf den Titel „schönster Flug der Welt". Die Aussicht ist spektakulär: Küste, Meer und landwirtschaftliche Grafikmuster aus der Vogelperspektive.

Bleik

Vom Weiler Bleik aus erstreckt sich fast 3 km weit ein weißlich-grauer Strand – einer der Anwärter auf den Titel „Längster Strand Norwegens".

Puffin Safari VOGELBEOBACHTUNG, ANGELN
(☎ 90 83 85 94; www.puffinsafari.no; Papageientaucher-Safari Erw./Kind 350/200 nkr, Hochseefischen 700/200 nkr; ⏲ Juni–Mitte Aug.) Puffin Safari mit Sitz in Bleik bietet täglich wirklich tolle, gut aufgemachte und informative Bootsexkursionen zur Vogelbeobachtung vor der Insel Bleiksøya – mit Seeadler- und Vogelhundgarantie; in der Gegend nisten über 1500 Vogelhunde. Wer gerne selbst für sein Abendessen sorgen will, kann auf einem vierstündigen Ausflug zum Hochseeangeln sein Glück versuchen.

Stave

Stave Camping CAMPINGPLATZ€
(☎ 926 01 257; www.stavecamping.no; Zelten pro Pers. 100 nkr, Wohnwagen 200 nkr, 2-Bett-Hütten ohne eigenes Bad 500 nkr, Apt. 500–1000 nkr; ⏲ Ende Mai–August) Der Campingplatz bietet Plätze direkt am Wasser mit Fjordblick oder weiter hinten in geschützterer Lage. Nach einem anstrengenden Tag lockt das Heißwasserbecken (mit Meerwasser) oder die Sauna.

Bø

Nordtun Gård BAUERNHOF
(☎ 92 64 49 06; www.nordtungard.no; Eintritt 100 nkr; ⏲ Mitte Juni–Ende Aug. 12–18 Uhr) In Bø, einem Weiler an der Westküste von Andøya, liegt Nordtun Gård, ein Bauernhof mit Milch-

wirtschaft. Hier können die Kleinen mit den Tieren spielen, während sich die Erwachsenen an den verschiedenen Käsesorten gütlich tun.

Buksnesfjord

Andøy Friluftssenter

WILDTIERBEOBACHTUNG, WANDERN

(☎ 76 14 88 04; andoy-friluftssenter.no; pro Pers. 495 nkr; ⏲ Ende Juni–Mitte Aug. Di–Fr 20.30 Uhr) Das Andøy Friluftssenter ist im Sommer einer der wenigen Anbieter von Elchsafaris außerhalb von Zentralnorwegen. Los geht's am Zentrum selber: am Buksnesfjord, 63 km südlich von Andenes. Reservierungen sind über die Touristeninformation in Andenes möglich. Außerdem im Angebot: Naturspaziergänge.

Kvalnes

★ Kvalnesbrygga

CAMPINGPLATZ €

(☎ 76 14 63 78; www.kvalnesbrygga.no; Zelt-/Wohnwagenstellplatz 130/150 nkr, DZ 500 nkr; ⏲ ganzjährig) 22 km südlich von Andenes an der Rv82 liegt direkt am Fjord dieser kleine Campingplatz. Für Zelte ist nur ein winziger Bereich auf einer Wiese reserviert. Das Hauptgebäude wurde vor über 100 Jahren vom Großvater des heutigen Besitzers erbaut, seitdem aber stark verändert. Die sechs Gästezimmer sind nach einheimischen Vogelarten benannt und schlicht, aber geschmackvoll eingerichtet. Die Ausstattung der Küchen, die von allen Gästen genutzt werden können, ist gut.

Hinnøya

Hinnøya, die größte Insel vor der norwegischen Küste, ist der Ausgangspunkt für Touren nach **Vesterålen**. Im Gegensatz zu den Inseln weiter im Süden besteht diese vor allem aus bewaldetem grünem Hochland mit einzelnen Schneekappen; Fjorde bilden tiefe Einschnitte. Vor Hinnøyas Westküste trennen der schmale Raftsund und der noch schmalere, landschaftlich absolut überwältigende Trollfjord die Vesterålen von den Lofoten. Die steilen Wände des Trollfjords erheben sich direkt aus dem Wasser und lassen alles darunter zwergenklein erscheinen.

Harstad

23 457 EW.

Harstad liegt an einem Hang nahe dem Nordende von Hinnøya und ist der größte Ort der Region Vesterålen. Es ist eine kleine Industriestadt mit Militärstützpunkt und zahlreichen Docks, Tanks und Lagerhäusern. Im Gegensatz zu den gemütlichen Touristen- und Fischerorten weiter südlich pulsiert die Stadt vor Zielstrebigkeit und Aktivität.

Sehenswertes & Aktivitäten

Die meisten Sehenswürdigkeiten liegen auf der Halbinsel **Trondenes**, 2,5 km nördlich der Stadt.

Trondenes Kirke

KIRCHE

(⏲ Juli–Mitte Aug. Mo–Fr 10–14 Uhr, sonst keine festen Zeiten) GRATIS Die Kirche von Trondenes ließ König Øystein um 1150 herum erbauen. Lange Zeit war sie die nördlichste Kirche der Christenheit – und noch heute wird behauptet, sie sei die nördlichste mittelalterliche Steinkirche in Norwegen. Die ursprüngliche Holzkirche wurde gegen 1250 durch die heutige Steinkonstruktion ersetzt und musste schon bald als Festung gegen russische Angriffe herhalten. Es ist absurd, wie oft einer der größten Kulturschätze Nordnorwegens geschlossen bleibt. Also unbedingt zuvor bei der Touristeninformation nachfragen.

Neben der robusten Schönheit des Bauwerks selber sind die Schätze der Kirche die drei kunstvoll gestalteten Marienaltäre am östlichen Ende. Am interessantesten ist der Altar in der Mitte: Maria, umgeben von ihrer riesigen Familie, mit Kleinkindern auf jedem Arm und an jedem Rockzipfel. Wer nach oben guckt, sieht ein Paar trompetende Cherubim, die höchst wackelig auf der Hauptsäule des Lettners balancieren.

Trondenes Historiske Senter

MUSEUM

(☎ 77 01 83 80; www.stmu.no; Trondenesveien 122; Erw./Kind 85/40 nkr; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. 10–17 Uhr, sonst So 11–16 Uhr) Das Historische Zentrum Trondenes gleich südlich der Kirche zeigt gut dokumentierte Ausstellungen über die Sozialgeschichte der Region von der Wikingerzeit bis zur Gegenwart.

Adolfkanonen

HISTORISCHE STÄTTE

(Führung Erw./Kind 80/40 nkr; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. 9.30, 12 & 16.30 Uhr) Und gleich noch ein Harstader Superlativ: Die sogenannte Adolf-Kanone, eine furchtbare Mordwaffe aus dem Zweiten Weltkrieg, soll mit einem Kaliber von über 40 cm und einer Rückstoßkraft von 635 t die größte landgestützte Kanone der Welt sein. Weil sie sich auf militärischem Gelände befindet, muss man an einer Füh-

rung teilnehmen und über ein eigenes Fahrzeug verfügen. In der Touristeninformation im Vorfeld nach den Öffnungszeiten erkundigen. Im Bunker gibt es außerdem eine Sammlung von Schusswaffen, militärischer Ausrüstung und Instrumenten, die von deutschen Küstenbatterien im Zweiten Weltkrieg verwendet wurden.

Grottebadet SCHWIMMBAD
(77 04 17 70; www.grottebadet.no; Håkonsgate 7; Erw./Kind 135/90 nkr; Mo, Di & Do 16–21, Mi 16–22, Fr 14–20, Sa 10–18, So 11–18 Uhr) Das beheizte Indoor-Badeparadies wurde stolze 150 m in den Berg hineingebaut und bietet mit Schwimmbecken, Stromschnellen, Rutschen, Dampfbädern und diversen anderen Attraktionen Wasserspaß pur für die ganze Familie.

Feste & Events

Nordnorwegen-Festival KUNST & KULTUR
(www.festspillnn.no; Juni) Schon seit fast 50 Jahren steigt in der zweiten Junihälfte das Nordnorwegen-Festival in Harstad: eine ganze Woche Musik, Theater und Tanz.

Schlafen

Harstad Camping CAMPINGPLATZ€
(77 07 36 62; www.harstad-camping.no; Nesseveien 55; Auto-/Wohnwagenstellplatz 220/280 nkr, Hütte 450–1200 nkr) Via Rv83 in Richtung Narvik und nach 4 km auf eine Nebenstraße abbiegen. Der kleine Platz am Wasser vermietet auch Ruderboote (pro Std./Tag 95/310 nkr) und Motorboote (180/700 nkr).

Clarion Collection Hotel Arcticus HOTEL€€
(77 04 08 00; www.nordicchoicehotels.no; Havnegata 3; EZ/DZ inkl. Frühstück & leichte Abendmahlzeit ab 800/980 nkr; @) Dieses Hotel in einem harmonischen, modernen Gebäude (in dem auch das Kulturzentrum untergebracht ist) liegt nur einen kurzen Spaziergang vom Zentrum entfernt. Es hat 75 besonders große Zimmer. Die besseren Zimmer mit herrlichem Blick über den Fjord auf die Berge sind teurer.

Grand Nordic Hotel HOTEL€€
(77 00 30 00; www.rica.no; Strandgata 9; Zi. 845–1395 nkr; P@) Die Grande Dame unter den Hotels von Harstad. Die Zimmer im neueren Teil sind größer und schöner ausgestattet.

Thon Hotel Harstad HOTEL€€
(77 00 08 00; www.thonhotels.com/harstad; Sjøgata 11; EZ/DZ ab 775/975 nkr; @) Alle 141 Zimmer dieses recht guten Ablegers der Hotelkette haben schöne Parkettböden, aus den meisten schaut man auf den Hafen und den Fjord. Im Hotelrestaurant Egon wird ein üppiges Frühstücksbüfett aufgefahren.

NICHT VERSÄUMEN

FARGEKLATTEN

Fargeklatten, zu Deutsch „der Farbklecks", ist das Werk von Grethe Kvalvik und ein ganz besonderer Ort. Jahrelang hat Grethe an der Rezeption des Andrikken Hotell gearbeitet, bis sie erblindete. Nach zwei langen Jahren der Blindheit hat sie einen Teil ihrer Sehkraft zurückerlangt. Sie konnte wieder Formen erkennen und, vor allem: Farben. Entschlossen, sich wieder ganz dem Leben zuzuwenden, machte sie sich daran, Fargeklatten zu retten, das damals zugunsten eines Parkplatzes abgerissen werden sollte. Der Komplex historischer Gebäude beherbergt nun zwei kleine **Galerien** (www.fargeklatten.no; 11–16 Uhr) mit Kunst und Kunsthandwerk aus dem nördlichen Norwegen, ein kleines **Torfmuseum** (Erw./Kind 50 nkr/frei) und ein paar attraktive Gästezimmer.

Essen

Im niederpreisigen Sektor nimmt man einfach, was man findet, im hochpreisigen genießt man die tolle Auswahl.

Café & Restaurant De 4 Roser CAFÉ, RESTAURANT€€
(77 01 27 50; www.de4roser.no; Torvat 7; Hauptgerichte 139–345 nkr, 3-/4-Gänge-Menü 515/605 nkr; Mo–Sa Café 10–22, Restaurant 18–22 Uhr) Die eine Etage nimmt das quirlige Café ein – hier gibt's Sandwichs, Pasta, Burger, Salate und jeweils drei Mittagsangebote. Die Portionen sind reichlich. Im Restaurant darüber geht's intimer zu. Die kleine, aber verführerische Speisekarte ist etwas für Feinschmecker. Der Eingang zum Restaurant liegt ebenfalls parterre am anderen Ende des Gebäudes.

★Umami NORWEGISCH€€€
(95 09 09 11; www.umamiharstad.no; Havnegata 23a; 3-/5-Gänge-Menü 575/695 nkr; 18–23 Uhr) Eine reizvolle Bereicherung für Harstads beeindruckende Gastronomieszene. Das Umami ist eine Schöpfung von Kim-Havard Lar-

sen und Sigrid Rafaelsen, die beide in einigen der besten Restaurants Norwegens gearbeitet haben. „Umami“ heißt auf Norwegisch „angenehm“ bzw. „wohlschmeckend“. Die Küche ist kreativ, verlässlich und richtet sich nach der Jahreszeit. Übrigens: Die Kuchen des Hauses sind göttlich!

★Hoelstuen NORWEGISCH €€€
(☎ 77 06 55 00; www.hoelstuen.com; Rikard Kaarbøs plass 4; Hauptgerichte 315–365 nkr, 4-/5-Gänge-Menü 645/745 nkr; ⏲ Mo–Sa 17–23 Uhr) Dieses gepflegte Restaurant ist ein Kandidat für den Titel „Bestes Restaurant der Stadt“. Zu den Highlights zählen Rentier in Wacholder mit Portweinglasur und die besonders leckere und cremige Fischsuppe.

Praktische Informationen

Die **Touristeninformation** (☎ 77 01 89 89; www.destinationharstad.no; Sjøgata 1b; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. 10–18 Uhr, sonst Mo–Fr 8–15.30 Uhr) liegt am Wasser, beim Busbahnhof direkt um die Ecke.

An- & Weiterreise

BUS

Busse von/nach Sortland (2½ Std.) verkehren ein- bis dreimal täglich. Ein Bus geht von/nach Narvik via Flughafen Harstad-Narvik Evenes (2½ Std.; tgl. außer Sa) und einer verkehrt täglich zwischen Harstad und Fauske (5¾ Std.)

FLUGZEUG

Vom Flughafen Harstad-Narvik bei Evenes gehen Direktflüge nach Oslo, Bodø, Tromsø und Trondheim.

SCHIFF

Die beste und schönste Möglichkeit, nach Tromsø zu gelangen, ist das Schiff. Täglich verkehren zwei bis vier Express-Passagierfähren zwischen Harstad und Tromsø (3 Std.) via Finnsnes (1¾ Std.).

Außerdem verkehrt im Sommer eine Express-Passagierfähre (1¼ Std.; Mitte Mai–Aug. 2- bis 3-mal tgl.) zwischen Stornes (gleich nördlich von Harstad) und Skrolsvik (1¼ Std.) am Südende der Insel Senja. Dort gibt es einen Busanschluss nach Finnsnes und weiter bis Tromsø. Harstad ist auch eine Anlegestelle der Küstenfähren der Hurtigruten.

Unterwegs vor Ort

Flybussen (175 nkr, 50 Min.) verkehrt mehrmals täglich zwischen dem Zentrum und dem Flughafen Harstad-Narvik Evenes.

Montags bis samstags geht etwa einmal pro Stunde ein Bus zwischen Trondenes und dem Busbahnhof.

Taxiruf unter (☎ 77 04 10 00).



Der hohe Norden

Inhalt ➡

Tromsø 332
Alta 341
Hammerfest 345
Nordkap & Magerøya 348
Tana Bru 353
Vadsø 354
Vardø 356
Kirkenes 357
Karasjok 363

Gut essen

➡ Gammen (S. 365)
➡ Gapahuken (S. 361)
➡ Restaurant Haldde (S. 343)
➡ Emma's Drømekjøkken (S. 337)

Schön übernachten

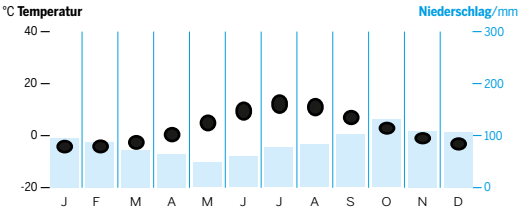
➡ Engholm Husky Design Lodge (S. 364)
➡ Rica Ishavshotel (S. 335)
➡ Sollia Gjestegård (S. 360)
➡ Thon Hotel Kautokeino (S. 366)
➡ Bungalåven Vertshus (S. 352)

Auf in den hohen Norden

Norwegens nördlichste Bezirke Troms und Finnmark bilden buchstäblich das Dach Europas: Hier wechselt sich weite Tundra mit dichten Wäldern ab, doch die meisten der relativ wenigen Besucher kommen im Sommer nach Tromsø, der einzigen wirklichen Stadt der Region. Seine Museen stimmen gut auf die arktische Landschaft ein, die gleich an ihren Toren beginnt. Dem Ruf des Nordkaps, dem selbst erklärten nördlichsten Ende des europäischen Festlands, werden nur wenige widerstehen können. Wer aber wirklich die Stimme des Nordens hören will, muss weiter in die dünn besiedelten Hochebenen der Inneren Finnmark fahren und zur wilden Nordostküste, dem norwegischen Stammland der Samen. Ein ganz anderes Abenteuer (z. B. auf einem Schneemobil oder hinter einem Team kläffender Schlittenhunde) bietet ein Besuch im Winter. Jetzt ist das tief verschneite Land in weiches, blaues Licht getaucht und unter das geheimnisvolle Nordlicht verirren sich nur noch wenige Touristen.

Reisezeit

Tromsø



Anfang Februar Haufenweise Spaß im Schnee – mit etwas Glück bei Nordlicht.

Osterwoche In Kautokeino feiern die Samen, bevor sie sich auf ihre Sommerweiden verabschieden.

Mitte bis Ende Juni Hotels und Sehenswürdigkeiten sind geöffnet, aber noch nicht überlaufen.



Highlights

1 Mit dem Rad oder Auto an der spektakulären, verkehrsarmen Nordküste der Insel **Senja** (S. 339) entlangfahren.

2 Die Museen, das Parlament und die Messerhersteller in **Karasjok** (S. 363) besuchen und die einmalige Kultur der Samen kennenlernen.

3 Altas **Steinzeitzeichnungen** (S. 341), eine Unesco-Welterbestätte, erkunden.

4 Bei **Karasjok** (S. 363) die Schlittenhunde im Schnee anfeuern und in einer einzigartigen Lodge schlafen.

5 Den einsamen **Knivskjelodden** (S. 350), den nörd-



lichsten Punkt des europäischen Kontinents, erwandern.

6 In der wahren Wildnis der **Lyngener Alpen** (S. 339) umherstreifen.

7 Die Museen besuchen und einen Eindruck von der Arktis bekommen, ein Orgelkonzert hören, während die Mitternachtssonne durch die Fenster der Eismeerkathedrale scheint, und dann in **Tromsø** (S. 332) tanzen bis zum Morgengrauen.

8 In der **Royal & Ancient Polar Bear Society** (S. 345) in Hammerfest mit einem Walrosspenis gesegnet werden.

TROMS

Troms liegt an den letzten Ausläufern des Golfstroms, der die Härte des arktischen Winters mildert. Die Region kann mit einigen Beinahe-Superlativen aufwarten: Tromsø ist die einzige Siedlung im hohen Norden Norwegens, die groß genug ist, um die Bezeichnung „Stadt“ zu rechtfertigen. Und Senja, Norwegens zweitgrößte Insel, kann landschaftlich mit den Lofoten konkurrieren, ist aber längst nicht so touristisch.

Tromsø

67 300 EW.

Tromsø ist ganz einfach das pralle Leben. Das administrative Zentrum der Provinz Troms ist mit Abstand die größte Stadt im nördlichen Teil Norwegens und sprüht vor Vitalität: Hier gibt's jede Menge Kulturangebote, überall Leben auf der Straße mit Straßenmusik und -künstlern, Marathon im Schein der Mitternachtssonne, eine angesehene Universität. Und dann wären da noch die geheiligte Brauerei Mack und mehr Kneipen pro Kopf als in jeder anderen norwegischen Stadt. Die schneebedeckten Gipfel rund um die Stadt Tromsø bieten eine herrliche Kulisse und zudem ausgezeichnete Wandermöglichkeiten im Sommer und beste Bedingungen fürs Ski- und Hundeschlittenfahren im Winter.

Obwohl die Stadt 400 km nördlich vom Polarkreis liegt, ist das Klima durch den Golfstrom angenehm gemäßigt, und die lange Dunkelheit im Winter wird wettgemacht durch die Rund-um-die-Uhr-Action im Sommer, wenn die Sonne gar nicht untergeht.

Die Stadt erstreckt sich hauptsächlich entlang der Ostküste der Insel Tromsøya, die durch eine grazil gebogene Brücke mit dem Festland verbunden ist.

Sehenswertes

Die Touristeninformation hält eine Broschüre *Summer Activities in Tromsø* (und ein entsprechendes Gegenstück für den Winter) mit einer umfassenden Liste aller Touren und Aktivitäten bereit.

Die Stadt wartet mit einigen interessanten Kirchen auf. Die **Domkirke** (Storgata), Kathedrale der Lutheranischen Kirche Norwegens, ist eine der größten Holzkirchen des Landes. Ihre Öffnungszeiten variieren. Weiter hügelaufwärts steht die **katholische Kirche** (Storgata 94; ⏲ 9–19.30 Uhr) der Stadt. Beide Kirchen wurden 1861 errichtet und beide beanspruchen – nein! Nicht schon wieder! –, „die nördlichste Diözese“ ihrer jeweiligen Konfession zu sein.

★ Eismeerkathedrale KIRCHE

(Ishavskatedralen; www.ishavskatedralen.no; Hans Nilsensvei 41; Erw./Kind 40 nkr/frei, Orgelkonzert 70–50 nkr; ⏲ Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 9–19, Sa & So 13–19 Uhr, April, Mai & Mitte Aug.–Dez. 15–18 Uhr, Febr.–März 14–18 Uhr) Die elf gewölbten Giebeldreiecke der Eismeerkathedrale (1965), wie die Kirche von Tromsdalen üblicherweise genannt wird, erinnern an Gletscherspalten und die Schleier des Nordlichts. Das wunderbar leuchtende Buntglasfenster, das fast die ganze Ostseite einnimmt, zeigt die Wiederkehr Christi auf Erden. Wenn der Blick dann zurück nach Westen schweift, fällt er auf die moderne Orgel, ein Kunstwerk aus Stahl, und auf die Lampen aus tschechischem Kristall, die wie Eiszapfen von der Decke hängen. Anfahrt mit den Bussen der Linien 20 und 24.

★ Fjellheisen SEILBAHN

(✆ 77 63 87 37; www.fjellheisen.no; Solliveien 12; Erw./Kind 140/60 nkr; ⏲ Ende Mai–Mitte Aug. 10–1 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Wer einen fantastischen Blick über die Stadt und auf die Mitternachtssonne genießen will, fährt mit der Seilbahn auf den 421 m hohen Berg Storsteinen. Oben gibt es ein Restaurant und ein Netz von Wanderwegen. Anfahrt mit Bussen der Linie 26 (Kombiticket für Bus und Seilbahn Erw./Kind 145/65 nkr).

★ Polaria MUSEUM, AQUARIUM

(www.polaria.no; Hjalmar Johansens gate 12; Erw./Kind 120/60 nkr; ⏲ Mitte Mai–Aug. 10–19 Uhr, Sept.–Mitte Mai bis 17 Uhr) Mit .gewagtem Design führt das unterhaltsame Polaria-Museum seine Besucher durch Multimedia-Exponate in Norwegen und Svalbard ein. Der arktische Rundgang beginnt mit einem hervorragenden 14-minütigen Film über Svalbard (alle 30 Minuten), gefolgt von einem weiteren zum Thema Polarlichter. Weiter geht's zu einer Ausstellung über schmelzendes Treibeis, durch ein künstliches Nordlicht, vorbei an Aquarien mit Kaltwasserfischen und schließlich hin zur Hauptattraktion: drei quirligen Bartrobben.

M/S Polstjerna SCHIFF

(Erw./Kind 25/10 nkr; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. 10–17 Uhr) Zwischen 1949 und 1981 erlegte das historische Robbenfangschiff fast 100 000 Robben, was in der Literatur beschönigend mit „nach Hause bringen“ umschrieben wird.

Museum der Universität Tromsø MUSEUM
(www.uit.no/tmu; Lars Thøringsvei 10; Erw./Kind 50/25 nkr; Juni–Aug. 9–18 Uhr, Sept.–Mai Mo–Fr 10–16.30, Sa 12–15, So 11–16 Uhr) Das Museum nahe dem südlichen Ende von Tromsøya wartet mit gut präsentierten und dokumentierten Exponaten zum traditionellen und modernen Leben der Samen auf, es zeigt Kirchenkunst und Altargeräte und verfügt über eine kleine Wikinger-Abteilung. Das Untergeschoss informiert über die Gesteine des Nordens und gibt Denkanstöße zu allerlei Themen (z. B. Rolle des Feuers, Konsequenzen der globalen Erwärmung, Zerstörung der Wildnis).

Ebenfalls zu bewundern ist ein Nachbau der „Nordlichtmaschine" oder Terrella, einer frühen Erfindung, die im Kleinen einen Sinn für die Pracht der Aurora Borealis vermittelt.

Zu den weiteren Attraktionen zählen das *gammen* (traditionelles Sodenhaus) im Garten – mit Gratis-Kaffee im Sommer – und die Sanduhren, die den Pfarrer an den Ablauf seiner Predigtzeit erinnern sollten. Anfahrt mit der Buslinie 37.

Tromsø Kunstforening KUNSTSTIFTUNG
(www.tromsokunstforening.no; Muségata 2; Mi–So 12–17 Uhr) GRATIS Der Tromsøer Ableger dieser landesweiten zeitgenössischen Kunststiftung veranstaltet in seinen Räumlichkeiten aus dem späten 19. Jh. wechselnde Ausstellungen moderner Kunst.

Brauerei Mack BRAUEREI
(Mack Ølbryggeri; 77 62 45 80; www.olhallen.no; Storgata 5) Die ehrwürdige Brauerei Mack ist eine Institution, die durchaus eine Pilgerfahrt wert ist. 1877 gegründet, produziert sie heute 18 Sorten Bier, darunter das süffige Macks Pilsner, Isbjørn, Haakon und mehrere Dunkelbiere. **Führungen** gibt es ganzjährig, und zwar montags bis donnerstags um 13 Uhr, im Juni–Aug. zusätzlich um 15 Uhr (160 nkr, inkl. Bierkrug und einem halben Liter Bier). Sie starten bei der brauereieigenen Kneipe Ølhallen Pub. Im Voraus reservieren.

Blåst GLASBLÄSEREI
(77 68 34 60; www.blaast.no; Peder Hansens Gate 4; Mo–Fr 10–17, Sa bis 15 Uhr) In der nördlichsten Glasbläserei der Welt kann man das junge Team mit geblähten Backen bei der Arbeit beobachten und vielleicht das eine oder andere Stück kaufen.

Nordnorwegisches Kunstmuseum KUNSTMUSEUM
(www.nnkm.no; Sjøgata 1; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 12–17 Uhr, sonst 10–17 Uhr, Sa & So 12–17 Uhr)

ARCHITEKTUR-HIGHLIGHTS IM HOHEN NORDEN

- Eismeerkathedrale (S. 332), Tromsø
- Nordlichtkathedrale (S. 342), Alta
- Samisches Parlament (S. 363), Karasjok
- Hammerfest Kirke (S. 346), Hammerfest
- Kirche von Nesseby (S. 354), Nesseby
- Engholm Husky Design Lodge (S. 364), Karasjok
- Sorrisniva Igloo Hotel (S. 344), Umgebung von Alta

GRATIS Das Nordnorwegische Kunstmuseum zeigt Plastiken, Fotografien, Gemälde und Kunsthandwerk nordnorwegischer Künstler vom 19. Jh. bis heute.

Bibliothek SEHENSWERTES GEBÄUDE
(Grønnegata 94; Mo–Fr 10–16 Uhr) Tromsøs lichtdurchströmte, luftige Bibliothek wurde erst kürzlich erbaut und ist ein wunderschönes Beispiel für zeitgenössische norwegische Architektur. Sie bietet kostenlosen Internetzugang.

Perspektivet HISTORISCHES GEBÄUDE
(www.perspektivet.no; Storgata 95; Di–So 11–17 Uhr) GRATIS Die permanente Fotoausstellung ist im Gebäude Perspektivet von 1831 untergebracht und zeigt Tromsøs Geschichte. Daneben gibt's auch sehr gute Wechselausstellungen. Im Ortszentrum stehen noch weitere Holzhäuser aus dem frühen 19. Jh., darunter auch an der Sjøgata einige Geschäfte und Kaufmannshäuser aus den 1830er-Jahren.

★ **Polarmuseum** MUSEUM
(Polarmuseet; www.polarmuseum.no; Søndre Tollbodgata 11; Erw./Kind 60/10 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug. 10–19 Uhr, sonst 11–17 Uhr) Das am Hafen gelegene Museum dokumentiert im 1. Stock die frühe Polarforschung, insbesondere die Expeditionen von Nansen und Amundsen. Das Erdgeschoss beherbergt eine gute Ausstellung über das Fallenstellen und die Pelztierjagd auf Svalbard, ehe dort König Kohle das Zepter übernahm. Die explodierenden Harpunen vor dem Gebäude verdeutlichen: Der Wal hatte wirklich keine Chance.

Botanischer Garten BOTANISCHER GARTEN
(Botanisk Hage; Breivika; 24 Std.) GRATIS In den arktischen und alpinen Biotopen des sorg-

fältig gehegten und gepflegten *Botanisk Hage* in Tromsø wachsen Pflanzen aus allen kalten Regionen der Erde. Und: Ja, es ist der nördlichste botanische Garten der Welt. Anfahrt mit Buslinie 20.

Militärmuseum Tromsø MUSEUM
(Tromsø Forsvarsmuseum; ✆ 77 65 54 40; www.tromsoforsvarsmuseum.no; Solstrandveien; Erw./Kind 50/25 nkr; Juni–Mitte Aug. Mi–So 12–17 Uhr, Mai & Mitte Aug.–Sept. nur So) Die Kanonen eines deutschen Artilleriestützpunktes und ein restaurierter Kommandobunker formen den Grundstock des Forsvarsmuseums in Tromsø. Weitere Schwerpunkte sind die Geschichte des riesigen NS-Kriegsschiffs *Tirpitz*, das 1944 in der Nähe versenkt wurde, und der Rückzug der deutschen Wehrmacht aus Leningrad, bei dem ein Großteil der 120 000 Soldaten per Schiff von Tromsø aus evakuiert wurde. Das Museum befindet sich auf dem Festland, neben der E6 und 4,5 km südlich der Brücke von Tromsø. Anfahrt mit den Bussen der Linien 12 und 28.

Aktivitäten

In und um Tromsø hält vor allem der Winter zahlreiche Aktivitäten bereit (Anbieter holen ihre Teilnehmer üblicherweise vom Hotel ab). Dazu gehören Nordlicht-Erlebnistouren, Langlauf- und Schneeschuhtouren, Schlittenfahrten mit Rentieren und Schlittenhunden, Schneeschuhsafaris, Eisfischen und Schneemobiltouren.

Im Sommer kann man beim Wandern, Angeln, bei Gletscherwanderungen und Seekajakfahrten aktiv sein.

Tromsø Villmarkssenter WINTERSPORT
(✆ 77 69 60 02; www.villmarkssenter.no) Tromsø Villmarkssenter bietet Hundeschlittenfahrten von einem bis zu vier Tagen mit Übernachtung im Zelt an. Außerdem stehen in diesem Freizeitzentrum, 24 km südlich des Orts auf der Insel Kvaløya, etliche Sommeraktivitäten wie Wandertouren, Gletscherwanderungen und Seekajakfahrten auf dem Programm.

Active Tromsø ABENTEUERSPORT
(✆ 48 13 71 33; activetromso.no) Zu den Spezialitäten dieses hervorragenden Veranstalters – neben dem gesamten Spektrum an Sommer- und Winteraktivitäten – gehören Hundeschlittenfahrten.

Tromsø Friluftsenter ABENTEUERSPORT
(✆ 90 75 15 83; www.tromso-friluftsenter.no) Sightseeing im Sommer, Bootstouren, jede Menge Winteraktivitäten, Ausflüge zu samischen Zeltsiedlungen ... Besonders faszinierend ist die fünfstündige Buckelwalsafari von Mitte November bis Mitte Januar.

Arctic Adventure Tours ABENTEUERSPORT
(✆ 45 63 52 88; www.arcticadventuretours.no) Das große Angebot reicht von Hundeschlittenfahrten und Skilaufen im Winter bis hin zu Angeln und Wandern im Sommer.

Natur i Nord WINTERSPORT
(✆ 97 51 75 83; www.naturinord.no) Im Winter veranstaltet Natur i Nord Nordlicht-Erlebnistouren, im Sommer steht die Mitternachtssonnen-Variante auf dem Programm.

Tromsø Outdoor OUTDOOR
(✆ 97 57 58 75; www.tromsooutdoor.no; Sjøgata 14; ⏲ Jan. Mo–Fr 10–17, Sa & So bis 16 Uhr, Febr.–April tgl. 9–17 Uhr, Mai–Aug. Mo–Fr bis 16, Sa & So 10–14 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Wer im Sommer und Winter auf eigene Faust aktiv sein will, ist hier an der richtigen Adresse. Tromsø Outdoor verleiht alles Mögliche – von Schneeschuhen über Skier bis hin zu Fahrrädern.

Nordre Hestnes Gård REITEN
(✆ 90 98 26 40; www.nordre-hestnes-gaard.no) Ausritte in der Mitternachtssonne, Wanderungen und andere Sommer- und Winteraktivitäten.

Geführte Touren

Ishavstoget EISENBAHN
(✆ 90 88 16 75; www.ishavstoget.no; Erw./Kind 150/50 nkr; ⏲ Ende Mai–Aug. stdl. 11–16 Uhr) Tromsøs "Spielzeugeisenbahn" zuckelt unter Kommentaren in acht Sprachen zwischen den meisten Sehenswürdigkeiten hin und her, überquert aber nicht die Brücke zur Eiskathedrale. Die Fahrt beginnt und endet am Stortorplatz und dauert 35 Minuten.

Feste & Events

Im Sommer finden halbstündige Mitternachtssonnen-Konzerte (Erw./Kind 150/50 nkr; Mitte Mai–Mitte Aug. 23.30 Uhr) und Orgeldarbietungen (70 nkr; ⏲ Juni und Juli 14 Uhr) in der Eismeerkathedrale statt. Die auf- und abschwellenden Orgelklänge im Licht der Mitternachtssonne, die durch das riesige Westfenster hereinleuchtet, sind ein einzigartiges Erlebnis.

In der Domkirke gibt's halbstündige Orgelkonzerte (70 nkr; ⏲ Juni 17 Uhr, Juli 15 Uhr) mit klassischer Musik und Volksweisen.

Tromsøs weitere jährliche Hauptereignisse finden mitten im Winter statt.

Nordlicht-Festival MUSIK
(www.nordlysfestivalen.no; Jan.) Sechstägiges Musikfestival mit allen Stilrichtungen. Ende Januar.

Samische Woche KULTUR
(Febr.) Teil des Festivals sind die nationalen Rentierschlittenmeisterschaften, bei dem die Teams unter Peitschenknallen die Hauptstraße hinunterfegen. Anfang Februar.

Mitternachtssonnen-Marathon SPORT
(www.msm.no; Juni) Der nördlichste Marathon der Welt findet an einem Samstag im Juni statt. Neben der vollen Marathonstrecke von 42 km gibt es einen Halbmarathon und ein Kinderrennen.

Insomnia Festival MUSIK
(www.insomniafestival.no; Okt.) Ein langes, lautes Oktoberwochenende voller Elektromusik.

Schlafen

Hauptsaison in Tromsø ist der Juni: An der Universität herrscht zu dieser Zeit noch Hochbetrieb und die sommerliche Touristensaison hat bereits begonnen. Reservierungen sind daher unerlässlich. Apartments und Zimmer in Privatpensionen können über die Website der Touristeninformation (www.visittromso.no) unter „Home stays" gebucht werden.

Tromsø Camping CAMPINGPLATZ €
(77 63 80 37; www.tromsocamping.no; Tromsdalen; Auto-/Wohnwagenstellplatz 240/280 nkr, Hütten 750–1690 nkr; Okt.–April; P @) Für Zeltcamper sind die schattigen Stellplätze an einem träge fließenden Bach ein Genuss. Doch die Waschräume und Kochgelegenheiten des riesigen Hüttendorfes sind dem Andrang kaum gewachsen. Anfahrt mit den Bussen der Linien 20 und 24.

★Rica Ishavshotel HOTEL €€
(77 66 64 00; www.rica.no/ishavshotel; Fredrik Langes gate 2; Zi. 1045–1695 nkr; @) Das Hotel in erstklassiger Lage am Kai, direkt bei den Fischerbooten und Frachtern, ist an seiner hohen, mastartigen Turmspitze zu erkennen. Im Sommer sind hier zeitweise bis zu fünf Reisegruppen gleichzeitig zu Gast, sodass Reservierungen unerlässlich sind. Fast die Hälfte der attraktiven Zimmer (darunter viele Einzelzimmer) bietet einen fantastischen Blick über die Bucht. In letzter Zeit wurden einige Zimmer erweitert und renoviert – was ihren Reiz nur noch erhöht hat. Im Restaurant **Brasseriet** (77 66 64 00; Hauptgerichte 210–375 nkr) und der Bar Skibsbroen (S. 338) sind sowohl Gäste als auch Nicht-Gäste zum Genießen eingeladen.

Ami Hotel HOTEL €€
(77 62 10 00; www.amihotel.no; Skolegata 24; EZ/DZ 740/910 nkr, mit Gemeinschaftsbad 640/790 nkr; P @) Der ruhige und freundliche Familienbetrieb liegt an einer autofreien Straße neben dem Park. Zum Angebot zählen eine gut ausgestattete Gästeküche und mehrere Aufenthaltsräume mit TV, Internetzugang und kostenlosem Tee und Kaffee. Wer etwas dazu knabbern will, bedient sich einfach und trägt sich in die Liste ein.

Clarion Hotel Aurora HOTEL €€
(77 78 11 00; www.nordicchoicehotels.no; Sjøgata 19/21; EZ/DZ ab 900/940 nkr; @) Das elegante 121-Zimmer-Hotel ragt wie ein Schiffsbug ins Meer hinaus. Seine Architektur ist beeindruckend – ungewöhnliche Winkel, viel Aluminium, Bilder an den Zimmerdecken, Sauna. Im obersten Stock können Whirlpoolfans im Sprudelbad den malerischen Blick über Hafen und Berge genießen. Auch im Restaurant ist der Ausblick über den Fjord einmalig.

Radisson Blu Hotel Tromsø HOTEL €€
(77 60 00 00; www.radissonblu.com/hotel-tromso; Sjøgata 7; EZ/DZ ab 945/1195 nkr; P @) Erst kürzlich wurden die Zimmer umfassend renoviert und der öde, wuchtige Klotz hat einen attraktiven Anbau erhalten. Etwa die Hälfte der 269 Zimmer (die 100 nkr extra für eins im neuen Flügel lohnen sich) bieten einen Blick auf den Hafen. Zum Hotel gehören eine nette Kneipe, das Rorbua, und ein gutes „Arctic-Menu"-Restaurant.

Rica Grand Hotel HOTEL €€
(77 75 37 77; www.rica.no; Storgata 44; Zi. 790–1690 nkr; P @) Das Grand ist Tromsøs ältestes Hotel. Aber da es zweimal abgebrannt ist, hat sich nicht viel Historisches darin erhalten. Die beiden obersten Stockwerke sind nagelneu und die Zimmer daher besonders schön. Beim ausgesprochen üppigen Frühstück kann man sich u. a. frisches Obst und warme Gerichte schmecken lassen.

Essen

In Tromsø sind die Grenzen zwischen Restaurant, Café und Kneipe oft fließend und viele Lokale erfüllen alle drei Funktionen – sei es zu verschiedenen Tageszeiten oder gleichzeitig.



Driv CAFÉ, RESTAURANT €

(www.driv.no; Tollbodgata 3; Hauptgerichte 115–185 nkr; Küche 11–18 Uhr, Bar 11.30–1.30 Uhr) Das von Studenten geführte Lokal in einem umgebauten Lagerhaus serviert herzhafte Burger (unbedingt empfehlenswert: der frisch zubereitete Driv Burger) und tolle Salate. Außerdem organisiert es Musik- und Kulturveranstaltungen; jeden Samstag ist Disco angesagt. Im Winter wärmt der Whirlpool im Freien.

Knoll og Tott SANDWICHES €

(Storgata 62; Snacks & leichte Mahlzeiten ab 89 nkr; Mo–Fr 8–18, Sa 10–16 Uhr) Das beliebte Restaurant über zwei Stockwerke, geführt von einem fröhlichen, jungen Team, ist mit seinen frischen Salaten, knusprigem Baguette und selbst gemachter Quiche ideal für den Mittagsimbiss. Zum Dort-Essen oder Mitnehmen.

★ Emma's Under NORWEGISCH €€

(77 63 77 30; www.emmas.as; Kirkegata; Hauptgerichte 155–295 nkr; Mo–Fr 11–22, Sa 12–22 Uhr) Das lauschige, raffinierte Lokal ist einer der beliebtesten Mittagsoptionen in Tromsø. Auf der Speisekarte stehen nordnorwegische Klassiker wie Rentierfilet, Lamm und Stockfisch. Im oberen Stockwerk ist das renommierte und formellere Gourmetrestau-

Tromsø

Highlights
1 Polarmuseum D1
2 Polaria A5

Sehenswertes
3 Nordnorwegisches Kunstmuseum C3
4 Bibliothek B2
5 Blåst B5
6 Domkirke C3
7 M/S Polstjerna A5
8 Brauerei Mack A5
9 Perspektivet C1
10 Katholische Kirche Tromsø C1
11 Tromsø Kunstforening A5

Aktivitäten, Kurse & Touren
12 Ishavstoget C2
13 Tromsø Outdoor C2

Schlafen
14 Ami Hotel A2
15 Clarion Hotel Aurora C2
16 Radisson Blu Hotel Tromsø C3
17 Rica Grand Hotel B3
18 Rica Ishavshotel D3

Essen
19 Arctandria C4
20 Aunegården C2
Brasseriet ..... (siehe 18)
21 Circa B4
22 Driv D1
23 Emma's Drømekjøkken C3
Emma's Under ..... (siehe 23)
24 Fiskekompaniet C2
25 Knoll og Tott B3
26 Pastafabrikken C2
Presis ..... (siehe 21)

Ausgehen & Nachtleben
27 Bastard B4
28 Blå Rock Café B4
Ølhallen Pub ..... (siehe 8)
29 Skarven C4
Skibsbroen ..... (siehe 18)
30 Tromsø Jernbanestasjon B4
31 Verdensteatret C1

rant **Emma's Drømekjøkken** (☎ 77 63 77 30; Kirkegata; Hauptgerichte 295–365 nkr; ⏲ Mo–Sa 18–24 Uhr) untergebracht. Unbedingt im Voraus reservieren!

Aunegården
NORWEGISCH €€

(☎ 77 65 12 34; www.aunegarden.no; Sjøgata 29; Hauptgerichte mittags 112–196 nkr, Hauptgerichte abends 246–329 nkr; ⏲ Mo–Sa 10.30–23 Uhr) In den zahllosen gemütlichen Nischen und Winkeln dieses fantastischen Café-Restaurants kann man sich fast verirren. Es befindet sich in einem Gebäude aus dem 19. Jh., das bis 1996 noch eine Metzgerei beherbergte, und versprüht jede Menge Flair. Auf der Karte stehen exzellente Salate, Sandwichs und Hauptgerichte. Wer keine volle Mahlzeit mag, macht mit einem Kaffee und einem der ausgezeichneten Kuchen auch keinen Fehler.

Circa
CAFÉ €€

(☎ 77 68 10 20; www.circa.as; Storgata 36; Hauptgerichte 165–195 nkr; ⏲ Mo & Di 18–24, Mi & Do 18–1.30, Fr & Sa 19–3 Uhr; 📶) Das Circa (Ungefähr) und sein Nachbar Presis (Genau) im Stockwerk darüber gehören dem gleichen Besitzer und ergänzen sich gegenseitig. Das geräumige Circa bietet Barbetrieb und leichte Snacks. Bis 17 Uhr serviert es leckere Pasta, Salate und Sandwichs. Danach lockt es mit Jazz und elektronischer Musik die 25- bis 35-Jährigen. Die Auswahl an internationalen Bieren ist großartig! Das **Presis** (☎ 77 68 10 20; www.circa.as; Storgata 36; Tapas ab 75 nkr; ⏲ Di–Fr 16–23, Sa 18–23 Uhr) ist ruhiger und serviert Tapas.

Pastafabrikken
ITALIENISCH €€

(☎ 77 67 27 82; Sjøgata 17; Pizza & Pasta ab 130 nkr, Hauptgerichte 135–165 nkr; ⏲ Mo–Sa 11–23, So 14–22 Uhr) Dieses erfrischende Lokal ist ideal für einen Kaffee, ein Mack's Bier oder ein gutes Stück Italien. Die Einrichtung besteht aus Barhockern, gemütlichen Sesseln und Holz, wohin man schaut: Sogar die Decke ist holzverkleidet. Nudeln (mit 17 Soßenvariationen) und Pizza werden vor den Augen der Gäste von Hand gemacht. Im Vergleich mit anderen italienischen Restaurants in Norwegen ist hier alles deutlich hochwertiger – und zwar von der Deko bis zum Essen.

Fiskekompaniet
MEERESFRÜCHTE €€€

(☎ 77 68 76 00; www.fiskekompani.no; Killengrens gate; Hauptgerichte ab 325 nkr, 3-gängiges Menu 565 nkr; ⏲ 16–23 Uhr) Das Fiskekompaniet – mit seiner Top-Lage am Hafen – ist schon seit Langem Tromsøs Favorit, was Fisch und Meeresfrüchte angeht. Die raffiniert zubereiteten Vor- und Hauptspeisen stammen allesamt aus dem Meer, das Ambiente ist gleichzeitig klassisch und modern. Auf jeden Fall eines der köstlichen Abend-Desserts bestellen!

Arctandria
MEERESFRÜCHTE €€€

(☎ 77 60 07 25; www.skarven.no; Strandtorget 1; Hauptgerichte 265–345 nkr; ⏲ Mo–Sa 16–24 Uhr)

Das Restaurant im oberen Stock – und im oberen Preisbereich – lockt mit frischestem Fisch in großen Portionen, Walsteak sowie Robbenfleisch als Vorspeise. Köstlich ist das Dessert aus Crême Brulée mit Moltebeeren.

Ausgehen & Unterhaltung

★ Skibsbroen COCKTAILBAR
(Mo–Do 20–2, Fr & Sa 18–3.30 Uhr) Wer den besonderen Ausblick über Hafen, Fjord und Berge sucht, nimmt den Aufzug zum vierten Stock des Rica Ishavshotel, wo sich die gemütliche Hotelbar Skibsbroen (Schiffsbrücke) eingenistet hat. Das Personal ist freundlich, die Cocktails erstklassig und der Ausblick über den Rest der Welt unschlagbar.

Ølhallen Pub KNEIPE
(Mo–Sa 9–18 Uhr) Leckere Biere dort probieren, wo sie gebraut werden – das kann man im Ølhallen Pub der Mack Brauerei. Die wohl einzige Kneipe der Welt, die abends dicht macht, schenkt acht verschiedene Biere aus.

Verdensteatret CAFÉ
(Storgata 93b; Mo–Do 11–2, Fr & Sa 11–3.30, So 13–2 Uhr;) Norwegens ältestes Lichtspielhaus begeistert Cineasten und Kaffeefreunde. Die hippe Bar bietet kostenloses WLAN und am Wochenende gibt's einen DJ. In der übrigen Zeit legt der Barkeeper etwas aus der riesigen Schallplattensammlung auf – das kann von Klassik bis zu tiefstem Underground reichen. Auch ein Blick in das prachtvolle Kino lohnt sich: Malereien schmücken die Wände vom Boden bis zur Decke.

Blå Rock Café BAR
(Strandgata 14/16; 11.30–2 Uhr) Das lauteste und ausgelassenste Lokal der Stadt bietet Themenabende, fast 50 Biersorten, gelegentlich Bands und am Wochenende DJs. Aufgelegt wird natürlich Rock. Montags ist den ganzen Tag Happy Hour.

Skarven BAR
(www.skarven.no; Strandtorget 1; ab 11 Uhr) Das Skarven hat eine große Uferterrasse und serviert gutes Kneipenessen bei netter Atmosphäre am Wasser.

Tromsø Jernbanestasjon BAR
(Strandgata 33; 15–2 Uhr) Diese sympathische Kneipe mit echten Sitzen aus einem ehemaligen Zugabteil steht ganz unter dem Motto „Eisenbahn" – ein typisches Beispiel für den hiesigen Humor, denn einen Bahnhof hat es in Tromsø nie gegeben.

Bastard BAR, CLUB
(Strandgata 22; Mo–Sa 18–2, So 15–23 Uhr) Das Bastard (mit Betonung auf der zweiten Silbe) ist eine coole Kellerkneipe mit niedriger Balkendecke und weißem Fell an den Wänden (keine Angst: Es ist kein Eisbärenfell). Bis zu dreimal pro Woche spielen Bands, freitags und samstags legen DJs anspruchsvolleren House und Underground auf. Ein Teil der Stammkundschaft kommt vor allem wegen des Fußballs: Die Spiele norwegischer und britischer Mannschaften werden hier live übertragen. Die Würste werden eigens für Bastard hergestellt, passen super zu Bier und sind hervorragend gegen die Hungerattacken eines längeren Trinkgelages.

TRINKFEST IN TROMSØ

Man braucht schon Kondition, um mitzuhalten. Nach der Arbeit treffen sich die Freunde zum *fredagpils*, dem „Freitagsbierchen", um den Abend zu planen. Dann ist es Zeit für das *vorspiel (Vorspiel)*, das Ölen der Kehlen bei einem Freund zu Hause, ehe man sich so gegen Mitternacht in einen Club oder eine Bar aufmacht. Wenn die Kneipen um 3.30 Uhr dicht machen, ist es Zeit für *fyllemat* (Nachschubzeit): An einem der Imbissstände, die vor den größeren Lokalen warten, stärkt sich die Runde mit einem Burger, Kebab oder Hotdog – ehe es wieder für ein paar Stunden zu einem Freund geht: zum *nachspiel (Nachspiel)*.

Danach ist es für die Mittelstreckenleute Zeit, ins Bett zu gehen. Die harten Marathonmänner hingegen stehen schon vor der Ølhallen und warten, dass sie um 9 Uhr aufmacht. „Wer noch stehen kann, wird auch bedient!", lautet das Motto hinter dem Tresen.

Praktische Informationen

Touristeninformation (77 61 00 00; www.visittromso.no; Kirkegata 2; Mitte Mai–Aug. Mo–Fr 9–19, Sa & So 10–18 Uhr, sonst kürzere Öffnungszeiten) Hier gibt's einen umfassenden Führer für Tromsø. Hat zwei kostenlose Internetzugänge.

An- & Weiterreise

AUTO & MOTORRAD

Ein eigenes Fahrzeug bietet die beste Möglichkeit, den äußersten Norden Norwegens zu erkunden. Alle größeren Autovermieter haben einen Schalter am Flughafen. Im Sommer sind

die Preise hoch und Reservierungen unerlässlich; im Winter hingegen können Mietwagen ganz günstig sein.

BUS

Der zentrale Busbahnhof (auch Prostneset genannt) liegt an der Kaigata, neben dem Kai der Hurtigruten. Bis zu dreimal täglich fährt ein Expressbus von und nach Narvik (240 nkr, 4¼ Std.) und mindestens einmal von/nach Alta (560 nkr, 6½ Std.). Von Alta aus geht ein Bus nach Honningsvåg und von dort ein weiterer zum Nordkap.

FÄHRE

Schnellfähren verbinden zwei- bis viermal täglich Tromsø und Harstad (2½ Std.) via Finnsnes (1¼ Std.). Tromsø ist außerdem ein wichtiger Hafen der Hurtigruten.

FLUG

Der **Flughafen Tromsø** (☎ 77 64 84 00; www.avinor.no), Drehscheibe des hohen Nordens, bietet Direktflüge mit Scandinavian Airlines von/nach Oslo, Bergen, Narvik/Harstad, Bodø, Trondheim, Alta, Hammerfest, Kirkenes und Longyearbyen.

Norwegian (www.norwegian.no) fliegt von/nach London (Gatwick), Edinburgh, Dublin und Oslo.

Unterwegs vor Ort

AUTO & MOTORRAD

Im Zentrum von Tromsø gibt es jede Menge gebührenpflichtige Parklätze. Eine Alternative ist das riesige, direkt in den Berg gebaute Trygg-Parkhaus mit einer Zufahrt von der Vestregata (nicht für Wohnanhänger und Wohnmobile).

VOM/ZUM FLUGHAFEN

Tromsøs Flughafen liegt ungefähr 5 km vom Ortszentrum entfernt auf der Westseite der Insel Tromsøy. **Flybuss** verkehrt zwischen dem Flughafen und dem Rica Ishavshotel (einfach/hin & zurück 70/100 nkr, 15 Min.). Er fährt entsprechend den Ankunfts- und Abflugzeiten und hält bei den größeren Hotels. Zum selben Preis fährt auch ein privater Minibusservice von/zu vielen Hotels. Details erfährt man direkt über die Hotels.

Ein Taxi zwischen Flughafen und Zentrum kostet etwa 200 nkr.

Rund um Tromsø

Sommarøy & Kvaløya

Dieser halbtägige Ausflug ab Tromsø steht unter dem Motto „Der Weg ist das Ziel“. Und dieser hat's in sich: Er folgt einer absolut malerischen und nur wenig befahrenen Strecke über die Insel Kvaløya, überwiegend einen flachen Strand entlang bis zu der kleinen Insel Sommarøy.

Bei Ankunft von Senja mit der Botnhamn-Brensholmen-Fähre (www.senjafergene.no) und anschließender Fahrt über die Insel Kvaløya nach Westen in Richtung Tromsø ist der Ausblick genauso spektakulär.

Schlafen

Sommarøy Kurs & Feriesenter HOTEL €€
(☎ 77 66 40 00; www.sommaroy.no; EZ/DZ ab 1090/1290 nkr, 6–8-Bett-Hütte 2000–3000 nkr; P @ ᯤ) Im Sommarøy Kurs & Feriesenter – mit Restaurant, Bar, Kinderspielplatz, Whirlpool und Sauna – kann man etwas trinken, eine Kleinigkeit essen oder auch übernachten. Die Zimmer sind modern, hell und funktional.

Lyngener Alpen

Einige der wildesten Gipfel ganz Norwegens bilden das Rückgrat der stark vergletscherten Halbinsel Lyngen, östlich von Tromsø. Den besten Blick auf diese stark zerklüftete Bergwelt hat man von der Ostküste des 150 km langen Lyngenfjords. Die Gipfel, darunter als höchster der Jiekkevarre (1837 m), sind ein Paradies für Kletterer. Doch das anspruchsvolle Gletschergebiet ist nur etwas für Erfahrene.

Das Lyngsdalen oberhalb des Dorfes Furuflaten hingegen ist ein beliebtes und besser zugängliches Wandergebiet. Die übliche Route beginnt am Fußballplatz südlich der Brücke über den Lyngdalselva und führt das Tal hinauf zur Spitze des Sydbreen-Gletschers, 500 m über dem Meer.

Die beste Wanderkarte ist das Blatt *Lyngenhalvøya* von Statens Kartverk (1:50 000).

Aktivitäten

Tour in Lyngen Alps ABENTEUERSPORT
(☎ 91 73 54 97; www.tourinlyngenalps.no) Das Unternehmen bietet ein breites Spektrum an Aktivitäten: von Ausritten (1645 nkr) und Bergwanderungen (1095 nkr) über Seekajakfahren (1645 nkr) und Fjordangeln (2095 nkr) bis hin zu Gletscherwanderungen (1195 nkr).

Senja

Senja, Norwegens zweitgrößte Insel, ist landschaftlich so reizvoll wie die Lofoten, wird aber weit weniger besucht. Auf der gesamten Strecke entlang ihrer Nordküste haben wir nur zwei ausländische Fahrzeuge gesehen.

Die „Innersida“, die Ostküste gegenüber dem Festland, ist eine weite, landwirtschaftlich genutzte Ebene. Das kahle, zerklüftete Innere der Insel hingegen ist von Birkenwäldern, Mooren und Seen bedeckt. Entlang der Nordwestküste, der „Yttersida“, erheben sich messerscharfe Felsspitzen direkt aus dem Eismeer. Die als „Nationale Touristenstraßen“ ausgezeichneten und kaum befahrenen Straßen Rv86 und Rv862 führen durch abgelegene Fischerdörfer wie Hamn und Mefjordvær. Die überwiegend ebene, nur leicht hügelige Strecke verläuft fast immer in Sichtweite der Küste und ist ein Traum für Radfahrer. Unterwegs lohnt sich ein Stopp am **Aussichtspunkt Tungeneset**. Klettert man dort über die breiten, verwitterten Felsplatten, so eröffnet sich ein schöner Blick auf die spitzen Gipfel im Westen und die sanfter geformten Bergkämme im Osten.

Sehenswertes

Senjatrollet FREIZEITPARK
(www.senjatrollet.no; Erw./Kind 120/80 nkr; Juni–Aug. 9–21 Uhr) Außerhalb von Skandinavien kann die Konkurrenz zwar kaum riesig sein. Trotzdem: Der Senja Troll ist laut *Guinness Buch der Rekorde* mit 18 m und 125 000 kg weltweit der größte Troll. Kinder werden mit Freuden auf dem Traktor und dem Eisenbahnwaggon herumsteigen; im Café gibt's für die Eltern schöne Zinnobjekte zu bewundern – und endlose Regale voller warzenübersäter Trolle mit Hasenzähnen. Wer will, kann sogar in den Bauch des grinsenden Riesen marschieren und sein Innenleben auskundschaften.

Schlafen

Hamn i Senja FERIENHAUS €€
(77 85 98 80; www.hamnisenja.no; EZ/DZ 915/1130 nkr; P) Das entzückende Hamn i Senja sitzt fernab von allem in einer kleinen Bucht, wo einst ein Fischerdörfchen stand. Nach einem verheerenden Brand, der das gesamte Anwesen zerstörte, ist heute alles schick und neu. In der Nähe befindet sich der kleine Damm, der das Wasser für das angeblich erste Wasserkraftwerk der Welt staute (errichtet 1882).

An- & Weiterreise

Zwei bis drei Busse pro Tag fahren von Finnsnes nach Tromsø (2¾ Std.) und Narvik (3 Std.) mit Anschluss in Buktamoen.

Schnellfähren verbinden zwei- bis dreimal täglich Finnsnes mit Tromsø (1¼ Std.) und Harstad (1¾ Std.).

Die gesamte Nordwestküste – von Grylleford (Autofähre von/nach Andenes) bis Botnhamn (Autofähre von/nach Brensholmen auf Kvaløy) und anschließend weiter nach Tromsø – kann auch mit dem Auto befahren werden.

Im Sommer verkehrt Richtung Westen eine Autofähre zwischen Skrolsvik, an der Südküste von Senja, und Harstad (1½ Std., 2-bis 4-mal tgl.).

In Finnsnes legen auch die Küstenfähren der Hurtigruten an.

Setermoen & Umgebung

Die waldreiche Stadt Setermoen ist in Norwegen vor allem als Truppenübungsplatz und Zentrum für Nato-Manöver bekannt. Der Ort selbst hat wenig zu bieten.

Sehenswertes

Polarpark ZOO
(www.polarpark.no; Erw./Kind 215/125 nkr; Juni–Aug. 9–18 Uhr, Sept.–Mai Mo–Fr 9–16, Sa & So 12–16 Uhr) Der große Freilichtzoo liegt 23 km südwestlich von Setermoen und 3,3 km östlich der E6. Hier leben einheimische Tiere der nordeuropäischen Taiga (sumpfiges Waldgebiet) in großzügigen Gehegen, die sich – sieht man über die Metallgitter hinweg – kaum vom Birkenwald der Umgebung abheben. Hier kann man jene scheuen Genossen beobachten, die einem überall in Norwegen von Postkarten entgegenblicken: Elche, Braunbären, Hirsche, Moschusochsen, Rentiere, Wölfe, eurasische Luchse, Vielfraße, Dachse sowie Rot- und Polarfüchse. Ein besonderes Erlebnis ist es, die Tierpfleger auf ihrer Raubtierfütterungstour zu begleiten (normalerweise um 13 Uhr, aktuelle Auskünfte gibt's am Eingang) und dabei mit der Tierwelt auf Tuchfühlung zu gehen.

Kirche von Setermoen KIRCHE
(Ende Juni–Anfang Aug. Mo–Sa 10–17 Uhr) Im Vorbau dieser achteckigen Kirche aus dem frühen 19. Jh. ist eine Glocke von 1698 ausgestellt. Das geniale Heizsystem mit Holzöfen und Heißwasserrohren unter den Kirchenbänken dürfte selbst bei sehr langen Predigten für eine passable (wenn auch möglicherweise schlafende) Besucherzahl sorgen.

Forsvarsmuseum MILITÄRMUSEUM
(Erw./Kind 60 nkr /frei; Mo–Fr 10–15 Uhr) Wer etwas für Kriegsspiele übrig hat, wird gerne

das Troms Verteidigungsmuseum besuchen. Drinnen gibt es anschauliche Dioramen und draußen mehr als 20 Militärfahrzeuge.

Schlafen

Bardu Hotell HOTEL €€
(☎ 77 18 59 40; www.barduhotell.no; Toftakerlia 1; EZ/DZ ab 1000/1200 nkr; P @ ☜ ♨) Die Lobby hat zahlreiche Tierfelle an den Wänden und sieht aus wie eine Jagdhütte. Die Zimmer hingegen sind nach Themen wie den vier Jahreszeiten oder Adam und Eva dekoriert. Das Hotel mit viel Flair ist beliebt bei Reisegruppen und Besuchern der Garnison – sicher nicht zuletzt wegen der gemütlichen Bar und dem Restaurant Trollstua. Sauna, Whirlpool und der ganzjährig beheizte Pool sind für Gäste kostenlos.

WESTLICHE FINNMARK

Die wilde Nordküste der Finnmark ist gesprenkelt mit Fischerdörfern und tief eingeschnitten von riesigen Fjorden, während das ausgedehnte Inland von dem breiten Plateau der Finnmarksvidda beherrscht wird, einer kahlen Wildnis.

Geschichte

Die Finnmark ist seit ca. 12 000 Jahren besiedelt. Als Erstes lebten die Komsa als Jäger in der Küstenregion. Später bewohnten die Samen als Fischer oder Rentierhirten entweder die Küste oder das weite Inland.

In jüngerer Zeit, gegen Ende des Zweiten Weltkriegs, wurde nahezu jede Ortschaft der Finnmark von den zurückweichenden Nazitruppen zerstört. Diese Politik der verbrannten Erde sollte dazu dienen, die vorrückenden Sowjets aufzuhalten. Die Ortschaften wurden bald wieder aufgebaut, aber leider hielt man einen kastenförmigen Gebäudestil für den effizientesten. Daher sind – ganz im Gegensatz zu der großartigen natürlichen Umgebung – die meisten Orte der Finnmark heute architektonisch eher langweilig anzusehen.

Alta

19 822 EW.

Obwohl der Fischerort Alta mit seinem Schiefersteinbruch auf 70° nördlicher Breite liegt, ist das Klima dort recht mild. Das Alta-Museum mit uralten Felszeichnungen ist ein Muss – und der üppig grüne Sautso-Alta-Canyon ist atemberaubend und nur einen Katzensprung entfernt.

Der weitläufige Ort erstreckt sich 15 km die Küste entlang. Die beiden Hauptzentren liegen etwa 2 km voneinander entfernt: das bergige Bossekop im Westen und mehr im Zentrum der Ortsteil Sentrum mit seinen öden Blocks und Parkflächen, aber auch mit einem autofreien Hauptplatz.

VORSICHT, RENTIER!

Autofahrer sollten auf Rentiere achten. Sie stellen zwar keine Gefahr dar und sind eher eine Freude als ein Ärgernis, aber sie können einen ganz schön aufhalten und zu sehr abrupten Stopps zwingen. Manchmal sind sie in kleinen Gruppen unterwegs, hin und wieder aber auch in riesigen Herden – so oder so: Ein lebloses Auto lässt sie völlig kalt. Wenn sie sich nicht von der Stelle rühren: einfach aussteigen und auf die Tiere zugehen; dann werden sie sich gemächlich davonmachen.

Sehenswertes

Alta Museum MUSEUM
(www.alta.museum.no; Altaveien 19; Erw./Kind Mai–Sept. 95/25 nkr, Okt.–April 65/15 nkr; ⏲ Mai–Mitte Juni 8–17 Uhr, Mitte Juni–Aug. bis 20 Uhr, Sept.–April Mo–Fr 8–15, Sa & So 11–16 Uhr) Das tolle Museum liegt in Hjemmeluft, am westlichen Stadtrand und informiert mit Ausstellungen und Schautafeln über die Kultur der Samen, die militärische Geschichte der Finnmark, das Alta-Staudammprojekt und die Aurora Borealis (Polarlicht). Bei den Felsen ringsum, die zum Weltkulturerbe der Unesco erklärt wurden, sind rund 6000, äußerst beeindruckende Zeichnungen aus der späten Steinzeit zu bewundern. Sie sind zwischen 2000 und 6000 Jahre alt.

Als der Meeresspiegel nach der letzten Eiszeit sank, kratzten unsere Vorfahren ihre Motive in immer geringerer Höhe in den Fels: Jagdszenen, Fruchtbarkeitssymbole, Bären, Elche, Rentiere und bemannte Boote, alle ausgefüllt mit roter und ockergelber Farbe (die auch ihre ursprüngliche Farbe gewesen sein soll). Am Hauptgebäude beginnt ein 3 km langer Weg, der die Zeichnungen untereinander verbindet. Das Museum ist auch im Winter geöffnet. Da viele Zeichnungen dann aber unter Schnee verborgen sein können, ist der Eintritt ermäßigt.

ABSEITS DER ÜBLICHEN PFADE

ØVRE-DIVIDAL-NATIONALPARK

Zwischen Setermoen und der schwedischen und finnischen Grenze liegt der wilde, straßenlose, von Seen gesprenkelte Øvre-Dividal-Nationalpark, eine entlegene, halb bewaldete Wildnis auf 750 km² Hochland mit zahlreichen alpinen Gipfeln und Ausblicken. Der Park beheimatet zahlreiche Wildtiere, z. B. Braunbären, Wölfe, Polarfüchse, Eurasische Luchse und eine der dichtesten Vielfraß-Populationen in ganz Europa.

Die beliebteste Wanderung ist der achttägige Grenzweg von Troms. Er führt zum Abisko-Nationalpark in Nordschweden und hier zum Startpunkt des bekannten schwedischen Wanderwegs Kungsleden. *Turkart Indre Troms* von Statens Kartverk im Maßstab 1:100 000 ist die beste Karte für den Grenzweg von Troms und die Verbindung zum Abisko. Im Sommer treiben einen die Mücken in den Wahnsinn – also: Netz über den Kopf, großzügig Mückenschutz auftragen und so viele der kleinen Biester erschlagen wie möglich, um den Nachfolgenden einen Dienst zu erweisen.

Im Winter können Besucher an einer Hundeschlittenfahrt durch das arktische Norwegen teilnehmen – im Windschatten des bekannten und findigen Hundeschlittenführers **Bjørn Klauer** (huskyfarm.de). Zusätzlich zu den Touren durch den Nationalpark bietet der Musher auch Ausflüge in die tiefere Finnmark an. Im Sommer organisieren er und sein Team Fahrrad- und Kanuausflüge. Wer will, kann die zahlreichen ausgeschilderten Wege in der Nähe aber auch auf eigene Faust erwandern. Schöne Übernachtungsmöglichkeiten gibt's auf Klauers Huskyfarm.

Nordlichtkathedrale KIRCHE
(Løkkeveien; Mo–Fr 11–15, Sa 10–13 Uhr, So Messe 11 Uhr). Sie ist auf dem besten Wege, eine wahre architektonische Landmarke für den Norden zu werden: die 2013 eröffnete Nordlichtkathedrale neben dem Rica Hotel Alta. Wie eine Skulptur schraubt sich das kühn gestaltete Bauwerk spiralförmig in die Höhe, die Fassade ist mit Titanplatten verkleidet. Innen ist es ebenso spektakulär – mit der ultramodernen, 4,3 m hohen Christus-Bronzeskulptur des dänischen Künstlers Peter Brandes. Sie wird immer heller, je weiter man seine Augen an ihr hochwandern lässt.

Am beeindruckendsten präsentiert sich die Kathedrale im Winter, wenn sie vor der Kulisse des Polarlichts mit Flutlicht angestrahlt wird. Einfach überwältigend!

Feste & Events

Borealis Alta FRÜHLINGSFESTIVAL
(März) Ein fünftägiges Fest mit Konzerten und Kulturveranstaltungen, um die Düsternis des Winters zu vertreiben.

Finnmarksløpet 1000-km-Hundeschlittenrennen HUNDESCHLITENRENNEN
(www.finnmarkslopet.no; März) Das längste Hundeschlittenrennen Europas fällt zeitlich mit der Borealis Alta zusammen.

Alta Blues & Soul Festival MUSIK
(www.altasoulogblues.no; Juni) Bringt norwegische Bands und Stars in den hohen Norden.

Schlafen

Wisløff Camping CAMPINGPLATZ €
(78 43 43 03; www.wisloeff.no; pro Pers./Stellplatz 30/180 nkr, Hütten 495–1300 nkr) Wisløff Camping, 3,5 km südlich der E6 an der Rv93 nach Kautokeino gelegen, ist einer von drei hervorragenden Campingplätzen am Flussufer in Ovre Alta. Der Platz wurde im Jahr 2000 vom norwegischen Campingclub als „Campingplatz des Jahres" ausgezeichnet – ein Prädikat, das er nach wie vor verdient. Auch unsere Leser haben uns davon berichtet, wie begeistert sie sind.

★ Rica Hotel Alta HOTEL €€
(78 48 27 00; www.rica.no; Løkkeveien 61; EZ/DZ ab 850/1050 nkr; @) Altas bestes Hotel bietet attraktive Zimmer (einige mit großen Fotografien der Nordlichter) und hervorragenden Service. Die schönsten Zimmer gehen Richtung Westen mit Blick über die Kathedrale. Auch das Restaurant ist sehr gut und es gibt eine Bar (So geschl.).

Thon Hotel Vica HOTEL €€
(78 48 22 22; www.thonhotels.no; Fogdebakken 6; EZ/DZ ab 820/1120 nkr; P @) Schon der ausgestopfte Braunbär am Eingang heißt die Gäste des Vica herzlich willkommen. Bis vor Kurzem war das frühere Bauernhaus aus Holz noch ein Familienbetrieb – und es strahlt noch immer eine persönlichere Note aus als viele andere Hotels der Kette. Es gibt eine Sauna (100 nkr), einen dampfenden

Whirlpool im Freien (besonders schön im Winter, wenn ringsum alles verschneit ist) und ein gutes Restaurant.

Bårstua Gjestehus GÄSTEHAUS €€
(☎ 78 43 33 33; www.baarstua.no; Kongleveien 2a; Zi. 770–1000 nkr) Das freundliche B&B liegt etwas zurückgesetzt an der E6. Seine acht Zimmer mit eindrucksvollen Fotografien sind gepflegt und gut eingerichtet. Jedes hat außerdem passende Einrichtungen für alle Selbstversorger.

Essen & Trinken

Alfa-Omega CAFÉ €€
(www.alfaomega-alta.no; Markedsgata 14-16; Hauptgerichte mittags ab 169 nkr, Hauptgerichte abends 216–329 nkr; ⏲ Mo–Sa 11–24 Uhr) Wie der Name vermuten lässt, hat das Lokal zwei Gesichter: Das Omega ist ein modernes Café (11–24 Uhr), das Salate, Sandwichs, Pasta und Kuchen serviert. Besonders beliebt ist das Ole Mattis Sandwich mit Rentiersteak. Das Alfa hingegen ist eine nette, zwanglose Bar, die ab 20 Uhr zum Leben erwacht. Die Terrasse liegt am faden Hauptplatz von Alta, ist aber trotzdem im Sommer von der Sonne geküsst.

Rica Hotel Alta Restaurant NORWEGISCH €€
(☎ 78 48 27 00; ww.rica.no; Løkkeveien 61; Hauptgerichte 150–312 nkr; ⏲ 18–23 Uhr) Im Restaurant des Rica kann man sich arktische Spezialitäten wie Rotforelle und einige kreative Lachsgerichte schmecken lassen.

★Restaurant Haldde NORWEGISCH €€€
(Hauptgerichte 249–349 nkr; ⏲ Mo–Do 16–22, Fr & Sa 16–23, So 13–22 Uhr) Das exzellente Restaurant des Quality Hotel Vica bereitet seine hervorragenden Gerichte fast ausschließlich aus Produkten der Region zu. Besonders lecker sind z. B. das Rentiersteak, der gegrillte Kabeljau und das Dessert *Aroma der Finnmark* aus Moltebeeren und einem Blaubeer-Preiselbeer-Sorbet.

Barila BAR
(Parksentret Bldg, Sentrum; ⏲ Mo–Do 11–13, Fr & Sa 11–15, So 18–1 Uhr) Das schicke, kesse kleine Lokal serviert hervorragenden Kaffee, gutes Bier und exotische Cocktails.

Praktische Informationen

Touristeninformation (www.alta-kommune.no; Markedsgata 3; ⏲ Mo, Di & Do 10–19, Mi & Fr 10–16 Uhr, Juni–Aug. Sa 11–15 Uhr, sonst Mo–Sa bis 15.30 Uhr) In der Bibliothek.

RUNDGÄNGE

Am beliebtesten ist der kurze Rundgang (1,2 km, ca. 45 Min., inkl. Zeit zum Schauen) am Alta-Museum. Die längere Variante (Gesamtentfernung 2,1 km, 1¼ Std.) beginnt mit einem recht steilen Abstieg, gefolgt von einem angenehmen Spaziergang am Meer, der zu weiteren Steinzeitzeichnungen führt.

An & Weiterreise

Der **Flughafen von Alta** (☎ 78 44 95 55; www.avinor.no)) liegt 4 km nordöstlich von Sentrum am Elvebakken. **SAS** bietet Direktflüge von/nach Oslo, Tromsø, Hammerfest, Lakselv und Vadsø; **Norwegian Airlines** verbindet Alta mit Oslo.

Busse fahren vom Busbahnhof in Sentrum.

Hammerfest 315 nkr, 2¼ Std., 2-mal tgl.
Honningsvåg 475 nkr, 4 Std., 1-mal tgl.
Karasjok 475 nkr, 4¾ Std., 2-mal tgl. außer Sa
Kautokeino 280 nkr, 2¼ Std., 1-mal tgl. außer Sa
Tromsø 560 nkr, 6½ Std., 1-mal tgl.

Unterwegs vor Ort

Glücklicherweise gibt es in dieser weitläufigen Stadt eine Buslinie, die alle Ortsteile verbindet. An Wochentagen verkehren Busse zwischen den wichtigsten Punkten und dem Flughafen ungefähr stündlich; samstags seltener, sonntags gar nicht.

Taxis (☎ 78 43 53 53) zwischen Flughafen und Stadt kosten etwa 150 nkr.

Rund um Alta

Sehenswertes

Sautso-Alta-Canyon SCHLUCHT
Der Bau des Wasserkraftwerks am Altaelva hat kaum Auswirkungen auf den landschaftlich schönsten Teil des Flusses gehabt, der sich durch den 400 m tiefen Sautso-Canyon zieht, eine der gewaltigsten Schluchten Nordeuropas.

Kåfjord

Während ihrer Blütezeit in den 1840er-Jahren war die winzige Siedlung Kåfjord, 18 km westlich von Alta, eine aufstrebende Stadt mit über 1000 Einwohnern. Zu verdanken hatte sie dies ihren Kupferwerken (Kåfjord Kobberverk), die damals die größten Norwegens waren. Ein bequemer markierter Rundweg führt 1,3 km durch die dürftigen Überbleibsel jener Zeit (weit informativer ist

das Alta Museum, S. 341). Halb verborgen im Gras gegenüber der Erläuterungstafel findet sich eine Gedenkplatte für drei britische Mini-U-Boote, die 1943 in den Fjord eindrangen und die *Tirpitz* schwer beschädigten.

250 m nördlich der Gemeindekirche beginnt rechts der E6 ein 9 km langer Fahrweg, der an den Abraumhalden der Kupfermine vorbei zum Observatorium auf dem Gipfel des **Haldde** (904 m) führt, einem heiligen Berg der Samen.

Tirpitz-Museum MUSEUM
(✆ 92 09 23 70; www.tirpitz-museum.no; Erw./Kind/erm. 70/35/60 nkr; ⏲ Juni–Aug. 10–17 Uhr) Kåfjords Tirpitz Museum erinnert an die *Tirpitz*, einst das größte Schlachtschiff der Welt, und ist das Werk des in Alta ansässigen Even Blomkvist. Ganz auf eigene Faust hat er zahlreiche Exponate, Uniformen, Erinnerungsstücke und fast 3000 eindrucksvolle Fotos zur Tirpitz zusammengetragen. Das Schiff lag von März 1943 bis Oktober 1944 in Kåfjord versteckt und wurde nahe Tromsø versenkt, nachdem es sich doch aus seinem Versteck gewagt hatte.

Aktivitäten

Bootsfahrten

Sorrisniva BOOTSFAHRTEN, AKTIVITÄTEN
(✆ 78 43 33 78; www.sorrisniva.no) Sorrisniva organisiert verschiedene Bootsfahrten auf dem Altaelva (1 Std./2 Std. 750/950 nkr). Die Boote starten von Juni bis Mitte September jeweils um 12 Uhr. Am besten gelangt man von Alta aus über die Rv93 hierher. Nach etwa 16 km Richtung Süden ist eine Straße ausgeschildert, die nach weiteren 6,5 km zum Ziel führt.

Sorrisniva besitzt 80 Schneemobile und hat damit den größten derartigen Fuhrpark in Nordnorwegen. Der Veranstalter organisiert geführte Exkursionen (Schneemobil 1 Pers./2 Pers. 1350/1550 nkr) und zur anschließenden Entspannung steht ein dampfender Whirlpool bereit.

Gargia Fjellstue bietet im Sommer wie im Winter ebenfalls eine ganze Reihe Outdooraktivitäten an.

Holmen Husky HUNDESCHLITTENFAHRTEN
(✆ 78 43 66 45; www.holmenhusky.no) Holmen Husky ist auf Hundeschlittenfahrten spezialisiert (im Sommer Hundekutschen) und bietet Touren von drei Stunden bis zu fünf Tagen.

Northern Lights Husky HUNDESCHLITTENFAHRTEN
(✆ 45 85 31 44; www.northernlightshusky.com; Gargiaveien 29) Die angebotenen Hundeschlittenfahrten reichen von 2½-stündigen Ausflügen bis hin zu mehrtägigen Touren.

Alta Adventure ABENTEUERSPORT
(✆ 78 43 40 50; www.alta-adventure.no) Trekking, Kanufahren, Angeln ... Außerdem gibt's für alle, die mal etwas ganz anderes ausprobieren wollen, auf Anfrage eine Schneehuhnjagd.

Glød ABENTEUERSPORT
(✆ 99 79 42 56; www.glod.as) Im Sommer wie im Winter aktiv, bietet Glød (zu Deutsch: Glühen) Eisangeln, Hundeschlittenfahrten, Schneeschuhwanderungen und andere frostige Vergnügen.

Sarves Alta Alpinsenter SKIFAHREN
(www.altaski.no; ⏲ Dez.–April) Altas Skizentrum in Rafsbotn, 10 km nordöstlich von Alta an der E6 hat fünf Skihänge und sehr viele Möglichkeiten zum Snowboarden. Der Ausrüstungsverleih ist gut organisiert und in der Hochsaion verbindet ein halbwegs regelmäßiger Bus Rafsbotn mit Alta. In der Touristeninformation nachfragen!

Wandern

Für erfahrene Wanderer ist Alta ein guter Ausgangspunkt für Touren auf den Fernwanderwegen, die entlang historischer Routen nach Süden über das Plateau der Finnmarksvidda führen. Auskünfte erteilt die Touristeninformation Alta (S. 343).

Schlafen

Sorrisniva Igloo Hotel HOTEL €€€
(✆ 78 43 33 78; www.sorrisniva.no; B&B EZ/DZ 2550/4500 nkr; ⏲ Anfang Jan.–Mitte April; Ⓟ) Die 30 Zimmer (und Betten) bestehen komplett aus Eis. Gleiches gilt für die Kapelle, die Hochzeitssuite (bisher scheinbar ohne Frigidität zu verursachen) sowie die atemberaubende Eisbar mit ihren seltsamen, von Glasfaseroptik beleuchteten Skulpturen. Wer nicht übernachten will, kann auch einfach nur mal vorbeischauen (Erw./Kind 200/50 nkr).

Gargia Fjellstue BERGHOTEL €€
(✆ 78 43 33 51; www.gargia-fjellstue.no; Zi. ab 800 nkr) Ungefähr 25 km südlich von Alta in Richtung Kautokeino gelegen, ist diese Berglodge ein ideales Versteck im Wald. Außerdem bietet sie das ganze Jahr über zahlreiche Outdoor-Aktivitäten und den besten Zugang in den Sautso-Alta-Canyon für Wanderer.

Hammerfest

10 287 EW.

Willkommen in der nördlichsten Stadt Norwegens (und vielleicht sogar der ganzen Welt). Andere norwegische Gemeinden mögen zwar nördlicher liegen, sie sind aber zu klein, um als Stadt durchzugehen. Das wird zumindest in Hammerfest behauptet!

Wer mit der Hurtigruten-Fähre kommt, hat nur anderthalb Stunden, um herumzulaufen, ein Arktis-Souvenir zu ergattern und am Hafen ein paar frische Krabben zu futtern. Für die meisten Besucher ist das allerdings mehr als genug.

Geschichte

Aufgrund der strategisch wichtigen Lage und des ausgezeichneten Hafens war Hammerfest lange Zeit eine bedeutende Anlaufstation für die Schifffahrt, die Fischerei und die Jagd in der Arktis. In seiner Blütezeit trugen die Damen feinste Pariser Haute Couture und 1890 war Hammerfest die erste europäische Stadt mit elektrischer Straßenbeleuchtung.

Weder Mensch noch Natur haben Hammerfest gut behandelt. 1809 wurde die Stadt von den Briten angezündet, 1856 richtete ein Sturm beträchtlichen Schaden an und 1944 wurde sie erneut von den Nazis abgefackelt. Ihre Kirche ist im Laufe der Jahrhunderte fünfmal in Flammen aufgegangen. Inzwischen scheint Gott aber endlich ein Einsehen zu haben.

Unter der Barentssee beginnt eine 143 km lange Unterwasserpipeline, die aus dem riesigen Erdgasvorkommen Snøhvit (Schneewittchen – ein recht blumiger Name für ein derart riesiges Industrieprojekt) gespeist wird. Sie führt in die Bucht zur kleinen Insel Melkøya. Hier wird das Gas verflüssigt und per Tankschiff nach Europa und in die USA gebracht. Bei geschätzten Reserven von 193 Mrd. (ja: *Milliarden!*) Kubikmetern haben die Pumpen 2007 ihre Arbeit aufgenommen und werden voraussichtlich wenigstens 25 Jahre lang Gas liefern.

Sehenswertes

★Royal & Ancient Polar Bear Society

MUSEUM

(Isbjørklubben; www.isbjornklubben.no; Juni & Juli 8–18 Uhr, Aug.–Mai Mo–Fr 9–16, Sa & So 10–14 Uhr) GRATIS Der Eisbärenclub wurde 1963 zur Bewahrung der Kultur und der Traditionen von Hammerfest gegründet. Sie befindet sich im gleichen Gebäude wie die Touristeninformation und zeigt Ausstellungen über das Jagen in der Arktis und die lokale Geschichte. Für 180 nkr kann man Mitglied auf Lebenszeit werden, inklusive Urkunde, Ausweis, Sticker und Anstecknadel. Zugegeben, das Ganze klingt etwas großspurig (der norwegische Name Isbjørklubben, schlicht Eisbärklub, ist nicht so bedeutungsschwanger wie der englische, kommt der Sache aber näher).

Die Mitgliedschaft (weltweit gibt es rund 250 000 Mitglieder) berechtigt zum Besuch der jährlichen Generalversammlung im Januar. Es kann aber scheinbar nicht jeder Mitglied werden. 1973 lehnte die Gesellschaft eine schriftliche Anfrage von Elvis Presley ab. Wer Mitglied werden möchte, muss sich schon persönlich in Hammerfest einfinden.

Als sei die Mitgliedschaft nicht genug, bekommt man für 220 nkr noch ein Schnapsglas dazu und wird mit dem Knochen eines Walrosspenis zum Ritter geschlagen. Kein Witz. Die zusätzliche Investition lohnt sich – allein schon wegen des einmaligen Gesprächsthemas, das man damit nach Hause in die Stammkneipe bringen kann.

Eine der Ausstellungen widmet sich Adolf Henrik Lindstrøm. Der in Hammerfest gebürtige Koch begleitete Roald Amundsen und Fridtjof Nansen (u. a.) und nahm im Verlauf seines Lebens an mehr Polarexpeditionen teil als jeder andere Erdbewohner (inklusive der großen Entdeckungsreisenden). Die Stadt plant, ein Denkmal für Lind-

EISBÄREN?

In Hammerfest wurde bereits seit 1000 Jahren kein wilder Polarbär mehr gesichtet. Dennoch schmücken Polarbären das Stadtwappen, Eisbär-Statuen bewachen mehrere öffentliche Gebäude und es gibt hier sogar eine Royal & Ancient Polar Bear Society. Viel Bär um nichts? Nein, nicht ganz. Hammerfest war im 19. und 20. Jh. eine bedeutende Basis für arktische Jagdexpeditionen in das norwegische Gebiet Svalbard (besser als Spitzbergen bekannt). Mehrere Expeditionen brachten bei ihrer Rückkehr zahlreiche gefangene Polarbären mit (insbesondere Junge), die von Hammerfest aus in Zoos auf der ganzen Welt verschickt wurden.

strøm zu errichten, das rechtzeitig zu seinem 150. Geburtstag im Jahr 2016 fertiggestellt sein soll.

★Hammerfest Kirke KIRCHE

(Kirkegata 33; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 7.15–15, Sa 11–15, So 12–13 Uhr) Das Design der zeitgenössischen, 1961 geweihten Kirche von Hammerfest erinnert an die Gestelle, die in ganz Norwegen zum Trocknen von Fisch an salziger Seeluft dienen. Hinter dem Altar leuchtet das großartige Buntglasfenster herrlich im Licht der Sommersonne. Der Holzfries entlang der Orgelempore illustriert Szenen der Stadtgeschichte. Die Friedhofskapelle auf der Straßenseite gegenüber ist das einzige Gebäude, das den Zweiten Weltkrieg überlebt hat.

Museum des Wiederaufbaus MUSEUM

(Gjenreisningsmuseet; www.kystmuseene.no; Kirkegata 21; Febr.–Nov. Erw./Kind 50 nkr/frei, Dez. & Jan. frei; ⏲ Anfang Juni–Ende Aug. 10–16 Uhr, sonst Mo–Fr 10–14, Sa & So 11–14 Uhr) Das tolle kleine Museum des Wiederaufbaus in Hammerfest erinnert mit besonders einfühlsamen und nachdenklichen Schautafeln und Bildunterschriften an die Zwangsevakuierung und Zerstörung der Stadt beim Rückzug der Nazis 1944, an die Entbehrungen der Bevölkerung im darauffolgenden Winter und an den Wiederaufbau der Stadt nach dem Krieg. Jeder Abschnitt hat auch eine Zusammenfassung in englischer Sprache.

Kulturbanken Galleri KUNSTGALERIE

(✆ 95 19 98 97; www.syvstjerna.no; Sjøgata 15; ⏲ Mo–Mi & Fr 10–16, Do bis 17, Sa bis 14 Uhr) Die einheimische Künstlerin Eva Arnesen gestaltete die Urkunde für den Friedensnobelpreis, den Jody Williams für ihren Kampf gegen Landminen erhielt. Für ihre Bilder verwendet sie die Farben des Nordens – vom Polarlicht bis zur leuchtenden Palette des Sommers – und stellt sie in der vor Kurzen eröffneten Galerie im Zentrum aus. Die beiden silbernen **Eisbären** auf dem Rådhus Plass und die Seehundfell-Sessel in der Royal & Ancient Polar Bear Society wurden von ihrem Mann geschaffen, dem Holzschnitzer Knut Arnesen.

Kulturhuset KULTURZENTRUM

(Strandgata 30) GRATIS Hammerfests erst vor Kurzem fertiggestelltes Kulturhuset ist durchaus einen kurzen Besuch wert, einfach um die gewagte Architektur zu bewundern. Innen befinden sich ein Theater, ein paar Kinos und ein kleines Café mit recht gutem Kaffee.

Katholische Michaelskirche KIRCHE

(Ecke Strandgata & Mellomgata) Sie erhebt Anspruch darauf, die nördlichste katholische Kirche der Welt zu sein und dient einer Gemeinde von kaum 90 Seelen. Die Michaelskirche ist an dem Mosaik ihres Namenspatrons zu erkennen, das sich über die ganze Fassade erstreckt.

Salen-Hügel AUSSICHTSPUNKT

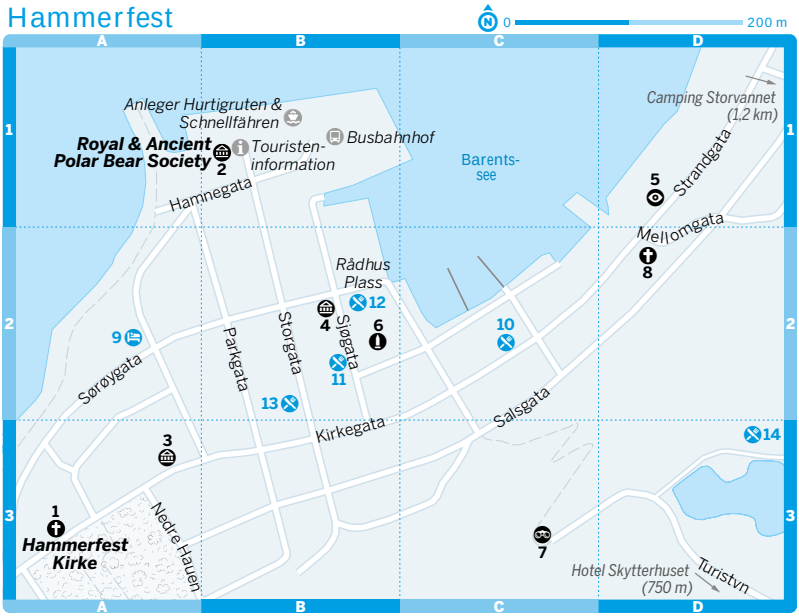
Wer einen Panoramablick auf die Stadt Hammerfest, die Küste und die Berge genießen möchte, sollte den Salen-Hügel (86 m) erklettern. Durch das (kostenlose) Fernglas kann man den Blick über die Bucht schweifen lassen. Auf der Spitze befinden sich auch das Restaurant Turistua (S. 348), einige sami-

NICHT VERSÄUMEN

IM EISHOTEL SCHLAFEN

Nichts ist einzigartiger als eine Nacht in einem der beiden Eishotels des Hohen Nordens: dem Sorrisniva Igloo Hotel (S. 344) bei Alta oder dem Kirkenes Snow Hotel (S. 360). Es lohnt sich! In beiden Fällen aber, wie wir finden, wegen der spektakulären Eisschnitzereien und der völlig neuen Erfahrung – weniger wegen des Gedankens an einen erholsamen Schlaf in gemütlicher Umgebung.

Obwohl die beiden Hotels sich unterscheiden, ähneln sich die „Schlaferlebnisse" sehr. Zunächst einmal wird die Temperatur in jedem Zimmer auf recht frostigen -3° bis -7° gehalten. Eine solide Tür gibt es meist nicht, stattdessen trennt ein Vorhang das Zimmer vom Flur. In manchen Hotels liegen Rentierfelle auf den Eisblock-Betten, in anderen sind es Matratzen. Geschlafen wird aber überall in einem arktistauglichen Schlafsack. Also heißt es: Ausziehen – das meiste und so schnell wie möglich – und fix in den Schlafsack schlüpfen. Es versteht sich zwar von selbst, wir weisen aber trotzdem darauf hin: Zur Toilette gehen, bevor man sich bettet! Definitiv nicht empfehlenswert ist diese Erfahrung übrigens für all jene, die nicht schlafen können, ohne dass ein Arm oder Bein unter der Bettdecke hervorlugt.



Hammerfest

Highlights
1 Hammerfest Kirke A3
2 Royal & Ancient Polar Bear Society B1

Sehenswertes
3 Museum des Wiederaufbaus A3
4 Kulturbanken Galleri B2
5 Kulturhuset D1
6 Eisbärenfelszeichnungen B2
7 Salen-Hügel C3
8 Katholische Michaelskirche D2

Schlafen
9 Rica Hotel Hammerfest A2

Essen
10 Ellens Café C2
11 Kaikanten B2
12 Qa Spiseri B2
13 Redrum B2
Skansen Mat og Vinstue ..... (siehe 9)
14 Turistua D3

sche Erdhütten sowie ein Aussichtspunkt. Der 15-minütige Weg beginnt an dem kleinen Park hinter dem *rådhus* (Rathaus).

Meridian-Denkmal HISTORISCHE STÄTTE
(Meridianstøtta) GRATIS Auf der Halbinsel Fuglenes gegenüber dem Hafen steht die **Meridianstøtta**, eine Marmorsäule, die an den ersten Versuch (1816–52) des russischen Astronomen Friedrich Georg Wilhelm Struve erinnert, den Kreisbogen des Erdmeridians zu bestimmen und so Größe und Form der Erde zu berechnen. Er zählt zum Unesco-Welterbe und ist als Struve-Bogen bekannt.

Ganz in der Nähe liegen die recht schmalen Fundamente der **Festung Skansen** aus der Zeit der Napoleonischen Kriege, als die Briten die Stadt einnahmen und plünderten.

Geführte Touren

Täglich um etwa 11 Uhr veranstaltet die Touristeninformation (S. 348) einstündige Stadtführungen (250 nkr pro Pers.). Zeitlich fallen sie mit der Ankunft der Hurtigruten-Fähre zusammen und der Startschuss fällt, wenn das Schiff angelegt hat. Im Voraus buchen.

Schlafen

Camping Storvannet CAMPINGPLATZ €
(☎ 78 41 10 10; storvannet@yahoo.no; Storvannsveien; Auto-/Wohnwagenstellplatz 200/210 nkr, 2-/4-Bett-Hütten 450/500 nkr; ⊙ Juni–Sept.) Der nette Platz am Seeufer neben einem riesigen Apartmentkomplex ist der einzige passable Campingplatz der Stadt. Doch er ist klein, sodass Hütten vorher reserviert werden sollten.

Rica Hotel Hammerfest HOTEL €€
(☎ 78 42 57 00; www.rica.no; Sørøygata 15; DZ 890–1605 nkr; P @ ☜) Der dekorative Ziegelbau hat eine nette, wenn auch schon etwas ältere Bar und Lounge sowie gut ausgestattete Zimmer. Sie sind ihren Preis wert, wenn sie Hafenblick haben, die anderen sind überteuert. Das „Arctic-Menu"-Restaurant Skansen Mat og Vinstue (S. 348) serviert exzellente regionale Küche.

Hotel Skytterhuset HOTEL €€
(☎ 78 42 20 10; http://4service.no/rom-og-restaurant/hammerfest/skytterhuset-hotell; Skytterveien 24; EZ/DZ ab 595/845 nkr; P @ ☜) Die drei Flügel dieses abgelegenen Hotels am Berg mit Blick über die Stadt erinnern von außen sehr an Baracken. Nicht ohne Grund: Das Gebäude wurde ursprünglich als Sommerunterkunft für die Fischersfrauen aus Finnland errichtet, die in der großen Fischfabrik Findus arbeiteten. Schon vor einiger Zeit wurde das Gebäude aber in ein gemütliches Hotel umgewandelt. Auch die Sauna und das Solarium machen es zu einer guten Empfehlung.

Essen & Ausgehen

★Redrum CAFÉ €
(www.redrum.no; Storgata 23; Snacks & Hauptgerichte 69–190 nkr; ⏲ Mo 11–14, Di–Do bis 18, Fr 11–3, Sa 11–17 & 21–3 Uhr) Einige Blocks hinter der Uferpromenade liegt das attraktive Redrum, das modern und mit flackernden Kerzen daherkommt, es aber am Wochenende mit Livemusik regelmäßig krachen lässt. Hinten auf der großen Holzterrasse geht's entspannter zu. Ob drinnen oder draußen – die Speisekarte besteht aus den beiden Rubriken „Burger" bzw „Keine Burger". Zur zweiten gehören z. B. Fish & Chips, Caesarsalat und Zupfbraten.

Kaikanten KNEIPE €
(☎ 78 41 04 70; www.kaikanten.no; Sjøgata 19; ⏲ So–Do 15–1, Fr & Sa bis 3 Uhr) Die norwegische Antwort auf die Waterkant ist eine beliebte Kneipe, die Pizza und Snacks serviert. Sie ist nautisch dekoriert (hinter der Bar ist der alte Hafen von Hammerfest dargestellt und von der Decke blähen sich Baumwollsegel) und hat weiche, bequeme Sofas.

Ellens Café CAFÉ €
(Strandgata 14-18; Hauptgerichte ca. 80–100 nkr; ⏲ Mo–Mi & Fr 9–17, Do bis 18, Sa 10–15 Uhr) Die schlichte und preisgünstige Cafeteria befindet sich über dem Coop-Supermarkt.

Turistua CAFÉ €€
(☎ 94 15 46 25; Salen; Hauptgerichte 160–225 nkr) Hoch auf dem Berg Salen bietet das Turistua einen tollen Ausblick auf Stadt und Bucht. Der eher abschreckende Name geht auf eine Dame namens Turi zurück, auch wenn „T(o)uristen"-Busse hier oft einen Stopp einlegen.

Qa Spiseri CAFÉ €€
(☎ 97 07 00 10; Sjøgata 8; Hauptgerichte ab 139 nkr; ⏲ So–Fr 10–24, Sa 11–1 Uhr) Ein junges Team führt Regie in diesem Lokal. Es liegt abseits der Sjøgata und bietet norwegische, italienische und Thai-Gerichte in zuverlässiger Qualität und mit gutem Preis-Leistungs-Verhältnis.

Skansen Mat og Vinstue NORWEGISCH €€€
(☎ 78 42 57 00; Sørøygata 15; Hauptgerichte 190–349 nkr; ⏲ 18–23 Uhr) Das Skansen Mat og Vinstue im Rica Hotel schwebt eine Klasse über den meisten anderen Restaurants der Stadt. Auf der Karte stehen regionale Spezialitäten wie Königskrabbensuppe und Rentiereintopf. Weiterer Pluspunkt: Es hat Meerblick.

Praktische Informationen

Touristeninformation (www.hammerfest-turist.no; Hamnegata 3; ⏲ Juni–Juli 8–18 Uhr, Aug.– Mai Mo–Fr 9–16 Uhr, Sa & So 10–14 Uhr) Bietet kostenlosen Internetzugang und vermietet Elektrofahrräder (130/325 nkr pro Std./Tag).

Anreise & Unterwegs vor Ort

Busse verkehren von/nach Alta (315 nkr, 2¼ Std., 2-mal tgl.), Honningsvåg (425 nkr, 3½ Std., 1- bis 2-mal tgl.) und Karasjok (410 nkr, 4¼ Std., 2-mal tgl. außer Sa). Viermal die Woche fährt einer davon weiter über Tana Bru (740 nkr, 8 Std.) nach Kirkenes (1050 nkr, 10¼ Std.).

Die Küstenfähre der Hurtigruten legt in beiden Richtungen für 1½ Stunden in Hammerfest an. Ein Hupfer mit der Hurtigruten nach Tromsø (11 Std.) oder Honningsvåg (5 Std.) ist eine bequeme Alternative zu einer langen Busfahrt.

Taxis gibt's unter ☎ 78 41 12 34.

Nordkap & Magerøya

3213 EW.

Das Nordkap ist die Attraktion Nordnorwegens, an der keiner vorbeikommt. Etwas willkürlich zum nördlichsten Punkt des europäischen Festlands erklärt, zieht es ganze Busladungen von Touristen an – jedes Jahr etwa 200 000.

Es liegt auf einer nördlichen Breite von 71° 10' 21" und damit näher am Nordpol als an

Oslo. Von Mitte Mai bis Ende Juli geht hier die Sonne niemals unter. Lange bevor andere europäische Völker sich für ihn interessierten, schrieben die Samen diesem Ort besondere Kräfte zu und erkoren ihn zur Opferstätte.

Richard Chancellor, der englische Entdecker, der sich im Jahre 1553 auf der Suche nach der Nordwestpassage hierherverirrte, gab dieser Inselspitze als Erster den Namen Nordkap. Aber erst viel später, nach dem viel beachteten Besuch von König Oskar II. im Jahr 1873, wurde das Nordkap zu einem Wallfahrtsort für die Norweger. Bizarrerweise ist es auch eine Pilgerstätte der Thailänder (!), deren König Chulalongkorn dem Nordkap 1907 einen Besuch abstattete.

Psst – übrigens: Das Nordkap ist gar nicht der nördlichste Punkt des Kontinents. Diese Ehre gebührt Knivskjelodden, das ebenfalls auf der Insel Magerøya liegt: weniger dramatisch, nicht mit dem Auto zu erreichen – und umso schätzenswerter. Dafür lässt es sich gut auf einer 18 km langen Rundwanderung vom Nordkap aus erkunden. Außerdem liegt das Nordkap, geografisch gesehen, auf einer Insel – der nördlichste Punkt des europäischen *Festlands* hingegen ist Kinnarodden auf der Halbinsel Nordkinn.

An & Weiterreise

Für die Fahrt zum/vom Nordkap und Magerøya gibt es mehrere Optionen.

Die Küstenfähren der Hurtigruten legen in Honningsvåg an. Der 3½-stündige Aufenthalt der Fähren in Richtung Norden lässt Zeit für einen schnellen Abstecher zum Nordkap.

Ein Expressbus verbindet Honningsvåg mit Alta (475 nkr, 4 Std., 1- oder 2-mal tgl.). Zudem gibt es Verbindungen von/nach Hammerfest (425 nkr, 3½ Std., 1- oder 2-mal tgl.).

Von der E6 ist der Ort über Olderfjord zu erreichen, wo die E69 nach Norden abzweigt.

Unterwegs vor Ort

AUTO & MOTORRAD

Die Asphaltstraße zum Nordkap wurde in den 1950er-Jahren gebaut – davor war das Kap nur per Boot zu erreichen. Heute windet sich ein grauschwarzes Band über das felsige Plateau, vorbei an Herden grasender Rentiere. Je nach Schneelage ist die Straße von April bis Mitte Oktober für den Privatverkehr geöffnet. In den Übergangsmonaten sollte man bei heikler Wetterlage zuerst die Touristeninformation befragen.

In Honningsvåg bietet **Avis** (☎ 78 47 62 22; Nordkappveien 14B) ein Spezialpaket: 975 nkr für fünf Stunden Fahrzeugmiete inklusive Sprit und Versicherung.

STRESSFREI BUSFAHREN

Kommt gerade ein Kreuzfahrtschiff (oder die Hurtigruten-Fähre) in Sicht und fährt den Hafen an, heißt es schnellstens zur Touristeninformation laufen und die Busfahrt zum Nordkap sichern. Leser berichten mit Entsetzen von Gedränge, Streitereien und Busfahrern, die wartende Reisegäste einfach ignorieren und weiterfahren, sobald diese Monster der Meere ihre Menschenmassen freigeben.

ÖFFENTLICHE VERKEHRSMITTEL

Zwischen Juni und Ende August verkehrt ein Regionalbus (Erw./Kind 490/245 nkr, 45 Min.) täglich um 11 und 21.30 Uhr zwischen Honningsvåg und Nordkap; Rückfahrt vom Kap um 13.15 bzw. 00.45 Uhr (damit man die Mitternachtssonne auch genau um Mitternacht sehen kann). Zwischen dem 1. Juni und dem 15. August fährt ein weiterer Bus um 17 Uhr. Die Rückfahrt ist allerdings schon um 18.15 Uhr, sodass kaum eine halbe Stunde am Nordkap übrig bleibt, wenn man nicht bis 00.45 Uhr warten will. Die aktuellen Abfahrtszeiten erfährt man von der Touristeninformation. Die Ticketpreise beinhalten den Eintritt zum Nordkap (245 nkr pro Passagier).

Wer knapp bei Kasse ist, sollte die angebotenen Inklusivtouren sorgfältig prüfen; hier wird für die gleiche Leistung möglicherweise deutlich mehr berechnet.

Ein Taxi von Honningsvåg zum/vom Nordkap kostet mindestens 1400 nkr, inkl. einer Stunde Aufenthaltszeit am Kap. Hinzu kommen 245 nkr Eintritt pro Passagier.

Nordkap & Umgebung

Zugegeben, das Nordkap ist eine Touristenfalle (mehr dazu später), aber es ist auch ein überwältigender, ergreifend schöner Ort. Selbst wenn der Reiz des Neuen schwindet, bleibt der Blick doch einfach fantastisch. Bei gutem Wetter – und es ist meistens gut – kann man 307 m tief auf die wilde Brandung hinunterblicken, die Gischt aufschäumen sehen und einfach den Augenblick genießen.

Um die äußerste Spitze des europäischen Kontinents zu erreichen – sei es mit dem Auto, dem Fahrrad, dem Bus oder zu Fuß –, muss man eine Art Wegezoll (Erw./Kind 245/85 nkr) entrichten. Damit hat man unbegrenzten Zutritt für zwei Tage, doch das ist kaum ein Trost für die Mehrheit der Besucher, die hier anrollen, sich einmal umsehen, zwei Fotos schießen und wieder abrollen.

ABSTECHER

KNIVSKJELODDEN

Der wahrhaftig nördlichste Punkt des Kontinents, Knivskjelodden, ist glücklicherweise mit Fahrzeugen nicht zu erreichen und frei von touristischem Schnickschnack. Es liegt etwa 3 km westlich des Nordkaps und streckt seinen Finger volle 1457 m weiter nach Norden aus. Von einem ausgewiesenen Parkplatz 6 km südlich der Mautstation fürs Nordkap kann man zur Spitze dieses Felsvorsprungs wandern – bis Mai und vielleicht schon ab September können die Wege verschneit und daher unbegehbar sein. Der 9 km lange Weg ist mit riesigen Steinmännern markiert und trotz des einen oder anderen Hügels nicht anspruchsvoll. Wanderstiefel sind trotzdem angesagt, da es oft recht schlammig werden kann. Wer will, kann sich am großen bienenstockartigen Obelisken bei 71° 11' 08" nördlicher Breite ins Gästebuch eintragen. Besucher, die auch noch ihre laufende Nummer aus dem Buch abschreiben, können sich beim Nordkapp Camping oder bei der Touristeninformation gegen 50 nkr – außer der Wanderung ist auf dieser Insel nichts umsonst – ein Zertifikat abholen, welches die Heldentat bestätigt. Die Rundwanderung dauert fünf bis sechs Stunden.

Den gewaltigen Bunker mit dem auffälligen Riesengolfball obendrauf kann man eigentlich nur lieben oder hassen. Im Inneren verbirgt sich so allerlei: eine ermüdend ausführliche Darstellung der hiesigen Marineaktionen während des Zweiten Weltkriegs, eine Cafeteria und ein Restaurant, die ungewöhnliche Grottan-Bar, vor deren riesiger Glaswand das Ende Europas liegt, ein kleines Thai-Museum, die St.-Johannes-Kapelle („die nördlichste ökumenische Kapelle der Welt"), ein Postamt (wegen des ungeheuer wichtigen Nordkap-Stempels) und ein dem Ort entsprechend riesiger Souvenirladen. In einem 120-Grad-Saal mit fünf Leinwänden läuft ein sehenswerter 17-minütiger Panoramafilm.

Schlafen

Erstaunlicherweise kann man die Nacht im eigenen Wohnmobil oder Wohnwagen direkt am Nordkap verbringen. (Vorher unbedingt Trinkwasser tanken und die Batterien aufladen – Strom oder Wasser gibt es nämlich nicht.)

Kirkeporten Camping CAMPINGPLATZ €
(☎ 78 47 52 33; www.kirkeporten.no; Storvannsveien 2, Skarsvåg; pro Pers./Stellplatz 30/175 nkr, Hütten 450–825 nkr; ⏲ Mai–Okt.) Ein einladender Platz gleich außerhalb des Weilers Skarsvåg, der vor allem bei britischen Reisegruppen beliebt ist. Seinen Anspruch auf den Titel „nördlichster Campingplatz der Welt" kann man fast gelten lassen. Es gibt zwar einen Rivalen auf Svalbard – der hat allerdings keine Hütten. Das gemütliche Café serviert Rentier, ein Tagesgericht mit frischem Fisch sowie Suppe und Pizza.

Honningsvåg

2450 EW.

Honningsvåg ist die mit Abstand größte Siedlung auf der Insel. Die meisten Nordkap-Besucher übernachten hier oder decken sich mit Lebensmittelvorräten und Souvenirs ein.

Sehenswertes & Aktivitäten

Nordkapmuseum MUSEUM
(☎ 78 47 72 00; www.nordkappmuseet.no; Fiskeriveien 4; Erw./Kind 50/10 nkr; ⏲ Juni–Mitte Aug. Mo–Sa 10–19, So 12–19 Uhr, Mitte Aug.–Mai 11–15 Uhr) Honningsvågs Nordkapmuseum im Stockwerk über der Touristeninformation dokumentiert den Einfluss der ersten Besucher am Kap, die Kultur der Samen, die harte Zeit unmittelbar nach dem Zweiten Weltkrieg und den Alltag der Siedlung, die, bevor die Touristenströme kamen, vom Meer lebte.

Kirche KIRCHE
(Kirkegata; ⏲ Mitte Mai–Mitte Sept. 8–22 Uhr) Die Kirche aus dem 19. Jh. war das einzige Gebäude des Orts, das die „Taktik der verbrannten Erde" beim Rückzug der Nazis 1944 überstanden hat. Eine Zeit lang diente sie daher als Gemeinschaftsunterkunft, bis die ersten neuen Häuser gebaut wurden.

Schlafen

Northcape Guesthouse HOSTEL €
(☎ 47 25 50 63; www.northcapeguesthouse.com; Elvebakken 5a, Honningsvåg; B 250 nkr, EZ/DZ/FZ mit Gemeinschaftsbad 550/700/1400 nkr; ⏲ Mai–Aug.; 🅿 🛜) Das helle und moderne Hostel 15–20 Fußminuten vom Kai der Hurtigruten ist ein Supertipp, um die Reisekasse zu scho-

nen. Es bietet eine gemütliche Lounge, eine Waschmaschine, eine gut ausgestattete Gästeküche und einen schönen Blick über die Stadt. Am besten sehr frühzeitig reservieren – es ist oft voll.

Nordkapp Camping CAMPINGPLATZ €
(☎ 78 47 33 77; www.nordkappcamping.no; E69, Skipsfjorden; pro Pers./Stellplatz 50/150 nkr, DZ 650 nkr, 2-/4-Bett-Hütten mit Bad außerhalb 595/635 nkr, Hütten mit Bad 120–1540 nkr; ⏲ Mai–Mitte Sept.; 🛜) Die gut ausgestattete Gemeinschaftsküche, der freundliche Service und die Auswahl verschiedener Unterkünfte entschädigen für die öde Lage des Campingplatzes, der Honningsvåg am nächsten liegt.

Rica Hotel Honningsvåg HOTEL €€€
(☎ 78 47 72 20; www.rica.no; Nordkappgata 4; Zi. ab 1290 nkr; P 🛜) Das Hotel bietet wie alle Häuser der norwegischen Rica-Kette eine zuverlässige Qualität. Der größte Pluspunkt ist jedoch die Lage direkt am Hafen. Hotel- wie Tagesgäste werden das *À-la-carte*-Restaurant Grillen zu schätzen wissen.

Essen & Ausgehen

Corner CAFÉ €€
(☎ 78 47 63 40; www.corner.no; Fiskerveien 1; Hauptgerichte 195–275 nkr; ⏲ 10–23 Uhr) Das Corner serviert die üblichen Pizzas und Snacks, aber auch tolle Fischgerichte wie knusprige Kabeljauzungen, Waleintopf oder das konventionellere gebratene Kabeljaufilet. Daneben gibt's auch jede Menge Fleisch und außerdem eine Bar mit einladender Freiterrasse und Meerblick.

Artico EISBAR
(www.articoicebar.com; Sjøgata 1a; Erw./Kind 139/40 nkr; ⏲ April–Mitte Mai 11–16 Uhr, Ende Mai 10–19 Uhr, Juni–Mitte Aug. 10–21 Uhr, Ende Aug. 10–19.30 Uhr, Sept. 11–15 Uhr) Diese Eisbar sorgt im Sommer für Abkühlung und vermittelt eine Ahnung davon, wie das Nordkap im Winter aussehen mag. Ihr Inhaber, der Spanier José Milares, ist selbst ein enthusiastischer Polarfotograf und Abenteurer. Er kann seinen Gästen begeistert von den bizarren Formen, Blaseneinschlüssen und abstrakten Kunstgebilden des reinen Eises vorschwärmen, das er jede Saison frisch aufstapelt. Für Kinder gibt es einen Iglu, in dem sie spielen können.

Nøden Pub KNEIPE
(☎ 78 47 27 11; Larsjorda 1; ⏲ Di–So 20–2 Uhr) Das bei Einheimischen beliebte Lokal ist in der Nähe des Rica Hotels und bietet außerdem oft Livemusik.

Praktische Informationen

Touristeninformation (☎ 78 47 70 30; www.nordkapp.no; Fiskeriveien 4, Honningsvåg; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 10–22, Sa & So 12–20 Uhr, sonst Mo–Fr 11–14 Uhr) Direkt an der Uferpromenade gelegen und in der ganzen Stadt ausgeschildert.

Gjesvær

155 EW.

34 km nordwestlich von Honningsvåg und 21 km von der Honningsvåg–Nordkap-Straße entfernt liegt das entlegene Fischerdorf Gjesvær mit seinen beiden hervorragenden Einrichtungen zur Vogelbeobachtung. Die Fahrt hierher ist schlicht überwältigend: Die hügelige Tundra mit dunklen Teichen und Rentierweiden geht in eine kahle Felsenlandschaft über – und plötzlich öffnet sich der Blick auf flache Schären (skerries) und die Gjesværstappan-Inseln.

Aktivitäten

Bird Safari VOGELBEOBACHTUNG
(☎ 41 61 39 83; www.birdsafari.com; Erw./Jugendl./Kind 550/275 nkr/frei) Bird Safari arrangiert zwischen Juni und Ende August zwei- bis dreimal täglich Exkursionen zu den Vogel-

ABSTECHER

KAMØYVÆR

Ein kurzer Abstecher von der E69 führt zu dem kleinen geschützten Fischerdorf mit seinen pastellfarbenen Häuschen und Fischerhütten, die den kleinen Hafen säumen.

Arran (☎ 78 47 51 29; www.arran.as; EZ/DZ 750–900/1000–1150 nkr; ⏲ Mitte Mai–Aug.; P 🛜) hat 44 Zimmer, verteilt auf drei Gebäude am Kai. Die Betreiber, eine Samen-Familie, backen selbst Brot und servieren fangfrischen (oft vor Magerøya selbst angelandeten) Fisch. Zur Abwechslung gibt es gelegentlich ein Tagesgericht mit Rentierfleisch.

Sollte es ausgebucht sein, bieten auch mehrere andere Häuser im Dorf Gästezimmer an. Wer Appetit auf Kultur hat, der besucht die **Gallery East of the Sun** (☎ 78 47 51 37; www.evart.no; Duksfjordveien 4, Arran; ⏲ Mitte Mai–Mitte Aug. 12–21 Uhr), um die schlängelnden Formen und leuchtenden Farben der Künstlerin Eva Schmutterer zu bewundern.

kolonien der Gjesværstappan-Inseln. Dort nisten geschätzte *drei Millionen* Seevögel, darunter Kolonien von Papageientauchern, Raubmöwen, Tordalken, Dreizehenmöwen, Tölpeln und Seeadlern. Der Veranstalter bietet auch einfache Unterkünfte direkt am Meer und gibt Tipps zum Angeln.

Stappan Sjøprodukter

VOGELBEOBACHTUNG, ANGELN

(95 03 77 22; www.stappan.com; Juni–Aug., sonst nach Vereinbarung) Der Fischer Roald Berg hat den Gebäudekomplex Stappan Sjøprodukter selbst gebaut. Zweimal täglich nimmt er seine Gäste mit der *Aurora*, seinem kleinen Boot, auf Vogeltour (Erw./Kind 600/300 nkr). Außerdem hat er 2½-stündige Angelausflüge (3000 nkr, max. 4 Passagiere) im Angebot. Im Winter organisiert er Nordlichtsafaris und das ganze Jahr über Königskrabbentouren.

Zusammen mit seinem Geschäftspartner, einem Fotografen, betreibt der Fischer im Sommer ein wunderbares Café-Restaurant. Auf der Speisekarte stehen Rentiereintopf, Königskrabben, Moltebeeren mit Sahne und Waffeln mit selbstgemachter Blaubeermarmelade. Außerdem vermietet er zwei gut ausgestattete Apartments (1000 nkr für 2 Pers., plus 100 nkr pro Pers. für Bettwäsche und Handtücher).

Lakselv & Umgebung

3125 EW.

Das schlichte Fischerdorf Lakselv am oberen Ende des langen, engen Porsangerfjords hat nicht wirklich viel zu bieten. Der Name bedeutet „Lachsfluss“, und damit ist schon gesagt, was den Ort für norwegische Urlauber attraktiv macht. Wer nicht angeln will, kann direkt weiterfahren.

Schlafen

★Bungalåven Vertshus

HÜTTEN €

(92 64 04 23; www.bungalaaven.com; Børselv; 2-Bett-Hütte 550 nkr; Juni–Sept.) Etwa 40 km nordöstlich von Lakselv an der Rv98 folgt man dem Schild und erreicht 2 km nach der Abzweigung dieses gastliche umgebaute Bauernhaus. Im Sommer serviert es traditionelles Abendessen zum günstigen Preis von 250 nkr. Die Lounge ist supergemütlich und der Besitzer spielt so fetzig Akkordeon, dass die Gäste manchmal nachts noch zu tanzen anfangen. Ein kleiner Campingplatz ist auch dabei (Stellplatz 250 nkr).

Lakselv Vandrerhjem

HOSTEL €

(90 74 53 42; www.hihostels.no/lakselv; B/EZ/DZ 300/400/550 nkr, Hütten mit Küche & Bad 700–800 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug.) Das HI-Hostel mit Einrichtungen für Selbstversorger liegt etwas abseits zwischen Bäumen und kleinen Seen. Von hier kann man prima spazieren gehen. Wer dorthin gelangen möchte, folgt der E6 südlich von Lakselv 6 km weit und dann 2 km einem links abzweigenden Feldweg.

Lakselv Hotell

HOTEL €€

(78 46 54 00; www.lakselvhotell.no; Karasjokveien; EZ/DZ 1050/1365 nkr; P @) Das Hotel liegt 2 km südlich der Stadt an der E6. Es bietet gemütliche Zimmer, schöne Ausblicke auf den Fjord, eine Sauna für Gäste und ein Restaurant, das im Sommer ein prima Abendbüfett (325 nkr) auffährt. Gäste können auch Fahrräder mieten (100 nkr pro Tag).

Essen

Åstedet Café & Bistro

CAFÉ €€

(78 46 13 77; Hauptgerichte ca. 150 nkr) Im Ort selbst gibt es keine kulinarischen Highlights. Das Åstedet neben dem Porsanger Versthus Hotel und der Tankstelle Stat Oil ist wohl die beste Wahl. In diesem Lokal, das gleichzeitig Kneipe und Café-Restaurant ist, werden einige Fleischgerichte angeboten, außerdem die üblichen Burger, Pizzas und Salate.

An & Weiterreise

Der Nordkap-Flughafen von Lakselv ist eine wichtige Drehscheibe für die innere Finnmark. Er bietet täglich bis zu drei Flüge von/nach Tromsø.

Im Sommer hält hier der tägliche Bus zwischen Nordkap und Rovaniemi über Ivalo (beide in Finnland).

Innerhalb der Finnmark fahren sonntags bis freitags die folgenden Busse:

Alta 365 nkr, 3¼ Std., 4-mal tgl.
Honningsvåg 340 nkr, 3 Std., 3-mal tgl.
Karasjok 170 nkr, 1¼ Std., 3-mal tgl.

Stabbursnes

Bei Stabbursnes, 16 km nördlich von Lakselv und an einem der reizvollsten Abschnitte des Porsangerfjords, liegen zwei wichtige Schutzgebiete.

Das **Stabbursnes Naturhus og Museum** (78 46 47 65; stabburs@online.no; Mitte Juni–Mitte Aug. 9–20 Uhr, Anfang Juni & Ende Aug. 11–18 Uhr, Sept.–Mai Di & Do 9–15, Mi 12–18 Uhr) in-

formiert sowohl über das Naturschutzgebiet als auch über den Nationalpark. Es verkauft Naturführer, Landkarten und Angelscheine und zeigt eine gute Ausstellung über die Vögel, die Tiere und die Geologie der Hochebene, der Flusstäler und der Küste.

Naturschutzgebiet Stabbursnes

Das Naturschutzgebiet Stabbursnes umfasst die Feuchtgebiete und Sumpfebenen in der Gezeitenmündung des Stabburselva. Vogelfreunde kommen hierher, um die zahlreichen Arten von Enten, Gänsen, Tauchern und Strandläufern zu beobachten, die auf ihren Wanderungen zwischen der Arktis und den gemäßigten Breiten hier rasten. Zu den exotischeren Arten zählen Pfuhlschnepfe, Strandläufer, Knutttstrandläufer und die immer seltenere Zwergblässgans. Während der Brutzeit (Mai & Juni) sowie von Mitte August bis Mitte September sind die Küstenmarschen für Besucher nicht zugänglich. Im Infozentrum des Naturschutzgebiets kann man nach einer vollständigen Liste der im Park gesichteten Vogelarten und ihrem saisonalen Vorkommen fragen.

Ein markierter Lehrpfad (6,4 km hin- und zurück) führt entlang der Mündung und der Küste des Porsangerfjords. Eine hilfreiche Pfadbeschreibung in englischer Sprache bietet das Besucherzentrum.

Nationalpark Stabbursdalen

Nicht eine einzige Straße durchquert den 747 km² großen Nationalpark Stabbursdalen mit seiner spektakulären Gletscherschlucht und seinen exzellenten Wanderrouten im nördlichsten Kiefernwald der Welt. Für Wanderer gibt es eine Berghütte, die Ivarstua im Norden des Parks, ansonsten ist Zelten angesagt. Durch den Norden des Parks führen zwei gekennzeichnete Wanderwege, der Südteil ist felsig, gebirgig und unwegsam. Informationen über längere Touren bietet das Stabbursnes-Besucherzentrum, das auch die passenden Wanderkarten verkauft: *Stabbursdalen* und *Laksdal* vom Statens Kartverk (1:50 000). Außerdem gibt es drei weniger anstrengende markierte Wanderwege von maximal vier Stunden.

Der Park beheimatet Elche, Vielfraße und Eurasische Luchse, allerdings bekommen Besucher die zuletzt genannten beiden Tierarten selten zu sehen.

Sehr beliebt bei Anglern auf der Jagd nach dem „dicken Fisch" (im Café sind Livebilder aus dem Flussbett zu sehen) ist der weitläufige Campingplatz Stabbursdalen Feriesenter (☎ 78 46 47 60; www.stabbursdalen.no; Auto-/Wohnwagenstellplatz 150/200 nkr, plus 30 nkr pro Pers, 2-Bett-Hütten mit Bad außerhalb 500 nkr, 2–6-Bett-Hütten mit Bad 750–950 nkr; ⏲ Mitte Mai–Mitte Sept.) am Ufer des lachsreichen Flusses Stabburselva.

ÖSTLICHE FINNMARK

Willkommen in einer der entlegensten Regionen Europas! Den wenigen Besuchern bietet die östliche Finnmark, das Kernland der Ost-Samen, einige zauberhafte Küstendörfer sowie eine einzigartige Pioniergeschichte, in der Finnen, Forscher und Kriegszerstörungen eine Rolle spielen.

Tana Bru

645 EW.

Das winzige Tana Bru verdankt seinen Namen der (und für viele Kilometer in beide Richtungen einzigen) Brücke über den großen Fluss Tana. Er ist eins der besten Lachsgewässer Europas. Die Einheimischen errichten Stauwehre, um die Fische am Weiterziehen zu hindern; das natürliche Stauwehr der Storfossen-Wasserfälle, ungefähr 30 km flussaufwärts, ist einer der besten Angelplätze in ganz Norwegen. Ein Versuch lohnt sich, aber man muss schon ein besonderer Glückspilz sein, um etwas an Land zu ziehen, das sich mit dem Rekordlachs von 36 kg vergleichen lässt, der hier schon angelandet wurde.

Schlafen

Elva Hotel HOTEL €€€

(☎ 78 92 82 22; www.elvahotel.no; Zeltplatz 180 nkr, EZ/DZ 1300/1700 nkr; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug.; 🅿 📶) Einen Campingplatz und komfortable (wenn auch überteuerte) Zimmer, ein Restaurant und eine Bar befinden sich im Hotel Tama. Das klassische Holzhaus steht recht günstig an der Gabelung von Rv98 und E6/E75. In den Zimmerpreisen ist eine leichte Abendmahlzeit enthalten. Das Hotel organisiert auch Ausflüge zum Lachsfischen.

Shoppen

Tana Gull og Sølvsmie SCHMUCK

(☎ 78 92 80 06; www.tanagullogsolv.com; ⏲ Mo–Sa 10–18 Uhr) Tana Gull og Sølvsmie wurde vor über 30 Jahren als die erste Gold- und

Silberschmiede der östlichen Finnmark gegründet. Andreas Lautz kreiert hier sehr schönen Gold-, Silber- und Bronzeschmuck nach traditionellen samischen Mustern. Der Laden bietet außerdem hochwertige Textilien, Keramikarbeiten, Glaskunst und traditionelle samische Messer.

An & Weiterreise

Täglich fahren Busse von/nach Kirkenes (2½ Std.) und Vadsø (1¼ Std.). Der Bus von Kirkenes und Alta in Richtung Westen kommt viermal pro Woche durch.

Samenmuseum

Zwischen Tana Bru und Vadsø liegen zwei bedeutende samische Kulturstätten, die beide einen Halt lohnen.

Samenmuseum Varanger MUSEUM
(Várjjat Sámi Musea; varjjat.org; Erw./Kind 50/30 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug. 10–18 Uhr, sonst Mo–Fr bis 15 Uhr) In Varangerbotn – dort, wo die E6 17 km östlich von Tana Bru auf die E75 stößt – zeigt dieses Museum eine informative Hightech-Ausstellung zu Leben und Kultur der Samen, die richtig Spaß macht. Außerdem gibt es Wechselausstellungen zu samischen Themen und Werke zeitgenössischer samischer Künstler zu sehen. Im Außenbereich findet sich eine kleine ständige Ausstellung mit Erdhütten, Angelausrüstung und Gerätschaften der Samen.

Ceavccageadge HISTORISCHE STÄTTE
(Mitte Juni–Ende Aug. 11–16 Uhr) In **Mortensnes** an der E75, etwa 15 km östlich von Varangerbotn, wandeln Besucher auf den Spuren der frühen Samen in Richtung Meer. Am westlichen Ende der Anlage, nachdem man Grabstätten, Ruinen von Wohnstätten und eine rekonstruierte Torfhütte hinter sich gelassen hat, steht man endlich vor dem Namensgeber *Ceavccageadge*: einem säulenartigen Stein in Wassernähe, der mit Lebertran eingesalbt wurde, um beim Fischfang Glück zu bringen. Auf einem Berg weiter östlich findet man den Bjørnstein (Bärenfelsen), der aussieht wie ein Bär und von den frühen Samen als Kultobjekt verehrt wurde.

NICHT VERSÄUMEN

DIE KIRCHE VON NESSEBY

An einer der schönsten Strecken auf der E75 (einer nationalen Touristenstraße, siehe www.turistveg.no) hebt sich die hübsche weiße Kirche von Nesseby an der Küste vor der spektakulären Kulisse der fernen Berge ab. Die Kirche wurde 1858 erbaut und hat als eine der wenigen in der Finnmark die Verwüstungen des Zweiten Weltkriegs überstanden. Von der Hauptstraße aus ist sie ausgeschildert, man folgt einer wenig befahrenen Straße für 0,8 km. Das kleine Naturschutzgebiet neben der Kirche ist bei Vogelliebhabern populär.

Vadsø

6250 EW.

Vadsø, Verwaltungshauptstadt der Finnmark, war im 19. Jh. Anlaufpunkt vieler finnischer Immigranten und hat daher ein gemischtes finnisches und norwegisches kulturelles Erbe, an das ein Gedenkstein am nördlichen Ende der Tollbugata erinnert. Vadsø ist außerdem prominenter Ort für die Erforschung des Nordpols; hier begannen bzw. endeten mehrere Expeditionen. Wie die anderen Orte der Finnmark auch wurde Vadsø im Zweiten Weltkrieg stark beschädigt, sowohl durch russische Bombenangriffe als auch durch deutsche Truppen auf dem Rückzug.

Vogelfreunde aufgepasst: Im Frühsommer nistet hier die seltene Scheckente.

Sehenswertes

Tuomainengården MUSEUM
(www.varangermuseum.no; Slettengate 21; Erw./Kind 50 nkr/frei; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 10–17, Sa & So bis 16 Uhr, sonst Mo–Fr bis 15 Uhr) Dieses 1840 erbaute finnische Bauernhaus hatte eine eigene Bäckerei, eine Sauna und eine Schmiede.

Esbensengården MUSEUM
(www.varangermuseum.no; Hvistendalsgata; Erw./Kind 50 nkr/frei; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 10–17, Sa & So bis 16 Uhr, sonst Mo–Fr bis 15 Uhr) Ganz in der Nähe vom Tuomainengården steht dieses prächtige Mitte des 19. Jhs. erbaute Kaufmannshaus. Es ist vollständig erhalten, inklusive Ställen und Dienstbotenunterkünften.

Fischfabrik Kjeldsen MUSEUM
(Erw./Kind 50 nkr/frei; Mitte Juni–Mitte Aug. 12–18 Uhr) Die alte Fischfabrik liegt 15 km östlich der Stadt in Ekkerøy. Zur Anlage gehören alte Handels- und Lagerräume, haufenweise

ABSEITS DER ÜBLICHEN PFADE

HALBINSEL NORDKINN

Während die Massen eilig zum Nordkap fahren, gilt die wenig besuchte Halbinsel Nordkinn als Norwegens wahrhaftiger Norden und ist eine Fundgrube für alle, die auf der Jagd nach dem Nördlichsten des Nördlichsten sind.

Am Ortseingang von **Kjøllefjord** sitzt die **Finnkirka**, deren Felsformation an eine Kirche erinnert, und begrüßt die Besucher dieser abgelegenen Ecke der Finnmark auf majestätische Art.

Auf der anderen Seite der Halbinsel Nordkinn behauptet das winzige Küstendorf **Gamvik**, das nördlichste **Museum** (www.kystmuseene.no/gamvik-museum; Strandveien 94; Erw./Kind 50/10 nkr; Mitte Juni–Aug. tgl. 10–16 Uhr, sonst Mo–Fr bis 16 Uhr) der Welt zu beherbergen. In einem ehemaligen Schuppen zum Trocknen von Fischen informiert es über die Kultur der Fischer in der weitläufigen Umgebung. Ganz in der Nähe verläuft ein Wanderpfad für Vogelbeobachter durch das **Naturreservat Slettnes**. Hier halten sich nistende oder durchziehende Enten und Watvögel auf (erreichbar nur zu Fuß oder mit dem Auto). Und **Slettnes Fyr** ist der weltweit nördlichste Festlandsleuchtturm.

In der Mitte der Halbinsel liegt **Kinnarodden**, der nördlichste Punkt des europäischen Festlands (das Nordkap ist ja genau genommen auf einer Insel). Hier befindet sich außerdem die Ortschaft **Mehamn**. Sie ist nicht weiter bemerkenswert, außer als Geburtsort einer der ersten Umweltschutzbewegungen in Norwegen: Die örtlichen Fischer protestierten gegen die kommerzielle Ausrottung der Wale, die zuvor den Kabeljau der Küste zutrieben und so den Fischfang erleichtert hatten. 1903 wurden die Fischer von den königlichen Truppen zur Räson gebracht.

Kjøllefjord und Mehamn sind Stationen der Hurtigruten-Küstenfähre.

obskure Fischfangausrüstung, ein Raum zur Krabbenverarbeitung und -verpackung sowie ein riesiges schwarzes Fass zum Kochen von Lebertran. Am meisten lohnt sich der Besuch, wenn sich der Hunger langsam bemerkbar macht, der lässt sich nämlich bestens nebenan im **Havhesten Restaurant** (90 50 60 80; Hauptgerichte 125–225 nkr; Di–So 14–22 Uhr) mit einem ausgezeichneten Fischgericht stillen.

Mit seinen vielen maritimen Dekoobjekten würde es glatt als Erweiterung des Museums durchgehen. Wenn der Wind nicht zu sehr pustet, kann man draußen auf dem Steg essen, während unter und neben dem Tisch das Meer schwappt.

Luftskipsmasta

HISTORISCHE STÄTTE

Der Luftschiffmast auf der Insel Vadsø erinnert an einen Bohrturm und wurde in der Mitte der 1920er-Jahre aufgestellt, als Anker- und Startplatz für Luftexpeditionen in die Polarregion. Die Expedition von Roald Amundsen, Umberto Nobile und Lincoln Ellsworth, die mit dem Luftschiff *Norge N-1* via Nordpol nach Alaska flogen, weihte den Mast im April 1926 ein. Zwei Jahre später dockte hier Umberto Nobiles Luftschiff *Italia* an, das die Tour wiederholen sollte, aber auf Svalbard zerschellte. Als Rettungsexpedition gingen zwölf Dampfschiffe, 13 Flugzeuge und 1500 Menschen auf die Suche, darunter auch Amundsen – der dabei auf Nimmerwiedersehen verschwand und so zum Helden und zum nationalen Märtyrer wurde. Es lohnt sich, die windigen 600 m durch die Wiesen auf sich zu nehmen – nicht zuletzt wegen der Vielfalt an Wasservögeln, die auf dem kleinen See weiter hinten zu sehen sind.

Kirche von Vadsø

KIRCHE

(Amtmannsgate 1b; Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 8.30–15 Uhr) Wie so oft in diesen kleinen Finnmarksgemeinden der Fall ist die Kirche das architektonisch interessanteste Gebäude. Kein Wunder, denn oft ist sie der einzige Bau, der den Vandalismus der abziehenden Nazis überstanden hat. Nicht so in Vadsø. 1958 wurde die neue Kirche errichtet – eher schlicht, aber voller Symbolik. Die beiden Türme sollen an einen Eisberg erinnern, der orthodox inspirierte Altar riskiert einen Blick über den (konfessionellen) Tellerrand und das herrliche Buntglasfenster zeigt die vier Jahreszeiten.

Schlafen

Vestre Jakobselv Camping

CAMPINGPLATZ €

(78 95 60 64; www.vj-camping.no; Lilledalsveien; pro Pers./Stellplatz 10/150 nkr, Hütte/Zi. ab 500/450 nkr; Mai–Sept.) Der am nächsten

bei Vadsø gelegene Campingplatz befindet sich 17 km westlich der Stadt und hat sehr preiswerte Zimmer und Hütten. Nur 200 m von einem schnell fließenden Lachsfluss entfernt, ist er außerdem ein beliebter Anglertreff.

Rica Hotel Vadsø HOTEL €€
(✆ 78 95 25 50; www.rica.no; Oscarsgate 4; DZ 945–1355 nkr; P @ ᯤ) Mitten im Zentrum bietet das freundliche Rica adrette Zimmer mit Parkettfußböden sowie eine kostenlose Sauna und einen kleinen Fitnessraum. Es ist die Top-Empfehlung in Vadsø.

Vadsø Fjordhotell HOTEL €€
(✆ 45 06 03 45; www.vadsoefjordhotell.no; Brugata 2; EZ/DZ ab 950/1050 nkr; P ᯤ) Das nette Hotel ist bei Vogelbeobachtern beliebt und liegt nah am Ausgangspunkt des Wanderwegs zum Luftskipsmasta. Es hat einfache, aber gemütliche Zimmer, die meisten mit Meerblick.

Essen

Hildonen CAFÉ €
(Kirkegata 20; ⏲ Mo–Fr 9–16, Sa bis 14 Uhr) Der Duft von warmem Brot und süßen Kuchen lockt einen unwiderstehlich in diese Bäckerei mit Café. Es liegt genau gegenüber der Touristeninformation und ist bei Einheimischen sehr beliebt.

Indigo INDISCH €€
(✆ 78 95 39 99; Tollbugata 12; Hauptgerichte 149–275 nkr; ⏲ Di–Sa 12–22 Uhr) Auch wenn es keinen Anspruch darauf erhebt, muss das seit Langem etablierte Indigo das nördlichste indische Restaurant Europas sein – wenn nicht der ganzen Welt. Das zugehörige Takeaway zieht kulinarisch internationale Register – mit Kebab, Burgern, Pizzas, Tex-Mex und Currys.

Oscar Mat og Vinhus NORWEGISCH €€€
(✆ 78 95 25 50; www.rica.no; Oscarsgate 4; Hauptgerichte 190–349 nkr; ⏲ 18–22.30 Uhr) Oscar Mat og Vinhus, das Restaurant des Rica Hotels und das beste der Stadt, bietet täglich ein Fisch- und ein Fleischgericht zusätzlich zur ständigen Auswahl norwegischer Spezialitäten, darunter auch Rentier.

Praktische Informationen

Touristeninformation (✆ 78 94 04 44; www.varanger.com; Tollbugata 16; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. Mo–Fr 10–18, Sa & So bis 16 Uhr) Nur im Sommer geöffnet; neben dem Rica Hotel.

An & Weiterreise

Bei Vadsø legen täglich um 8 Uhr die Schiffe der Hurtigruten an, die in Richtung Norden nach Kirkenes fahren. Mindestens zwei Busse täglich verkehren von/nach Tana Bru (1¼ Std.) und Vardø (1½ Std.).

Vardø

2274 EW.

Die 75 km lange Strecke von Vadsø nach Vardø ist flach wie ein Bügelbrett und so richtig ab vom Schuss. Wer sich hierher verirrt, darf sich zu den richtig hartgesottenen Travellern zählen. Doch die Straße, die sich einsam zwischen Küste, zähen Gräsern und niedrigen Sträuchern dahinschlängelt, hat einen ganz eigenen Reiz.

Vardø darf für sich in Anspruch nehmen, Norwegens östlichste Siedlung zu sein. Und obwohl das schmetterlingsförmige Stück Land eine Insel ist, deren einzige Verbindung zum Festland der 2,9 km lange Ishavstunnelen (Eismeertunnel) ist, behaupten die Einheimischen außerdem, sie sei der einzige Ort auf dem norwegischen „Festland“, der in der arktischen Klimazone liegt (die Jahresdurchschnittstemperatur liegt unter 10 °C). Früher war Vardø eine Hochburg des Handels mit den russischen Pomoren; heute ist der Ort ein wichtiger Fischereihafen und Heimat vieler Einwanderer aus Russland und – interessanterweise – Sri Lanka.

Sehenswertes & Aktivitäten

Vardøhus Festning FESTUNG
(Festningsgate 20; Eintritt 40 nkr; ⏲ Mitte April–Mitte Sept. 8–21 Uhr, sonst 10–18 Uhr) Die sternförmige Festung Vardøhus wurde im Jahr 1737 von König Christian VI. erbaut und ist – was sonst? – die nördlichste Festung der Welt. Für eine Festung etwas überraschend ist der Märchenlook, hervorgerufen durch die ungewöhnlich sanften Farben. Zwischen blumengeschmückten Bollwerken, alten Gebäuden mit Torfdach und russischen Kanonen lässt es sich ganz wunderbar flanieren. Das Eintrittsgeld bezahlt man bei der Wache oder wirft es in die Seemine aus dem Zweiten Weltkrieg, die am Eingang steht.

Pomor-Museum MUSEUM
(✆ 40 48 03 32; Kaigata; Erw./Kind 50/25 nkr; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. 11–17 Uhr) Das kleine Museum erinnert an die historischen Handelsbeziehungen zwischen Russland und

Norwegen, bei denen hauptsächlich Fisch gegen Getreide getauscht wurde. Sie endeten erst mit der Revolution von 1917.

Hornøya VOGELBEOBACHTUNG
(hin und zurück 200 nkr) Im Sommer gibt's regelmäßige **Bootsfahrten** vom Hafen zur Insel Hornøya mit ihrem malerischen Leuchtturm und den Vogelklippen. Wer dieses Vogelparadies nach Abfahrt des letzten Schiffs in Ruhe genießen will, sollte zeitig eines der nur drei Betten im **Leuchtturm** (✆ 78 98 72 75; 450 nkr) reservieren.

Schlafen

Kiberg Bed & Boat PENSION €
(✆ 41 32 86 79; Havnegata 37, Kiberg; EZ/DZ mit Gemeinschaftsbad 420/575 nkr) 13 km südlich von Vardø in Kiberg betreibt der herzliche Inhaber Ronny Larsen diese renovierten Fischerunterkunft mit Lounge und gut ausgestatteter Gästeküche. Die Zimmer und die Etagenbäder sind sauber und ordentlich und wohl nirgends sonst in Norwegen gibt es bessere Königskrabben (ca. 350 nkr). Ronny organisiert vierstündige Angelausflüge und Wanderungen für Vogelliebhaber. Die Rezeption ist zwischen 18 und 24 Uhr geöffnet.

Vardø Hotell HOTEL €€
(✆ 78 98 77 61; www.vardohotel.no; Kaigata 8; EZ/DZ ab 900/1000 nkr) Die Angestellten im einzigen Hotel des Ortes sind hilfsbereit und gut drauf, die Zimmer und Flure allerdings ausgesprochen abgewetzt und altmodisch. Pluspunkte sind: Viele Zimmer bieten Ausblick über den Hafen und einige sind behindertengerecht ausgestattet.

Essen & Ausgehen

Asia Burger Café CAFÉ €€
(Kristian IV gate 3; Hauptgerichte ab 150 nkr; ⏲ Febr.–Nov. Di–So 12–21 Uhr) Unser Tipp: den wenig einladenden Namen ignorieren, die Burger meiden und eines der köstlichen Thai-Gerichte in Europas – jawohl, richtig! – nördlichstem Thai-Restaurant bestellen. Dazu schmeckt eines der 36 verschiedenen Flaschenbiere, etwa das echt thailändische Singha-Bier.

Nordpol Kro PUB
(Kaigata 21; ⏲ 10–24 Uhr) Mit ihren Holzdielen und Antiquitäten hätte das seit 1858 geöffnete Nordpol Kro gute Chancen auf den Titel des ältesten Gasthauses in Nordnorwegen. Der freundliche Wirt Bjørn Bredesen besitzt zudem eine rekordverdächtige Bierdeckelsammlung. An manchen Abenden spielt hier Livemusik.

DIE HEXEN VON VARDØ

In der Kristian IV gate 24 erinnern eine Tafel und eine Fahne an etwa 90 Frauen aus Vardø, die zwischen 1621 und 1692 der Hexerei bezichtigt und verbrannt wurden. Auf dem **Domen**, einem Hügel auf dem Festland etwa 2 km südlich des Ortes, kann man die Höhle besichtigen, in der ihre satanischen Riten und heimlichen Treffen mit dem Teufel stattgefunden haben sollen.

Praktische Informationen

Touristeninformation (✆ 78 98 69 07; www.varanger.com; Havnepromenaden; ⏲ Mitte Mai–Sept. Mo–Fr 9–17, Sa & So 14–17 Uhr) Direkt an der Hafenpromenade gelegen. Nur im Sommer geöffnet.

An & Weiterreise

Vardø ist eine Station der Hurtigruten. Busse verkehren mindestens zweimal täglich auf der landschaftlich reizvollen Küstenstrecke zwischen Vadsø und Vardø (1½ Std.). Täglich außer Samstag fahren zwei Busse nach Kirkenes (3½ Std.).

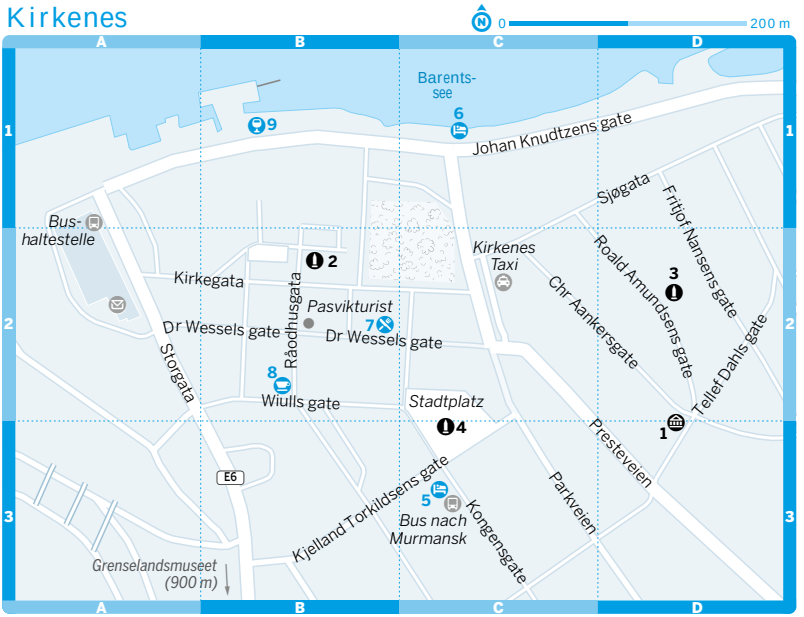
Kirkenes

3680 EW.

Bis hierher und nicht weiter: Kirkenes liegt so östlich wie Kairo, östlicher als weite Teile Finnlands und nur 15 km von der russischen Grenze entfernt. Hier befindet sich die letzte Station der Hurtigruten und auch die E6 – die Autobahn, die bis Oslo führt – endet hier.

Der winzige, unscheinbare Ort hat das unverkennbare Flair einer Grenzsiedlung. Die Straßenschilder sind auf Norwegisch und in kyrillischer Schrift und in den Straßen wird Russisch gesprochen – von Grenzgängern und russischen Fischern, die hier mehr für ihren Fang bekommen.

Jährlich besuchen etwa 100 000 Reisende den kleinen Ort. Die meisten kommen mit einer Fähre der Hurtigruten, bleiben ein paar Stunden und fahren dann weiter. Doch ein etwas längerer Aufenthalt lohnt sich – nicht so sehr wegen der Stadt selbst als vielmehr wegen der zahlreichen Exkursionen und Aktivitäten, die sie zu bieten hat.



Geschichte

Der Distrikt Sør-Varanger mit Kirkenes als Hauptort war bis 1926, als die russischen, finnischen und norwegischen Grenzen festgelegt wurden, gemeinsam von Norwegen und Russland besetzt.

1906 wurde in der Nähe Eisenerz entdeckt, und im Ersten Weltkrieg war Kirkenes ein Hauptlieferant für das Rohmaterial der Artillerie. Bereits zu Beginn des Zweiten Weltkriegs erkannten auch die Nazis die Ressourcen und die günstige strategische Position nahe dem freien russischen Hafen Murmansk. Sie besetzten den Ort und stationierten hier 100 000 Soldaten. Als Folge wurde das winzige Kirkenes mit mindestens 320 vernichtenden Angriffen der Sowjetunion nach Malta der am häufigsten bombardierte Ort im Zweiten Weltkrieg. In Kirkenes gab es auch ein Internierungslager für Norweger aus allen Landesteilen, die nicht mit den Besatzern kooperierten.

Was von der Stadt noch übrig war, wurde von der abrückenden Wehrmacht niedergebrannt; die verbleibenden Ruinen wurden im Oktober 1944 von den vorrückenden Sowjets schließlich befreit. Nach dem Wiederaufbau lieferten die Bergwerke wieder Eisenerz für große Teile Europas. Aufgrund zu hoher Förderkosten wurden sie 1996 geschlossen, 2009 aber unter der Leitung der australischen Northern Iron Ltd. wieder eröffnet.

Kirkenes

Sehenswertes
- 1 Andersgrotta D3
- 2 Bärenskulpturen B2
- 3 Russische Gedenkstätte D2
- 4 Gedenkstein für die Kriegsmütter C3

Schlafen
- 5 Rica Arctic Hotel C3
- 6 Thon Hotel Kirkenes C1

Essen
- 7 Ritz B2

Ausgehen & Nachtleben
- 8 Galleri Artika B2
- 9 Havna B1
- Ritz ..... (siehe 7)

Sehenswertes

Grenselandsmuseet MUSEUM
(Førstevannslia; Erw./Kind 60 nkr/frei; Juli–Mitte Aug. 10–18 Uhr, sonst bis 14 Uhr) Das gut gemachte Grenzmuseum, 1 km außerhalb des Zentrums von Kirkenes erläutert Geografie und Kultur der Grenzregion mit Ausstellungen über den Zweiten Weltkrieg und den Berg-

bau. Zum Museum gehört auch die **Savio-Sammlung** mit typischen Drucken des samischen Künstlers John A. Savio (1902–38) aus Kirkenes. Seine Arbeiten stellen die Spannung zwischen dem Leben der Einheimischen und den Kräften der Natur dar.

Gabba Rentier- & Huskypark TIERPARK
(Sandnesdalen 14; Erw./Kind 300/50 nkr; Juni–Sept. 10–15 Uhr) Dieser Park wird die Kinder nicht gerade vom Hocker reißen, wenn sie mit dem Auto durch die östliche Finnmark gekommen sind und unterwegs immer wieder ganze Herden weidender Rentiere gesehen haben. Wer hingegen auf der Hurtigruten angereist ist, kann hier was erleben, Huskys knuddeln inklusive.

Andersgrotta HISTORISCHES GEBÄUDE
(Tellef Dahls gate; Eintritt 120 nkr; Führungen 10.30 & 11 Uhr) Eine steile Treppe führt hinab in die Höhle, die einst als Luftschutzkeller und Bunker diente, als eine russische Bomberstaffel nach der anderen versuchte, die Nazis aus den Erzförderanlagen zu vertreiben. Eine mehrsprachige Präsentation und ein neunminütiges Video berichten über die Ereignisse. Warme Kleidung ist ratsam, denn selbst im Sommer hat es hier nur 3 °C.

Bärenskulpturen SKULPTUR
Vor dem russischen Konsulat trifft man auf zwei bezaubernde Bärenskulpturen, die – scheinbar im wahrsten Sinne des Wortes – einen Laternenpfahl besteigen.

Gedenkstein für die Kriegsmütter DENKMAL
Dieses Denkmal auf dem Hauptplatz von Kirkenes erinnert an die Kriegsstrapazen der Frauen.

Russische Gedenkstätte DENKMAL
Die Gedenkstätte auf einem kleinen Hügel ist den Soldaten der Roten Armee gewidmet, die die Stadt im Jahr 1944 befreiten.

Aktivitäten

Kirkenes ist zwar klein, lädt aber zu zahlreichen geführten Touren sowie Aktivitäten im Ort und der Umgebung ein. Einen Überblick über die jeweiligen jahreszeitlichen Angebote bieten die umfassenden Broschüren *Summer Activities* und *Winter Activities*, die in den Hotels ausliegen.

Buchen kann man an der Rezeption des Rica Hotels oder direkt bei den Veranstaltern.

Die Anbieter organisieren auf Wunsch den Transfer vom Ortszentrum oder vom Hotel aus.

Arctic Adventure ABENTEUERTOUREN
(78 99 68 74; www.arctic-adventure.no; Jarfjordbotn) Sommer- und Winteraktivitäten, z. B. Snowmobilfahrten, Hundeschlittenfahrten und Königskrabbensafaris.

Barents Safari ABENTEUERTOUREN
(90 19 05 94; www.barentssafari.no) Mit Barents Safari geht's auf dreistündige Bootsfahrt über den Fluss Pasvik zur russischen Grenze (Juni–Mitte Sept. mindestens 2-mal tgl.) im historischen Dorf Boris Gleb (auf Russisch Borisoglebsk). Der Anbieter organisiert außerdem Schneemobilfahrten, Königskrabbensafaris und im Sommer Quadbiking.

Pasvikturist ABENTEUERTOUREN
(www.pasvikturist.no; Dr Wessels gate 9) Bietet zahlreiche Touren, z. B. einen Tagesausflug über die Grenze ins russische Pechengatal und in die Bergbaustadt Nikel (ca. 1500 nkr) oder ein Wochenende in Murmansk (ca. 2400 nkr). Für beide Ausflüge benötigt man ein Visum für Russland oder muss norwegischer Staatsbürger sein.

Radius ABENTEUERTOUREN
(www.kirkenessnowhotel; Sandnesdalen 14) Im Kirkenes Snow Hotel findet sich ein breites Spektrum an geführten Touren und Safaris.

Sommeraktivitäten

Die folgenden Aktivitäten sind in Kirkenes zwischen Ende Juni und Mitte August beliebt:

- Königskrabbensafari (Erw./Kind 1300/600 nkr)
- Quadbike-Safari (allein/zu zweit 1500/2500 nkr)
- Halbtägige Führungen im Pasviktal (Erw./Kind 900/450 nkr)
- Besuch der russischen Grenze und Eisenerzgruben (Erw./Kind 550/275 nkr)
- Bootstouren auf dem Fluss Pasvik (Erw./Kind 1090/500 nkr, inkl. Mahlzeit)

Winteraktivitäten

Von Dezember bis Mitte April kann man diese Aktivitäten ausprobieren:

- Snowmobilsafari (EZ/DZ 1790/1990 nkr)
- Eisfischen (ab 850 nkr)
- Schneeschuhwanderungen (ab 850 nkr)
- Hundeschlittenfahrten (ab 1990 nkr)
- Königskrabbensafari (Erw./Kind 1300/600 nkr)

Schlafen

Kirkenes Camping
CAMPINGPLATZ €

(☎ 78 99 80 28; www.kirkenescamping.no; Maggadalen, Hesseng; Zelt-/Wohnwagenstellplatz 150/200 nkr, plus 50 nkr pro Pers., 4-Bett-Hütten mit Bad außerhalb 450–600 nkr, Hütten mit Bad 1000–1700 nkr; ⏲ Juni–Aug.) Der an der E6 westlich von Kirkenes gelegene Campingplatz ist die einzige Option für Camper. Da die Rezeption nur von 9 bis 19 Uhr geöffnet ist (eine Katastrophe in der Hochsaison!), ist frühzeitiges Buchen angesagt, wenn man eine Hütte will.

★ Sollia Gjestegård
HOTEL €€

(☎ 78 99 08 20; www.storskog.no; 1-/2-Bett-Apt. 1090/1490 nkr, 2–4-Bett-Hütten 1050–1690 nkr, EZ/DZ 650/800 nkr, Frühstück 95 nkr) Das 13 km südöstlich von Kirkenes gelegene Sollia wurde ursprünglich als Sanatorium für Tuberkulosekranke erbaut – und das wundert nicht: Man kann sich kaum eine sauberere Luft oder eine entspanntere Atmosphäre vorstellen als in dieser herrlichen Bleibe. Zudem kann man mal so richtig ins Schwitzen kommen – in der Sauna und im Whirlpool im Freien. Kinder werden außerdem von den Huskys begeistert sein. Direkt unterhalb, am See, liegt das verlockende Restaurant Gapahuken.

Thon Hotel Kirkenes
HOTEL €€

(☎ 78 97 10 50; www.thonhotels.no/kirkenes; EZ/DZ ab 595/795 nkr; 📶) Dieses recht neue Hotel am Wasser ist äußerlich (typisch für die Thon-Kette) ein quadratischer Kasten. Innen ist es allerdings luftig, weitläufig und aufregend, mit großartigem Ausblick über die Bucht und ein paar russische Trawler. Das Design des Restaurants ist genauso anregend (und von der Terrasse könnte man ohne Probleme seine Angel auswerfen).

Rica Arctic Hotel
HOTEL €€

(☎ 78 99 11 59; www.rica.no/arctic; Kongensgate 1–3; DZ ab 990 nkr; 🅿 @ 🏊) Ein angenehm moderner Hotelblock mit Norwegens östlichstem Schwimmbad (beheizt und ganzjährig geöffnet). Sein „Arctic-Menu"-Lokal (Buffet im Sommer: 350 nkr) ist das beste Hotelrestaurant der Stadt.

Kirkenes Snow Hotel
HOTEL €€€

(☎ 78 97 05 40; www.kirkenessnowhotel.com; EZ/DZ Halbpension & Sauna inkl. Transfer ab Kirkenes 2500/5000 nkr; ⏲ 20. Dez.–Mitte April) Zugegeben: Der Preis ist gesalzen. Schließlich werden jeden Winter 25 Tonnen Eis und 15 000 Kubikmeter Schnee angekarrt, um die vergängliche Pracht zu bauen. Aber diese Nacht vergisst man nie. Abends grillen Gäste Rentierwurst über offenem Feuer, gefolgt von Lachs vom Grill als Hauptgericht.

Essen

Die beste Küche der Stadt bietet das Rica Arctic Hotel.

Ritz
PIZZA €€

(☎ 78 99 34 81; www.ritzkirkenes.no; Dr Wessels gate 17; Pizza 193–269 nkr; ⏲ 15–23.30 Uhr) Im Ritz ist *all you can eat* angesagt: mittwochs Tacos (128 nkr), freitags Pizza (150 nkr).

ABSTECHER

HAMNINGBERG

Eine sehr empfehlenswerte, 88 km lange Rundreise von Vardø die Küste entlang nach Norden bringt einen zur winzigen, halb verlassenen Siedlung Hamningberg.

Entlang der schmalen, einspurigen Straße trifft man auf eines der faszinierendsten geologischen Phänomene Nordnorwegens: dunkle Moorseen, struppiges Gebüsch, das sich zäh an der dünnen Humusschicht festklammert, Schneereste bis Ende Juli, mit Flechten bedeckte, erodierte Steinsäulen, Überreste von Sedimentschichten, die sich senkrecht aufgestellt haben. Unterwegs begegnet man Rentierherden und kommt an mehreren Sandstränden vorbei. Eimer und Schaufel sollten allerdings bis zur Rückfahrt im Wagen bleiben, dann kann man 7,3 km südlich von Hamningberg zum allerbreitesten Strand wandern: durch das kleine Naturreservat **Sandfjordneset**, dessen geschützte Sanddünen etwas von der Küste zurückliegen.

Was das Dorf so besonders macht, ist seine totale Abgeschiedenheit, die es auch vor der Zerstörungswut der abziehenden Wehrmacht im Zweiten Weltkrieg rettete. Nur ein Haus wurde zerstört – allerdings von einem russischen Bomber. Der Rest ist seit den 1960er-Jahren (bis auf Sommerbesucher) verlassen, dient aber bis heute als lebendige Erinnerung an einen der einst größten Fischerorte in der östlichen Finnmark. Hier, ganz am Ende der Straße, öffnet im Sommer ein kleines Café.

★Gapahuken NORWEGISCH €€€
(☎78 99 08 20; Hauptgerichte 220–550 nkr, Büfett 400 nkr; ⏲Di–Sa 16–22 Uhr, Mitte Juni–Aug. 15–19 Uhr, sonst nach Vereinbarung) Von den breiten Panoramafenstern des Restaurants Gapahuken, dem Hotelrestaurant des Sollia Gjestegård, haben Gäste einen großartigen Blick über den See unterhalb des Hotels und den russischen Grenzposten dahinter. Wer wählerisch ist, nimmt die Fahrt von Kirkenes gerne auf sich: Auf der Karte steht norwegische Gourmetküche aus frischen regionalen Zutaten wie Rentier, Königskrabbe, Lachs und Heilbutt. Sonntags nur Büfett.

Ausgehen & Unterhaltung

Galleri Artika CAFÉ
(☎95 16 31 48; Wiulls gate 1; ⏲Mo–Fr 10.30–15 Uhr) Hier lautet das Motto „Kunst, Kaffee und Schokolade". Der hübsche kleine Raum beherbergt das schönste Café von Kirkenes.

Havna KNEIPE
(Johan Knudtzens gate 1; ⏲Mi–So 18–1 Uhr) Urige Matrosenkneipe mit Blick über den Hafen und auf einen rostenden russischen Koloss. Toll zum Billard- oder Dartspielen.

Ritz KNEIPE
(Dr Wessels gate; ⏲Fr & Sa 23 Uhr–spät) Disco und Kneipe mit überwiegend jungem Publikum.

Praktische Informationen

Kirkenes' Touristeninformation ist geschlossen, obwohl die alte Website noch online steht. Die beste Anlaufstelle für Informationen und Broschüren sind die Hotels oder Veranstalter.

Bibliothek (Bibliotek; Sjøgata; ⏲Mo–Fr 10–16 Uhr) Hat kostenlosen Internetzugang.

An & Weiterreise

Vom **Flughafen Kirkenes** (☎67 03 53 00; www.avinor.no) gehen Direktflüge nach Oslo (SAS und Norwegian) und Tromsø (Widerøe).

Kirkenes ist die Endstation der Hurtigruten-Küstenfähren, die in Richtung Süden täglich um 12.45 Uhr ablegen. Ein Bus fährt für ankommende Schiffe vom Kai in die Stadt und weiter zum Flughafen (100 nkr).

Busse verkehren viermal pro Woche nach Karasjok (5 Std.), Hammerfest (10¼ Std.), Alta (10½ Std.) und zu vielen Orten an der Strecke.

Unabhängige Traveller im Besitz eines russischen Visums (das man sich noch zu Hause vor der Abreise besorgen muss) können auch mit einem der beiden täglich verkehrenden Busse nach Murmansk fahren (einfach/hin & zurück 450/700 nkr, 5 Std.).

VERBOTENE GRENZGÄNGE

Man sollte nicht einmal mit dem Gedanken spielen, „einfach mal kurz" einen Schritt über die russische Grenze zu wagen, um ein paar Fotos zu schießen. Als Mitgliedsstaat des Schengener Abkommens achten die Norweger heute peinlichst darauf, dass keine illegalen Einwanderer ins Land kommen. Auch gibt es auf beiden Seiten immer noch Ängste aus der Zeit des Kalten Krieges. Sowohl die norwegischen als auch die russischen Wachposten verfügen über Überwachungsanlagen; die Geldstrafe für einen illegalen Grenzübertritt, und sei es tatsächlich nur für einen Moment, beträgt mindestens 5000 nkr. Bereits die Verwendung eines Tele- oder Zoomobjektivs sowie das Aufstellen eines Stativs gilt als Grenzverletzung. In den entsprechenden Vorschriften wird streng gewarnt: „Es ist verboten, Personen jenseits der Grenze zu kontaktieren oder sich ihnen gegenüber auf beleidigende Weise zu verhalten. Das Werfen von Gegenständen über die Grenzlinie ist ebenfalls verboten. Jeder Versuch einer Grenzverletzung wird genauso bestraft, als wäre er ausgeführt worden." Also Vorsicht!

Unterwegs vor Ort

Der Flughafen liegt 13 km südwestlich der Stadt und wird von Flybuss bedient (85 nkr, 20 Min.), mit Verbindungen zum Busbahnhof und zum Rica Arctic Hotel für alle ankommenden und startenden Flüge. **Kirkenes Taxi** (☎78 99 13 97) berechnet für eine Fahrt zwischen Stadt und Flughafen 300/350 nkr am Tag/Abend.

Autovermieter sind am Flughafen vertreten oder man erkundigt sich im Hotel.

Grense Jakobselv

Die erste Siedlung in Grense Jakobselv, 60 km nordöstlich von Kirkenes, gab es möglicherweise vor 8000 Jahren, als der Meeresspiegel 60 m niedriger war als heute. Nur ein kleiner Fluss trennt hier Norwegen von Russland und entlang der Straße sieht man auf beiden Seiten die Grenzsteine. Die einzige wirkliche Attraktion – abgesehen von der Möglichkeit, einen Blick über die magische Linie zu werfen – ist die einsame Steinkirche von 1869. Sie wurde in Sichtwei-

te des Meeres gebaut, um Norwegens territorialen Ansprüchen Nachdruck zu verleihen. Einheimische hatten sich bei den Behörden über das illegale Eindringen russischer Fischerboote in norwegische Gewässer beschwert. Man hoffte, die Eindringlinge würden eine Kirche respektieren und umkehren. In den Schulferien kann man montags, mittwochs und freitags von Kirkenes aus einen Tagesausflug nach Grense Jakobselv machen (1½ Std.). Der Bus startet um 9 Uhr in Kirkenes und fährt – nach einer Stunde Aufenthalt – um 11.30 Uhr wieder in Jakobselv ab.

Das Pasviktal

Selbst wenn die teuflischen Mückenschwärme warmblütigen Lebewesen das Leben zur Hölle machen – gerade die abgelegenen Seen, die feuchten Sümpfe der Tundra und Norwegens größter unberührter Taigawald sind es, die den kleinen **Øvre Pasvik Nationalpark** so attraktiv machen.

Der 200 km² große Park liegt am oberen Ende des Tals, ungefähr 100 km von Kirkenes entfernt. Dieser abgelegene Winkel Norwegens wirkt eher wie Sibirien oder Alaska. Hier streifen noch Vielfraße, Eurasische Luchse und Braunbären frei durch die Natur, außerdem Elche im wohl nördlichsten Gebiet Europas und zahlreiche recht seltene Vögel wie Unglückshäher, Hakengimpel, Birkenzeisig und Zwergsäger.

Die Kultur der steinzeitlichen Komsa-Jäger hat in der Gegend ihre Spuren hinterlassen: Rund um den See Ødevann und an anderen Orten in der Region findet man Fallgruben der Jäger; manche stammen aus der Zeit um 4000 v. Chr. Näher an der Gegenwart, Mitte des 19. Jhs., wurden Bauern beim Bau eines Gehöfts vom Staat subventioniert, um diese nahezu jungfräuliche Landschaft zu erschließen und den Anspruch auf das schlecht definierte Grenzland zu legitimieren.

Sehenswertes

Sør-Varanger-Museum MUSEUM
(www.varangermuseum.no/no/sor-varanger; Erw./Kind 50 nkr/frei; Juli–Mitte Aug. 9.30–14 Uhr) Ein Halt lohnt sich bei der Außenstelle des Sør-Varanger-Museums in Strand. Dort ist Norwegens ältestes staatliches Internat erhalten; die ethnische Vielfalt der Region wird ebenfalls beleuchtet. Sehenswert sind auch die hölzerne **Svanvik-Kapelle** von 1934 und zwei Bauernhöfe aus dem 19. Jh.: **Bjørklund** und **Nordre Namdalen**.

Høyde 96 AUSSICHTSPUNKT
Der Aussichtsturm Høyde 96 stammt noch aus den Zeiten des Kalten Krieges und bietet einen Blick bis zur trostlosen russischen Bergwerksstadt Nikel.

Aktivitäten

Zahlreiche Unternehmen aus Kirkenes bieten Bootsfahrten und Schneemobilsafaris im Pasviktal an.

Wer sich hier in die Wildnis schlagen will, sollte vorher in Mückenabwehrmittel baden. Die beste Route ist die ziemlich jämmerliche Straße, die 1,5 km südlich von Vaggetem nach Südwesten abzweigt und nach 9 km auf einem Parkplatz am nordöstlichen Ende des Sees Sortbrysttjørna endet. Von dort führt ein markierter Wanderweg 5 km weit nach Südosten, an mehreren schön gelegenen Seen vorbei, durch Sümpfe und Moraste bis zum Endpunkt an der **Ellenvannskoia-Hütte** am großen See Ellenvatn.

Vom Parkplatz Ødevasskoia aus sind es ungefähr 8 km zu Fuß geradewegs nach Süden zum **Krokfjell** (145 m) und dem Denkmal **Treriksrøysa**, das den Punkt markiert, wo Norwegen, Finnland und Russland aneinanderstoßen. Es ist möglich, nahe heranzukommen und Fotos zu machen. Aber drumherum gehen sollte man lieber nicht – das wäre eine Grenzverletzung.

Die richtige topografische Karte ist *Krokfjelle* vom Statens Kartverk. Darauf ist praktischerweise der gesamte Park im Maßstab 1:25 000 verzeichnet.

Schlafen

Øvre Pasvik Café & Camping CAMPINGPLATZ €
(95 91 13 05; pasvikcamping.no; Vaggetem; Zelt-/Wohnwagenstellplatz ab 100/200 nkr, Hütten 550–650 nkr) Dieser Campingplatz vermietet auch Kanus und Fahrräder und informiert über die Natur und Attraktionen in der Gegend.

Praktische Informationen

Øvre-Pasvik-Nationalparkzentrum (46 41 36 00; Mitte Juni–Mitte Sept. 8–20 Uhr, sonst Mo–Fr 9–15 Uhr) Das Øvre-Pasvik-Nationalparkzentrum liegt in einer wunderschönen Gartenanlage 40 km südlich von Kirkenes.

An & Weiterreise

Wochentags fahren zwei Busse von Kirkenes über Svanvik nach Skogfoss (1½ Std.). Einer fährt außerdem noch weiter nach Vaggatem (2¼ Std.).

INNERE FINNMARK

Norwegens „Land der weiten Himmel“, dicht an die finnische Grenze geschmiegt, ist im Sommer üppig grün und im Winter zutiefst eisblau. Zudem ist es das Kerngebiet der Gegend, die als Sápmi oder „Land der Samen“ bekannt ist. Kautokeino, ein klassisches Straßendorf, ist das traditionelle Herz der Region, auch wenn in Karasjok insgesamt mehr los ist und mehr samische Institutionen dort ihren Sitz haben.

Karasjok

2875 EW.

Mag sein, dass in Kautokeino mehr Samen leben, aber Karasjok (auf Samisch: Kárásjohka) ist zweifellos die Hauptstadt der norwegischen Samen. Hier befinden sich das Parlament der Samen und die Samenbibliothek, NRK Sami Radio sendet aus Karasjok, es gibt ein wunderbares Samen-Museum und einen beeindruckenden Samen-Themenpark. Zudem zählt es zu Norwegens besten Gegenden für Hundeschlittenfahrten.

Die Fahrt von Kautokeino nach Karasjok ist wunderschön – insbesondere dort, wo die Straße dem Fluss Jiešjokka folgt.

Sehenswertes

Sápmi-Park FREIZEITPARK, MUSEUM

(www.visitsapmi.no; Porsangerveien; Erw./Kind 130/65 nkr; Mitte Juni–Mitte Aug. 9–19 Uhr, Ende Aug. bis 16 Uhr, Sept.–Mitte Dez. Mo–Fr 9–16, Sa 11–15 Uhr, Jan.–Mai Mo–Fr 10–14 Uhr) Die Kultur der Samen wird hier bestens vermarktet. Zu dem beeindruckenden **Themenpark** gehört eine melancholische Multimediashow, die im „Magischen Theater“ mit der Thematik der Sami bekannt macht. Außerdem sind im Gelände Sommer- und Winterlager der Samen sowie andere Wohnstätten aufgebaut. Natürlich gibt es auch einen Souvenirshop, ein Café und die **Boble Glasshytte**, die einzige Glasbläserwerkstatt der Finnmark (mit Galerie). Der Gesamteindruck ist sehr gut, vor allem da die Samen als normale Mitmenschen und nicht als ein exotischer Anachronismus vorgestellt werden. Wer Hintergrundinformationen sucht, findet sie in den Samenmuseen von Karasjok und Kautokeino: weniger gefällig aufbereitet, dafür akademischer.

Samisches Nationalmuseum MUSEUM

(Sámiid Vuorká Dávvirat; 78 46 99 50; www.rdm.no; Museumsgata 17; Erw./Kind 75 nkr/frei; Juni–Mitte Aug. 9–18 Uhr, Ende Aug. Mo–Fr 9–18, Sa & So bis 16 Uhr, Sept.–Mitte Juni Mo–Fr 9–15 Uhr, Mitte Aug.–Mai Di–Fr 9–15 Uhr) Das Samische Nationalmuseum, oft auch Sami-Sammlung genannt, stellt u. a. farbenfrohe traditionelle Sami-Kleidung, Werkzeuge und Artefakte sowie Werke zeitgenössischer samischer Künstler aus. Draußen stehen verschiedene traditionelle samische Gebäude, während ein kurzer, englisch beschilderter Lehrpfad an uralten Rentierfallen vorbeiführt und Jagdtechniken erklärt. Im Sommer ist außerdem eine Führung im Eintritt bereits inbegriffen.

Samisches Parlament SEHENSWERTES GEBÄUDE

(Sámediggi; Kautokeinoveien 50; Führungen stdl. Ende Juni–Mitte Aug. 8.30–14.30 Uhr, außer 11.30 Uhr, sonst Mo–Fr 13 Uhr) GRATIS Das samische Parlament wurde 1989 ins Leben gerufen und versammelt sich viermal pro Jahr. Im Jahr 2000 zog es in ein tolles neues Gebäude um, das außen mit sibirischem Holz verkleidet und innen mit Birke, Eiche und Kiefer ausgestattet ist. Die Haupthalle hat die Form eines samischen Zelts. Die **Bibliothek der Samen,** beleuchtet von einem Sternenhimmel aus lauter winzigen Lichtern, beherbergt mehr als 35 000 Bücher sowie andere Medien. Führungen dauern 30 Minuten. In Finnland und Schweden gibt es ähnliche samische Parlamente.

Gamlekirke KIRCHE

Der 1807 errichtete Bau ist die älteste Holzkirche der Finnmark. Sie ist das einzige Gebäude der Stadt, das die Zerstörungen des Zweiten Weltkriegs überlebt hat.

Aktivitäten

Engholm's Husky HUNDESCHLITTENFAHRTEN

(www.engholm.no; Hundeschlittenfahrt 1 Std. 1000 nkr, 1-/4-/5-/8-tägige Huskysafaris im Winter 1700/7300/9800/16 800 nkr) In der gleichnamigen Lodge bietet Engholm's Husky Winterausflüge mit dem Hundeschlitten an. Geleitet werden sie manchmal von Sven Engholm, einem der bekanntesten Hundeschlittenführer überhaupt. Im Sommer organisieren die Mitarbeiter auch Wandertouren – einen Teil des Gepäcks trägt ein Hund. Auf der Website finden sich sämtliche angebotenen Aktivitäten.

Turgleder OUTDOOR

(91 16 73 03; www.turgleder.com) Sven Engholms Tochter Liv betreibt in der Engholm Husky Design Lodge diesen prima Laden,

der ganzjährig etliche Aktivitäten anbietet, von 4–6-stündigen Langlaufskitouren (950 nkr pro Pers.) bis hin zu 24-stündigen »Pfadfinder-für-einen-Tag«-Erlebnissen (1900 nkr).

Ássebákti Kultur- & Naturlehrpfad

WANDERN

An der Rv92, 12 km südlich von Karasjok Richtung Kautokeino, befindet sich dieser 3,5 km lange Wanderweg (auf der Straße ausgeschildert als „Kulturminner"). Es lohnt sich durchaus, ihn entlangzuwandern, um ein bisschen Waldluft zu schnuppern. Kultur hat der Pfad trotz seines Namens allerdings nicht viel zu bieten. Immerhin kommt man nach ungefähr 25 Minuten (2 Std. sollten für Hin- & Rückweg eingeplant werden) an Überresten von Fallgruben, Vorratshügeln und (am anderen Flussufer) Erdhütten vorbei.

Schlafen

Karasjok Camping

CAMPINGPLATZ €

(✆ 78 46 61 35; www.karacamp.no; Kautokeinoveien; pro Pers./Stellplatz 20/120 nkr, B 200 nkr, Hütten 370–1100 nkr) Der freundliche Campingplatz von Karasjok liegt am Berg mit Blick über den Fluss und diversen Hüttenvarianten. Zeltbewohnern wird der Untergrund aus üppigem, federnden Gras gefallen. Im gemütlichen *lavvo* (samisches Zelt) können sich alle beim Knistern des nächtlichen Birkenholzfeuers auf Rentierfellen ausstrecken.

★ Engholm Husky Design Lodge

HÜTTEN €€

(✆ 91 58 66 25; www.engholm.no; EZ/DZ Vollpension ab 1400/2400 nkr, EZ/DZ nur Hütte ab 700/1000 nkr; P) Etwa 6 km außerhalb von Karasjok an der Rv92 hat Sven Engholm inmitten der Wälder eigenhändig dieses Paradies geschaffen. Jede der rustikalen Hütten ist individuell mit viel Flair mit Svens Handschnitzereien ausgestattet (von Toilettenbürsten aus Rentierhorn bis zu kreativen Lampenschirmen): Alle haben eine kleine Küche und zwei außerdem ein Bad. Das Schlaflied singen die Schlittenhunde. Ein üppiges Abendessen kostet 300 nkr. Durch den Wald ziehen sich markierte Wanderwege, und kaum fünf Minuten von den Hütten

KULTUR & TRADITION DER SAMI

Das Leben der Samen beruhte jahrhundertelang auf Jagd und Fischfang, doch irgendwann im 16. Jh. waren die meisten Rentiere domestiziert und aus der Jagdgesellschaft wurde eine Gesellschaft umherziehender Rentierhirten. Noch immer spielen die Rentiere eine wichtige Rolle in ihrem Leben, aber nur noch ca. 15 % der Samen sind unmittelbar mit dem Hüten der Tiere und der Arbeit mit dem Rentierschlitten beschäftigt. Und nur noch eine Handvoll Traditionalisten führt weiterhin ein echtes Nomadenleben. Die meisten widmen sich heute dem Fischfang oder haben mit dem Tourismus zu tun.

Ein wichtiges und charakteristisches Element der samischen Kultur ist der *joik* (oder auch *yoik*), ein rhythmisches Gedicht, das für eine ganz bestimmte Person geschrieben wird und ihr inneres Wesen beschreibt. Es geht damit praktisch ins Eigentum der betreffenden Person über (S. 434). Andere traditionelle Elemente sind die Volksmedizin und künstlerische Betätigung (besonders Holzschnitzen und Silberschmieden) und das Streben nach Einklang mit der Natur.

Die samische Nationaltracht ist die einzige echte Volkstracht, die in Norwegen immer noch im Alltag vorkommt; in Kautokeino und Karasjok kann man sie auf der Straße bewundern. Die Tracht hat in jedem Distrikt ihre eigenen charakteristischen Merkmale, aber immer handelt es sich um eine reich verzierte und bestickte Kombination von roten und blauen Filzhemden oder Kitteln und Hosen oder Röcken sowie Stiefeln und Hüten. Zu besonderen Anlässen wird das Outfit der Frauen mit einer Perlenkrone und einem Kranz aus seidenen Haarbändern aufgepeppt.

Wer mehr wissen möchte, kann in das Buch *The Sami People* von Davvi Girji (1990) hineinschauen oder in *The Sami: Indigenous People of the Arctic* von Odd Mathis Hælta, beide in englischer Übersetzung erhältlich. Auf Deutsch gibt es u. a.: *Sápmi. Mythen und Sagen der Samen und ihr religiöser Hintergrund* von Hans U. Schwaar (1996) und *Die Samen im Norden* von Hans Lindkjoelen (1995). *The Magic of Sami Yoik* von Dejoda ist eine von mehreren CDs, die diesem besonderen Genre gewidmet sind; und auf der CD *Eight Seasons* von Mari Boine, einer Sängerin aus Karasjok, kann man einem breiten Spektrum samischer Musik lauschen.

entfernt fließt ein Fluss voller Lachse. Am schönen Badeufer gibt's auch Zweierkanus zu mieten (400 nkr pro Tag). Hundefans können das Team beim täglichen Auslauf der Welpen begleiten oder für 500 nkr mit dem Boot auf einen nahe gelegenen See hinausfahren – während die ausgewachsenen Hunde nebenher laufen, schwimmen und bellen. Zudem gibt es eine Sauna und einen mit Holz beheizten Whirlpool.

Rica Hotel Karasjok HOTEL €€
(✆ 78 46 88 60; www.rica.no; Porsangerveien; DZ 760–1560 nkr; P @) Das Hotel gleich am Sápmi-Park ist Karasjoks bestes Hotel mit hübschen Zimmern und samischen Motiven an allen Ecken und Enden sowie dem beeindruckenden „Arctic-Menu"-Restaurant Gammen, im Sommer auch zum Draußensitzen.

Essen

Biepmu Kafeà CAFÉ €€
(✆ 78 46 61 51; Finlandsveien; Hauptgerichte 130–225 nkr; ⏲ 14–20 Uhr) Das einfache Café im Ortszentrum serviert herzhafte lokale Küche und Snacks sowie Tagesgerichte (ab 175 nkr); sonntags gibt es Rentier und mittwochs ein Fischbüfett. Andere Gerichte, wie z. B. Rentiergeschnetzeltes, kommen ebenfalls auf den Tisch. Die schweren Holzbänke erinnern an Kirchenbänke und das Publikum setzt sich vorwiegend aus Einheimischen zusammen.

★Gammen NORWEGISCH €€€
(✆ 78 46 88 60; Hauptgerichte 225–385 nkr; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. 11–22 Uhr) Das Gammen ist ein rustikaler, nur im Sommer geöffneter Komplex, bestehend aus vier großen, miteinander verbundenen Samenhütten, die zum Hotel Rica gehören. Auf der Speisekarte steht Rentier und nochmals Rentier, vielleicht mit dem einen oder anderen Fischgericht als Alibi dazwischen. Zwar halten hier mit Vorliebe Busse mit Reisegruppen, aber der Ort hat viel Atmosphäre und es gibt traditionelle samische Gerichte, die man wirklich probieren sollte – von Rentiereintopf bis Rentierfilet. Wem das zu viel ist, der kann auch einfach einen Kaffee oder ein Bier trinken.

Shoppen

Knivsmed Strømeng KUNSTHANDWERK
(✆ 78 46 71 05; Badjenjárga; ⏲ Mo–Fr 9–16 Uhr) Der Laden kann auf fünf Generationen Erfahrung bei der Herstellung einzigartiger, original handgefertigter Samenmesser zurückblicken. Hier bekommt man richtige Kunstwerke, die dem samischen Streben nach Nachhaltigkeit gerecht werden. Die Griffe bestehen aus Birke und Messing und der verwendete Stahl hat unterschiedliche Qualitäten. Die Preise liegen bei 840 nkr für ein samisches Kindermesser und gehen bis zu 1840 nkr für echte Meisterstücke.

Am unteren der beiden Kreisverkehre an der E6 im Ortszentrum fährt man die Straße 92 Richtung Südwesten nach Ivalo. Das Knivsmed Strømeng liegt hinter der Brücke an der linken Seite.

Praktische Informationen

Touristeninformation (✆ 78 46 88 00; ⏲ Juni–Mitte Aug. 9–19 Uhr, sonst geschlossen) Die nur im Sommer geöffnete Touristeninformation befindet sich im Sápmi-Park, nahe der Kreuzung von E 6 und Rv92. Wer aus Finnland anreist und noch keine Kronen hat, kann hier Geld wechseln.

An & Weiterreise

Zweimal täglich (außer Sa) verbinden Busse Karasjok mit Alta (475 nkr, 4¾ Std.) und Hammerfest (410 nkr, 4¼ Std.). Viermal pro Woche verkehrt außerdem ein Bus nach Kirkenes (529 nkr, 5 Std.).

Einmal am Tag fährt die finnische Lapin Linjat nach Rovaniemi (700 nkr, 8 Std.) über Ivalo (280 nkr, 3½ Std.) in Finnland.

Kautokeino

3050 EW.

Während sich Karasjok an die norwegische Kultur angepasst hat, ist Kautokeino, seit jeher das Winterlager der Rentier-Samen (im Unterschied zu den Küsten-Samen), betont samisch geblieben. Rund 85 % der Einwohner sprechen Samisch als Muttersprache. Und wenn man Einheimische in traditioneller Landeskleidung sieht, muss das keineswegs immer touristische Gründe haben.

Im Sommer ist die Stadt offen gesagt recht langweilig, da viele Einwohner dann draußen bei den Rentieren auf den Sommerweiden sind. Umgekehrt leben hier im Winter nicht nur die Leute, sondern auch rund 100 000 Rentiere. Wirklich lohnend ist ein Besuch in Juhls' Sølvsmie (Juhls' Silbergalerie) kurz vor der Stadt, eins der besten Beispiele für schönstes skandinavisches Schmuckdesign.

Geschichte

Die ersten schriftlichen Zeugnisse über eine dauerhafte Siedlung an diesem Ort stammen schon aus dem Jahr 1553, während des allmählichen Übergangs vom nomadischen zum sesshaften Leben im Gebiet von Kautokeino. Auch das Christentum fasste hier früh Fuß: 1641 wurde die erste Kirche gebaut.

Die erste Straße erreichte Kautokeino erst in den 1960er-Jahren.

Sehenswertes & Aktivitäten

Das Thon Hotel Kautokeino sorgt im Sommer für Angelmöglichkeiten und im Winter für zahlreiche Ausflüge, z. B. Schneemobilsafaris und Ausflüge zu hiesigen Sami-Camps.

Juhls' Sølvsmie SILBERSCHMIEDE, GALERIE

(Juhls' Silver Gallery; 78 48 43 30; www.juhls.no; Galaniitoluodda; Mitte Juni–Mitte Aug. 9–20 Uhr, sonst bis 18 Uhr) Es ist ein wunderbares Gebäude, geprägt von weich fließenden Linien und abgerundeten Ecken. Entworfen und gebaut wurde es von den Inhabern Regine und Frank Juhls, die vor mehr als einem halben Jahrhundert begannen, mit den Samen zusammenzuarbeiten. Die hoch gelobte Silberschmiede stellt traditionellen und modernen Silberschmuck sowie Kunsthandwerkliches her. Ein Seitenflügel der Galerie beherbergt eine sehenswerte Sammlung orientalischer Teppiche und Kunstgegenstände: Erinnerungen an die Arbeit der beiden Juhls zur Unterstützung afghanischer Flüchtlinge während der sowjetischen Besetzung jenes gebeutelten Landes. Die Angestellten zeigen gern alles und man darf auch gern etwas kaufen.

Juhls' Silver Gallery steht auf einem Hügel hoch über der Stadt und ist gut ausgeschildert.

Kautokeino-Museum MUSEUM

(40 61 14 06; Boaronjárga 23; Erw./Kind 40 nkr/frei; Mo–Sa 9–18 Uhr, Mitte Juni–Mitte Aug. So 12–18 Uhr, sonst Di–Fr 9–15 Uhr) In seinem Außenbereich zeigt dieses kleine Museum eine vollständige traditionelle Samen-Siedlung, komplett mit einer Wohnstatt aus der samischen Frühzeit, Behelfsunterkünften und Nebengebäuden wie Küche, Sauna und Hütten zur Aufbewahrung von Fisch, Kartoffeln und Flechten (auch Rentiermoos genannt und bestes Rentierfutter). Schilder sucht man hier umsonst; Besucher sollten sich daher am Eingang mit dem Faltblatt mit Lageplan ausrüsten. Drinnen ist eine faszinierende, wenn auch etwas unübersichtliche Ausstellung mit samischem Kunsthandwerk, Gerätschaften der Bauern und Rentierhirten, religiösen Ikonen und Transportausrüstung für den Winter.

Kautokeino Kirke KIRCHE

(Suomalvodda; Juni–Mitte Aug. 9–20 Uhr) Die Holzkirche von Kautokeino wurde 1958 errichtet und ist eine der bestbesuchten in Norwegen, besonders zu Ostern. In ihrem heiteren – in leuchtenden samischen Farben lebendig gestalteten – Innenraum stammen einige Stücke noch aus der früheren Kirche von 1701. Sie konnten in letzter Minute gerettet werden, als die Kirche im Zweiten Weltkrieg in Brand gesteckt wurde. Außerhalb der Sommermonate ist sie manchmal geöffnet, man kann sich aber nicht darauf verlassen. Sonntagmorgens ist die Chance am größten.

Feste & Events

Samische Ostern RELIGIÖS, KULTUR

Die Osterwoche ist Hochzeitssaison und außerdem ein willkommener Anlass, im großen Kreis das Ende der dunklen Jahreszeit zu feiern, bevor sich Menschen und Tiere auf die weit verstreut liegenden Sommerweiden begeben. Entsprechend wird Ostern mit großem Tamtam begangen: Dann finden die Weltmeisterschaft im Rentierrennen statt sowie der Grand Prix der Samen – nein, kein Rennen mit frisierten Schneemobilen, sondern ein Wettbewerb für *joik*-Lyrik und samische Popmusik – sowie andere traditionelle samische und religiöse Feierlichkeiten.

Schlafen & Essen

Arctic Motell & Camping CAMPINGPLATZ €

(78 48 54 00; www.kauto.no; Suomaluodda 16; Auto-/Wohnwagenstellplatz 200/250 nkr, Hütten 400–1800 nkr, Motel Zi. ab 900 nkr; Juni–April) Ein superfreundlicher Campingplatz am südlichen Ende der Stadt, wo Camper und Hüttenbewohner Zugang zur Gemeinschaftsküche haben. Im großen, gemütlichen *lavvo* kann man sich ab 20 Uhr am Holzfeuer entspannen und einen Kaffee schlürfen. Auf Wunsch wird im kleinen Café auch *bidos* zubereitet, der traditionelle Rentiereintopf.

Thon Hotel Kautokeino HOTEL €€

(78 48 70 00; www.thonhotels.no; Biedjovaggeluodda 2; EZ/DZ ab 1120/1320 nkr; P @) Das beeindruckende und moderne Hotel ist in

einem wunderschönen Gebäude untergebracht. Mit seiner Holzfassade und niedrigen Höhe passt es sich harmonisch in die Umgebung ein. Innen sind die Zimmer fröhlich und gemütlich. **Duottar** (Hauptgerichte mittags 165–175 nkr, Hauptgerichte abends 220–335 nkr) heißt das zugehörige Gourmetrestaurant. Auf der Speisekarte spielt Rentier (passenderweise für eine solche Stadt) in verschiedenen Varianten die Hauptrolle. Zum Nachtisch bietet sich die in Brandweinsirup gebadete himmlische Verbindung aus *panna cotta* und Moltebeeren an.

Kautokeino Villmarksenter CAFÉ €€
(✆ 78 48 76 02; isakmathis@hotmail.com; Hannoluohkka 2; Hauptgerichte 175–215 nkr) Das Beste an diesem zweckmäßigen, eher düsteren Hostel (EZ/DZ 800/950 nkr, 4-Bett-Hütten 600 nkr) oberhalb der Hauptstraße ist noch das Café-Restaurant, das über eine schöne Dachterrasse verfügt.

Shoppen

Neben Juhls' Sølvsmie (S. 366) verkaufen weitere kleine Läden und Werkstätten lokales samisches Kunsthandwerk.

Avzi Design KUNSTHANDWERK
(✆ 95 80 88 39; www.avzidesign.com; ⏲ Mo–Fr 10–17, Sa 10–15 Uhr) Im kleinen netten Showroom liegen Sami-Handschuhe, Schals und andere Textilien zum Kauf bereit. Etwa 8 km östlich von Kautokeino im kleinen Weiler Avzi (in der Touristeninformation nach dem Weg fragen).

Kautokeino Sølvsmie SCHMUCK
(www.kautokeinosolvsmie.no; Boaronjárga; ⏲ Mo–Fr 9–16, Sa 10–14 Uhr) Hübsch gearbeiteter Silberschmuck und andere Stücke, die von der samischen Kultur und der Umgebung inspiriert sind, finden sich in diesem Laden. Direkt neben dem Museum.

Samekniv KUNSTHANDWERK
(✆ 97 95 75 17; Boaronjárga; ⏲ Juni–Aug. 9–20 Uhr, sonst 9–16 Uhr) Samekniv, an der Straße zum Museum gelegen, ist eine kleine Werkstatt mit einer kleinen Produktpalette traditioneller und moderner Messer.

Praktische Informationen

Touristeninformation (✆ 78 48 70 00; ⏲ Mo–Fr 10–18 Uhr, nur Mitte Juni–Mitte Aug. So 10–17 Uhr) Die Touristeninformation hatte bei unseren letzten fünf Besuchen jeweils eine andere Adresse. Möglicherweise ist der aktuelle Standort immer noch das Erdgeschoss des Thon Hotel.

BESTES SAMEN-KUNSTHANDWERK

- Juhls' Sølvsmie (S. 366), Kautokeino
- Knivsmed Strømeng (S. 365), Karasjok
- Kautokeino Sølvsmie (S. 367), Kautokeino
- Avzi Design (S. 367), Kautokeino

An & Weiterreise

Öffentliche Verkehrsmittel sind spärlich gesät. Täglich außer Samstag fährt ein Bus zwischen Kautokeino und Alta (280 nkr, 2¼ Std.). Von Juli bis Mitte August verkehrt ein finnischer Lapin-Linjat-Bus einmal täglich von Kautokeino über Alta (1¾ Std.) nach Rovaniemi (8 Std.) in Finnland.

Reisa-Nationalpark

Auch wenn er streng genommen im Bezirk Troms liegt, erreicht man den Reisa-Nationalpark (803 km2) mit dem Auto ebenso gut von Kautokeino aus. Zu den spektakulärsten Wildtieren des Parks zählen Vielfraße und Luchse. Njállaávzi, der samische Name für Teile der Schlucht, heißt »Polarfuchs«, was darauf hindeutet, dass es hier früher welche gegeben hat.

Das **Nationalparkzentrum** (✆ 77 77 05 50; www.reisa-nasjonalpark.no; Storslett; ⏲ Mitte Juni–Mitte Aug. 9–20 Uhr, Anfang Juni und Ende Aug. 11–18 Uhr, Sept.–Mai Di & Do 9–15, Mi 12–18 Uhr) ist in Storslett.

Aktivitäten

Für Wanderer ist die 50 km lange Strecke durch diese abgelegene Gegend der Finnmarksvidda eine der abenteuerlichsten und körperlich anstrengendsten Routen Norwegens. Das Nordende des Wanderwegs in Sarelv erreicht man über die Rv865, 47 km südlich von Storslett, das Südende über die Schotterstraße nach Reisevannhytta, 4 km westlich von Bieddjuvaggi an der Rv896, wenn man von Kautokeino nach Nordwesten fährt.

Die meisten Besucher wandern von Norden nach Süden. Von Bilto oder Sarelv folgt man entweder dem Weg auf der Westseite des schmalen Tals, in dem der Fluss Reisa (Reisaelva) verläuft, oder man mietet ein Boot für die dreistündige Fahrt flussauf-

wärts nach Nedrefoss (27 km). Dort steht eine Hütte des DNT. Unterwegs kann man östlich des Weges am Nebenfluss Molleselva den 269 m hohen Wasserfall Mollesfossen bestaunen. Ab Nedrefoss führt die Wanderung 35 km weit nach Süden zur Reisavannhytta, einer Hütte am See Reisajávri in der Nähe des südlichen Wegendes.

Reisa 20/40 Pound Club ANGELN

(✆ 45 28 01 00; www.reisa20-40.no; Nyvoll Gard, Storslett; ⏲ Ende Juni–Aug.) Raus in die Natur und die Wildnis entdecken! Das lässt sich ganz wunderbar beim Lachsfischen im Reisaelva. Der gut geführte Club mit englischsprachigen Besitzern liegt in Storslett an der E6.



Svalbard

2642 EW. / HÖCHSTE ERHEBUNG 1713 M

Inhalt ➡

Longyearbyen 372
Barentsburg 381
Pyramiden 382
Ny Ålesund 382
Magdalenefjord 383

Gut essen

- Huset (S. 379)
- Kroa (S. 379)
- Mary-Ann's Polarrigg (S. 379)
- Brasseri Nansen (S. 379)

Schön übernachten

- Basecamp Spitsbergen (S. 378)
- Svalbard Hotell (S. 378)
- Spitsbergen Guesthouse (S. 377)
- Radisson SAS Polar Hotel (S. 378)

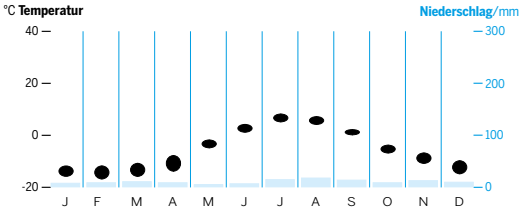
Auf nach Svalbard

Svalbard – so stellt man sich den arktischen Norden in den schönsten Träumen vor. Diese erstaunliche Inselgruppe wartet mit spektakulären, schneebedeckten Gebirgen und Gletschern auf, mit riesigen Eisfeldern und bedrohlichen Eisbergen. Die scheinbar endlose Polarnacht und das ununterbrochene Sonnenlicht im Sommer verleihen dieser naturbelassenen Gegend einen tiefen Zauber. Hier, in einer der letzten großen Wildnisse Europas, leben mehr Eisbären als Menschen und nicht wenige Legenden über Nordpolexpeditionen ranken sich um dieses Land.

Longyearbyen, Hauptort und Eingangstor des Archipels, ist nur ein Vorgeschmack dessen, was Svalbard zu bieten hat. Es gibt unzählige Möglichkeiten, die Inselgruppe zu erkunden. Egal, ob man sich für Bootstouren, Gletscherwanderungen oder Exkursionen auf dem Motor- oder Hundeschlitten entscheidet, man fühlt sich wie ein Pionier. Denn der Normalsterbliche ist dem Nordpol nirgends so nahe wie auf Svalbard.

Reisezeit

Longyearbyen



Dezember & Januar Ein Jazzfestival mitten in der tiefsten Polarnacht.

März & April Eine ganze Woche lang wird die Rückkehr des Lichts gefeiert.

Juli & August Wenn die Sonne nicht mehr untergeht, gibt es jede Menge zu tun.



Highlights

1 Unter der Mitternachtssonne die arktische **Wildnis durchwandern** (S. 376)

2 Durch die Fjorde Svalbards nach **Pyramiden** (S. 382) und zum Nordenskjöldbreen-Gletscher schippern

3 Bei einer winterlichen **Hundeschlittenexpedition** (S. 376) die Ruhe des Nordens erleben und dabei den alten Polarforschern nachspüren

4 Sich in der russischen Siedlung **Barentsburg** (S. 381) in Sowjetzeiten zurückversetzt fühlen

5 Auf dem **Motorschlitten** (S. 377) durch die winterliche Eiswüste düsen

6 Die glitzernden Gletscher am türkisen **Magdalenefjord** (S. 383) in der Morgensonne genießen

7 Im **Svalbard-Museum** (S. 373) und im **Spitsbergen-Airship-Museum** (S. 374) in die Natur- und Siedlungsgeschichte Svalbards eintauchen

Geschichte

Das erste Mal ist von Svalbard in einer isländischen Saga aus dem Jahre 1194 die Rede. Offiziell aber gilt der niederländische Seefahrer Willem Barents, der sich auf der Suche nach einer Nordost-Passage nach China befand, als erster Besucher vom europäischen Festland (1596). Er nannte die Inseln Spitsbergen („spitze Berge"); der norwegische Name Svalbard stammt aus dem Altnordischen und heißt so viel wie „kalte Küste". Heute ist Spitzbergen der Name der größten Insel von Svalbard. Mit dem Svalbardtraktat von 1920 erhielt Norwegen die Souveränität über den Archipel, was eingeschränkte militärische Einsätze einschloss. Den ursprünglich neun Nationen, die das Abkommen unterzeichneten, haben sich inzwischen über vierzig weitere angeschlossen; deren Staatsbürger haben auf den Inseln die gleichen Rechte und Pflichten wie die Norweger selbst.

Walfang & Jagd

Zur Zeit von Barents' Entdeckung waren die Inseln unbewohnt. Von 1612 bis 1720 machten englische, niederländische, französische, norwegische und dänische Schiffe vor der Westküste der Insel Spitzbergen Jagd auf Wale; allein die Niederländer erlegten schätzungsweise 60 000 Tiere.

Eine englische Gruppe unternahm 1630 die erste bekannte Überwinterung in Bellsund, gefolgt von einer dänischen Gruppe, drei Jahre später in Smeerenburg. Als der Skorbut im Winter des nächsten Jahres Opfer forderte, wurde die Siedlung verlassen – einige wenige Verwalter blieben, kamen jedoch allesamt um. Anfang des 18. Jhs. richteten Pomoren, an der Küste lebende russische Jäger und Händler, ihr Interesse auf die Svalbard-Inseln und machten Jagd auf Walrosse, Elche, Seehunde und Belugas. Ab 1795 begannen auch die Norweger die Fauna des Archipels auszubeuten und Eisbären sowie Polarfüchse zu jagen.

Polarforschung

Longyearbyen liegt exakt 1338 km vom Nordpol entfernt. Am Ende des 19. und zu Beginn des 20. Jhs. versuchte eine Reihe von Forschern, mit Luftschiffen und Heißluftballons von Svalbard aus zum Nordpol zu gelangen. Die meisten von ihnen scheiterten. Roald Amundsen und Umberto Nobile hingegen waren 1926 mit ihrem Versuch erfolgreich. Zwei Jahre später starben Amundsen und seine Mannschaft, während sie auf der Suche nach Nobile waren. Dieser war auf einer ähnlichen Expedition verschollen und konnte erst später gerettet werden.

Kohlebergbau

Gut möglich, dass Walfänger bereits 1612 Kohle bei Ny Ålesund entdeckten. Doch das erste moderne Bergwerk wurde erst 1906 eröffnet, als die Arctic Coal Company (ACC) begann, aus dem reichen Flöz Kohle abzubauen. Die rund um dieses Bergwerk entstandene Siedlung wurde nach dem amerikanischen Besitzer der ACC John Munroe Longyear benannt. 1916 ging die ACC an die Store Norske Spitsbergen Kull Compani (SNSK). Im Laufe der nächsten Jahre nahmen zwei weitere Bergwerksgesellschaften ihren Betrieb auf Bjørnøya auf, der südlichsten Insel des Archipels, und die Kings Bay Kull Compani eröffnete eine Mine bei Ny Ålesund.

Im Zweiten Weltkrieg wurde der Bergbau gestoppt und am 3. September 1941 wurden die Inseln evakuiert. Dennoch bombardierte die Wehrmacht Longyearbyen und die Siedlungen in Barentsburg und Sveagruva (Mine Nr. 2, gleich östlich von Longyearbyen, wurde beschossen, angezündet und brannte insgesamt 14 Jahre). Nachdem die Nazis 1945 kapituliert hatten, kehrten die norwegischen Zivilisten zurück; Longyearbyen wurde wieder aufgebaut, die Russen wieder angesiedelt und der Kohleabbau in Pyramiden und Barentsburg wieder aufgenommen.

Mine Nr. 7 besteht seit fast 40 Jahren und ist heute die einzige um Longyearbyen, die noch in Betrieb ist; jährlich werden an die 70 000 Tonnen Kohle zur Befeuerung des städtischen Kraftwerks oder für den Export nach Deutschland gefördert. Das große Kohlerevier dieser Tage ist das von Svea Nord, 60 km südöstlich von Longyearbyen. Jährlich werden hier rund 3 Mio. Tonnen abgebaut – in zwei Tagen mehr als in Mine Nr. 7 in einem Jahr. Die Reserven belaufen sich auf schätzungsweise über 30 Mio. Tonnen.

Geografie & Klima

Die Grunddaten machen mächtig Eindruck: Svalbard ist zu 13 % mit Vegetation bedeckt, zu 27 % mit kahlem Gestein und sage und schreibe 60 % sind mit Gletschern überzogen. Die Inselgruppe erstreckt sich vom 74. Grad nördlicher Breite bei Bjørnøya im Süden bis zu über 80 Grad nördlicher Breite im nördlichen Spitzbergen und Nordaustlandet.

Der Archipel, der etwa so groß wie Irland ist, besteht hauptsächlich aus vergletscherten

und erodierten Sedimentschichten, die vor 1,2 Mio. Jahren unter dem Meer abgelagert wurden. Es mag unvorstellbar klingen, doch vor 300 bis 60 Mio. Jahren war Svalbard noch tropisch und von üppiger Vegetation bedeckt. Dicke Schichten organischer Stoffe lagerten sich ab und wurden durch große Hitze und Druck in Kohle verwandelt. Die Kontinentaldrift verschob den Archipel in Richtung Pol – dorthin, wo er jetzt liegt. Seine heutige Form entstand dann vor allem in den Eiszeiten der letzten 2 Mio. Jahre. Die höchsten Punkte sind Newtontoppen (1713 m) und Perriertoppen (1712 m).

Die Mehrzahl der Gletscher auf Svalbard schrumpft: Der Austre Brøggerbreen ist seit 1977 um fast 20 m zurückgegangen; dem steht der Midre Lovenbreen nicht um viel nach.

Auf dem Archipel herrscht ein frisches polares Wüstenklima mit nur 200 bis 300 mm jährlichem Niederschlag. Zwar bleibt die Westküste den größten Teil des Sommers eisfrei, doch im Norden treibt vor der Hauptinsel das ganze Jahr über Packeis. Mit Schnee und Frost ist jederzeit zu rechnen; die jährliche Durchschnittstemperatur liegt bei -4 °C und auch im Juli bei nur 6 °C. Dennoch – auch Temperaturen von bis zu 20 °C kann man mitunter erleben. Im Januar liegt die durchschnittliche Temperatur bei -16 °C, nicht selten sinkt sie aber auch auf -30 °C.

In Longyearbyen scheint die Mitternachtssonne vom 19. April bis zum 23. August, während sie vom 28. Oktober bis zum 14. Februar nie über den Horizont kommt.

Tiere

Neben den Eisbären sind noch andere Vertreter der arktischen Tierwelt auf Svalbard heimisch. Am häufigsten zeigen sich Polarfüchse und die hier ungewöhnlich gedrungenen Rentiere – Vettern ihrer kanadischen Artgenossen. Es wurden auch schon Exemplare gefunden, die russische Markierungen trugen und offenbar übers Eis gewandert waren. Doch anders als ihre kontinentalen Verwandten leben sie nicht in Herden, sondern in kleinen Familienverbänden von zwei bis sechs Tieren. Sie entwickeln sich hier prächtig, da sie auf Svalbard außer dem Menschen keine Feinde haben. Die Population von schätzungsweise 10 000 Tieren wird durch eine aufs Jahr festgelegte Abschussrate konstant gehalten. Die meisten Rentiere von Svalbard beginnen im Alter von acht Jahren langsam zu verhungern, da ihre Zähne dann durch Gletscherstaub und Kiesel zu stark abgenutzt sind.

Jahrhundertelanger Walfang hat die Meeressäuger an den Rand des Aussterbens gebracht, doch hin und wieder sind sie in den Gewässern rund um Svalbard zu sehen. Robben bekommt man dagegen häufig zu Gesicht. Von den ebenfalls ohne Rücksicht gejagten Walrossen leben noch 500 bis 1000 Exemplare auf Svalbard.

Sicherheit

Wer wünscht sich nicht, einmal einen echten Eisbären zu sehen? Doch leider nimmt die Begegnung mit dem Symboltier Svalbards nur selten ein gutes Ende. Die Schilder in den Außenbezirken von Longyearbyen lassen keinen Zweifel: Eisbären sind fast überall auf Svalbard eine echte Gefahr. Wer also die Umgebung von Longyearbyen erkunden will, sollte sich unbedingt einer organisierten Tour anschließen. Die hiesigen Wanderführer haben ein Gewehr dabei und wissen, wie man damit umgeht. Zur Standardausrüstung, besonders beim Zelten in der Wildnis, gehören auch Stolperdrähte sowie Leuchtsignale und Leuchtkugeln – und zwar nicht, um Hilfe zu rufen, auf deren Eintreffen man u. U. Stunden warten müsste, sondern um sie dem Bären vor die Tatzen zu knallen. Der letzte tödliche Zwischenfall war 2011 in der Nähe des Von-Post-Gletschers, 40 km von Longyearbyen entfernt. 1995 gab es einen Todesfall nur 2 km außerhalb von Longyearbyen.

Geführte Touren

Sicherheitsrisiken und logistische Probleme machen es schwierig, Touren auf eigene Faust zu organisieren. Wir können daher nur den Rat des Gouverneurs weitergeben und Besuchern empfehlen, geführte Touren der anerkannten Veranstalter zu buchen. Zum Glück gibt es ein großes Angebot.

Longyearbyen

2100 EW.

Longyearbyen, die einzige Stadt Svalbards, liegt vor der großartigen Kulisse der Gletscherzungen Longyearbreen und Lars Hjertabreen. Die Stadt selbst ist von Abraumhalden umgeben und die Küste mit den Schiffscontainern und den Industrieanlagen ist auch keine Schönheit. Aber wer sich von hier aus ins Tal aufmacht, lernt die Gegend mit jedem Schritt Richtung Glet-

scher mehr zu schätzen. Und doch eignet sich Longyearbyen eher als Basislager für Ausflüge, der Ort selbst lädt nicht gerade zum Verweilen ein.

Geschichte

Walfänger sind zwar schon seit Jahrhunderten in der Gegend, doch die Stadt Longyearbyen wurde erst Anfang des 20. Jhs. als Stützpunkt für den Kohleabbau auf Svalbard gegründet. Die Wurzeln im Bergbau sind immer noch erkennbar, sinnbildlich verkörpert durch die Statue des knorrigen alten Minenarbeiters mit seiner Spitzhacke beim Lompensenteret. Jahrzehntelang hat hier so ziemlich alles der Bergbaufirma Store Norsk gehört: die Kantine, der Laden, die Transportmittel für Ein- und Ausfuhr und beinah sogar die Seelen der Kumpel. 1976 musste dann der norwegische Staat eingreifen, um die Firma vor dem Bankrott zu retten. Heute genießen die wenigen Bewohner, die hier ständig leben, Steuerfreiheit für ein Jahr. Mindestens sieben Minen liegen verstreut in und um Longyearbyen, allerdings ist nur noch die Mine Nr 7, 15 km östlich der Stadt, in Betrieb.

Wie in den Zeiten, als die Bergarbeiter an der Tür ihre von Kohlestaub verkrusteten Stiefel auszogen, ist es in den meisten Häusern der Stadt immer noch Usus, dass die Leute ihre Schuhe ausziehen, bevor sie reingehen. Ausnahmen bilden die meisten Geschäfte und Restaurants. Waffen müssen übrigens auch fast überall vor dem Betreten eines Gebäudes abgelegt werden.

Sehenswertes

Svalbard-Museum MUSEUM

(☎ 79 02 64 92; www.svalbardmuseum.no; Erw./Stud./Kind 75/50/15 nkr; ⏲ März–Sept. 10–17, Okt.–Feb. 12–17 Uhr) Museum ist eigentlich nicht die

BEDROHTE EISBÄREN

Schon lange sind Eisbären das Symbol für die arktische Wildnis schlechthin: enorm starke Einzelgänger, die in einer der extremsten Regionen der Erde überleben. Doch einige Fachleute befürchten, dass die Bären trotz ihrer Kraft und Widerstandsfähigkeit aussterben werden, wenn die globale Erwärmung so weitergeht.

Die Zahl der Eisbären hat stetig abgenommen, nachdem man Ende des 19. Jhs. begann, diese Tiere intensiv zu jagen. 1973 unterzeichneten alle an die Arktis grenzenden Nationen den Vertrag zum Schutz der Eisbären und ihres Lebensraums, was dazu führte, dass sich ihr Bestand allmählich wieder erholte: Jüngste Schätzungen gehen von 20 000 bis 25 000 Exemplaren in freier Wildbahn aus; davon zwischen 3000 und 3500 auf Svalbard.

Wie überall in der Arktis gehen auch auf Svalbard die Gletscher zurück. Gleiches gilt für das Polareis, natürlicher Lebensraum und wichtigstes Jagdgebiet der Eisbären. Dort erbeuten sie ihre Hauptnahrungsquelle: Robben. Ein ausgewachsener Bär braucht 50 bis 75 Robben pro Jahr. Obwohl Eisbären hervorragende Schwimmer sind (tatsächlich werden sie sogar als Meeressäuger klassifiziert), können sie ertrinken, wenn der Weg zur nächsten Scholle zu weit wird. Durch das Zurückgehen der Eisflächen könnten außerdem einzelne Populationen isoliert und durch Inzucht geschwächt werden. Da die Bärinnen tiefen Schnee brauchen, um die Höhlen zu bauen, in denen sie ihre Jungen zur Welt bringen, könnten auch die Geburtenraten zurückgehen. Und nicht zuletzt könnte Nahrungsmangel zu häufigeren Konfrontationen zwischen Eisbären und Menschen führen.

Vor allem im Sommer bekommen Touristen fast nur aus der sicheren Entfernung eines Kreuzfahrtschiffes einen Eisbären zu Gesicht. Bei Begegnungen an Land ist jede Annäherung dringend zu vermeiden – im eigenen Interesse, aber auch in dem des Bären. Wer etwa mit dem Schneemobil so verantwortungslos ist, einen Bären zu verfolgen, der muss mit hohen Geldstrafen rechnen. Nicht nur, dass Eisbären in solchen Situationen unter dem erhöhten Stress leiden, sie können unter ihrem dicken Fell zudem rasch überhitzen und sogar an Hitzschlag sterben.

Wer also auf festem Grund einem Bären begegnet, sollte nicht einmal daran denken, sich ihm zu nähern. Eine Möglichkeit, Eisbären völlig gefahrlos zu verfolgen, bietet die Website www.panda.org/polarbears des World Wildlife Fund. Dort kann man die Wanderbewegungen von vier Eisbären verfolgen, die Wissenschaftler mit einem Sender ausgestattet haben. Außerdem enthält diese Seite viele Infos darüber, wie diese majestätischen, robusten Tiere unter den harten arktischen Bedingungen überleben.

DIE ARCHE IN DER ARKTIS: SVALBARDS GLOBALE SAMENBANK

Tief in einem Berg und unter dem Permafrost wurde Anfang 2008 eine riesige künstliche Höhle fertiggestellt, die gemeinhin als „Doomsday Vault" oder „Arche Noah für Pflanzen" bekannt ist. Darin können bis zu 2,5 Mrd. Samen von 4 Mio. verschiedenen Arten gelagert werden: die gesamte botanische Artenvielfalt unseres Planeten. Proben aus Samenbanken und Sammlungen in aller Welt werden hier bei einer konstanten Temperatur von 18 °C aufbewahrt. Sollte eine Art in ihrer natürlichen Umwelt aussterben, kann sie so zu neuem Leben erweckt und vor ihrem Verschwinden bewahrt werden. Die Höhle liegt oberhalb des Flughafens auf 130 m Höhe, damit auch ein künftiger Anstieg des Meeresspiegels keinen Schaden anrichten kann. Zwei Gründe sprachen bei der Standortwahl für Svalbard: Zum einen ist die Gegend nicht erdbebengefährdet, und zum anderen wegen der Schutzwirkung des Permafrosts. Mitte 2014 waren hier über 700 000 verschiedene Samenarten (insgesamt um die 250 Mio. Einzelsamen) gelagert, was es zum vielfältigsten Feldfruchtsamendepot der Welt macht.

passende Bezeichnung für diese eindrucksvollen Ausstellungen. Sie befassen sich mit dem Leben im Grenzbereich, wie es hier früher die Walfänger, Fallensteller, Robben- und Walrossjäger geführt haben und in jüngerer Zeit die Bergarbeiter. Das Ganze ist eine gelungene Kombination aus Texten und Exponaten neben ausgestopften Vögeln und Säugetieren. Eine gemütliche Leseecke mit Teppichen und Seehundkissen lädt zum Schmökern ein.

Spitsbergen Airship Museum MUSEUM
(Polarforschermuseum; ☎91 38 34 67; www.spitsbergenairshipmuseum.com; Erw./Kind 75/40 nkr; ⏲9–13 Uhr) Das faszinierende Privatmuseum wartet mit einer wirklich tollen Sammlung technischer Gegenstände, Zeitungen und zeitgenössischer Dokumente zur Geschichte der Polarfoschung auf. Dank faszinierender Archivaufnahmen und einer durchgängig englischen Beschriftung können die Besucher den bewegendsten Momenten der Arktisforschung nachspüren. Hier lässt es sich locker ein paar Stunden aushalten, die Öffnungszeiten sind allerdings ziemlich unregelmäßig. Das Gebäude befindet sich gegenüber von der Rückseite des Svalbard-Museums und der Touristeninformation.

Galleri Svalbard KUNSTMUSEUM
(Erw./Kind/erm. 70/20/40 nkr; ⏲März–Sept. 11–17, Okt.–Feb. Di–Sa 13–17, So 11–15 Uhr) Die Galleri Svalbard zeigt die Arbeiten des renommierten norwegischen Künstlers Kåre Tveter. Sie thematisieren natürlich Svalbard und sind so realistisch, dass einem schon beim bloßen Anblick fröstelt. Es sind aber auch noch andere Künstler vertreten, z. B. Olav Storø (www.storoe.no). Davon abgesehen kann man interessante Reproduktionen alter Karten von Svalbard, historische Zeichnungen mit Schwerpunkt Svalbard, eine wechselnde Ausstellung und den grandiosen zehnminütigen Film *Die arktische Natur Svalbards* ansehen. Dazu gibt's ein kleines Café und einen ausgezeichneten Museumsladen.

Das angeschlossene **Kunstnersenteret** (Künstlerzentrum; ⏲März–Sept. 11–17, Okt.–Feb. Di–Sa 13–17, So 11–15 Uhr) GRATIS dient lokalen Künstlern als Atelier. Viele ihrer Arbeiten stehen zum Verkauf.

Historische Stätten

Der erste Spatenstich für Longyearbyen wurde auf der Anhöhe über dem westlichen Ufer des Bachs gemacht, der von den beiden Gletschern in den Fjord fließt. Heute wird diese Anhöhe von der **Svalbard Kirke** dominiert. Die Holzkirche stammt ursprünglich aus den 1920er-Jahren, wurde im Zweiten Weltkrieg von der Wehrmacht zerstört und anschließend wieder aufgebaut. Sie steht meist offen. 50 m südlich der Kirche zeugen heute nur noch fünf einsame verwitterte **Holzstufen** und das Schild „Sykhustrappa" (Krankenhaustreppe) vom ersten Krankenhaus der Stadt. Für die Bewohner hat dieser Ort eine besondere Bedeutung: Von jeher feierten die Menschen hier das Ende der Polarnacht mit einem einwöchigen Fest. Das beginnt, wenn die ersten Strahlen der Frühlingssonne die Stirn eines Menschen auf der obersten Stufe erreichen.

Südlich der Kirche und der Treppe ragen **Holzpfähle** aus dem Permafrost. Sie sind die letzten Überreste der ursprünglichen Siedlung, nachdem im Zweiten Weltkrieg auch diese Häuser in Schutt und Asche gelegt wurden.

Noch weiter südlich im Tal liegt ein eindrucksvoller kleiner **Friedhof** mit schlichten, wei-

ßen Holzkreuzen. Er wurde zu Beginn des 20. Jhs. angelegt. Hier sind auch sieben junge Männer aus Longyearbyen begraben, die im Oktober 1918 der spanischen Grippe zum Opfer fielen, einer Viruserkrankung, die in Europa, Asien und Nordamerika insgesamt 40 Mio. Menschenleben kostete.

Von hier aus eröffnet sich ein schöner Blick über das Tal hinüber zu den atmosphärisch reizvollen Überresten der ehemaligen **Mine Nr. 2**.

Aktivitäten im Sommer

Wer aus Longyearbyen nicht herauskommt, wird von seinem Besuch enttäuscht sein und Svalbards majestätische Wildnis verpassen. Zum Glück gibt es je nach Jahreszeit ein reichhaltiges Angebot wechselnder Kurztouren und Tagesausflüge. In den wöchentlichen Publikationen des Touristenbüros sind jede Menge Aktivitäten aufgeführt, die bei den Veranstaltern gebucht werden können (entweder direkt in den Büros oder auf den Websites, s. www.svalbard.net).

Vogelbeobachtung

Auf Svalbard wurden bereits über 160 Vogelarten gezählt; die weitaus meisten davon sind während der Sommermonate hier. Die einzige Art, die auf Svalbard überwintert, ist das Alpenschneehuhn. Im Sommer zeigen sich in Longyearbyen hauptsächlich die Weißwangengans, die Eider- und die Prachteiderente, die Küstenseeschwalbe, der Meerstrandläufer, die Eismöwe und die Schneeammer; am leichtesten bekommt man diese Tiere im Adventdalen-Delta südöstlich vom Zentrum an der Straße zur Mine Nr. 7 zu Gesicht. Weiter draußen – vor allem auf den Bootsausflügen nach Barentsburg und Pyramiden – sind vor allem Krabbentaucher, Gryllteisten, Papageitaucher und Eissturmvögel zu sehen. Einige Anbieter fahren eigens die kurze Strecke zu den „Vogelklippen“ bei Longyearbyen hinaus. Eingefleischte Vogelbeobachter sollten sich bei der Touristeninformation die Broschüre *Bird Life in Longyearbyen and Surrounding Area* (50 nkr) zulegen.

Bootsfahrten

Die beliebtesten Bootstouren führen zu den russischen Siedlungen Barentsburg und Pyramiden, kürzere Ausflüge haben die nahe gelegenen Vogelfelsen und Gletscherzungen zum Ziel.

Polar Charter BOOTSTOUREN
(☎ 97 52 32 50; www.polarcharter.no) Polar Charter fährt viermal pro Woche mit der *MS Polargirl* nach Barentsburg und zum Esmark-Gletscher (1300 nkr, 8–10 Std.), außerdem nach Pyramiden und zum Nordenskjöldbreen (1300 nkr, 8–10 Std.). Im Preis ist ein warmes Mittagessen an Bord enthalten. Freitags stehen zusätzlich fünfstündige Ausflüge zum Borebreen-Gletscher auf dem Programm (900 nkr).

Henningsen Transport & Guiding BOOTSTOUREN
(☎ 91 85 37 56, 79 02 13 11; www.htg.svalbard.no) Henningsen Transport & Guiding stellt hervorragende Ausflüge nach Barentsburg und Pyramiden (1550 nkr) auf die Beine und steuert näher an die Küste heran als andere Anbieter, die sich tendenziell mittig auf dem Fjord halten. Sechsstündige Touren zum Bore-Gletscher (freitagabends) kosten 1190 nkr.

Spitsbergen Travel BOOTSTOUREN
(www.spitsbergentravel.com; 3/6 Std. 640/990 nkr) Einer der ganz Großen in der Tourismusbranche von Svalbard. Das Repertoire ist beeindruckend: bis zu 13 Bootsfahrten pro Woche auf dem Isfjord (inkl. Vogelbeobachtungen, Fossiliensuche und Gletscherblick).

MEHRTÄGIGE KREUZFAHRTEN RUND UM SVALBARD

Wer in kurzer Zeit einen Eindruck von wirklich ganz Svalbard bekommen will, muss an einer mehrtägigen Küstenkreuzfahrt teilnehmen. Sie sind nicht billig, aber so eine Erfahrung lässt sich auch nicht überall machen. Hier ein paar Veranstalter:

- **Basecamp Spitsbergen**
- **Discover the World** (www.discovertheworld.co.uk)
- **GAP Adventures** (www.gapadventures.com)
- **Hurtigruten** (www.hurtigruten.com)
- **Naturetrek** (www.naturetrek.co.uk)
- **Spitsbergen Travel**

TOURENANBIETER AUF SVALBARD

Die folgenden Unternehmen bieten im Sommer wie im Winter Touren rund um Svalbard an. Das Angebot reicht von Tagesausflügen mit Longyearbyen als Stützpunkt über längere Bootstouren bis hin zu mehrtägigen Expeditionen in die Wildnis.

Svalbard Wildlife Expeditions organisiert viele „normale" und einige ungewöhnliche Touren, Spitsbergen Travel, einer der ganz Großen der hiesigen Tourismusszene, hat ein besonders umfangreiches Programm.

Arctic Adventures (☎ 79 02 16 24; www.arctic-adventures.no) Das kleine Unternehmen deckt die komplette Bandbreite ab.

Basecamp Spitsbergen (☎ 79 02 46 00; www.basecampspitsbergen.com) Jede Menge Abenteuertouren, Basecamp Spitsbergen hat sich aber vor allem auf Winteraktivitäten spezialisiert. Eine davon ist ein Aufenthalt an Bord der *Noorderlicht*, einem holländischen Segelschiff, das immer dann ins Fjordeis ausläuft, wenn im Herbst der lange Frost einsetzt. Zum Angebot zählen außerdem Winter- oder Sommeraufenthalte in der ausgebauten früheren Funkstation Isfjord Radio, einem äußerst abgelegenen Schlupfwinkel für Einsamkeitsfanatiker an der westlichen Spitze der Insel Spitzbergen.

Green Dog Svalbard (☎ 79 02 61 68; www.greendog.no; 4-stündiger Ausflug 1250 nkr) Verschiedene Hundeschlittenexkursionen.

Poli Arctici (☎ 79 02 17 05; www.poliartici.com) Poli Arctici nennt sich das Unternehmen von Stefano Poli, der aus Mailand stammt und seit über 15 Jahren als Wildnisführer auf Svalbard arbeitet.

Spitsbergen Outdoor Activities (☎ 91 77 65 95; www.spitsbergenoutdooractivities.com) Spezialist für Wanderungen und Trekking, auch auf Gletschern.

Spitsbergen Tours (☎ 79 02 10 68; www.terrapolaris.com) Der Betreiber von Spitsbergen Tours, Andreas Umbreit, ist ein alter Hase unter den Führern auf Svalbard.

Svalbard Husky (☎ 98 87 16 21, 98 40 40 89; www.svalbardhusky.no; 4-stündige Ausflüge 1350 nkr) Hundeschlittenfahrten im Sommer und Winter.

Svalbard Villmarkssenter (☎ 79 02 17 00; www.svalbardvillmarkssenter.no; 3-stündige Ausflüge 980 nkr; ⏲ 10 & 14 Uhr) Die Experten für die Fortbewegung mit Hunden – ob im Winter mit dem Schlitten oder im Sommer auf Rädern.

Hundeschlitten

Folgende Anbieter organisieren Halbtagsausflüge (im Sommer wöchentlich bis zu 38 Mal) mit Schlitten auf Rädern, die von einer Hundemeute gezogen werden.

- **Svalbard Villmarkssenter** (s. Kasten)
- **Green Dog Svalbard** (s. Kasten)
- **Svalbard Husky** (s. Kasten)

Wandern & Fossiliensuche

Im Sommer bietet Svalbard unendliche Wandermöglichkeiten. Jeder Tourveranstalter, der diesen Namen verdient, hat dann Halbtages-, Ganztages- und Mehrtageswanderungen im Angebot.

Zu den leichtesten Wanderungen gehören dreistündige Touren mit einer Fossiliensuche (ab 500 nkr), die zum Teil bis zur Moräne am Fuß des Longyearbreen-Gletschers hinaufführen.

Andere beliebte Ziele (oft mit Gletscherwanderung) sind beispielsweise Platåberget (3-stündige Tour 450 nkr), der eigentliche Longyearbreen-Gletscher (5 Std., 650 nkr), Sarkofagen (525 m ü. NN; 6 Std., 620 nkr) und Hiorthfjellet (900 m ü. NN; 10 Std., 1225 nkr).

Die besten kleineren Touranbieter vor Ort sind Spitsbergen Outdoor Activities und Poli Arctici.

Reiten

Spitsbergen Outdoor Activities bietet zweimal täglich dreistündige Ausritte ins Hinterland von Longyearbyen an (750 nkr pro Pers.).

Kajakfahren

Svalbard Wildlife Expeditions ABENTEUERTOUREN

(☎ 79 02 22 22; www.wildlife.no) Viele der üblichen und einige ungewöhnliche Trips, darunter auch siebenstündige Kajaktouren nach Hiorthamn (950 nkr) und eine zusätzliche zehnstündige Herausforderung zu Fuß und im Kajak, die Hiortfjellet zum Ziel hat (1225 nkr). Weitere Optionen führen ins Adventdalen.

Aktivitäten im Winter

Lust auf ein episches, mehrtägiges Ski-Abenteuer? Basecamp Spitsbergen (S. 376) und Spitsbergen Travel (S. 376) sind die richtigen Ansprechpartner.

Hundeschlitten

Hundeschlitten sind die umweltfreundliche Alternative zu Motorschlitten, und Schlittentouren sind in vielerlei Hinsicht *die* Winteraktivität auf Svalbard. In der Wildnis eignen sich Husky-Gebell und das Schaben der Kufe auf dem Eis viel besser als Soundtrack als das Dröhnen der Schneemobile. Typisch sind Preise um die 1290 nkr für vier Stunden, aber es gibt natürlich auch längere Touren.

Mit Herz und Seele dabei sind z. B. folgende Tourveranstalter:

- **Svalbard Husky** (S. 376)
- **Svalbard Villmarkssenter** (S. 376)
- **Green Dog Svalbard** (S. 376)
- **Basecamp Spitsbergen** (7-stündige Ausflüge Erw./Kind 1990/995 nkr)

Motorschlitten

Im Winter stellen Schneemobile das Hauptfortbewegungsmittel in Svalbard dar, denn damit kann man weitere Strecken zurücklegen und mehr sehen als mit anderen Vehikeln.

Am besten zuerst eine Ausgabe von *Driving a Snowmobile in Svalbard* in der Touristeninformation besorgen (und die Angestellten fragen, welche Gegenden nicht befahren werden dürfen). Man muss seinen Führerschein vorlegen, um einen Motorschlitten zu leihen. Der Tagestarif für das Grundmodell beginnt bei 1000 bis 1250 nkr.

Viele Reisebüros bieten Schneemobil-Safaris an, eine besonders große Auswahl hat Spitsbergen Travel. Ein verlässlicher Verleiher von Motorschlitten ist **Svalbard Snøscooterutleie** (☎ 79 02 46 61; www.scooterutleie.svalbard.no).

Hier ein paar typische Ausflüge (Preise variieren von Anbieter zu Anbieter):

- Northern Lights Safari (Polarlichter-Safari; 3 Std., 1650 nkr)
- Coles Bay (4 Std., 1750 nkr)
- Elveneset (4 Std., 1750 nkr)
- East Coast Spitsbergen (Ostküste Spitzbergen; 10 Std., 2350 nkr)
- Von Post Glacier (Von-Post-Gletscher; 8 Std., 2250 nkr)
- Pyramiden (11 Std., 2350 nkr)
- Barentsburg (8 Std., 2250 nkr)

Geführte Touren

Svalbard Maxi Taxi BUSTOUREN

(☎ 79 02 13 05; 295 nkr pro Pers.; ⏲ Juni–Aug. 10 & 16 Uhr) Dass man in zwei Stunden ganz schön weit herumkommt, beweist dieses Taxiunternehmen. Ein paar der Orte, die angesteuert werden, gewähren bei gutem Wetter fantastische Ausblicke und man kommt viel, viel weiter als zu Fuß – und das ganz ohne eine Waffe und ohne privaten Guide.

Arctic Tapas BUSTOUREN

(☎ 46 27 60 00; www.arctictapas.com; Touren Erw./Kind 550/400 nkr; ⏲ Di–Sa 18.30–21 Uhr) Die etwas andere Bustour. Beim Sightseeing in Longyearbyen wird ein viergängiges Menü an Bord verspeist. Der Fokus liegt dabei auf nordnorwegischen Zutaten und Spezialitäten.

Feste & Events

Polar Jazz MUSIK

(www.polarjazz.no) Ein langes Jazzwochenende im Februar.

Sunfest KULTUR

(www.solfest.no) Eine ganze Woche wird gefeiert, um die Polarnacht auszutreiben. Los geht's am 8. März.

Blues Festival MUSIK

(www.svalbardblues.com) Fünf Tage jammen im Oktober – bevor der Winter zurückkehrt.

Schlafen

Wer mal in einer Hängematte über einer Huskyhütte baumelnd einschlafen möchte (350 nkr pro Pers.), sollte sich an Svalbard Villmarkssenter (S. 376) wenden.

Basecamp Spitsbergen (S. 376) bietet ein paar abgeschiedene Lodges, die in erster Linie für Reisegruppen gedacht sind. Einzelheiten auf der Website.

Spitsbergen Guesthouse PENSION €

(☎ 79 02 63 00; www.spitsbergentravel.no; B 305–375 nkr, EZ 510–900 nkr, DZ 815–1210 nkr; ⏲ Mitte März–Mitte Sept.; 🛜) Die zu Spitsbergen Travel (S. 376) gehörende Pension hat vier Gebäude und bietet Platz für bis zu 136 Personen. Das große Frühstückszimmer war einst die Kantine der Grubenarbeiter. Die Zimmer sind zwar einfach, aber das Preis-Leistungs-Verhältnis ist top.

Gjestehuset 102 PENSION €

(☎ 79 02 57 16; www.gjestehuset102.no; B 310–340 nkr, EZ mit Gemeinschaftsbad 400–580 nkr, DZ mit Gemeinschaftsbad 750–920 nkr; ⏲ März–Nov.; 🛜) Die freundliche Pension 102 (zur allge-

meinen Verwirrung in Gebäude Nr. 7 untergebracht) trug einst den Spitznamen „Millionärsresidenz“. Früher waren hier die Grubenarbeiter untergebracht und entsprechend schlicht sind die Zimmer auch. Jedes hat ein Waschbecken, für Selbstversorger gibt es eine Küche.

Longyearbyen Camping
CAMPINGPLATZ €

(✆ 79 02 10 68; www.longyearbyen-camping.com; Stellplätze pro Erw./Kind unter 13 J. 120 nkr/frei; ⏲ April & Mitte Juni–Mitte Sept.) Der ausgesprochen freundliche Platz auf einer Grasebene nahe dem Flughafen blickt auf den Isfjord und die Gletscher dahinter. Er bietet Duschen und eine Gästeküche. Zu Fuß ist es etwa eine Stunde in die Stadt. Man kann Zelte (150 nkr pro Nacht), Liegematten (10 nkr) und Schlafsäcke (50 nkr) mieten. Hütten gibt es nicht. Wagemutige, die nackt im Fjord schwimmen, bekommen eine Urkunde.

★ Svalbard Hotell
HOTEL €€

(✆ 79 02 50 00; svalbardbooking.com/accommodation; EZ 990–2190 nkr, DZ 1190–2590 nkr; 🛜) Das neueste Hotel von Svalbard zeichnet sich durch eine zentrale Lage unweit der wichtigsten Geschäfte und Restaurants sowie stilvolle Zimmer (inkl. Flachbild-TVs) mit reichlich dunklem skandinavischem Holz aus. Echte Hingucker sind die großformatigen Fotos über den Betten und das bunte Bettzeug.

Spitsbergen Hotel
HOTEL €€

(✆ 79 02 62 00; www.spitsbergentravel.no; EZ 835–2580 nkr, DZ 990–2900 nkr; ⏲ Feb.–Okt.; 🛜) In dieser komfortablen Unterkunft mit weich gepolsterten Ledersesseln im Salon haben früher die Minenbosse residiert. Es gehört zur angesehenen Rica-Hotelkette. Die gemütlichen Zimmer versprühen einen leicht altmodischen Charme.

Mary-Ann’s Polarrigg
HOTEL, PENSION €€

(✆ 79 02 37 02; www.polarriggen.com; Skjæringa; EZ 775–995 nkr, DZ 995–2250 nkr) Das von der überschwänglichen Mary-Ann geführte und mit Bergbaugeräten und Jagdtrophäen dekorierte Polarrigg hat reichlich lokales Flair, vor allem im Gemeinschaftsbereich; die Zimmer sind eher schlicht gehalten. Die Zimmer im Hauptflügel haben Etagenbad, die Doppelzimmer bieten Stockbetten. Es gibt zwei große, komfortabel ausgestattete Aufenthaltsräume. Die Zimmer im schickeren, etwas überteuerten Anbau bieten allen Komfort.

Haugen Pensjonat
PENSION €€

(✆ 79 02 17 05; www.haugenpensjonat.no; EZ mit Gemeinschaftsbad 600–800 nkr, DZ 850–1200 nkr; 🛜) Hinter dieser Pension nicht weit vom Spitsbergen Hotel stecken die Leute von Poli Arctici (S. 376). In den neun großzügigen Zimmern steht neben dem Doppelbett auch ein Sofa, die Bäder werden geteilt (ungefähr eins je zwei Zimmer).

Svalbard Lodge
APARTMENTS €€

(✆ 79 02 50 00; www.scooterutleie.svalbard.no; 550–950 nkr pro Pers.) Moderne Zwei- bis Dreizimmerapartments mitten in Longyearbyen. Ein guter Stützpunkt für Ausflüge. Voraussetzung: mindestens drei Personen und zwei Nächte. Die Betreiber führen auch das Svalbard Hotell.

★ Basecamp Spitsbergen
LODGE €€€

(✆ 79 02 46 00; www.basecampexplorer.com; EZ 1100–2500 nkr, DZ 1590–2890 nkr; 🛜) Man stelle sich eine nachgebaute Robbenjägerhütte vor aus altem Treibholz und Schiefer, ergänze sie mit Stücken und Dekomaterial vom örtlichen Müll und Resten aus der Zeit des Bergbaus und füge moderne Sanitäranlagen und Designerobjekte hinzu – dann erhält man ein ziemlich genaues Bild von dieser Unterkunft, die auch als Trapper’s Lodge bekannt ist. Ihre 16 hüttenartigen Zimmer sind der Inbegriff von Komfort und Gemütlichkeit und das Frühstück ist super. Das Basecamp ist wirklich etwas Besonderes; mehr Atmosphäre gibt’s in ganz Longyearbyen nirgends.

Radisson SAS Polar Hotel
HOTEL €€€

(✆ 79 02 34 50; www.radissonsas.com; EZ 1370–2890 nkr, DZ 1570–3200 nkr; 🛜) Das Kettenhotel mit 95 funktionalen und nicht eben luxuriösen, aber dafür wirklich sehr komfortablen Zimmern ist die Topadresse der Stadt und das „nördlichste Fullservice-Hotel der Welt“. Für ein Zimmer mit Kaffeemaschine und passablem Blick auf den Fjord und den Berg Hiorthfjellet müssen Gäste 200 nkr extra hinblättern. Der Anbau diente ursprünglich als Unterkunft für die Olympischen Winterspiele in Lillehammer, ehe er hierher verfrachtet wurde.

Essen

Fruene Kaffe og Vinbar
CAFÉ €

(✆ 79 02 76 40; Lompensenteret; Hauptgerichte mittags ab 79 nkr; ⏲ Mo–Fr 10–18, Sa 10–17, So 11–17 Uhr; 🛜) Drei dynamische junge Frauen führen dieses einladende, quirlige Café. Auf

den Tisch kommen ordentlicher Kaffee, Baguettes, Pizza und Snacks. An den Wänden hängen bildschöne Fotografien, das WLAN ist kostenlos und das Essen gut. Der Mittagstisch umfasst gewöhnlich eine Suppe (die sind ganz besonders lecker) oder einen Salat.

★Huset NORWEGISCH €€
(✆ 79 02 50 02; www.huset.com; Café Hauptgerichte 138–238 nkr, Restaurant Hauptgerichte 295–369 nkr, 4-/5-/6-gängiges „Arktis"-Menü 695/765/895 nkr; ⏲ Café So–Fr 16–22, Sa 14–22 Uhr, Restaurant 19–22 Uhr) Der Marsch hinauf zum „Haus" lohnt sich. Im Café geht's locker zu, auf der Karte stehen Pasta, Pizza und Rentiereintopf zu vernünftigen Preisen. Das Aushängeschild ist jedoch *hamburger med alt* (105 nkr) – „Hamburger mit allem", so saftig und lecker, dass einsame Polarforscher in ihren Zelten davon träumen. Die Tagesgerichte (109 nkr) schmecken ebenfalls gut.

Im selben Haus ist auch ein hoch gelobtes Restaurant untergebracht. Hier kommen z. B. Rentierterrine, Rentierfilet und Wachtel auf den Teller. Eine Sensation für ein Lokal so fernab vom nächsten Rebgarten ist der Weinkeller, in dem 20 000 Flaschen lagern.

Kroa NORWEGISCH €€
(✆ 79 02 13 00; www.kroa-svalbard.no; Hauptgerichte mittags 85–138 nkr, Hauptgerichte abends 206–245 nkr; ⏲ 11.30–2 Uhr) Das Kneipenrestaurant wurde aus Bestandteilen eines Gebäudes aus dem russischen Barentsburg errichtet (die riesige, weiße Leninbüste hinter der Bar lässt das noch erkennen) und hat das Flair einer großen, urgemütlichen Jagdhütte. Der Service ist freundlich und die Hauptgerichte grenzen an Völlerei.
Zuletzt standen hier Suppen, deftige Hauptgerichte (Steak und Fisch) und Vorspeisen wie geräucherter Zwergwal oder Rentierfilet auf der Karte, es gibt aber auch einfachere Speisen wie Pizza und Hamburger. Wer keinen Tisch reserviert, muss zur Hochsaison mit Wartezeiten rechnen. Die Küche schließt um 23 Uhr.

Mary-Ann's Polarrigg THAI, NORWEGISCH €€
(✆ 79 02 37 02; www.polarriggen.com; Skjæringa; Hauptgerichte 145–285 nkr; ⏲ 16–22 Uhr) Das exzellente Restaurant serviert scharfe thailändische Reisgerichte und lokaltypische Spezialitäten wie Rentier aus Svalbard oder Robbensteak im faszinierenden Ambiente eines Glashauses mit Pflanzen, die anders als die übliche Vegetation der Insel deutlich höher als 2 cm sind.

Brasseri Nansen HOTELRESTAURANT €€€
(✆ 79 02 37 02; www.radissonblu.com; Hauptgerichte 259–299 nkr, 4-gängiges „Svalbard"-Menü 465 nkr; ⏲ 12–22.30 Uhr) Das Hotelrestaurant im Radisson SAS Polar Hotel fährt ein ausgezeichnetes Svalbard-Menü auf. Auf der exquisiten Karte stehen lokale Spezialitäten wie Robbe, Walfleisch, Rentier und mehr.

Ausgehen & Nachtleben

Alkohol ist in Svalbard steuerfrei, aber für Einheimische rationiert. Besucher müssen beim Kauf von Bier und Spirituosen ein gültiges Rückflugticket vorlegen (nicht aber für Wein). Der Spirituosenladen **Nordpolet** (✆ 79 02 25 33; ⏲ Mo–Fr 10–18, Sa 10–15 Uhr) liegt hinter dem Coop-Supermarkt. Ein überraschend gutes, originelles Mitbringsel ist der „XO Svalbard Cognac" (besser nicht die VSOP-Version kaufen).

Während der Hauptsaison kann es in drei Hotelbars mal lebhafter zugehen, u. zw. im **Barents Pub & Spiseri** (Radisson; ⏲ Mo–Do 16–2, Fr–So 14–2 Uhr), in der **Funken Bar** (Spitsbergen Hotel; ⏲ 11–2 Uhr) und in der **Peisen Bar** (Mary-Ann's Polarrigg; ⏲ 12–2 Uhr). Basecamp Spitsbergen (S. 378) wartet mit dem umwerfenden „Cognac Loft" auf und hat ein Glasdach, durch das man im Winter die Polarlichter beobachten kann. Eigentlich haben nur Hotelgäste Zutritt, aber wenn wenig los ist, drücken die Angestellten schon mal ein Auge zu.

Kroa BAR
(Die Kneipe; ⏲ 11.30–2 Uhr) Das Kroa ist und bleibt der Treff in Longyearbyen. Die Barhocker wurden aus alten Grubenstempeln (Stützen) gefertigt und mit Robbenfell bespannt.

Karls-Berger Pub Café BAR
(Lompensenteret; ⏲ So–Fr 17–2, Sa 15–2 Uhr) Eine gemütliche Kneipe, hinter deren Tresen über 1000 Flaschen mit Whiskey, Weinbränden und jede Menge anderer Spirituosen um die Wette glitzern. In der Küche werden typische Kneipengerichte zubereitet.

Svalbar BAR
(⏲ Mo–Fr 11–2, Fr & Sa 13–2 Uhr) Relativ neu ist die Svalbar, eine typisch norwegische Durchschnittsbar mit Dartscheibe, Billardtisch und einer kleinen Speisekarte (bis 23 Uhr). Vor allem jüngeres Publikum fühlt sich hier wohl.

Huset BAR
(Das Haus; ⏲ Bar Mo–Sa 16–23, So 14–23 Uhr, Club Fr & Sa 22–4 Uhr) Das Huset bietet mit einer

Bar und einem Nachtclub mit Livemusik am Wochenende (Eintritt 100 nkr) wirklich alles für einen schönen Abend. Zudem befindet sich dort das Kino der Stadt, das zweimal die Woche Spielfilme zeigt.

Shoppen

Skinnboden KUNSTHANDWERK, KLEIDUNG (☎ 95 97 31 46; www.skinnboden.no; ⏲ Mo–Fr 10–18, Sa 10–15, So 12–15 Uhr) Die Palette an „arktischen Produkten" umfasst alles Mögliche und Unmögliche: Stiefel aus Rentierleder, Handschuhe, Hüte und Westen aus Robbenhaut und sogar Teppiche aus dem Fell von Moschusochsen und anderen Arktisbewohnern. Darüber hinaus wird auch ein bisschen Schmuck verkauft. Der Laden ist nicht jedermanns Geschmack, aber ohne Frage mal was anderes.

Praktische Informationen

Sysselmannen På Svalbard (☎ 79 02 43 00; www.sysselmannen.no; ⏲ Mo–Fr 8.30–15.30 Uhr) Wer Wanderungen auf eigene Faust plant und/oder mit einer Waffe unterwegs ist, muss sich hier melden.

Touristeninformation (☎ 79 02 55 50; www.svalbard.net; ⏲ Mai–Sept. 10–17, Okt.–April 12–17 Uhr) Veröffentlicht eine nützliche wöchentliche Liste mit Aktivitäten und liefert jede Menge Infos über den Archipel.

An- & Weiterreise

SAS (www.flysas.com) fliegt im Sommer dreimal wöchentlich von Longyearbyen nach Oslo und zurück. Flüge via Tromsø (3- bis 5-mal wöchentl.) werden ganzjährig angeboten.

Norwegian (www.norwegian.com) bietet ebenfalls drei Flüge pro Woche nach Longyearbyen an (ab Oslo-Gardermoen).

Unterwegs vor Ort

FAHRRAD

Mieträder gibt's für 150 bis 300 nkr bei Poli Arctici (S. 376), Basecamp Spitsbergen (S. 377) und verschiedenen weiteren (gut gekennzeichneten) Anbietern in der Stadt.

FLUGHAFENBUS

Der SAS Flybussen (60 nkr) verkehrt zu den An- und Abflugszeiten zwischen dem Flughafen und allen Hotels.

TAXI

Svalbard Maxi Taxi (☎ 79 02 13 05) und **Longyearbyen Taxi** (☎ 79 02 13 75) verlangen 100 bis 150 nkr für Fahrten zwischen Stadt und Flughafen.

Rund um Longyearbyen

Auch bei den folgenden kurzen Wanderungen, die kaum aus Longyearbyen herausführen, besteht die Gefahr, auf Eisbären zu treffen. Sie sind deshalb nur mit Waffenschein und Wandergenehmigung des Gouverneursbüros oder im Rahmen einer organisierten Tour mit bewaffnetem Führer zulässig.

Platåberget & Bjørndalen

Das weite Hochland westlich von Longyearbyen heißt Platåberget, wird aber oft einfach das „Plateau" genannt und ist ein beliebtes Ziel für Tageswanderungen. Eine Alternative zu dem steinigen Weg, der in der Nähe des Gouverneursbüros beginnt, ist der Aufstieg durch das Blomsterdalen, nahe der Mine Nr. 3. Auch das Bjørndalen (Achtung: „Bärental"!) südlich des Flughafens führt zum Platåberget hinauf. Oben kann man weiter zum Gipfel des Nordenskiöldsfjellet (1050 m) wandern, auf dem einmal ein schwedisches Observatorium gestanden haben soll.

Longyearbreen

Die markanten Gletscherzungen bei den höher gelegenen, südwestlichen Ausläufern von Longyearbyen haben sich durch viele Schichten von Sedimentmaterial gefressen und gebohrt – darunter auch fossile Schichten, die entstanden, als man sich in Svalbard noch über ein eher tropisches Klima freute. Die Endmoräne bringt Pflanzenfossilien ans Tageslicht – Blätter und Zweige, die vor 40 bis 60 Mio. Jahren ihre Spuren im Stein hinterlassen haben. Einige der Führungen lassen etwas Zeit für die Fossiliensuche.

Der Weg geht am Huset vorbei am linken Flussufer entlang, lässt die verlassenen Minengebäude hinter sich und führt weiter auf einen holprigen Pfad. Nachdem man linkerhand die Überreste einer Brücke passiert hat, nähert man sich der Endmoräne und überquert einen Bach, der links vorbeifließt. Dann führt der Weg über einige steile Abhänge, überquert den Fluss und geht dann weiter flussaufwärts, bis er bei den Fossilienfeldern endet. Der 5 km lange Rückweg von Huset dauert etwa eineinhalb Stunden, Fossiliensuche nicht mitgerechnet.

Adventdalen

Das kahle, weite Adventdalen lockt mit wilden arktischen Landschaften. Nacheinander

passiert man die streng riechenden Huskyzwinger, den Süßwassersee Isdammen (Trinkwasserreservoir für Longyearbyen und wichtiges Rückzugsgebiet für die Weißwangengans) und eine Nordlichtstation. Mit dem Auto oder Fahrrad geht es zu den stillgelegten **Minen Nr. 5 und 6** und vorbei an der Grube **Nr. 7**, die noch betrieben wird. Oberhalb der Mine steht eine Satellitenstation.

Barentsburg

471 EW.

Diese russische Bergbausiedlung wirkt wie ein vergessener Außenposten der Sowjetunion am Ende der Welt. Trotz Bestrebungen, den Ort „aufzuhübschen", beschwört die nüchterne Kahlheit der Architektur in der eisigen Umgebung weiterhin eine Art trostloses arktisches Sibirien herauf.

Das Erste, was man von Barentsburg sieht, ist der Schornstein des Kraftwerks, der dichten schwarzen Rauch in den blauen Himmel hustet. Dieses isolierte Dorf baut unverdrossen Kohle ab und produziert noch immer bis zu 350 000 t pro Jahr – ein Ende ist vorerst nicht in Sicht. Schilder in kyrillischer Schrift, eine übrig gebliebene Leninbüste, Wandbilder, die muskulöse Arbeiter in heroischen Posen zeigen, und das heruntergekommene, ungepflegte Gesamtbild – das alles vermittelt dem Besucher den Eindruck einer Siedlung, deren Zeit wohl abgelaufen ist.

Geschichte

Das am Grønfjord gelegene Barentsburg wurde erstmals um 1900 als Kohlefördergebiet ausgewiesen, als die Kullkompaniet Isefjord Spitsbergen ihren Betrieb aufnahm. Auch verschiedene andere Gesellschaften gruben hier Schächte, und 1920 gründete die holländische Gesellschaft Nespico die Stadt. Zwölf Jahre später trat man sie dann dem sowjetischen Trust Arktikugol ab.

1941 wurde nicht nur Longyearbyen, sondern auch Barentsburg teilweise von der British Royal Navy zerstört. Damit sollte verhindert werden, dass es in die Hände der Nazis fiel (ironischerweise beendete die deutsche Kriegsmarine diese Arbeit später selbst). 1948 baute Arktikugol die Stadt wieder auf. Bis zum Zusammenbruch der Sowjetunion erlebte sie eine Zeit des Wachstums, der Entwicklung und wissenschaftlichen Forschung.

Wie jede andere Grube auf Svalbard hat auch die von Barentsburg große Tragödien erlebt. Als 1996 ein Flugzeug im Schneesturm nahe Adventdalen abstürzte, waren unter den Opfern zahlreiche Bergarbeiterfamilien aus der Ukraine. Nur ein Jahr später starben 23 Bergleute bei einer verheerenden Grubenexplosion.

Sehenswertes

Pomor-Museum MUSEUM

(Eintritt 50 nkr; wenn Ausflugsboote im Hafen sind) Das einfache und sympathische kleine Museum dokumentiert (leider nur auf Russisch) den historischen Handel der Pomoren mit dem russischen Festland, den Bergbau sowie die Geschichte der Russen auf Svalbard. Besonders beeindruckend sind die ausgezeichneten geologischen Exponate und die Sammlung von Artefakten, die auf russische Aktivitäten in Svalbard vor der offiziellen Entdeckung des Archipels durch Willem Barents hinweisen.

Kapelle KAPELLE

Die kleine orthodoxe Holzkapelle oberhalb vom Fußballplatz wurde zum Gedenken an die beiden Katastrophen von 1996 und 1997 errichtet.

Schlafen & Essen

Barentsburg Hotel HOTEL €€

(☎ 79 02 10 80, 79 02 18 14; DZ 800 nkr) Die Zimmer in der einzigen Besucherunterkunft von Barentsburg scheinen sich – wie alles hier – seit sowjetrussischer Zeit nicht verändert zu haben, wurden aber 2012 renoviert und versprechen einen komfortablen Aufenthalt mit speziellem Flair. Am besten wendet man sich an einen der Bootstourveranstalter, um die Preise zu erfahren und zu reservieren.

Das Hotelrestaurant serviert traditionelle russische Gerichte, darunter so leckere Spezialitäten wie gekochtes Schweinefleisch mit Kartoffeln und Sauerampfer, Petersilie und Sauerrahm. In der Bar kann man sich einen erfreulich erschwinglichen und großzügigen Schluck Wodka oder ein russisches Bier genehmigen. Hier werden auch große Dosen mit echtem Kaviar zu Preisen verkauft, die man nirgendwo sonst im Westen, geschweige denn in Norwegen, findet. Achtung: Sowohl die Übernachtungen als auch die Mahlzeiten müssen vorab gebucht werden.

Shoppen

In einem kleinen Andenkenladen werden Babuschkas, Leninanstecker fürs Revers und sowjetische Militaria verkauft.

An- & Weiterreise

Zwei Reiseveranstalter bieten im Sommer neun- bis zehnstündige Bootstouren von Longyearbyen nach Barentsburg an – Henningsen Transport & Guiding (S. 375) und Polar Charter (S. 375). Auf dem Rückweg überqueren die Schiffe den Fjord zum riesigen Esmark-Gletscher. Im Preis enthalten sind anderthalb Stunden Aufenthalt in Barentsburg, die aber überwiegend für die Führung draufgehen.

Im Winter kann man im Rahmen einer Motorschlittentour von Longyearbyen nach Barentsburg fahren. Diese Ausflüge werden u. a. von Spitsbergen Travel (S. 375) angeboten (es gibt aber noch viele andere Veranstalter).

Pyramiden

8 EW.

Pyramiden wurde nach dem pyramidenförmigen Berg benannt, der ganz in der Nähe aufragt. Die ehemals zweite russische Siedlung in Svalbard ist ein lohnendes Ziel für einen Tagesausflug.

Mitte der 1910er-Jahre wurde hier Kohle entdeckt, und der gleiche schwedische Konzern, der auch Sveagruva betrieb, begann mit dem Abbau. 1926 wurde er vom sowjetischen Unternehmen Russkiy Grumant übernommen, das 1931 wiederum an den sowjetischen Trust Arktikugol verkaufte, der bereits die Grube in Barentsburg ausbeutete. In den 50er-Jahren zählte die Stadt 2500 russische Bewohner, deutlich mehr als die heutige Einwohnerzahl von Longyearbyen. In ihrer Blütezeit zu Beginn der 1990er-Jahre besaß sie Stollen von insgesamt 60 km Länge, 130 Häuser, landwirtschaftliche Betriebe ähnlich denen in Barentsburg sowie das nördlichste Hotel und Schwimmbad der Welt. Als dann die Grube nicht mehr genügend Kohle lieferte, um rentabel zu sein, und Russland nicht mehr willens oder in der Lage war, die Mine zu subventionieren, wurde Pyramiden 1998 aufgegeben. Wenn auch eine zuletzt achtköpfige Rumpfbesatzung die russische Fahne noch immer hochhält, wirkt dieser entlegene Winkel von Svalbard wie ausgestorben.

Das alte Hotel ist seit Kurzem wieder geöffnet. Die Bootstourveranstalter können bei Preisauskünften und Reservierungen helfen.

Sehenswertes

Wie bei manchen anderen Attraktionen auf Svalbard springt auch in Pyramiden der krasse Gegensatz zwischen der nahezu makellosen Natur und dem nicht zu verheimlichenden Zerfall der industriellen Infrastruktur ins Auge. Im Ort gibt es **sowjetische Architektur** aus den 70er-Jahren, eine auffällige **Leninbüste** und eine **Sporthalle** zu sehen. In einem kleinen Laden im **Hotel** werden ein paar sowjetische Devotionalien verkauft und in der Bar fließt Wodka.

Auf der gegenüberliegenden Seite des Billefjord im Osten fließt der atemberaubend schöne **Nordenskjöldbreen-Gletscher** wie ein breites Band vom Landesinneren bis an die Fjordküste. Die meisten Ausflugsboote aus Longyearbyen legen hier einen Fotostopp ein. Auch sonst ist die Bootsfahrt faszinierend: Begleitet von Papageientauchern und Eissturmvögeln geht's vorbei an einer zerfurchten Steilküste.

An- & Weiterreise

Im Sommer bieten mindestens zwei in Longyearbyen ansässige Veranstalter – Henningsen Transport & Guiding (S. 375) und Polar Charter (S. 375) – zehnstündige Tagesausflüge nach Pyramiden an.

Im Winter ist der Ort von Longyearbyen aus per Schneemobil-Safari zu erreichen.

Ny Ålesund

30–130 EW.

Auch wenn der Breitengrad (79° N) nicht der einladendste ist – nur mit Mühe wird man irgendwo anders auf der Welt eine beeindruckendere Kulisse finden als die des Wissenschaftszentrums von Ny Ålesund, 107 km nordwestlich von Longyearbyen. Gegründet 1916 von der Kings Bay Kull Compani, behauptet Ny Ålesund gern, die nördlichste dauerhaft bewohnte Siedlung zu sein (was allerdings drei genauso winzige Orte in Russland und Kanada ebenfalls für sich reklamieren).

Im 20. Jh. baute die Kings Bay lange Zeit die Kohlefelder ab. Hier lebten und arbeiteten einst 300 Menschen. Aber nachdem bei der letzten Explosion 21 Menschen ums Leben gekommen waren, wurde die Förderung 1963 eingestellt. Ny Ålesund hat sich seitdem zu einem renommierten Zentrum der Wissenschaften entwickelt mit Forschungsstationen verschiedener Nationen, darunter Japan, China, Frankreich, Großbritannien und Deutschland. Vor den chinesischen Unterkünften wachen zwei Marmorlöwen, was in diesem Land der Eisbären und Polarfüchse etwas eigenartig wirkt. Den Winter über harren rund 30 unerschrockene Forscher aus. Wenn im Sommer ihre Kollegen aus

rund 15 Nationen ankommen, steigt die Population auf bis zu 130 (mehr sind es nie, denn das würde die Bettenzahl der Station übersteigen).

Sehenswertes

Ein 1,5 km langer Weg mit mehrsprachigen Erklärungstafeln führt den Besucher an den wichtigsten Sehenswürdigkeiten dieser winzigen Siedlung entlang.

Zu Beginn des 20. Jhs. brachen einige Polarforscher von Ny Ålesund auf, unter ihnen Roald Amundsen, Lincoln Ellsworth, Admiral Byrd und Umberto Nobile. Der **Ankermast** wurde 1926 von Nobile und Amundsen für ihr Luftschiff *Norge* benutzt; von hier starteten sie zu ihrem erfolgreichen Flug über den Nordpol nach Alaska. Zwei Jahre später kam er wieder zum Einsatz, als Nobile zurückkehrte, um mit der *Italia* seinen zweiten, diesmal verhängnisvollen Versuch zu starten. Im Ort steht an ziemlich jeder Ecke ein **Denkmal**, das an die beiden Expeditionen erinnert.

Der vermutlich ungewöhnlichste Anblick ist die gestrandete **Dampflokomotive** in der Nähe des Docks. 1917 wurde eine Schmalspureisenbahn gebaut, um die Kohlefelder mit dem Hafen zu verbinden; sie war bis 1958 in Betrieb. Die restaurierte Lokomotive ist – ohne Zweifel – das nördlichste Eisenbahnrelikt.

Der Ort unterhält außerdem ein sehr kleines und liebenswertes **Bergbaumuseum** (Gruvemuseum; Spenden erbeten; rund um die Uhr) im alten Tiedemanns-Tabakladen, das an die Geschichte und Traditionen des Kohlebergbaus in Ny Ålesund und Umgebung erinnern soll.

Alle Besucher, die nicht beruflich hier zu tun haben, kommen im Rahmen von Kreuzfahrten nach Ny Ålesund und halten sich nur etwa ein bis zwei Stunden auf.

Rund um Ny Ålesund

Kongsfjorden

Der Kongsfjord (Namensgeber der Kings Bay Kull Compani) bildet die spektakuläre Kulisse von Ny Ålesund. In etwas traurigem Kontrast dazu stehen die graubraunen Ufer mit ausgedehnten Eisfeldern. Aus dem Eis ragen die charakteristischen Gipfel des Tre Kroner, Dana (1175 m), Svea (1226 m) und Nora (1226 m) – zu Ehren von Dänemark, Schweden bzw. Norwegen so benannt – heraus. Sie gehören zu den bekanntesten Wahrzeichen von Svalbard.

Blomstrandhalvøya

Das steinige Blomstrandhalvøya war ursprünglich eine Halbinsel. Allerdings wurde es Anfang der 90er-Jahre am nördlichen Ende dem Zugriff des Eises entzogen und ist heute eine Insel. Im Sommer erscheint der Name Blomstrand („Blumenstrand“) durchaus angemessen – auch wenn er in Wahrheit auf einen norwegischen Geologen zurückgeht. Ny London am südlichen Ende der Insel erinnert an einen gewissen Ernest Mansfield von der Northern Exploration Company, der hier 1911 Marmor abbauen wollte, zu seinem Leidwesen jedoch feststellen musste, dass das Gestein durch Äonen Jahre des Tauens und Gefrierens wertlos geworden war. Ein paar Häuser und verlassene Geräte sind noch übrig geblieben.

Magdalenefjord

Die herrliche blau-grüne Bucht des Magdalenefjords im Nordwesten von Spitzbergen, umgeben von hoch aufragenden Klippen und imposanten Gezeitengletschern, ist der beliebteste Ankerplatz an der Westküste von Spitzbergen und gehört zu den schönsten Winkeln von ganz Svalbard. Im 17. Jh. betrieben die Holländer in diesem Gebiet in großem Stile Walfang; bei Graveneset nahe der Fjordmündung kann man noch heute die Überreste zweier Tranöfen sehen. Hier stolpert man auch über jede Menge Gräber von Walfängern aus dem 17. und 18. Jh.

Prins Karls Forlandet

Die eigenartig geformte, 86 km lange Insel Prins Karls Forlandet an der Westküste von Spitzbergen wurde zum Nationalpark erklärt, um die Walrosse, Robben und Seelöwen zu schützen, die dort ihre Jungen zur Welt bringen. Der alpin geprägte Norden mit dem Grampianfjellet (1084 m) ist durch eine langgestreckte Ebene (Forlandsletta) mit dem Saltfjellet (430 m) an der Südspitze verbunden.

Krossfjorden

Dank des grandiosen Gezeitengletschers Lillehöökbreen und einiger kultureller Relikte

zieht der Krossfjord viele Kreuzfahrtschiffe an. Bei Ebeltoftbukta in der Nähe der Fjordmündung kann man Gräber von Walfängern sowie jede Menge zurückgelassenes Gerümpel eines 1912 gebauten deutschen Telegrafenamts sehen, das bereits zwei Jahre später komplett nach Ny Ålesund verlegt wurde. Gegenüber dem Eingang ragen einige stark bevölkerte Vogelklippen auf, von denen man einen guten Ausblick auf einen der grünsten, mit Blumen, Moos und sogar Gras bewachsenen Flecken von Svalbard genießen kann.

Danskøya

Einer der faszinierendsten Orte im Nordwesten Spitzbergens ist Virgohamna auf der kargen und steinigen Insel Danskøya. Am einsamen Strand liegen diverse Überbleibsel zerplatzter Träume verstreut herum. Dazu gehören die Trümmer von drei Tranöfen einer Walfangstation aus dem 17. Jh. sowie acht Steingräber aus derselben Epoche. Außerdem stößt man hier auf die Ruine eines kleinen Häuschens, gebaut von dem englischen Abenteurer Arnold Pike. Er segelte mit seiner Jacht *Siggen* nach Norden und ernährte sich dort einen Winter lang von Eisbären und Rentieren.

Der nächste Abenteurer, der Virgohamna beehrte, war der schwedische Ingenieur Salomon August Andrée. Im Sommer 1897 startete er von hier mit einem Luftschiff – voller Hoffnung, den Nordpol zu erreichen. Das Schicksal dieser Expedition wurde erst 1930 bekannt, als Matrosen eines Robbenfangschiffs bei einem Landgang auf ihr letztes Basislager auf Kvitøya stießen.

1906 versuchte dann auch der Journalist Walter Wellman mit freundlicher Unterstützung einer amerikanischen Zeitung, den Nordpol per Luftschiff zu erreichen – was ihm aber misslang. Als er im folgenden Jahr zurückkam, um es erneut zu versuchen, wurde sein Schiff in einem Sturm stark ramponiert. Bei seinem dritten Versuch 1909 schwebte er bis auf 60 km an den Pol heran. Dann stellten sich technische Probleme ein, und als er hörte, dass Robert Peary den Pol bereits erreicht hatte (was inzwischen aber stark angezweifelt wird), gab er endgültig auf. Der gesamte zurückgebliebene Schrott (darunter Dutzende verrostete, 165 Liter fassende Treibstofffässer) ist geschützt. Die wenigen Besucher, die es hierher verschlägt, verursachen beträchtliche Erosionsschäden. Daher der dringende Rat, auf den markierten Pfaden zu bleiben.

Moffen

Die steinige Insel Moffen ist für ihre Walrosspopulation bekannt. Da es aber Booten nicht erlaubt ist, sich der Insel auf mehr als 300 m zu nähern, sind die großen Tiere bestenfalls aus der Ferne zu erspähen.

Norwegen verstehen

NORWEGEN AKTUELL 386

Das vielleicht angenehmste Volk der Welt überlegt und diskutiert im Moment aufs Neue, was es bedeutet, Norweger zu sein.

GESCHICHTE 388

Auf zu einer Reise von Wikingerabenteuern und Unabhängigkeitskämpfen bis hin zu Norwegens sagenhaftem Ölreichtum!

LANDSCHAFT & NATIONALPARKS 399

Fjorde, Gebirge, Küsten, Gletscher und der Arktische Norden – willkommen in Norwegens Natur and Naturschutzgebieten.

TIERWELT 406

Eisbären, Wale, Polarfüchse, Moschusochsen ... Norwegens Tierwelt gibt dieser großartigen Natur ein charismatisches Gesicht.

UMWELTPROBLEME 410

Norwegen steht im Mittelpunkt unzähliger Umweltdebatten; die Gründe dafür sind oft sehr widersprüchlich.

DIE SAMEN 415

Die indigenen Sami sind Norwegens Ureinwohner und ihre reiche Kultur ist unglaublich faszinierend.

KUNST & ARCHITEKTUR 419

Die norwegische Kunstszene, die an Wichtigkeit kaum zu überschätzen ist, die Geheimnisse der Stabkirchen und vieles mehr.

NORWEGISCHE KÜCHE 424

Alles, was man über eine der international am wenigsten bekannten Küchen Europas wissen sollte.

Norwegen aktuell

Kaum ein Land kann so zuversichtlich in die Zukunft blicken wie Norwegen, – denn Wirtschaftskrisen scheinen sich nur in anderen Ländern zu ereignen, aber nicht hier. Doch es gibt andere Dinge, die vielleicht keine Krise, aber dafür viel sorgenvolles Murmeln hervorrufen: in erster Linie das Ende des Ölbooms, der nicht abseh-, aber vorstellbar ist, und die Herausforderungen einer wahrhaftig multikulturellen Gesellschaft.

Top-Bücher

Arktische Träume (Barry Lopez; 2000) Ein Klassiker – und eine sensible Beschreibung der arktischen Regionen und ihrer Bewohner.
Geo Special: Norwegen Viele Reiseinfos und Insidertipps – eine gute Möglichkeit, um einen ersten Eindruck zu bekommen.
Nordwärts: Mit dem Motorboot nach Spitzbergen (Harald Paul; 2006) Ein ungewöhnlicher Törn in die Einsamkeit des Eises.
Mittsommer: Auf Trekkingtour in Norwegen (Andrew Stevenson; 2006) Wanderungen durch Norwegens Hochland.
Eisfahrt: Rudern in arktischen Breiten (Jill Fredston; 2005) Im Ruderboot an Norwegens Küste entlang.

Top-Filme

Nördlich der Sonne (2013) Die Doku zeigt neun Monate an einem entlegenen Abschnitt der arktischen Küste.
Max Manus (2009) Ein lustiger Film über den norwegischen Widerstand.
Cross My Heart and Hope to Die (1994) Preisgekrönte Darstellung einer Kindheit in Oslo.
Wives (1985) Trauriger Film über drei Freundinnen, die sich bei einem Klassentreffen in Oslo wiedersehen.
Nine Lives (1957) Einer der besten norwegischen Filme aller Zeiten.

Norwegen – eine Multikulti-Nation?

Der 22. Juli 2011 war ein Wendepunkt für Norwegen. An diesem Tag zündete Anders Behring Breivik in Oslo eine Autobombe, die Norwegens politischer Führung galt (acht Menschen starben), und erschoss anschließend auf der Insel Utøya als Polizist verkleidet 69 Menschen, darunter viele Jugendliche. Nach seiner Festnahme erklärte Breivik, er habe Norwegen und Europa davor bewahren wollen, von Moslems überrannt und erobert zu werden. Die maßvolle Reaktion auf den Anschlag, der mehr Todesopfer forderte als jeder andere in der jüngeren norwegischen Geschichte, trug dem Land weltweit Lob und Respekt ein und die gemeinsame Verurteilung des Anschlags und der Motive des Attentäters einte die Nation.

Dennoch hat Breiviks Tat tiefe Wunden hinterlassen in einem Land, dem politische Gewalt, geschweige denn Terrorismus, auf heimischem Boden bis dato fremd gewesen war. Darüber hinaus wurde plötzlich lautstark eine Debatte geführt, die man lange Zeit todgeschwiegen hatte: 1970 waren gerade mal 1,5 % der Landesbevölkerung Immigranten. Mittlerweile ist jeder achte Bürger entweder im Ausland geboren oder ein Nachkömmling zweier Einwanderer. Der enorme demografische Wandel hat dazu geführt, dass viele Norweger ihr Land heute mit anderen Augen sehen als früher.

Genau genommen ist Massenimmigration ein wichtiger Teil der nationalen Geschichte: Im düsteren 19. Jh. verließen Tausende Norweger ihre Heimat, um andernorts ihr Glück zu versuchen. Der geradezu legendäre Reichtum, den das Öl dem Land Ende des 20. Jhs. bescherte, trug dazu bei, dass Norwegen als eines der reichsten Länder der Welt in die Rolle des Vorbilds schlüpfte. Der moderne Norweger ist zu Recht stolz darauf, in einem toleranten, weltoffenen Land zu leben, das Verantwortung übernimmt – und gerade arme, kriegsgeplagte und krisengeschüttelte Länder großzügig dabei unterstützt, wieder auf die Füße zu kommen.

Gleichzeitig fragt sich ein Teil der Bevölkerung, welchen Einflss die zunehmende Einwanderung auf die nationale Identität Norwegens hat. Bei den Parlamentswahlen 2005, 2009 und 2013 konnte die Fremskrittspartiet (Fortschrittspartei), die eine strikte Begrenzung der Einwanderung als eines ihrer Ziele nennt, über 20 % der Wähler für sich gewinnen. Mittlerweile ist sie die zweitgrößte Partei im Land und seit den Wahlen 2013 auch Teil der Regierungskoalition. Ihre Vorsitzende Siv Jensen, die aktuelle Finanzministerin, hat vor einer „Islamisierung Norwegens" gewarnt.

Breivik wird wahrscheinlich den Rest seines Lebens hinter Gittern verbringen. Ob das Gefühl nationaler Verbundenheit, das nach seinem Massaker entstanden war, weiter vorhält, bleibt abzuwarten.

Wenn die Ölquellen versiegen

Norwegen hat die globale Finanzkrise souverän überstanden. Zwar stagnierte das Wachstum, als der Ölpreis fiel, aber die Wirtschaft hat sich rasch erholt und die Zahlen lassen andere Nationen vor Neid erblassen: Die Arbeitslosigkeit liegt bei unter 4 %, die Inflationsrate bei nicht mal 2 % und gefühlt werden schon seit einer Ewigkeit Haushaltsüberschüsse erwirtschaftet. Norwegen ist der neuntgrößte Erdölexporteur der Welt und die Nummer drei beim Erdgas (rund ein Fünftel der Vorräte der EU stammen aus Norwegen) und dank der weisen Voraussicht vergangener Regierungen ist hier der größte Pensionsfond der Welt gewachsen (2019 sollten sich die Rücklagen auf 1 Billion US-Dollar belaufen). Es gibt nur wenige Länder, die besser für den Tag gewappnet sind, an dem die Ölquellen versiegen.

Und dennoch, immer mehr Menschen machen sich Sorgen um genau diesen Moment und befürchten, dass das Ende des Ölbooms Jahrzehnte früher an die Tür klopfen könnte als erwartet. Neue Ölfunde ereignen sich zunehmend seltener, die Arbeitslosenquote klettert seit ein paar Jahren langsam, aber stetig und immer mehr Analysten lassen verlauten, dass Norwegens Wirtschaft sich dringend neue Zugpferde suchen muss: Ein Drittel der Staatseinkünfte und mehr als die Hälfte der Exportgewinne stammen aus dem Erdöl- und –gashandel. Wenn es morgen kein Öl und Erdgas mehr gäbe (rein hypothetisch), geriete Norwegens Wirtschaft gewaltig in Schieflage, denn hier werden mit die höchsten Löhne weltweit ausgezahlt – und das bei den durchschnittlich kürzesten Arbeitszeiten (im Schnitt unter 33 Stunden pro Woche).

Die meisten Nationen würden sich lieber mit diesen „Luxusproblemen" herumschlagen als mit ihren eigenen, und insgesamt kann Norwegen aus einer recht komfortablen Ausgangsposition ohne Angst in die Zukunft blicken. Die Tatsache, dass die Norweger sich überhaupt über diese Fragen Gedanken machen, könnte ein Indikator dafür sein, dass das norwegische „Wirtschaftswunder" jüngst auf seinem Höhepunkt angelangt ist.

BEVÖLKERUNG: **5.15 MIO.**

BIP PRO KOPF: **99.574 US$**

ARBEITSLOSIGKEIT: **3,6 %**

WACHSTUMSRATE: **1,8% (2014)**

LEBENSERWARTUNG: **81,6 JAHRE**

FLÄCHE: **386.224 KM²**

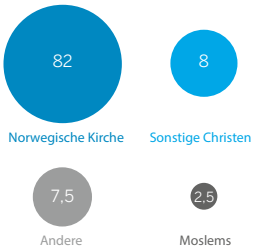
Gäbe es nur 100 Norweger, wären ...



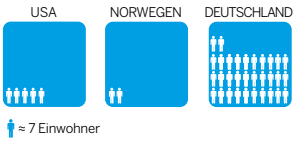
85 Norwegisch
12 Immigranten
3 von immigrierten Eltern abstammend

Religiöse Gruppen

(% der Bevölkerung)



Bevölkerung pro km²



Geschichte

Das heutige Norwegen ist wohl der Inbegriff eines friedlichen, modernen Landes, aber es hat eine blutige Vergangenheit. Seine Geschichte ist von eigenwilligen Charakteren und wiederkehrenden großen Themen geprägt, von den Wikingern bis zur Schlacht um die Vorherrschaft in Skandinavien, von den Kämpfen der Samen bis zum Zweiten Weltkrieg, von extremer Armut bis zu unvorstellbarem Reichtum. und zählt zu den großen Epen der Welthistorie.

Dunkelheit & Eis

Viel ist nicht bekannt über das nomadische Jäger- und Sammlervolk der Nøstvet-Økser. Höchstwahrscheinlich waren sie groß, blond und blauäugig und unterhielten sich in einer germanischen Sprache, aus der die modernen skandinavischen Sprachen entstanden sind.

Ein Land voll Schnee und Eis, fischreiche Küstengewässer, extremes Klima und spärliche Besiedlung – das dürften wohl die nachhaltigsten Eindrücke sein, die Besucher von Norwegen mit nach Hause nehmen. Geografie und Klima haben schon über Jahrtausende hinweg – seit Beginn der skandinavischen Zivilisation – das Leben der Menschen bestimmt.

Während der letzten Eiszeit war das heutige Norwegen kaum bewohnbar. Und doch war es im Vergleich zu Nordrussland noch paradiesisch. Als das Eis dann vor 11 000 Jahren zu schmelzen begann, zog eine erste Einwandererwelle aus dem Osten in den arktischen Norden: die Komsa – Vorgänger der heutigen Samen.

Mit fortschreitender Erwärmung besiedelte das Volk der Nøstvet-Økser aus Mitteleuropa die norwegische Südküste, die relativ reiche Fischgründe, Robben und andere Beutetiere bot. Auch die wilden Rentiere folgten dem zurückweichenden Eis nach Norden ins immer noch eisbedeckte Landesinnere. Ihnen wiederum folgten die Jäger, die als erste Menschen das norwegische Hochland überquerten. Doch sie errichteten dort nur zeitweilige Nomadenlager und hinterließen kaum Spuren in dem von Gletschern dominierten Ödland.

Im Laufe der Jahrtausende begannen sesshafte Völker Fuß zu fassen. In den späten Jahren des Römischen Reichs wurden sie von Rom mit Stoffen, Eisengeräten und Töpferwaren beliefert. Mit den Eisenwerkzeugen konnten sie Felder roden und größere Boote bauen. Und weil es insgesamt merklich kühler wurde, bauten sie stabilere Häuser aus Stein und Torf. Im 5. Jh. hatten die Norweger gelernt, selbst Eisen aus Erz zu schmel-

Zeitachse

12 000 v. Chr.
Am Ende der letzten Eiszeit entsteht ein neues Meer, das Norwegen vom Rest Nordeuropas trennt und dem Land seine heutigen Umrisse verleiht.

9000 v. Chr.
Das Volk der Komsa – Jäger und Sammler und Vorfahren der Samen – trifft in Nordskandinavien ein und gründet erste feste Siedlungen im arktischen Norden Norwegens.

4000 v. Chr.
Die frühesten, zum Unesco-Weltkulturerbe erkorenen Felszeichnungen stammen von Steinzeitmenschen nahe dem heutigen Alta im hohen Norden und illustrieren die Vergangenheit der Region.

zen, das sie in den Mooren im Süden des Landes fanden. Norwegens unaufhörliches Ringen um die Bändigung der wilden Landschaft nahm seinen Anfang.

Die Wikinger kommen

Nur wenige Völker haben die Fantasie der Menschen so beflügelt wie die Wikinger, die einst als die schlimmsten Räuber des frühen Europas gefürchtet waren. Ihre Ära ging zu Ende, aber als moderne Comic-Helden leben sie ewig (etwa in den *Asterix*-Heften oder als *Hägar der Schreckliche*) und als Seefahrernation, die es stets in ferne Länder zog, haben sie die moderne norwegische Kultur entscheidend geprägt. Aber wer waren diese Krieger, die mit ihren Langbooten fünf Jahrhunderte lang Europa beherrscht haben?

Eroberung & Expansion

Da Ackerland für die wachsende Bevölkerung immer knapper wurde, kamen norwegische Siedler um 780 auf die Britischen Inseln. Als ihre Boote mit verlockenden Gütern und den Erzählungen von kaum geschützten Küsten nach Norwegen zurückkehrten, begannen die Wikinger, Eroberungspläne zu schmieden. Der erste Raubzug traf 793 das Kloster St. Cuthbert auf der Insel Lindisfarne. Bald überzogen die Wikinger Großbritannien, Irland und das übrige Europa mit Krieg und kehrten auf ihren respekteinflößenden, nordischen Langbooten mit reicher Beute und vielen Sklaven *(thrall)* in die Heimat zurück.

Die Wikinger griffen in großen Flotten an. Sie terrorisierten, ermordeten, versklavten, assimilierten oder vertrieben die einheimische Bevölkerung. Die Küstenregionen Britanniens, Irlands, Frankreichs (die Normandie ist nach den „Nordmännern“ benannt), Russlands (nach Osten bis zur Wolga), des maurischen Spanien (Sevilla wurde 844 überfallen) und des Nahen Ostens (bis nach Bagdad) wurden unterjocht. Das gut verteidigte Konstantinopel (Istanbul) erwies sich jedoch als eine Nummer zu groß: Sechsmal griffen die Wikinger die Stadt an – ohne Erfolg. Solche Rückschläge waren aber selten. Ihre Raubzüge machten aus Skandinavien – einer einst unbekannten Provinz am nördlichen Rand Europas – ein übermächtiges Reich.

Bei all den Verwüstungen, die sie über andere brachten, fühlten sich die Wikinger den Küsten sehr verbunden, von denen sie loszogen und wo sie während ihrer Raubzüge Schutz suchten. Die Überfälle erhöhten den Lebensstandard in der Heimat. Durch Auswanderungen wurde Ackerland frei und eine neue Händlerschicht entstand. Die Landarbeit wurde zunehmend von den Sklaven verrichtet. Norwegische Bauern überquerten im 9. und 10. Jh. sogar den Atlantik und siedelten auf den Faröern, Island und Grönland. Die Welt schien den Wikingern zu gehören.

Archäologische Museen

Bryggens Museum (S. 160), Bergen

Arkeologisk Museum (S. 207), Stavanger

Historisk Museum (S. 51), Oslo

Museum für Naturkunde & Archäologie (S. 269), Trondheim

Alta Museum (S. 341), Alta

Norwegen (2002) von Fritz Petrick bietet einen kompletten Abriss der norwegischen Geschichte. Die politische, gesellschaftliche und wirtschaftliche Entwicklung des Landes wird hier genauestens unter die Lupe genommen.

2500 v. Chr.

Aus Schweden erreichen neue Völker Südnorwegen, nach ihren Steingeräten als Streitaxt-, Bootsaxt- oder Trichterbecher-Kulturen bezeichnet. Sie tauschen Bernstein gegen mitteleuropäisches Metall.

787 n. Chr.

787 berichtet die *Angelsächsische Chronik* zum ersten Mal über nordische Seefahrer, sogenannte Nordmänner, die als Besatzung von drei Schiffen nach Britannien gekommen waren.

793

Die Plünderung des Klosters St. Cuthbert auf der Insel Lindisfarne vor der Küste von Northumberland markiert den Beginn der Wikingerzeit.

871

Tønsberg in Südnorwegen wird gegründet und ist somit die älteste noch heute besiedelte Stadt Norwegens. Später wurde sie königliche Residenz und eine bedeutende Handelsstadt.

Wikinger-stätten

- *Stiklestad*
- *Tønsberg*
- *Kaupang (Larvik; S. 92)*
- *Eidfjord*
- *Kinsarvik*
- *Haugesund*
- *Insel Karmøy*
- *Balestrand*
- *Leka*
- *Lindesnes*

Harald Schönhaar

Harald Hårfagre (Harald Schönhaar), Sohn von Svarte (Halvdan der Schwarze), war nicht nur der letzte in einer langen Reihe berühmter Wikinger. Während sich die meisten Häuptlinge mit Eroberungen einen Namen machten, schaffte Harald Schönhaar, was keinem vor ihm gelungen war: Er einte die sich bekriegenden Sippen der Wikingernation.

Seinen größten Sieg feierte er 872 im Hafrsfjord nahe Haugesund, wo er siegreich aus einem der wenigen auf See entschiedenen Bürgerkriege der Geschichte hervorging. Danach war Norwegen ein geeinter Staat.

Die Herrschaftszeit von Harald Hårfagre war derart außergewöhnlich, dass der Isländer Snorri Sturluson sie in der *Heimskringla*, der norwegischen Königssaga, für die Nachwelt festhielt. Snorri zufolge inspirierte eine Frau Harald zur Vereinigung Norwegens: Sie verspottete den König, indem sie es ablehnte, mit einem Mann zusammen zu sein, dessen Reich sogar noch kleiner sei als das winzige Dänemark. Durch diverse Bündnisse und Handelsabkommen dehnte er sein Herrschaftsgebiet nach Norden bis in die Gegend des heutigen Trøndelag aus. Außenpolitisch war er sehr clever; er ließ sogar Håkon, einen seiner Söhne, am Hof des englischen Königs Athelstan aufziehen. Jedoch schweigen die Quellen dazu, ob die Frau, die das alles ausgelöst haben soll, denn auch entsprechend beeindruckt war. Um 930 erlag Harald auf der Insel Karmøy der Pest.

Das Land hatte er vereint, doch auf seine Familie hatte er wenig Einfluss. Er hatte zehn Frauen und zeugte scharenweise Erben, was zu ernsthaften Streitigkeiten bei der Nachfolge führte. Einer stach sie schließlich alle aus: Erik war Haralds jüngstes Kind und einziger Sohn von Ragnhild der Mächtigen, der Tochter des Dänenkönigs Erik von Jütland. Der skrupellose Erik eliminierte alle seine legitimen Brüder – bis auf Håkon, der in England sicher war. Eriks Herrschaft war von beachtlichem Unvermögen gekennzeichnet. So ging er frisch ans Werk, den schwer erkämpften norwegischen Bund seines Vaters herunterzuwirtschaften. Als Håkon schließlich aus England zurückkehrte, um als König Håkon den Gode (Håkon der Gute) die Sache wieder ins Lot zu bringen, musste Erik nach Britannien fliehen: Als König Erik Blutaxt machte er es sich nun auf dem Thron von York bequem.

Auf die sprichwörtliche Grausamkeit der Wikinger geht das Wort „Berserker“ zurück. Im Altenglischen bedeutet „baresark“ so viel wie „bare shirt“ (ohne Hemd bzw. ohne Rüstung), da die wilden Nordmänner traditionell mit bloßem Oberkörper kämpften.

Christentum & der Niedergang der Wikinger

Den Wikingern verdanken die Norweger nicht nur ihre Liebe zur See. Gegen Ende ihrer Ära prägten sie auch die starke Verwurzelung im christlichen Glauben. Allerdings ist der Sturz des alten Pantheons der Wikingergötter nicht ganz reibungslos verlaufen.

König Håkon der Gute, der während seiner Erziehung in England christlich getauft wurde, brachte bei seiner Rückkehr den neuen Glauben mit ins Land – inklusive einiger Missionare und eines Bischofs. Trotz

872

Harald Hårfagre (Harald Schönhaar) besiegt in der Schlacht von Hafrsfjord andere Wikingerhäuptlinge und eint das Land zum ersten Mal. Rund 20 000 Menschen fliehen nach Island.

997

An einer Mündung des Flusses Nid wird Trondheim gegründet, die erste größere Siedlung des Landes, die auch zur ersten Hauptstadt des jungen Reiches wird.

um 1000

Fast fünf Jahrhunderte vor Kolumbus erkundet Leifur Eiríksson, Sohn von Eiríkur Rauðe (Erik der Rote), die nordamerikanische Küste und nennt sie Vinland („Weinland“).

1024

Olav II. gründet die Norwegische Staatskirche und etabliert sie als Staatsreligion. Bis heute hat sich daran nichts geändert.

einiger anfänglicher Erfolge blieben die meisten Wikinger Thor, Odin und Freyr treu. Obwohl es den Missionaren letzten Endes gelang, die Namen heidnischer Götter durch katholische Heilige zu ersetzen, wurde der Brauch des Blutopfers unvermindert weitergeführt. Als Håkon der Gute im Jahr 960 getötet wurde, verschwand auch das norwegische Christentum.

Zu neuem Leben erwachte es während der Herrschaft von König Olav Tryggvason (Olav I.). Als echter Wikinger meinte er, seine Landsleute seien nur mit Gewalt zum wahren Glauben zu bekehren. Leider weigerte sich seine Braut, Königin Sigrid von Schweden, zu konvertieren. Also löste Olav den Heiratsvertrag und Sigrid heiratete den heidnischen Kö-

Das Wort „Wikinger" ist von *vik* abgeleitet, dem altnorwegischen Wort für „Bucht". Es bezieht sich auf die Ankerplätze der Wikinger während und nach ihren Raubzügen.

DAS GEHEIMNIS DER WIKINGERHERRSCHAFT

Der Hauptgott, dem die Wikinger die Kraft für ihre Vorhaben verdankten, war Odin (Oðinn), der „All-Vater", der mit Frigg verheiratet war. Die beiden zeugten Thor (Þór), den Donnergott. Die Wikinger glaubten, nach ihrem Tod auf dem Schlachtfeld würde sie der allmächtige Odin ins Paradies Walhalla führen, wo die Krieger den ganzen Tag kämpfen und sich danach von schönen Frauen verwöhnen lassen.

So überrascht es nicht, dass sie lieber in der Schlacht sterben wollten als im hohen Alter im Bett. Das verlieh den Wikingern eine rücksichtslose Hemmungslosigkeit, denen ihre Feinde nichts entgegenzusetzen hatten. Tod in der Schlacht oder reiche Beute, was macht das schon für einen Unterschied? Aus dieser Weltanschauung ergaben sich ihre Grundwerte Stärke, Waffengeschick, Heldenmut, Opferbereitschaft und Furchtlosigkeit gegenüber dem Tod.

Aber die Wikinger waren nicht nur furchtlose Krieger, sondern zugleich sehr geschickt. Ihre Schiffe waren revolutionär, schnell, wendig und imstande, den Strapazen oft langer Seereisen standzuhalten. Die Langboote maßen über 30 m, hatten einen stabilen Kiel, einen flexiblen Rumpf und große viereckige Segel. Sie wurden bis zu 12 Knoten (22 km/h) schnell und ermöglichten Eroberungszüge, denen 200 Jahre lang niemand etwas entgegensetzen konnte.

Wirklich spektakulär war das Navigationsinstrument, das die Wikinger auf ihren Fahrten durch unbekannte Gewässer verwendeten. Die altnordischen Sagen erwähnen ein geheimnisvolles Gerät, bekannt als *solarsteinn* („Sonnenstein"). Mit diesem konnten die Wikinger auch navigieren, wenn der Himmel bewölkt oder die Sonne hinter dem Horizont verschwunden war und sie sich deshalb nicht mehr am Himmel orientieren konnten.

Heute wird angenommen, dass der *solarsteinn* ein Cordierit-Kristall war, der in ganz Skandinavien zu finden ist und polarisierende Eigenschaften hat. Betrachtet man den Kristall von unten und dreht ihn dabei, leuchtet er im polarisierten Restlicht blau, sobald die Längsachse Richtung Sonne gerichtet ist. Selbst heute verwenden Düsenflugzeuge beim Überfliegen der Polarregion, wo magnetische Kompasse versagen, einen Himmelskompass. Er bestimmt die Position der Sonne mithilfe einer künstlichen Polarisationslinse.

1030

Nachdem König Olav II. 1028 vom dänischen König Knut ins Exil gejagt wurde, kehrt er zurück und wird in der Schlacht von Stiklestad in Trøndelag getötet.

1049

Harald III. (Harald Hardråde oder Harald der Harte"), Halbbruder des hl. Olav, gründet Oslo und startet von dort seine Raubzüge rund ums Mittelmeer.

1066

Die Wikingerzeit geht zu Ende, als Harald III. in der Schlacht von Stamford Bridge vom englischen König Harold getötet wird.

1261

Als Reaktion auf den wachsenden Einfluss Norwegens im hohen Norden Europas schließt sich Grönland dem Königreich an. Ein Jahr später folgt Island.

nig Sven Gabelbart von Dänemark, der Olav in einer großen Seeschlacht auf der Ostsee besiegte und sich Norwegen unter den Nagel riss.

Unter der Herrschaft von König Olav Haraldsson (Olav II.), der ebenfalls in England bekehrt worden war, etablierte sich das Christentum schließlich dauerhaft in Norwegen. Olav II. schlug sich mit seinen Wikingerhorden auf die Seite König Ethelreds und bewahrte London vor dem Angriff des Dänenkönigs Sven Gabelbart, indem er die London Bridge zerstörte. Wo sein Namensvetter gescheitert war, verbreitete Olav II. nun mit Erfolg das Christentum. 1023 errichtete er ein Steinkreuz in Voss, das noch heute steht, und gründete 1024 die Norwegische Kirche. Nach dem Einfall des dänischen Königs Canute (Knut) 1028 fiel Olav 1030 in der Schlacht von Stiklestad und wurde von den Christen als Märtyrer heiliggesprochen. Der großartige Nidaros-Dom (S. 268) in Trondheim gilt als Denkmal für den hl. Olav und war bis zur Reformation ein Ziel für Pilger aus ganz Europa. Sein wichtigstes Vermächtnis war jedoch, dass er eine dauerhafte Identität für Norwegen als unabhängiges Königreich geschaffen hatte.

Von den nachfolgenden Königen war keiner so skrupellos wie Harald III. (Harald Hardråda, oder Harald „der Harte"), ein Halbbruder des hl. Olav. Harald III. fiel plündernd über den ganzen Mittelmeerraum her, womit die Wikingerherrlichkeit ein letztes Mal aufflammte. Als er 1066 bei einem schlecht geplanten Überfall in England fiel, war der Mythos von der Unbesiegbarkeit der Wikinger gebrochen.

Das Haugalandet im Westen Norwegens wird vielerorts als die Wiege der Wikinger betrachtet. Auf der Insel Karmøy südlich von Haugesund findet im Juni ein Wikingerfestival statt (www.vikingfestivalen.no, auf Norwegisch). Die Wikingergeschichte der Region wird auf der Website www.vikingkings.com umfassend dargestellt.

Das Ende der Unabhängigkeit

Die Wikinger selbst mögen im Dunkel der Geschichte rasch verschwunden sein, doch ihr Eroberungsdrang stellte zusammen mit dem aufstrebenden Christentum die Weichen für die Zukunft – für Aufschwung und Niedergang. Als Norwegens internationaler Einfluss schwand, brachen die Nachbarländer über die einstige Weltmacht herein, die nun um ihre eigene Unabhängigkeit kämpfen musste.

Unruhen im In- und Ausland

1107 führte Sigurd I. eine Flotte von 60 Schiffen ins Heilige Land. Drei Jahre später hatte er Sidon – im heutigen Libanon – eingenommen. Aber zu diesem Zeitpunkt dienten Eroberungen im Ausland nur mehr als Deckmantel für ernste innere Probleme. Sigurd starb 1130 und blutige Bürgerkriege um die Thronfolge überschatteten den Rest des Jahrhunderts. Der siegreiche König Sverre, ein ehemaliger Geistlicher, führte Norwegen ins sogenannte „Goldene Zeitalter". Bergen beanspruchte den Rang als Hauptstadt der Nation, gestützt auf seine Auslandsbeziehungen und den Handel zwischen den Küstenstädten und der deutschen Hanse. Aufgrund des norwegischen Wirtschaftsbooms schlossen sich Grönland und Island 1261 und 1262 dem Königreich freiwillig an.

Dem mysteriösen Verschwinden der grönländischen Kolonien geht Jared Diamond in seinem Buch *Kollaps: Warum Gesellschaften überleben oder untergehen* nach.

1319
Magnus wird schwedischer König, vereint die beiden Länder und beendet damit die norwegische Unabhängigkeit und die Linie von Harald Schönhaar. Es folgen zwei Jahrhunderte des Niedergangs.

1349
Die Beulenpest (der Schwarze Tod) erreicht Bergen. Sie verbreitet sich rasch über das ganze Land und verändert Norwegens Sozialstruktur für immer.

1469
Die Orkney- und Shetland-Inseln und die Isle of Man werden an die Schotten verkauft, womit die jahrhundertelange norwegische Expansion endet.

1537
Die Reformation fegt über Europa hinweg und erreicht Norwegen, wo sie den katholischen Glauben durch Luthers Lehren ersetzt.

Aber die Weltmachtstellung des Landes wankte und Norwegen schottete sich ab. Håkon V. errichtete Stein- und Ziegelfestungen: eine in Vardø, um den Norden gegen Russland abzusichern, und eine in Akershus (S. 51) zur Verteidigung des Osloer Hafens (1308). Wenig später löste Oslo Bergen als Hauptstadt ab. Als Magnus, der Enkel von Håkon V., Norwegen 1319 mit Schweden vereinigte, begann eine 200-jährige Phase des Niedergangs. Das einst so glänzende norwegische Reich wurde zur Provinz seiner Nachbarländer.

Im August 1349 kam mit einem englischen Schiff der Schwarze Tod über Bergen nach Norwegen. Die Beulenpest raffte etwa ein Drittel der europäischen Bevölkerung dahin. Norwegens Felder lagen brach, ganze Ortschaften verfielen, der Handel geriet ins Stocken und die Schatzkammern schrumpften um 65%. In Norwegen starben etwa 80% der Adligen. Da aber auch die Zahl der Feldarbeiter dezimiert war, mussten die überlebenden Adligen selbst auf dem Land arbeiten. Dadurch hatte sich die norwegische Machtverteilung für immer verändert und der Weg war frei für den Egalitarismus, der das Land bis heute prägt.

1387 verlor Norwegen die Herrschaft über Island. Zehn Jahre später vereinigte Königin Margarete von Dänemark in der Kalmarer Union Schweden, Dänemark und Norwegen und setzte Erich von Pommern als König ein. Margaretes Politik der Vernachlässigung Norwegens setzte sich bis ins 15. Jh. fort, als die Handelsbeziehungen zu Island abbrachen und die grönländischen Kolonien auf geheimnisvolle Weise spurlos verschwanden.

1469 verpfändete der dänisch-norwegische König Christian I. – angeblich nur vorübergehend – die Orkney- und Shetland-Inseln an die schottische Krone, weil er Geld für die Mitgift seiner Tochter brauchte. Bereits drei Jahre später annektierten die Schotten beide Inselgruppen.

Gebeutelt von diesen Veränderungen war Norwegen kaum wiederzuerkennen. Die einzige Konstante war der feste christliche Glaube – und selbst diesem stand ein fundamentaler Wandel bevor. 1537 verdrängte die Reformation den katholischen Glauben zugunsten des Lutherischen Protestantismus. Das Norwegen der Wikinger war damit nahezu komplett verwandelt.

Die Feinde: Dänemark & Schweden

Die Konflikte zwischen der Dänischen Union und der schwedischen Krone wurden auf norwegischem Boden ausgetragen: zunächst der Nordische Siebenjährige Krieg (1563–70), dann der Kalmarkrieg (1611–14). Trondheim z. B. wurde von beiden Seiten mehrfach erobert und zurückerobert und Norwegen wurde während des Kalmarkriegs von Schottland aus besetzt.

In zwei weiteren Kriegen Mitte des 17. Jhs. musste Norwegen einen guten Teil seines Gebiets an Schweden abtreten. Im Großen Nordischen

Wikingermuseen

Vikingskipshuset (S. 58), Oslo

Wikingermuseum Lofotr (S. 313), Vestvågøy, Lofoten

Nordvegen Historiesenter (S. 205), Insel Karmøy

Bücher über Wikinger

Die Welt der Wikinger, Arnulf Krause

Die Wikinger, Magnus Magnusson

Die Wikinger: Geschichte und Kultur eines Seefahrervolkes, Peter Sawyer (Hrsg.)

Die Wikinger, Claudia Banck

1596

Willem Barents, ein holländischer Forschungsreisender, sucht nach der Nordostpassage nach Asien und ist der erste Europäer, der Svalbard betritt. Er nennt das Archipel Spitsbergen („spitze Berge").

1612

In Svalbard beginnt der kommerzielle Walfang. Englische, niederländische, norwegische, französische und dänische Walfangflotten rotten in den folgenden Jahrhunderten Wale und andere Meerestiere fast aus.

1720

Nach 150 Jahren Krieg auf norwegischem Boden (Siebenjähriger Krieg, Kalmarkrieg und Nordischer Krieg) ist Schweden endlich geschlagen, hat aber – wie Dänemark – weiterhin großen Einfluss auf Norwegen.

1814

Durch die „Kronunion" fällt Norwegen an Schweden. Die aufgebrachten Norweger setzen ihre erste Verfassung in Kraft, was bis heute als erster Akt der Unabhängigkeit gefeiert wird.

Sprachwissenschaftlern zufolge leben einige Wikingergötter in den englischen (teilweise auch in den deutschen) Bezeichnungen der Wochentage fort: Tuesday/Dienstag (Tyrs Tag), Wednesday/Mittwoch (Odins Tag), Thursday/Donnerstag (Thors/Donars Tag) und Friday/Freitag (Freyas Tag).

Krieg zu Beginn des 18. Jhs. standen den Norweger dem immer größer werdenden Königreich Schweden gegenüber. 1716 besetzten die Schweden Christiania (das heutige Oslo). 1720 waren die Schweden endgültig geschlagen und die über 150-jährige Kriegsführung beendet.

In Bergen entstanden im Jahr 1720 norwegische Handelsgesellschaften, die neue Handelsbeziehungen zu Grönland knüpfen wollten. Jedoch zerschlugen dänische Handelsbeschränkungen die zarten Sprossen wirtschaftlicher Unabhängigkeit. Daher war Norwegen nicht darauf vorbereitet, die sogenannte kleine Eiszeit zu verkraften. In den Jahren 1738 bis 1742 fielen ganze Ernten aus und ein Drittel des Viehs verendete. Hungersnöte plagten die Norweger und Tausende fanden den Tod.

Während der Napoleonischen Kriege blockierte Großbritannien Norwegen und führte so die Kapitulation Dänemarks am 14. Januar 1814 herbei. Der Kieler Vertrag besiegelte die „Vereinigung der Kronen" von Norwegen mit Schweden. Eine Gruppe von Bauern, Kaufleuten und Politikern hatte es satt, dass ihr Land ständig durch fremde Könige aufgeteilt wurde. Sie versammelte sich im April 1814 in Eidsvoll Verk, arbeitete die erste Verfassung des Landes aus und wählte einen norwegischen König. Schweden war ganz und gar nicht glücklich über die Unabhängigkeitsbestrebungen und zwang den neuen König Christian Frederik abzudanken und den von Schweden eingesetzten Monarchen Karl Johan anzuerkennen. Krieg ließ sich durch einen Kompromiss abwenden, der die Vormacht Schwedens einschränkte. Die norwegische Verfassung blieb zwar nicht lange in Kraft, zeigte aber, dass die Norweger genug hatten.

Unabhängiges Norwegen

Norwegen war jahrhundertelang Vasall ausländischer Besatzungsmächte und seine Tage als Weltmacht waren lange vorüber. Trotzdem war bei Weitem nicht alles verloren. Fast ein Jahrhundert war seit der ersten Verfassung vergangen und ganze neun Jahrhunderte seit der Einigung durch Harald Schönhaar, doch nun war das norwegische Volk fest entschlossen, sein Schicksal ein für alle Mal selbst in die Hand zu nehmen.

Sweden and Visions of Norway: Politics and Culture 1814–1905 von H Arnold Barton, analysiert die Hintergründe der früheren Feinschaft und des bis heute schwierigen Nachbarschaftsverhältnisses der beiden Länder..

Ein selbstbewusster Neuanfang

Im 19. Jh. – wohl beflügelt vom Geist der Verfassung von 1814 – begannen die Norweger, ihre kulturelle Identität wiederzuentdecken. Diese aufkeimende kulturelle Belebung zeigte sich vor allem in der Kunst, angeführt vom Dichter und Dramatiker Henrik Ibsen, dem Komponisten Edvard Grieg und dem Maler Edvard Munch.

Auch die Sprache spielte nun eine Rolle und es wurde eine eigene standardisierte norwegische Schriftsprache geschaffen: *landsmål* (oder *Nynorsk*). 1854 wurde zwischen Oslo und Eidsvoll die erste Bahnstrecke Norwegens fertiggestellt und auch im Außenhandel konnte Norwegen –

1861

Der Entdecker, Wissenschaftler, Diplomat und Friedensnobelpreisträger Fridtjof Nansen wird geboren. Er wird zum Symbol des wachsenden internationalen Einflusses Norwegens.

1870er-Jahre

Die ersten Touristen sind Abgesandte Londoner Herrenclubs, die in den Westfjorden Norwegens blaues Eis für ihre Drinks suchen. Bald darauf organisiert Thomas Cook die ersten Fjordkreuzfahrten.

1895

Alfred Nobel bestimmt in seinem Testament, dass die Zinsen seines Vermögens jedes Jahr an Menschen gehen, „die im vorangegangenen Jahr den größten Beitrag zum Wohl der Menschheit geleistet haben".

1905

Eine überwältigende Mehrheit der Norweger stimmt für die Unabhängigkeit und gegen die Union mit Schweden. Norwegen wird als konstitutionelle Monarchie unabhängig.

vor allem mit Erzeugnissen aus der arktischen Fischerei und dem Walfang – einen Aufschwung verzeichnen.

Doch das Land war noch immer sehr arm. Zwischen 1825 und 1925 wanderten über 750 000 Norweger in die USA und nach Kanada aus. Der Aufschwung des stolzen Nationalgefühls war aber trotzdem nicht zu bremsen.

1905 wurde ein Verfassungsreferendum durchgeführt. Wie zu erwarten, stimmten fast 80% für die Unabhängigkeit von Schweden. Der schwedische König Oskar II. musste die norwegische Unabhängigkeit akzeptieren und abdanken. Er setzte die norwegische konstitutionelle Monarchie wieder in Kraft und Haakon VII. auf den Thron. Dessen

ROALD AMUNDSEN

Der norwegische Entdeckungsreisende Roald Amundsen trug zu Beginn des 20. Jhs. maßgeblich zur Bildung des norwegischen Nationalstolzes bei.

Der Spross einer Reeder- und Kapitäns-Familie wurde 1872 in Borge bei Sarpsborg in Südnorwegen geboren. 1897 nahm er als Erster Offizier an der belgischen *Belgica*-Expedition in die Antarktis teil. Das Schiff wurde rasch vom Eis eingeschlossen und die Expedition war somit die erste, die in der Antarktis überwinterte – unfreiwillig.

Amundsen konzentrierte sich dann auf die Nordwestpassage und die Erforschung des magnetischen Nordpols. Die Expedition brach im Juni 1903 in Oslo auf und überwinterte in einem natürlichen Hafen auf King William Island, der den Namen Gjøahavn erhielt. Im August 1905 erreichten Amundsen und seine Mannschaft schiffbares Gewässer im Westen und hatten somit als Erste die Nordwestpassage durchschifft.

Amundsen wollte unbedingt der erste Mensch sein, der den Nordpol erreichte, allerdings kam ihm im April 1909 Robert Peary zuvor. So machte sich Amundsen stattdessen 1910 zum Südpol auf. Im Januar 1911 ankerte Amundsens Schiff vor Roosevelt Island, 60 km näher am Südpol als das Expeditionsschiff *Terra Nova* von Robert Falcon Scott. Mit vier Begleitern und vier Hundeschlitten mit jeweils 13 Hunden erreichte Amundsen am 14. Dezember 1911 den Südpol und schlug Scott um einen Monat und drei Tage.

1925 scheiterte Amundsen mit seinem Vorhaben, den Nordpol zu überfliegen. Er versuchte es im folgenden Jahr erneut mit dem Luftschiff *Norge,* dieses Mal zusammen mit Lincoln Ellsworth, Hjalmar Riiser-Larsen und dem italienischen Forscher Umberto Nobile. Am 11. Mai 1926 verließen sie Spitzbergen und warfen 16 Stunden später die norwegische, US-amerikanische und die italienische Fahne auf den Nordpol ab. Am 14. Mai landeten sie nach einem 72-stündigen Flug über 5456 km erfolgreich in Teller in Alaska – der allererste Flug zwischen Europa und Nordamerika.

Im Mai 1928 machte sich Nobile zu einer weiteren Expedition mit dem Flugschiff *Italia* auf. Als es in der Arktis abstürzte, schloss sich Amundsen der Rettungsexpedition an. Nobile und seine Mannschaft wurden zwar schließlich gerettet, aber das letzte Lebenszeichen Amundsens wurde nur drei Stunden nach seinem Start irgendwo über der Barentssee empfangen. Sein Leichnam wurde nie gefunden.

1911

Der norwegische Entdecker Roald Amundsen erreicht als erster Mensch den Südpol. Er ist der bekannteste einer Reihe von norwegischen Entdeckungsreisenden.

1913

Lange vor vielen anderen europäischen Ländern, führt Norwegen das Frauenwahlrecht ein und begründet damit eine Tradition der Gleichberechtigung, als Symbol des modernen Norwegen.

1914

Norwegen, Schweden und Dänemark erklären im Ersten Weltkrieg ihre Neutralität. Dadurch bewahren sie Skandinavien vor den Verheerungen, die der Krieg im restlichen Europa verursacht.

1940

Am 9. April fällt Nazideutschland in Norwegen ein. König Haakon und Familie fliehen ins Exil – erst nach Großbritannien, dann nach Washington D.C., wo sie während des ganzen Krieges bleiben.

Bücher zum Zweiten Weltkrieg

Krieg in Norwegen (1941) ist eines von sechs Büchern von Willy Brandt über Norwegen. Der spätere Bundeskanzler lebte hier im Exil und schrieb über seine eigenen Erfahrungen. Das Buch wurde von den Nationalsozialisten verboten.

Weserübung: Die deutsche Besetzung von Dänemark und Norwegen 1940 von Walther Hubatsch

Reichskommissariat Norwegen: "Nationalsozialistische Neuordnung" und Kriegswirtschaft von Robert Bohn

Nachkommen regieren Norwegen bis heute, wobei das *storting* (Parlament) letztlich über die Nachfolge entscheidet. Oslo wurde zur Hauptstadt des Königreichs Norwegen erklärt.

Erneut unabhängig, wollte sich Norwegen rasch als würdiges Mitglied im Konzert der Nationen bewähren. 1911 erreichte der norwegische Entdecker Roald Amundsen den Südpol. Zwei Jahre später erhielten die Frauen in Norwegen als einem der ersten Länder Europas das Wahlrecht. Wasserkraftwerke wurden gebaut; neue Wirtschaftszweige florierten und trieben eine zunehmend wachsende Exportwirtschaft an.

Nach dem Ersten Weltkrieg, den Norwegen weitgehend unbeschadet überstanden hatte – obwohl die Deutschen in dem neutralen Land einige Handelsschiffe versenkten –, erstarkte das norwegische Selbstbewusstsein. 1920 beschloss das *storting*, dem neu gebildeten Völkerbund beizutreten. Nur die kommunistische Arbeiterpartei, die 1927 die Mehrheit im *storting* errang, stellte sich dagegen. Die 1920er-Jahre brachten noch andere Neuerungen, z. B. Fabrikschiffe, auf denen die Wale direkt auf See verarbeitet werden konnten. Damit nahm der Walfang zu, besonders um Svalbard und in der Antarktis.

Allerdings drohte bereits der nächste Ärger. Die Weltwirtschaftskrise, die Ende der 1920er-Jahre begann, zwang Norwegen in die Knie. Im Dezember 1932 waren 42 % der Norweger arbeitslos und Bauern wurden vom Abschwung besonders hart getroffen.

Norwegen im Krieg

Norwegen hatte einen schlechten Zeitpunkt für die Unabhängigkeit gewählt. Über Europa braute sich Krieg zusammen und Anfang der 1930er-Jahre breitete sich der Faschismus über dem Kontinent aus. Diesmal fand sich Norwegen selbst inmitten des gewaltsamen Aufruhrs wieder, der über Europa hinwegfegte. 1933 gründete der ehemalige Verteidigungsminister Vidkun Quisling die faschistische Partei *Nasjonal Samling*. Als die Deutschen am 9. April 1940 in Norwegen einfielen, floh König Haakon mit seiner Familie ins Exil, während britische, französische, polnische und norwegische Truppen einen verzweifelten Rückzugskampf ausfochten.

Sechs Städte im Süden wurden niedergebrannt. Trotz einiger Erfolge der Alliierten standen die Briten ziemlich allein da und überließen das arktische Norwegen schließlich seinem Schicksal. In Oslo setzten die Deutschen eine Marionettenregierung unter Vidkun Quisling ein, dessen Name seither für den Landesverräter schlechthin steht.

Nach Jahrhunderten des Kampfes für ein selbstbestimmtes Land reagierten die Norweger auf die deutsche Besetzung alles andere als gleichmütig. Vor allem der norwegische Widerstand setzte alles daran, die deutschen Pläne zu durchkreuzen. Oft halfen wagemutige Fischer von den Shetland-Inseln, Waffen über die See nach Westnorwegen zu

1945

Am 7. Mai verlassen die russischen Truppen als Letzte den arktischen Norden Norwegens. Zurück bleibt der Scherbenhaufen deutscher Zerstörung.

1945

Norwegen wird UN-Gründungsmitglied. Es ebnet den Weg für die spätere Außenpolitik und die Rolle als wichtiger Mittler bei internationalen Konflikten.

1949

Entgegen westlichen Befürchtungen, dass sich das linksgerichtete Land der Sowjetunion zuwenden könnte, tritt Norwegen der Nato bei und kooperiert mit den USA.

1950er-Jahre

Ein norwegischer Regierungsausschuss erklärt, dass „Aussichten auf Ölfunde auf dem Festlandsockel vor der norwegischen Küste unwahrscheinlich seien". Eine totale Fehleinschätzung.

FLUCHT INS EXIL

Als deutsche Truppen im April 1940 in Norwegen einmarschierten, flohen König Haakon und die norwegische Regierung aus Oslo Richtung Norden bis nach Elverum. Am 9. April trat in der Volkshochschule das Parlament zusammen und verabschiedete das Elverum-Mandat, das die Exilregierung ermächtigte, Norwegens Interessen bis zur Wiedereinsetzung des Parlaments zu schützen. Als ein deutscher Abgesandter eintraf, um dem König die Naziversion von „Schutz" in Form einer Marionettenregierung in Oslo aufzuzwingen, lehnte dieser das „Angebot" ab und ging ins Exil. Zwei Tage später bombardierten die Nazis Elverum als erste norwegische Stadt und machten sie mit ihren alten Holzhäusern dem Erdboden gleich. Zu diesem Zeitpunkt war der König bereits nach Nybergsund (nahe Trysil) geflohen, das ebenfalls bombardiert wurde. Aber auch hier entkam er ins nächste Exil.

schmuggeln. Eine der bemerkenswertesten Widerstandsaktionen war der berühmte Überfall auf die Produktionsanlage für schweres Wasser in Vemork im Februar 1943. Die Anlage war Teil der Pläne für die Entwicklung einer deutschen Atombombe.

Die Deutschen übten bittere Rache an der Bevölkerung. Unter den Opfern waren auch 630 norwegische Juden, die in die Konzentrationslager Mitteleuropas verschleppt wurden. Serbische und russische Kriegsgefangene verrichteten bei Bauprojekten in Norwegen Zwangsarbeit; viele starben an Kälte und Hunger. Den vielen Opfern unter den Arbeitern beim Bau der heutigen Europastraße 6 durch den Saltfjellet verdankt dieser Abschnitt den Beinamen *blodveien* (Blutstraße).

Besonders die Finnmark hatte während des Krieges verheerende Zerstörungen und zivile Opfer zu beklagen. Im Altafjord und an anderen Orten errichteten die Deutschen U-Boot-Stützpunkte, von denen aus Schiffskonvois nach Murmansk und Archangelsk in Russland angegriffen wurden, um den Waffennachschub der Russen zu unterbrechen.

Anfang 1945 gingen die Deutschen angesichts des eskalierenden Zweifrontenkrieges zu einer Politik der verbrannten Erde über, um so das Vordringen der Russen in die Finnmark zu verzögern. Sie verwüsteten den Norden Norwegens, indem sie Felder, Wälder, Städte und Dörfer in Brand steckten. Kurz nachdem die Deutschen Norwegen aufgegeben hatten, wurde Quisling von einem Exekutionskommando erschossen und weitere Kollaborateure wanderten ins Gefängnis.

Den ersten Sieg im Zweiten Weltkrieg feierten die Alliierten, als die britische Marine Ende Mai 1940 den strategisch wichtigen Erzhafen von Narvik eroberte. Am 9. Juni fiel er wieder an die Deutschen.

Die Zeit des Erdöls

In den Nachkriegsjahren wurde befürchtet, Norwegen könnte sich dem kommunistischen Ostblock anschließen. Die Kommunistische Partei erhielt bei den Wahlen starken Zulauf und beteiligte sich sogar an Koalitionsregierungen. Doch der Eiserne Vorhang an der Grenze zu Russland

Ende der 1960er-Jahre

Ölfunde machen Norwegen zu einem der reichsten Länder der Welt. Mit den Einnahmen aus dem Öl schafft es ein umfassendes Sozialsystem und leistet großzügige Auslandshilfen.

1993

Trotz internationaler Ächtung und gegen ein Moratorium von 1986 setzt Norwegen den gewerblichen Walfang fort und kompromittiert seinen Anspruch als umweltbewusster Modellstaat.

1994

52 % der Norweger stimmen gegen eine EU-Mitgliedschaft, aus Sorge um traditionelle Landwirtschaft, Angst vor Einbußen in der Fischerei oder einem Verlust nationaler Unabhängigkeit.

2001

Eine konservativ-liberale Koalition erringt den Wahlsieg, die sozialdemokratische Regierung erleidet massive Verluste. Keine Partei gewinnt die absolute Mehrheit.

Moderne norwegische Reiseliteratur

Nordpol bei Nacht: Eine Expedition in Eis und Finsternis von Mike Horn

Mittsommer. Auf Trekkingtour in Norwegen, Andrew Stevenson

Leben in der Arktis: Meine Reisen jenseits des nördlichen Polarkreises, Sara Wheeler

DuMont Reiseabenteuer Dem Nordpol entgegen: Unterwegs im arktischen Europa, Gavin Francis

Norwegen der Länge nach: 3000 Kilometer zu Fuß bis zum Nordkap, Simon Michalowicz

blieb geschlossen. Darüber hinaus bekannte sich Norwegen als einer der Gründerstaaten der Vereinten Nationen 1945 klar zum Westen. Angesichts seiner Nähe zu Russland gab Norwegen 1949 seine Neutralität auf und trat der Nato bei. 1952 begrub das Land auch alle früheren Konflikte mit seinen Nachbarn und gründete gemeinsam mit den anderen skandinavischen Ländern den Nordischen Rat.

Es gab nur ein Problem: Norwegen war pleite und zum Wiederaufbau, vor allem im arktischen Norden, wurde dringend Geld gebraucht. Zuerst schienen die florierende Handelsmarine und der Walfang das Problem teilweise zu lösen. Aber in Wahrheit hielt sich Norwegen gerade mal so über Wasser (Lebensmittel wurden bis 1952 rationiert).

Doch bald sollte es eine dramatische Wende geben. Die Entdeckung des Ölfeldes Ekofiskauf auf dem Kontinentalschelf Norwegens in der Nordsee südwestlich von Stavanger im Jahr 1969 machte Norwegen zu einer bedeutenden Erdölnation (mit 2,79% der weltweiten Reserven rangierte es 2013 weltweit auf Rang 14). Die Wirtschaft boomte und Norwegen wurde von einem der ärmsten zu einem der reichsten Länder Europas.

Das moderne Norwegen

Seit dem Ölboom haben sozialdemokratische (und kurzlebige konservative) Landesregierungen den unverhofften Segen (und hohe Einkommenssteuern und Sozialbeiträge) dazu verwendet, eines der umfassendsten Sozialsysteme der Geschichte zu schaffen – mit kostenloser Gesundheitsversorgung, kostenlosem Studium sowie großzügigen Renten- und Arbeitslosenregelungen. Ein Ende der guten Sozialversorgung scheint nicht in Sicht – der stetig wachsende Kapitalstock aus der Erdölförderung für zukünftige Generationen hat mittlerweile ein Volumen von nahezu 700 Mrd. Euro erreicht. Alles in allem ist Norwegen – so die Regierung – die „egalitärste Sozialdemokratie Westeuropas“.

Der Ölreichtum trägt auch dazu bei, dass Norwegen einen Einfluss auf der internationalen Bühne ausübt, der in keinem Verhältnis zur relativ kleinen Bevölkerungszahl steht. Das aktive Engagement in verschiedenen internationalen Institutionen, die maßgebliche Beteiligung an Friedensmissionen in Ländern vom Nahen Osten bis nach Sri Lanka sowie besonders die Rolle als führende Nation bei der Flüchtlingshilfe in der ganzen Welt haben dem Land internationale Anerkennung eingebracht.

Dennoch hat sich Norwegen ganz bewusst nicht gänzlich in Europa eingefügt und ist auch noch nicht der EU beigetreten. Angesichts der Geschichte des Landes ist es auch verständlich, dass die Norweger jeglicher Vereinigung mit anderen Staaten skeptisch gegenüberstehen. Nach einer knappen Abstimmung gegen die EU-Mitgliedschaft 1972 und nochmals 1994, obwohl sich die norwegische Regierung für einen Beitritt aussprach, bleibt Norwegen noch immer ein Land am Rande Europas.

2005

Eine rot-grüne Koalition gewinnt die Parlamentswahlen und beendet die konservative Koalitionsregierung von 2001.

2009

Eine Mitte-Links-Koalition unter Jens Stoltenberg, der als Sozialdemokrat 2001 die Wahl verlor, gewinnt mit knapper Mehrheit die Parlamentswahlen.

22. Juli 2011

Der Rechtsextreme Anders Breivik tötet aus Protest gegen Norwegens multikulturelle Politik 77 Menschen in Oslo und auf der Insel Utøya. Er wird zur Höchststrafe von 21 Jahren Gefängnis verurteilt.

2013

Eine Mitte-Rechts-Koalition aus vier Parteien gewinnt 96 von 169 Parlamentssitzen und löst die rot-grüne Regierung unter Jens Stoltenberg ab. Erna Solberg wird Ministerpräsidentin.

Landschaft & Nationalparks

Norwegens Geografie erzählt ihre ganz eigene Geschichte. Das norwegische Festland erstreckt sich über 2518 km von Lindesnes im Süden bis zum Nordkap jenseits des Polarkreises und ist an der schmalsten Stelle 6,3 km breit. Das Land hat die viertgrößte Landmasse in Westeuropa nach Frankreich, Spanien und Schweden und besitzt die höchsten Gebirge Nordeuropas. Doch das sind nur die statistischen Eckdaten. Denn das Besondere an Norwegen ist vielmehr seine enorme landschaftliche Vielfalt aus vergletschertem Bergland, tief eingeschnittenen Fjorden und tundraartigen Ebenen im hohen Norden.

Die Küste

Die zerklüftete Küste umgibt die skandinavische Halbinsel wie ein Schutzschild gegen das Eis der Arktis und wirkt mit ihren Inseln und den tief ins Land reichenden Fjorden, als wäre sie unter dem Druck zerborsten. Wegen ihrer Ähnlichkeit mit der Form Ostgrönlands glauben Geologen, die Inseln entlang der Nordküste könnten einst ein Teil der nordamerikanischen Platte gewesen sein. Svalbard, noch weiter im Norden im Nordpolarmeer, gehört geologisch nicht zu Europa und liegt auf der Barents-Kontinentalplatte.

Zwei Gräben in der Nordsee bergen Schiefer aus der oberen Jurazeit mit reichen Erdöl- und Gasvorkommen.

Geologische Veränderungen gehen meist mit einer Geschwindigkeit vonstatten, die der menschlichen Wahrnehmung verborgen bleiben. Doch die Küste Norwegens ist einem steten Wandel unterworfen. Erst Anfang der 1990er-Jahre wurde aus der Halbinsel Blomstrandhalvøya eine Insel.

Fjorde

Die charakteristischen norwegischen Fjorde gehören zu den erstaunlichsten Landformationen der Welt. Die zerklüftete Küste ist geprägt von diesen tiefen Einschnitten mit eisblauem Wasser, steil abfallenden Gebirgszügen und einsamen Gehöften hoch oben auf bewaldeten Hängen. Norwegens Fjorde sind – geologisch gesehen – noch relativ jung. Die erdgeschichtliche Entwicklung Norwegens begann zwar bereits vor 1,8 Mrd. Jahren, doch die Fjorde entstanden erst viel später. Während der Eiszeiten drückte der bis zu 2 km dicke Eispanzer die Hochebenen Zentralnorwegens um mindestens 700 m in die Tiefe. Die Eismassen schoben sich unter der Last ihres eigenen Gewichts durch alte Flusstäler abwärts und hobelten dabei Fjorde und Trogtäler aus dem Gestein. Zugleich formten sie die umliegenden Berglandschaften, indem sie die Gipfel zuspitzten und nackte Felsen freilegten. Ihre heutige Gestalt erhielten die Fjorde, als sich das Klima nach der letzten Eiszeit (die vor etwa 10 000 Jahren endete) wieder erwärmte: Das ansteigende Meer flutete damals in die neu geschaffenen Täler, die die abschmelzenden Gletscher zurückließen. Man nimmt an, dass der Meeresspiegel damals um gut 100 m anstieg. Dadurch entstanden die Fjorde mit ihren unglaublichen Wassertiefen.

Die Unesco erklärte den Geirangerfjord und den Nærøyfjord 2005 zum Weltnaturerbe, da sie „charakteristische, und vorbildliche erschlossene Fjorde" sind, die zu den „schönsten Fjordlandschaft der Welt zählen".

Gletschermuseen

Norwegisches Gletschermuseum (S. 231), Fjærland

Besucherzentrum Breheimsenteret (S. 233), Nigardsbreen

DIE GRÖSSTEN & DIE HÖCHSTEN

Jostedalsbreen Die größte Eiskappe Kontinentaleuropas.

Sognefjorden Mit 203 km der längste Fjord in Norwegen (der zweitlängste der Welt nach dem Scoresby Sund in Grönland) und mit 1308 m der zweittiefste Fjord der Welt (nach dem Skelton Inlet in der Antarktis). Der Hardangerfjord ist mit 179 km Länge der drittlängste Fjord der Welt.

Galdhøpiggen (2469 m) Der höchste Berg Nordeuropas.

Hardangervidda Sie liegt 900 m über dem Meeresspiegel und ist damit das höchste Plateau Europas.

Utigårdsfossen Ein Gletscherwasserfall, der vom Jostedalsbreen-Gletscher (für Touristen nicht leicht zugänglich) in das Nesdalen und den Lovatnet fließt. Er wird mit seinen 800 m – 600 m stürzt er senkrecht in die Tiefe – von einigen Fachleuten als dritthöchster Wasserfall der Welt eingestuft. Weitere Wasserfälle, die zu den zehn höchsten der Welt gehören, sind der Espelandsfossen (703 m; Hardangerfjord), der Mardalsfossen (655 m; Eikesdal) und der Tyssestrengene (646 m in mehreren Kaskaden) bei Odda.

Gletscherwanderungen

- *Jotunheimen-Nationalpark*
- *Hardangerjøkulen-Gletscher, Hardangervidda*
- *Folgefonna-Nationalpark*
- *Nigardsbreen*
- *Briksdalsbreen*
- *Bødalsbreen*
- *Saltfjellet-Svartisen-Nationalpark*
- *Svalbard*

Gletscher

Die Gletscher – bei der letzten Zählung waren es insgesamt 2534 – gehören zweifellos zu den herausragenden Naturhighlights in Norwegen. Sie bedecken etwa 26 092 km² der Gesamtfläche des Landes (0,7 % des Festlands und 60 % des Svalbard-Archipels). Das ist aber nur ein winziger Bruchteil ihrer Ausdehnung während der letzten Eiszeit, als ganz Norwegen aus Gletschern bestand; der Großteil ist bereits vor 8800 Jahren geschmolzen.

Die Gletscher sind nicht nur eine atemberaubende Touristenattraktion, auch andere Wirtschaftszweige Norwegens profitieren von ihnen. 15 % von Norwegens Elektrizität werden mithilfe von Gletscherflüssen gewonnen.

Die Sorge um schmelzende Gletscher und Eisschichten in der Arktis wuchs in den vergangenen Jahren, da die Auswirkungen der globalen Erwärmung immer deutlicher werden. Einige der norwegischen Gletscher sind im 20. Jh. um bis zu 2,5 km zurückgegangen. Hinzu kommt, dass die Eisschicht mit erschreckendem Tempo immer dünner wird. Nach überdurchschnittlichen Temperaturen in den letzten zehn Jahren z. B. erlebte Norwegen 2013 seinen heißesten Sommer seit Beginn der Wetteraufzeichnungen. Dadurch wurde das Abschmelzen der Gletscher weiter beschleunigt. Inlandgletscher sind stärker gefährdet als die an der Küste. Es gibt sogar norwegische Gletscher, die in den vergangenen Jahrzehnten gewachsen sind, z. B. der Nigardsbreen um 13,8 m zwischen 1977 und 2007, in den Jahren bis 2011 wurde er jedoch um 136 m kleiner.

Der Jostedalsbreen, die größte Eiskappe auf dem europäischen Festland, speist die großen norwegischen Gletscher wie Nigardsbreen, Briksdalsbreen und Bødalsbreen. Ein anderes spektakuläres Exemplar ist der Folgefonn. Im Jotunheimen-Nationalpark in Zentralnorwegen gibt es 60 Gletscher.

Der arktische Norden

Die Fjorde mögen dramatisch sein, aber der arktische Norden Norwegens ist eine Landschaft voller Geheimnisse. Von Svalbard bis zur Europastraße E6, die bis ins arktische Norwegen führt, ist der hohe Norden reich an Highlights, die einem Kindertraum entsprungen sein könnten.

Was zuerst auffällt, ist der weite Horizont, der die harte Panoramaschönheit des Landes wie einen Rahmen umgibt. Den tiefsten Eindruck bei Arktisreisenden hinterlässt aber wohl das fantastische Schauspiel der Aurora Borealis. Das auch als Nordlicht bekannte Phänomen wirkt wie ein farbenfroher Geistertanz am winterlichen Nachthimmel. Die Mitter-

nachtssonne und die scheinbar endlose Polarnacht können ebenfalls sehr verwirrend sein und jeder Norwegenreise etwas Magisches verleihen.

Und mitten in der norwegischen Arktis liegt Svalbard, eine von Flechten bewachsene Tundralandschaft.

Die Entdeckung der Arktis von Matti Lainema und Juha Nurminen gibt einen informativen Überblick zur Erforschung der Arktis von der Antike bis ins 20. Jahrhundert mit vielen interessanten Abbildungen.

Die Aurora Borealis

Kaum eine Erscheinung ist faszinierender als wogende Aurora Borealis, auch Nordlichter genannt. Sie tauchen in den unterschiedlichsten Formen auf – als Säulen, Streifen, dünne Fetzen oder als pulsierende Lichthöfe. Besonders großartig aber ist es, wenn sie wie ein fahler Vorhang wie in einer leichten Brise wehen. Normalerweise erscheint die arktische Aurora als blassgrünes oder hellrosa Leuchten am Himmel, doch in aktiveren Phasen changiert sie ins Gelbe oder Blutrote.

Die sichtbare Aurora Borealis entsteht, wenn ein Strom von aufgeladenen Sonnenpartikeln, der so genannte Sonnenwind, vom Magnetfeld der Erde Richtung Polarregion geleitet wird. Da sich das Feld in einem Nimbus um die magnetischen Pole legt, werden die aufgeladenen Teilchen in Richtung der Erde gezogen. Treffen sie in den oberen Schichten der Erdatmosphäre auf Elektronen in Stickstoff- und Sauerstoffatomen, wird die Energie freigesetzt, die die sichtbare Aurora verursacht. In Zeiten hoher Aktivität kann ein einziger Polarlichtsturm eine Billion Watt Elektrizität mit einer Stärke von einer Million Ampere erzeugen.

Die Inuit (Eskimos) nennen das Nordlicht *arsarnerit* („Ball spielen"), da sie es für ein Ballspiel der Ahnen mit einem Walrossschädel hielten. Bis heute hat das Nordlicht für Inuits eine spirituelle Bedeutung. Für einige

MITTERNACHTSSONNE & POLARNACHT

Weil die Erdachse geneigt ist, sind Polarregionen zur jeweiligen Sommersonnenwende pausenlos der Sonne zugewandt. Im Winter dagegen bleiben sie ihr für eine bestimmte Zeit permanent abgewandt. Die arktischen und antarktischen Polarkreise bei 66° 33' nördlicher bzw. südlicher Breite markieren die Grenzen, an denen die Sonne an einem Tag des Jahres – nämlich ihrem längsten – nicht untergeht.

Die Nordhälfte des norwegischen Festlandes, der Svalbard-Archipel und die Jan-Mayen-Insel liegen nördlich des Polarkreises, aber im Sommer, zwischen Ende Mai und Mitte August, wird es im gesamten Land nicht richtig dunkel. In Trondheim beispielsweise funkeln erst Mitte August wieder die ersten Sterne am Himmel.

Ganz anders im Winter, der dunkel, trist und lang ist: Nur für wenige Stunden am Tag wird die lange Polarnacht von einem Dämmerlicht erhellt. Auf Svalbard ist über einen langen Monat hinweg noch nicht einmal ein Dämmerungsstreifen am Horizont zu sehen. In dieser langen Phase der Dunkelheit leiden nicht wenige Menschen an einer „Winterdepression" oder „saisonal-affektiven Störung" (SAD-Syndrom). Die Symptome lassen sich aber mit speziellen Tageslichtlampen bekämpfen: Täglich 45 Minuten Bestrahlung nach dem Aufstehen wirken Wunder! Es überrascht also nicht, dass die meisten Dörfer im Norden Rituale des Willkommens abhalten, wenn die Sonne zum ersten Mal wieder über den südlichen Horizont lugt.

ORT/REGION	BREITENGRAD	MITTERNACHTS-SONNE	POLARNACHT
Bodø	67° 18'	4. Juni–8. Juli	15. Dez.–28. Dez.
Svolvær	68° 15'	28 Mai–14 Juli	5. Dez.–7. Jan.
Narvik	68° 26'	27. Mai–15. Juli	4. Dez.– 8. Jan.
Tromsø	69° 42'	20. Mai–22. Juli	25. Nov.–17 Jan.
Alta	70° 00'	16. Mai–26. Juli	24. Nov–18. Jan.
Hammerfest	70° 40'	16. Mai–27. Juli	21. Nov–21. Jan.
Nordkap	71° 11'	13. Mai–29. Juli	18. Nov–24. Jan.
Longyearbyen	78° 12'	20. April–21. Aug	26. Okt.–16. Febr.

GROSSE NATIONALPARKS

NATIONAL PARK	MERKMALE	GRÖSSE (KM²)	AKTIVITÄTEN	BESTE REISE-ZEIT
Børgefjell	alpine Vegetation, Polarfuchs	1447	Vogelbeobachtung	Juni–Aug.
Breheimen	Hochland	1691	Wandern	Juni–Aug.
Dovre	hier sind alle norwegischen Pflanzen vertreten; höchste Erhebung 1700m	289	Wandern	Juni–Aug.
Dovrefjell-Sunndalsfjella	Moschusochsen, Rentiere, Snøhetta (2286 m)-Hochland, Fokstumyra-Marschland	1693	Wandern, Klettern, Vogelbeobachtung, Wildtiersafaris	Mai–Sept.
Femundsmarka	Gletscher, Hochland, Moschusochsen, Rentiere	573	Wandern, Bootsfahrten	Mitte Juni–Aug.
Folgefonna	Gletscher, Folgefonna-Eiskappe	545	Gletscherwandern, Sommerskifahren	Mai–Sept.
Forlandet	Brutstätten von Wasservögeln, Seehunden & Walrössern auf der Prins Karls Forlandet in Svalbard	4647	Vogelbeobachtung	Juli & Aug.
Hallingskarvet	wilde Rentiere	450	Wandern	Juli & Aug.
Hardangervidda	riesiges Hochlandplateau, größter wilder Rentierbestand Europas	3422	Ski Nordisch, Wandern	Juni–Aug.
Jostedalsbreen	Jostedalsbreen-Eiskappe (487 km²), Gletscher	1310	Wandern, Eisklettern, Drachenfliegen, Bootsausflüge	Juni–Aug.
Jotunheimen	Norwegens höchste Berge, Gletscher	1151	Wandern	Juli & Aug.
Nordvest Spitsbergen	Kongsbreen-Eisfeld, Magdalenefjord, archäologische Stätten, Nistplätze von Karibus & Meeressäugern	9914	Wandern, Kajakfahren	Juli & Aug.
Øvre Pasvik	Norwegens größter unberührter Taiga-Wald, der letzte natürliche Lebensraum des Braunbären in Norwegen	119	Wandern	ganzjährig
Rago	hohe Gipfel, steil abfallende Täler & Wasserfälle	171	Wandern	Juli & Aug.
Reinheimen	wilde Rentiere	1969	Wandern	Juni–Aug.
Reisa	Reisa-Schlucht, Wasserfälle, Wildtiere	803	Wandern	Juni–Aug.
Rondane	Rentiere, Rondane-Massiv, archäologische Stätten	963	Wandern, Wildtiersafaris	Juni–Aug.
Saltfjellet-Svartisen	erstreckt sich über den Polarkreis, Hochlandmoore, Eiskappen, archäologische Stätten der Samen	2102	Wandern	Juli & Aug.
Sør Spitsbergen	Norwegens größter Gipfel, zu 65 % von Eis bedeckt, Nistplatz von Seevögeln	13 282	Wildtiere	Juli & Aug.
Stabbursdalen	nördlichster Kiefernwald der Welt, Luchse, Vielfraße	747	Wandern	Juli & Aug.

sind es herumtollende ungeborene Kinder, für andere ein Geschenk der Toten, um ein wenig Licht in die langen Polarnächte zu bringen. Wieder andere glauben, darin zukünftige und vergangene Ereignisse zu erkennen.

Die beste Zeit, das Nordlicht in Norwegen zu erleben, ist in der Zeit von Oktober bis März, manchmal sogar schon im August.

Mythos Polarlicht: Warum Himmelsbänder, Heringsblitze und Sonnenwinde faszinieren von Michael Hunnekuhl behandelt die Mythen und Legenden um die Aurora Bolearis ebenso wie den aktuellen Wissenstand zum Thema anhand vieler Fotos und erläuternder Grafiken.

Fata Morgana

Während die Aurora Borealis „nur" Erstaunen hervorruft, legt die Begegnung mit einer Fata Morgana einen Besuch beim Psychiater nahe. In der klaren Luft der Arktis werden auch weit entfernte Gebilde weniger schnell unscharf oder unsichtbar. Die Tiefenwahrnehmung wird unmöglich und die Welt wird merkwürdig zweidimensional. Dadurch fällt es sehr schwer, Entfernungen abzuschätzen. Das hat schon die ersten Arktisforscher dazu verführt, Inseln, Landspitzen und Bergrücken sorgfältig in ihre Karten einzutragen, die niemals wieder aufgetaucht sind. Barry Lopez beschreibt in seinem Buch Arktische Träume (2000) ein sehr amüsantes Beispiel für jene falschen Distanzwahrnehmungen: Ein schwedischer Forscher war schon fast fertig mit der schriftlichen Beschreibung einer zerklüfteten Landspitze mit zwei ungewöhnlich symmetrischen Talgletschern, als er plötzlich feststellte, dass er ein Walross betrachtet hatte.

Fata Morganas werden offenbar durch Wasser-, Eis- und Schneespiegelungen erzeugt. In Kombination mit einer Temperaturinversion erscheinen dann einzelne Dinge klar und deutlich, die tatsächlich aber gar nicht vorhanden sind. An einem klaren Tag vor den Küsten der Lofoten, den Vesterålen, der nördlichen Finnmark oder vor Svalbard erscheinen häufig auf dem Kopf stehende Berge oder felsige Inselgruppen am Horizont, die dort gar nicht existieren. Selbst mit einer guten Landkarte in den Händen möchte man kaum glauben, dass sie tatsächlich nicht da sind.

Normalerweise beträgt die Sicht auf See knapp 18 km. Doch in der Arktis gibt es immer wieder Berichte über Sichtungen von Inseln und Objekten in der Ferne.

Arktische Träume von Barry Lopez ist seit 1986 ein Klassiker über Landschaft, Tierwelt und merkwürdige Phänomene der Arktis. Das Buch beschreibt die gesamte Arktis, nicht nur die norwegischen Territorien, aber es gibt schlichtweg keine bessere Untersuchung der Arktis.

Das Hochland

Wenn schon das heutige Norwegen so viel Unglaubliches zu bieten hat, wie mag es dann erst vor 450 Mio. Jahren ausgesehen haben? Damals durchzog der Kaledonische Bergrücken (etwa so hoch wie heute der Himalaja) Norwegen in kompletter Länge. Eis und Wasser haben diese Berge bis auf ihre heutige Höhe heruntergefeilt. Einige sind immer noch von Europas größten Gletschern und Eisfeldern bedeckt und zusammen nehmen sie über die Hälfte der norwegischen Landmasse ein.

Norwegens höchste Berge liegen im Jotunheimen-Nationalpark, wo sich der Galdhøpiggen mit 2469 m erhebt. Der Glittertind (derzeit 2465 m) in der Nähe war für lange Zeit der Riese unter Norwegens Bergen, aber der schmelzende Gletscher lässt seinen Gipfel ständig schrumpfen.

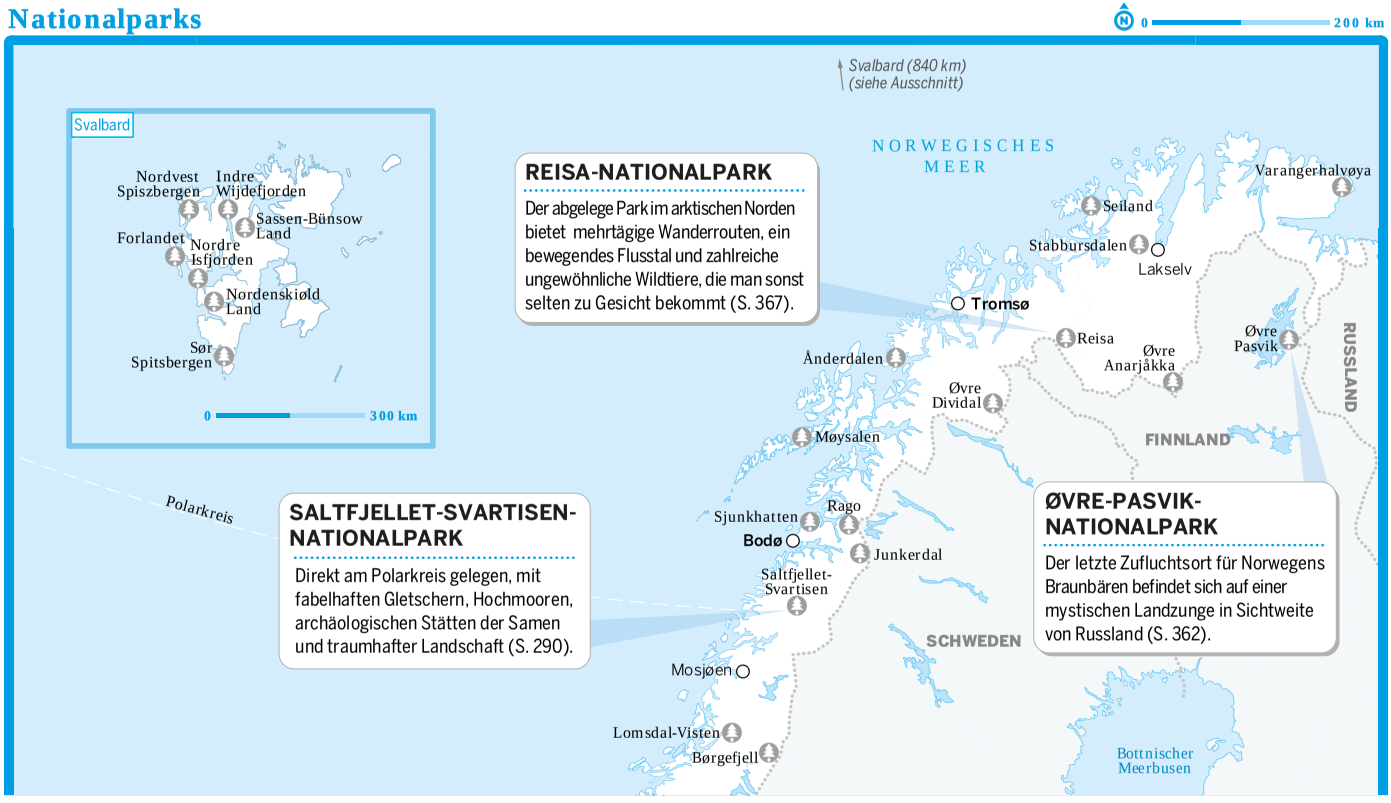
Nationalparks

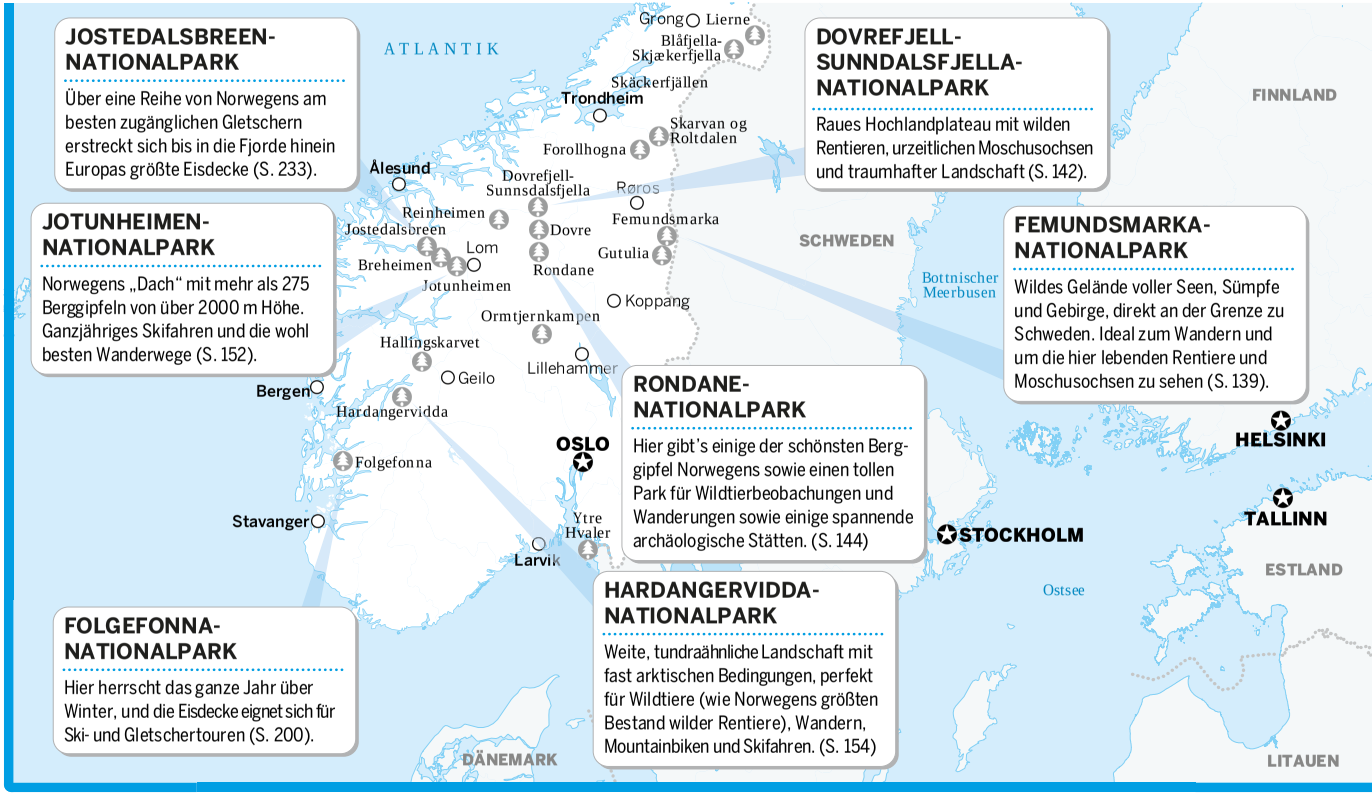
Bei der letzten Zählung wartete Norwegen mit 44 Nationalparks auf (davon sieben in Svalbard, dessen Landmasse zu ca. 65% aus Nationalpark besteht). Seit 2003 entstanden 13 neue Nationalparks;, weitere sind in Planung, ebenso wie die Vergrößerung bestehender Parks. Rund 15% der Fläche des Landes sind inzwischen Teil von Naturschutzgebieten.

Die norwegischen Schutzgebiete dienen in erster Linie der Erhaltung der verbleibenden Wildnis, nicht der geregelten Auseinandersetzung des Menschen mit der Natur. Dennoch gibt es ein paar Informationszentren.

Weitere Informationen zu Nationalparks liefern die lokalen Touristeninformationen und die norwegische Umweltbehörde (www.miljodirektoratet.no/nasjonalparker) in Trondheim.

Nationalparks




JOSTEDALSBREEN-NATIONALPARK
Über eine Reihe von Norwegens am besten zugänglichen Gletschern erstreckt sich bis in die Fjorde hinein Europas größte Eisdecke (S. 233).
JOTUNHEIMEN-NATIONALPARK
Norwegens „Dach" mit mehr als 275 Berggipfeln von über 2000 m Höhe. Ganzjähriges Skifahren und die wohl besten Wanderwege (S. 152).
FOLGEFONNA-NATIONALPARK
Hier herrscht das ganze Jahr über Winter, und die Eisdecke eignet sich für Ski- und Gletschertouren (S. 200).
DOVREFJELL-SUNNDALSFJELLA-NATIONALPARK
Raues Hochlandplateau mit wilden Rentieren, urzeitlichen Moschusochsen und traumhafter Landschaft (S. 142).
FEMUNDSMARKA-NATIONALPARK
Wildes Gelände voller Seen, Sümpfe und Gebirge, direkt an der Grenze zu Schweden. Ideal zum Wandern und um die hier lebenden Rentiere und Moschusochsen zu sehen (S. 139).
RONDANE-NATIONALPARK
Hier gibt's einige der schönsten Berggipfel Norwegens sowie einen tollen Park für Wildtierbeobachtungen und Wanderungen sowie einige spannende archäologische Stätten. (S. 144)
HARDANGERVIDDA-NATIONALPARK
Weite, tundraähnliche Landschaft mit fast arktischen Bedingungen, perfekt für Wildtiere (wie Norwegens größten Bestand wilder Rentiere), Wandern, Mountainbiken und Skifahren. (S. 154)
ATLANTIK
Grong
Lierne
Blåfjella-Skjækerfjella
Skäckerfjällen
Trondheim
Skarvan og Roltdalen
Forollhogna
Ålesund
Dovrefjell-Sunnsdalsfjella
Røros
Reinheimen
Jostedalsbreen
Dovre
Femundsmarka
Lom
Breheimen
Rondane
Gutulia
Jotunheimen
Koppang
Ormtjernkampen
Hallingskarvet
Geilo
Lillehammer
Bergen
Hardangervidda
OSLO
Folgefonna
Stavanger
Ytre Hvaler
Larvik
SCHWEDEN
FINNLAND
Bottnischer Meerbusen
HELSINKI
TALLINN
STOCKHOLM
ESTLAND
Ostsee
DÄNEMARK
LITAUEN

Tierwelt

In Norwegen leben einige der interessantesten Tierspezies Europas und der Versuch, ein paar von Ihnen zu erspähen, kann zum absoluten Urlaubshighlight avancieren. Zwar schränkt die einmalige Besiedlungsstruktur des Landes den tierischen Lebensraum ein, doch das wird durch die erstaunliche Artenvielfalt mehr als ausgeglichen. Die bekanntesten nordeuropäischen Tierarten sind alle versammelt – von Eisbären und Polarfüchsen auf Svalbard bis zu Moschusochsen, Rentieren und Elchen auf dem Festland. Und in den norwegischen Küstengewässern trotzen die Wale noch immer den Bemühungen der Walfänger.

Landsäugetiere

Arctic Fox: Life at the Top of the World von Garry Hamilton kombiniert faszinierende Details mit bildschönen Fotos.

Polarfüchse

Der einst in der gesamten arktischen Region weit verbreitete Polarfuchs ist Norwegens am stärksten vom Aussterben bedrohtes Landsäugetier. Seine Zahl ist seit 1930, als er offiziell unter Schutz gestellt wurde, kaum gestiegen. Mittlerweile stellt der viel größere und zahlenmäßig überlegene Rotfuchs die größte Bedrohung für diese Spezies dar. Im Børgefjell-Nationalpark nördlich von Rørvik und südlich des Polarkreises lebt eine der wenigen nennenswerten Polarfuchspopulationen des norwegischen Festlands. Größere Bestände gibt es in Svalbard; Begegnungen sind selbst in Longyearbyen möglich. Eine kleinere Gruppe soll auch noch im Dovrefjell-Sunndalsfjella-Nationalpark in Zentralnorwegen leben. Einige wenige Polarfüchse wurden kürzlich auf dem Hardangervidda-Plateau angesiedelt. Sie bilden damit Europas südlichste Polarfuchspopulation.

Polarfüchse haben sich dem harten Winterwetter perfekt angepasst und können dank ihres dicken und isolierenden Unterfells Temperaturen von bis zu minus 70° C überleben. Im Winter ist ihr Fell nahezu schneeweiß, im Sommer dagegen graubraun oder rauchgrau. In arktischen Regionen leben sie auf dem Packeis und ernähren sich oft von den Resten der Beutetiere von Eisbären.

Elchsafaris

Oppdal

Dombås

Rjukan

Evje

Andøya, Vesterålen

Moschusochsen & Elche

Die prähistorisch anmutenden *moskus-okse* (Moschusochsen) waren durch eine fast 2000 Jahre dauernde intensive Bejagung schon nahezu ausgerottet, bis in den 1940er-Jahren einige Tiere aus Grönland im Dovrefjell-Nationalpark ausgewildert wurden. Seitdem haben sie ihren Lebensraum bis in den Nationalpark Femundsmarka bei Røros ausgedehnt. Sie gehören gewiss zu den faszinierendsten Erscheinungen der arktischen und subarktischen Tierarten, die beiden norwegischen Herden bestehen allerdings zurzeit nur noch aus weniger als 100 Tieren. In Grönland, Kanada und Alaska sind sie fortpflanzungsfreudiger. Die nordamerikanischen Inuit nennen den Moschusochsen *oomingmaq*, was so viel heißt wie „das Tier mit Fell wie ein Bart“.

Von den Wäldern des Südens bis hoch in die südliche Finnmark leben jede Menge *elgs* (Elche), Europas größte Hirschart. Sie halten sich jedoch von Menschen und Straßen tunlichst fern. Und dazu haben sie auch allen Grund: Norweger haben eine Vorliebe für Elchbraten.

Rentiere

Wilde *reinsdyr* (Rentiere) leben in großen Herden überall in Zentralnorwegen, in der Regel über der Baumgrenze und manchmal in Höhen bis zu 2000 m. Die – mit rund 7000 Tieren – größte Herde Europas lebt auf dem Hardangervidda-Plateau, aber man kann sie auch in den meisten Nationalparks Zentralnorwegens und in den Binnenlandsregionen von Trøndelag entdecken. Im Dovrefjell-Sunndalsfjella-Nationalpark befindet sich das tolle Norwegian Wild Reindeer Centre (S. 143).

Die Rentiere der Finnmark hoch oben im Norden sind domestiziert und gehören den Samen, die sie zum Beginn des Sommers zur Küste und im Winter wieder zurück ins Binnenland treiben. Das kleinere *svalbardrein* (Svalbard- oder Spitzbergenren) ist nur auf Svalbard heimisch.

Das exzellente Buch *Eisbären: Wanderer auf dünnem Eis* von Mechthild und Wolfgang Opel ist vollgepackt mit wissenswerten Fakten und tollen Fotos.

Eisbären

Das größte Landraubtier der Welt, den *isbjørn* (Eisbär), gibt es in Norwegen nur auf Svalbard, wo er die meiste Zeit auf dem Pack- und Treibeis umherstreift. 1973 wurde die Jagd auf Eisbären verboten, seitdem ist ihre Zahl auf rund 3000 bis 3500 Tiere gestiegen, auch wenn man sie – außer vielleicht bei einer Bootstour um Svalbard – kaum zu Gesicht bekommt. Trotz seiner 720 kg Gewicht und einer Körperlänge von 2,50 m ist ein Eisbär ausgesprochen schnell und wendig. Grund dafür sind seine behaarten Tatzen, mit denen er sich fantastisch auf Schnee und Eis bewegen kann, Kälteschutz inklusive.

Eisbären fressen Robben, gestrandete Wale, Fische und Vögel. Nur manchmal reißen sie ein Rentier oder andere Landsäugetiere (darunter auch mal einen Menschen). Die Milch einer Bärin enthält 30 % Fett; kein anderes Landraubtier produziert eine derart nahrhafte Muttermilch. Bei solch guter Ernährung wachsen die neugeborenen Jungen schnell und sind gegen extreme Minusgrade gefeit.

Die Organisation **Polar Bears International** (www.polarbearsinternational.org) hat sich dem Schutz der Eisbären verschrieben und bietet Lehrmaterialien, Infos zur Gefährdung und zu Schutzprogrammen.

Noch mehr Landsäuger

Wie viele der größeren Säugetiere Norwegens wurde auch der *bjørn* (Braunbär) seit Jahrhunderten verfolgt und die einzige stabile Population Norwegens ist die im Nationalpark Øvre Pasvik in der östlichen Finnmark. In den Nationalparks Reisa and Stabbursdalen werden aber auch immer mal wieder vereinzelte Tiere gesichtet.

Ein in den Wäldern lebender Einzelgänger ist der Luchs, Nordeuropas einzige Großkatze. Er kommt im ganzen Land vor, ist aber sehr scheu.

Lemens (Lemminge) bewohnen die Gebirgsregionen und damit insgesamt 30 % des ganzen Landes. Im Süden leben sie auf etwa 800 m Höhe, im Norden in tieferen Regionen. Sie sind etwa 10 cm lang, haben weiches orangebraunes und schwarzes Fell, Knopfaugen, einen kurzen Schwanz und hervorstehende obere Nagezähne. Wenn sie Menschen begegnen, können Lemminge durchaus in Rage geraten, quieken, zischen und womöglich einen Angriffsversuch starten!

Zu den kleineren Säugetieren, die allerdings schwerer zu entdecken sind, gehören *hare* (Polarhasen), *pinnsvin* (Igel; hauptsächlich im südlichen Trøndelag), *bever* (Biber; Südnorwegen), *grevling* (Dachse), *oter* (Otter), *jerv* (Vielfraße), *skogmår* (Baummarder), *vesel* (Wiesel) und *røyskatt* (Hermeline).

Obwohl die Größe der Eisbärpopulation weltweit seit 2001 recht stabil ist (derzeit 20 000–25 000 Tiere), gehen amerikanische Wissenschaftler davon aus, dass sie bis 2050 auf ein Drittel zusammenschrumpfen und Ende des 21. Jhs. komplett verschwunden sein wird. Der Grund: das Abschmelzen des sommerlichen Meereises.

Meeressäuger

Wale

Das Meer um Norwegen ist äußerst fischreich, da das Plankton in den Sommermonaten hier optimale Wachstumsbedingungen vorfindet. Die nährstoffreichen Organismen locken Fische und Bartenwale an, die sich vom Plankton ernähren. Andere Meeressäuger bevorzugen wiederum das große Fischangebot. Leider haben Jahrhunderte des Walfangs im

Marine Mammals of the North Atlantic von Carl Christian Kinze ist ein ausgezeichneter Naturführer über 51 verschiedene Meeressäuger, von denen fast alle auch in Norwegen beheimatet sind.

Nordatlantik und im Polarmeer den Bestand mehrerer Walarten gefährlich schrumpfen lassen. Abgesehen von den Zwergwalen, gibt es keinerlei Anzeichen, dass sich die Bestände jemals wieder erholen werden. Unter diesen Umständen ist die Vielfalt der Walspezies in norwegischen Gewässern erstaunlich.

Zu den wenigen nicht bedrohten Walarten gehört der *minkehval* (Zwergwal). Er wird 7 bis 10 m lang und bringt bis zu 10 t auf die Waage. Er gehört zu der Familie der Bartenwale, d. h., in seinem Oberkiefer befinden sich starre Hornplatten (sogenannte Barten) anstelle von Zähnen. Er wandert zwischen Svalbard und den Azoren.

Zwischen Ålesund und Varangerhalvøya lässt sich manchmal der *knolhval* (Buckelwal) blicken. Der bis zu 15 m lange und 30 t schwere Bartenwal ist der akrobatischste und musikalischste unter den Meeressäugern. Seine tiefen Gesänge sind noch über Hunderte von Kilometern hinweg zu hören.

Das größte Raubtier der Welt ist der *spekkhogger* (Schwertwal) oder Orca, der bis zu 7 m lang und 5 t schwer wird. Etwa 1500 Tiere leben in Gruppen von zwei oder drei Exemplaren vor der Küste Norwegens. Sie fressen Fische, Robben, Delfine und Tümmler, aber auch andere Wale (z. B. Zwergwale), die manchmal größer sind als sie selbst.

Das Verbreitungsgebiet des langflossigen und etwa 6 m langen *grindhval* (Grindwal) erstreckt sich bis zum Nordkap. Er durchkreuzt die Meere oft in Herden von bis zu 100 Tieren. Der 4 m lange *hvithval* (Weißwal oder Beluga) ist vor allem im Nordpolarmeer anzutreffen.

Unverwechselbar ist der grauweiß gefärbte *narhval* (Narwal) mit seinem seltsamen, bis zu 2,7 m langen, spiralförmig geformten Stoßzahn, der aus dem Oberkiefer der Männchen herausragt. Bei dem „Stoßzahn" handelt es sich um einen der beiden Zähne des Wals, der im Mittelalter überaus begehrt war. Der bis zu 3,5 m lange Narwal lässt sich hauptsächlich im Nordpolarmeer blicken, wagt sich aber auch hin und wieder an Flussmündungen ins Süßwasser

Vor der Küste der Finnmark zeigt sich manchmal noch der bedrohte *seihval* (Seiwal). Dieser Bartenwal heißt so, weil er stets zur gleichen Zeit hier eintrifft wie der *sei* (Steinköhler oder Seelachs), der sich jeden Sommer am alljährlichen Planktongelage beteiligt. Seiwale können bis zu 18 m lang und 30 t schwer werden (Kälber sind bei der Geburt 5 m lang). Jedes Jahr wandern sie von ihren Winterquartieren vor Nordwestafrika und Portugal bis in die Norwegische See und in die südliche Barentssee.

Der *finhval* (Finnwal) misst 24 m und kann 80 t schwer werden. Er wurde zur Hauptwalfangbeute, nachdem der Norweger Svend Føyn 1864 die Sprengstoffharpune erfunden hatte. Die folgende unkontrollierte Jagd überlebten im Nordatlantik nur wenige Tausend Tiere. Auch Finnwale wandern: Sie überwintern in den Gewässern zwischen Spanien und Südnorwegen und verbringen den Sommer vor der nordnorwegischen Küste.

Der Blauwal ist das wahrscheinlich längste Tier, das je auf unserem Planeten gelebt hat. Das größte gefangene Exemplar maß 33,58 m; 50 Menschen hätten allein auf seiner Zunge Platz gehabt.

Der *spermsetthval* (Pottwal) ist besonders gut an seinem merkwürdigen kastenförmigen Profil zu erkennen. Er wird bis zu 19 m lang, 50 t schwer und frisst hauptsächlich Fisch und Tintenfisch. Meist ist er in Herden von 15 bis 20 Tieren unterwegs. Walfänger auf der Jagd nach Waltran und dem wertvollen Walrat in ihren Köpfen haben ihre Zahl stark dezimiert. Die fischreichen Untiefen vor Vesterålen locken aber vergleichsweise viele Pottwale an, sodass man sie auf einer Bootstour häufig zu sehen bekommt.

Das größte Lebewesen der Erde, der *blåhval* (Blauwal), misst rund 28 m und wiegt unglaubliche 110 t. Er kann bis zu 80 Jahre alt werden, wobei das durchschnittliche Höchstalter bei etwa 50 Jahren liegt. Lange Zeit wurde er wegen des Trans verfolgt, bis er dann endlich 1967 von der Internationalen Walfangkommission unter Schutz gestellt wurde – viel

zu spät! Vor 1864 gab es etwa 6000 bis 9000 Tiere. Heute schwimmen nur noch wenige Hundert Exemplare durch die Weltmeere, auch wenn norwegische Schätzungen teilweise von gut 11 000 Tieren ausgehen. In jüngster Zeit gibt es Hinweise darauf, dass im Nordatlantik einige zähe Blauwale ein Comeback starten.

Der *grønlandshval* (Grönlandwal) war zum Ende des 19. Jhs. fast völlig ausgerottet, da seine Barten als Rohstoff für Korsetts, Fächer und Peitschen sehr begehrt waren und die Tiere langsame Schwimmer sind und nach ihrem Tod nicht untergehen. 1679 hielten sich um Svalbard rund 25 000 Tiere auf. Heute ist davon nur noch eine Handvoll übrig geblieben, und die weltweite Population ist bedenklich klein.

Noch mehr Meeresbewohner

In Norwegens Gewässern leben auch relativ große Bestände von Tümmlern, Weißschnauzen- und Weißseitendelfinen.

Auch Robben tauchen regelmäßig an der gesamten norwegischen Küste und in einigen Fjorden auf. Am häufigsten sind *steinkobbe* (Seehund), *havert* (Kegelrobbe), *ringsel* (Ringelrobbe), *grønlandssel (Sattelrobbe), klappmyss (Mützenrobbe) und blåsel (Bartrobbe).*

Das um einiges größere *hvalross* (Walross) ist dagegen nur noch um Svalbard zu Hause. Es erreicht eine Länge von fast 4 m und ein Gewicht von bis zu 1450 kg. Die verlängerten Eckzähne können beim Männchen bis zu 1 m lang werden. Obwohl sie wegen Tran und Elfenbein erbarmungslos gejagt wurden, hat sich ihr Bestand erholt, und ihre Zahl um Svalbard ist wieder auf 1000 gestiegen, seit dem sie 1952 unter Schutz gestellt wurden.

Vögel

Norwegen ist ein Mekka für Vogelfreunde. Die größten Populationen leben an den Küsten, wo Millionen von Seevögeln in den Klippen nisten und sich von Fisch und anderem Meeresgetier ernähren. Zu den häufigsten Arten gehören Seeschwalben, *havsule* (Tölpel), *alke* (Tordalken), *lundefugl* (Papageientaucher), *lomvi* (Lummen), *teist* (Gryllteiste), *havhest* (Eissturmvögel), *krykkje* (Dreizehenmöwen), *tjuvjo* und *fjelljo* (Raubmöwen) sowie *alkekonge* (Krabbentaucher).

Die bekanntesten der norwegischen Wat- und Wasservögel sind *storlom* (Prachttaucher), *smålom* (Sterntaucher), *horndykker* (Ohrentaucher), *åkerrikse* (Wachtelkönig) und – der Nationalvogel – die *fossekall* (Wasseramsel), die in Bergbächen nach Nahrung sucht.

In Norwegen leben auch mindestens vier Eulenarten: *jordugle* (Sumpfohreule), *spurveugle* (Sperlingskauz), *snøugle* (Schnee-Eule) und *hubro* (Uhu).

Der spektakulärste unter den hier heimischen Greifvögeln ist der mächtige *havørn* (Seeadler). Mit einer Flügelspannweite von bis zu 2,5 m ist er der größte Greifvogel Nordeuropas. Mindestens 500 Paare brüten an der Küste von Nordland, in Troms und in der Finnmark. Etwa genauso viele *kongeørn* (Steinadler) nisten in den höheren Gebirgsregionen, während es vom sehr seltenen *fiskeørn* (Fischadler) nur noch maximal 30 Paare gibt, die sich nur in den dicht bewaldeten Gebieten der Nationalparks Stabbursdalen und Øvre Pasvik ganz im Norden aufhalten.

Vogelbeobachtung

- *Femundsmarka-Nationalpark*
- *Fokstumyra-Sümpfe, Dovrefjell-Sunndalsfjella-Nationalpark*
- *Gjesvær (Nordkap)*
- *Øvre-Pasvik-Nationalpark*
- *Insel Runde*
- *Stabbursnes*
- *Insel Lovund*
- *Værøy*
- *Svalbard*

Umweltprobleme

Norwegen und die Umwelt sind ein bisschen wie ein altes Ehepaar: Von außen gesehen ist alles in Ordnung, aber man ahnt, dass es auch ein paar Probleme gibt. Es ist schon erstaunlich, wie es dieses Land schaffen konnte, als Musterbeispiel in Sachen Umwelt zu gelten, obwohl es einer der weltweit größten Produzenten fossiler Brennstoffe (vor allem Öl) ist. Kurzum, die Sache ist nicht ganz so einfach.

The Arctic: An Anthology (auf Englisch) von Elizabeth Kolbert (Hrsg.) ist eine Sammlung spannender historischer Schilderungen der Arktis. Der Schwerpunkt liegt dabei auf der Erforschung unberührter Gebiete in Norwegen und anderen Ländern.

Klimawandel

Globale Erwärmung ist bei Weitem kein ausgesprochen norwegisches Problem, aber die wenigsten Länder sind bereit, so viel dagegen zu tun wie dieses Land. 2007 versprach die norwegische Regierung „an vorderster Front der internationalen Klimabemühungen“ zu kämpfen und stellte einen Plan vor, mit dem das Land schon bald „CO_2-neutral“ werden und den Nettoausstoß an Treibhausgasen bis 2050 auf null reduzieren sollte. Um das zu erreichen, will Norwegen einen Großteil seines CO_2-Ausstoßes durch Emissionshandel auf dem internationalen Markt ausgleichen. Außerdem soll der Ausstoß bis 2030 um 30 % verringert werden.

Rund 98 % der Elektrizität Norwegens stammt aus erneuerbaren Energien, meist von Wasserkraftwerken, und nur 0,2 % aus fossilen Brennstoffen. Außerdem will Norwegen ein Abgabensystem zum CO_2-Ausstoß einführen und stellt Milliarden von Kronen für Kohlendioxidfilterung und -speicherung sowie für Klimaprojekte in Norwegen und im Ausland zur Verfügung.

Bei all diesen großen Vorhaben sollte aber nicht vergessen werden, dass der CO_2-Ausstoß in Norwegen zwischen 1990 und 2013 um ca. 5 % gestiegen ist und dass der Durchschnittsnorweger für einen Ausstoß von 11,7 t verantwortlich ist. Das ist das Zweifache des Weltdurchschnitts, auch wenn es nicht über dem Niveau der meisten anderen Industrieländer liegt.

Das deutlichste Anzeichen für die Klimaveränderung in Norwegen ist das besorgniserregende Zurückweichen der Gletscher. Und wie immer steht Norwegens konsequente Haltung zu den Umweltproblemen im Widerspruch zur eigenen Produktion fossiler Brennstoffe. Die strikten Maßnahmen der Regierung zum Schutz der Umwelt in Svalbard sind lobenswert, aber sie erlaubt weiterhin die Kohleförderung auf der Inselgruppe. Gleichzeitig spielt auch das Svalbard Global Seed Vault eine große Rolle für den Schutz der Kulturpflanzenvielfalt vor erheblichen globalen Klimaschwankungen.

EINE BEDROHUNG FÜR DIE UMWELT – ELCHFÜRZE

Laut einem Artikel, der im August 2007 in der Londoner *Times erschienen ist*, stößt ein erwachsener Elch, der den lieben langen Tag nicht viel mehr tut als furzen und rülpsen, im Jahr 2100 kg CO_2 aus. Das entspricht einer Autofahrt von rund 13 000 km. Bei geschätzten 120 000 Elchen, die in Norwegens Wildnis leben (die norwegischen Behörden geben jährlich etwa 37 000 Tiere für die Jagd frei) führt das zu einem enormen Methanausstoß – die sonst so arglosen Elche haben also allen Grund, etwas nervöser zu werden.

Kommerzieller Fischfang

Fischfang und Aquakultur (kontrollierte Fischzucht) sind noch immer das Fundament der norwegischen Küstenwirtschaft. Allein in der Fangflotte arbeiten fast 30 000 Menschen. Hinzu kommen unzählige davon abhängige Gewerbezweige. Mit einem Jahresfangvolumen von gut 2,5 bis 3 Mio. t ist Norwegen die zehntgrößte Fischfangnation der Welt und einer der größten Fischexporteure.

Jahrhunderte des Fischfangs haben jedoch den Bestand an Fischarten, die einst das Rückgrat der norwegischen Wirtschaft bildeten, erheblich dezimiert. Ende der 1970er-Jahre war etwa der Hering beinahe ausgerottet. Und auch die Kabeljaubestände gingen wegen Überfischung im ganzen Nordatlantik stark zurück. Nach drei Jahrzehnten der Schutzmaßnahmen und Fangquoten erholt sich die Heringsindustrie wieder. Auch der Fang von Kabeljau ist jetzt geregelt, obwohl noch Jahre vergehen werden, bevor sich der Bestand wieder vollkommen erholt hat.

Man kann durchaus sagen, dass die Norweger den bedenklichen Rückgang der Fischbestände in ihren Gewässern genauso aus dem Blickwinkel ihres wirtschaftlichen Eigeninteresses wie als Umweltproblem betrachten. Vor der Zeit des Ölsegens war der Fischfang eine der wenigen gewinnbringenden Ressourcen des Landes, und er steht bei den Exporten noch immer an zweiter Stelle. Wenn man sich das bewusst macht, fällt es leichter, die Umweltpolitik Norwegens zu verstehen – insbesondere ihre Haltung gegenüber den lebenden Meeresressourcen.

Am Ende der Eiszeit: Die Arktis im Wandel von Klaus Scherer berichtet davon, wie sich die Bewohner des Polarkreises an die Klimaveränderung anpassen und was die dortigen Entwicklungen für die Zukunft bedeuten könnten.

Fischzucht

Die Aquakulturindustrie wurde aus dem Boden gestampft, als die Wildfischbestände knapp wurden, und floriert seit zwei Jahrzehnten. Sie konzentriert sich hauptsächlich auf die Zucht von atlantischem Lachs und Forellen. Doch die Züchter haben auch schon mit Seesaibling, Heilbutt, Wels und Jakobsmuscheln experimentiert. Gegenwärtig produzieren die Zuchtbetriebe rund 500 000 t Fisch im Jahr, und der Export von Zuchtlachs und -forellen macht 55 % des gesamten norwegischen Fischexports aus.

Diese scheinbare Patentlösung für das Problem der Überfischung hat aber einige gefährliche Begleiterscheinungen. Das größte Manko besteht darin, dass Krankheiten aus Zuchtbetrieben durch entkommene Fische auf wilde Schwärme übertragen werden und dadurch deren Bestand gefährden. Strengere staatliche Auflagen konnten die Zahl der Ausreißer in den letzten Jahren zwar senken, aber es bleibt immer noch ein ungelöstes Problem.

Die Klima- und Umweltschutzbehörde (www.environment.no, auf Englisch; www.miljostatus.no, auf Norwegisch) ist eine gute Quelle für unterschiedlichste Infos, von der norwegischen Artenvielfalt über internationale Abkommen bis hin zu Statistiken und Wissenswertem über Svalbard.

Robbenjagd

In Norwegen beschränkt sich die Robbenjagd auf die Sattelrobbe. Doch obwohl Robbenfleisch in vielen Küstenregionen als Delikatesse gilt, wird auch hier die Robbenjagd zunehmend unpopulär. Nachdem die EU 2010 die Einfuhr von Robbenprodukten aus Norwegen verboten hatte, beschloss das Parlament im Dezember 2014, die staatlichen Subventionen für die Jagd der Meeressäuger zu streichen, die ungefähr 80 % des Ertrags der Jäger ausmachen. Die Robbenindustrie befindet sich schon seit Längerem in einer Krise und fing jüngst nur noch etwa 10 % der erlaubten Quote von 30 000 bis 50 000 Tieren.

Fischer unterstützen die Subventionen, da Robben täglich bis zu 2,5 kg Fisch fangen und somit eine Konkurrenz für die Fischerboote darstellten. Das Parlament begründete seine Entscheidung als eine Reaktion auf die moralischen Bedenken der Öffentlichkeit, wobei Kritiker monierten, dass es so lange gedauert hatte, bis diese erhört wurden.

Als Reaktion auf Proteste aus der Öffentlichkeit hatte die norwegische Regierung schon vor einiger Zeit nur noch zwei Waffen für die Jagd zu-

NACHHALTIGES NORWEGEN 2015

2007 prästentierte die norwegische Regierung ihr Vorzeigemanifest "Nachhaltiges Norwegen 2015", mit dem sowohl die Industrie als auch die Bevölkerung für die Förderung des nachhaltigen Tourismus sensibilisiert und Nachhaltigkeit zu einem Grundpfeiler des bestehenden und des zukünftigen Fremdenverkehrs gemacht werden soll. Das Programm unter der Leitung der quasi staatlichen Innovation Norway (www.innovasjonnorge.no/no/english) ist sowohl ein Marketinginstrument als auch ein Verhaltenskodex für die Tourismusindustrie, deren sichtbare und spürbare Folgen für den durchschnittlichen Touristen jedoch minimal sind. Die vier für die Pilotphase des Projekts ausgewählten Reiseziele sind die zwei Unesco-Welterbestätten Vega und Røros, das an einem Fjord gelegene Lærdal (wo 2014 ein Großbrand wütete) und der Skiort Trysil.

Im renommierten Environmental Performance Index von 2010, eine ökologische Leistungsbilanz, die vom US-amerikanischen Yale Center for Environmental Law and Policy (epi.yale.edu) erstellt wird, steht Norwegen unter 178 Ländern an zehnter Stelle (2008 noch an zweiter).

gelassen: Gewehr und *hakapik* oder Gaff. Mit dem Gewehr erschießt der Robbenjäger die ausgewachsenen Tiere, das Gaff benutzt er für die Jungtiere – die erst gejagt werden dürfen, wenn sie entwöhnt sind. Vor Beginn der Jagdsaison muss jeder Jäger einen Kurs und eine Schießprüfung ablegen. Trotz dieser Vorschriften, so wurde auch in den Medien berichtet, sind verletzte Robbenbabys, die während der Jagd zurückgelassen wurden, keine Seltenheit.

Walfang

Internationale Lage

Als Reaktion weltweiter Kampagnen zur Rettung der dramatisch zurückgehenden Walbestände wurde schon 1986 von der internationalen Walfangkommission (IWC) ein Fangverbot verhängt. Es ist immer noch in Kraft, sein Fortbestand wird jedoch durch zwei Ereignisse in jüngster Zeit bedroht:

Das Erste war ein gemeinsamer Beschluss der drei führenden Walfangnationen (Norwegen, Japan und Island). Sie behalten sich das Recht vor, den Walfang jederzeit wieder aufzunehmen. Japan und Island haben sogar mit dem Austritt aus der Kommission gedroht, sollte das Fangverbot nicht durch einen Plan mit geregelten Fangquoten ersetzt werden.

Die zweite Entwicklung, die den weltweiten Walbestand bedroht, ist eine gezielte Kampagne innerhalb der Kommission: Nationen, die niemals Walfang betrieben haben, sind ihr beigetreten – darunter Mauretanien, die Elfenbeinküste, Grenada, Tuvalu und sogar die Mongolei, San Marino und Mali – also Staaten ohne Anschluss zum Meer! Wo 2000 noch 9 von 55 Staaten für den Walfang stimmten, sind es heute fast 50% von mittlerweile 88 Staaten (eine Mehrheit von 75% ist erforderlich, um die IWC-Politik zu ändern). Behauptungen, das Abstimmungsergebnis sei mit Zusagen von Entwicklungshilfen erreicht worden, wurde von den Japanern nicht bestritten.

Harpoon – Into the Heart of Whaling von Andrew Darby ist ein informativer Bericht (mit eindeutiger Anti-Walfang-Position) über den Walfang mit all seinen Aspekten – von der Geschichte des unkontrollierten Abschlachtens bis zu den komplizierten politischen Diskussionen von heute.

Norwegen jedenfalls betrachtet das Fangverbot als unnötig und überholt und behauptet, dass anders als in der Vergangenheit heute keine Walarten mehr kurz vor dem Aussterben stehen. Im 17. Jh. töteten allein holländische Walfänger schätzungsweise 60 000 Wale in den Gewässern um Svalbard, doch heute seien die Fänger besser informiert, hielten sich an angemessene Fangquoten und nutzten weniger grausame Methoden. Norwegen versichert, nur traditionelle Familienunternehmen zu unterstützen und weder die Absicht noch den Wunsch zu haben, zum Walfang im industriellen Maßstab zurückzukehren.

Wer sich genauer mit dem norwegischen Standpunkt vertraut machen will, sollte das Walmuseum (S. 92) in Sandefjord an der Südküste besuchen.

Jüngste Entwicklung

Norwegen hat offiziell dem Moratorium des IWC von 1986 widersprochen und macht seit 1993 trotz internationalem Verbot wieder Jagd auf den Minkwal. Das Land unterstützt zwar den Schutz bedrohter Arten, doch die norwegische Regierung behauptet, dass die Bestände des Minkwals – angeblich um die 100 000 Tiere im Nordostatlantik – wieder einen begrenzten Fang verkraften könnten. Der scharfen Verurteilung durch internationale Umweltschutzgruppen wie Greenpeace und die Whale and Dolphin Conservation Society hält sie an einer jährlichen Minkwalfangquote von 1286 Tieren fest, wenngleich Waljäger in den letzten Jahren weniger als die Hälfte der erlaubten Quote erjagt haben.

Japan und Norwegen haben den Handel mit Walfleisch im Mai 2004 wieder aufgenommen. Er konzentriert sich stärker auf den Export als auf den Eigenbedarf, obwohl auch auf Fischmärkten im Inland (besonders in Bergen) Walfleisch verkauft wird – hier muss sich dann jeder Einzelne entscheiden, auf welcher Seite er steht.

Die Debatten zum Thema Walfang dokumentieren folgende Websites: Greenpeace Deutschland (www.greenpeace.de), Whale and Dolphin Conservation Society (www.wdcs.org) und Norwegisches Fischereiministerium (fisheries.no).

Forstwirtschaft

Etwa 38% des norwegischen Festlands sind von Wald bedeckt und um die 25% der Landesfläche sind Nutzwald. Weniger als 1% der norwegischen Wälder stehen unter staatlichem Schutz, sehr viel weniger als der internationale Durchschnitt von 5%. Über 1000 im Wald beheimatete Arten gelten als gefährdet und Primärwälder sind extrem selten.

Einer dieser Primärwälder ist der 205 km² große Trillemarka-Rollagsfjell, etwa 100 km westlich von Oslo. In dem 2002 zum Naturschutzgebiet erhobenen Areal leben gefährdete Kleinspechte, Dreizehenspechte, Unglückshäher, Steinadler sowie bedrohte Pflanzenarten.

Keine Forstwirtschaft kann vollkommen umweltfreundlich sein, aber derzeit betreibt Norwegen eine der nachhaltigsten Waldbewirtschaftungen der Welt. Ein Großteil der heute sichtbaren Waldschäden ist auf Rodungen für die Landwirtschaft und eine intensive Holznutzung in der Zeit vom 17. bis 20. Jh. zurückzuführen.

Wildnisgebiete

Die Bevölkerungsdichte in Norwegen ist eine der niedrigsten in Europa. Aber aufgrund der europaweit einmaligen Besiedlungsstruktur mit mehr verstreuten Gehöften als Dörfern ist selbst der verlassenste Winkel des Landes bewohnt. Ein großer Anteil der Bevölkerung lebt also auf dem Land.

Das bedeutet, dass die Natur durch menschliches Handeln in Norwegen stark verändert worden ist. Das Landschaftsbild ist durchzogen von Straßen, die die abgelegenen Häuser, Höfe und Abholzforste mit den dichter bevölkerten Gebieten verbinden. Bis auf wenige Ausnahmen wurden alle größeren Flüsse zur Stromerzeugung gestaut. Selbst die so unberührt wirkende Weite von Finnmarksvidda und die großen Halbinseln, die in das Nordpolarmeer ragen, werden als ausgedehnte Weiden für Rentiere genutzt. Das führte dazu, dass, abgesehen von den Hochlandeisfeldern und den Nationalparks, echte Wildnis in Norwegen nur noch in wenigen bewaldeten Bergregionen an der schwedischen Grenze, in Teilen der Hardangervidda und vor allem in Svalbard zu finden ist.

Die weitgehend unparteiische Internationale Walfangkommission (www.iwcoffice.org) bietet Infos zur Walfangpolitik. Auf der Website finden sich unter dem Link „Whale Information" interessante Artikel, die u. a. auch Schätzungen zur Walpopulation enthalten.

Recycling

Die Norweger sortieren fleißig ihre Haushaltsabfälle und natürlich sollen auch die Besucher des Landes mitmachen. Das vorgeschriebene Pfandsystem für Glasflaschen und Dosen ist sehr erfolgreich: 96% der Bier- und Limonadenflaschen werden heute in den Laden zurückgebracht. Supermärkte nehmen leere Aludosen und Plastikflaschen an und zahlen dafür 1 bis 1,50 nkr.

Gletscher im Klimawandel von Reinhard Böhm u. a. ist eine Studie der Zentralanstalt für Meteorologie und Geodynamik, die verständlich Zusammenhänge zwischen Gletscherdynamik und Klima darstellt, aber auch mit tollen Gletscherfotos bebildert ist.

Seit Anfang der 1970er-Jahre hat sich der durchschnittliche Pro-Kopf-Haushaltsmüll auf rund 375 kg verdoppelt, was wahrscheinlich mit dem neuen Wohlstand durch die boomende Ölindustrie zusammenhängt. Zwar hat es eine Weile gedauert, doch mittlerweile können die Norweger stolz auf ihre Müllverwertung sein: Etwa 50 % der Haushaltsabfälle und zwei Drittel der Industrieabfälle werden heute wiederverwertet. In Sachen Recycling von elektronischen Geräten gehört Norwegen sogar zur Weltspitze. Dennoch machen Methanemissionen aus dem Müll immer noch 7 % der norwegischen Treibhausgase aus und die Norweger entsorgen Jahr für Jahr über 130 000 t Plastikverpackungen.

Die Samen

Die einstmals nomadischen, indigenen Samen sind Norwegens größte ethnische Minderheit und können zu Recht von sich behaupten, die ältesten Bewohner Norwegens zu sein – sie leben seit Jahrtausenden in Nordskandinavien und Nordwestrussland. Früher wurden sie als Lappen bezeichnet, dieser Begriff ist inzwischen allerdings negativ besetzt. Von den schätzungsweise 60 000 Samen leben um die 40 000 in Norwegen, hauptsächlich hoch im Norden in der Finnmark. Vereinzelte Gruppen sind auch in Nordland, Trøndelag und anderen Regionen Zentralnorwegens anzutreffen, aber auch in Schweden, Finnland und Russland. Die Samen selbst nennen ihr traditionelles Besiedlungsgebiet Sápmi oder Samiland.

Geschichte der Samen

Man nimmt zwar an, dass die Vorfahren der Samen vor 11 000 Jahren aus Sibirien nach Norwegen eingewandert sind, aber die erste schriftliche Erwähnung dieses Volks stammt aus dem Jahr 98 n. Chr., als der römische Historiker Tacitus von ihm berichtete. 555 n. Chr. taucht bei dem Griechen Prokopios von Kaisareia die Bezeichnung „Thule" (äußerster Norden) für Skandinavien auf. Die dort lebenden Völker beschrieb er als *skridfinner*, die jagen, Rentiere halten und sich auf Skiern fortbewegen. Mittelalterliche Sagen aus Island bestätigen Handelsbeziehungen zwischen den nordischen Völkern und den Samen. Der Händler Ottar, der „weiter im Norden lebte als irgendein anderer Nordländer", diente am

The Sámi People: Traditions in Transition von Veli-Pekka Lehtola erzählt die Geschichte der Samen und untersucht, wie sie sich an die Anforderungen der modernen Welt angepasst haben.

NILS MIKKEL SOMBY: EIN SAMISCHER RENTIERHIRTE

Nils Mikkel Somby hat sein ganzes Leben im Hügelland oberhalb des Flusses Ieŝjokha westlich von Karasjok verbracht. Er hütet noch immer die 3000 Rentiere seiner Familie und zieht mit ihnen jeden April zum Nordkap und im Oktober wieder zurück.

Samen führen wohl ein hartes Leben. Meine Mutter hat im Alter von zehn Jahren im Winter ganz allein Rentiere gehütet, und mein Vater ist mit seinen 74 Jahren immer noch jeden Tag draußen bei der Herde.

Es gab sicherlich viele Veränderungen in der Lebensweise der Samen. In alten Zeiten war das Leben für die Samen sehr beschwerlich. Wir mussten alles auf Skiern oder zu Fuß erledigen und im Winter in den Bergen kampieren. Heute haben wir beheizte Hütten. Aber wirklich leichter ist unser Leben erst mit dem Motorschlitten geworden – wir können damit nach den Rentieren schauen, Vorräte besorgen und dann in unsere Hütten zurückkehren. In dieser Beziehung hat sich unser Leben verbessert. Aber jetzt gibt es zu viele Vorschriften, wie viele Rentiere wir besitzen dürfen und so weiter.

Die Winter müssen einem sehr lang vorkommen. Im Winter ist das Leben wegen der Kälte und der Dunkelheit sehr hart. Den Rentieren können wir dann nur anhand ihrer Spuren im Schnee folgen. Aber es ist auch meine Lieblingsjahreszeit. Siehst du nicht, wie schön es hier ist, wenn die Sonne scheint und kein anderer Mensch in Sicht ist?

Und die nächste Generation? Die moderne Welt benötigt so viel, wie Straßen und Sachen aus fernen Ländern. Und mit so vielen Zerstreuungen für junge Samen ist es schwierig, unsere Kultur am Leben zu erhalten. Ich hoffe, dass es in 50 Jahren hier oben noch Samen gibt. Aber sicher bin ich mir nicht.

Samische Regionen: Kultur & Dialekte



Hofe des englischen Königs Alfred des Großen und fertigte ausführliche Aufzeichnungen über seine Heimat und ihre Bewohner an.

Im Mittelalter lebten die Samen als Jäger und Fallensteller in kleinen Gruppen oder Verbänden, *siida* genannt. Als im 17. und 18. Jh. Bauern den Norden kolonisierten, geriet diese Lebensweise in Gefahr. Doch dann merkten die Neuankömmlinge, dass die Samen viel besser an die Bedingungen des Landes angepasst waren und übernahmen ihre Kleidung, Ernährung und Bräuche.

Laut d.em statistischen Landesamt Norwegens betreiben nur knapp 10 % der norwegischen Samen Rentierzucht (etwa 3000 Menschen, davon ungefähr gleich viele Frauen und Männer), hauptsächlich in der Finnmark ganz im Norden des Landes.

Um 1850 gerieten die samischen Traditionen durch Missionare zunehmend unter Druck und Reformen schränkten den Gebrauch der samischen Sprache in der Schule ein. Ab 1902 war es illegal, Land an Leute zu verkaufen, die kein Norwegisch sprachen. Das Verbot wurde unnachgiebig durchgesetzt und die Kultur der Samen damit nahezu ausgelöscht.

Nach dem Zweiten Weltkrieg änderte sich die Regierungspolitik und die Behörden förderten nun internen Multikulturalismus. In den 1960er-Jahren schließlich erklärten alle Parteien das Recht der Samen auf Bewahrung und Förderung ihrer Kultur und Sprache für unantastbar. Sie wurden nicht nur offiziell als norwegische Staatsbürger anerkannt, sondern auch als ethnische Minderheit und eigenes Volk. Ihre rechtliche Stellung verbesserte sich, und die Regierung schuf zwei Komitees: den Samekulturutvalget, das ihre kulturellen Interessen vertreten sollte, und den Samerettsutvalget, um die rechtliche Stellung der Samen und ihres Besitzes zu klären.

Ein zunehmend erbitterter Protest der Volksgruppe von 1979 bis 1981 in Oslo gegen einen geplanten Damm auf traditionellem Samengebiet brachte ihren Kampf ins öffentliche Bewusstsein. 1988 verabschiedete die norwegische Regierung eine liberale Verfassungsänderung mit dem Wortlaut: „Es liegt in der Verantwortung des Staates, dafür zu sorgen, dass das Volk der Samen seine Sprache, seine Kultur und seine Lebensart bewahren und entfalten kann." Die Änderung sah des Weiteren die Bildung des Sameting (S. 364) vor. Dieses aus 39 gewählten Mitgliedern bestehende samische Parlament vertritt als eine Art Beirat die Interessen der Samen vor dem Nationalparlament (ähnliche Einrichtungen existieren in Finnland und Schweden).

Anfang 1990 wurde ein Gesetz verabschiedet, das die samische Sprache dem Norwegischen gleichstellte. Im selben Jahr ratifizierte Norwegen die Konvention Nr. 169 der Internationalen Arbeiterorganisation zur Gewährleistung der Rechte indigener Völker.

Obwohl die Rechte der Samen von den meisten Parteien anerkannt werden, ist ihr Kampf noch nicht zu Ende. Die rechtsorientierte Fremskrittspartiet forderte die Auflösung des Sami-Parlaments.

Die traditionelle Rentierzucht der Samen wurde in den 1980er- und 1990er-Jahren erfolgreich modernisiert und stellt heute ihre Haupteinnahmequelle dar. Daneben verdienen die Samen ihren Lebensunterhalt in Fischerei und Landwirtschaft, mit Handel, Kleingewerbe und Kunsthandwerk.

Samische Sehenswürdigkeiten

- *Samen-Museum Varanger, Varangerbotn (S. 354)*
- *Ceavccageadge, Mortensnes (S. 354)*
- *Sápmi-Park, Karasjok (S. 363)*
- *Samen-Parlament, Karasjok (S. 363)*
- *Samisches Nationalmuseum, Karasjok (S. 363)*
- *Kautokeino-Museum, Kautokeino (S. 366)*

Religion der Samen

Die ursprüngliche Religion der Samen ist vor allem von einer starken Bindung an die Natur und dem Glauben an ihre besonderen göttlichen Kräfte bestimmt. An heiligen Stätten, z. B. auffälligen Felsformationen, wurde den Göttern und Ahnen geopfert, um den Erfolg bei der Jagd und anderen Unternehmungen zu sichern. Als Heiler und Mittler zwischen Menschen und Göttern fungierten Schamanen, die sich mit Trommeln und kleinen Figuren in Trance versetzten, um auf spirituellen Reisen ans Ende der Welt nach Antworten zu suchen. Wie bei den meisten Urvölkern im Norden war der Bär als mächtigstes Geschöpf der Natur auch für die Samen ein heiliges Tier.

Ein weiteres zentrales Element der religiösen Tradition war der *joik*-Gesang (auch *yoik geschrieben; wörtlich* „Lied der Ebene"). Dieses persönliche Mantra war derart mächtig, dass es von frühen christlichen Missionaren als Bedrohung empfunden und als Sünde verdammt wurde. Zwar gehören die meisten modernen Samen dem Christentum an, aber auch Elemente der traditionellen Religion kehren wieder zurück.

Samische Organisationen

1989 fand die erste Tagung des norwegischen Sami-Parlaments in Karasjok statt. Hauptaufgabe des Parlaments, dessen 39 Vertreter jeweils für vier Jahre von samischen Gemeinden aus ganz Norwegen gewählt werden, ist der Erhalt von Sprache und Kultur.

Darüber hinaus gehören sie dem **Samenrat** (www.saamicouncil.net) an, der 1956 gegründet wurde, um die Zusammenarbeit verschiedener politischer Organisationen in Norwegen, Schweden, Finnland und Russland zu fördern. In Tromsø legte dieser Rat 1980 folgende Leitlinien fest:

> Wir, die Samen, sind ein Volk, dessen Gemeinschaft nicht durch Landesgrenzen zerstört werden darf. Wir haben eine eigene Geschichte, Tradition, Kultur und Sprache. Von unseren Vorfahren erbten wir das Anrecht auf Land, Wasser und eine selbstständige Wirtschaft. Wir haben das unveräußerliche Recht, unsere Wirtschaft und unsere Gemeinschaft im Einklang mit unserer Lebens-

Um offiziell als Same anerkannt zu werden und um (mit 18 Jahren) an der Wahl zum Samenparlament teilnehmen zu können, muss sich eine Person selbst als Same begreifen, Samisch als Muttersprache sprechen oder mindestens ein Eltern-, Großeltern- oder Urgroßelternteil vorweisen können, das samischer Muttersprachler war.

weise zu bewahren und zu entfalten, und wir werden gemeinsam unser Land, unsere natürlichen Ressourcen und unser nationales Erbe für spätere Generationen schützen und bewahren.

Die norwegischen Samen sind Mitglied des Arktischen Rates und des Weltrats der Urvölker, der Solidarität und Informationsaustausch zwischen den Mitgliedern fördert.

Die **Samen-Universität** (www.samiskhs.no) in Kautokeino wurde 1974 als Nordisches Samen-Institut gegründet, um Sprache, Kultur und Bildung sowie Forschung, Wirtschaft und Umweltschutz zu fördern.

Kunst & Architektur

Das relativ kleine Norwegen hat weit überproportional viele Schriftsteller, Komponisten und Maler von Weltrang hervorgebracht und ist einer der kulturellen Giganten Europas. Auch im Bereich der populären Kultur stechen norwegische Künstler hervor, ob durch düstere, fesselnde Krimis oder Musik so unterschiedlicher Stilrichtungen wie Jazz, Electronica und Heavy Metal. Und was die Architektur angeht, ist Norwegen ebenso für seine Stabkirchen bekannt wie für seine auffälligen modernen Bauwerke, die quasi schon eine Spezialität des Landes sind.

Kunst

Literatur

Das Goldene Zeitalter

Ende des 19. und Anfang des 20. Jhs. erlebte die norwegische Literatur ein goldenes Zeitalter. Obwohl vorwiegend Henrik Ibsen im Zentrum der Aufmerksamkeit stand, war es Bjørnstjerne Bjørnson (1832–1910), dem 1903 als erstem norwegischen Autor der Literaturnobelpreis verliehen wurde. Seine Beschreibungen des einfachen Landlebens trugen ihm den Vorwurf ein, das Schicksal der norwegischen Landbevölkerung zu romantisieren. Sein ehemaliges Wohnhaus in **Aulestad** (✆61 22 41 10; www.aulestad.no; Follebu; Erw./Kind 110/55 nkr; ⏲Ende Mai–Aug. 10–16 Uhr, Sept. nur am Wochenende) ist für Besucher geöffnet.

Knut Hamsun (1859–1952) bekam 1920 den Literaturnobelpreis. Seine elitäre Denkweise, Bewunderung germanischer Werte und idealisierte Vorstellung vom Landleben führten dazu, dass er im Zweiten Weltkrieg Partei für die Nazis ergriff. Das schadete seinem Ruf nachhaltig und erst jetzt wird seine Arbeit wiederentdeckt und auf eine Stufe mit Dostojew-

Ibsen-Sehenswürdigkeiten

Ibsen-Museum (S. 51), Oslo

Ibsenhuset-Museum (S. 98), Grimstad

Henrik Ibsenmuseet (S. 114), Skien

Nationaltheater (S. 75), Oslo

KULTURIKONE: HENRIK IBSEN

In Skien in Südnorwegen geboren, wurde Henrik Johan Ibsen (1828–1906) als „Vater des modernen Dramas“ bekannt und galt den Norwegern als Gewissen der Nation. Sie sind äußerst stolz auf Ibsen, der aber von 1864 bis 1891 im freiwilligen Exil lebte und die Engstirnigkeit der damaligen norwegischen Gesellschaft anprangerte. Sein höchst populäres Werk Peer Gynt (1867) brachte ihm den internationalen Durchbruch. Dieses Epos erzählt von einem alternden Helden, der sich seinen seelischen Abgründen stellen muss, als er nach langen Wanderungen durch die Welt zu seinen norwegischen Wurzeln zurückkehrt.

Seine bekanntesten Stücke sind *Nora oder ein Puppenheim* (1879), *Gespenster* (1881), *Ein Volksfeind* (1882), *Hedda Gabler* (1890) und sein letztes, teils autobiografisches Drama *Wenn wir Toten erwachen* (1899).

Sein Leben lang war Ibsen mehr als nur Chronist der norwegischen Gesellschaft. In ihm begegnet man dem Norweger des 19. Jhs.: „Wer mich verstehen will, muss Norwegen kennen. Die schöne, aber raue Umwelt wirft die Menschen des Nordens auf sich selbst zurück. Das macht sie introspektiv und ernst. Sie grübeln und zweifeln – und viele verzweifeln. Die langen, kalten Winter hüllen die Häuser in dicke Nebel – oh, wie sie sich nach der Sonne sehnen!“

Fiddling for Norway: Revival and Identity von Chris Goertzen beschreibt das Revival der Fiedel in Norwegen, die Geschichte norwegischer Folkmusik und ihren Einfluss auf die internationale Musikszene.

ski und James Joyce gestellt. Wer mehr über den Dichter erfahren möchte, sollte das Museum Hamsunsenteret (S. 294) in Hamarøy besuchen, das sich seinem Leben widmet.

Sigrid Undset (1882–1949), die 1928 mit dem Nobelpreis ausgezeichnet wurde, ist die bedeutendste norwegische Literatin. Sie schrieb als Erste über die schwierige Lage der Frauen der Unter- und Mittelschicht. **Bjerkebæk** (Karte S 128 f.; ☑61 28 89 00; www.maihaugen.no/bjerkebek; Sigrid Undsetsveg 1; Erw./Kind/Familie 110/55/275 nkr; ⏲Mai–Aug. 10–16 Uhr, Sept. Sa & So 10–15 Uhr), ihr früheres Haus in Lillehammer, ist für Besucher geöffnet.

Zeitgenössische Literatur

Einer der bekanntesten norwegischen Schriftsteller der Gegenwart ist Jan Kjærstad (geb. 1953). Sein Werk *Der Verführer* (2003) kombiniert alle Bestsellerelemente – Thriller, Liebesgeschichte und etwas Promiglamour – mit einem ausgezeichneten Stil. Neben anderen internationalen Auszeichnungen wurde es 1999 mit dem Nordischen Literaturpreis ausgezeichnet. Weitere norwegische Gewinner des renommierten Preises sind Per Petterson (geb. 1952) und Lars Saabye Christensen (geb. 1953). Weltberühmt ist auch Jostein Gaarder (geb. 1952), dessen erster Bestseller *Sofies Welt* (1991) weltweit über 15 Mio. Mal verkauft wurde. Dag Solstad (geb. 1941) ist der einzige norwegische Autor, der dreimal mit dem Norwegischen Kritikerpreis ausgezeichnet wurde.

Unter den Krimiautoren haben sich Gunnar Staalesen und Karin Fossum eine internationale Fangemeinde erschrieben, doch *Jo Nesbø* (www.jonesbo.com) ist der unbestrittene König des norwegischen Krimis. Seine Geschichten sind düsterer als viele andere und spielen fast alle irgendwann zwischen dem Zweiten Weltkrieg und heute in Norwegen.

Musik

Klassische Musik

Auf den Spuren von Edvard Grieg

Edvard-Grieg-Museum (S. 164), Bergen

Open-Air-Konzerte, Bergen

Grieghallen (S. 177), Bergen

Das 19. Jh. war eine außerordentlich fruchtbare Zeit für norwegische Musik: Es hat einen der größten Komponisten der Geschichte hervorgebracht: Edvard Grieg (s. Kasten links). Vielleicht genauso bedeutend war der begnadete Violinist Ole Bull, der europaweit als „Paganini des Nordens“ Furore machte. Er hat die Karrieren von Edvard Grieg und Henrik Ibsen gefördert, die traditionelle Hardangerfiedel in die Konzerthallen von Bergen gebracht und in ganz Europa das Interesse an norwegischer Volksmusik geweckt.

In Oslo, Bergen (seit 1765), Trondheim und Stavanger gibt es hervorragende philharmonische Orchester. 1958 wurde in Oslo die norwegische Oper gegründet.

Volksmusik

Die Volksmusik ist ein Grundpfeiler der norwegischen Kultur. So gehört z. B. die Hardangerfiedel zu den beliebtesten Volksmusikinstrumenten in Europa. Ihren charakteristischen Klang verdankt sie den vier oder fünf Resonanzsaiten unterhalb der vier Spielsaiten.

Zu den populärsten Volksmusikkünstlern gehören Tore Bruvoll und Jon Anders Halvorsen mit ihren traditionellen Liedern der Telemark *(Nattsang)*, die Live-Gruppe Bukkene Bruse (mit jeder Menge Hardangerfiedeln; *Spel*), Rusks mit seinem bemerkenswert breiten Repertoire aus dem Südosten Norwegens *(Rusk)*, Sigrid Moldestad und Liv Merete Kroken, die klassische Musik auf die traditionelle Fiedel übertragen *(Spindel)*, und Sinikka Langeland, die auf ihrer CD *Runoja* alte Runenlieder zum Besten gibt. 2009 gewann Alexander Rybak, ein norwegischer Komponist, Geiger und Pianist weißrussischer Abstammung, den Eurovision Song Contest.

Die Musik der Samen

Die eindringlichen Melodien der Samen Nordnorwegens erleben derzeit ein Comeback. Samische Künstler wie Aulu Gaup, Sofis Jannock, Mari Boine Persen und Nils Aslak Valkeapää haben die *joik*-Gesänge (Obertongesänge) durch Konzerte und Aufzeichnungen traditioneller und moderner Versionen populär gemacht. Besonders Mari Boine wird auch international im Radio gespielt. Ihr eigenwilliger Sound verbindet Folkrock mit *joik*-Elementen.

Einen guten Überblick über die traditionelle norwegische Musik gibt die 2007 erschienene CD *Norway: Traditional Music*, mit lange verschollen geglaubten Stücken aus den Archiven der Norwegischen Radiosender.

Zeitgenössische Musik

Jazz

Die Jazzfestivals, die das ganze Jahr über und im ganzen Land stattfinden, sprechen für die blühende Jazzszene Norwegens.

Der Jazzsaxofonist Jan Garbarek ist einer der beständigsten Persönlichkeiten des norwegischen Jazz und ein Star auf dem internationalen Parkett, ganz abgesehen von seinem Status in Norwegen. Seine Musik ist von Klassik, Volks- und Weltmusik beeinflusst. 30 Alben hat er aufgenommen, einige mit berühmten Musikern aus den unterschiedlichsten Genres. Seine Tochter Anja Garbarek, die in ihrer Musik Pop und Electronica mit Jazz vermischt, gilt als eine der spannendsten und innovativsten norwegischen Jazzinterpreten.

Ebenfalls bekannte Jazz-Künster sind der Pianist Bugge Wesseltoft, Saxofonist Trygve Seim, Gitarrist Terje Rypdal sowie die Sängerinnen Solveig Slettahjell, Sidsel Endresen und Karin Krog. Zu den beliebtesten Jazz-Bands Norwegens zählen Supersilent, das Christian Wallumrod Ensemble und die hervorragende Gruppe Jaga Jazzist.

Jazzbasen (www.jazzbasen.no/index_eng.html) ist das Internetportal der norwegischen Jazzszene.

Electronica

Norwegen gehört nicht nur zu den Ländern mit den meisten Electronica-Künstlern, hier gibt es auch eine der treuesten Fangemeinden für diese Art von Musik. Obwohl sich die Szene mehr und mehr nach Oslo verlagert hat, war es die sogenannte „Bergenwelle“, die Norwegen zu Beginn des 21. Jhs. in der Elctronic-Welt ganz nach oben gebracht hat. Besonders Röyksopp (royksopp.com) haben 2001 die internationale Electronicaszene mit ihrem Debütalbum *Melody A.M.* im Sturm erobert und waren seither ständig in den Dance-Charts vertreten. Bei der Bergenwelle ging es aber nicht nur um elektronische Musik: Sie brachte auch die international anerkannten Bands Kings of Convenience (www.kingsofconvenience.com) und Ephemera (www.ephemera.no) hervor.

In jüngster Zeit hat Oslo die Führung in Sachen Electronica übernommen, und zwar mit *Sunkissed*, gemixt von G-Ha und Olanskii. Seit Röyksopp hat die norwegische Dance-Szene wohl keine bessere Produktion hervorgebracht als diese Platte.

Metal

Metal hat in Norwegen ebenfalls eine große Fangemeinde, und Bergen ist hier oft der Vorreiter. Zwei europaweit berühmte Clubs sind Hulen (S. 176), beinahe schon ein mythischer Ort für Fans von Heavy Metal und Indie-Rock aus ganz Europa, und Garage (S. 174), ebenfalls ein Kultclub.

Norwegen ist besonders für seine Black-Metal-Szene bekannt, die Anfang der 1990er-Jahre mit antichristlichen und satanischen Ideologien von sich reden machte. Einige Mitglieder von Black-Metal-Bands waren sogar am Niederbrennen von Kirchen wie der Fantoft-Stabkirche bei Bergen beteiligt. Zu den berühmten (oder berüchtigten) Black-Metal-Bands Norwegens gehören Darkthrone, Mayhem, Emperor, Enslaved, Gorgoroth, Satyricon und Arcturus.

Jazz-Festivals

- *Polar Jazz (S. 377), Longyearbyen*
- *Vossajazz (S. 188), Voss*
- *Mai Jazz (S. 207), Stavanger*
- *Night Jazz (Nattjazz; S. 167), Bergen*
- *Kongsberg Jazz (S. 112), Kongsberg*
- *Moldejazz (S. 259), Molde*
- *Canal Street Jazz & Blues (S. 97), Arendal*
- *International Jazz (S. 68), Oslo*
- *Silda Jazz (S. 203), Haugesund*
- *Lillehammer Jazz (S. 127), Lillehammer*

Die besten Kunstgalerien

- *Natjonalgalerie (S. 50), Oslo*
- *Munch-Museum (S. 63), Oslo*
- *Bergen Kunstmuseum (S. 162), Bergen*
- *Rogaland-Kunstmuseum (S. 207), Stavanger*
- *Nationalmuseum für Zeitgenössische Kunst (S. 50), Oslo*
- *Astrup-Fearnley-Museum (S. 48), Oslo*
- *Henie-Onstad-Kunstzentrum (S. 65), Oslo*

Film-Festivals

- *Kosmorama, Trondheim – April*
- *Norwegisches Filmfestival, Haugesund – August*
- *International Filmfestival Bergen – Oktober*

Malerei & Bildhauerei

Norwegen brachte im 19. Jh. zwei außergewöhnliche Talente hervor, den Maler Edvard Munch und den Bildhauer Gustav Vigeland, deren Werke in Oslo öffentlich ausgestellt sind.

Unter den großen zeitgenössischen Künstlern Norwegens haben Olav Jensen, Anne Dolven, Ørnulf Opdahl, Bjørn Tufta, Håvard Vikhagen, Odd Nerdrum und Anders Kjær mit ihrer Rückkehr zur abstrakten und expressionistischen Formensprache Aufsehen erregt. Ihre Werke zeigen oft harsche Darstellungen der norwegischen Landschaft. Zu den herausragenden norwegischen Bildhauern gehören Bård Breivik, Per Inge Bjørlo und Per Barclay.

Kino

Norwegen hat außerdem eine zwar kleine, aber international anerkannte Filmindustrie. Die für den Oscar nominierten Regisseure Nils Gaup und Arne Skouen waren die norwegischen Pioniere auf internationalem Feld. Weitere Regisseure, die auch über die Landesgrenzen Norwegens hinweg Beachtung gefunden haben, sind Marius Holst, Berit Nesheim, Anja Breien und Jens Lien.

Der einzige norwegische Langfilm, der jemals einen Oscar einheimsen konnte, war Thor Heyerdahls *Kon-Tiki* – und zwar 1951 als bester Dokumentarfilm. 2006 gewann *The Danish Poet – eine Liebesgeschichte,* unter der Regie des Norwegers Torill Kove und erzählt von Liv Ullmann, den Oscar als bester animierter Kurzfilm. Es war somit erst die zweite norwegische Produktion, die mit dem begehrten Academy Award ausgezeichnet wurde.

Architektur

Traditionelle Architektur

Holz und Stein sind die Grundmaterialien der traditionellen Architektur Norwegens. Nirgends wird das so deutlich wie im ehemaligen Bergbaudorf Røros, dessen farbenfrohe Holzhäuser zum Teil aus dem 17. und 18. Jh. stammen. Einen Überblick der norwegischen Architekturstile im Lauf der Jahrhunderte bieten das Volkskundemuseum Maihaugen in Lillehammer sowie zahlreiche andere, hervorragende Volkskundemuseen im ganzen Land.

KULTURIKONE: EDVARD MUNCH

Edvard Munch (1863–1944), Norwegens berühmtester Maler, war eine gequälte Seele: Seine Mutter und ältere Schwester starben an Tuberkulose und seine jüngere Schwester war seit jungen Jahren psychisch krank. Munchs erstes großes Werk, *Das kranke Kind,* war ein Porträt seiner Schwester Sophie kurz vor ihrem Tod. 1890 malte er das eindringliche Bild *Nacht in St. Cloud,* das eine einsame Gestalt an einem dunklen Fenster darstellt. Im folgenden Jahr vollendete er *Melancholie* und begann mit Skizzen für sein berühmtestes Werk, *Der Schrei,* das bildhaft Munchs eigene innere Qual ausdrückt.

1892 vergrub sich Munch in der Arbeit an einem Zyklus dichter, von Angstneurosen geprägter Gemälde und gab ihm den Namen *Lebensfries – Ein Gedicht über das Leben, die Liebe, den Tod.* Seine Besessenheit von Düsternis und Verhängnis begann sein Leben zu überschatten. Alkoholismus, chronische emotionale Labilität und eine tragische Liebesaffäre kulminierten 1907 in dem Werk *Marats Tod*. Ein Jahr später wurde er für acht Monate in eine Kopenhagener Nervenklinik eingeliefert.

Nach seiner Entlassung aus der Klinik ließ sich Munch an der Küste in Kragerø nieder. Die Bilder, die er nach seinem Klinikaufenthalt malte, sind völlig anders, strahlen eine lichtere, hoffnungsvollere Stimmung aus und zeigen Menschen im Einklang mit ihrer Umwelt.

Die Architektur der Samen

Im hohen Norden, wo Holz und Steine knapp waren, bauten die frühen nomadischen Samen ihre Häuser aus Torf. Dieser Baustoff sorgte für eine perfekte Isolierung gegen die Kälte. Die provisorischen Unterkünfte, die von den Samen auf ihren Wanderungen genutzt wurden, sind gemeinhin als *lavvo* bekannt, in den verschiedenen Samendialekten gibt es aber auch viele andere Namen dafür. Der *lavvo* war nicht so spitz wie das nordamerikanische Tipi und daher gut gegen den Wind der Polarregion gewappnet. Er bestand aus einem „Stativ“ aus drei gekerbten Stangen mit einem Überzug aus Rentierfellen (später verwendete man Zeltstoff).

Der *lavvo* war Mittelpunkt des sozialen Lebens und bot Schutz vor den Naturelementen. Und auch in jüngerer Zeit hat die traditionelle Behausung nicht an Symbolkraft für die Samen eingebüßt: Anfang der 1980er-Jahre walzte die Osloer Polizei mit einem Bulldozer einen *lavvo* nieder, den die Samen vor dem norwegischen Parlamentsgebäude errichtet hatten, als Protest gegen einen geplanten Staudamm, der samisches Weideland überschwemmen sollte. Diese Ereignisse waren Auslöser für eine neue Bürgerrechtsbewegung unter den Samen, die indirekt zur Gründung des Samenparlaments führte. Das fantastische Parlamentsgebäude der Samen (S. 363) in Karasjok ist der traditionellen *lavvo*-Form nachempfunden.

Stabkirchen

Die Stabkirchen scheinen direkt einer Kinderfantasie entsprungen zu sein und passen sich perfekt den spezifisch norwegischen Gegebenheiten an. Die aus der späten Wikingerzeit stammenden, kunstvoll gebauten Gotteshäuser gehören zu den ältesten erhaltenen Holzbauten der Welt, auch wenn viel restauriert werden musste. Ihren Namen verdanken sie den senkrechten Stützpfeilern. Andere typische Merkmale dieser Kirchen sind kunstvolle Schnitzereien und Giebel mit Drachenköpfen, ähnlich dem Bug der Wikingerschiffe. Von ursprünglich 500 bis 600 Stabkirchen sind heute noch 28 erhalten, nur 20 davon mit weitestgehend originalen Bauteilen.

Moderne Architektur

Nach dem Zweiten Weltkrieg stand der schnelle Wiederaufbau im Vordergrund. Die Bauwerke waren daher funktional (*funkis* nennen die Norweger häufig umgangssprachlich diese Architektur) und folgten keinem einheitlichen Stil. Bestes Beispiel für diese Bauweise ist der rote Ziegelbau des Osloer Rådhus (S. 51) aus den 1950er-Jahren. Im Laufe der Zeit gewannen in der Stadterneuerung auch wieder mehr ästhetische Aspekte an Bedeutung (z. B. im Osloer Viertel Grünerløkka). Die Funktionalität verband sich nun mit neuen Werten und die Architektur fügte sich wieder harmonisch der Natur und der Geschichte Norwegens ein.

So erinnert Tromsøs 1964 von Jan Inge Hovig entworfene Eismeerkathedrale (S. 332) an Gletscherspalten und Polarlichter. Ein weiteres eindrucksvolles Beispiel ist das Parlamentsgebäude der Samen in Karasjok. Arktische Baumaterialien (Birke, Kiefer, Eiche) verleihen ihm eine robuste Authentizität, während die Lichtgestaltung den arktischen Nachthimmel imitiert und seine Form an ein samisches *lavvo* erinnert. Auch die Sportarena in Hamar (das „Wikingerschiff“; S. 130) ist eine kreative Interpretation historischer Vorlagen. Und Oslos unverwechselbares neues Opernhaus (S. 47) erinnert an einen Fjordgletscher.

Volkskundemuseen

- *Maihaugen (S. 126), Lillehammer*
- *Norwegisches Volkskundemuseum (S. 59), Oslo*
- *Setesdalsmuseet (S. 121), Setesdalen*
- *Volkskundemuseum Hardanger (S. 197), Utne*
- *Romsdalmuseet (S. 258), Molde*
- *Sverresborg Trøndelag Folkemuseum (S. 273), Trondheim*

Norwegische Küche

Die norwegische Küche bietet viele Highlights: Reichlich Meeresfrüchte, einheimische Spezialitäten wie Rentier sowie nicht zuletzt ein aktueller Trend hin zu innovativer Kochkunst. Leider sind die extrem hohen Preise ein (nicht geringes) Problem und machten eine komplette Mahlzeit im Restaurant für viele Traveller zum Luxus, sodass sie dann – zu Unrecht – vom norwegischen Essen enttäuscht sind.

Norwegen-Freunde (www.norwegen-freunde.com/jens/rezepte/main_norwegisch.html) und Trolljenta Verden (www.trolljenta.no/lebensart/rezepte) bieten einfache Rezepte traditioneller norwegischer Küche, die von Norwegern in aller Welt seit Generationen weitergegeben werden.

Essen

Fleisch

Norwegen ist ein Land der Fleischliebhaber und im Gegensatz zu vielen anderen Ländern lassen sich aus seinen typischen Wildtieren auch hervorragende Gerichte zaubern. Jeder Nichtvegetarier sollte einmal Rentierbraten *(reinsdyrstek)* probieren – ungeachtet des Preises von mindestens 275 nkr (meist sehr viel mehr). Wahrscheinlich wird es nicht bei einem Mal bleiben, denn das Fleisch ist – besonders medium gebraten – extrem schmackhaft. Wer das Glück hat, im hohen Norden zu einer samischen Hochzeit eingeladen zu werden, kommt sicherlich in den Genuss eines traditionellen Rentier-Eintopfs *(bidos)*. Auch Elch *(elg)* wird in Norwegen gerne und auf vielfältige Weise gegessen, u. a. als Steak oder Burger.

Weitere empfehlenswerte Fleischgerichte sind *bankebiff* (in der Soße gegarte Rindfleischstücke), *dyrestek* (Wildbraten) und *lammebog* (Lammschulter). Fleisch wird in Norwegen gerne geräuchert oder gepökelt – z. B. als *spekemat* (gepökeltes Fleisch vom Lamm, Rind, Schwein oder Rentier, das oft mit Rührei serviert wird). Weitere Gerichte sind *kjøttpålegg* (kalter Aufschnitt), *fårikål* (Kohleintopf mit Lamm), *syltelabb* (gekochte, gepökelte Schweinsfüße), *lapskaus* (ein dicker Eintopf mit Fleischwürfeln und Gemüse) und *pytt i panne* (Eier mit Kartoffelwürfeln und Fleisch).

Überraschenderweise servieren nur wenige norwegische Restaurants Gerichte, wie sie Norweger zu Hause essen – oder aßen, als ihre Mütter und Großmütter noch für sie kochten. Eines davon ist norwegische Fleischklößchen mit Erbspüree, Kartoffelbrei und Waldbeerenmarmelade.

Fisch & Meeresfrüchte

Lachs (gegrillt: *laks*, geräuchert: *røykelaks*) ist Norwegens wohl bedeutendster Beitrag zur internationalen Küche, den sich niemand entgehen lassen sollte. Während viele norwegische Gerichte sehr teuer sind, ist Lachs hier supergünstig. Allerdings nur aus Lachszucht, Wildlachs ist wesentlich teurer. Die Qualität ist stets top. Besonders lecker ist *gravat laks*, mit Zucker, Salz, Weinbrand und Dill gebeizter Lachs in Sahnesoße.

Weitere Süßwasserfische sind z. B. Bachforelle, Barsch, Saibling, arktische Äsche, Brasse und Aal.

Die meistverbreiteten Salzwasserfische und Meeresfrüchte sind Kabeljau (*torsk* oder *bacalao*; häufig als Stockfisch) und gekochte oder frische Krabben. Hering (einst der Fisch für arme Leute) wird heute eingelegt mit Zwiebeln in Senf- oder Tomatensoße serviert. In einigen Restaurants steht er noch auf der Karte, wird aber seltener angeboten. Beliebt ist auch *fiskesuppe*, eine dünne, sahnige Suppe mit Fischgeschmack.

Fischmärkte

- *Bergen*
- *Stavanger*
- *Kristiansand*
- *Trondheim*
- *Narvik*

ABENTEUER FÜR DEN GAUMEN

Norwegen bietet einige sehr geschmacksintensive kulinarische Spezialitäten, die mutige Leser vielleicht probieren möchten:

- Walsteak *(hvalbiff)* – gibt es auf vielen Speisekarten und Hafenmärkten (z. B. in Bergen), mag jedoch dem eigenen Verständnis von Artenschutz widersprechen.
- Brauner Käse – *Gudbrandsdalsost* wird aus Ziegenmolke und/oder Kuhmilch gewonnen und schmeckt leicht süßlich – trotz des eher abschreckenden Aussehens.
- Weiterverarbeiteter Dorsch, Makrelen- oder Seelachsklöße (*lutefisk*) – essen die Norweger eher zu Hause. Für die Älteren ein Grundnahrungsmitteln
- Dorschzungen (*torsketunger*) – sind auf den Lofoten beliebt, sonst aber nirgendwo.
- Fermentierte Forelle (*rakfisk*) – einige Norweger schwören darauf, wir verzichten.

Weitere Spezialitäten

Kartoffeln gehören zu fast jeder norwegischen Mahlzeit und werden von den meisten Restaurants zu quasi jedem Hauptgericht serviert, ob gekocht, gebacken oder gebraten.

Das wichtigste Obstanbaugebiet des Landes, wo Erdbeeren, Pflaumen, Kirschen, Äpfel und andere Obstsorten wachsen, liegt rund um den Hardangerfjord. Zu den beliebtesten wild wachsenden Beeren gehören Erdbeeren, schwarze und rote Johannisbeeren und Himbeeren. Im offenen Hochland gedeihen Blaubeeren, in Moorgebieten wachsen blaue Sumpf-Heidelbeeren, rote Cranberrys und Moosbeeren. Die hübschen bernsteinfarbenen Moltebeeren *(moltebær)* sind besonders teuer und gelten als Delikatesse. Sie wachsen auf Moorboden, jede Beere einzeln an ihrem eigenen Stiel. Ihre Standorte werden in Norwegen teils streng als Geheimnis gehütet. Warme Moltebeerenkonfitüre mit Eiscreme ist einfach fantastisch!

Durch den mild-nussigen Jarlsberg, der seit 1860 auf dem Gut Jarlsberg in Tønsberg hergestellt wird, wurde Norweger Käse international bekannt.

Unbedingt lohnenswert ist ein Essen in einem Restaurant, das sich dem *Arktisk Meny* (arktisches Menü) verschrieben hat. Der lockere Verband einiger Restaurants im Norden Norwegens bemüht sich, das Interesse an einheimischen Zutaten und Rezepten zu wecken.

Die Website von Arne Brimi (www.brimiland.no, auf Norwegisch), zweifellos der berühmteste Koch Norwegens, ist zwar bislang nur auf Norwegisch, aber das könnte sich angesichts seines wachsenden internationalen Rufs bald ändern.

Vegetarier & Veganer

In Norwegen leben wenige Vegetarier. Trotzdem bieten die meisten Restaurants auch einige vegetarische Gerichte an. Manchmal ist das vielleicht nur ein Omelett mit Käse und Zwiebeln oder Pasta mit Sahnesoße, doch immer häufiger sorgen kreative Salate (wobei Veganer der häufig verwendete Käse stören dürfte) und eine Auswahl an Crêpes oder Pfannkuchen für etwas Abwechslung. Die Kartoffel, die als Norwegens beliebteste Beilage auf jeder Speisekarte steht, ist fast immer eine Option.

Generell gilt, je größer die Stadt, desto mehr Auswahl für Vegetarier.

Auch Tapaslokale und Pizzerien haben in der Regel mindestens ein rein vegetarisches Gericht auf der Karte.

Von September bis Mai wird in vielen Restaurants in Bergen jeden Donnerstag *raspeballer* serviert, ein kräftiges Traditionsgericht mit Salzfleisch, Kartoffeln und Rübenpüree – im Geschmack etwas gewöhnungsbedürftig, aber ein herzhaftes Wintergericht.

Getränke

Heiße Getränke

Wenn Norwegen ein Nationalgetränk hat, dann ist es Kaffee: Er wird in solch riesigen Mengen konsumiert, dass man sich nur wundern kann, wie die Menschen trotz des vielen Koffeins derart ruhig bleiben können. Die meisten Norweger trinken den Kaffee schwarz und stark, doch man erfüllt auch den Wunsch von Ausländern nach Milch und/oder Zucker. Tee und Kräutertee gibt es ebenfalls im ganzen Land.

Norwegisch kochen: Gerichte und ihre Geschichte von Susanne Schöer und Alexander Pöche enthält über 150 traditionelle norwegische Rezepte und bietet zudem eine Einführung in die Geschichte und Kultur, aus der die Gerichte hervorgegangen sind.

Die Norwegische Küche von K. Innli (Hrsg.) ist eine Sammlung von über 350 Lieblingsrezepten der Mitglieder des norwegischen Chefkochverbands.

Alkoholische Getränke

Bier & Wein

Bier wird in Bars gewöhnlich in 0,4-l oder 0,5-l-Gläsern ausgeschenkt, am häufigsten helles Pils mit einem Alkoholgehalt um die 4%, das noch heute nach dem deutschen Reinheitsgebot aus dem 16. Jh. gebraut wird. Die beliebtesten Marken sind *Ringsnes* in Südnorwegen und Mackin im Norden, der Trend geht allerdings zu Kleinbrauereien. *Munkholm* ist ein ordentliches alkoholfreies Bier. Wenn Freunde zusammen unterwegs sind, ist es üblich, nur für sich selbst zu zahlen, anstatt eine Runde zu schmeißen.

Immer mehr Norweger trinken zum Essen gerne Wein. Laut einer Studie macht er inzwischen ein Drittel des norwegischen Alkoholkonsums aus, während es 1974 nur 12% waren. Immer mehr gute Restaurants verfügen über ein umfangreiches Weinsortiment aus ganz Europa und manchmal aus ferneren Ländern. In manchen Städten sind Weinbars derzeit stark im Kommen.

Aquavit

Der Nationalschnaps *aquavit* (oder *akevitt*) ist ein aus Kartoffeln und Kümmellikör hergestellter kräftiger Schluck norwegischer Kultur. Sein Name stammt aus dem Lateinischen: *aqua vitae*, das „Wasser des Lebens". Zwar gehört Kümmel immer dazu, aber moderne Brennereien ergänzen den würzigen Geschmack mit Kombinationen aus Orange, Koriander, Anis, Fenchel, Zucker und Salz. Das Gebräu muss dann etwa drei bis fünf Jahre in 500-l-Eichenfässern reifen.

Die womöglich beliebteste Variante dieses Schnapses ist der *linje aquavit* („Linienaquavit"). Er verdankt Namen – mit Linie ist die Äquatorlinie gemeint – und Tradition einem Zufall im 19. Jh., als ein norwegisches Schiff Fässer mit *aquavit* nach Australien transportierte. Als man sie dort nicht verkaufen konnte, nahm man sie einfach wieder nach Norwegen zurück und bot sie zum Verkauf an. Bald stellte man fest, dass der Schnaps nach der Überfahrt besser schmeckte als vorher, und die Fässer wurden zu wertvollen Gütern. Bis heute findet man auf jeder Flasche *linje aquavit* den Namen des Lagerschiffes, seine Route und die Zeit, in der die Fässer auf See gereift sind, vermerkt.

DIE SACHE MIT DEM ALKOHOL

Norwegen ist eines der wenigen Länder, deren Bewohner tatsächlich *für* die Prohibition gestimmt haben (in einer Volksabstimmung im Jahr 1919)! Bis 1927 blieb Alkohol verboten. In dieser Zeit war die halbe Bevölkerung entweder mit Alkoholschmuggel oder der Destillation von heimischen Schnäpsen beschäftigt. Darin taten sich zweifellos auch viele Norweger hervor, die ursprünglich für das Verbot gestimmt hatten. Noch heute sind die staatlich monopolisierten Alkoholläden namens Vinmonopolet (Eingeweihte bezeichnen sie nur als „Pole") neben Bars und Restaurants der einzige Ort, wo auch Wein und Spirituosen verkauft werden.

In einigen Gegenden des Landes ist die Prohibition noch nicht aus den Köpfen verschwunden und einige Orte haben sie praktisch beibehalten: Der Alkoholverkauf ist strikt reglementiert und mancherorts wird öffentlicher Bierkonsum mit einem heftigen Bußgeld und/oder einer Gefängnisstrafe geahndet. Von einem Touristen, der wegen eines gemütlichen Bierchens hätte einsitzen müssen, haben wir allerdings noch nie gehört.

Norwegens offizielle Haltung zum Alkohol grenzt an Paranoia, vor allem da der Konsum im europaweiten Vergleich eher gering ist – natürlich ist schwer zu sagen, ob das wegen oder trotz der strengen Gesetze so ist. Doch ja, der Alkoholkonsum der Norweger ist in den letzten Jahren von 3,4 l pro Person und Woche (1960) auf 6,2 l gestiegen, aber diese Zahlen werden von Deutschland und Großbritannien um fast 50% übertroffen.

Essen in Norwegen

Esskultur

In Norwegen beginnt der Tag mit Kaffee (immer!), einem gekochten Ei und Brot oder Knäckebrot (normalerweise Ryvita) mit Käse, Gurke, Tomate und eingelegtem Hering.

Mittags reicht oft ein einfaches Sandwich oder eine Scheibe Brot mit Sardinen, Krabben, Schinken, Oliven, Gurke oder Ei. Nachmittags lieben Norweger ein Kaffeepäuschen; dazu wird ein kulinarisches Highlight serviert: Waffeln mit Sahne und Marmelade. Im Unterschied zu den belgischen Waffeln sind die norwegischen Waffeln blumenförmig, weich und meist kräftig mit Kardamom gewürzt.

Die Hauptmahlzeit gibt es in Norwegen gewöhnlich zwischen vier und sechs Uhr nachmittags, im Sommer deutlich später. Dieses einzige warme Essen am Tag besteht meist aus einem Fleisch-, Fisch- oder Pastagericht, gekochten Kartoffeln, einem Schlag Gemüse, vielleicht einem kleinen Salat oder etwas Grünzeug als Garnitur.

Wohin zum Essen?

Das Hotelfrühstück besteht in Norwegen meistens aus einem gigantischen Büfett mit überwiegend kontinentaler Auswahl, ein paar warmen Speisen (meist Speck, Eier und/oder Würstchen) und einigen skandinavischen Zutaten (wie eingelegter Hering). Wenn in einer Unterkunft kein Frühstück angeboten wird, ist eine Bäckerei die beste Möglichkeit; dort sind Brot, Kuchen, Sandwichs und Bagels recht günstig.

Frischen Fisch bekommt man auf den Fischmärkten zum Mitnehmen und kann ihn dann an einem ruhigen Ort mit Blick aufs Wasser genießen.

Norweger lieben es, auswärts zu essen, und nahezu jede Stadt hat mindestens ein Restaurant. Obwohl es üblich ist, die Hauptmahlzeit abends einzunehmen – und mittags nur einen Snack – haben vor allem in größeren Städten viele Restaurants günstige Mittagsangebote (häufig um 79 nkr). Sie sind meist sättigend und großzügig portioniert – eben für Gäste, denen ein Sandwich mittags nicht reicht. Manchmal sind sie als *dagens rett* (Tagesgericht) gekennzeichnet.

Die wichtigsten Begriffe rund um Essen & Trinken

bacalao	Kabeljau (siehe auch *torsk*)
bankebiff	in der Soße gegarte Rindfleischstücke
bidos	traditioneller Rentiereintopf (Samen)
brisling	Sardine
brus	alkoholfreies Getränk
dagens rett	Tagesangebot
dyrestek	Wildbraten
elg	Elch
fårikål	Kohleintopf mit Lamm
fiskebolle	Fischbällchen
fiskegrateng	Fischauflauf
fiskesuppe	dünne, cremige Fischsuppe
frokost	Frühstück
frukt	Obst
gaffelbitar	mit Salz und Zucker gepökelte Sprotten-/Heringsfilets
gatekjøkken	Imbissbuden
gravat laks	in Zucker, Salz, Brandy und Dill marinierter Lachs mit einer cremigen Soße
grønnsak	Gemüse

Gudbrandsdalsost	brauner Käse aus Ziegenmolke und/oder Kuhmilch
hvalbiff	Walsteak
hvitvin	Weißwein
jordbær	Erdbeere
kaffe	Kaffee
kjøtt	Fleisch
kjøttpålegg	kalter Aufschnitt
klippfisk	gesalzener und getrockneter Kabeljau
kylling	Hühnchen
laks	Lachs (in der Regel gegrillt)
lammebog	Lammschulter
lapskaus	dicker Eintopf mit Fleischwürfeln, Kartoffeln, Zwiebeln und anderem Gemüse
lunsj	Mittagessen
lutefisk	weiterverarbeiteter Dorsch, Makrele oder Seelachsklöße
melk	Milch
meny	Menü/Speisekarte
mineralvann	Mineralwasser
moltebær	Moltebeeren
nøtter	Nüsse
øl	Bier
oksekjøtt	Rindfleisch
ost	Käse
pinneribbe	an Weihnachten über Birken- oder Wacholderholz geschmorte Hammelrippchen
pølse	Würstchen, Hot Dog
potet	Kartoffel
pytt i panne	Eier mit Kartoffelwürfeln und Fleisch
rakfisk	fermentierte Forelle
reinsdyrstek	Rentierbraten
reker	Krabbe
rødvin	Rotwein
rømmegrøt	an Weihnachten servierter Pudding aus saurer Sahne, Mehl und Butter
røykelaks	Räucherlachs
rupa	Schneehuhn
salat	Salat
sauekjøtt	Lamm
sild	Hering
sildesalat	Salat mit Heringsscheiben, Gurken, Zwiebeln etc.
skinke	Schinken
sopp	Pilz
spekemat	Pökelfleisch aus Lamm, Rind, Schwein oder Rentier, oft mit Rührei serviert
spekeslid	gesalzener Hering, oft serviert mit eingelegter Roter Bete, Kartoffeln und Kohl
svinekjøtt	Schweinefleisch
syltelabb	gekochte und gepökelte Schweinefüße
torsk	Dorsch (siehe auch *bacalao*)
torsketunger	Dorschzungen
tunfisk	Thunfisch

Praktische Informationen

ALLGEMEINE INFORMATIONEN . . 430

Arbeiten in Norwegen . . . 430
Botschaften & Konsulate 430
Ermäßigungen 430
Essen 431
Feiertage 431
Fotografieren 431
Frauen unterwegs 431
Geld 431
Gesundheit 432
Internetzugang 432
Karten 433
Öffnungszeiten 433
Reisen mit Behinderung 433
Schwule & Lesben 433
Sicherheit 434
Sprachkurse 434
Strom 434
Telefon 434
Toiletten 435
Touristeninformation 435
Unterkunft 435
Versicherung 439
Visa 439
Zeit 439
Zollbestimmungen 439

VERKEHRSMITTEL & -WEGE 440

AN- & WEITERREISE 440
Einreise 440
Flugzeug 440
Auf dem Landweg 440
Auf dem Seeweg 441
Geführte Touren 442
UNTERWEGS VOR ORT 442
Auto & Motorrad 443
Bus 446
Fahrrad 447
Flugzeug 448
Nahverkehr 448
Schiff/Fähre 449
Trampen 449
Zug 450

SPRACHE 451

GLOSSAR 456

Allgemeine Informationen

Arbeiten in Norwegen

Um in Norwegen zu arbeiten, muss man zumindest über Grundkenntnisse der norwegischen Sprache verfügen. Das Land ist Mitglied des Europäischen Wirtschaftsraums (EWR), somit dürfen Bürger aus anderen EWR-Ländern hier drei Monate ohne Arbeitserlaubnis Arbeit suchen. Und wer eine Anstellung gefunden hat, darf für die Dauer seiner Beschäftigung im Land bleiben. Bürger von Nicht-EU-Ländern müssen vor der Einreise bei der norwegischen Botschaft oder dem norwegischen Konsulat im eigenen Heimatland eine Arbeitserlaubnis beantragen.

Eine gute Infoquelle in Oslo ist **Use-It** (Karte S. 56 f.; ☎24 14 98 20; www.use-it.no; Møllergata 3, Oslo; ⏲Juli–Anfang Aug. Mo–Fr 10–18, Sa 12–17 Uhr, sonst Mo–Fr 11–17, Sa 12–17 Uhr).

Norwegisches Arbeits- & Sozialamt (☎55 55 33 33, 80 03 31 66; www.nav.no)

Wer Hilfe bei der Arbeitssuche braucht, wendet sich am besten zuerst an diese Organisation. Die (kostenlosen) Infos online sind sehr umfangreich.

Botschaften & Konsulate

Deutschland (☎23 27 54 00; www.oslo.diplo.de; Oscars Gate 45, Oslo)

Österreich (☎22 54 02 00; www.bmaa.gv.at; Thomas Heftyes Gate 19–21, N-0244 Oslo)

Schweiz (☎22 54 23 90; www.eda.admin.ch/oslo; Bygdøy Allé 78, N-0244 Oslo)

Ermäßigungen

Als Mitglied im Verband Hostelling International erhält man 15 % Ermäßigung in HI-Hostels.

Seniorenkarten

Ermäßigungen für Museen, öffentliche Schwimmbäder und Verkehrsmittel usw. für Senioren *(honnør)* gelten für Personen ab 67 Jahren. Sie zahlen meistens 75 % des regulären Preises. Eine beson-

PRAKTISCH & KONKRET

- **DVDs** Norwegen verwendet das PAL-System.
- **Gewichte & Maße** Metrisch. Die Angabe *mil* (Meile) bedeutet norwegische Meile (10 km).
- **Rauchen** Rauchen ist in allen öffentlichen Gebäuden verboten, auch in Hotels, Restaurants und Bars.
- **TV & Radio** Der staatliche NRK (eine Fernsehstation und vier Radiokanäle) steht in Konkurrenz zu den Sendern TV2 und TV Norge sowie dem Satellitenfernsehen TV3. Fremdsprachige Sendungen sind untertitelt. Hotels haben oft Kabelfernsehen.
- **Währung** Norwegische Krone (nkr)
- **Zeitungen & Zeitschriften** Die angesehenste norwegische Tageszeitung ist die **Aftenposten** (www.aftenposten.no). **VG** (www.vg.no) und **Dagbladet** (www.dagbladet.no) sind überregionale Massenblätter und **Morgenbladet** (www.morgenbladet.no) ist eine Wochenzeitschrift. Die **Norway Post** (www.norwaypost.no) ist eine gute Informationsquelle, aber als Printversion nicht überall erhältlich. Die größeren internationalen Tageszeitungen und Zeitschriften gibt es in den Städten einen Tag nach Erscheinen.

dere Karte ist nicht notwendig, aber wer noch sehr jung aussieht, muss sein Alter nachweisen – und darf sich über das Kompliment freuen.

Studentenkarten

Studentenpreise erhalten in der Regel auch 25 % Nachlass. Wer in den Genuss dieser Vergünstigungen kommen will, muss einen entsprechenden Nachweis vorlegen (z. B. einen internationalen Studentenausweis; www.isic.org). Vorsicht: Es kann laut Erfahrungsberichten passieren, dass reguläre Studentenausweise nicht akzeptiert werden (außer von norwegischen Unis). Da ist die ISIC-Card eine wirklich gute Investition. Mit dieser Karte gibt's Nachlässe bei verschiedenen Verkehrsmitteln (einschließlich Fluggesellschaften, internationalen Fähren und öffentlichen Verkehrsmitteln im Land) sowie in manchen Internetcafés, reduzierten oder freien Eintritt in Museen und anderen Sehenswürdigkeiten, außerdem billiges Essen in einigen Studentenrestaurants.

Essen

Mittagessen wird meist zwischen 12 und 15 Uhr und Abendessen von 18 bis 23 Uhr serviert, aber viele Restaurants (samt ihrer Küchen) sind durchgehend geöffnet.

In diesem Buch sind die Restaurants in die nachfolgenden Preiskategorien untergliedert; die Angaben beziehen sich auf ein Standard-Hauptgericht.

€ weniger als 125 nkr

€€ 125–200 nkr

€€€ mehr als 200 nkr

Weitere Informationen zur norwegischen Küche auf S. 424.

Feiertage

Neujahr (Nyttårsdag) 1. Januar

Gründonnerstag (Skjærtorsdag) März/April

Karfreitag (Langfredag) März/April

Ostermontag (Annen Påskedag) März/April

Maifeiertag (Første Mai, Arbeidetsdag) 1. Mai

Nationalfeiertag (Nasjonaldag) 17. Mai

Himmelfahrt (Kristi Himmelfartsdag) Mai/Juni, 40. Tag nach Ostern

Pfingstmontag (Annen Pinsedag) Mai/Juni, 8. Montag nach Ostern

1. Weihnachtsfeiertag (Første Juledag) 25. Dezember

2. Weihnachtsfeiertag (Annen Juledag) 26. Dezember

Fotografieren

Die meisten Norweger lassen sich zwar gerne fotografieren, aber in den Samenregionen, wo die Menschen etwas kamerascheu sind, und in den Walfangdörfern sollte stets vorher gefragt werden. Die Leute fürchten manchmal, dass die Fotos in den Medien gegen sie verwendet werden könnten.

Umfangreiche Tipps für tolle Fotos gibt es im englischsprachigen *Lonely Planet's Guide to Travel Photography* von Richard l'Anson.

Frauen unterwegs

Frauen, die allein in Norwegen unterwegs sind, haben kaum Grund zur Sorge, denn nüchterne norwegische Männer sind normalerweise ein Muster an Anstand. Alkoholisierte Männer können zwar lästig und unangenehm werden, gehören jedoch vermutlich zur gleichen Sorte, die frau von zu Hause kennt. Die männerdominierten Ölstädte (darunter Stavanger, Haugesund und Kristiansund) können hingegen im ersten Moment vielleicht etwas einschüchternd wirken, insbesondere zu vorgerückter Stunde.

Journeywoman (www.journeywoman.com) Wirklich gute allgemeine Website für weibliche Reisende.

Krisesenter (☎90 57 91 18, 23 01 03 00; www.krisesenter.com) Frauen, die überfallen oder vergewaltigt wurden, können sich an das Krisesenter in Oslo wenden oder landesweit die Nummer ☎112 wählen.

Geld

Die einfachste Art der Bezahlung unterwegs bieten Kredit- oder Bankkarten. Etwas Bargeld für den Notfall oder kleinere Ausgaben versteht sich von selbst.

Geldautomaten

„Mini-Banks" (der norwegische Name für Geldautomaten) gibt es überall und sie akzeptieren alle bekannten Karten wie Maestro, Cirrus und Visa Electron oder Plus-Bankkarten. Vor der Abreise empfiehlt es sich trotzdem, mit der eigenen Bank abzuklären, wo man am günstigsten Geld abheben kann.

Geldwechsel

Nicht alle Banken wechseln Geld. In einigen Orten muss man sogar etwas länger suchen. Generell bieten Postämter und Touristeninformationen etwas schlechtere Kurse als Banken, können aber bei Kleinbeträgen außerhalb der Banköffnungszeiten ganz praktisch sein.

Kredit- & Bankkarten

Visa, Eurocard, MasterCard, Diners Club und American Express werden fast überall in Norwegen akzeptiert. Bei Verlust oder Diebstahl einer Karte sollte man eine der folgenden Stellen kontaktieren:

American Express (☎22 96 08 00)

Diners Club (☎21 01 53 00)

MasterCard (☎21 01 52 22, 80 01 26 97)

Visa (☎80 01 20 52)

Steuern & Erstattungen

Für Waren, die in Läden mit dem Aufkleber „Tax Free" gekauft wurden und einen Wert von 315 nkr (bei Lebensmitteln 290 nkr) übersteigen, kann mit dem „Refund Cheque" eine Rückerstattung der MVA (Mehrwertsteuer) von 25 % bzw. 15 % bei Lebensmitteln beantragt werden. Diesen Erstattungsscheck füllt man beim Kauf mit Namen, Adresse und Passnummer aus, um ihn dann bei der Ausreise zusammen mit den versiegelten Waren und dem Pass vorzulegen. Fährpassagiere erhalten ihre Rückerstattung normalerweise nach Ablegen des Schiffes beim Zahlmeister.

In den meisten Touristeninformationen und in manchen Touristenshops bekommt man die Broschüre *How to Shop Tax Free in Norway*. Darin wird das Verfahren erklärt und sind die Grenzübergänge aufgeführt, an denen Rückvergütungen ausgezahlt werden. Ansonsten hilft auch die Internetseite www.globalblue.com/destinations/norway weiter.

Trinkgeld

Bedienungszuschläge und Trinkgelder sind in Restaurant- und Taxipreisen bereits enthalten und es wird kein zusätzliches Trinkgeld erwartet. Trotzdem ist es nicht unüblich, den Rechnungsbetrag aufzurunden. Wenn der Service besonders gut war, kann natürlich auch noch etwas mehr gegeben werden.

Währung

Die norwegische Krone wird in diesem Buch mit dem Kürzel nkr dargestellt. Eine Krone entspricht 100 Öre (øre).

Gesundheit

Grundsätzlich ist eine Norwegenreise eine sehr gesunde Angelegenheit, besondere Vorsichtsmaßnahmen vor der Abreise sind nicht nötig. Die größten Risiken sind wahrscheinlich Virusinfektionen im Winter und Sonnenbrände sowie Mückenstiche im Sommer – und natürlich Blasen an den Füßen von den vielen Wandertouren.

Medizinische Versorgung & Kosten

Wer dennoch ernsthaft krank wird, wird sehr gut versorgt, denn das norwegische Gesundheitssystem ist exzellent.

Die meisten Medikamente sind auch in Norwegen erhältlich, aber oft unter einem anderen Namen. Deshalb sollte man bei Bedarf stets auch den Namen des benötigten Wirkstoffs parat haben. Werden Spritzen oder Nadeln mitgeführt, muss auf jeden Fall eine ärztliche Bescheinigung für ihre medizinische Notwendigkeit im Gepäck sein. Für kleinere Beschwerden gibt es beim Apotheker Ratschläge und verschreibungsfreie Medikamente, aber auch Tipps, wenn professionellere Hilfe nötig ist.

Die medizinische Versorgung ist wie fast alles in Norwegen unerschwinglich teuer – bloß nicht ohne Versicherungsschutz abreisen!

Wasser

Das Leitungswasser in Norwegen kann man überall unbedenklich trinken. Aber vom Wasser aus Bächen sollte man besser die Finger lassen, da selbst das klarste und verlockendste Quellwasser Giardien und andere Parasiten enthalten kann. Wanderer, die bei längeren Touren auf natürliches Trinkwasser angewiesen sind, sollten es zuvor gründlich abkochen. Sprudelndes Abkochen sollte ausreichen, allerdings ist der Siedepunkt von Wasser in höheren Lagen niedriger, sodass Keime nicht immer abgetötet werden. In diesem Fall sollte man das Wasser einfach länger (bis zu zehn Minuten) abkochen.

Gibt es keine Kochgelegenheit, sollte das Wasser chemisch behandelt werden. Chlortabletten (in der Apotheke erhältlich) töten viele Krankheitserreger, aber nicht Giardien und die Erreger der Amöbenruhr. Jod ist zur Wasserreinigung besser geeignet und in Tablettenform erhältlich. Die Gebrauchsanweisung sollte man jedoch sorgfältig durchlesen, da zu viel Jod für den Körper schädlich sein kann.

Internetzugang

Internetcafés

Seit es überall WLAN gibt, sind gute und zuverlässige Internetcafés immer schwerer zu finden; die lokalen Touristeninformationen können einem da weiterhelfen. Die Preise pro Stunde bewegen sich zwischen 25 und 75 nkr, Studenten erhalten manchmal Rabatt.

Öffentliche Bibliotheken & Touristeninformationen

Den Mangel an Internetcafés machen die kostenlosen Internetzugänge in den meisten Stadtbüchereien *(biblioteket)* wieder wett. Da die Nachfrage sehr groß ist, sollte am besten schon morgens reserviert werden. Besonders gut besuchte Bibliotheken beschränken die Onlinezeit zudem häufig auf eine halbe Stunde. Einige Touristeninformationen bieten ebenfalls Internetzugang, manchmal kostenlos, aber meist gegen eine kleine Gebühr.

WLAN

WLAN steht landesweit in den meisten Hostels und in einigen Hotels und Restaurants zur Verfügung und ist in der Regel (aber nicht immer) kostenlos. Eventuell muss man gezielt nach dem Passwort fragen, um sich einzuloggen. Die Geschwindigkeit der Verbindung ist in Hotels von Zimmer zu

Zimmer unterschiedlich (beim Einchecken fragen). Alle Flughäfen bieten WLAN, aber es kostet um die 60 nkr pro erste Stunde. Hotels mit WLAN sind in diesem Buch mit dem Symbol (((ᯤ))) versehen, Hotels mit einem für Gäste zugänglichen Computer mit dem Symbol @.

Karten

Die meisten Touristeninformationen bieten übersichtliche und kostenlose Stadtpläne.

Straßenkarten

Die besten Straßenkarten sind die der Cappelens-Serie, die in norwegischen Buchläden verkauft werden. Es gibt drei Karten im Maßstab 1:335 000: *Nr. 1 Sør-Norge Sør, Nr. 2 Sør-Norge Nord* und *Nr. 3 Møre og Trøndelag*. Nordnorwegen gibt es noch mal auf zwei Bögen im Maßstab 1:400 000: *Nr. 4 Nordland og Sør-Troms* und *Nr. 5 Troms og Finnmark*. Der *Veiatlas Norge* (Norwegischer Straßenatlas), herausgegeben vom Statens Kartverk, wird alle zwei Jahre überarbeitet.

Übersichtskarten

Bilkart over Norge von Nortrabooks ist eine der besten erhältlichen Norwegenkarten. Diese detaillierte topografische Karte zeigt das gesamte Land im Maßstab 1:1 000 000 auf einer Seite. Der Karte *Michelin Norwegen – 752* (1:1250 000) ist ebenfalls empfehlenswert, allerdings wurde sie zuletzt im Januar 2007 aktualisiert und die Beschriftung ist etwas zu klein geraten.

Wanderkarten

Den Norske Turistforening (DNT, Norwegischer Bergwanderverein; Karte S. 56 f.; www.turistforeningen.no; Storget 3; ⊙Mo–Mi & Fr 10–17, Do bis 18, Sa bis 15 Uhr) ist die beste Quelle für Wanderkarten. Wanderer können sich topografische Karten in jedem DNT-Büro besorgen, wobei die Büros in den größeren Städten eine größere Auswahl an Karten haben, die über die jeweilige Region hinausgehen. Nationalparkbüros und Touristeninformationen verkaufen oft die ausgezeichneten Wanderkarten von Turkart oder vom Statens Kartverk (www.statkart.no); Norwegens Kartenwerk von offizieller Stelle, erfasst das ganze Land auf 21 Einzelkarten im Maßstab 1:250 000.

UNTERKUNFT ONLINE BUCHEN

Weitere Hotelbeschreibungen von Lonely Planet Autoren gibt's unter hotels.lonelyplanet.com/Norway. Dort findet man unabhängige Kritiken und Empfehlungen zu den besten Unterkünften, außerdem kann man sie gleich online buchen.

Öffnungszeiten

Die folgenden Standardöffnungszeiten gelten in der Hochsaison (Mitte Juni bis Mitte September); sonst fallen sie oft kürzer aus. Viele Geschäfte, Restaurants und andere Unternehmen (insbesondere außerhalb der größeren Städte) bleiben über Weihnachten und Ostern geschlossen.

Banken Mo–Mi & Fr 8.15–15, Do 8.15–17 Uhr

Geschäfte Mo–Mi & Fr 10–17, Do 10–19, Sa 10–14 Uhr

Hauptpostämter Mo–Fr 8–20, Sa 9–18 Uhr, oder Mo–Fr 9–17, Sa 10–14 Uhr

Restaurants 12–15 & 18–23 Uhr

Supermärkte Mo–Fr 9–21, Sa 9–18 Uhr

Reisen mit Behinderung

Norwegen ist generell gut auf Behinderte eingestellt. So ist es gesetzlich vorgeschrieben, dass alle neu gebauten öffentlichen Gebäude mit einem Zugang für Rollstuhlfahrer ausgestattet werden müssen. Trotzdem ist – wie in den meisten anderen Ländern – noch einiges zu tun. Daher sei jedem, der eine Behinderung hat, eine gute Planung im Voraus empfohlen.

Die meisten norwegischen Touristeninformationen führen Listen mit rollstuhlgerechten Hotels und Hostels. Aber die beste Quelle ist der norwegische Behindertenverband. Fast alle Straßenübergänge sind entweder mit einer Rampe oder einem sehr niedrigen Bordstein versehen und an Fußgängerampeln ertönt ein akustisches Signal – ein längerer Piepton heißt sicheres Überqueren, ein kürzerer Piepton: Ampel schaltet bald um.
Auch die meisten (wenn auch nicht alle) Züge haben Waggons mit genügend Platz für Rollstuhlfahrer und viele öffentliche Gebäude haben rollstuhlgerechte Toiletten.

Organisationen & Touren

Norwegischer Behindertenverband (Norges Handikapforbund; Karte S. 56 f.; ✆24 10 24 00; www.nhf.no; Schweigaards Gate 12, Grønland, Oslo) Informationen zum Reisen mit Handikap und wichtige Adressen in Norwegen.

Mobility International Schweiz (MIS; ✆062-2 06 88 35; www.mis-infothek.ch)

Handicap Network (08 21-252 79 70; www.handicap-network.de)

Handicap.de (www.handicap.de)

Schwule & Lesben

Die Norweger sind generell tolerant gegenüber allen Lebensstilen. Homosexualität ist seit 1973 nicht mehr

strafbar und am 1. Januar 2009 verabschiedete das Parlament ein geschlechterneutrales Ehegesetz. Damit war Norwegen erst das sechste Land der Welt, das gleichgeschlechtliche Ehen legalisierte. Das neue Gesetz garantiert verheirateten Paaren jedweder sexueller Orientierung die Rechte auf kirchliche Trauung, Adoption und künstliche Befruchtung.

Trotzdem ist der Austausch von Zärtlichkeiten in der Öffentlichkeit nicht üblich, von einigen Vierteln Oslos vielleicht abgesehen. Die Hauptstadt ist generell für Schwule und Lesben der beste Ort in Norwegen, aber selbst hier ist es schon gelegentlich zu Angriffen auf Händchen haltende homosexuelle Paare gekommen, besonders in den zentrumsnahen und östlichen Stadtteilen. Schwierigkeiten könnten überall dort auftauchen, wo konservative religiöse Ansichten dominieren – sei es dort, wo muslimische Immigranten leben, oder auf dem Land, wo fromme Protestanten zu Hause sind.

Oslo' Schwulenszene ist die lebendigste in Norwegen. Es lohnt sich, bei **Use-It** (Karte S. 56 f.; ☎24 14 98 20; www.use-it.no; Møllergata 3, Oslo; ⏲Juli–Anfang Aug. Mo–Fr 10–18, Sa 12–17 Uhr, sonst Mo–Fr 11–17, Sa 12–17 Uhr) vorbeizuschauen, wo die erstklassige jährlich erscheinende Broschüre *Streetwise* mit dem „Gay Guide" erhältlich ist.

Organisationen & Websites

Global Gayz (www.globalgayz.com) Im Norwegenteil der Seite gibt es einige interessante Hintergrundinfos und praktische Informationen.

Landsforeningen for Lesbisk og Homofil Frigjøring (LLH; ☎23 10 39 39; www.llh.no; Valkyriegaten 15, Oslo) Norwegischer Landesverband der Schwulen und Lesben. Die Website ist leider nur auf Norwegisch.

Night Tours (www.nighttours.com/oslo) Ein Führer durch Oslos regenbogenfarbenes Nachtleben.

Visit Oslo (www.visitoslo.com) Einige hilfreiche Links sind im Abschnitt „Oslo für Schwule" aufgeführt.

Sicherheit

Persönlicher Besitz ist in Norwegen sicherer als in den Heimatländern der meisten Besucher. Auch die Städte – sogar der Osten von Oslo, der einen relativ schlechten Ruf hat – sind nachts ziemlich sicher. Leichtsinnig sollte man trotzdem nicht werden. Vorsicht ist in der Nähe der Nachtclubs rund um die Rosenkrantz Gate in Oslo geboten; Taschendiebe sind besonders im Bezirk Torget in Bergen unterwegs. Die größte Belästigung stellen Drogenabhängige, Betrunkene und/oder Bettler dar (besonders in Oslo). Sie erkennen einen naiven Touristen schon von Weitem. Cannabis ist zwar mancherorts leicht zu bekommen, aber trotzdem keinesfalls legal.

Wer in der norwegischen Wildnis wandern will, sollte daran denken, dass sich das Wetter auch im Sommer schnell ändern kann.

Sprachkurse

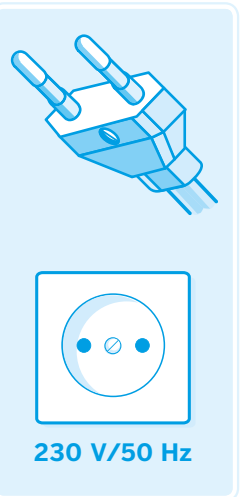
Berlitz Language Services (☎23 00 33 60; www.berlitz.no; 7. OG, Akersgata 16, Oslo) Praktische Lage im Herzen der Stadt mit Kursen auf Deutsch.

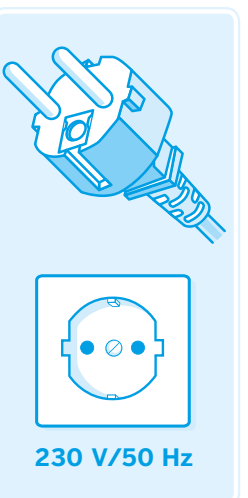
Folkeuniversitetet Oslo (☎22 47 60 00; www.fuoslo.no; 5. OG, Torggata 7, Oslo) Ebenfalls zentral gelegene Sprachschule.

International Summer School, University of Oslo (☎22 85 63 85; www.uio.no/english/studies/summerschool; 6. OG, Gaustadalléen 25, Oslo) Nordwestlich des Zentrums, auf dem Unigelände.

Oslo Adult Education (Oslo Voksenopplæring; ☎23 47 00 00; www.english.oslovo.no; Karoline Kristiansens vei 8, Oslo) Östlich der City.

Strom





Telefon

Handys

Nur wenige Orte in Norwegen haben kein GSM-Netz; fast

90 % des Landes sind abgedeckt. Natürlich gilt das nicht gerade für abgelegene Wildnisgebiete und die Wanderwege der meisten Nationalparks.

Wer das eigene Handy in Norwegen benutzen will, informiert sich am besten vorher bei seinem Anbieter über die Roamingkosten. Sonst könnte es bei der nächsten Rechnung eine böse Überraschung geben. Theoretisch sollte es so sein, dass Nutzer von Handys, die in einem europäischen Land registriert sind, keine Roaminggebühren zahlen müssen (trotzdem lieber noch mal nachfragen). Auch wer eine norwegische SIM-Karte benutzen will, sollte vorher beim eigenen Anbieter nachfragen, da einige Geräte für die Nutzung durch andere Anbieter blockiert sind. Besitzt man aber ein Handy, das fremde SIM-Karten akzeptiert, kann man diese in jedem 7-Eleven und in einigen Narvesen-Kiosken kaufen. Da die Gebrauchsanleitung ausschließlich auf Norwegisch erhältlich ist, sollte die Karte besser in einer Verkaufsstelle von Telehuset gekauft werden, die Soforthilfe bei der Verbindungsherstellung geben. SIM-Karten gibt es ab 200 nkr, ein Gesprächsguthaben über 100 nkr inklusive. Es gibt drei Hauptanbieter:

NetCom (www.netcom.no) Der zweitgrößte Anbieter Norwegens.

Mobile Norway (www.mobilenorway.no) Auch bekannt als Network Norway.

Telenor Mobil (www.telenor.com) Der größte Mobilfunkdienstleister.

Telefonkarten

Internationale Anrufe sind oft maßlos teuer. Es gibt zwar Telekort-Karten (Telenor-Telefonkarten), aber die sind schwer zu finden (meist auf Postämtern oder in Narvesen-Kiosken). Auch Karten- oder Münztelefone werden in Norwegen immer seltener. Telefonkarten von privaten Anbietern für meist 100 nkr sind eine Alternative. Mittels einer PIN-Nummer in einem Rubbelfeld auf der Kartenrückseite und eines lokalen Zugangscodes kann man damit über sechs Stunden lang telefonieren. Einziges Problem: Sie sind ebenfalls schwer zu bekommen. Gelegentlich bieten Kioske sie an, aber am einfachsten erhält man sie in „ethnischen" Lebensmittelgeschäften. Ansonsten ist das Telefonieren ins Ausland übers Internet (z. B. www.skype.com) zu empfehlen. Leider sind nicht viele Internetcafés skypefähig und von den Bibliothekscomputern ist generell keine Internettelefonie möglich.

Telefonnummern

Alle norwegischen Telefonnummern bestehen aus acht Ziffern. Die Nummern, die mit „800" beginnen, sind meist gebührenfrei. Handynummern beginnen mit einer „9". Es gibt keine Ortsvorwahlen (sie sind Bestandteil der individuellen Nummern).

Auskunft ☎180; Anrufe kosten 9 nkr pro Minute.

Norwegische Landesvorwahl ☎00 47

Toiletten

Die meisten Städte (und viele Rastanlagen) bieten öffentliche Toiletten. Allerdings muss man in einigen Einkaufszentren, Bahnhöfen, Busbahnhöfen und sogar in manchen Restaurants für die Toilettenbenutzung bis zu 10 nkr bezahlen.

Touristeninformation

Die Touristeninformationen in Norwegen sind einfach phänomenal. Die meisten bieten allgemeine Informationen sowie Buchungen von Unterkünften und Aktivitäten an – ein echter All-in-one-Service. Fast jede Stadt hat eine eigene Touristeninformation. Die meisten Büros in größeren Orten oder touristischen Regionen bringen jedes Jahr Broschüren mit umfassenden und topaktuellen Infos zum Ort heraus. In kleineren Orten sind die Büros manchmal nur während der Hauptsaison in den Sommermonaten geöffnet. In den großen Städten haben sie das ganze Jahr über auf, lediglich mit kürzeren Öffnungszeiten in der Nebensaison.

Übrigens laufen Touristeninformationen unter einer Vielzahl von Namen – *turistkontor* und *reiseliv* gehören zu den gebräuchlichsten. Alle haben aber das Symbol für Information deutlich sichtbar außen angebracht. So sind sie leicht zu erkennen und zu finden.

Norwegian Tourist Board (Norges Turistråd; ☎22 00 25 00; www.visitnorway.com; PO Box 448, Sentrum, N-0158 Oslo) Allgemeine touristische Infos zu Norwegen.

Unterkunft

Norwegen hat eine riesige Auswahl an Unterkünften zu bieten: von Campingplätzen, Hostels und Pensionen bis hin zu Hotels mit internationalem Standard. Im Vergleich zu anderen Ländern sind die Preise sehr hoch, das Niveau aber auch. Die meisten Hotels haben WLAN.

Buchung

Es passiert zwar selten, dass alle Unterkünfte in einem Ort ausgebucht sind (außer während Festivals), aber es ist immer sinnvoll, das gewünschte Hotel vorher zu buchen.

Die meisten Unterkünfte akzeptieren Reservierungen per Telefon oder E-Mail (bei E-Mail-Buchungen muss häufig die Kreditkartennummer angegeben werden). Viele Hostels buchen auch gegen eine kleine Gebühr (um 20 nkr) ein Bett im nächsten Zielort.

ÜBERNACHTUNGSPREISE

Die Kategorien orientieren sich an den Preisen für ein Doppelzimmer mit Bad in der Hauptsaison. Wenn nicht anders vermerkt, ist das Frühstück inklusive.

€ weniger als 750 nkr

€€ 750–1400 nkr

€€€ mehr als 1400 nkr

Viele Touristeninformationen helfen bei der Zimmersuche, meist gegen eine Gebühr von etwa 50 nkr. Abgesehen von wenigen großen Touristeninformationen, gilt dieser Service nur bei persönlichem Erscheinen vor Ort, nicht per Telefon.

Reisezeit

Hauptsaison ist von etwa Mitte Juni bis Mitte August. Merkwürdigerweise sind dann die Preise am niedrigsten und viele Hotels bieten in dieser Zeit die besten Deals. In einigen Gegenden beginnt die Saison bereits Mitte Mai und dauert bis Mitte September.

Auch der Winter ist eine beliebte Reisezeit, besonders im Norden Norwegens, wo Aktivitäten wie Motor- oder Hundeschlittenfahrten locken. Anders als im Sommer sinken die Preise dann allerdings nicht. Einige Hotels und die allermeisten Campingplätze schließen über die Wintermonate. Die äußerst seltenen Eishotels hingegen, wie die in Kirkenes und Alta, sind natürlich nur im Winter geöffnet.

Preise

Die Preise in den norwegischen Hotels sind je nach Jahreszeit unterschiedlich. Die ermäßigten Hochsaisonpreise gelten nur im Juli. Eine Ausnahme sind die Unterkünfte an der Küste Südnorwegens, wo die Preise in den Badeorten im Sommer in die Höhe schießen.

Es scheint die Meinung vorzuherrschen, dass im restlichen Jahr nur Geschäftsleute mit großem Spesenkonto durch Norwegen reisen. Entsprechend hohe Preise werden dann verlangt (oft mit Preissteigerungen um bis zu 40 %). An den Wochenenden (meist freitags und samstags, aber manchmal auch sonntags) gelten aber oft das ganze Jahr über die günstigeren Sommerpreise. Wer außerhalb der Sommermonate durch Norwegen reist, sollte also unbedingt stets nach Sonderangeboten und Ermäßigungen fragen.

Preise für Einzelzimmer sind in der Regel nicht viel niedriger als Doppelzimmerpreise. Übrigens wird bei Preisanfragen oft der Zimmerpreis *pro Person* angegeben, also immer nachhaken.

Billige Unterkünfte zu finden, ist nicht leicht in Norwegen. Es bleiben oft nur Campingplätze (mit Zelt oder einfacher Hütte), Hostels oder Pensionen. In der Budgetkategorie ist nur selten ein eigenes Bad zu haben. Die Zimmer in der Mittel- und Spitzenklassekategorie sind meist sehr komfortabel und haben fast immer ein eigenes Bad.

Bed & Breakfast

Manche Unterkünfte bieten B&B-Zimmer mit Frühstück an (meist mit Gemeinschaftsbad). Sie kosten je EZ/DZ von 450/600 nkr bis 650/900 nkr.

Bed & Breakfast Norway (www.bbnorway.com) hat ein umfassendes Verzeichnis von B&Bs in ganz Norwegen und verkauft auch *The Norway Bed & Breakfast Book*, ebenfalls mit landesweitem Verzeichnis.

Camping

In Norwegen gibt's über 1000 Campingplätze. Ein Zeltstellplatz auf einem einfachen Campingplatz kostet ab 100 nkr, auf Campingplätzen mit besserer Ausstattung oder in besonders attraktiven Gegenden wie Oslo und Bergen bis zu 225 nkr. Normalerweise ist der Parkplatz für Auto, Motorrad bzw. Caravan im Preis enthalten. Hier und da wird ein zusätzlicher Betrag pro Person verlangt. Auch Strom kostet häufig ein paar Kronen extra, und fast alle Plätze verlangen fürs Duschen 10 nkr.

Die meisten Campingplätze vermieten auch einfache Hütten mit Kochgelegenheit ab 400 nkr für eine ganz bescheidene Behausung mit zwei oder vier Betten. Schlafsäcke sollten mitgebracht werden, denn Bettzeug und Decken kosten immer extra (50 bis 100 nkr).

Wer sich nicht gerade eine Luxushütte mit eigener Dusche und Toilette ausgesucht hat (750 bis 1300 nkr), muss für Dusche und Wasser bezahlen (wenige Ausnahmen ausgenommen). Vor der Abreise muss jeder seine Hütte putzen, sonst ist eine Reinigungsgebühr fällig (um 150 nkr).

Wichtig ist noch, dass zwar einige Anlagen das ganze Jahr über geöffnet sind, die meisten Zelt- und Caravanplätze aber außerhalb der Saison (Anfang Sept.–Mitte Mai) geschlossen sind.

Das kostenlose Heft *Camping* (bei einigen Touristeninformationen, Campingplätzen und Norsk Camping erhältlich) hat ein umfassendes Verzeichnis mit Hunderten Campingplätzen. Leider sind die meisten Einträge auf Norwegisch.

NAF Camp (www.nafcamp.no/de) Sehr gute Internetquelle, die mehr als 250 Campingplätze in ganz Norwegen nennt.

Norsk Camping (www.camping.no/de) Allgemeine Infos für Camper. Außerdem bekommt man hier den umfangreichen Guide *Camping*, in Buchform (der Versand nach Hause kostet 90 nkr) oder als PDF (kostenlos).

DNT- & andere Berghütten

Den Norske Turistforening (DNT, Norwegischer Bergwanderverein; Karte S. 56 f.; www.turistforeningen.no; Storget 3; Mo–Mi & Fr 10–17, Do bis 18, Sa bis 15 Uhr) unterhält 460 Berg- oder Waldhütten, die jeweils eine Tageswanderung voneinander entfernt an den 20 000 km gut markierten und gepflegten Wanderwegen des Landes liegen. Über 400 von ihnen haben auch Betten zum Übernachten, der Rest ist nur zum Essen, Ausruhen oder für Notfälle gedacht.

Das Angebot an DNT-Hütten reicht von Selbstversorgerhütten mit zwei Betten bis zu großen Häusern mit Personal, gutem Service und bis zu 100 Betten. DNT-Mitglieder erhalten in beiden Kategorien erhebliche Preisnachlässe.

Die meisten DNT-Hütten sind vom 16. Februar bis 14. Oktober geöffnet. Die großen betreuten DNT-Häuser haben auch vom Samstag vor Palmsonntag bis Ostermontag geöffnet. Die Hütten mit Personal an der Eisenbahnstrecke Oslo–Bergen sowie einige andere öffnen bereits Ende Februar für die Skilanglaufsaison. Verzeichnisse mit den Öffnungszeiten jeder Hütte sind über den DNT erhältlich.

Mitglieder/Nichtmitglieder, die lieber im Freien kampieren und die Hütteneinrichtungen nutzen möchten, bezahlen 50/60 nkr.

Es gibt in den meisten Bergregionen auch einige private Wanderhütten, die jedoch nicht alle der Öffentlichkeit zugänglich sind. Einige gewähren einen Rabatt für DNT-Mitglieder.

SELBSTVERSORGER-HÜTTEN DES DNT

Alle Selbstversorgerhütten bieten Kochgelegenheiten, aber in den meisten muss man seinen eigenen Schlafsack oder eine Decke, wie sie in Hostels üblich sind, mitbringen.

REISEHINWEISE

Auf folgenden Websites der jeweiligen Außenministerien werden Reisehinweise und Länderinformationen veröffentlicht:

Auswärtiges Amt Deutschland (www.auswaertiges-amt.de)

Außenministerium Österreich (www.bmeia.gv.at)

Eidgenössisches Departement für Auswärtige Angelegenheiten (www.eda.admin.ch)

Für Selbstversorgerhütten muss man sich vorher in einem DNT-Büro oder beim Personal einer anderen Hütte einen Schlüssel abholen (gegen 150 bis 200 nkr Kaution). Die Bezahlung erfolgt über einen dafür vorgesehenen Kasten, in den ein ausgefüllter Zettel für eine einmalige Genehmigung sowie Bargeld oder die Kreditkartennummer hinterlegt werden müssen. Es gibt zwei Kategorien von Selbstversorgerhütten: Einige sind mit Decken und Kissen ausgestattet, haben einen Holzofen, Feuerholz, Gaskocher sowie eine große Auswahl an Konservendosen bzw. gefriergetrockneten Lebensmitteln, die nach dem Ehrlichkeitsprinzip bezahlt werden. In anderen Hütten müssen dagegen die Nutzer ihre eigenen Lebensmittel mitbringen. Ein Bett in einer Selbstversorgerhütte kostet für DNT-Mitglieder/Nichtmitglieder 220/325 nkr.

DNT-HÜTTEN MIT PERSONAL

In den Hütten mit Personal – die meisten befinden sich im Süden des Landes – können Gäste ohne Anmeldung einfach auftauchen und für die Übernachtung bezahlen. Nach den internationalen Regeln der Berggastfreundschaft wird niemand abgewiesen, selbst wenn es nur noch auf dem Boden Platz gibt. Für DNT-Mitglieder über 50 ist ein Bett garantiert, auch wenn dies bedeutet, dass ein jüngerer Wanderer dafür seines räumen muss. Die Hütten sind an Ostern meist rappelvoll und im Sommer durchweg gut ausgelastet.

In den „bemannten" Hütten sind Kochgelegenheiten eher die Ausnahme. Bettzeug wird verkauft bzw. ist im Übernachtungspreis inbegriffen.

Ein Gesamtverzeichnis aller betreuten Hütten und deren Preise stehen auf der Website des DNT.

Gästehäuser & Pensionen

Pensionen *(pensjonat)* und Gästehäuser *(gjestehus)* sind häufig anzutreffen. Viele, besonders die Gästehäuser, sind Privatunterkünfte, die weitaus mehr persönliche Atmosphäre bieten als ein Hostel oder Hotel. Ein EZ/DZ mit Gemeinschaftsbad kostet meist ab 500/750 nkr, kann aber auch weitaus teurer sein. Bettwäsche und/oder Frühstück sind nur in den teureren Häusern im Preis enthalten.

Hostels

Relativ preiswerte Hostels *(vandrerhjem)* bieten in Norwegen ein Schlafsaalbett für die Nacht plus Benutzung von Gemeinschaftsräumen, in der Regel eine Küche für Selbstversorger (es ist ratsam, Kochutensilien und Lebensmittel selbst mitzubringen), Badezimmer und Internetanschluss. Manche haben auch Einzel- oder Doppelzimmer entweder mit Bad oder Gemeinschaftsbad, die aber ihr Geld oft nicht wert sind.

Einige Hostels sind komfortable, lodgeartige Unterkünfte, die ganzjährig geöff-

net haben, andere wiederum dienen vornehmlich als Schulunterkünfte. Manchmal befinden sie sich auch in den billigeren Flügeln von Hotels und mitunter sind sie sogar teurer als eine Hütte oder ein Budgethotel. In den meisten Hostels müssen die Gäste ihre Bettwäsche selbst mitbringen. Schlafla-ken werden aber fast überall ausgeliehen (50 nkr pro Stück; unabhängig von der Aufenthaltsdauer).

Die meisten Hostels haben Zimmer mit zwei bis sechs Betten und kosten pro Bett zwischen 200 und 400 nkr. In den teureren Herbergen gehört zur Übernachtung meist noch ein Frühstücks-büfett, während in anderen das Frühstück 50 bis 125 nkr extra kostet. Manche bieten auch ein preiswertes Abend-essen für um die 125 nkr an.

Eine willkommene Erwei-terung des Budgetsegments sind Ketten wie Citybox, Smarthotels und Basic Ho-tels. Sie bieten schicke, preis-werte Übernachtungsmög-lichkeiten in einer Mischung aus Hostel und Hotel, haben sich bislang aber nur in den großen Städten angesiedelt.

Es gibt mehrere Hostel-führer, darunter der jährlich aktualisierte Europa-Führer des HI.

Hostelling International (HI; www.hihostels.com) Nicht alle, aber viele norwegische Hostels sind dem Verband Hostelling International angeschlossen. Mitglieder zahlen 15 % weniger als Nichtmitglieder. Eine Mit-gliedschaft kann in der HI-Vertretung im jeweiligen Heimatland erworben werden (Adressen auf der HI-Website).

Norske Vandrerhjem (✆23 12 45 10; www.hihostels.no) Der norwegische Jugendher-bergsverband Norske Vand-rerhjem ist dem HI ange-schlossen und gibt den kostenlosen Hostel-Guide *Hostels in Norway* heraus, in dem alle 77 Hostels des Verbands mit aktuellen Preisen verzeichnet sind. Es ist in den entsprechenden Hostels und in einigen Touristeninformationen erhältlich.

Hotels

Die norwegischen Hotels sind im Allgemeinen modern ausgestattet und sehr gut, aber einen eigenen Charak-ter bieten nur wenige. Lan-desweit operierende, komfor-table Hotelketten sind die Norm. Hat man eins gese-hen, kennt man sie alle: Nach einer Weile wird sich ein Gefühl von Déja vu einstellen. Egal, ob man ein Zimmer in Oslo oder in Kirkenes hat, es sieht irgendwie alles gleich aus. Ein Vorteil der Hotelket-ten oder Hotelverbände sind jedoch die Hotelpässe, die manchmal angeboten werden und zu einer kosten-losen Übernachtung berech-tigen, wenn genug Nächte in einer Kette verbracht wur-den; manche Pässe sind allerdings nur im Sommer gültig.

Best Western (www.best western.no) Das internationa-le Punktesystem von Best Western gilt, zusätzlich zu gelegentlichen Sonderprei-sen im Sommer, in allen Best-Western-Hotels in Norwegen.

Nordic Choice Hotels (www.nordicchoicehotels.no) Mit dem Nordic Choice Club, der die Hotelketten Clarion, Quality und Comfort um-fasst, können bei genügend Übernachtungen in den Mitgliedshotels Freiüber-nachtungen angesammelt werden. In einigen Comfort Hotels ist im Preis ein leichtes Abendbüfett enthal-ten. Ein schicker Neuzugang ist der Boutique-Ableger Clarion Collection.

De Historiske (✆55 31 67 60; www.dehistoriske.no) Immer eine gute Wahl ist dieses Netzwerk aus histori-schen Hotels und Restau-rants (kein Bonussystem). De Historiske ist nicht wirklich eine Kette; die gebotene Qualität bewegt sich aber durchgängig auf einem hohen Niveau, jedes Hotel ist architektonisch einzigartig und viele werden privat betrieben. Sie sind zugegebenermaßen oft teuer, aber fast immer ihr Geld wert.

Fjord Pass (www.fjordpass.no; 2 Erw. & beliebig viele Kinder unter 15 J. 150 nkr) Der Fjord Pass verschafft Inha-bern ganzjährig Rabatte in 120 Hotels, Gästehäusern, Hütten und Ferienwohnun-gen. Kostenlose Übernach-tungen gibt es nicht, aber die Preisnachlässe pro Tag sind erheblich. Man sollte jedoch lieber stets online buchen, anstatt vor Ort auf einen Preisnachlass zu hoffen.

Scandic Hotels (Rica Hotels; www.scandichotels.no) Scan-dic hat Rica gekauft und plant, sämtliche Hotels umzubenennen. Das Rebr-anding wird aber sicher noch einige Zeit in Anspruch nehmen. Wie das Treuesys-tem aussehen wird, ist noch nicht klar.

Thon Hotels (www.thonho tels.com) Noch ein System mit Gratismitgliedschaft, die zu ermäßigten oder kosten-losen Übernachtungen berechtigt.

Privatzimmer

In einigen Orten haben die Touristeninformationen Verzeichnisse mit Privatzim-mern. Sie zählen zu den günstigsten Unterkünften in Norwegen. Manchmal können Gäste auch bei norwegischen Familien unterkommen. Die Preise sind unterschiedlich, über-steigen aber selten 400/500 nkr für ein EZ/DZ. Frühstück ist nicht immer enthalten und Duschen kosten manchmal 10 bis 20 nkr extra.

An den Straßen sind hier und da *rom*-Schilder zu sehen, die auf schlichte Privatunterkünfte hinweisen. Diese Zimmer kosten in der Regel 250 bis 450 nkr (ohne Frühstück), manchmal etwas

weniger, wenn die Gäste ihre eigene Bettwäsche oder einen Schlafsack mitbringen.

Sommerhäuser & Hütten

Verzeichnisse mit Hütten und Sommerhäusern, die privat vermietet werden, wenn die Besitzer sie nicht selbst nutzen, gibt es in den meisten Touristeninformationen beliebter Feriengebiete; teils werden sie auch während der Skisaison angeboten. Die Preise für eine Woche beginnen bei etwa 1500 nkr für ein einfaches Haus in der Nebensaison und reichen bis ca. 15 000 nkr für ein luxuriöses Chalet im Hochsommer. In den meisten Hütten können mindestens vier Personen schlafen und manche bieten sogar bis zu zwölf Leuten Platz. Für Gruppen könnte sich diese Option also durchaus lohnen. Normalerweise muss im Voraus gebucht und zudem eine Kaution von ungefähr 750 nkr oder 20 % des Gesamtpreises hinterlegt werden – je nachdem, was weniger ist.

Dansommer (☎in Dänemark 39 14 33 00; www.dansommer.com) Die dänische Privatagentur vermittelt Hunderte von Hütten und Chalets in Norwegen und ganz Skandinavien.

Versicherung

Eine Reiseversicherung gegen Diebstahl, Verlust von Wertsachen, Krankheit und Stornierung oder Verspätung der Reise (wegen Krankheit, Ticketverlust, Streik usw.) lohnt sich immer. Bei Bezahlung des Tickets mit einer Kreditkarte ist oft eine begrenzte Reiseunfallversicherung enthalten und es besteht die Möglichkeit, die Bezahlung zurückzufordern, wenn der Reiseveranstalter seine Verpflichtungen nicht erfüllt.

Einige Versicherungen schließen ausdrücklich „gefährliche Aktivitäten" aus, wie Motorrad-, Ski- und Schneemobilfahren sowie Bergsteigen oder sogar Wandern. Eine Reiseversicherung sollte unbedingt Krankentransporte und im Notfall Überführung ins Heimatland abdecken. Außerdem kann eine Police von Vorteil sein, die Arzt- oder Krankenhausrechnungen sofort begleicht und nicht erst die Kosten erstattet, nachdem sie vor Ort selbst bezahlt wurden. Dann müssen aber unbedingt alle Unterlagen aufbewahrt werden.

In Norwegen wird von EU-Bürger unter Umständen eine Gebühr für Notfallbehandlungen verlangt. Die Vorlage der europäischen Krankenversicherungskarte hilft, die Dinge zu beschleunigen, und reduziert den anfallenden Papierkram auf ein Minimum. Man sollte sich rechtzeitig im Voraus bei seiner Krankenkasse oder dem Reiseveranstalter danach erkundigen.

Eine weltweite Reiserversicherung gibt es auch bei www.lonelyplanet.com/bookings. Reisende können sie online abschließen, verlängern und in Anspruch nehmen, auch von unterwegs.

Visa

Norwegen gehört zu den 26 Staaten, die das Schengener Abkommen unterzeichnet haben, das in 22 EU-Ländern (mit Ausnahme von Bulgarien, Zypern, Irland, Rumänien und Großbritannien) sowie in Island, Norwegen, Liechtenstein und der Schweiz freies Reisen garantiert.

Arbeiten oder Studieren in Norwegen Unter Umständen wird ein besonderes Visum verlangt. Einzelheiten sind bei der norwegischen Botschaft oder dem Konsulat zu erfahren.

Zeit

Mit den Zeitangaben halten es die Norweger wie die Deutschen: *Halb* bedeutet 30 Minuten vor – nicht nach. Das gilt auch für die Zeitangabe im Alltagsgebrauch: Es heißt meist halb drei, nicht 14.30 Uhr.

In Norwegen gilt die Mitteleuropäische Zeit (MEZ). Die Uhren werden am letzten Sonntag im März eine Stunde zurück, und am letzten Sonntag im Oktober wieder eine Stunde vorgestellt.

Zollbestimmungen

Alkohol und Tabak sind in Norwegen extrem teuer. Darum sollte sich jeder Besucher zumindest für den Anfang der Reise seine zollfreie Ration mitnehmen: Pro Person sind 1 l Spirituosen und 1 l Wein (oder 2 l Wein) plus 2 l Bier erlaubt. Aber Vorsicht! Getränke mit einem Alkoholgehalt von über 60 % könnten als Betäubungsmittel eingestuft werden! Zollfrei ist auch die Einfuhr von 200 Zigaretten. Frische Lebensmittel und verschreibungspflichtige Medikamente dürfen hingegen nicht ins Land eingeführt werden.

Svalbard ist eine zollfreie Zone und somit sind viele Waren dort um einiges billiger als auf dem norwegischen Festland, da sie weder der Mehrwertsteuer noch Zollbestimmungen unterliegen.

Verkehrsmittel & -wege

AN- & WEITERREISE

Norwegen verfügt über gute Flugverbindungen mit anderen europäischen Ländern. Daneben bestehen regelmäßige Bus- und Bahnverbindungen mit den benachbarten Staaten Schweden und Finnland (mit Anschluss zu anderen Zielen in Europa) und weniger häufige (und etwas kompliziertere) mit Russland. Auto- und Passagierfähren verkehren auch häufig zwischen Südnorwegen und Dänemark, Schweden und Deutschland.

Tickets für Flüge, Mietwagen und Touren gibt es über www.lonelyplanet.de/buchen.

Einreise

Das Überschreiten der Grenze nach Norwegen ist fast überall problemlos, besonders bei Anreise mit dem Auto, wenn manchmal der Grenzübertritt gar nicht bemerkt wird.

Bei der Einreise aus Ländern, die nicht zur EU oder zum Schengen-Raum gehören, muss mit sorgfältigerer Passkontrolle gerechnet werden. Wer aus einem nichtwestlichen Land stammt, muss auf Flughäfen und bemannten Grenzübergängen damit rechnen, dass Gepäck- und Personenkontrolle schärfer ausfallen als bei anderen Reisenden. Das gilt auch für alle Reisenden, die über Land von Russland nach Norwegen einreisen.

Pässe

Alle Reisenden, mit Ausnahme von Dänen, Isländern, Schweden und Finnen, müssen für die Einreise nach Norwegen einen gültigen Reisepass oder einen Personalausweis mit sich führen.

Flugzeug

Flughäfen & Fluglinien

Eine komplette Liste norwegischer Flughäfen ist auf www.avinor.no zu finden; zu jedem Flughafen gibt es eine Seite mit umfassenden Infos. Die größten internationalen Flughäfen Norwegens sind Gardermoen (Oslo), Flesland (Bergen), Sola (Stavanger), Tromsø, Værnes (Trondheim), Vigra (Ålesund), Karmøy (Haugesund), Kjevik (Kristiansand) und Torp (Sandefjord).

Zahlreiche internationale Fluglinien fliegen verschiedene norwegische Flughäfen an.

Norwegian (www.norwegian.com) Billigfluglinie mit großem und wachsendem Angebot an Flugzielen im In- und Ausland.

SAS (www.sas.no) Norwegens größte Fluglinie mit internationalen Flugzielen.

Auf dem Landweg

Norwegen hat gemeinsame Grenzen mit Schweden, Finnland und Russland. Zugverbindungen gibt es von Oslo nach Stockholm, Göteborg, Malmö und Hamburg. Weniger häufige Verbin-

KLIMAWANDEL & REISEN

Fast jede Art der motorisierten Fortbewegung erzeugt CO_2 (die Hauptursache für die globale Erwärmung), doch Flugzeuge sind mit Abstand die schlimmsten Klimakiller – nicht nur wegen der großen Entfernungen und der entsprechend großen CO_2-Mengen, sondern auch weil sie diese Treibhausgase direkt in hohen Schichten der Atmosphäre freisetzen. Auf vielen Websites kann man mit speziellen „CO_2-Rechnern“ ermitteln, wie das persönliche Emissionskonto nach einer Reise aussieht, und mit einer Spende für Umweltprojekte eine Art Wiedergutmachung leisten. Auch Lonely Planet spendet Gelder, wenn Mitarbeiter und Autoren auf Reisen gehen.

dungen bestehen von Narvik und Trondheim mit Städten in Nord- und Mittelschweden.

Eurolines (www.eurolines.com) Der größte Anbieter vieler internationaler Busreisen nach/von Norwegen agiert als Dachunternehmen für nationale Busgesellschaften.

Nor-Way Bussekspress (www.nor-way.com) bietet ebenfalls einige internationale Strecken an.

Finnland

BUS

Eskelisen Lapin Linjat (in Finnland 016-342 2160; www.eskelisen-lapinlinjat.com) Die meisten Busverbindungen zwischen Nordnorwegen und Nordfinnland werden von der finnischen Busgesellschaft Eskelisen Lapin Linjat angeboten.

AUTO & MOTORRAD

Die Europastraße 8 führt von Tornio in Finnland bis nach Tromsø; Landstraßen verbinden Finnland mit den samischen Städten Karasjok und Kautokeino im Norden. Auf allen drei Routen verkehren Linienbusse.

Russland

Russland teilt sich mit Norwegen nur eine kurze Grenze. Busse verkehren zweimal täglich zwischen Kirkenes in Norwegen und Murmansk in Russland (einfach/hin & zurück 400/6750 nkr, 5 Std.). Ab Murmansk fahren dann Züge weiter nach St. Petersburg und zu anderen Orten am russischen Bahnnetz.

Zur Grenzüberschreitung wird ein russisches Visum verlangt, das aber vor der Reise im Heimatland beantragt werden muss.

Schweden

BUS

Die Busse von **Swebus Express** (in Schweden 0771-21 82 18; www.swebus.se) sind die größten (und billigsten), die zwischen Oslo und schwedischen Städten verkehren.

Es gibt zahlreiche Busverbindungen zwischen Schweden und Norwegen, die eine lange gemeinsame Grenze haben, darunter auch zweimal täglich zwischen Narvik und Riksgränsen (1 Std.) an der Grenze und zwischen Narvik und Kiruna (3 Std.).

Etwas seltener fahren Busse zwischen Bodø und Skellefteå sowie auf der Blå Vägen (Blaue Straße) zwischen Mo i Rana und Umeå.

ZUG

Zugverbindungen zwischen Schweden und Norwegen bieten sowohl die **Norges Statsbaner** (Norwegische Bahn; NSB; 81 50 08 88; www.nsb.no) als auch **Swedish Railways** (SJ; in Schweden 0771-75 75 99; www.sj.se).

Bei Verbindungen zwischen Oslo und Stockholm muss z. T. im schwedischen Karlstad umgestiegen werden.

Es ist auch möglich, von Trondheim über Storlien und Östersund nach Schweden zu fahren, allerdings mit Umsteigen an der Grenze.

Auf dem Seeweg

Fährverbindungen nach Norwegen gibt es ab Dänemark, Deutschland, Island, den Färöern und Schweden. Die meisten Fährgesellschaften bieten Pauschalen für PKW plus Insassen sowie Ermäßigungen für Senioren, Studenten und Kinder. Die Fahrradmitnahme kostet eine kleine Zusatzgebühr.

Wer eine internationalen Fähre nimmt und in Norwegen Alkohol trinken will, sollte vielleicht sein maximales zollfreies Alkoholkontingent auf dem Schiff einkaufen.

BUSVERBINDUNGEN VON FINNLAND & SCHWEDEN NACH NORWEGEN

Zu den wichtigsten Busverbindungen zwischen Finnland und Norwegen gehören die folgenden (einige bestehen nur im Sommer):

VON	NACH	PREIS (€)	DAUER (STD.)
Rovaniemi	Alta	82	10
Rovaniemi	Karasjok	66	7
Rovaniemi	Tromsø (nur Juni–Sept.)	93	8–10
Rovaniemi	Nordkapp	123	12
Saariselkä	Kirkenes	42	3

Busse nach Oslo fahren ab den folgenden schwedischen Städten:

VON	PREIS (SKR)	DAUER (STD.)	FAHRTEN PRO TAG
Gothenburg (Göteborg)	ab 189	3¾	5–10
Malmö	ab 339	8	4–7
Stockholm	ab 329	8–13	5

Dänemark

Folgende Fährgesellschaften bedienen die Strecke zwischen Norwegen und Dänemark:

Color Line (www.colorline.com) Fährt von Hirtshals nach Kristiansand (1- bis 2-mal tgl.; 3¼ Std.) und Larvik (1-mal tgl.; 3¾ Std.).

DFDS Seaways (www.dfdsseaways.com) Fährt von Kopenhagen nach Oslo (1-mal tgl.; 17 Std.).

Fjord Line (in Dänemark 97 96 30 00, in Norwegen 51 46 40 99; www.fjordline.com) Fährt von Hirtshals nach Kristiansand, Bergen, Stavanger und Langesund (Oslo).

Stena Line (in Norwegen 02010; www.stenaline.no) Bedient die Strecke Fredrikshavn–Oslo und zurück.

Deutschland & Schweden

Color Line (in Deutschland 0431-7300 300, in Norwegen 81 00 08 11, in Schweden 0526-62000; www.colorline.com) verbindet Norwegen mit Deutschland und Schweden. Auf der Website sind die Preis- und Unterkunftsangebote zu erfahren. Zwischen Oslo und Kiel gibt es sieben Verbindungen pro Woche (ab 279 €, 20 Std.), zwischen Sandefjord und Strömstad in Schweden bis zu 20 Fahrten pro Woche (ab 4 €, 2½ Std.).

Geführte Touren

In Anbetracht der Kosten von Norwegenreisen lohnt es sich manchmal, eine organisierte Tour oder Pauschalreise in Betracht zu ziehen.

Einige Anbieter:

Fjell und Fjord (www.fjell-und-fjord.de) Veranstalter in Kiel, der sich auf Reisen in Norwegen und Schweden spezialisiert hat und neben Kreuzfahrten auch individuell zusammengestellte Rundreisen im eigenen Pkw anbietet.

Polar Travel (www.polar-travel.de) Organisiert mit deutschsprachiger Führung Schiffs- und Expeditionsreisen durch die Arktis, wie Spitzbergen-Umrundungen.

UNTERWEGS VOR ORT

„Norwegen hat ein höchst effizientes öffentliches Ver-

ZUGVERBINDUNGEN SCHWEDEN–NORWEGEN

Auswahl von Zugverbindungen zwischen Schweden und Norwegen (bei den meisten muss man unterwegs umsteigen):

VON	NACH	PREIS PRO PERSON	DAUER (STD.)	FAHRTEN PRO WOCHE	FÄHRGESELLSCHAFT
Gothenburg (Göteborg)	Oslo	ab 204 nkr/ 221 skr	4–6	2–4	Norwegische & Schwedische Bahn
Malmö	Oslo	ab 530 skr	7½–9	3–6	Schwedische Bahn
Stockholm	Oslo	ab 341 skr	6–7½	4	Schwedische Bahn
Stockholm	Narvik	ab 916 skr	20–22	0–3	Schwedische Bahn

FÄHRVERBINDUNGEN DÄNEMARK–NORWEGEN

Im Folgenden eine Auswahl von Fährverbindungen zwischen Dänemark und Norwegenfür die Hochsaison (Mitte Juni bis Mitte August). In der übrigen Zeit kosten die Tickets oft nur halb so viel wie in der Hochsaison und die Fähren fahren auch seltener. Je nach Strecke gibt es verschiedene Ticket- und Unterkunftspreise. In den meisten Fällen handelt es sich um Autofähren.

VON	NACH	PREIS PRO PERSON	DAUER (STD.)	FAHRTEN PRO WOCHE	FÄHRGESELLSCHAFT
Kopenhagen	Oslo	ab 99 €	16½	7-mal	DFDS Seaways
Fredrikshavn	Oslo	ab 31 €	12	7-mal	Stena Line
Hirtshals	Bergen	ab 26 €	19½	3-mal	Fjord Line
Hirtshals	Kristiansand	ab 18 €	2¼–3¼	bis zu 14-mal	Color Line & Fjord Line
Hirtshals	Larvik	ab 20 €	3¾	bis zu 14-mal	Color Line
Hirtshals	Stavanger	ab 20 €	12	4	Fjord Line

Verkehrswege



kehrssystem, dessen Züge, Busse und Fähren meist sogar zeitlich aufeinander abgestimmt sind. Mit dem praktischen *NSB Togruter* – kostenlos in den meisten Bahnhöfen erhältlich – sind Zugfahrpläne und Informationen über Anschlussbusse jederzeit zur Hand. Die Abfahrtszeiten von Schiffen und Bussen unterscheiden sich je nach Jahreszeit und Wochentag (Verbindungen an Samstagen sind dünn gesät, aber in der Sommersaison häufiger). In der Touristeninformation gibt es den aktuellsten *ruteplan* (Fahrplan).

Richtung Norden fahren die Züge bis nach Bodø (Narvik ist auch von Schweden aus mit dem Zug zu erreichen); noch weiter im Norden ist man auf Busse und Fähren angewiesen. Eine schöne Alternative zur Reise über Land ist die Hurtigruten-Küstenfähre. Sie läuft zwischen Bergen und Kirkenes jeden größeren Hafen an.

Auto & Motorrad

Es gibt keine besonderen Vorschriften für die Einreise mit dem Auto. Hauptstraßen wie die E 16 Oslo–Bergen und die komplette E 6 von Oslo bis Kirkenes sind ganzjährig befahrbar. Für die kleineren, landschaftlich oft reizvollen Bergstraßen gilt das nicht immer. Sie sind häufig nur von Juni bis September freigegeben, sofern es die Schneebedingungen zulassen.

Vegmeldingssentralen (✆175; www.vegvesen.no), das 24-Stunden-Infozentrum von Statens Vegvesen, informiert über die aktuellen Bedingungen im ganzen Land.

Autofähren

Die Strecke entlang der malerischen, aber bergigen und von Fjorden zerklüfteten Westküste mag zwar fantastisch sein, aber sie erfordert auch zahlreiche Fährüberfahrten, die Zeit und Geld kosten. Eine komplette Liste der Fährverbindungen und Preise stehen im *Rutebok for Norge*, einem telefonbuchgroßen Verkehrsführer, der in Buchhandlungen und an größeren Narvesen-Kiosken zu bekommen ist.

Automobilclubs

Dank einer gegenseitigen Vereinbarung haben Mitglieder von Automobilclubs, die der AIT (Alliance Internationale de Tourisme) angehören, Anspruch auf einen 24-Stunden-Pannendienst durch den **Norges Automobil-Forbund** (NAF; ✆92 60 85 05; www.naf.no). Die NAF-Fahrzeuge sind von Mitte Juni bis Mitte August auf den wichtigsten Straßen unterwegs. Notrufsäulen befinden sich auf Autobahnen, in Tunnels und auf einigen Gebirgspässen.

Um ein Auto mieten zu können, ist nur ein Führerschein nötig. Mit einem *lettre de recommendation* (Empfehlungsschreiben) des heimischen Automobilclubs können Dienstleistungen durch Partnerorganisationen in Norwegen in Anspruch genommen werden, normalerweise kostenlos. Dazu zählen Straßenkarten und Informationen, Pannenhilfe, technische und juristische Beratung usw.

Führerschein

Um ein Auto mieten zu können, ist nur ein Führerschein nötig.

Gefahren im Straßenverkehr

Ältere Straßen und Bergstrecken sind eng, sehr steil und haben zahlreiche Haarnadelkurven. Auch wenn die meisten Gebiete per Auto (und oft auch mit dem Bus) gut zu erreichen sind, hat so manche selten genutzte Strecke nur einen dürftigen bzw. ungeteerten Straßenbelag und kann nur noch mit Allradantrieb bewältigt werden. Einige scheinbar normale Straßen verengen sich zuweilen extrem und ohne große Vorwarnung. Manche Bergstraßen sind für Caravans und Wohnmobile ganz gesperrt oder nur erfahrenen Fahrern zu empfehlen, da man gelegentlich zurücksetzen muss, um den entgegenkommenden Verkehr vorbeizulassen.

Auf verschneiten oder vereisten Straßen sollten Spikereifen oder Schneeketten verwendet werden.

Vegdirektoratet (✆02030; www.vegvesen.no) gibt eine Karte mit den Straßen heraus, auf denen Wohnwagen nicht zugelassen sind. Auch gibt es auf der Website einen praktischen Routenplaner.

Mietwagen

Norwegische Autovermietungen sind teuer und in erster Linie für Geschäftsreisende gedacht. Für einen Kompaktwagen mit 200 Freikilometern pro Tag muss im Schnitt ein Tagessatz von rund 1200 nkr veranschlagt werden (inklusive MwSt., Versicherung kostet jedoch mindestens 75 nkr pro Tag extra). Bei längeren Mietzeiten reduziert sich der Tagespreis jedoch.

Im Sommer sollte stets nach Sonderangeboten gefragt werden, da dann oft für drei bis fünf Tage der kleinste Wagen (z. B. VW Polo) für 500 nkr am Tag mit 50 Freikilometern oder für 600 nkr mit 200 Freikilometern zu haben ist. Jeder Kilometer darüber hinaus kostet 2,50 nkr, die sich schnell summieren. Einige größere Autovermietungen bieten auch Wochenendtarife an: Für 1200 nkr kann man den Wagen am Freitag ab 12 Uhr abholen und ihn bis Montag 10 Uhr behalten – Vertrag über unbegrenzte Kilometer abschließen!

Auto Europe (www.autoeurope.com) Online-Vermietagentur, die die billigsten Tarife der großen Autovermietungen heraussucht.

Autos Abroad (www.autosabroad.com) Die britische Agentur durchforstet die großen Autovermietungen nach günstigen Tarifen.

Avis (✆81 56 30 44; www.avis.no)

Bislet Bilutleie (✆22 60 00 00; www.bislet.no)

Budget (✆81 56 06 00; www.budget.no)

Europcar (✆67 16 58 20; www.europcar.no)

Hertz (✆67 16 80 00; www.hertz.no)

Ideamerge (www.ideamerge.com) Informationen über Leasing, Wohnmobilmiete und mehr von Renault.

Rent-a-Wreck (✆81 52 20 50; www.rent-a-wreck.no)

Sixt (✆81 52 24 66; www.sixt.no)

DIE HURTIGRUTEN – GEMÜTLICH REISEN?

Die Hurtigruten-Fahrt ist zwar traumhaft, doch die Stopps in den Häfen dauern meist nur 15 bis 60 Minuten und können kürzer ausfallen, wenn die Fähre ihrem Zeitplan hinterherhinkt. Wie ein Reisender bemerkte: „Es gab nur einen Landgang, der zu einem Stadtbummel taugte; in Trondheim – allerdings von 6 bis 9.30 Uhr ... Priorität hatte die Einhaltung der Fahrzeiten." Man sollte bedenken, dass es sich um eine reguläre Fähre und kein Kreuzfahrtschiff handelt, auch wenn die meisten Passagiere Touristen sind.

Sprit

Die meisten Tankstellen bieten verbleites und bleifreies Benzin sowie Diesel an. Die Preise schwanken je nach internationalen Ölpreisen, bei Redaktionsschluss lag der Benzinpreis zwischen etwa 15 und 16 nkr. Diesel kostet normalerweise 1 nkr pro Liter weniger. Kreditkarten werden fast überall akzeptiert.

In kleineren Städten haben Tankstellen bis 22 oder 24 Uhr geöffnet, einige aber auch 24 Stunden. Auf dem Land machen viele Tankstellen am frühen Abend dicht und bleiben auch an Wochenenden geschlossen, bieten dafür aber manchmal automatische Zapfsäulen, die mit Kreditkarten bedient werden.

Eine Warnung an Fahrer von Dieselfahrzeugen: Nie an Zapfsäulen mit der Aufschrift „*augiftsfri diesel*" tanken. Die sind ausschließlich für Boote, Traktoren usw.

Straßenmaut & Blitzgeräte

BLITZGERÄTE

Norwegens einschläfernde Geschwindigkeitsbegrenzungen mögen nach heimischem Standard nervig sein, aber der Versuchung zum Rasen sollte jeder widerstehen, da Geschwindigkeitsüberschreitungen sehr ernst genommen werden. Es lauern mobile Verkehrskontrollen, und Schilder mit *Automatisk Trafikkontrol* kündigen Blitzgeräte an. Diese fiesen grauen Kästen kennen keine Gnade – die schnappen einen schon für 5km/h über dem Limit. Die Bußgelder betragen 1000 bis weit über 10 000 nkr.

Für Mietwagen wird das Bußgeld von der Kreditkarte abgezogen, ausländische Fahrzeuge werden bis in ihr Heimatland zurückverfolgt.

STRASSENMAUT

Etwa ein Viertel des norwegischen Straßenbaus wird über Mautgebühren finanziert – schnell gewöhnt sich jeder an die allgegenwärtigen Schilder „Bomstasjon" (Mautstelle).

Abgesehen von einigen kleineren Landstraßen sind die meisten Mautstellen automatisiert. Norwegische Mietwagen haben einen Mautsensor – nach Rückgabe des Autos summiert der Vermieter die Mautgebühren und verrechnet sie über die Kreditkarte.

Wer mit dem eigenen Auto oder einem Mietwagen aus anderen Ländern anreist, muss sich zuvor online per Kreditkarte über www.autopass.no anmelden (wo eine Kaution von 200 nkr fällig wird) und die Summe später verrechnen. Alternativ kann die Maut auch direkt in bestimmten Läden bezahlt werden, wie manchmal in der nächsten Tankstelle nach der Mautstelle. Wer nicht zahlt, wird theoretisch von der Behörde auch im Heimatland aufgespürt, manchmal sogar bis zu sechs Monate später. Dann ist nicht nur die Mautgebühr fällig, sondern auch ein Bußgeld in Höhe von 300 nkr.

Straßenschilder

Die meisten Verkehrszeichen sind international, aber ein weißes M auf blauem Grund weist auf eine Ausweichstelle auf einer einspurigen Straße hin (das M bedeutet *møteplass*). Weitere Straßenschilder:

All Stans Forbudt (Halteverbot)

Enveiskjøring (Einbahnstraße)

Kjøring Forbudt (Einfahrt verboten)

Parkering Forbudt (Parkverbot)

Rekverk Mangler (Keine Leitplanken)

Straßenzustand

Wenn Norwegen Nepal wäre, gäbe es garantiert eine Straße auf den Mount Everest (oder drunter durch). Bei manchen Straßen in Norwegen ist man einfach baff vor Staunen darüber, was Ingenieure so alles leisten können. Lange Tunnel führen durch Berge von einem Tal zum nächsten, kleinere sind meist Abkürzungen durch felsige Hindernisse.

Die Straßen sind zwar generell hervorragend, allerdings sollte man vor allem in der Hauptsaison im Sommer für längere Reisen eine großzügige Fahrzeit einrechnen. Die Geschwindigkeit ist oftmals auf 80 km/h (wenn überhaupt) begrenzt und die meisten Straßen muss man sich mit Lastwagen, Wohnmobilen und Bussen teilen. Überholspuren sind eine Seltenheit.

Verkehrsregeln

Mehr Infos über norwegische Verkehrsregeln, als man wohl je brauchen wird, sind in einer PDF-Datei des **Vegdirektoratet** (↗02030; www.vegvesen.no) zusammengefasst; einfach den Links über „Traffic" zu „Traffic Rules" folgen.

Ausländische Fahrzeuge Sie sollten ein deutlich sichtbares Länderkennzeichen am Heck haben, sofern es nicht ohnehin Bestandteil des Nummernschilds ist. Für Fahrzeuge, die nicht auf den Fahrer zugelassen sind, ist eine schriftliche Erlaubnis des registrierten Besitzers mitzuführen.

Höchstgeschwindigkeiten Die Geschwindigkeitsbegrenzung auf Landstraßen ist überall 80 km/h. Aber sobald es an einem Haus oder Betrieb vorbeigeht, muss auf 70 oder sogar 60 km/h abgebremst werden. Durch Dörfer darf nur 50 bis 60 km/h und in reinen Wohngebieten nur 30 km/h gefahren werden. Ein paar Straßen erlauben streckenweise 90 km/h. Auf einem kleinen Teil der E6 sind sogar 100 km/h erlaubt – eine wahre Wonne! Die Geschwindigkeitsbegrenzung für Caravans (und für Autos mit Anhängern) liegt meist 10 km/h unter der von Autos.

Kreisverkehr Autos von rechts haben Vorfahrt; manchmal, wie Norweger sagen, fahren sie einem wie ein „Springtroll" vor den Bug.

Mindestalter für Autofahrer 18 Jahre.

Mindestalter für Motorrad & Motorroller Zwischen 16 und 21 Jahren (je nach PS-Zahl des Motorrads). Ein Führerschein ist Pflicht.

Parken von Motorrädern Motorräder dürfen nicht auf dem Gehweg geparkt werden und unterliegen den gleichen Parkvorschriften wie Autos

Promillegrenze Sie liegt bei 0,02 %. Mobile Alkoholkontrollen sind ziemlich häufig und Missetäter müssen mit heftigen Geldbußen und/oder Gefängnisstrafen rechnen. Da Kneipen und andere Etablissements, die Alkohol ausschenken, bei Unfällen ebenfalls haftbar gemacht werden können, kann es vorkommen, dass Gästen, die offensichtlich mit dem Auto unterwegs sind, nicht einmal ein kleines Glas Bier serviert wird.

Rotes Warndreieck Muss in allen Fahrzeugen für eine Panne mitgeführt werden.

Scheinwerfer Das Abblendlicht (auch an Motorrädern) muss immer eingeschaltet sein.

Versicherung

Eine Haftpflichtversicherung (unbegrenzte Deckung für Personenschäden und 1 000 000 nkr für Sachschäden) ist obligatorisch. Wer mit dem Auto einreist, wird sich mit einer „Grünen Versicherungskarte" von seiner Autoversicherung wesentlich sicherer fühlen. Außerdem ist sicherzustellen, dass das Fahrzeug auch auf der Fähre versichert ist.

Bei Mietwagen lohnt es sich, zusätzlich eine Vollkaskoversicherung abzuschließen. Bei kleineren Unfällen ist der Unterschied zwischen der Zahlung von 1000 oder 10 000 nkr nicht gerade unerheblich.

Bus

Die Busse des flächendeckenden Fernbusnetzes in Norwegen sind bequem und in der Regel auch pünktlich.

Neben den größeren Netzen von Schnellbussen gibt es auch etliche unabhängige Fernbusgesellschaften mit ähnlichen Preisen und Servicestandards. Im Norden des Landes gibt es mehrere Togbussrouten (Busse, die das Eisenbahnnetz ergänzen), während sonst viele Nahverkehrsbusse fahren, die meist ihren Distrikt *(fylke)* nicht verlassen. Die meisten Nahverkehrs- und einige Fernbuslinien werden in ganz Norwegen an Wochenenden und in der Nebensaison (normalerweise Mitte August bis Mitte Juni) drastisch eingeschränkt.

Sämtliche landesweiten Busfahrpläne (und auch einige Preise) stehen im kostenlosen *Rutehefte*, das in jedem größeren Busbahnhof und in einigen Touristeninformationen erhältlich ist. Alle Busbahnhöfe und Touristeninformationen haben auch kleinere Regionalfahrpläne.

Nor-Way Bussekspress (www.nor-way.no) Nor-Way Bussekspress betreibt das größte Netz von Schnellbussen in Norwegen. Sie verbinden die meisten Städte und Großstädte.

Wesentlich billiger sind **Lavprisekspressen** (www.lavprisekspressen.no), die Fahrkarten übers Internet verkaufen. Sie fahren entlang der Küste zwischen Oslo und Stavanger (mit Halt in Kristiansand und den meisten Orten dazwischen)

NATIONALE TOURISTENSTRASSEN

Die norwegische Straßenverwaltung hat 18 Routen als **Nationale Touristenstraßen** (www.nasjonaleturistveger.no/en) ausgewiesen (insgesamt 1850 km), die durch typisch norwegische Landschaften führen. Viele sind bereits in regelmäßigen Abständen mit Aussichts- und Informationspunkten ausgestattet, weitere Einrichtungen sind geplant. Besucher sollen so die landschaftlich reizvollsten Routen leichter erkennen und einplanen können, um ihre Reisezeit durch Norwegen optimal auszunutzen.
Von den insgesamt 18 Straßen finden wir die folgenden am schönsten:

- Sognefjellet-Straße (Rv55; S. 229)
- Rv86 und Rv862 auf der Insel Senja (S. 339)
- Kystriksveien (Küstenstraße) zwischen Stokkvågen, westlich von Mo i Rana, und Storvik, südlich von Bodø (S. 296)
- Die E10 durch die Lofoten (S. 304)
- Die Westküstenstraße durch die Vesterålen von Risøyhamn nach Andenes (S. 322)
- Der Gamle Strynefjellsvegen zwischen Grotli in Oppland und Videseter in Sogn og Fjordane (Rv258; S. 240)
- Der Trollstigen südlich von Åndalsnes
- Die zwei Straßen durch Hardanger von Halne im Osten bis Steinsdalfossen (Rv7) und Jondal (Rv550) im Westen (S. 190)

ENTFERNUNGEN (KM)

	Ålesund	Alta	Bergen	Bodø	Florø	Hammerfest	Harstad	Kautokeino	Kirkenes	Kristiansand	Kristiansund	Lillehammer	Narvik	Odda	Oslo	Røros	Stavanger	Tromsø
Alta	1701																	
Bergen	384	2071																
Bodø	1008	814	1378															
Florø	201	1970	248	1277														
Hammerfest	1845	144	2215	959	2114													
Harstad	1186	557	1556	300	1455	701												
Kautokeino	1827	131	2197	941	2096	276	684											
Kirkenes	2215	519	2585	1329	2484	498	1072	451										
Kristiansand	811	2226	492	1533	652	2370	1711	2352	2740									
Kristiansund	142	1609	517	916	329	1753	1094	1735	2123	867								
Lillehammer	382	1756	439	1063	466	1900	1241	1882	2270	473	396							
Narvik	1190	511	1560	304	1459	655	119	637	1025	1715	1098	1245						
Odda	416	2064	159	1371	320	2208	1549	2190	2578	333	549	362	1553					
Oslo	533	1909	478	1216	512	2053	1394	2035	2423	322	562	168	1398	357				
Røros	401	1569	635	876	535	1713	1054	1695	2083	704	327	263	1058	624	382			
Stavanger	603	2251	179	1558	426	2395	1736	2377	2765	245	736	587	1740	187	453	836		
Tromsø	1440	290	1810	554	1709	435	296	417	805	1965	1348	1495	250	1803	1648	1308	1990	
Trondheim	287	1414	657	721	556	1558	899	1540	1928	812	195	342	903	650	495	155	837	1153

und auf den zwei Nord-Süd-Korridoren, die Oslo mit Trondheim verbinden. Wer im richtigen Moment online ist, zahlt für die Strecke zwischen Oslo und Trondheim nur 99 nkr. Aber selbst die teureren Fahrkarten sind oft erheblich billiger als die bei der Konkurrenz.

Nettbuss (www.nettbuss.no) Nettbuss betreibt ein großes Netzwerk mit den Tochtergesellschaften TIMEkspressen, Nettbuss Express und Bus4You (von Bergen nach Stavanger).

Preise & Reservierungen

Im Voraus reservieren ist in Norwegen selten nötig. Dennoch sind bei frühzeitiger Buchung die Chancen auf gute Angebote höher. Die Preise im Internet sind meist am günstigsten (im Sommer werden Frühbuchern auch oft *Minipris*-Fahrkarten angeboten), für die Lavpris-ekspressen-Busse ist Onlinebuchung ohnehin meist die einzige Möglichkeit. Meistens werden Fahrkarten aber auch in den Bussen oder im Busbahnhof verkauft. Die Preise richten sich nach der Länge der Strecke, enthalten aber nicht immer die Fährkosten; unbedingt abklären.

Viele Busunternehmen bieten 25–50 % Ermäßigung für Studenten, Kinder, Senioren und Familien. Es lohnt sich also, beim Kartenkauf nachzufragen. Gruppenreisende (bereits ab zwei Personen) können ebenfalls sparen.

In Nordnorwegen erhalten auch Inhaber von InterRail-Pässen auf manchen Strecken Rabatt.

Fahrrad

Große Entfernungen, hügelige Landschaften und schmale Straßen bewegen nur eingefleischte Radfahrer zu größeren Touren in Norwegen, aber die schwärmen noch lange von dem Erlebnis.

Hat sich der Langstreckenradler mental darauf vorbereitet, einen Berg nach dem anderen zu erklimmen, bereiten ihm nun auch noch die Tunnel Kopfschmerzen – und davon gibt es Tausende. Die meisten – besonders in der Fjordregion im Westen – sind für den nicht motorisierten Verkehr gesperrt; viele (aber nicht alle) haben parallel verlaufende Radwege außerhalb. Gibt es keinen solchen Weg, kann das tagelanges Strampeln um einen Fjord herum oder über einen Bergpass bedeuten.

Regionalbusse, Expressfähren und Regionalzüge nehmen Fahrräder gegen Aufpreis (etwa 150 nkr) mit. In Schnellzügen sind sie hingegen nicht zugelassen,

in internationalen Zügen werden sie als Übergepäck behandelt (300 nkr). Bei NorWay Busekspress kostet die Fahrradmitnahme so viel wie eine Kinderfahrkarte.

Die norwegische Regierung nimmt den Radsport so ernst, dass sie eine offizielle **Radfahrstrategie** (www.sykkelby.no) ausgearbeitet hat, zu deren wichtigsten Zielen der Ausbau der Radwege in größeren Städten gehört.

Fahrradverleih

Einige Touristeninformationen, Hostels und Campingplätze vermieten Fahrräder an Gäste, oft auch Fahrradläden *(sykkelbutikken)*. Leihfahrräder kosten meist ab etwa 60 nkr pro Stunde und selten mehr als 350 nkr pro Tag. Die Tagessätze sinken meistens, wenn das Fahrrad gleich mehrere Tage gemietet wird.

Flugzeug

Angesichts des Zeitaufwands bei Überlandreisen und der Entfernungen ist es selbst für Budgetreisende überlegenswert, die eine oder andere Strecke mit dem Flugzeug zurückzulegen. Die wichtigsten inländischen Flugstrecken sind durchaus bezahlbar, es ist also möglich (Flexibilität bei Abflugszeiten und Frühbuchung vorausgesetzt), dass ein Flug kaum mehr als die entsprechende Zugfahrt kostet. Es lohnt sich, nach *Minipris*-Tickets Ausschau zu halten, mit denen Hin- und Rückflug manchmal nur 10 % teurer sind als der Hinflug zum regulären Preis.

Auch erhalten Ehepartner (auch bei homosexuellen Paaren), Kinder von zwei bis 15 Jahren, Personen unter 26 und Senioren über 67 Jahren erhebliche Ermäßigungen auf einigen Strecken – fragen lohnt sich immer.

Fluglinien in Norwegen

Drei Fluggesellschaften bedienen die Inlandsstrecken:

Norwegian (www.norwegian.com) Heimische Fluglinie mit immer mehr Flugzielen im Angebot, darunter z. B. Longyearbyen (Svalbard).

SAS (www.sas.no) Großes Streckennetz auf dem norwegischen Festland sowie Flugverbindung nach Longyearbyen (Svalbard).

Widerøe (www.wideroe.no) Eine Tochter der SAS mit kleineren Flugzeugen und ein paar Flügen zu Regionalflughäfen.

Nahverkehr

Bus

In fast jeder norwegischen Stadt gibt es ein Verkehrsnetz aus Bussen, die durch das Stadtzentrum fahren und dieses mit den Außenbezirken verbinden. In vielen kleineren Städten befindet sich der Busbahnhof gleich neben dem Bahnhof, Fähranleger und/oder Fernbusbahnhof. Die Fahrpreise liegen zwischen 20 und 35 nkr pro Fahrt. In der Regel gibt es Tages- bzw. Mehrfartenkarten.

Taxi

Taxis erwischt man am besten an Taxiständen, kann sie aber auch telefonisch vorbestellen. Hotels und Touristeninformationen haben die Nummern der lokalen Taxiunternehmen. Wer ein Taxi bestellt, sollte wissen, dass das Taxameter bereits ab dem Moment des Anrufs rattert. Tagsüber, von 6 bis 19 Uhr an Werktagen und 6 bis 15 Uhr an Samstagen, beginnt der Fahrpreis bei 45 nkr (in größeren Städten mehr) mit Einschalten des Taxameters; pro Kilometer kommen noch 18 bis 28 nkr dazu. Abends erhöhen sich die Fahrpreise an Werktagen um 22 %, am frühen Morgen, an Samstag-

TUNNEL IN NORWEGEN

Im November 2000 wurde der längste Straßentunnel der Welt von Lærdal nach Aurland (24,51 km lang, 7,59 km länger als der Schweizer St.-Gotthard-Tunnel) fertiggestellt, mit Gesamtkosten von 1082 Mio. nkr. Da er komplett staatlich finanziert wurde, gibt es keine Mautgebühren. Der zweispurige Tunnel, Teil der wichtigen E16 zwischen Oslo und Bergen, erleichtert das Autofahren im Winter und ersetzt die lange Fährverbindung zwischen Gudvangen und Lærdal. Er wurde durch enorm harten präkambrischen Gneis gebohrt, an einer Stelle unter einer 1400 m dicken Felsschicht. Bei der Durchfahrt sollten Autofahrer für Notfälle das NRK-Radio einschalten (ja, es gibt dort unten tatsächlich Sendeanlagen!).

Weitere lange Straßentunnel sind der Gudvangentunnelen in Sogn og Fjordane (11,43km, ebenfalls auf der E16), der Folgefonntunnelen in Hardanger (11,15km, auf der Rv551 unter dem Folgefonn-Gletscher durch) und der neue Jondalstunnelen (10,4km), der Odda und Jondal am Hardangerfjord miteinander verbindet.

Auch gibt es in Norwegen etliche unterseeische Tunnel, die normalerweise etwa 200 m unterhalb des Meeresbodens liegen; der Eiksund-Tunnel (7,76 km lang, zwischen der Insel Eika und Møre og Romsdal auf dem Festland) ist mit 287 m unterhalb des Meeresbodens der tiefste Untersee-Straßentunnel der Welt.

nachmittagen und -abenden um 30 %. An Feiertagen kommen 45 % obendrauf. Zuweilen stößt man auf „Maxi-Taxis", die für etwa das gleiche Geld bis zu acht Passagiere mitnehmen.

Schiff/Fähre

Das exzellente Fährnetz verbindet ansonsten schwer erreichbare, isolierte Gemeinden mit zahllosen Autofähren, die kreuz und quer durch die Fjorde fahren; Schnellboote verbinden die Inseln vor der Küste mit dem Festland. Die meisten Fähren nehmen Fahrzeuge mit, Expressschiffe normalerweise nur Fußgänger und Radfahrer, ebenso die Dampfschiffe auf den Seen.

Im Sommer kann es bei viel genutzten Überfahrten zu Andrang und Verspätungen kommen. Dafür legen die Fähren bis spät in die Nacht ab (besonders im Sommer), manche sogar rund um die Uhr, nachts allerdings nicht so oft. Einzelheiten zu Fahrplänen und Preisen für Autofähren und Seedampfer stehen in den Fahrplänen des Norwegischen Fremdenverkehrsamts bzw. im *Rutebok for Norge*. Auch die jeweiligen Touristeninformationen können mit regionalen Fährplänen dienen.

Kanalfahrten

Die südnorwegische Region Telemark wird von einem umfänglichen Netz von Kanälen, Flüssen und Seen durchzogen. Es gibt reguläre Fährverbindungen, man kann aber auch mit dem eigenen Boot auf den Gewässern herumschippern.

Hurtigrouten Küstenfähre

Die legendären **Hurtigruten** (✆81 00 30 30; www.hurtigruten.com) sind seit mehr als einem Jahrhundert eine echte Lebensader Norwegens, die die Städte und Dörfer an der Küste miteinander verbindet. Heute gehören sie zur beliebtesten Art, Norwegen zu erkunden. Jahrein, jahraus startet fast jeden Abend eines der elf Hurtigruten-Schiffe, die in 35 Häfen andocken, nördlich von Bergen nach Kirkenes. Am Zielort wendet es und fährt wieder zurück nach Süden. Die Reise nach Norden dauert sechs Tage, auf der elftägigen Rundreise legen die Fähren eine Entfernung von 5200 km zurück. Bei gutem Wetter (das hier aber alles andere als garantiert ist) ist die Sicht auf die Fjorde und Berglandschaften unterwegs absolut spektakulär. Die meisten Schiffe sind supermodern, anderen ist ihr Alter anzumerken. Das älteste Boot lief 1956 vom Stapel, aber die gesamte Flotte wurde in den 1990er-Jahren gründlich umgebaut.

Essen wird an Bord im Speisesaal serviert, Snacks und leichte Mahlzeiten gibt es in der Cafeteria.

PREISE

Langstreckenfahrten mit der Hurtigruten-Fähre können online gebucht werden, alle anderen Tickets sind in den meisten norwegischen Reisebüros erhältlich. Auf der Hurtigruten-Website steht ein komplettes Verzeichnis internationaler Verkaufsstellen. Tickets gibt es auch bei **Fjord Tours** (✆81 56 82 22; www.fjordtours.no).

Die Sommertarife sind von Mitte April bis Mitte September gültig und beträchtlich höher als die im Winter. Die Preise hängen von der Art der Kabine ab, die von Kajüte ohne Aussicht bis zu höchst komfortablen Suiten reichen. Preisbeispiele (pro Person in einer Kabine mit zwei Betten):

Bergen–Kirkenes–Bergen
Ab 1652 € (Nov.–Feb.) bis 4411 € (Juni und Juli).

Bergen–Kirkenes
847–2528 €.

Kirkenes–Bergen
778–2483 €.

Es ist natürlich auch möglich, nur Teilstrecken zu buchen, allerdings geht das wahrscheinlich erst in Norwegen; auf der Hurtigruten-Website ist es schier unmöglich, Kurzstrecken zu buchen. Gegen Aufpreis können auch Autos mitgenommen werden. Kinder von vier bis 16 Jahren, Studenten und Senioren über 67 fahren 50 % ermäßigt, ebenso mitreisende Ehepartner und Personen von 16 bis 25 Jahren. Wer zwischen 16 und 26 Jahre alt ist, sollte außerdem nach dem günstigeren 21-Tage-Küstenpass fragen.

AUSFLÜGE

Es ist möglich, die Fahrt durch kurze Ausflüge zu unterbrechen, besonders wenn die ganze Strecke abgefahren wird. Die Trips werden von der Schifffahrtsgesellschaft organisiert und sind entweder nur auf der Strecke nach Norden oder nur nach Süden verfügbar. Nach Norden gibt es 24 Ausflüge, nach Süden 15, manche aber nur in der Saison. Zur Auswahl stehen Stadtrundgänge, Kreuzfahrten in den Fjorden, eine Busfahrt zum Nordkap oder eine Tour von Kirkenes zur russischen Grenze. Hinzu kommen auch Aktivitäten wie Fahrten mit dem Hundeschlitten oder dem Schneemobil. Auf der Hurtigruten-Website steht ein vollständiges Verzeichnis mit Preisen.

Die Ausflüge lohnen sich auch preislich, aber in einigen Fällen werden dann Teile der Küstenlandschaft verpasst.

Trampen

Trampen ist zweifellos nicht die sicherste Art zu reisen, und wir empfehlen es nicht. Wer sich dennoch dazu entschließt, sollte sich darüber im Klaren sein, ein potenzielles Risiko einzugehen. Wenn es denn sein muss, sollte man wenigstens zu zweit losziehen und vorab jemanden darüber informieren, wohin die Reise geht.

MINIPRIS – DER BESTE FREUND DES REISENDEN

Wer in Norwegen längere Strecken mit dem Zug zurücklegen will und seine Route im Voraus kennt, kann mit folgenden Infos Hunderte von Kronen sparen. Für jeden Zug reserviert die Norges Statsbaner (norwegische Staatsbahn) eine begrenzte Anzahl an *Minipris*-Tickets. Wer als einer der Ersten bucht, bekommt fast jede Fahrt für 249 nkr. Sind diese Tickets aufgebraucht, geht's zur nächsten Stufe für je 349 nkr und so weiter. Diese Tickets sind nicht am Fahrkartenschalter, sondern übers Internet (www.nsb.no) oder an Fahrkartenautomaten der Bahnhöfe erhältlich und können nur im Voraus (mindestens einen Tag zuvor) gekauft werden. Auch werden Buchungen nicht erstattet und können nach dem Kauf nicht umgebucht werden. In der Hochsaison (besonders Mitte Juni bis Mitte August) müssen die Tickets auf beliebten Strecken bis zu drei Wochen im Voraus gebucht werden, um den günstigsten Preis zu erwischen. Auf der anderen Seite sind die Ermäßigungen beträchtlich, oft bis zu 75 % des normalen Preises.

Wer entschlossen ist, den Daumen in den Wind zu halten, wird feststellen, dass Norweger im Allgemeinen freundlich sind und verstehen, dass nicht allen Ausländern eine üppige Reisekasse oder ein norwegisches Gehalt zur Verfügung steht. Auf den großen Hauptstraßen sind die Erfolgschancen besser, bei schlechtem Wetter muss man aber auch hier stundenlang warten. Eine Methode, eine Mitfahrgelegenheit zu erwischen, ist, LKW-Fahrer an Fährstationen und Tankstellen anzusprechen; dabei ist einem normalerweise auch ein warmes und trockenes Plätzchen beim Warten sicher.

Zug

Die **Norges Statsbaner** (Norwegische Staatsbahn, NSB; ☎ 81 50 08 88, für englische Ansage 9 drücken; www.nsb.no) betreibt ein spitzenmäßiges, aber begrenztes Schienennetz, das Oslo mit Stavanger, Bergen, Åndalsnes, Trondheim, Fauske und Bodø sowie Schweden mit Oslo, Trondheim und Narvik verbindet. In den meisten Bahnhöfen gibt es Gepäckschließfächer und häufig auch Gepäckaufbewahrungen.

Die meisten Fernzüge haben Waggons der 1. und der 2. Klasse sowie einen Büfettwagen oder eine Minibar. Alle Express- und die meisten Intercityzüge verfügen über öffentliche Telefone. Die Türen sind breit und es gibt genügend Platz für sperriges Gepäck wie Rucksäcke oder Skiausrüstung.

Platzreservierungen kosten manchmal 50 nkr und sind auf vielen Langstrecken vorgeschrieben.

Bahnkarten

Auch in Norwegen gibt es Bahnkarten (die man allerdings vor der Ankunft im Land kaufen sollte).

Genauere Informationen gibt es auch unter www.railpass.com und de.rail.cc.

INTERRAIL-PÄSSE

InterRail-Pässe sind in den meisten größeren Bahnhöfen und Reiseagenturen für Studenten erhältlich, es gibt sie aber auch online.

Den Global Pass von InterRail für 30 Länder gibt es in vier Versionen, von fünf Reisetagen innerhalb von zehn Tagen bis zu einem ganzen Monat Gültigkeit. Alle Versionen sind in drei Preiskategorien erhältlich: Erwachsene 1. Klasse, Erwachsene 2. Klasse und Jugendliche 2. Klasse. Der einen Monat gültige Pass kostet jeweils 1050/668/442 €; Kinder (4–11 Jahre) reisen zum halben Erwachsenenpreis. Jugendpässe sind für Personen zwischen zwölf und 25 Jahren. Kinder unter drei Jahren reisen umsonst.

Der InterRail One Country Pass nur für Norwegen gilt für drei, vier, sechs oder acht Tage innerhalb eines Monats. Acht-Tages-Pässe für die zweite Klasse kosten 326/163/216 Euro für Erwachsene/Kinder/Jugendliche.

Klassen & Preise

Bequeme, verstellbare Lehnstühle mit Fußstützen machen die 2. Klasse in den Fernzügen so richtig gemütlich. In der 1. Klasse, die 50 % mehr kostet, hat man ein Quäntchen mehr Platz und häufig eine Minibar, doch das ist den Aufpreis nicht wert.

Zugreisen sind in Norwegen (wie alles) teuer. Die Tatsache, dass man mit dem Flugzeug häufig günstiger wegkommt als mit dem Zug, ist jedoch ein ernstes Manko in der sonst so vorbildlichen Umweltpolitik des Landes. Wer lernt, das *Minipris*-System oder den InterRail-Pass richtig einzusetzen, kann jedenfalls ganz erschwinglich reisen – und dabei die Landschaft genießen.

Passagiere über 67, Behinderte sowie Kinder zwischen vier und 16 Jahren bekommen 50 % Ermäßigung. Kinder unter vier Jahren fahren gratis. Studenten erhalten Ermäßigungen von 25–40 %.

In Nachtzügen auf Fernstrecken kostet ein Schlafwagenabteil extra (es muss für das ganze Abteil mit zwei Betten gezahlt werden).

Sprache

Norwegisch ist die offizielle Landessprache. Sie gehört zur Familie der nordgermanischen (oder skandinavischen) Sprachen.

Es gibt zwei offizielle norwegische Schriftsprachen – *Bokmål* (wörtlich „Buchsprache") und *Nynorsk* (wörtlich „Neunorwegisch"). Sie sind sich sehr ähnlich und werden von allen Norwegern verstanden. Die Unterschiede machen sich vor allem im Schriftverkehr (in Schulen, Verwaltungen und Medien) bemerkbar, während sich die gesprochene Sprache durch eine Vielzahl von Dialekten auszeichnet. Bokmål wird vor allem in den Städten verwendet, Nynorsk ist in den westlichen Fjordgebieten und in den Bergen üblicher. Es wird geschätzt, dass von den 5 Mio. Norwegern etwa 85 % *Bokmål* benutzen und 15 % *Nynorsk*. Das Norwegisch in diesem Kapitel ist Bokmål.

In Nordnorwegen leben rund 20 000 Menschen, die Samisch sprechen, eine Sprache der finno-ugrischen Sprachfamilie. Sie ist mit Finnisch, Estnisch und Ungarisch verwandt. In Norwegen gibt es drei verschiedene Dialekte: Nord- oder Ostsamisch, Zentralsamisch und Südsamisch. Das Nordsamische gilt als Hauptsprache des samischen Volkes. Die meisten Samen sprechen auch Norwegisch.

Aussprache

Die norwegische Aussprache ist ziemlich knifflig für deutsche Muttersprachler. Wie im Deutschen können die norwegischen Vokale unterschiedliche ausgesprochen werden, jeder Vokal kann sowohl lang als auch gesprochen werden. In der Regel werden sie lang ausgesprochen, wenn ihnen ein Konsonant folgt, und kurz, wenn ihnen zwei oder mehr Konsonanten folgen. Die Buchstaben d und g am Ende eines Wortes werden nicht ausgesprochen und auch das h vor j oder v ist stumm.

Die meisten norwegischen Wörter werden auf der ersten Silbe betont. Manchmal gibt es aber auch mehr als eine betonte Silbe in einem Wort. Im Folgenden sind die betonten Silben kursiv gedruckt.

GRUNDLAGEN

Guten Tag.	*God dag.*	Gud·*dahg*
Tschüss.	*Ha det.*	*Ha*·deh
Ja.	*Ja.*	Ja
Nein.	*Nei.*	Naj
Danke.	*Takk.*	Takk
Bitte.	*Vær så snill.*	Vär so snill
Gern geschehen.	*Ingen årsak.*	*Ing*·en *o*·schak
Entschuldigung.	*Unnskyld.*	Ünn-schüll
Tut mir leid.	*Beklager.*	Be·*kla*·ger

Wie geht es Dir?
Hvordan har du det? Wur dan har dü dee?

Danke, gut. Und Dir?
Bra, takk. Og du? Braa takk, Og dü?

Wie heißt Du?
Hva heter du? Wa heh·ter dü?

Ich heiße ...
Jeg heter ... Jaj *heh*·ter

Sprichst Du Deutsch?
Snakker du tysk? *Sna*·kker dü tüsk?

Ich verstehe nicht.
Jeg forstår ikke. Jaj for·*stor i*·kke

ESSEN & TRINKEN

Einen Tisch für vier bitte.
Et bord til (fire), takk. et burr til (*fi*·re) takk

Was würden Sie empfehlen?
Hva vil du anbefale? Wa vill dü *an*·be·fa·*le*

Was kommt dazu?
Hva inkluderer det? Wa in·klü·*dä*·re dee

Ich esse kein (Fleisch).
Jeg spise ikke (kjøtt). Jaj *spi*·se *i*·kke (chjött)

Prost!
Skål! skool

Die Rechnung bitte.
Kan jeg få regningen, takk. Kan jaj foo *rä*·ning·en takk

Grundwortschatz

Abendessen	*middag*	*mi·dda*
Bar	*bar*	bar
Becher	*kopp*	kopp
Essen	*mat*	maat
Flasche	*flaske*	*flas·ke*
Frühstück	*frokost*	*fro·kost*
Gabel	*gaffel*	*ga·ffel*
Glas	*glass*	glas
heiß (warm)	*het*	heet
kalt	*kald*	kall
Lebensmittel-geschäft	*matbutikk*	*maat·bü·tik*
Löffel	*skje*	schjä
Markt	*marked*	*mar·ked*
Menü	*meny*	*me·nü*
Messer	*kniv*	kniv
mit/ohne	*med/uten*	*mee/ü·ten*
Mittagessen	*lunsj*	lunch
Restaurant	*restaurant*	*res·to·rang*
vegetarisch	*vegetariansk*	*we·ge·ta·ri·ansk*

Fleisch & Fisch

Fisch	*fisk*	fisk
Fleisch	*kjøtt*	chjött
Heilbutt	*hellefisk*	*he·le·fisk*
Hering	*sild*	sil
Hühnchen	*kylling*	*chü·ling*
Kabeljau/ Dorsch	*torsk*	torschk
Krabben/ Garnelen	*reker*	*rä·ker*
Lamm	*sauekjøtt*	*sa u e·chjött*
Makrele	*makrell*	*ma·krel*
Rind	*oksekjøtt*	*ook·se·chjött*
Schinken	*skinke*	*schjin·ke*
Schwein	*svinekjøtt*	*svi·ne·chjött*
Seehecht	*lysing*	*lü·sing*
Sprotte	*brisling*	*briis·ling*
Thunfisch	*tunfisk*	*tun·fisk*
Wurst	*pølse*	*pöl·se*

Obst & Gemüse

Ananas	*ananas*	*aa·naa·nas*
Apfel	*eple*	*äp·le*
Banane	*banan*	*baa·naan*
Erdbeere	*jordbær*	*jur·bär*
Frucht	*frukt*	frukt
Gemüse	*grønnsak*	*grön·sak*
Kartoffel	*potet*	*po·tet*
Orange	*appelsin*	*aa·pel·sin*
Tomate	*tomat*	*tu·maat*
Traube	*druer*	*drü·er*
Pilz	*sopp*	sopp
Zwiebel	*løk*	lök

Sami

Das geschriebene Nordsamisch hat einige Buchstaben mit Akzenten. Trotzdem ist es schwer, die gesprochene Sprache abzubilden – sogar die Samen finden es schwierig, die Schriftsprache zu lernen. So wird z. B. *giitu* (Danke) *gietch-tu* ausgesprochen; das sehr starke aspirierte „h" wird nicht geschrieben.

Hallo.	*Buorre beaivi.*
Hallo (Antwort).	*Ipmel atti.* (reply)
Auf Wiedersehen. (wenn der andere geht)	*Mana dearvan.*
Auf Wiedersehen. (wenn man selbst geht)	*Báze dearvan.*
Danke.	*Giitu.*
Bitte schön.	*Leage buorre.*
Ja.	*De lea.*
Nein.	*Li.*
Wie geht's?	*Mot manna?*
Mir geht es gut.	*Buorre dat manna.*

1	*okta*
2	*guokte*
3	*golbma*
4	*njeallje*
5	*vihta*
6	*guhta*
7	*cieza*
8	*gávcci*
9	*ovcci*
10	*logi*

Weitere Begriffe

Bries	*brissel*	*bri·sel*
Butter	*smør*	smör
Eier	*egg*	egg
Eintopf	*gryterett*	*grü·te·ret*
Eis	*is*	iis
kaltes Büfett	*koldtbord*	*kolt·bur*

Schilder

Åpen	Geöffnet
Damer	Frauen
Forbudt	Verboten
Herrer	Männer
Informasjon	Information
Inngang	Eingang
Stengt	Geschlossen
Toaletter	Toiletten
Utgang	Ausgang

Käse	*ost*	ust
Kuchen	*kake*	*kaa*·ke
Marmelade	*syltetøy*	*sül*·te·toi
Nüsse	*nøtter*	*nö*·tter
Pastete	*postei*	po·*stai*
Pfannkuchen	*pannekake*	pa·ne·*kaa*·ke
Sahne	*fløte*	*flö*·te
Salat	*salat*	sa·*lat*
Schokolade	*sjokolade*	schjo·ko·*laa*·de
Zucker	*sukker*	*su*·ker

Getränke

Bier	*øl*	öl
Kaffee	*kaffe*	*kaa*·fe
Milch	*melk*	melk
(Mineral-) Wasser	*(mineral)vann*	(mi·ne·*ral*·) van
Limonade	*brus*	brüs
(Orangen-) Saft	*(appelsin)jus*	(a·pel·*sin*·)jus
Rotwein	*rødvin*	*rö*·vin
Tee	*te*	te
Weißwein	*hvitvin*	*wit*·vin

NOTFÄLLE

Hilfe!
Hjelp! Hjelp

Verschwinde!
Forsvinn! for·*svin*

Ich habe mich verlaufen.
Jeg har gått meg vill. jaj har gott mei vil

Da war ein Unfall.
Det har skjedd en ulykke. de har schjedd en *u*·lü·kke

Ruf ...!	*Ring ...!*	Ring ...
einen Arzt	*en lege*	en *le*·ge
die Polizei	*politiet*	po·li·*ti*·e

Ich bin krank.
Jeg er syk. Jaj är sük

Es tut hier weh.
Det gjør vondt her. De jör·vont här

Ich bin allergisch gegen (Antibiotika).
Jeg er allergisk mot (antibiotika). Jaj är a·*ler*·gisk mut (an·ti·bi·o·ti·ka)

SHOPPEN & SERVICE

Ich suche ...
Jeg leter etter ... Jaj *lee*·ter e·*ter* ...

Kann ich mir das anschauen?
Kan jeg få se på det? Kan jaj fo se po de

Ich mag das nicht.
Det liker jeg ikke. De *li*·ker jaj *i*·kke

Wie viel kostet das?
Hvor mye koster det? Wor *mü*·e kos·ter de

Das ist zu teuer.
Det er for dyrt. De är for dürt

Was ist der günstigste Preis?
Hva er din absolutt laveste pris? Wa är din ab·so·*lüt* *la*·ves·te pris

Es ist ein Fehler in der Rechnung.
Det er en feil på regningen. De är en feel po *rä*·ning·en

Geldautomat	*minibank*	*mi*·ni·bank
Kreditkarte	*kredittkort*	kre·*dit*·kurt
Internetcafé	*Internettkafé*	*In*·ter·net·ka·*fe*
Post	*postkontor*	*post*·kon·tur
Handy	*mobiltelefon*	mo·*bil*·te·le·*fon*
Touristen-information	*turist-informasjon*	tu·*rist* in·for·mas*chjun*

UNTERKUNFT

Haben sie ein ...	*Finnes det et ...*	*Fi*·nes dee et ...
Einzelzimmer?	*enkeltrom?*	*en*·kelt·rom?
Doppelzimmer?	*dobbeltrom?*	*do*·bbelt·rom?

Wie viel kostet eine Nacht/Person?
Hvor mye koster det pr dag/person? Wuhr *mü*·*je* kos·ter dee per dahg/per·*schuhn*?

Campingplatz	*campingplass*	*käm*·ping·plass
Gasthof	*gjestgiveri*	*Jäst*·ji·ve·rie
Hotel	*hotell*	Hoo·*tel*
Jugendherberge	*ungdoms-herberge*	*ung*·duhms här·bär

Klimaanlage	*luftkjøling*	*lüft*·chö·lin
Badezimmer	*bad*	Baa
Fenster	*vindu*	*Win*·dü

VERKEHRSMITTEL & -WEGE

Öffentliche Verkehrsmittel

Schiff	*båt*	boot
Bus	*buss*	büs
Flugzeug	*fly*	flü
Taxi	*drosje*	*dro*·schje
Zug	*tåg*	tog

1. Klasse	*førsteklasse*	*för*·ste·kla·se
2. Klasse	*økonomi-klasse*	ö·ko·no·*mi*·kla·se
Einfache Fahrt	*enveisbillett*	*en*·veys·bi·*llet*
Hin und zurück	*returbillett*	re·*tür*·bi·*llet*

Ich möchte nach ...
Jeg skal til ... jaj skall til

Wann kommt er an/fährt ab?
Når ankommer/går den? nor *an*·ko·mmer/gor den

Hält er in (Majorstua)?
Stopper denne på (Majorstua)? *sto*·per *de*·nne po (maa·*jor*·stü·a)

Können Sie mir bitte sagen, wann wir in (Oslo) ankommen?
Kan du si fra når vi kommer til (Oslo)? kan dü si fraa nor vi *ko*·mer til (*us*·lu)

Bitte halten Sie hier an!
Vær så snill å stoppe her. vär so snil o *sto*·pe här

erste	*første*	*för*·ste
letzte	*siste*	*si*·ste
nächste	*neste*	*ne*·ste

Gepäck-aufbewahrung	*bagasjes-kranke*	ba·*gaa*·schjes *kran*·ke
Bushaltestelle	*busstopp*	*bus*·stop
gestrichen	*avbestillt*	*aav*·be·stilt
verspätet	*forsinket*	for·*sin*·ket

Fragewörter

Wie?	*Hvordan?*	*wur*·dan
Was?	*Hva?*	waa
Wann?	*Når?*	nor
Wo?	*Hvor?*	wur
Welche?	*Hvilken?*	*wil*·ken
Wer?	*Hvem?*	wem
Warum?	*Hvorfor?*	*wor*·for

Fundbüro/ verlorenes Gepäck	*gjenglemt bagasjes-kranke*	*jen*·glemt ba·*gaa*·schjes *kran*·ke
Reservierung	*reservasjon*	re·ser·va·*schjun*
Bahnhof	*stasjon*	staa·*schjun*

Auto- & Radfahren

Ich möchte ein/ einen ... mieten	*Jeg vil gjerne leie en ...*	jaj vil *jär*·ne *ley*·e·en ...
Geländewagen	*fire-hjulstrekk*	*fi*·re·juls·trek
Fahrrad	*sykkel*	*sü*·kkel
Auto	*bil*	bil
Motorrad	*motor-sykkel*	mo·tor·*sü*·kkel

Kindersitz	*barnesete*	bar·na·*se*·te
Diesel	*diesel*	*die*·sel
Werkstatt	*verksted*	*verk*·stee
Benzin	*bensin*	ben·*sin*
Tank-stelle	*bensin-stasjon*	ben·*sin*·staa·*schjun*

Ist das der Weg nach (Gol)?
Er dette veien til (Gol)? är de·*tte* *vey*·en til (Gol)

(Wie lange) kann ich hier parken?
(Hvor lenge) Kan bilen min stå her? (Wor *läng*·e) kan *bi*·len min sto här

Ich habe einen Platten.
Jeg har punktert. jaj har punk·*tert*

Ich habe kein Benzin mehr.
Jeg har gått tom for bensin. jaj har gott tom for ben·*sin*

Ich hatte einen Unfall.
Jeg har vært i en ulykke. jaj har värt i en *u*·lü·kke

WEGWEISER

Wo ist ...?
Hvor er ...? Wur är

Wie ist die Adresse?
Hva er adressen? Wa är aa·*dre*·ssen

Könnten Sie das bitte aufschreiben?
Kan du skrive det? Kan dü *skri*·ve dee

Können Sie es mir zeigen (auf der Karte)?
Kan du vise meg (på kartet)? Kan dü *vi*·se mei (poo *kar*·te)

an der Ecke	*på hjørne*	poo *jör*·ne
an der Ampel	*i lyskrysset*	i *lüüs*·krüü·se
hinter	*bak*	baak

Zahlen

1	*en*	en
2	*to*	to
3	*tre*	tre
4	*fire*	*fi*·re
5	*fem*	fem
6	*seks*	seks
7	*sju*	schjü
8	*åtte*	*o*·tte
9	*ni*	ni
10	*ti*	ti
20	*tjue*	*tchjü*·e
30	*tretti*	*tre*·ti
40	*førti*	*för*·ti
50	*femti*	*fem*·ti
60	*seksti*	*seks*·ti
70	*sytti*	*schjü*·ti
80	*åtti*	*o*·ti
90	*nitti*	*ni*·ti
100	*hundre*	*hun*·dre
1000	*tusen*	*tu*·sen

weit	*langt*	laangt
vor *foran*		*fo*·ran
links	*venstre*	*wäns*·tre
nah	*nær*	när
neben	*ved siden av*	vee *si*·den aav
gegenüber	*ovenfor*	*oo*·ven·for
rechts	*høyre*	*höy*·re
geradeaus	*rett fram*	rätt fram

ZEIT & DATUM

Wie spät ist es?
Hva er klokka? — Wa är *klo*·kka

Es ist (zwei) Uhr.
Klokka er (to). — *Klo*·kka är (tu)

Halb (zwei).
Halv (to). — Haal (tu)
(lit: half (two))

am Morgen
om formiddagen — om *for*·mi·ddan

am Nachmittag
om ettermiddagen — om *e*·ter·mi·ddan

am Abend
om kvelden — om *kwe*·llen

gestern	*i går*	i gor
heute	*i dag*	i daa
morgen	*i morgen*	i *mo*·ren

Montag	*mandag*	*mon*·daa
Dienstag	*tirsdag*	*tirs*·daa
Mittwoch	*onsdag*	*uns*·daa
Donnerstag	*torsdag*	*turs*·daa
Freitag	*fredag*	*free*·daa
Samstag	*lørdag*	*lör*·daa
Sonntag	*søndag*	*sön*·daa

Januar	*januar*	jaa·nu·*aar*
Februar	*februar*	fe·bru·*aar*
März	*mars*	maars
April	*april*	aa·*pril*
Mai	*mai*	mai
Juni	*juni*	*jü*·ni
Juli	*juli*	*jü*·li
August	*august*	Au·*gust*
September	*september*	sep·*tem*·ber
Oktober	*oktober*	ok·*to*·ber
November	*november*	no·*wem*·ber
Dezember	*desember*	de·*sem*·ber

GLOSSAR

Einige der folgenden Begriffe und Abkürzungen können bei der Reise durch Norwegen nützlich sein. Die Buchstaben ø und å stehen eigentlich am Ende des norwegischen Alphabets. Hier sind sie unter „o“ bzw. „a“ eingeordnet, um es dem deutschsprachigen Leser leichter zu machen.

allemannsretten – „Jedermannsrecht“, ein Gesetz, das der Allgemeinheit freien Zugang zur Natur erlaubt, egal ob es privater Grundbesitz (mit einigen Einschränkungen), öffentliches Land oder Wildnis ist

apótek – Apotheke

Arctic Menu – „Arktisches Menü“, ein Netzwerk von Restaurants, die besonderen Wert auf die Verwendung regionaler Zutaten legen

arête – spitzer Grat zwischen zwei Gletschertälern

arsamerit – Bezeichnung der Inuit (Eskimos) für das Nordlicht

aurora borealis – Nordlicht

automatisk trafikkontrol – Geschwindigkeitskontrolle

bakke – Hügel

berg – Berg

bibliotek – Bibliothek

billett – Fahrschein

bilutleie – Autovermietung

blodveien – wörtlich „Blutstraße“; Spitzname für die arktische Schnellstraße, bei deren Bau viele Arbeiter starben

bokhandel – Buchladen

bro, bru – Brücke

brygge – Landungsbrücke, Kai

bryggeri – Brauerei

bukt, bukta – Bucht

bunad – die norwegische Landestracht; jede Region hat eine eigene Variante

by – Stadt

cirque – eine Talform eiszeitlichen Ursprungs

crevasse – Gletscherspalte im beweglichen Eis, kann unter Schnee verborgen liegen

dal – Tal

DNT – Den Norske Turistforening (Norwegischer Wanderverein)

domkirke – Domkirche

dressin – Draisine

Eiskappe, Eisfeld – eine dauerhafte und feste Ansammlung von komprimiertem Schnee und Eis, Ursprung von Talgletschern; eine Eiskappe ist in der Regel größer als ein Eisfeld

Eisscholle – ein flacher Brocken Treibeis oder kleiner Eisberg

elg – Elch

elv, elva – Fluss

Fata Morgana – arktische Luftspiegelung, bei der Entferntes ganz nah erscheint

fell, fjall, fjell – Berg

festning – Festung

fiskeskrue – Fischpresse

fjord – geflutetes Gletschertal

fonn – Gletscher, Schneeverwehung

forening – Verein

foss – Wasserfall

friluft – Freiluft, Open-Air

Fv – Fylkesvei; Landstraße

fylke – Provinz, Verwaltungsbezirk

fyr – Leuchtturm

galleriet – Galerie, Shopping-arkade

gamla, gamle, gammel – alt

gamlebyen – die Altstadt

gamma, gammen – Zelt oder Torfhütte der Samen, manchmal teilweise unterirdisch

gård, gard – Bauernhof, Hof

gata, gate – Straße (oft mit g oder gt abgekürzt)

gatekjøkken – wörtlich: „Straßenküche“; Imbissbude

gjestehavn – „Gästehafen“, der Bereich einer Hafenstadt, in dem Boote und Jachten von Besuchern vor Anker gehen können

gjestehus – Gasthof

gravlund – Friedhof

grønlandssel – Grönlandrobbe

gruva, gruve – Mine, Grube

hage – Garten

halvøya – Halbinsel

Hanse – Zusammenschluss deutscher Händler, die den Handel in Bergen vom 12. bis zum 16. Jh. beherrschten

hav – Ozean

havn – Hafen

honnør – älterer Mitbürger

Hurtigruten – wörtlich: „Expressroute“; Küstenschiffe, die die Strecke zwischen Bergen und Kirkenes befahren

hus – Haus

hval – Wal

hvalross – Walross

hytte – Hütte

hytteutleie – Hüttenvermietung

isbjørn – Eisbär

jernbanestasjon – Bahnhof

jerv – Vielfraß

joik – „Gesang der Ebenen“, Obertongesang der Samen; religiöse Tradition der Samen

jul – Weihnachten

kai, kaia – Kai

kalben – das Abbrechen des Gletschereises

kart – Landkarte

kerk, kirke, kirkja, kirkje – Kirche

kort – Karte

krambua – Tante-Emma-Laden

krone – norwegische Währungseinheit

kulturhus – Gebäude mit Kino, öffentlichen Bibliotheken, Museen usw.

kvadraturen – Stadtteile im Schachbrettmuster

kyst – Küste

landsmål – frühere Bezeichnung für Nynorsk

lavvo, lavvu – Tipi; samisches Wohnzelt

legevakten – Ambulanz

lemen – Lemming

libris – Bücher; Hinweis auf einen Buchladen

lundefugl – Papageitaucher

magasin – Kaufhaus

marka – die bewaldeten Hügel von Oslo

mil – norwegische Meile (10 km)

minipris – Sonderrabatt, meist für Transportmittel

MOMS – Mehrwertsteuer

moskus-okse – Moschusochse

M/S – Motorschiff; Teil von Schiffsnamen

museet – Museum

MVA – siehe *MOMS*

nasjonalpark – Nationalpark

nord – Norden

nordlys – Nordlicht (Aurora Borealis)

Norge – Norwegen

Norges Turistråd – Norwegisches Fremdenverkehrsbüro, früher NORTRA

Norsk – Norweger, norwegisch

Norway in a Nutshell – verschiedene Touren, bei denen eilige Reisende das Beste von Norwegen innerhalb von ein oder zwei Tagen zu sehen bekommen

NSB – Norges Statsbaner (Norwegische Staatsbahn)

ny – neu

Nynorsk – eine der beiden Schriftsprachen Norwegens, s. *landsmål*

og – und

øst – ost

oter – Otter

øvre – obere

øy – Insel

Packeis – bewegliche Eisschollen aus gefrorenem Meerwasser, häufig zu einer undurchdringlichen Barriere zusammengeschoben

pensjonat – Pension, Gästehaus

plass – Platz

polarsirkelen – Polarkreis; Breitengrad 66°33'N

Pomorer – russische Händler und Fischer vom Weißen Meer, trieben im 17. Jh. regen Handel mit Nordnorwegen

rådhus – Rathaus

rallar – Wanderarbeiter, besonders beim Eisenbahnbau

reinsdyr – Rentier

reiseliv – Touristeninformation

riksdaler – alte norwegische Währung

rom – Schild, das an Straßen auf die Vermietung von Privatzimmern/-hütten hinweist

rorbu – Fischerhütte

rutebilstasjon – Busbahnhof

ruteplan – Fahrplan

Rv – Riksvei; Bundesstraße

Schären – Ansammlung kleiner, felsiger Inseln vor der Küste

schøtstue – großer Versammlungsraum, in dem sich die Mitglieder der Hanse trafen und aßen

sentrum – Stadtzentrum

siida – kleine Gruppen von Samen, die gemeinsam jagen und Fallen stellen

sild – Hering

sjø – Meer

sjøhus – Bootshäuser oder Speicher an den Docks; heute häufig als Touristenunterkünfte genutzt

skalds – Skalden, metaphorische Werke der Dichter an den norwegischen Fürstenhöfen des 9. und 10 Jhs.

skog – Wald

slalåm – Slalompiste

slott – Schloss

snø – Schnee

solarsteinn – ein Navigationsinstrument der Wikinger; kam zum Einsatz, wenn der Himmel bedeckt oder die Sonne hinter dem Horizont verschwunden war

sør – Süden

spekkhogger – Schwertwal

stabbur – Speicherhaus auf Stelzen

stasjon – Bahnhof

Statens Kartverk – Staatliches Kartenamt

stavkirke – Stabkirche

steinkobbe – Seehund

storting – Parlament

strand – Strand

stuer – Handelsgesellschaft

sund – Meerenge, Sund

Sverige – Schweden

sykkel – Fahrrad

sykkelutleie – Fahrradverleih

Taiga – sumpfiges Waldgebiet

tårn – Turm

teater – Theater

telekort – Telenor-Telefonkarte

tog – Zug

togbuss – NSB-Buslinien in Romsdalen und Nordland, die Endbahnhöfe mit anderen beliebten Zielen verbinden

torget, torvet – Markt, Marktplatz

turistkontor – Touristeninformation

ulv – Wolf

utleie – Verleih, Vermietung

vandrerhjem – Jugendherberge

vann, vannet, vatn, vatnet – See, auch Wasser

veg, vei – Straße (häufig abgekürzt mit „v" oder „vn")

vest – Westen

vetter – Erdgeister aus der altnorwegischen Mythologie

vidda, vidde – Hochebene

Vinmonopolet – von der Regierung betriebene Alkoholverkaufsstellen

yoik – s. *joik*

Hinter den Kulissen

WIR FREUEN UNS ÜBER EIN FEEDBACK

Post von Travellern zu bekommen ist für uns ungemein hilfreich – Kritik und Anregungen – halten uns auf dem Laufenden und helfen, unsere Bücher zu verbessern. Unser reiseerfahrenes Team liest alle Zuschriften genau durch, um zu erfahren, was an unseren Reiseführern gut und was schlecht ist. Wir können solche Post zwar nicht individuell beantworten, aber jedes Feedback wird garantiert schnurstracks an die jeweiligen Autoren weitergeleitet, rechtzeitig vor der nächsten Nachauflage.

Wer uns schreiben will, erreicht uns über www.lonelyplanet.de/kontakt.

Hinweis: Da wir Beiträge möglicherweise in Lonely Planet Produkten (Reiseführer, Websites, digitale Medien) veröffentlichen, ggf. auch in gekürzter Form, bitten wir um Mitteilung, falls ein Kommentar nicht veröffentlicht oder ein Name nicht genannt werden soll. Wer Näheres über unsere Datenschutzpolitik wissen will, erfährt das unter www.lonelyplanet.com/privacy.

DANK AN UNSERE LESER

Vielen Dank an folgende Traveller, die uns nach der letzten Auflage hilfreiche Tipps, Ratschläge und spannende Anekdoten geschickt haben:

Alan Quinn, Ankur Agarwal, Anthony Smith, Axel Nelms, Bart de Boer, Bitte Giæver, Catherine Ward, Chai Sia, Christian Stranger-Johannessen, Christopher Eva, Cornelia Pabijan, Dave Whitfield, David Souyris, Egil Hogrenning, Ellen IJspeert, Esteban Ara, Gidon Morein, Gloria Thompson, Idun Urdal, Isaiah Bier, Jennifer Marsh, Jennita Dankelman, Jeremy Fischer, Jim Hill, Jonathan Baines, Jørgen Berentsen-Deem, Judith Harper, Kate Martin, Kathleen Hanley, Kenneth Lew, Lars Wara, Lies Offeciers, Linn Dahle, Magnus Nørsett, Maja Branovacki, Martin Williams, Marvin Finnley, Matthias Schroeter, Matthijs van Vulpen, Melissa Reading, Niklas Aas Skovdahl, Niklas Barre, Peter Andrews, Rachel Lim, Ragnar Augestad, Sain Alizada, Sally Amis, Sam Joffe, Stephanie Johnston, Terje Løkke, Tom Day, Tony Geerts, Vidar Hovlid, Zaf Kowolski.

DANK DER AUTOREN

Anthony Ham

Ganz besonders danke ich Gemma Graham, meinen wunderbaren Koautoren Stuart und Donna, Miles Roddis sowie Ron und Elaine, die meine Liebe zu Norwegen als Erste entfacht haben. Wie immer waren fast alle Norweger, die ich getroffen habe, freundliche und hilfsbereite Botschafter ihres Landes und ich möchte mich sehr herzlich bei ihnen allen bedanken. Mit jeder Reise fällt es mir schwerer, nicht bei meiner Familie zu sein, und ich bedanke mich von ganzem Herzen bei Marina, Carlota und Valentina, die meine Abwesenheit stets ertragen. Os quiero.

Stuart Butler

Wieder einmal möchte ich meiner Frau Heather und meinen Kindern Jake und Grace für ihre Geduld bei diesem Projekt danken. Ebenso gilt mein Dank all denen in Norwegen, die mir bewusst oder unbewusst bei der Recherche geholfen haben, meinen Koautoren Anthony und Donna sowie Gemma bei Lonely Planet.

Donna Wheeler

Norwegen selbst verdient großen Dank dafür, dass es ein so tolles, freundliches und warmherziges Land ist. Ein großes *takk* an den Bergenvegger: den unglaublich großzügigen, gastfreundlichen Eirik Glambek Bøe sowie Live Ø Danielsen, Jo, Martin und Yorick für eure Tipps und eure Gesellschaft. Weiterhin danke ich Familie Rønning in Åndalsnes, Sissel Thompson, Anne-Marie und Marte in Stavanger sowie Carlos Inglesias und Johan Jr. in Haugesund. Und auch vielen Dank an *mio bell' uomo* Joe Guario, der es noch einmal getan hat.

QUELLENNACHWEIS

Die Daten für die Klimakarte stammen von Peel MC, Finlayson BL & McMahon TA (2007) „Updated World Map of the Köppen-Geiger Climate Classification", *Hydrology and Earth System Sciences*, 11, 1633–44.
Umschlagbild: Winterhütte, Oppland. Vegard Røine Stenerud, Getty Images.

DIESES BUCH

Dies ist die 4. deutsche Auflage von *Norwegen*, basierend auf der mittlerweile 6. englischen Auflage von *Norway*. Sie wurde verfasst von Anthony Ham, Stuart Butler und Donna Wheeler. Die 5. Auflage stammt aus der Feder von Anthony Ham, Stuart Butler und Miles Roddis. Die Autoren der 4. Auflage waren Anthony Ham, Miles Roddis und Kari Lundgren. Dieser Reiseführer wurde von den folgenden Personen produziert:

Verantwortliche Redakteurin Gemma Graham
Produktmanager Bruce Evans
Leitende Redakteurin Lauren O'Connell
Leitende Kartografin Valentina Kremenchutskaya
Umschlagdesign Clara Monitto
Redaktionsassistenz Judith Bamber, Melanie Dankel, Victoria Harrison, Charlotte Orr, Sally Schafer
Kartografie James Leversha
Umschlagrecherche Naomi Parker
Dank an Ryan Evans, Larissa Frost, Jouve India, Elizabeth Jones, Benjamin Little, Claire Naylor, Karyn Noble, Martine Power, Dianne Schallmeiner, Samantha Tyson

Register

A

Å 316–317
Adventdalen 380–381
Akerøy 84
Akkerhaugen 114
Aktivitäten 18–19, 29–38, *siehe auch* einzelne Aktivitäten
  Geführte Touren 38
  Hundeschlittenfahrten 363
  Radfahren 66
  Reiseplanung 29
  Sommer 30–34, 183
  Winter 34–37, 183
Ålesund 14, 252–257, **254–255**, **14**
  Aktivitäten 252–253
  An- & Weiterreise 257
  Ausgehen & Nachtleben 257
  Essen 255–256
  Feste & Events 253
  Geführte Touren 253
  Sehenswertes 252–253
  Shoppen 257
  Touristeninformation 257
  Unterkunft 253–255
  Unterwegs vor Ort 257
Alkoholische Getränke 71, 426
Allemannsretten 31
Allgemeine Informationen 16–17
Alta 341–343
Amundsen, Roald 63, 395
Åndalsnes 242–246
Andenes 322–325
Andøya 322–326
An- & Weiterreise 440–442
Aquarien
  Atlanterhavsparken 252–253
  Bergen Akvariet 164
  Lofoten Aquarium 310
  Meerwasseraquarium Risør 96
  Norsk Villaks Senter 224
  Polaria 332
  Sognefjord Aquarium 226
Aquavit 426
Arbeiten in Norwegen 430
Architektur 20, 422–423
Arctic Menu 317
Arendal 97–98
Arktischer Norden 400–405
Askevågen 264
Askrova 239
Asmaløy 84
Atlantikstraße 264
Aurland 221–222
Aurora Borealis 10, 21, 401–405, **10**
Austvågøy 185, 306–313, **184**
Autofahren 443–446
  Sicherheit 444
  Versicherung 446
Auto & Motorrad
  Verkehrsregeln 445
Averøy 261

B

Balestrand 225–227
Bankkarten 431
Bären 407
Barentsburg 381–382
Batalden 239
Behinderung, Reisen mit 433
Benzin 445
Bergbau 371, 381, 382
Berge
  Elgåhogna 139
  Lyngener Alpen 339
  Rondslottet 144
  Snøhetta 143
  Torghatten 296–297
Bergen 43, 159–187, **162**, **166–167**, **170**
  Aktivitäten 165–166
  An- & Weiterreise 178
  Ausgehen & Nachtleben 174–176
  Essen 158, 171–173
  Feste & Events 167
  Fjordtouren 165
  Geführte Touren 166–167
  Infos im Internet 178
  Notfälle 178
  Reiserouten 175
  Reisezeit 158
  Sehenswertes 159–165
  Shoppen 177–187
  Sicherheit 178
  Touristeninformation 178
  Unterhaltung 176–177
  Unterkunft 158, 167–171
  Unterwegs vor Ort 187
Bergen Card 177
Bergsteigen, *siehe* Klettern
Besseggen 153
Bevölkerung 387
Bjørndalen 380
Bjørnson, Bjørnstjerne 419
Blauwale 408–409
Bleik 325
Blomstrandhalvøya 383
Bø 325–326
Bødalsbreen 235
Bodø 300–304, **301**
  Aktivitäten 301
  An- & Weiterreise 303–304
  Ausgehen & Nachtleben 303
  Essen 302–303
  Feste & Events 302
  Sehenswertes 300–301
  Shoppen 303
  Touristeninformation 303
  Unterhaltung 303
  Unterkunft 302
  Unterwegs vor Ort 304
Bondhusbreen 202
Botschaften 430
Bøyabreen 231
Bragdøya 106
Briksdalsbreen 235
Brønnøysund 296–297
Bryggen 12, 159–160, **12**
Bücher 386, 398
  Essen 426
  Samen 415
  Zweiter Weltkrieg 396
Buckelwale 408
Bud 260–265
Budget 16–17
Buksnesfjord 326
Bungeejumping 29
Burgen & Festungen
  Burg Tønsberg 89
  Festung Christiansholm 101
  Festung Fredriksten 85
  Festung Kristiansten 271
  Schloss Akershus 53
Busreisen 441, 446–448
Bygdøy-Halbinsel 55

C

Camping 436
City Cards
  Bergen 177
  Oslo 50

D

Dalen 115–116
Damvann 95
Dänemark, Reisen von/nach 442
Danskøya 384
Delfine 409
Demografie 387
Deutschland, Reisen von/nach 442
Diesel 445
Dombås 141–142
Dörfer 20
Dovrefjell-Sunndalsfjella-Nationalpark 142–143
Dovre-Nationalpark 146
Drøbak 79

Kartenverweise **000**
Fotoverweise **000**

E

E6 286–296
Egersund 109–110
Eidfjord 194–196
Eisbären 345, 373, 407, **186**
Eishotels 346
Eismeerkathedrale 332, **14**
Elche 406
Elchfürze 410
Elchsafaris 406
Eldhusøya 264
Elverum 132–133, 397
Entfernungen 447
Ermäßigungen 50, 430–431
Essen 424–428
  Arctic Menu 317
  Bücher 426
  Etikette 427
  Infos im Internet 424, 425
  Lokale Gerichte 425
  Preise 431
  Selbstversorger 71
  Sprache 427–428, 452–453
Eurasischer Luchs 407, **14**
Evangar 190
Events, *siehe* Feste & Events
Evje 121
Extremsport 30, 183

F

Fahrrad fahren, *siehe* Radfahren
Falkberget, Johan 138
Fargeklatten 327
Fata Morgana 403
Fauske 291
Feiertage 431
Felsklettern, *siehe* Klettern
Femundsmarka-Nationalpark 139
Ferien 431
Fernsehen 430
Feste & Events 21–24
  Kongsberg Jazz 112
  Moldejazz 259
  Øya-Festival 65
Festungen, *siehe* Burgen & Festungen
Film 386, 422
Finnland, Reisen von/nach 441
Finnmark 341–353
Finnwale 408
Finse 156–157
Fischerei- & Seefahrtsmuseen
  Fiskerimuseet (Alesund) 253
  Fiskerimuseet (Molde) 258
  Grimstad Seefahrtsmuseum 99
  Hardanger Fartøyvernsenter 192
  Karmøy Fiskerimuseum 205
  Kjeldsen Fischfabrik 354–355
  Kon-Tiki-Museum 63–64
  Lofoten Krigsminnemuseum 306
  Norsk Fiskeværsmuseum 316
  Norsk Klippfiskmuseum 262
  Norwegisches Fischindustriemuseum 320–321
  Norwegisches Seefahrtsmuseum 64
  Polarschiff-Fram-Museum 62–63
  Sjøfartsmuseet (Bergen) 164
  Sogn og Fjordane Kystmuseet 238
  Sund Fiskerimuseum 315
  Vikingskipshuset 58–59
Fischfang 29, 31
  Kommerziell 411
Fjærland 231–233
Fjorde 18, 181, 399–400
  Flekkefjord 108
  Geirangerfjord 9, 247–250, **180**
  Hardangerfjord 191–202, **180**
  Jøssingfjord 109
  Kongsfjorden 383
  Krossfjorden 383–384
  Lustrafjord (Lusterfjord) 232
  Lyngenfjord 339, **182**
  Lysefjord 213–215, **180**
  Magdalenefjord 383
  Nærøyfjord 223, **180**
  Nusfjord 314–315
  Oslofjord 79
  Sognefjorden 217–230
  Tafjord 247
Flakstad 315
Flakstadøy 185, 314–315, **184**
Flåm 217–221
Flekkefjord 108
Florø 238–239
Flugreisen 440, 448
Fotografieren 431
Frauen unterwegs 431
Fredrikstad 81, **82**
Freizeitparks 40
  Hunderfossen Familienpark 130
  Kristiansand Dyrepark 101
  Olympiaparken (Lillehammer) 126
  Polarpark 340
  Senjatrollet 340
Frognerpark 54
Führerschein 444

G

Gaarder, Jostein 420
Galerien 422
  Astrup-Fearnley-Museum 48, **61**
  Bergen Kunsthall 162
  Bomuldsfabriken Kunsthall 97
  Fargeklatten 327
  Galleri 2 313
  Galleri Dagfinn Bakke 306
  Galleri Espolin 311
  Galleri Stig Tobiassen 306
  Galleri Svalbard 374
  Glasshytta 315
  Henie-Onstad-Kunstzentrum 65
  Ingebrigt-Vik-Museum 193
  Juhls' Sølvsmie 366
  KODE 160–162
  Kristiansand Kunsthall 101
  KUBE (Ålesund) 252
  Kulturbanken Galleri 346
  Kunsthuset Kabuso 192
  Kunstmuseum Lillehammer 126
  Kunstmuseum Trondheim 269
  Lofotenfotografen 306
  Lofoten Temagalleri 306
  Modern Art Gallery (Trondheim) 272
  Munch-Museum 64
  Nationalgalerie 50
  Nationalmuseum für Zeitgenössische Kunst 50
  Nordenfjeldske Kunstindustrimuseum 271
  Nordnorsk Kunstnersenter 306
  Nordnorwegisches Kunstmuseum 333
  Sørlandets-Kunstmuseum 101
  Stenersen Museum 50–51
  Tromsø Kunstforening 333
  Trøndelag Senter for Samtidskunst 272
  Vigeland Museum 54–55
Gamvik 355
Gärten, *siehe* Parks & Gärten
Gebirge *siehe* Berge
Gefahren & Ärgernisse 434, *siehe auch* Sicherheit
Geführte Touren 37–38, 442
  Norway in a Nutshell 225
  Oslo 67
  Svalbard 372
Geilo 154–155
Geiranger 247–250
Geirangerfjord 8–9, **8–9**, **180**
Geld 16, 431–432
  Trinkgeld 432
  Währung 430, 432
  Wechselkurse 17
Geldautomaten 431
Geldwechsel 431
Geografie 399–405
  Arktischer Norden 400–401
  Fjorde 399
  Gletscher 400
  Hochland 403
  Küstenregion 399
  Nationalparks 402, 403, **404–405**
Geschäftszeiten, *siehe* Öffnungszeiten
Geschichte 388–398
  Moderne 398
  Samen 415–417
  Svalbard 371
  Wikinger 58, 389–392
  Zweiter Weltkrieg 396–397
Gesundheit 432
Getränke 425–426
  Alkoholische Getränke 71, 426
Gewichte 430
Giske 258
Gjesvær 351–352
Gletscher 400
  Bødalsbreen 235
  Bondhusbreen 202
  Bøyabreen 231
  Briksdalsbreen 235
  Jostedalsbreen 231
  Kjenndalsbreen 235

Longyearbreen 380
Østisen 290
Supphellebreen 231
Gletscherwanderungen 29, 31–32, 400
Godøy 257–258
Grense Jakobselv 361–362
Grieg, Edvard 164, 420
Grimstad 98–100
Grip 265
Grønningen Fyr 106
Gudvangen 223

H

Hadseløya 320–321
Håkon der Gute, König 390
Halden 85–86
Haldenkanal 87
Hamar 130–132
Hammerfest 345–348, **347**
An- & Weiterreise 348
Ausgehen & Nachtleben 348
Essen 348
GeführteTouren 347
Sehenswertes 345–347
Touristeninformation 348
Unterkunft 347–348
Unterwegs vor Ort 348
Hamningberg 360
Hamnøy 318
Hamsun, Knut 294, 419–420
Hamsunsenteret 294
Handys 16, 434–435
Harald Schönhaar 390
Hardangerfjord 191–202, **180**
Hardangervidda 154–157
Wandern 155
Hardangervidda-Plateau 196
Hardråde, Harald 47
Harstad 326–328
Hatten 287
Haugelandet 202–205
Haugesund 202–204
Heddaler Stabkirche 114, **15**
Hell 281
Helleren 109
Hellesylt 250–251
Henningsvær 311–313
Heringe 239
Hexenverbrennung 357
Heyerdahl, Thor 63
Hinnøya 326–328
Hisøy 98
Hoher Norden 44, 329–368, **330–331**
Essen 329
Highlights 330–331, 333
Reiseszeit 329
Unterkunft 329
Höhlen
Grønligrotta 289
Kirkehelleren-Höhle 299
Setergrotta 290
Skjonghellaren-Höhlen 258
Hölle 281
Honningsvåg 350–351
Hovden 122
Hove 98
Hovedøya 66
Hunderfossen 130
Hundeschlittenfahrten 29, 34–36
Karasjok 363
Hurrungane 152
Hurtigruten 323
Hurtigruten-Küstenfähre 10, 323, 444, **11**
Hvaler-Schären 84

I

Ibsen, Henrik Johan 51, 98–99, 114–115, 419
Infos im Internet 17
Bergen 177
Essen 424, 425
Unterkunft 433
Westliche Fjorde 220
Innere Finnmark 363–368
Insel Selja 241–242
Internetzugang 432–433
InterRail-Pässe 450

J

Jedermannsrecht 31
Johan Falkberget Museum 138–139
Jøssingfjord 109
Jostedalen 233–234
Jostedalsbreen 231–236
Jotunheimen-Nationalpark 10, 150–154, **150**, **182–183**
Wandern 152–153
Jotunheimvegen 151

K

Kabelvåg 310–311
Kåfjord 343–344
Kajakfahren 32–33
Kalvåg 241
Kamøyvær 351
Karasjok 363–365
Karmøy 204–205
Karten 433
Kathedralen, *siehe* Kirchen & Kathedralen
Kautokeino 365–367
Kindern, Reisen mit 39–41, 62–63, 209
Kinn 239
Kinnarodden 355
Kinsarvik 196–197
Kirchen & Kathedralen, *siehe auch* Stabkirchen
Ålesund Kirke 253
Bergen Domkirke 164
Bodin Kirke 301
Bodø 300–301
Egersund Kirke 109–110
Eismeerkathedrale 332, **14**
Flakstad Kirke 315
Flekkefjord Kirke 108
Gamle Aker Kirke 64
Hammerfest Kirke 346
Hedmarkmuseum & Glaskathedrale 131
Hove (Steinkirche) 225
Katholische Michaelskirche 346
Kinsarvik (Steinkirche) 196
Kirche des hl. Olav 225
Kirkelandet Kirke 262
Kristiansand Domkirke 101
Lofthus (Steinkirche) 197
Lom Stavkyrkje 147
Mariakirken 163
Nesseby Kirke 354
Nidaros Domkirke 268–269
Nordlichtkathedrale 342
Osloer Dom 51
Røros Kirke 134–135
Rosenkirche 253
Seljord Kirke 120
Stavanger Domkirke 206
Steinkirche St. Olav 204
Trondenes Kirke 326
Undredal Kirke 222
Vadsø Kirche 355
Vågan Kirke 311
Vangskyrkja & Olavskreuz 187
Kirkenes 357–361, **358**
Aktivitäten 359
An- & Weiterreise 361
Ausgehen & Nachtleben 361
Essen 360–361
Sehenswertes 358–359
Touristeninformation 361
Unterhaltung 361
Unterkunft 360
Unterwegs vor Ort 361
Kirkøy 84
Kjenndalsbreen 235–236
Kjøllefjord 355
Klettern 34
Klima *siehe* Wetter
Klimawandel 410–411, 440
Knivskjelodden 350
Kombitickets 269, 314
Kongsberg 110–113, **112**
An- & Weiterreise 113
Aktivitäten 111
Ausgehen & Nachtleben 113
Essen 113
Feste & Events 112
Sehenswertes 111
Touristeninformation 113
Unterkunft 112–113
Unterwegs vor Ort 113
Kongsberg Jazz Festival 112
Kongsfjord 383
Königliche Silberminen 111
Konsulate 430
Kon-Tiki 63, 93
Kragerø 95–96
Kreditkarten 431
Kriegs- & Militärmuseen
Gjenreisningsmuseet 346
Lofoten Krigsminnemuseum 306
Militärmuseum Tromsø 334
Nationales Militärmuseum 269
Norwegisches Widerstandsmuseum 53–54
Rotkreuz-Kriegsmuseum 293
Thetamuseum 160
Tirpitz-Museum 344
Kristiansand 100–106, **102**
Aktivitäten 103
An- & Weiterreise 106
Ausgehen & Nachtleben 105
Essen 104–105
Feste & Events 103
Sehenswertes 101–103
Touristeninformation 105–106
Unterkunft 103–104
Unterwegs vor Ort 106

Kartenverweise **000**
Fotoverweise **000**

Kristiansund 261–265
Krossfjorden 383–384
Kultur 386–387
  Samen 415–418
Kulturzentrum Storedal 84
Kunst 419–422
Kunstgalerien, *siehe* Galerien
Kunstmuseen, *siehe* Galerien
Kurse (Sprachkurse) 434
Kvalnes 326
Kvaløya 339
Kystriksveien 296–304
Kystriksveien (Panoramastraße) 13, 296, **13**

L

Lærdal, *siehe* Lærdalsøyri
Lærdalsøyri 223–225
Lakselv 352
Landschaftstouren, *siehe auch* Panoramafahrten
  Andøya 322
  Rv815 316
Langøya 321–322
Langøyene 66
Larvik 92–94
Leka 282
Lemminge 407
Lesben 433–434
Leuchtturm Kråkenes 243
Lillehammer 126–130, **128–129**
  Aktivitäten 126
  An- & Weiterreise 130
  Ausgehen & Nachtleben 129–130
  Essen 127–129
  Feste & Events 127
  Sehenswertes 126–127
  Touristeninformation 130
  Unterhaltung 129–130
  Unterkunft 127
Lillesand 100
Lille Torungene 98
Lindesnes 107–108
Literatur 419–420
Literaturhaus (Litteraturhuset) 74
Loen 236
Lofoten 9, 185, 304–320, **305**, **9**, **179**, **185**
  Radfahren 313
Lofthus 196–197
Lom 147–149
Longyearbreen 380
Longyearbyen 372–380
  Aktivitäten 375–376
  An- & Weiterreise 380
  Ausgehen & Nachtleben 379–380
  Essen 369, 378–379
  Feste & Events 377
  Geführte Touren 377
  Sehenswertes 373–375
  Shoppen 380
  Touristeninformation 380
  Unterkunft 369, 377–378
  Unterwegs vor Ort 380
  Winteraktivitäten 377
Lovatnet-Katastrophen 237
Lovund 299
Luchs 407
Luster 232
Lyngener Alpen 339
Lyngenfjord 339, **182**
Lysefjord 213–215, **180–181**

M

Magdalenefjord 383
Måløy 239–241
Mandal 106–107
Maße 430
Mathallen Oslo 72
Maut, Straßen 445
Mehamn 355
Melbu 320–321
Merdø 98
minipri-Tickets 450
Mittelnorwegen 123–157, **124–125**
  Highlights 123, 124–125
  Reisezeit 123
  Unterkunft 123
Mitternachtssonne 401
Mobiltelefone 434–435, *siehe auch* Handys
Moffen 384
Mo i Rana 287–289, **288**
Molde 258–260
Moldejazz 259
Mølen 95
Moschusochsen 406
Møsevatnet 202
Mosjøen 286–287
Moskenes 318
Moskenesøy 185, 315–318
Motorradfahren 443–446
  Sicherheit 444
Munch, Edvard 50, 64, 160, 422
Museen 39, 40, *siehe auch* Galerien, Kriegs- & Militärmuseen, Samen-Museen, Wikingerstätten & -museen
Aalesunds-Museum 253
Alta Museum 341
Andøya Rocket Range 322
Arkeologisk Museum 207
Bergen Museum 163–164
Berg-Kragerø-Museum 95
Bodøsjøen Friluftsmuseum 300
Borgarsyssel-Museum 84
Bryggens Museum 160
Edvard-Grieg-Museum 164
Egersund Fayancemuseum 109
Erzbischöfliches Palais 269
Esbensengården 354
Evje Og Hornnes Museum 121
Fargeklatten 327
Fjordmuseum Sogn 227
Flekkefjord Museum 108
Grenselandsmuseet 358–359
Hamsunsenteret 294
Hansemuseum & Schøtstuene 159–160
Harald-Sæverud-Museum 164
Hardangervidda Natursenter 194–195
Hedmarkmuseum & Glaskathedrale 131
Henrik Ibsenmuseet 114–115
Hildurs Urterarium 296
Hisnakul 323
Historis Museum 51
Hvalsenteret 322
Ibsenhuset Museum 98–99
Ibsen-Museum 51
Jernaldergarden 207
Johan-Falkberget-Museum 138–139
Jugendstil Senteret 252
Kristiansand-Museum 103
Landesmuseum Vestfold 89
Larvik-Museum 92–93
Lepramuseet 163
Lofoten Temagalleri 306
Lofoten Tørrfiskmuseum 316–317
Lofotmuseet 310
Mandal-Museum 106
Museum für Naturgeschichte Agder 101–102
Museum für Naturkunde & Archäologie (Trondheim) 269
Museum Stavanger 206
Naturgeschichtliches Museum Rana 287–288
Naturkundemuseum (Oslo) 64
Nobel-Friedenszentrum 48–50
Nordkapmuseum 350
Nordlandmuseet 300
Nordvegen Historiesenter 205
Norsk Fjordsenter 248
Norsk Oljemuseum 205–206
Norsk Sagbruksmuseum 281
Norsk Telemuseum 317
Norwegisches Automobilmuseum 127
Norwegisches Bergbaumuseum 111
Norwegisches Eisenbahnmuseum 131
Norwegisches Gletschermuseum 231
Norwegisches Industriearbeitermuseum 116–117
Norwegisches Luftfahrtsmuseum 300
Norwegisches Museum für Reisen & Tourismus 225
Norwegisches Museum für Wissenschaft & Technik 63
Norwegisches Olympiamuseum 126
Norwegisches Straßenbaumuseum 130
Norwegisches Wasserkraft- und Industriemuseum 198
Ofoten Museum 293
Ole-Bull-Museum 164
Osloer Stadtmuseum 54
Polaria 332
Polarmuseum (Andøya) 323
Polarmuseum (Tromsø) 333
Pomor-Museum 381
Puppen- und Spielzeugmuseum 318
Ringve-Musikmuseum 272–273
Rock City (Namsos) 281
Rockheim 272
Romsdalmuseet 258

Røros Museum 135
Royal & Ancient Polar Bear Society 345
Rygnestadtunet 122
Samenmuseum Varanger 354
Setesdalsmuseet 122
Skimuseum 65
Skisprungschanze & Skimuseum Holmenkollen 64–65
Spitsbergen Airship Museum 374
Sunnmøre-Museum 252
Svalbard-Museum 373–374
Sverresborg Trøndelag Folkemuseum 273
Tafjord-Kraftwerksmuseum 247
Tinn Museum 118
Tuomainengården 354
Universität-Tromsø-Museum 333
Vefsn Museum 286
Visnes Grubeområde 205
Volkskundemuseum Dalane 109
Volkskundemuseum Hardanger 197–198
Volkskundemuseum Maihaugen 126
Volkskundemuseum Norsk 59
Volkskundemuseum Sogn 227
Volkskundemuseum Voss 187
Walfangmuseum (Sandefjord) 92
Musik 420–422
Myrdal 191
Myrkdalen 190

N

Nærøyfjord 223, **181**
Namsos 281–283
Narvik 292–295
Narwale 408
Nationale Touristenstraßen 446, *siehe auch* Panoramafahrten
Nationalpark Saltfjellet-Svartisen 290
Nationalparks & Naturschutzgebiete 402, 403, **404–405**

Kartenverweise **000**
Fotoverweise **000**

Breheimen-Nationalpark 145–146
Dovrefjell-Sunndalsfjella-Nationalpark 142–143
Dovre-Nationalpark 146
Femundsmarka-Nationalpark 139
Folgefonna-Nationalpark 200
Hardangervidda-Nationalpark 154
Jostedalsbreen-Nationalpark 233–234, **234**
Jotunheimen Nationalpark 150–154, **150** , **11**, **182–183**
Nationalpark Rago 292
Nationalpark Saltfjellet-Svartisen 290
Nationalpark Stabbursdalen 353
Naturreservat Slettnes 355
Naturschutzgebiet Stabbursnes 353
Øvre Dividal National Park 342
Reinheimen-Nationalpark 146
Reisa-Nationalpark 367
Rondane-Nationalpark 144–145
Sandfjordneset 360
Nidaros Pilgrim Senter 274
Nigardsbreen 233–234
Nobel, Alfred 59
Norangsdalen 251
Nordkap 348–352
Nordkinn-Halbinsel 355
Nordland 43, 284–328, **285**
Essen 284
Highlights 285
Reisezeit 284
Unterkunft 284
Nordlandboote 320
Nordlichter, *siehe* Aurora Borealis
Norheimsund 192
Norway in a Nutshell-Tour 225
Norwegisch 451–457
Kurse 434
Notfälle, *siehe* einzelne Orte und Regionen
Notfallnummern 17
Sprache 453
Notodden 114
Nusfjord 314–315
Ny Ålesund 382–383
Nyksund 325

O

Odda 198–199
Öffnungszeiten 17, 433
Ofotbanen 295–296
Olav, hl. 274
Olav II. 280
Olavsgruva 138
Olden 236
Oldtidsveien 84–85
Olympische Winterspiele 126, 130
Ona 260
Oppdal 139–141
Orcas 408
Oslo 15, 42, 46–87, **49**, **52–53**, **56–57**, **80**, **15**, **60–61**
Aktivitäten 65–67
An- & Weiterreise 77–78
Ausgehen 74–76
Cafés 76
City Card 50
Ermäßigungen 50
Essen 46, 70–74
Feste & Events 67–68
Geführte Touren 67
Highlights 49
Kindern, Reisen mit 62
Medizinische Versorgung 77
Notfälle 77
Postdienste 77
Reiserouten 48
Reisezeit 46
Sehenswertes 47–48, 50–51, 53–55, 58–65
Shoppen 76–77
Touristeninformation 77
Unterhaltung 74–76
Unterkunft 46, 68–70
Unterwegs vor Ort 78–79
Oslo-Bergen-Bahn 12, **12**
Osloer Opernhaus 47–48
Oslofjord 79
Østfold 80–87
Østsien 290
Östliche Finnmark 353–362
Otta 144
Otternes 223
Øvre-Dividal-Nationalpark 342
Øya-Festival 65
Øystese 192–193

P

Paläste & Schlösser, *siehe auch* Burgen & Festungen
Schloss Akershus 53
Schloss & Schlosspark (Oslo) 50
Stiftsgården 269–271
Panoramafahrten
Andøya 322
Atlantikstraße 264
E10 304
Gamle Strynefjellsvegen 240
Jotunheimvegen 151
Kystriksveien 13, 296, **13**
Måløy bis zum Leuchtturm von Kråkenes 243
Sognefjellet 229
Peer Gynt Vegen 132
Rallarvegen 156
Randsverk bis Fagernes 151
Rv27 144
Rv815 316
SnøVegen 224
Sognefjellet 229
Sognefjelletstraße 150
Trollstigen 243
Turtagrø bis Øvre Årdal 151
Utne bis Jondal 199
Parks & Gärten
Botanischer Garten (Agder) 101
Botanischer Garten (Oslo) 64
Frognerpark 54
Hildurs Urterarium 296
Schloss & Schlosspark (Oslo) 50
Vigeland-Park 54
Pasviktal 362–363
Peer Gynt Vegen 132
Pilgerweg 274
Planung, *siehe* Reiseplanung
Platåberget 380
Polarfüchse 372, 406
Polarkreiszentrum 290–291
Polarnacht 401
Pottwale 408
Predigtstuhl 13
Preikestolen 13, 213–215, **13**
Prins Karls Forlandet 383
Pulpit Rock, *siehe* Preikestolen
Pyramiden 382

R

Radfahren 29, 30, 156, 447–448
Lofoten 313
Radio 430

Rafting, *siehe* Wildwasserrafting
Rallarvegen 156
Rallarveien 295–296
Ramberg 315
Rauchen 430
Reine 318
Reisa-Nationalpark 367–368
Reisehinweise 437
Reisekosten 16–17
Reiseplanung
  Aktivitäten 29–30
  Budget 17
  Grundlagen 16
  Infos im Internet 17, 178
  Kindern, Reisen mit 39–41, 62, 209
  Norwegen im Überblick 42–44
  Reiserouten 25, **25**
  Reisezeit 16, 21–24, 29
  Veranstaltungskalender 21–24
  Wandern 32
Reiserouten 25–28, **25**, **26**, **27**, **28**
Reiten 315
Rentiere 341, 372, 407, **19**
  Reservate 143
  Zucht 416
Ringebu 147
Risør 96
Rjukan 116–120
  Aktivitäten 118
  Anreise & Unterwegs vor Ort 119–120
  Essen 119
  Sehenswertes 116–118
  Touristeninformation 119
  Unterkunft 118–119
Rjukanfossen 118
Robben 409
Røldal 199
Rondane-Nationalpark 144–145, **145**
rorbu 310
Røros 133–138, **134**
  Aktivitäten 136
  An- & Weiterreise 138
  Essen 137–138
  Feste & Events 136
  Geführte Touren 136
  Sehenswertes 134–135
  Shoppen 138
  Touristeninformation 138
  Unterkunft 136–137
Rørvik 283
Rosendal 200–202
Røst 319–320
Runde 251–252
Russische Grenze 361
Russland, Reisen von/nach 441
Ryfylke 202–205

S

Sakrisøy 318
Saltdal 292
Saltfjellet 290
Saltfjellet-Svartisen-Nationalpark 290
Saltstraumen-Gezeitenstrom 304
Samen (Volksgruppe) 364, 415–418
  Architektur 423
  Bücher 415
  Geschichte 415–417
  Kunsthandwerk 367
  Organisationen 417–418
  Politik 417–418
  Religion 417
  Sehenswertes 417
  Sprache 452
Samen-Museen
  Kautokeino-Museum 366
  Samisches Nationalmuseum 363
  Sápmi Park 363
  Varanger 354
Sandefjord 92
Sandnessjøen 298–299
Schiffsreisen 449, *siehe auch* Hurtigruten-Küstenfähre, Skibladner-Raddampfer, Telemarkkanal
Schlafen *siehe* Unterkunft
Schlösser *siehe* Paläste & Schlösser
Schneemobiltouren 37
Schneeschuhwandern 37
Schweden, Reisen von/nach 441, 442
Schwertwale 408
Schwule 433–434
Seefahrtsmuseen, *siehe* Fischerei- & Seefahrtsmuseen
Seeweg 441–442
Selja (Insel) 241
Selje 241–242
Seljord 120
Selma (Seeungeheuer) 120
Senja 339–340
Setermoen 340–341
Setesdalen 121–122
Sicherheit 434
  Bergen 178
  Gefahren im Straßenverkehr 444
  Rentiere 341
Sjoa 146–147, **182**
sjøhus 310
Skibladner-Raddampfer 131
Skien 114–115
Skifahren 29, 34, 36–37, 130, 140
  Skisprungschanze Holmenkollen 64–65
  Skisprungschanze Lygårdsbakkene 126
Skilanglauf 36–37, 183
Skjolden 230
Snåsavatnet 281
Snowboarding 140
Sogndal 227–229
Sogndalstrand 109
Sognefjellstraße 150–151
Sognefjord 217
Sognefjorden 217–230
Solvorn 229–230
Sommarøy 339
Sortland 321
Sørvågen 317–318
Spjærøy 84
Spornes 98
Sprache 451–457
  Essen 427–428
  Kurse 434
  Notfälle 453
  Unterkunft 453
Spritztouren 20
Sprungschanze Holmenkollen 64–65
Sprungschanze Lygårdsbakkene 126
Stabbursnes 352–353
Stabkirchen 15, 19–20, **15**
  Borgund Stabkirke 227
  Fantoft Stavkirke 165
  Grip Stabkirke 265
  Heddal Stabkirke 114
  Hopperstad Stabkirke 225
  Kvernes Stabkirke 261
  Ringebu Stabkirke 147
  Sogndal Stabkirke 228
  Urnes Stabkirke 230
Stalheim 190–191
Stangholmen 97
Stavanger 205–213, **208**
  Aktivitäten 205–213
  An- & Weiterreise 213
  Ausgehen & Nachtleben 211–212
  Essen 210–211
  Feste & Events 207
  Geführte Touren 207
  Sehenswertes 205–213
  Strände 210
  Touristeninformation 213
  Unterhaltung 212
  Unterkunft 208–210
  Unterwegs vor Ort 213
Stave 325
Stavern 94
Steinkjer 280–281
Steuern 432
Stiklestad 280
Stø 321–322
Stokmarknes 323
Stordal 253
Store 98
Strom 434
Stryn 237–238
Südnorwegen 88–122, **90–91**
  Essen 88
  Highlights 90–91
  Reisezeit 88
  Unterkunft 88
Südwestliche Fjorde 43, 187–215, **161**
  Essen 158
  Highlights 161
  Reisezeit 158
  Unterkunft 158
Sulitjelma 292
Sunndal 202
Supphellebreen 231
Svalbard 13, 44, 186, 369–384, **370**, **13**, **186**
  Bootsfahrten 375
  Essen 369
  Geführte Touren 372
  Geschichte 371
  Highlights 370
  Klima 371–372
  Reisezeit 369
  Sicherheit 372
  Tierwelt 372
  Unterkunft 369
Svalbards Samenspeicher 374
Svartisen 290
svele 246
Svolvær 306–310, **306**
  Aktivitäten 306–308
  An- & Weiterreise 310
  Ausgehen & Nachtleben 309
  Essen 309
  Feste & Events 308
  Sehenswertes 306
  Touristeninformation 310
  Unterkunft 308–309
  Unterwegs vor Ort 310

T

Tafjord 247
Tana Bru 353–354
Telefon 17, 434–435
  Telefonkarten 435
Telemarkkanal 113–116
  Bootsfahrten 115
Tierbeobachtung 14, 40
Tierparks, *siehe* Zoos & Tierparks
Tierwelt 18, 406–409, *siehe auch* einzelne Arten
Toiletten 435
Tønsberg 89–92
Torghatten 296–297
Touristeninformation 435
Touristenpässe *siehe* City Cards
Træna 299
Trinkwasser 432
Trollheimen 141
Tromøy 98
Troms 332–341
Tromsø 14, 332–339, **336**, 14
  Aktivitäten 334
  An- & Weiterreise 338–339
  Ausgehen & Nachtleben 338
  Essen 335–338
  Feste & Events 334–335
  Geführte Touren 334
  Sehenswertes 332–339
  Touristeninformation 338
  Unterkunft 335
  Unterwegs vor Ort 339
Trøndelag 43, 266–283, **267**
  Essen 266
  Highlights 267
  Reisezeit 266
  Unterkunft 266
Trondheim 267–279, **270–271**
  Aktivitäten 273–274
  An- & Weiterreise 279
  Ausgehen & Nachtleben 277–278
  Essen 276–277
  Feste & Events 275
  Geführte Touren 274
  Parken 279
  Sehenswertes 268–273
  Shoppen 278
  Touristeninformation 278–279
  Unterhaltung 278
  Unterkunft 275–276
  Unterwegs vor Ort 279
Trysil 133
Tubakuba-Waldhütte 169
Tuddal 120
Tunnel 448
TV *siehe* Fernsehen

U

Ulvik 193–194
Umweltprobleme 373, 410–414
  Eisbären 372–373
  Klimawandel 410–411
  Walfang 371, 412–413
Undredal 222
Unterkunft 435–439, *siehe auch* einzelne Orte und Regionen
  Berghütten 437
  Camping 436
  Eishotel 346
  Gästehäuser 437
  Hotels 438
  Hütten 439
  Infos im Internet 433
  Pensionen 437
  Privatzimmer 438–439
  Sprache 453
  Tubakuba-Waldhütte 169
Unterwegs vor Ort 442–450, **443**
  Entfernungen 447
Urnes 230
Uskedalen 202
Utne 197–198

V

Vadsø 354–356
Værøy 185, 318–319
Valderøy 258
Valldal 246–247
Vardø 356–357
Vega 297–298
Verkehrsregeln 445–446
Versicherung 439
Vesterålen 320–328
Vesterøy 84
Vestvågøy 185, 313–314, **184**
Vigeland, Emanuel 81
Vigeland, Gustav 54–55
Vigra 258
Vik 225
Vik, Ingebrigt 193
Vinterfestuka 294
Visa 16, 439
Vögel 409
Vogelbeobachtung 351–352, 383–384
Vorwahlen 435
Voss 187–189

W

Währung 16, 430, 432
Wale 407–408
Walfang 371, 412–413
Walrösser 409
Wandern 18, 32–33, **35**, Finse 156
  Gletscher 29, 31–32, 400
  Hardangervidda 155
  Jotunheimen-Nationalpark 10, 152–153
  Rallarvegen 156
  Reiseplanung 33
  Rondane-Nationalpark 144
Wasserfälle
  Kjelsfossen 223
  Laksforsen 287
  Rjukanfossen 118
  Skytjefossen 194
  Steinsdalfossen 192
  Stigfossen 243
  Vøringsfossen 196
Websites *siehe* Infos im Inernet
Westliche Fjorde 43, 216–265, **218–219**
  Essen 158, 216
  Highlights 218–219
  Infos im Internet 220
  Reisezeit 158, 216
  Unterkunft 158
Wetter 16, 21–24, **16**, *siehe auch* einzelne Orte und Regionen
  Wetterwarnungen 37
Wikinger 58–59, 109
  Geschichte 389–392
Wikingerstätten & -museen 19
  Wikingergrabhügel (Balestrand) 225–226
  Wikingergrabhügel (Eidfjord) 194
  Wikingermuseum Lofotr 313
  Wikingerschiffmuseum 58–59
Wildschutzgebiete, *siehe* Nationalparks & Naturschutzgebiete
Wildtiere, *siehe* Tierwelt, Tierbeobachtung
Wildwasserrafting 34, 183, **35**
  Lom 148
  Oppdal 140
  Sjoa 146
Winteraktivitäten 34–37, 183
Wirtschaft 387
WLAN 432–433

Z

Zeit 16
Zeitungen & Zeitschriften 430
Zollbestimmungen 439
Zoos & Tierparks
  EKT-Reitschule & Haustierpark 62
  Kristiansand Dyrepark 101
  Namsskogan Familiepark 287
  Oslo Reptilpark 63
  Norwegisches Wildrentierzentrum 143
Zugreisen 442, 450
Zwergwale 408

Kartenverweise **000**
Fotoverweise **000**

Kartenlegende

Sehenswertes

- Strand
- Vogelschutzgebiet
- Buddhistisch
- Burg/Festung
- Christlich
- Konfuzianisch
- Hinduistisch
- Islamisch
- Jainistisch
- Jüdisch
- Denkmal
- Museum/Galerie/ Historisches Gebäude
- Ruine
- Sento/Onsen
- Shintoistisch
- Sikhistisch
- Taoistisch
- Weingut/Weinberg
- Zoo/Tierschutzgebiet
- Andere Sehenswürdigkeit

Aktivitäten, Kurse & Touren

- Bodysurfen
- Tauchen
- Kanu-/Kajakfahren
- Kurs/Tour
- Skifahren
- Schnorcheln
- Surfen
- Schwimmen/Pool
- Wandern
- Windsurfen
- Andere Aktivität

Schlafen

- Hotel/Pension
- Campingplatz

Essen

- Restaurant

Ausgehen & Nachtleben

- Bar/Kneipe/Club
- Café

Unterhaltung

- Theater/Kino/Oper

Shoppen

- Geschäft/Einkaufszentrum

Praktisches

- Bank
- Botschaft/Konsulat
- Krankenhaus/Arzt
- Internet
- Polizei
- Post
- Telefon
- Toilette
- Touristeninformation
- Noch mehr Praktisches

Landschaften

- Strand
- Hütte/Unterstand
- Leuchtturm
- Aussichtspunkt
- Berg/Vulkan
- Oase
- Park
- Pass
- Rastplatz
- Wasserfall

Städte

- Hauptstadt
- Landeshauptstadt
- Stadt/Großstadt
- Ort/Dorf

Transport

- Flughafen
- Grenzübergang
- Bus
- Seilbahn/Standseilbahn
- Fahrradweg
- Fähre
- Metro/MRT-Bahnhof
- Einschienenbahn
- Parkplatz
- Tankstelle
- Skytrain-/S-Bahn-Station
- Taxi
- Bahnhof/Eisenbahn
- Straßenbahn
- U-Bahn-Station
- Anderes Verkehrsmittel

Hinweis: Nicht alle Symbole kommen in den Karten dieses Reiseführers vor.

Verkehrswege

- Mautstraße
- Autobahn
- Hauptstraße
- Landstraße
- Verbindungsstraße
- Sonstige Straße
- Unbefestigte Straße
- Straße im Bau
- Platz/Fußgängerzone
- Stufen
- Tunnel
- Fußgängerbrücke
- Spaziergang/Wanderung
- Wanderung mit Abstecher
- Pfad/Wanderweg

Grenzen

- Staatsgrenze
- Bundesstaaten-/Provinzgrenze
- Umstrittene Grenze
- Regionale Grenze/Vorortgrenze
- Meeresschutzgebiet
- Klippen
- Mauer

Gewässer

- Fluss/Bach
- Periodischer Fluss
- Kanal
- Gewässer
- Trocken-/Salz-/ Periodischer See
- Riff

Gebietsformen

- Flughafen/Start- & Landebahn
- Strand/Wüste
- Christlicher Friedhof
- Sonstiger Friedhof
- Gletscher
- Watt
- Park/Wald
- Sehenswertes Gebäude
- Sportanlage
- Sumpf/Mangroven

UNSERE AUTOREN



Anthony Ham

Hauptautor, Spektakuläres Norwegen, Trøndelag, Nordland, Der hohe Norden, Svalbard

Norwegen war für Anthony Liebe auf den ersten Blick. Von Lindesnes im Süden bis zu den entlegensten Fjorden auf Svalbard (Spitzbergen) im Norden gibt es nur wenige Orte, an denen er noch nicht war. Sein Favorit ist der arktische Norden, egal ob auf dem Hundeschlitten, bei gemeinsamen Stunden mit den Samen von Karasjok, beim Bezwingen der Gletscher oder auf Eisbärensafari in der wunderbaren Wildnis von Svalbard. Wenn er nicht gerade für Lonely Planet in der Arktis (oder in Afrika, seiner zweiten Liebe) unterwegs ist, lebt er in Melbourne und Madrid, wo er für Zeitungen und Magazine auf der ganzen Welt schreibt und fotografiert. Seine Website ist www.anthonyham.com

Mehr über Anthony gibt's hier:
lonelyplanet.com/members/anthony_ham



Stuart Butler

Oslo, Mittelnorwegen, Reisen mit Kindern

Stuarts erste Begegnung mit Norwegen war sehr frostig – ein Surftrip im Schatten des Nordkaps im eisigen November unter dem flackernden Nordlicht. Er war froh, dass er dank der kurzen Tage nicht allzu lange im Wasser bleiben musste! Trotzdem hatte Norwegen sein Interesse geweckt. Seitdem ist er viele Mal zurückgekehrt, um in den Bergen Mittelnorwegens zu wandern, die Fjorde zu bereisen, in Oslo abzuhängen und auf einen Surftrip nach Spitzbergen aufzubrechen (das Nordkap war ihm nicht kalt genug) ... Heute lebt er mit seiner Frau und zwei kleinen Kindern an den viel wärmeren Stränden Südfrankreichs. Stuarts Website ist www.stuartbutlerjournalist.com.

Mehr über Stuart gibt's hier:
lonelyplanet.com/members/stuartbutler



Donna Wheeler

Südnorwegen, Bergen & die südwestlichen Fjorde, Die westlichen Fjorde

Das erste Mal kam Donna nach Norwegen, um die Nordlichter, die unglaublich ambitionierte Architektur und die Stille der Arktis zu erleben. Sie kehrt seitdem immer wieder gern zurück, um erneut in die einzigartige Schönheit des Landes einzutauchen, die überall leicht zu finden ist – tief in den Fjorden, auf Bergpässen, in den ersten Erdbeeren des Sommers oder beim Tanz in Bergen. Donna lebt in Melbourne, wo sie auch für *My Art Guides*, *National Geographic Traveler* und andere Publikationen schreibt. Ihre Artikel, Fotos und Reiseprojekte findet man unter donnawheeler.com.



DIE LONELY PLANET STORY

Ein uraltes Auto, ein paar Dollar in den Hosentaschen und Abenteuerlust, mehr brauchten Tony und Maureen Wheeler nicht, als sie 1972 zu der Reise ihres Lebens aufbrachen. Diese führte sie quer durch Europa und Asien bis nach Australien. Nach mehreren Monaten kehrten sie zurück – pleite, aber glücklich –, setzten sich an ihren Küchentisch und verfassten ihren ersten Reiseführer *Across Asia on the Cheap*. Binnen einer Woche verkauften sie 1500 Bücher und Lonely Planet war geboren. Heute unterhält der Verlag Büros in Franklin und Oakland (USA), London, Melbourne (Australien), Peking (China) und Delhi (Indien) mit über 600 Mitarbeitern und Autoren. Sie alle teilen Tonys Überzeugung, dass ein guter Reiseführer drei Dinge tun sollte: informieren, bilden und unterhalten.

Lonely Planet Publications,
Locked Bag 1, Footscray,
Melbourne, Victoria 3011,
Australia

Verlag der deutschen Ausgabe:
MAIRDUMONT, Marco-Polo-Straße 1, 73760 Ostfildern,
www.lonelyplanet.de, www.mairdumont.com
info@lonelyplanet.de

Chefredakteurin deutsche Ausgabe: Birgit Borowski

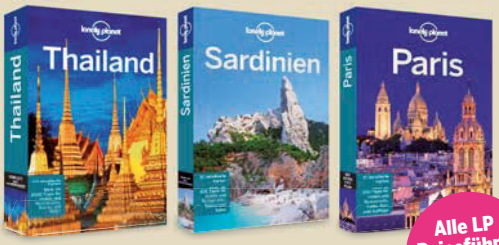
Redaktion: Thomas Grimpe, Claudia Fahlbusch, Margit Riedmeier; Verlagsbüro Wais & Partner, Stuttgart
Mitarbeit: Nadine Beck
Übersetzung der 4. Auflage: Julie Bacher, Anne Cappel, Britt Maaß, Petra Sparrer, Katja Weber
(An früheren Auflagen haben zusätzlich mitgewirkt: Claudia Arlinghaus, Peter Beyer, Petra Dubilski, Gabriela Hallas, Valeska Henze, Rainer Höh, Silvana Höh, Ute Mareik, Maria Meinel, Nina Sattler-Hovdar, Kathrin Schnellbächer, Rainer Steffen, Robert Suske)
Technischer Support: Primustype, Notzingen

Norwegen
4. deutsche Auflage September 2015,
übersetzt von *Norway 6th edition*, Mai 2015
Lonely Planet Publications Pty
Deutsche Ausgabe © Lonely Planet Publications Pty, September 2015
Fotos © wie angegeben 2015

Printed in China

Obwohl die Autoren und Lonely Planet alle Anstrengungen bei der Recherche und bei der Produktion dieses Reiseführers unternommen haben, können wir keine Garantie für die Richtigkeit und Vollständigkeit dieses Inhalts geben. Deswegen können wir auch keine Haftung für eventuell entstandenen Schaden übernehmen.

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk einschließlich all seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt und darf weder kopiert, vervielfältigt, nachgeahmt oder in anderen Medien gespeichert werden, noch darf es in irgendeiner Form oder mit irgendwelchen Mitteln – elektronisch, mechanisch oder in irgendeiner anderen Weise – weiter verarbeitet werden. Es ist nicht gestattet, auch nur Teile dieser Publikation zu verkaufen oder zu vermitteln, ohne schriftliche Genehmigung des Herausgebers.Lonely Planet und das Lonely Planet Logo sind eingetragene Marken von Lonely Planet und sind im US-Patentamt sowie in Markenbüros in anderen Ländern registriert. Lonely Planet gestattet den Gebrauch seines Namens oder seines Logos durch kommerzielle Unternehmen wie Einzelhändler, Restaurants oder Hotels nicht. Informieren Sie uns im Fall von Missbrauch: www.lonelyplanet.com/ip.



Alle LP Reiseführer auch als E-Book

Lonely Planet Reiseführer berichten ehrlich über Land und Leute, erklären Hintergründe und geben ausführliche praktische Informationen für alle, die selbstständig unterwegs sein wollen. Sie führen zu spannenden Adressen für jedes Budget.

Lonely Planet traveller

Die ganze Welt des Lonely Planet in einem Magazin.



www.lonelyplanet.de Mit vielen Infos zu Reisezielen in aller Welt, aktuellen Reportagen und zum Austausch mit Gleichgesinnten rund ums Thema Reisen.



Länder

- Arabische Halbinsel, Oman
- Argentinien
- Australien
- Brasilien
- Chile & Osterinsel
- China
- Costa Rica
- Dänemark
- Dominikanische Republik
- Ecuador & Galapagosinseln
- Entdecke Europa
- Estland, Lettland, Litauen
- Frankreich
- Indien
- Irland
- Island
- Israel, Palästina
- Italien
- Japan
- Jordanien
- Kambodscha
- Kanada
- Kolumbien
- Kroatien
- Kuba
- Laos
- Marokko
- Mauritius, Reunion, Seychellen
- Mexiko
- Namibia & Botsuana
- Neuseeland
- Norwegen
- Peru
- Philippinen
- Portugal
- Schweden
- Schweiz
- Spanien
- Sri Lanka
- Südafrika
- Südamerika für wenig Geld
- Südostasien für wenig Geld
- Tansania
- Thailand
- USA
- Vietnam
- Welt
- Zentralamerika
- Zypern

Regionen

- Andalusien
- Australien Ostküste
- Bali & Lombok
- Cornwall & Devon
- England
- Florida
- Hawaii
- Kalifornien
- Kreta
- Mallorca
- Neapel & Amalfiküste
- Provence & Côte d'Azur
- Sardinien
- Schottland
- Sizilien
- Südindien & Kerala
- Toskana
- USA Osten
- USA Südwesten
- USA Westen

Städte

- Amsterdam
- Bangkok
- Barcelona
- Beijing
- Berlin
- Budapest
- Dublin
- Hongkong
- Istanbul
- Kapstadt
- London
- Madrid
- New York
- Paris
- Prag & Tschech. Republik
- Rio de Janeiro
- Rom
- Singapur
- St. Petersburg
- Vancouver
- Wien

Reise-Sprachführer

- Englisch
- Französisch
- Italienisch
- Japanisch
- Russisch
- Spanisch

Was auf Reisen wirklich zählt



Das Land erleben

Inspirierende Fotos, Spaziergänge und Ausflüge, verlässliche Empfehlungen und die besten Insidertipps.



Perfekt planen

Beschreibungen der besten Touren für die Planung der ganz persönlichen Reise.



Neue Wege gehen

Unsere Autoren vor Ort enthüllen lokale Geheimnisse.

Specials

- Kulturstadt Oslo
- Norwegens Samen-Volk
- Outdooraktivitäten
- Wildtier-Guide

Wie wir arbeiten

Lonely Planet Autoren reisen für jede neue Auflage ins Land und recherchieren nicht einfach über Internet oder Telefon. Sie lassen sich nicht beeinflussen und beschreiben alles genau so, wie sie es vorfinden.

„Norwegen ist ein wirklich einzigartiges Reiseziel und seine Beliebtheit ist dabei ganz einfach zu erklären: Es ist eines der schönsten Länder auf der ganzen Welt.“

ANTHONY HAM,
LONELY PLANET AUTOR

Mehr von Lonely Planet auf lonelyplanet.de und lonelyplanet.com