

ADAC

Reiseführer *plus*

NORWEGEN

Aussichtspunkte • Outdoor-Aktivitäten • Vogelfelsen
Holzarchitektur • Museen • Hotels • Restaurants

NEU!
TIPPS
für Familien und
cleveres Reisen



plus praktische Maxi-Faltkarte für unterwegs!

ADAC

Reiseführer

Norwegen

Aussichtspunkte • Outdoor-Aktivitäten • Vogelfelsen
Holzarchitektur • Museen • Hotels • Restaurants

Die **Top Tipps** führen Sie zu den Highlights

von Ursula Pagenstecher



□ Intro

Norwegen Impressionen 6

Land zwischen Fjord und Fjell

8 Tipps für cleveres Reisen 12

Nordkap, Skisprung, Hurtigruten

8 Tipps für die ganze Familie 14

Trolle, Robben, Hundeschlitten

□ Unterwegs

Oslo und Südnorwegen – Metropole und Sommerdyll im Schärengarten 18

- 1 Oslo 18**
- 2 Østfold 30**
Drøbak – Fredrikstad –
Sarpsborg – Halden
- 3 Vestfold 31**
Åsgårdstrand – Tønsberg –
Sandefjord – Larvik – Stavern
- 4 Telemark 33**
Stavkirke Heddal – Gaustatoppen –
Rjukan – Dalen – Stavkirke Eids-
borg – Morgedal – Seljord – Skien
- 5 Sørland 36**
Kragere – Risør – Lyngør – Arendal –
Fjære Kirke – Grimstad – Lillesand
- 6 Kristiansand 38**
- 7 Setesdal 41**
Hornnes – Byglandsfjord –
Valle – Bykle – Hovden
- 8 Von Mandal bis Egersund 43**
Mandal – Lindesnes –
Flekkefjord – Egersund
- 9 Stavanger 45**
- 10 Von Skudeneshavn
nach Haugesund 49**
Skudeneshavn – Karmøy –
Haugesund – Utsira

Die Fjorde im Westen – Begegnung von Meer und Gebirge 52

- 11 Bergen 52**
- 12 Hurtigruten 57**
- 13 Hardangerfjord 58**
Lofthus – Utne – Eidfjord –
Måbødal – Simadalsfjord –
Ulvik – Osa – Rosendal

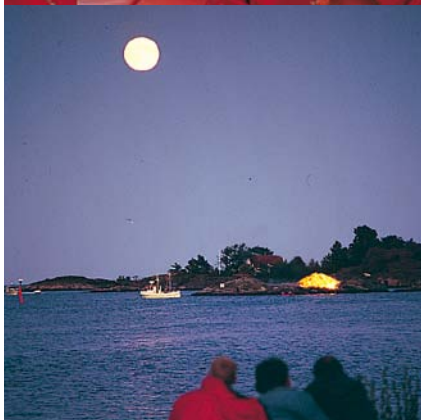
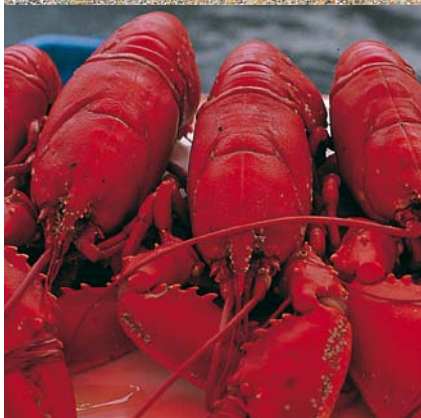
- 14 Voss 61**
- 15 Sognefjord 62**
Vik – Vangsnes – Gudvangen – Flåm
– Lærdal – Stavkirke Borgund –
Kaupanger – Stavkirke Urnes –
Jostedalbreen – Balestrand
- 16 Nordfjord 65**
Olden – Loen – Stryn
- 17 Über Geiranger
nach Åndalsnes 67**
Djupvatnet – Dalsnibba –
Geirangerfjord – Geiranger –
Trollstigvegen – Åndalsnes
- 18 Von Ålesund über Molde
nach Kristiansund 68**
- 19 Trondheim 72**

**Ost- und Zentralnorwegen –
stille Täler, tiefe Wälder und
majestätische Berge** 78

- 20 Østerdal 78**
Kongsvinger – Elverum –
Røros – Femunden
- 21 Mjøsa-See 80**
Eidsvoll – Hamar – Gjøvik –
Lillehammer
- 22 Gudbrandsdal 84**
Aulestad – Stavkirke Ringebu –
Otta – Rondane – Sel – Dombås
– Dovrefjell
- 23 Lom 86**
- 24 Jotunheimen 87**
Røysheim – Galdesand – Elveseter –
Turtagrø – Øvre Årdal – Tyin –
Vang – Beitostølen – Bygdin –
Gjendesheim
- 25 Valdres 90**
Fagernes – Heggenes – Reinli –
Hedalen – Lomen – Høre
- 26 Hallingdal 91**
Åmot – Krøderen – Nesbyen – Gol –
Torpo – Geilo
- 27 Hardangervidda Nasjonalpark 93**
- 28 Numedal 95**
Kongsberg – Flesberg – Rollag –
Nore – Rødberg – Uvdal – Dagali

**Nordnorwegen – Natur pur im Land
der Mitternachtssonne** 98

- 29 Durchs Namdal nach Mo i Rana 98**
Steinvikholm – Stiklestad –
Fiskumfossen – Trones – Laksfors –
Mosjøen – Mo i Rana – Svartisen





- 30 Über den Polarkreis nach Bodø 100**
Polarkreis – Rognan – Fauske – Bodø
- 31 Auf der Küstenstraße nach Narvik 102**
Kjelvik – Tømmernes – Hamarøy – Narvik
- 32 Lofoten 105**
Å – Reine – Nusfjord – Borg – Henningsvær – Kabelvåg – Svolvær
- 33 Vesterålen 108**
Melbu – Stokmarknes – Langøya – Andøya
- 34 Tromsø 111**
- 35 Alta 113**
- 36 Hammerfest 115**
- 37 Nordkap 116**
- 38 Ostfinnmark 117**
Tana bru – Vardø – Hamningberg – Kirkenes
- 39 Finnmark 120**
Kautokeino – Karasjok
- 40 Spitzbergen/Svalbard 122**

Norwegen Kaleidoskop

- Maler der Melancholie 27
- Der Kampf um das Schwere Wasser 35
- Wichtiger Wasserweg 36
- Umwege und Unwegsamkeiten 44
- Geschmackssache Gamalost 62
- Pagoden des Nordens 64
- Mit einem Oldtimer übers Wasser 81
- Birkebeiner – Retter des Throns 83
- Auf den Pfaden der Könige 85
- Berge und Gletscher auf Schusters Rappen 87
- Saltstraumen – ein Paradies für Sportangler 100
- Die Lofot-Fischerei 106
- Aurora Borealis – Faszination Nordlicht 110
- Werdegang einer steinernen Berühmtheit 118
- Die Samen in Lappland 121
- Geschichten aus dem Eismeer 123
- Lutefisk und Rømmegrøt 129

Karten und Pläne

- Norwegen Süd
vordere Umschlagklappe
- Norwegen Nord
hintere Umschlagklappe

Oslo 20/21
Kristiansand 40
Stavanger 46
Bergen 54
Trondheim 74
Tromsø 112

□ Service

Norwegen aktuell A bis Z 125

Vor Reiseantritt 125
Allgemeine Informationen 125
Anreise 127
Bank, Post, Telefon 127
Einkaufen 128
Essen und Trinken 128
Feiertage 129
Festivals und Events 129
Klima und Reisezeit 131
Sport 131
Statistik 133
Unterkunft 133
Verkehrsmittel im Land 134

Sprachführer 135

Norwegisch für die Reise

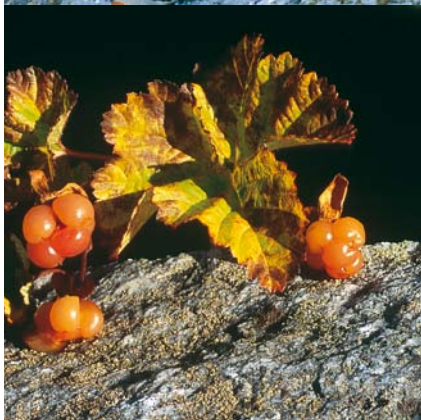
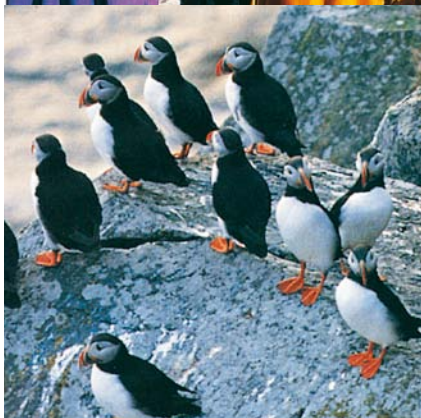
Register 140

Impressum 143
Bildnachweis 143

Leserforum

Die Meinung unserer Leserinnen und Leser ist wichtig, daher freuen wir uns von Ihnen zu hören. Wenn Ihnen dieser Reiseführer gefällt, wenn Sie Hinweise zu den Inhalten haben – Ergänzungs- und Verbesserungsvorschläge, Tipps und Korrekturen –, dann kontaktieren Sie uns bitte:

**Redaktion ADAC Reiseführer
Travel House Media GmbH
Grillparzerstr. 12, 81675 München
adac.reisefuehrer@travel-house-media.de**



Norwegen Impressionen

Land zwischen Fjord und Fjell

»Ja, vi elsker dette landet ... «. »Ja, wir lieben dieses Land ...«, so beginnt die norwegische Nationalhymne. Diesem Satz scheint sich die Mehrzahl der Norwegen-Urlauber anzuschließen, denn es ist sicher kein Zufall, dass die meisten Menschen, die Norwegen einmal bereist haben, immer wiederkommen. Norwegen ist das faszinierendste der skandinavischen Länder. Großartige, teils noch unberührte Natur, kontrastreiche Landschaft und vielfältige Sportmöglichkeiten sowie die historischen und kulturellen Sehenswürdigkeiten machen Norwegen zu einem beliebten Reiseziel.

Farbenrausch der Natur und Wechselspiele des Lichts

Länger als andere Länder Europas wurde Norwegen vom Eis modelliert. Heute noch bedecken mächtige Gletscher zahlreiche Gebirge, obwohl die nordischen Berge keine alpinen Höhen erreichen. Tiefe *Fjorde* wechseln mit stillen *Seen*, tosende *Wasserfälle* mit einsamen *Fjellgebieten*, immense dichte *Wälder* folgen auf fruchtbare und liebeliche Täler. Einer mehr als 20 000 km langen zergliederten

Küste sind über 150 000 Inseln und Schären vorgelagert. Insbesondere die Strände Südnorwegens laden im Sommer unzählige Badefreudige ein.

Man kann nicht genug bekommen von den **Landschaftsstimmungen**, von der Frühlingsblüte am Fjord, wenn die Berge noch schneebedeckt sind, von dem intensiven Licht, den hellen nordischen Sommernächten und dem faszinierenden Farbenspiel der **Mitternachtssonne**, die Land und Meer bald in rosafarbenen Schimmer taucht, bald glutrot, goldgelb oder fahlbleich beleuchtet. Beeindruckend ist auch die Farbsinfonie im Spätsommer, welche die Finnmarks- oder Hardangervidda mit flammenden Herbsttönen überzieht. Die langen dunklen Winternächte, in die das **Nordlicht** tanzende Farben hineinzaubert, haben einen ganz eigenen Reiz.

Die ersten Touristen waren übrigens englische Lords, als Angler kamen sie wegen der reichen Lachsbestände nach Norwegen. Doch längst zieht das Land im hohen Norden Reisende aus aller Welt an. Neben den Angelfreuden gehören Stabkirchen, Freilichtmuseen und Wikinger-





schiffe zu den Attraktionen. Das **Wintersportparadies** Norwegen wurde spätestens 1994 weltweit bekannt, als das kleine Städtchen Lillehammer die 17. Olympischen Winterspiele ausrichtete.

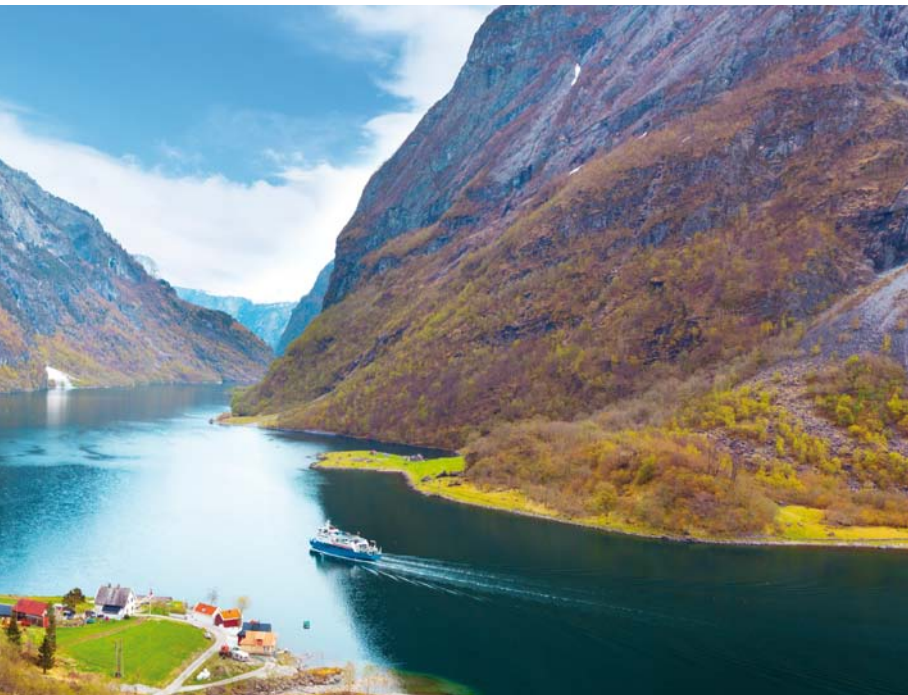
Oben: Norwegens unkomplizierte Gemütlichkeit – an der Aker Brygge in Oslo

Unten links: Ein freundliches Gesicht – Norwegens Willkommensgruß

Unten rechts: Norwegens Naturgewalten – Nærøyfjord zwischen Bergriesen

Von Oslo bis zum Nordkap

Norwegen wird von seiner Form her oft mit einem Löwen verglichen, der ins Skagerrak zu springen scheint. Wo man seinen Hals vermuten würde, im Bereich des Oslofjords, liegt die **Hauptstadt Oslo**. Mit ca. 630 000 Einwohnern ist diese die bevölkerungsreichste und wirtschaftlich bedeutendste Metropole des Landes. Hier tummeln sich Kulturbesessene und Shoppingfans ebenso wie historisch Interessierte, die in den großartigen Mu-





Links oben: Polarlicht – faszinierendes Phänomen des Nordens

Links Mitte: Nordische Pagodenstimmung in Holz – Stabkirche Heddal bei Notodden

Links unten: Im Bann blauer Eismassen, an der Gletscherzunge Nigardsbreen

Rechts oben: Inselwelt von Ålesund

Unten: Die Finnmarksvidda im herbstlichen Farbenrausch

seen auf ihre Kosten kommen. Ebenfalls lebhaft, besonders in den warmen Monaten, geht es an der lieblichen Südküste und im **Schärenküste** zu, dem Sommerferiengebiet der Norweger.

Sehr viel landschaftliche Abwechslung bieten die berühmten **Fjorde** an der Westküste wie der Hardangerfjord, der Sogne- oder Nordfjord, die sich weit ins Land hinein erstrecken. Ihre Wasserflächen sind oft spiegelglatt und geben das Bild idyllischer Dörfer am Ufer und dramatischer Höhenzüge im Hintergrund als faszinierende Doppelung wieder. Mächtige **Gebirge** wie das Jotunheimen, die Hardangervidda, das Rondane oder das Dovrefjell erheben sich im Landesinneren, wo die Urigewalt der **Gletscher** noch deutlich sichtbar ist. Ganz andere Eindrücke hinterlässt der »Rücken des Löwen«: Nördlich von Trondheim in der grandiosen Naturkulisse des Nordlands und besonders in Lappland weitet sich die Landschaft.

Norwegen bedeutet »Weg nach Norden« und der ist lang: 1750 km Luftlinie misst das Land von Süd nach Nord, 2518 Straßenkilometer sind es von Lindesnes im Süden bis zum Nordkap. Man tut gut daran, sich im Urlaub nicht zuviel vorzunehmen. Immer wieder windet sich die Strecke vom Fjord übers Fjell zum nächsten Fjord und das braucht – trotz sehr gut ausgebauter Straßen – seine Zeit. Es wäre auch schade, das Land nur durch die Autoscheibe zu erleben.

Erholung und sportliche Aktivitäten

In Norwegen kann man wunderbar ausspannen, ein paar Tage in einem **Berg-** oder **Fjordhotel** oder in einer der vielen





Hütten am Wasser verbringen, angeln gehen, über Fjordwiesen aufs Fjell wandern und zuschauen, wenn Dunst und Nebel allmählich den tiefblauen Fjord freigegeben.

Wer sich sportlich betätigen will, hat schier unbegrenzte Möglichkeiten. **Bergsteiger** finden auf der Hardangervidda, im Jotunheimen-Gebirge, auf den Lofoten oder der Finnmarksvidda mehr verlockende Ziele, als auch im längsten Urlaub zu erklimmen wären. *Kletterer* schätzen das Jotunheimen und die Lofotenberge, *Gletschertouren* sind auch für ungeübte Stadtmenschen unter sachkundiger Führung möglich. Eine der ›norwegischsten‹ Arten Urlaub zu machen sind

Wanderungen von Berghütte zu Berghütte, die Komfort und eine behagliche Atmosphäre am knisternden Kamin bieten. **Wassersportler** zieht es nach Südnorwegen, wo man auch schöne Sandstrände findet. Allerdings erreichen Nordsee und Atlantik trotz des wärmenden Golfstroms kaum gemütliche ›Badewannen-Temperaturen‹.

Sein gemäßigt, eher kühles **Klima** macht Norwegen nicht gerade zu einem bevorzugten Ziel für Badeurlauber. Insbesondere an der Westküste muss mit Niederschlägen gerechnet werden, wohingegen das Landesinnere im Regenschatten der großen Bergmassive eher beständiges Wetter aufweist.





Lebendige Vergangenheit und Moderne

Historische Zeugnisse und Spuren frühester Besiedlung sind über das ganze Land verstreut. Der Mensch hat hier seit der Steinzeit Zeichen gesetzt, wie die vielfältigen **Felsritzungen** von Südnorwegen bis hinauf nach Lappland zeigen. Aus der Epoche der **Wikinger** sind die berühmten *Schiffe* und sehenswerte *Häuptlingsburgen* erhalten, die zum Teil für Besucher restauriert und wieder hergestellt wurden. Malerische Zeugnisse der Christianisierung, die mit Olav Trygvason und dem späteren Nationalheiligen Olav Haraldsson um die erste Jahrtausendwende begann, sind die zahlreichen **Stabkirchen**. Mit ihren heruntergezogenen *Schindeldächern* und geschnitzten Drachenköpfen bieten sie einen einzigartigen Anblick. Schlichtheit bestimmt den Innenraum, dessen oft einziger Schmuck aus verspielten Holzornamenten und farbigen Dekors besteht.

Vom einfachen Leben der nordischen Bevölkerung zeugen auch die liebevoll instand gesetzten *Bauernhäuser* und *Werkstätten* in den **Freilichtmuseen**, die Einblick in die meist harten Lebensbedingungen der Menschen geben.

Doch Norwegen hat in den letzten Generationen eine rasante Entwicklung durchgemacht: von einem sehr armen Land der Fischer und Bauern, einem klassischen Auswandererland, zu einem der

wohlhabendsten Staaten der Welt – dank der **Ölvorkommen** in der Nordsee. Der daraus resultierende Reichtum ermöglicht es den Norwegern, das gesamte große Land von Oslo bis ans Nordkap mit der gleichen *guten Infrastruktur* zu versehen. Ein dichtes Straßennetz und zahlreiche Schiffsverbindungen sorgen für Mobilität und machen das Bewohnen entlegener Orte überhaupt erst möglich. »Norwegen, diese Extravaganza an der Peripherie Europas, zwischen Ölterminal und Sommerhütte, Einödhof und Glasarchitektur, Kapitalexpert und Gottesfriede«, wie Hans Magnus Enzensberger in seinem Essay »Norwegische Anachronismen« (1984) tref-





fend schrieb, ist voller interessanter Gegensätze. »Private Verschwendung« betrachten die Norweger »mit scheelen Augen, öffentlichen Luxus mit patriotischem Stolz«. Sie »sind Hinterwäldler und Kosmopoliten zugleich. Heute ist Norwegen Europas größtes Heimatmuseum, aber auch ein riesiges Zukunftslabor«.

Während sich der *Lebensstil* eines Städters in Oslo, Stavanger oder Bergen nicht wesentlich von dem eines Mitteleuropäers unterscheidet, gehen die Uhren auf dem Land, wo der Einzelhof die Hauptsiedlungsform ist und das nächste Zentrum oft eine stundenlange Autofahrt entfernt liegt, anders.

Land und Leute

Der Norweger ist groß, blond, naturverbunden und ein Individualist, so lautet das Klischee, das einen wahren Kern hat. Die meisten Menschen hier haben tatsächlich ein sehr enges Verhältnis zur Umwelt, verbringen einen großen Teil ihrer Freizeit mit Wandern, Angeln oder Skilaufen. Und sie lieben ihre *Hytta*, ihr Ferienhäuschen am Fjell, See oder Meer, das liebevoll instand gehalten wird und an Ostern, Weihnachten und im Sommer Treffpunkt für Familie und Freunde ist.

Sehr angenehm erlebt der Besucher die zurückhaltend offene Art der Menschen in dem nordischen Land, ihre unaufdringliche Herzlichkeit und **Gastfreundlichkeit**. Die Norweger scheinen außerdem sehr sprachbegabt zu sein: Fast überall kann man als Urlauber damit rechnen, Menschen zu treffen, die englisch oder sogar deutsch sprechen. Dass Norwegen ein ausgesprochen *kinderfreundliches Land* ist, verstärkt den positiven Eindruck.



Oben links: Rentierherden sind ein häufiger Anblick in den Weiten Lapplands

Oben rechts: Ein Highlight für Wanderfreunde ist das wildromantische Felsplateau des Preikestolen hoch über dem Lysefjord

Unten Mitte: Nordische Beschaulichkeit – Fischerboote vor den Ufern Trondheims



8 Tipps für cleveres Reisen

Nordkap ohne Gedränge 1

Wer auf die Option Mitternachtssonne verzichtet, teilt am Nachmittag das Nordkap (→ S. 116) selbst im Hochsommer nur mit wenigen Besuchern. Die Busladungen aus Honningsvåg treffen erst nach 22 Uhr ein. Im August taucht die Sonne kurz ins Meer ein und sorgt für mystische Wolkenstimmungen. Im Winter erreicht man das Nordkap mit Schneemobil. Sportliche Naturen absolvieren die 70 Kilometer hin und zurück von Honningsvåg mit Langlaufski. In den Polarnächten ist der Himmel öfter wolkenfrei als im Sommer, und Nordlicht am Nordkap ist Magie pur!



2 Am wirklich nördlichsten Punkt Europas

Mit 71° 10' 21" ist das Nordkap nicht der nördlichste Punkt Europas! Um diesen zu erreichen, müssen Sie Gummistiefel anziehen und über felsiges, oft nasses Kahlfjäll zur wirklich nördlichsten Spitze der Insel Magerøy laufen (etwa 6 Stunden hin und zurück). Dort am Kap Knivskjelodden auf 71° 11' 08" Nord, einer allerdings recht unspektakuläre Landzunge mit kleinem Leuchfeuer, sind Sie wirklich am Ziel. Lichten sich die Nebelbänke, bietet sich von dort ein schöner Blick auf die Klippen des Nordkaps.

3 Schuhe ausziehen!

So vermeiden Sie Fettnäpfchen: Sprechen Sie Norweger nie direkt auf Deutsch an, sondern fragen Sie höflich ›Snakker du tysk/engelsk?‹ In einer der Sprachen klappt die Verständigung sicher. Bezeichnen Sie Samen niemals als ›Lappen‹. Ziehen Sie in Privatwohnungen die Schuhe aus, respektieren Sie Schlangen am Taxistand und bestellen Sie im Restaurant kein sündteures Mineralwasser: Leitungswasser ist immer umsonst und vor allem besser!



Baden für Wikinger 4

Stamsund auf Vestvågøya ist das Sprungbrett für die Erkundung der südlichen Lofoten (→ S. 105). An der Nordmeerseite der Insel warten spektakuläre Strände: Zartgrün bemooste Felsklippen, schneeweißer Sand, türkisfarben schillerndes Meer prägen den

Traumstrand von Haukland. Nicht minder aufregend ist der benachbarte Strand von Utakleiv, den die Londoner »Times« 2005 zum schönsten Strand Europas kürte. Abgehärtete Wikinger gehen hier sogar baden!

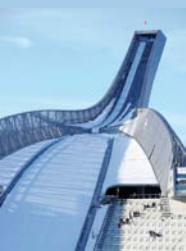


5 Sognefjord im Blütenrausch

Kaum zu glauben: An der klimatisch begünstigten Nordflanke des Sognefjords (→ S. 62), an der eine gut ausgebaute Straße mit entsprechender Aussicht entlang führt, gedeihen sogar Pfirsiche, Aprikosen und Walnüsse! Der Golfstrom macht's möglich. Besuchen Sie Balestrand also mal zur Obstblüte im Frühling, wenn es noch nicht mit Kreuzfahrtausflüglern überlaufen ist und die noch schneeblitzenden Kuppen der Jostedalberge in unglaublich klarer Luft bei Sonnenuntergang geradezu entflammen. Oft ist es hier dann sogar sonniger als im Hochsommer.

6 Schmuckstücke aus dem hohen Norden

Schon das von Frank und Regine Juhls in Kautokeino (→ S. 120) mühevoll errichtete Haus, dessen Dach an eine Schneeverwehung erinnert, ist sehenswert. Hier richteten die beiden Künstler die erste Kunsthandwerkstatt in der Tundra der Finnmark ein. Faszinierend ist der Silberschmuck mit traditionellen Motiven, der in »Juhls Silvergallery« verkauft wird: einzigartige Mitbringsel aus dem hohen Norden. Eine Filiale gibt es in Bergen (→ S. 52). www.juhls.no



7 Ski-Sprung vom Holmenkollen

Wollten Sie nicht immer schon mal von Oslos berühmter Skisprungschanze »Holmenkollen« (→ S. 26) springen? Raufkommen mit dem Aufzug ist ja leicht, aber schon der Blick in die Tiefe ... Nein, Sie müssen ja gar nicht! Im Skimuseum des Schanzenturms können Sie den atemberaubenden Sprung und eine fünfminütige Schussfahrt auf einer der schwersten Abfahrtspisten der Welt in einem Ski-Simulator absolvieren. www.skisimulator.no

Minikreuzfahrt mit dem Postschiff 8

In Brønnøysund können Sie täglich um 17 Uhr mit einem normalen Postschiff der Hurtigruten (→ S. 57) die Helgelandsküste entlang in das südlich gelegene Rørvik fahren und dabei den fotogenen Berg Torghattan, sagenumwobene Inseln und den schmalen Nærøysund bewundern. Um 20.30 Uhr kommen Sie an und steigen 45 Minuten später um in das Schiff, das Sie in der Abendstimmung zurück nach Brønnøysund bringt (Ankunft 0.30 Uhr). Reservierung und Kabine überflüssig (rund 700 NOK hin und zurück). www.hurtigruten.de





8 Tipps für die ganze Familie



1 Norwegens ältester Tierpark

Wölfen und Tigern, Elchen und Giraffen geht es gut in diesem in wunderschöner norwegischer Natur angelegten »Kristiansand Dyrepark« (→ S. 40), der eigentlich ein Freizeitpark mit Tierpark, Wasserpark und Vergnügungen wie Kinderautobahn, Piratenschiffen und Karussells ist. *Kardemomme By* (11 km östlich von Kristiansand), Tel. 81 53 39 00, www.dyreparken.no. Hochsaison tgl.

10–19 Uhr, weitere Öffnungszeiten siehe Website. Erwachsene 169–399 NOK, Kinder 149–339 NOK je nach Saison.

Märchenland im Zauberwald 2

Mit rund 50 Attraktionen gilt der »Hunderfossen Familiepark« als Norwegens Disneyland. Besonders aufregend ist das neue Abenteuerschiff mit riesiger Schaukel. Ein 14 Meter hoher Troll bewacht das Tor zu einem 37 Meter hohen Märchenschloss, das alte norwegische Geschichten erzählt. Im Angebot sind auch Rafting und »4D-Filme«. *Faberg* (13 km außerhalb von Lillehammer), Tel. 61 27 55 30, www.hunderfossen.no. Ende Mai–Mitte Sept. meist 10–17/18 Uhr. Über 120 cm 325–375 NOK, 90–120 cm 270–320 NOK, unter 95 cm frei.



3 Arktisches Erlebniszentrum

Wie Eisschollen sieht es aus, das »Polaria« in Tromsø (→ S. 111). Es bietet ein Panoramakino, mehrere Aquarien und spannende Ausstellungen über die polaren Regionen. In einem Glastunnel kann man Bartrobber bei der Fütterung beobachten. *Hjalmar Johansensgate 12, Tromsø*, Tel. 77 75 01 00, www.polaria.no. Mitte Mai–Aug. 10–19, Sept.–Mitte Mai 10–17 Uhr. Eintritt rd. 105 NOK.



4 Wasserspaß im Sommerland

›Bø Sommerland‹ ist Norwegens größter Wassererlebnispark, der mit Schlauchbootfahrten auf Super-rutschen und Halfpipes lockt. Man kann auf einer der weltweit größten künstlichen Wellen surfen und mit der Wasserachterbahn fahren. *Steintjønnvegen 2, Bø i Telemark, Tel. 35 06 16 00, www.sommerland.no. Juni Sa/So 10–19, Juli tgl. 10–19, erste Augushälfte Mo–Fr 10–17, Sa/So 10–19 Uhr. Über 140 cm 289–329 NOK, 95–140 cm 259–289 NOK, unter 95 cm frei. Am zweiten Tag rd. 100 NOK für alle.*

5 Kinderkunst in Oslo

Das ›Barnekunstmuseet‹ (Kinderkunstmuseum) in Oslo (→ S. 18) präsentiert wechselnde Ausstellungen mit sehr sehenswerten Bildern von Kindern und Jugendlichen aus 180 Ländern. Außerdem werden für junge Besucher jede Menge Aktivitäten organisiert, darunter Musik- und Kunstworkshops. *Lille Frøens vei 4, Oslo, Tel. 22 46 85 73, www.barnekunst.no. Di–Do 9.30–14 (im Sommer 11–16 Uhr), Sa/So 11–16 Uhr. Erwachsene rund 75 NOK, Kinder rund 40 NOK.*

6 Abenteuer mit dem Hundeschlitten

Die ›Bjørn Klauer Huskyfarm‹ in Bardu ist für Familien nicht nur im Winter interessant, wenn Touren mit dem Hundeschlitten durch die nordnorwegischen Schneelandschaften in der Provinz Troms angeboten werden. In den Osterferien wird eine spezielle Huskytour mit Kindern organisiert, und im Sommer verwandelt sich die Farm in einen großen Abenteuer-spielplatz. *Innset, Bardu (Anreise über Flughafen Bardufoss oder Tromsø), Tel. 771 845 03, www.huskyfarm.de*



7 Urlaub bei Luchsen und Wölfen

In panoramareicher Höhenlage bei Rødberg zwischen Oslo und Bergen hat sich der ›Langedrag Naturpark‹ mit Bergbauernhof besonders gut auf die Bedürfnisse tierliebender Familienurlauber eingerichtet. Aufregend ist die Fütterung der Wölfe im großen Freigehege (14 Uhr). Auf dem tierreichen Bauernhof können Kinder eine Ziege von Hand melken oder mit einem Zicklein kuscheln. Auch Reitferien und Kutschfahrten sind im Angebot. *Nesbyen, Tel. 32 74 25 50, www.langedrag.no. Naturpark tgl. 10–16 Uhr, Tagesbesuch Erwachsene rund NOK 190, Kinder ab 3 Jahren rund NOK 150.*

8 Interaktive Bohrsinsel

Das im Hafen von Stavanger (→ S. 45) gelegene ›Norwegische Öl-museum‹ (Norsk Oljemuseum) präsentiert das Leben auf einer Bohrsinsel mit der Kinderplattform ›Småtroll‹ und vielen interaktiven Elementen – für technikaffine Kinder und Jugendliche sehr



spannend, auch die ›Flucht‹ über den Rettungsstrumpf. *Kjerringholmen, Stavanger, Tel. 51 93 93 00, www.norskolje.museum.no. Juni–Aug. tgl. 10–19, sonst Mo–Sa 10–16, So 10–18 Uhr. Erwachsene rund 100 NOK, Kinder rund 50 NOK.*



Unterwegs

Die Lofoten vor der Küste Norwegens sind ein beliebtes Ziel für Urlauber, die ursprüngliche Natur und einsame Regionen zu schätzen wissen.



Oslo und Südnorwegen – Metropole und Sommeridyll im Schärengarten



Mit dem Schiff in den Oslofjord einzufahren, ist einer der schönsten Wege sich Norwegen zu nähern. Die lebhafteste Hauptstadt **Oslo**, für viele Urlauber das erste Etappenziel ihrer Reise, liegt eingebettet in grüne Natur am Ende des Fjordes. Nach Osten erstreckt sich das **Østfold**, wo Festungen in dem hügeligen, waldigen Landstrich an die nahe Grenze zu Schweden erinnern. Am gegenüberliegenden Ufer des Oslofjordes, dem **Vestfold**, blickt man

auf Orte wie das alte **Tønsberg** und die berühmte Walfangstadt **Sandefjord**.

Die **Südküste** ist das Feriengebiet der Norweger. Hier findet man feine Sandstrände, einen Schärengürtel mit unendlich vielen Inseln und noch mehr bunten Sommerhäuschen sowie idyllische Hafenstädte mit blitzweißen Holzhäusern, die ihren Aufschwung der Segelschiffära verdanken. Schmucke Villen wohlhabender Reeder und Großkaufleute erinnern an diese Epoche.

Wer in die Berge möchte, braucht nur ein Stück nach Norden zu fahren, vorbei an glasklaren Seen, rauschenden Flüssen und einsamen Wäldern in der **Telemark** und im **Setesdal**.

1 Oslo

Haupt- und Residenzstadt des Königreichs Norwegen, Sitz von Regierung und Universität.

Oslo ist die älteste der skandinavischen Hauptstädte und flächenmäßig eine der größten Europas (454 km², 630 000 Einw.). In einzigartiger Lage erstreckt sie sich am Oslofjord zwischen dem Meer und dem ausgedehnten Waldgebiet der Oslomarka, das 80% der Stadtfläche einnimmt. Mit dem Boom der letzten Jahrzehnte einhergehend hat sich Oslo zu einer modernen Metropole mit einem vielseitigen Kulturangebot entwickelt.

Geschichte Die Stadt im eigentlichen Sinne wurde um das Jahr 1000 von König **Harald Hardråde** am Fuß des Ekeberg-Hügels östlich des heutigen Zentrums gegründet. Dieser Herrscher machte Oslo zu einem der größten Häfen im Süden des Landes, 1062 wurde es zum **Bischofs-sitz** erhoben. Als **Håkon V.** (1280–1319) Oslo statt Bergen zu seiner Residenz wählte und dadurch zu einer gewissen Blüte brachte, zählte die Stadt 3000 Einwohner. Zum Schutz seiner neuen Hauptstadt ließ **Håkon V.** die Festung

Akershus auf einer Erhebung westlich der Stadt errichten. Um das Jahr 1300 besaß Oslo neben einem Bischofssitz und dem **Königshof** fünf Kirchen, drei Klöster sowie ein Krankenhaus. Spuren dieses mittelalterlichen Oslo findet man heute noch im Viertel Bispevika östlich des Hafengebäckens. Im Spätmittelalter erlebte die Stadt einen Niedergang, der auf die Pestepidemie Mitte des 14. Jh., das Erstarben der konkurrierenden Hansestädte und die Verlegung der politischen Macht nach **Kopenhagen** zurückzuführen war. Außerdem wurde die Stadt immer wieder von großen Feuersbrünsten heimgesucht. Nach dem verheerenden Brand im August 1624, der Oslo in Schutt und Asche legte, ließ **Christian IV.**, König von Dänemark und Norwegen, eine ganz neue Stadt im Schutz der Festung Akershus anlegen, die nach ihrem Bauherrn **Christiania** benannt wurde. Der schachbrettartige Grundriss bestimmt bis heute das Zentrum von Oslo.

Die Union mit Dänemark bedeutete für die Seefahrer- und Handelsstadt eine Zeit der Stagnation. Das kulturelle und politische Leben spielte sich in Stockholm, Kopenhagen und zum Teil auch in Bergen ab. Ein Aufschwung setzte erst



Momente der Entspannung: Hafenbecken Pipervika mit Blick auf das Rådhuset

nach der Trennung von Dänemark 1814 ein, und es begann eine rege **Bautätigkeit**: Das Königliche Schloss, das Parlamentsgebäude Stortinget, Universität, Nationaltheater, Museen und das Viertel um die Prachtstraße Karl Johans gate entstanden in dieser Epoche.

Als 1905 die Union mit Schweden leise und vor allem unblutig aufgelöst wurde, erhielt Kristiania (seit 1877 galt die Schreibweise mit K) wieder den Status als **Hauptstadt** eines unabhängigen Königreichs Norwegen. 1925 erhielt die Stadt den Namen Oslo zurück.

Besichtigung Im Folgenden werden fünf Rundgänge beschrieben, die unterschiedlich viel Zeit in Anspruch nehmen, je nachdem, ob und wie ausführlich den zahlreichen Museen der Stadt ein Besuch abgestattet wird. Die Rundgänge führen in das südlich gelegene Hafengebiet, dann in den Westen und auf die Museumshalbinsel Bygdøy, in den Osten und schließlich in den Norden von Oslo und an den Stadtrand.

Rund um den Hafen

Nähert man sich Oslo mit dem Schiff, begrüßt schon von weitem das monumentale **Oslo Rådhus** ① (Fridtjof Nansens plass, Tel. 23 46 12 00, www.rft.oslo.kommune.no, tgl. 9–16 Uhr, wegen offizieller

Veranstaltungen Änderungen der Öffnungszeiten möglich) mit seinen beiden massiven Türmen am Hafenbecken Pipervika. 1950 wurde das Rathaus anlässlich der 900-Jahr-Feier der Stadtgründung eingeweiht. Damals rief der Bau in seiner Stilmischung aus Nationalromantik, Klassizismus und Funktionalismus einen Sturm der Entrüstung hervor. Heute ist es eines der Wahrzeichen Oslos. Bemerkenswert ist die *astronomische Uhr* an der Stadtseite des Gebäudes. Im Inneren sieht man Henrik Sørensens *Monumentalgemälde* zum Thema ›Das Volk, Arbeit und Fest‹ sowie *Fresken* und *Maleien* von Edvard Munch, Per Krogh, Axel Revold und Alf Rolfsen. Jedes Jahr am Todestag *Alfred Nobels* (1833–1896), dem 10. Dezember, findet im Prunksaal des Rathauses die feierliche Verleihung des **Friedensnobelpreises** statt.

Das **Nobels Fredscenter** ② (Nobel-Friedenszentrum, Brynjulf Bulls plass 1, Tel. 48 30 10 00, www.nobelpeacecenter.org, Mitte Mai–Aug. tgl. 10–18, sonst Di–So 10–18 Uhr) im schönen 1872 erbauten *Bahnhof Vestbanen* dokumentiert die Geschichte Alfred Nobels und aller Nobelpreise. Außerdem wird hier ein Forum geboten für aktuelle Diskussionen und für künstlerische Auseinandersetzungen mit den gegenwärtigen Konflikten überall auf der Welt.

Westlich des Hafenbeckens im Bereich der **Aker Brygge** ③ brodeln das Leben. Das Büro-, Geschäfts- und Unterhaltungsviertel am Meer entstand Ende der 1980er-Jahre auf einem einstigen Werftgelände. Heute locken zahlreiche Restaurants, Kneipen und Geschäfte Einheimische wie Touristen zum Bummeln und Verweilen. An Sommerabenden herrscht fast südländisches Flair am Kai mit Blick auf die alte Festung Akershus und den Fährverkehr im Hafen.

Die Ostseite des Hafens wird vom **Akershus Festning og Slott** ④ (Tel. 23 09 39 17, www.forsvarsbygg.no/festning, Gelände: Mai–Sept. tgl. 6–21, sonst 7–21, Schloss: Mai–Aug. Mo–Sa 10–16, So 12.30–16, sonst Sa/So 12–17 Uhr) bestimmt, einem der bedeutendsten Zeugnisse des mittelalterlichen Oslo. Die Festung wurde 1299–1319 von König Håkon V. erbaut, in den folgenden Jahrhunderten mehrfach belagert, aber nur einmal, im Zweiten Weltkrieg, eingenommen. Im frühen 17. Jh. ließ Dänenkönig Christian IV. die Burg in ein Renaissanceschloss umbauen. Heute finden im prächtigen *Olavsaal* Konzerte und in der *Schlosskirche* Gottesdienste statt. In der *Königlichen Grabkapelle* in der Krypta der Schlosskirche sind Königin Maud, König Haakon VII., Kronprinzessin Märtha und König Olav V. beigesetzt.

Im Festungsbereich liegt das **Norges Hjemmefrontmuseet** ⑤ (Norwegisches Widerstandsmuseum, Tel. 23 09 31 38, www.forsvaretsmuseer.no/nor/Hjemmefrontmuseet, Juni–Aug. Mo–Sa 10–17, So 11–17, Sept.–Mai Mo–Fr 10–16, Sa/So 11–16 Uhr), das die deutsche Besetzung Norwegens im Zweiten Weltkrieg sowie den zivilen und militärischen Widerstand dagegen anschaulich und berührend darstellt.

Das im früheren Arsenal von 1860 beheimatete **Forsvarsmuseet** ⑥ (Tel. 23 09 35 82, www.forsvaretsmuseer.no/nor/Forsvarsmuseet, Mai–Aug. Mo–Fr 10–17, Sa/So 11–17, sonst Di–Fr 11–16, Sa/So 11–17 Uhr) ist der norwegischen Militärgeschichte von der Wikingerperiode bis in die heutige Zeit gewidmet.

Über die Kongensgate erreicht man **Alt Christiania** mit seinem schachbrettartig angelegten Straßennetz. Rechter Hand lockt das **Museet for Samtidskunst** ⑦ (Bankplassen 4, Tel. 21 98 20 00, www.nasjonalmuseet.no, Di/Mi, Fr 11–17, Do 11–19, Sa/So 12–17 Uhr), eine Dependence des *Nasjonalmuseet for Kunst, Arkitektur og Design*. Das Museum zeigt Wechselausstellungen zeitgenössischer Kunst aus

dem eigenen, etwa 4700 Werke umfassenden Bestand und im Rahmen von Sonderschauen. Im vom Jugendstil inspirierten Gebäude kann man u.a. die Installation des russischen Künstlers Ilya Kabakov »The Garbage Man (The Man Who Never Threw Anything Away)«, entstanden 1988–1995, bewundern.

Gleich nebenan lohnt das **Nasjonalmuseet-Arkitektur** ⑧ (Bankplassen 3, Tel. 21 98 20 00, www.nasjonalmuseet.no, Di/Mi, Fr 11–17, Do 11–19, Sa/So 12–17 Uhr) einen Besuch. Christian Heinrich Grosch entwarf den klassizistischen Bau 1830 für

