

# Inhalt

<b>ABC Fjordland</b> .....	8	Reiten .....	60
<b>Vor der Reise</b> .....	13	Tauchen .....	60
Information .....	13	Tiersafaris .....	60
Diplomatische Vertretungen .....	13	Vogelkunde .....	60
Einreisebestimmungen .....	14	<b>Geschichte und Gegenwart</b> .....	61
Fjordland im Internet .....	15	<b>Eine Nation – zwei Sprachen</b> ....	72
Geld .....	16	Wörterklade .....	74
Gesundheit .....	17	<b>ENTLANG DER KÜSTE –</b>	
Reisende mit Handicap .....	17	<b>VON SÜDEN NACH NORDEN</b>	
Klima und Wetter .....	18	<b>Egersund</b> .....	80
Reisezeit .....	19	Unterkunft .....	80
Kleidung und Ausrüstung .....	20	Sehenswertes .....	81
Karten .....	21	Info-Mix .....	82
<b>Anreise</b> .....	22	<b>Jæren – Sola</b> .....	83
Mit dem eigenen Fahrzeug .....	22	Unterkunft .....	84
Mit dem Flugzeug .....	26	Sehenswertes .....	85
Mit der Eisenbahn .....	27	Info-Mix .....	87
Mit dem Bus .....	28	Weiterreise .....	87
<b>Unterwegs in Westnorwegen</b> ....	29	<b>Stavanger</b> .....	88
Information vor Ort .....	29	Unterkunft .....	90
Transport .....	29	Essen und Trinken .....	92
Unterkunft .....	34	Unterhaltung .....	93
– Allemannsretten .....	39	Sehenswertes .....	94
Essen und Trinken .....	41	Ausflüge .....	99
– Tipps für Selbstverpfleger .....	44	Info-Mix .....	100
Praktisches A–Z .....	45	Weiterreise .....	101
<b>Autoreisen</b> .....	50	<b>Ryfylke</b> .....	103
Von Alkohol bis Wohnmobil .....	50	Forsand – Lysefjord .....	103
<b>Ferien aktiv</b> .....	54	– Unterkunft .....	104
Angeln .....	54	– Sightseeing Lysefjord .....	104
Rad fahren .....	54	– Ortschaft Forsand .....	105
Wandern .....	57	– Wanderungen .....	106
Baden .....	59	– Kjeragbolten .....	107
Golf .....	59	– Info-Mix .....	108
Kanu, Kajak, Rafting .....	60	Strand – Preikestolen .....	108
		– Unterkunft .....	109
		– Preikestolen .....	110
		– Unterwegs in Strand .....	112
		– Info-Mix .....	112

Hjelmeland .....	112	<b>Selje – Stad – Vestkapp</b> .....	189
– Unterkunft .....	113	Unterkunft .....	190
– Unterwegs in Hjelmeland .....	113	Essen und Trinken .....	190
– Wanderung ins Viglesdal .....	114	Sehenswertes .....	190
– Info-Mix .....	115	Ferien aktiv .....	194
Suldal .....	116	Info-Mix .....	194
– Unterkunft .....	116	<b>Runde – Herøy</b> .....	195
– Unterwegs in Suldal .....	117	Unterkunft .....	196
– Info-Mix .....	118	Sehenswertes .....	197
Sauda .....	119	Info-Mix .....	202
– Unterkunft .....	119	Weiterreise .....	202
– Unterwegs in Sauda .....	119	<b>Ålesund</b> .....	203
– Info-Mix .....	129	Unterkunft .....	204
Weiterreise .....	129	Essen und Trinken .....	206
<b>Haugesund</b> .....	131	Sehenswertes .....	207
Unterkunft .....	132	Ausflüge .....	211
Essen und Trinken .....	134	Info-Mix .....	213
Sehenswertes .....	134	Weiterreise .....	213
Ausflug nach Karmøy .....	135	<b>Molde</b> .....	215
Røvær und Utsira .....	138	Unterkunft .....	216
Info-Mix .....	139	Essen und Trinken .....	218
Weiterreise .....	140	Sehenswertes .....	218
<b>Rosendal</b> .....	141	Ausflug nach Bud .....	219
Unterkunft .....	141	Ferien aktiv .....	220
Sehenswertes .....	142	Info-Mix .....	221
Ausflüge .....	144	Weiterreise .....	222
Info-Mix .....	145	<b>Kristiansund</b> .....	223
Weiterreise .....	146	Unterkunft .....	224
<b>Bergen</b> .....	148	Essen und Trinken .....	224
Unterkunft .....	154	Sehenswertes .....	226
Essen und Trinken .....	157	Info-Mix .....	230
Unterhaltung .....	158	Ausflug nach Grip .....	231
Sehenswertes .....	160	Weiterreise .....	232
Ausflüge .....	174		
Ferien aktiv .....	178	<b>IM INNEREN FJORDLAND –</b>	
Info-Mix .....	178	<b>VON NORDEN NACH SÜDEN</b>	
Weiterreise .....	180		
<b>Måløy – Vågsøy</b> .....	183	<b>Sunnal</b> .....	233
Unterkunft .....	184	Unterkunft .....	234
Sehenswertes .....	184	Ausflüge in die Natur .....	235
Ausflüge .....	186	Wanderungen .....	242
Info-Mix .....	188	Info-Mix .....	244
Weiterreise .....	188	Weiterreise .....	244

<b>Romsdal – Trollstigen</b> .....	245	Årdal .....	296
Åndsnes .....	245	– Unterkunft .....	298
Rauma und Romsdal .....	245	– Sehenswertes/Wandertour .....	298
Trollstigen .....	246	– Info-Mix, Weiterreise .....	299
<b>Geirangerfjord</b> .....	249	Lærdal – Filefjell .....	300
Unterkunft .....	250	– Unterkunft .....	302
Essen und Trinken .....	252	– Sehenswertes .....	304
Sehenswertes .....	252	– Wanderungen .....	306
Ausflüge .....	255	– Info-Mix, Weiterreise .....	308
Wanderungen .....	256	<b>Aurland – Flåm – Gudvangen</b> ..	309
Info-Mix .....	256	Unterkunft .....	310
Weiterreise .....	257	Essen und Trinken .....	312
<b>Stryn – Jostedalsbre</b> .....	258	Sightseeing .....	312
Hjelledal – Stryn .....	260	Rallarvegen .....	316
– Unterkunft .....	260	Wanderungen .....	318
– Nationalparkzentrum .....	261	Info-Mix .....	319
– Wanderungen .....	261	Weiterreise .....	320
Lodal – Kjenndal .....	262	<b>Ulvik</b> .....	321
– Unterkunft .....	262	Unterkunft .....	322
– Zum Gletscher .....	264	Sehenswertes .....	322
– Wanderungen .....	266	Wanderungen .....	323
Oldedal – Briksdal .....	267	Info-Mix .....	324
– Unterkunft .....	267	Weiterreise .....	325
– Zum Gletscher .....	268	<b>Eidfjord</b> .....	326
Ferien aktiv .....	269	Unterkunft .....	327
Info-Mix .....	269	Sehenswertes .....	328
Weiterreise .....	270	Wanderungen .....	332
<b>Am Sognefjord</b> .....	271	Info-Mix .....	334
Fjærland .....	271	Weiterreise .....	334
– Unterkunft .....	272	<b>Am Sørfjord</b> .....	335
– Sehenswertes .....	281	Ullensvang .....	336
– Wanderungen .....	282	– Unterkunft .....	336
– Info-Mix, Weiterreise .....	283	– Sehenswertes .....	337
Sogndal .....	284	– Wanderungen .....	338
– Unterkunft .....	285	– Ausflug nach Jondal .....	339
– Sehenswertes .....	285	Odda – Tyssedal .....	340
– Info-Mix, Weiterreise .....	287	– Unterkunft .....	340
Luster – Jostedal .....	288	– Sehenswertes .....	341
– Unterkunft .....	289	– Wanderungen .....	342
– Rund um den Lustrafjord .....	290	Weiterreise .....	343
– Sehenswertes im Jostedal .....	292	<b>Register</b> .....	344
– Wanderungen .....	294		
– Info-Mix, Weiterreise .....	295		

# ABC Fjordland

## ALPHABET

Die norwegische (und die dänische) Schriftsprache umfassen drei Buchstaben, die auf den ersten Blick sehr fremd erscheinen. Dabei entspricht das Æ bzw. æ unserem Ä bzw. ä und das Ø bzw. ø unserem Ö bzw. ö. Nur das Å bzw. å kennt keinen adäquaten Buchstaben im Deutschen; die Norweger sprechen es mal wie ein geschlossenes o (wie in Ofen), mal wie ein offenes o (wie in offen). Die skandinavischen Sonderbuchstaben stehen in dieser Reihenfolge am Ende des Alphabets und sind im Register dementsprechend aufgeführt.

## BRE

Bre ist die häufigste norwegische Bezeichnung für Gletscher – davon gibt es im inneren Fjordland gleich mehrere, allen voran der Jostedalsbre, der als Europas größter Festlandgletscher einen dekorativen Titel trägt und zum Nationalpark erklärt wurde. Einige seiner in Täler auslaufenden Gletscherzungen sind gut erreichbar, teils im Rahmen von Wanderungen, teils sogar über Straßen, eine auch per Boot.

## CAMPING

Die schönste Übernachtungsvariante, sucht man unmittelbaren Kontakt zur Natur, und häufig sehr individuell. Wohnwagen-Reihen sind auch in Nor-

wegen nicht unbekannt, doch wer ein Zelt aufschlägt, darf sich den Platz dafür fast überall selbst aussuchen. Bei feuchtem oder wechselhaftem Wetter bilden Hütten verschiedener Ausstattung eine gute Alternative. Wildes Campen ist nicht überall zugelassen.

## DU

Das Duzen ist in Norwegen mittlerweile so selbstverständlich wie in Dänemark und Schweden. Lediglich die Mitglieder des Königshauses, einige hoch gestellte Politiker (ihres Amtes wegen) und gelegentlich ältere Menschen, denen man Respekt zu zollen gedenkt, sollten gesiezt werden.

## ELCHE

Der Elch ist ein Sympathieträger – es soll sogar Verlage geben, die ihn in ihren Namen aufnehmen...

Zwar sind die Chancen in den Wäldern Süd- und Ostnorwegens größer, einen der zuweilen 800–1.000-Kilo-Kolosse zu Gesicht zu bekommen, dies schließt aber eine Begegnung selbst in zerfurchten Küstenregionen nicht aus. Egal wo, es wird seltener passieren, als Sie es sich erhoffen. Und immer unvorbereitet: Bis die Kamera bereit ist, trabt das Tier vermutlich von dannen, denn die Elche sehen zwar schlecht, hören und wittern dafür jedoch umso besser.

## FJORDE

Eine Hinterlassenschaft der Eiszeiten: von Gletschern ausgehobelte, bis zu 1.300 m tiefe Täler, die sich mit Meerwasser füllten, als sich das Eis zurückzog. Da der glaziale Panzer an der Küste nicht so dick und kraftvoll war, sind

die Fjorde an ihren Mündungen in die Nordsee weniger tief als im Landesinneren; der Wasseraustausch ist deshalb begrenzt, das Fjordwasser wegen der einmündenden Flüsse nicht so salzhaltig wie das Meerwasser. Die Gezeiten sind freilich selbst an den innersten Fjordufeln zu bemerken, die mehr als 200 Kilometer von der Küste entfernt verlaufen.

### GASTFREUNDLICH

Viele Norwegerinnen und Norweger begegnen Touristen freundlich und aufgeschlossen. Wer sich etwas in ihrer Sprache versucht, reißt die letzten Schranken ein. Selbst wenn sich kurzfristig ein gutes Gespräch entwickelt, sollten Sie es vermeiden, Ihrem Gegenüber zu viel Rede zuzumuten und zu rasch vertraulich zu wirken. Heißblütig sind die Einheimischen nämlich nicht; es dauert schon ein wenig, bis sie warm werden.

### HYTTE

Eine eigene Hütte im Gebirge oder an der Küste oder am See – das scheint das Größte zu sein, was sich Ola Nordmann (= Otto Normalverbraucher, das weibliche Pendant heißt Kari) für die Freizeit am Wochenende oder im Urlaub im Heimatland vorstellen kann. Längst nicht alle Norwegerinnen und Norweger sind Natur-Liebhaber, aber die meisten naturverbunden. Ständig werden neue *hytteområder* (Hüttengebiete) ausgewiesen und die Preise ziehen unverdrossen mit.

### INTERNET

Die Skandinavier sind moderner Telekommunikationstechnologie gegen-

über aufgeschlossen. In der Relation zur Einwohnerzahl ist die Zahl der Internetanschlüsse (ebenso wie die der Handys) sehr hoch, weshalb es eher wenige Internetcafés gibt. Viele Hotels, aber auch einzelne Ausflugslokale, Touristenbüros und andere Betriebe im Feriensektor stellen ihren Kunden kostenfreie Internetzugänge zur Verfügung. Ein guter Tipp sind auch die Bibliotheken in Gemeindezentren, doch müssen solche Wünsche häufig angemeldet werden.

**JEDERMANNSRECHT** (sogenanntes) Ausländische Touristen gehen häufig davon aus, dass sie überall in der Natur im Fahrzeug (meist: Wohnmobil) übernachten oder ihr Zelt aufschlagen dürfen – dem ist NICHT so. Das Allemannnsretten regelt den Aufenthalt in freier Natur – kein Paragrafenwerk, sondern ein ungeschriebenes Gesetz, in Deutschland oft missverständlich als Jedermannsrecht zitiert. Gerade zur Wahrung der Freiheiten bedarf es der Aufklärung. Siehe Seite 39 f.

### KILOMETERFRESSER

Eine Spezies, häufig gekennzeichnet durch deutsche Nummernschilder am Fahrzeug, die sich bestimmte Tagesetappen vorgenommen hat und diese gnadenlos gegen sich selbst und alle widrigen Umstände durchzieht. Lasst Euch bitte Zeit, Norwegen ist zu schön für eine Reise durchs ganze Land, zumal die Zahl der Wiederkehrer ausgesprochen groß ist: Und dann können sie sich in einem anderen Landesteil umschaun... Allerdings ist Westnorwegen ohne Übertreibung für drei bis fünf Reisen ohne Hast groß genug.

## LACHS

Der König der Fische ist in manchen norwegischen Flüssen zum seltenen Gast geworden. Überfischung, saurer Regen, aber auch die Zuchtlachse in den Fjorden haben ihm zugesetzt. Während die Schäden durch sauren Regen durch Kalkung der betroffenen Gewässer neutralisiert werden konnten und einige Lachsflüsse wieder bevölkert wurden, gelten nun Parasiten und die von Zuchtlachsen übertragene Krankheiten als Hauptprobleme bei den Bemühungen, mehr gesicherten Lachsbestand zu erreichen. Im Lærdal gibt es ein recht gut gemachtes Wildlachscenter, dem bald die Lachse vor der Haustür ausgehen könnten.

## MITTERNACHTSSONNE

In Westnorwegen, je nach Ort rund 450–950 Kilometer südlich des Polarkreises, bleibt die *midnattssol* zwar nicht nachts über dem Horizont stehen – trotzdem erhellt sie bereits Anfang Mai die Nächte, so dass es auch hier monatelang nicht richtig dunkel wird. Zur Mittsommerzeit können Sie Ihren Reiseführer nach Mitternacht ohne zusätzliche Lichtquelle draußen studieren.

## NOCH NE NUMMER

Ob im Postkontor, in großen Apotheken oder Touristenbüros – die Warteschlange ordnet sich unkompliziert: Neuankömmlinge ziehen Sie am Automaten einen Nummernzettel, der die Reihenfolge dokumentiert.

Sie sind dran, wenn Ihre Nummer, begleitet von einem akustischen Signal, auf der elektronischen Anzeigetafel erscheint. Drängeln ist verpönt.

## ORIENTIERUNGSLAUF

Wenn Sie mitten in der Wildnis auf eine Ansammlung von Autos stoßen, jedoch kein Anlass zu entdecken ist, dann könnte hier ein OL stattfinden. Der Orientierungslauf ist eine skandinavische Form der Naturverbundenheit: Sportliche Menschen rennen auf der Suche nach dem nächsten Wimpel durch Wald und Flur. Eine/r steckt den Kurs aus, die anderen suchen mit Karte und Kompass. *Turorientering* ermöglicht einen Sommer lang das Erwandern von Posten in einem Gebiet.

## PROVINZEN (= FYLKER)

In Norwegen gibt es keine Bundesländer, sondern es sind Landschaften – nach kulturhistorisch herausgebildeten Grenzen – in Provinzen zusammengefasst. Solch eine Provinz heißt *fylke* und es gibt 19 davon im ganzen Land. Das westnorwegische Fjordland gliedert sich in vier fylker, von Süden nach Norden sind das Rogaland (mit Stavanger), Hordaland (mit Bergen), Sogn og Fjordane (rund um den Sognefjord) sowie Møre og Romsdal (mit Ålesund, Molde, Kristiansund).

## QUALMEN

Norwegens Regierende haben dem Rauchen den Kampf angesagt. An stolze Preise auf Zigaretten sind die Bürger gewöhnt; inzwischen dürfen Sie auch in Restaurants, Terminals sowie anderen öffentlichen Einrichtungen nicht mehr zum Glimmstengel greifen. Die Gastronomie vermeldet da und dort Rückgänge an Gästezahlen. Was sich als gut erwiesen hat: Das Rauchen am Steuer ist innerhalb geschlossener Ortschaften untersagt.

**REISEROUTEN**

Von manchen ersehnt. Das Fjordland jedoch ist zu klein für vorgegebene Routen, die die Reisenden vor Ort zu unflexibel machen. Die einzige wirkliche Empfehlung lautet: Besuchen Sie Reiseziele entlang der Küste ebenso wie im inneren Fjordland, damit Sie in den Genuss möglichst vieler Kontraste kommen.

**STOCKWERKE**

Werden in Norwegen anders gezählt als in Deutschland. Ein Erdgeschoss gibt es nicht, das ist gleich der erste Stock. Wenn Sie im Kaufhaus oder im Museum in den 3. Stock (3. etasje) wollen, sind Sie bereits in der zweiten Etage angekommen.

**TROLLE**

Wesen aus der nordischen Mythologie, die gerne die Menschen necken. Trolle können spaßig und hinterlistig, aber auch nett sein; dann heißen sie *Nisse*. Sie werden oft ihren Spuren begegnen, im Wald, in den Bergen; es liegt aber auch viel an Ihrer Fantasie...

**UNTIERE**

**STECHMÜCKEN** – gefürchtet und gehasst, von Mitte Juni bis Anfang August mancherorts unvermeidlich, in Westnorwegen aber seltener als etwa im Landesinneren. Überfälle drohen bei Windstille und an stehenden Gewässern. Die skandinavischen Mittel zum Einreiben sind effektiv, für empfindliche Haut jedoch kaum geeignet. Starkes Zitronenöl (*Citronella*) aus der heimischen Apotheke soll die Plagegeister verjagen. Erfahrungswerte aller Art werden dankend registriert.

**VARG VEUM**

Mit dem Detektiv aus der Feder von *Gunnar Staalesen* können Sie Bergen und Westnorwegen auf unterhaltsame, pointierte Art und Weise kennen lernen. Varg Veum gibt den Blues und die leere Aquavitflasche ist seine Gitarre. Fast alle Krimis mit Veum sind auf Deutsch erschienen, eine bessere Urlaubslektüre fällt uns nicht ein.

**WASSER**

Gibt's in Hülle und Fülle, in Seen, Fjorden, Flüssen, in freiem Fall die Berge hinab, besonders im Frühjahr mit der Schneeschmelze. Energie aus Wasserkraft wird sogar exportiert und macht das Land zusammen mit dem Öl aus der Nordsee unabhängig. Norwegens Wasser steht auch für Lebensqualität im Urlaub – sofern nicht gerade Schafe oder andere Tiere am Oberlauf weiden, können Sie überall im Gebirge ihre Hand in den Wasserfall, Fluss, See strecken und das Wasser furchtlos vor Konsequenzen trinken.

Dem Wasser sei Dank, bestimmen die Farben Blau und Grün Norwegens herrliche Landschaft – so arrangieren wir uns mit gelegentlichem Regen.

**ZWEITAUSENDER**

Mehr als vierzig Zweitausender zählt allein die Gemeinde Luster im inneren Fjordland. Die Fjorde und die anderen landschaftlichen Schönheiten lassen manchmal vergessen, dass Norwegen über weite Teile ein gebirgiges Land ist, nur gut 3 % des 385.155 km<sup>2</sup> messenden Staatsgebiets sind landwirtschaftlich nutzbar.