

ADAC

Oslo und Südnorwegen

Modern und naturverbunden



Intro

Impressionen 4

Auf einen Blick 9

ADAC Quickfinder

Das will ich erleben 10

Hier finden Sie die Orte, Sehenswürdigkeiten und Attraktionen, die perfekt zu Ihnen passen.

Unterwegs

Oslos Zentrum: zwischen Schloss und Akershus 16

1 Rund um das Rathaus 18

2 Aker Brygge 20

3 Tjuvholmen 20

4 Rund um die Karl Johans gate 22

5 Nördlich der Karl Johans gate 28

6 Kvadraturen 30

7 Bjørvika und Sørenga 32

8 Inseln im Oslofjord 37

Am Abend/Übernachten 38/39

Oslos Westen und westlicher Fjord 40

9 Bygdøy 42

10 Rund um den Frognerparken 45

11 Holmenkollen und Frognerseteren 49

12 Oslo Vinterpark Tryvann 52

13 Bogstad 52

14 Bærums Verk 53

15 Henie-Onstad Kunstsentner 53

Am Abend/Übernachten 54/55

Oslos Osten und östlicher Fjord 56

16 Vulkan 58

17 Grünerløkka und Umgebung 59

18 Grønland 61

19 Gamlebyen 61

20 Ekeberg 62

21 Drøbak 63

22 Fredrikstad 64

23 Halden 64

Am Abend/Übernachten 66/67




Die Südküste: Norwegens

Badeparadies	68
24 Åsgårdstrand	70
25 Sandefjord	70
26 Skien	70
27 Kragerø	72
28 Risør	72
29 Arendal	73
30 Grimstad	74
31 Kristiansand	75
32 Mandal	76
33 Flekkefjord	77
34 Stavanger	78
35 Haugesund	82
36 Hardangerfjord	84
37 Bergen	86
38 Voss	93
39 Sognefjord	94
Übernachten	96

Täler und Fjells im Süden 98

40 Kongsberg	100
41 Rjukan	103
42 Telemark-Kanal	105
43 Setesdal	105
44 Hardangervidda	107
45 Numedal	108
46 Hallingdal	110
47 Valdres	112
48 Jotunheimen	112
49 Lillehammer	115
50 Mjøsa-See	118
51 Østerdal	119
Übernachten	121

 Zu diesen Orten und Sehenswürdigkeiten finden Sie Detailkarten im Innenteil des Reiseführers.

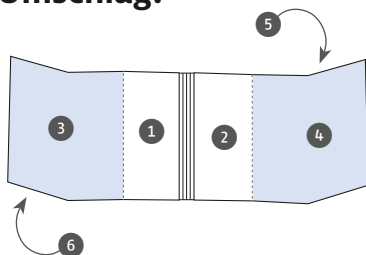
■ Service



Oslo und Südnorwegen von A-Z 125

Alle wichtigen reisepraktischen Informationen – von der Anreise über Notrufnummern bis hin zu den Zollbestimmungen.

Festivals und Events	130
Chronik	136
Mini-Sprachführer	137
Alle Blickpunkt-Themen in diesem Band	138
Register	138
Bildnachweis	141
Impressum	142
Mobil vor Ort	144

Umschlag:



-  **ADAC Top Tipps:** Vordere Umschlagklappe, innen **1**
-  **ADAC Empfehlungen:** Hintere Umschlagklappe, innen **2**

Übersichtskarte Südnorwegen:

Vordere Umschlagklappe, innen **3**

Übersichtskarte Oslo und Umgebung: Hintere Umschlagklappe, innen **4**

Stadtplan Oslo: Hintere Umschlagklappe, außen **5**

Drei Tage in Oslo und Südnorwegen: Vordere Umschlagklappe, außen **6**

Oslo und Südnorwegen: Abwechslung garantiert

Von der grünen Hauptstadt am Fjord zu sonnenverwöhnten Südküstenstädten, ins Fjordland, aufs kahle Fjell und durch weite Täler



Traumblick über Fjord und Landschaft von der Felskanzel des Preikestolen

Uchlu, wie die Einheimischen ihre Stadt nennen, hat einen erstaunlichen Wandel vollzogen. Noch vor 100 Jahren war die Stadt arm und relativ unbedeutend. Und selbst wer vor 25 Jahren das letzte Mal in Oslo war, würde es heute nicht mehr wieder erkennen. Die Erdöl- und Erdgasfunde in der Nordsee haben soviel Geld in die Kassen gespült, dass Norwegen heute eines der reichsten

Länder der Welt ist und eine beeindruckende Anzahl an Infrastrukturprojekten verwirklichen konnte.

Davon hat auch Oslo profitiert, viel Autoverkehr wird mittlerweile in Tunneln durch das Zentrum geschleust, und spätestens seit dem Beginn des Megaprojektes Fjordbyen im Jahr 2000 verändert sich die Gegend um den Oslofjord zum sehenswerten Schaufenster der Stadt.

Es ist die größte städtebauliche Erneuerung, seit König Christian IV. im 17. Jh. das alte Kristiania nach einem Brand hinter der Festung Akershus neu errichten ließ. Vor dem Beginn von Fjordbyen bestand das Fjordufer aus tristen Hafenanlagen, Eisenbahngleisen und einem Gewirr von Autobahnen – eine wenig attraktive Visitenkarte der Stadt.



Oslo mark. Eingebettet in diesen grünen Gürtel um die Hauptstadt liegen rund 300 Seen, von denen viele zum Baden einladen. Wer lieber im Meer schwimmen möchte, macht einen Abstecher zu einer der Inseln im Fjord. Hoch über der Stadt ist die kühn geschwungene Holmenkollenschanze zu erkennen, am Fjordufer das klobige Rathaus aus Backsteinen, seit seiner Fertigstellung 1950 unverwechselbares Wahrzeichen der Stadt, wenn auch von vielen ungeliebt. Je näher man kommt, desto mehr Details der Skyline lassen sich erkennen. Auf einem Vorsprung thront das Relikt aus dem Mittelalter,

*Oslo in den Farben des Sommers (unten) –
Begehbare Architektur: Die Oper in Oslo
lädt zum Spaziergang ein (ganz unten)*



Auf dem Oslofjord in die Stadt

Die schönste Art, sich Oslo zu nähern, ist mit dem Schiff. So hat man genügend Zeit zu schauen, wie sich der Fjord bei Drøbak zu einem schmalen Durchlass verengt, sich wieder weitet und sich die Stadt langsam ins Blickfeld schiebt.

Oslos Lage ist unvergleichlich. Die Häuser ziehen sich die Hänge am Fjordende hinauf und verlieren sich irgendwann im Grün der Wälder der



Das will ich erleben

So groß wie das Land, so vielfältig sind auch seine Höhepunkte – selbst wenn man sich auf eine Reise in den Süden beschränkt. Natürlich lockt die Natur nach Norwegen, die hier so grandios ist wie sonst kaum in Europa. Aber auch die Geschichte ist präsent: Einmalig sind die mittelalterlichen Stabkirchen, und auch so manches Freilichtmuseum bietet Erstaunliches. Vor allem in Oslo, aber auch in Bergen und Stavanger locken die urbanen und kulturellen Highlights: vielfältige Museen, kulinarische Köstlichkeiten, typisch norwegisches Design und einige aufsehenerregende Beispiele moderner Architektur.



7

Die besten Museen

Allein in Oslo gibt es rund 50 Museen zu allen möglichen Themen, von der Wikingerzeit bis zu Edvard Munchs Werk. Aber auch die anderen großen Städte haben einiges zu bieten, wie die Westküstenmetropole Bergen, in der die Hansezeit vielfältige Spuren hinterlassen hat.

- 1 Nasjonalmuseet, Oslo** 19
Die wichtigsten Kunstwerke des Landes
- 7 Munch Museet, Oslo** 34
Ein Schaufenster für Norwegens bekanntesten Maler
- 9 Vikingskipshuset, Oslo** 43
Kunstvoll verzierte Wikingerschiffe und Grabbeigaben
- 37 KODE, Bergen** 88
Kunstschatze der ehemaligen Hansestadt



39

Die schönsten Stabkirchen

Nur noch einige Dutzend von einst rund 1000 Stabkirchen sind als einzigartige Dokumente mittelalterlicher Baukunst erhalten geblieben. Mit ihren übereinander gestaffelten Dächern, geschnitzten Fabeltieren, kunstvollen Ranken und Menschendarstellungen, Runeninschriften und Wandmalereien geben sie Einblicke in die Zeit des noch jungen Christentums in Norwegen.

- 39 Urnes Stavkyrkje, Ornes** 95
Einziges Stabkirche mit Weltkulturerbestatus
- 39 Borgund Stavkyrkje** 95
Schönstes Zeugnis mittelalterlicher Kirchenbaukunst
- 40 Heddal Stavkyrkje, Notodden** 102
Die »Holzkathedrale« unter den Stabkirchen

Fantastische Ausblicke

In Norwegen gibt es eine Fülle großartiger Aussichtspunkte. Einige sind mit dem Auto zu erreichen, einige mit der Seilbahn, andere muss man sich aber auch mit einer anstrengenden Wanderung erarbeiten.

- 11 Kragstøtten, Oslo** 50
Weit reicht der Blick auf den Fjord und Oslos Stadtteile
- 37 Ulriken** 92
Bergens einmalige Lage bewundern
- 41 Gaustatoppen** 104
Höchster Berg der Telemark mit grandiosem Weitblick



Typisch norwegisch shoppen

Was ist typisch norwegisch? Natürlich der Pullover aus dicker Wolle mit dem charakteristischen Muster. Immer eine gute Wahl sind die Husfliden-Läden, die Produkte einheimischer Kunsthandwerker verkaufen. Aber auch ein Blick auf moderne norwegische Designprodukte lohnt sich.

- 4 Den Norske Husfliden, Oslo** 27
Garantiert made in Norway
- 4 Illums Bolighus Vikaterrassen, Oslo** 28
Modernes norwegisches Design für zu Hause
- 4 Oslo Sweater Shop, Oslo** 28
Norwegerpullover: gerüstet für den nächsten Winter
- 37 Juhl's Silvergallery, Bergen** 90
Silberschmuck, gefertigt nach samischer Tradition



Kulinarik auf norwegische Art

Kaffee, Kuchen, Waffeln und Hausmannskost sind die Klassiker. Doch mittlerweile ist zumindest in den Städten die Küche der ganzen Welt angekommen. Auch Michelin-Sterne haben den Weg nach Oslo gefunden, Esben Holmboe Bang kann sich in seinem Restaurant Maaemo sogar über die höchste Auszeichnung von drei Sternen freuen.

- 4 Fenaknoken, Oslo** 28
Norwegische Delikatessen: getrocknet und gesalzen
- 10 Lofotstua, Oslo** 48
Saisonaler Fisch, traditionell zubereitet
- 32 Under, Lindesnes** 77
Norwegens einziges Unterwasserrestaurant



Oslos Westen und westlicher Fjord

Wer Geld hat, wohnt traditionell in Oslos Vestkanten, der Westseite der Stadt, in schönen Gründerzeithäusern und umgeben von viel Grün



In Oslos Vestkanten wohnt man gutbürgerlich und meist mit viel Grün in der Nähe. Viele Straßen sind von perfekt sanierten Gründerzeithäusern gesäumt, weiter draußen, auf dem Weg zum Holmenkollen und auf der Museumsinsel Bygdøy sind es stattliche Einfamilienhäuser mit gepflegten Gärten. In Westen der Stadt befinden sich traditionell die teuersten Wohnlagen. Hegdehaugsveien und Bogstadveien sind beliebte Shoppingmeilen, auf denen sich ein Geschäft ans andere reiht. Im Frognerpark kann man joggen, skaten, picknicken, baden oder Tennis spielen. Mindestens eine Million Besucher kommen alljährlich in den Vigelandspark. Ähnlich beliebt ist die Halbinsel Bygdøy wegen ihrer hochkarätigen Museen. Den besten Blick auf die Stadt am Fjord hat man vom Holmenkollen, und wer eine Weile im Grünen entspannen möchte, fährt zum Golfen oder Baden nach Bogstad.

In diesem Kapitel:

9	Bygdøy 	42
10	Rund um den Frognerparken	45
11	Holmenkollen und Frognerseteren	49
12	Oslo Vinterpark Tryvann	52
13	Bogstad	52
14	Bærums Verk	53
15	Henie-Onstad Kunstsentner	53
Am Abend/Übernachten		54/55

ADAC Top Tipps:

- 3** **Vikingskipshuset, Oslo**
| Museum |
Im Wikingerschiffmuseum kann man drei 1000 Jahre alte Wikingerschiffe besichtigen, von denen eines so gut erhalten ist, dass es scheinbar noch auf große Fahrt gehen könnte. Außerdem gibt es weitere archäologische Funde aus der Wikingerzeit 43
- 4** **Vigelandsparken, Oslo**
| Skulpturenpark |
Der Skulpturenpark ist das Lebenswerk des Bildhauers Gustav Vigeland. Der »Monolith«, das »Rad des Lebens« und der »Trotzkopf« sind die bekanntesten der mehr als 200 Skulpturen des Kunst-Workaholics. 46



3



13



4

ADAC Empfehlungen:

6 Norsk Folkemuseum, Oslo
 | Freilichtmuseum |
 Das älteste Freilichtmuseum der Welt beherbergt 150 Gebäude aus allen Landesteilen, die dem 13.–20. Jh. entstammen. Sogar eine Stabkirche kann man hier bewundern. 44

7 Vigeland Museet, Oslo
 | Museum |
 Im Museum erfährt man viel über die Arbeitsweise von Gustav Vigeland, wie akribisch er seine Skulpturen, den Park und den Monolithen geplant hat. 46

8 Holmenkollen, Oslo
 | Aussichtspunkt |
 Schon aus der Ferne sieht man die kühn geschwungene Skisprungschanze hoch über der Stadt. Hier werden seit jeher alle großen Wintersportveranstaltungen ausgetragen. 49

9 Scandic Holmenkollen Park Hotel, Oslo
 | Hotel |
 Von außen ähnelt das Gebäude eher einer Stabkirche als einem Hotel. Innen erwartet die Gäste der moderne Luxus, den sie von Scandic Hotels gewohnt sind. 55



Stavanger präsentiert sich mit seinen hübschen Holzhäusern wie aus dem Bilderbuch



Information

- Stavanger Turistinforasjon, Strandkaien 61, 4005 Stavanger, Tel. 5185 92 00, www.regionstavanger-ryfylke.com
- Parken siehe S. 81

Dank des Ölbooms, der Anfang der 1970er-Jahre einsetzte, gehört Stavanger (134 000 Einw.) zu den reichsten, aber auch teuersten Städten des Landes. Keine andere norwegische Stadt außer Hammerfest wuchs so schnell wie die inzwischen viertgrößte Stadt Norwegens. Das Nachtleben hat sich ebenso sprunghaft entwickelt wie die Zahl der feinen Restaurants.

Die Stadtgeschichte, die 1125 mit dem Bau des Doms begann, war voller Krisen. Im 17. Jh. brach die Pest gleich zweimal aus, 1633 brannten rund zwei Drittel Stavangers nieder, 1695 wütete eine Typhusepidemie, und auch in den folgenden Jahrhunderten gab es rund ein halbes Dutzend verheerende Brände. Erst im 18. Jh. brachte die Heringsfischerei einen Aufschwung, später die Schifffahrt und die Konservenindustrie. Das Zentrum der Stadt schmiegt sich um den Gästehafen Vågen, hier gibt es viele Kneipen und Restaurants, die oft bis auf den letzten Platz gefüllt sind. 2008 war Stavanger neben Liverpool Europäische Kulturhauptstadt.

Plan
S. 81

Sehenswert

1 Domkirke

| Dom |

So gut wie alle Katastrophen unbeschadet überstanden hat die um 1150 vollendete Domkirche oberhalb des Hafens. Neben dem Nidarosdom in Trondheim ist sie das bedeutendste mittelalterliche Sakralbauwerk des Landes. Das Langhaus der dreischiffigen Basilika ist ein Musterbeispiel romanischer Baukunst, ihr Inneres, mit großer Kanzel, zahlreichen Epitaphen und Grabsteinen, stammt zum großen Teil aus dem Barock.

■ Domkirkeklassen, Mo–Sa 11–16 Uhr

2 Stavanger Kulturhus Sølvsberget

| Kulturzentrum |

Im Kulturhaus gibt es Galerie und Bibliothek sowie mehrere Kinos. Das vielfältige Veranstaltungsprogramm reicht von Tanz über Musik bis Theater. In unmittelbarer Nähe kann man ungestört vom Autoverkehr dem Shoppen frönen und sich in diversen Restaurants und Cafés stärken.

■ Sølvsberggata 2, www.solvberget.no

3 Norsk Oljemuseum

| Museum |

Wegen der silbrig schimmernden Außenhaut wirkt das einer Ölbohrplattform nachempfundene Ölmuseum am Hafen futuristisch. In dem preisgekrönten Museum erfährt man alles über Erdgas und Erdöl. Multimedia-Installationen, Modelle und ein 3-D-Film vermitteln einen realistischen Eindruck von der Arbeit auf einer Ölplattform.

■ Kjeringsholmen 1A, www.norskoljemuseum.no, Juni–Aug. tgl. 10–19, sonst Mo–Sa 10–16, So bis 18 Uhr, 120 NOK, Kinder 60 NOK

ADAC Wussten Sie schon?

Der englische Künstler **Antony Gormley** hat 23 rostige, je 1,95 große Statuen nach seinem Abbild gefertigt und sie überall in Stavanger aufgestellt. Das Besondere daran: Jede Statue steht genau 1,95 m tiefer als die vorhergehende. Im Touristenbüro gibt es eine Karte, auf der alle Standorte eingezeichnet sind.

4 Maritime Museum

| Museum |

In mehreren restaurierten Kaufmannshöfen der Altstadt informiert das Maritime Museum über die Stadtgeschichte und die Reederfamilie Monsen, die über fünf Generationen in Stavanger ein Schiffahrtsunternehmen betrieb. Zum Museum gehören auch zwei Segelschiffe: der Küstensegler »Anna af Sand« von 1848 und die Colin Archer-Yacht »Wyvern« von 1897.

■ Strandkaien 22, www.stavangermaritimemuseum.no, Mitte Mai–Mitte Sept. tgl. 10–16, Do bis 19, sonst Di–Fr 11–15, Sa, So bis 16 Uhr, 95 NOK, Kinder 50 NOK

5 Gamle Stavanger

| Altstadt |

Westlich vom Gästehafen erstreckt sich Stavangers Altstadt mit 170 denkmalgeschützten Holzhäusern. Lange Jahre war das Viertel dem Verfall preisgegeben, bis 1975 ein großes Projekt zur Sanierung der Gebäude gestartet wurde. Heute bilden die Häuser aus dem 18. und 19. Jh. eines der schönsten Holzhausviertel Norwegens.

6 Norsk Hermetikkmuseum

| Museum |

Von 1880–1920 war die Konservenindustrie der Haupterwerbszweig von Stavanger. Einsalzen, Räuchern, Verpacken, Versiegeln, alles wurde in Handarbeit erledigt. Neben den etwa 50 Konservenfabriken gab es viele Zulieferbetriebe, rund zwei Drittel der Bevölkerung waren von den Sardinen abhängig. Das Einlegen der Fische in die Dosen wurde von geschickten Frauenhänden verrichtet.

■ Øvre Strandgate 88, www.norskhermetikkmuseum.no, bis Nov. 2020 wegen Renovierung geschl.

7 Ledaal

| Museum |

Das Herrenhaus Ledaal wurde um 1800 als Sommerresidenz für die Patrizierfamilie Kielland gebaut. Heute dient es als Museum, königliche Residenz und Repräsentationsort der Stadt. Erbauer war der Urgroßvater des Schriftstellers Alexander Kielland. Im ersten Stock befindet sich eine Bibliothek zur Erinnerung an den Dichter, der hier allerdings nie selbst wohnte; in seinen Romanen findet Ledaal als »Sandsgård« Erwähnung. Die übrigen Räume sind mit Möbeln im Stil des Rokokos, Empires und Biedermeiers eingerichtet.

■ Eiganesveien 45, www.museumstavanger.no, Juni–Aug. tgl. 11–16 Uhr, 90 NOK, Kinder 50 NOK

8 Stavanger Kunstmuseum

| Museum |

Im Park am Mosvatnet, einem See rund 3 km südwestlich des Zentrums, beherbergt das moderne gläserne Ausstellungsgebäude mit seinen geschwungenen Dächern und Kuppeln eine umfangreiche Sammlung norwegischer Malerei vom frühen 19. Jh. bis zur Gegenwart. Eine Dauerausstellung ist dem romantischen Landschaftsmaler Lars Hertervig (1830–1902) gewidmet, der in Tysvær nördlich von Stavanger geboren wurde.

■ Henrik Ibsens gate 55, www.stavangerkunstmuseum.no, Mitte Juni–Mitte Aug. tgl. 10–16, Do bis 19, sonst Di–So 11–16, Do bis 19 Uhr, 95 NOK, Kinder frei



Verkehrsmittel

Die Innenstadt, wo sich die meisten Sehenswürdigkeiten Stavangers befinden, ist so klein, dass man sie gut zu Fuß erkunden kann.

P Parken

Stavanger hat eine Vielzahl meist kleinerer Parkplätze, die alle in der Regel von Mo–Fr 8–18/20 und Sa 8–16 Uhr kostenpflichtig sind. Die Höchstparkdauer beträgt meistens 1–3 Std. Pro Std. werden in Zentrumsnähe ab 13 NOK fällig. Auch in Stavanger gilt: Je weiter vom Zentrum entfernt man parkt, desto günstiger wird es.

☺ Restaurants

€€ | **Bølgem & Møi** Das Museumscafé im Ölmuseum bietet mittags kleine Gerichte, abends wird hochpreisiger à la carte gespeist. Terrasse mit Hafenblick.

■ Kjeringsholmen 1, Tel. 51939351, www.bolgenogmoi.no, Mo 11–16, Di–Sa 11–23.30, So 12–17 Uhr, Plan S. 81, b/c1

€€–€€€ | **Restaurant [vju]** Durch die Panoramascheiben im 21. Stock hat

man einen umwerfenden Blick auf die Stadt. Wer auf der Speisekarte »Dagens Husman« wählt, bekommt norwegische Hausmannskost zum fairen Preis.

■ Gunnar Warebergsgate 17, Tel. 5193 0001, www.scandichotels.com, Mo–Sa 18–22 Uhr, Plan S. 81, südl. b2

☺ Cafés

€ | **Newsman Nyhetscafé** Hier surft man kostenlos im Internet, schmökert in Zeitungen oder sieht sich die neuesten Sportereignisse im TV ans. Dazu passen Pizza, Burger und Sandwiches.

■ Skagen 14, Tel. 51843880, So, Mo 15–24, Di–Sa 12–2 Uhr, Plan S. 81, b2

🛒 Einkaufen

Fischmarkt Am Ende des Skagenkaien gibt es jede Menge frischen Fisch und Meeresfrüchte. ■ Plan S. 81, b2



Information: Global Blue Norway, Tel. 0800 32111111, www.globalblue.com
Lohnend ist meist der Besuch auf Wochenmärkten, die in fast allen größeren Orten abgehalten werden. Die örtlichen Touristenbüros informieren über Wochentage und Zeiten.

Feiertage

1. Januar (Neujahr), Gründonnerstag, Karfreitag, Ostermontag, 1. Mai (Tag der Arbeit), 17. Mai (Nationalfeiertag), Christi Himmelfahrt, Pfingstmontag, 25./26. Dezember (Weihnachten).

Geld und Währung

Die nationale Währung ist die Norwegische Krone (NOK), unterteilt in 100 Øre. Die Ein- und Ausfuhr von Landes- und Fremdwährung ist unbegrenzt erlaubt, muss aber ab einem Gesamtwert von über 25000 NOK deklariert werden. Von 2017–2019 wurden neue Geldscheine in Umlauf gebracht. Nur die alten 1000-Kronen-Scheine sind noch bis Ende 2020 gültig, alle anderen alten Banknoten müssen bei der Zentralbank umgetauscht werden (Oslo, Bankplassen 2; Bergen, Bradbenken 1; Stavanger, Strandsvingen 10). Das Bezahlen mit der Kreditkarte ist – auch bei kleinsten Beträgen – weit verbreitet, immer häufiger wird gar kein Bargeld mehr angenommen.

Wechselkurse

(Stand: 04/2020)

1 €/1 CHF	11,45 NOK/10,85 NOK
10 €/10 CHF	114,55 NOK/108,49 NOK
1 NOK	0,087 €/0,092 CHF
10 NOK	0,87 €/0,92 CHF

Geldautomaten, die EC/Maestro-Karten akzeptieren, sind fast überall vorhanden. Die gängigen Kreditkarten (Visa, Master) werden von allen größeren Hotels, Restaurants und Geschäften sowie Tankstellen und Autovermietern akzeptiert. Für die Buchung von Mietwagen ist eine Kreditkarte Voraussetzung, ebenso in den meisten Hotels. Die **Öffnungszeiten** der Banken sind in der Regel Mo–Fr 9–15.30, Do häufig bis 17 Uhr. **Geldwechsel** ist bei Banken, an Flughäfen, in größeren Hotels oder Touristenbüros möglich

Kosten im Urlaub

(durchschnittliches Preisniveau)

Tasse Kaffee	25–35 NOK
Softdrink (Limonade)	40 NOK
Glas Bier (0,4 Liter)	70–90 NOK
Glas Wein (0,2 Liter)	ab 80 NOK
Hauptgericht (Restaurant)	200–250 NOK
Eintritt staatl. Museum	120 NOK
Mietwagen/Tag	ab 900 NOK

Gesundheit

Ärzte und Krankenhäuser

Bei akuten Erkrankungen und Unfällen werden in der Regel die Aufnahmen der **Krankenhäuser** (»Sykehus«) oder Notfallpraxen (»Legevakt«) aufgesucht, seltener Arztpraxen. Krankenhäuser gibt es in allen Städten, wenn Sie unterwegs sind, kann Ihnen jeder Norweger Auskunft über die nächstgelegene Klinik geben. **Notrufnummern:** 112 (Polizei), 113 (Krankenwagen).

Krankenversicherung

Die Europäische Krankenversicherungskarte (EHIC), die in die übliche

Versicherungskarte integriert ist, wird in Norwegen anerkannt und garantiert die medizinische Versorgung. Allerdings muss der zahnärztliche Notdienst vor Ort bezahlt werden. Sicherheitshalber empfiehlt sich der Abschluss einer zusätzlichen Reisekranken- und Rückholversicherung.

Apotheken

In allen Städten und größeren Orten gibt es Apotheken (»apotek«), die zu den üblichen Geschäftszeiten geöffnet sind, hinzu kommen Bereitschaftsapotheken in den Städten. Medikamente sind in Norwegen nur in Apotheken gegen Vorlage von Rezepten norwegischer Ärzte erhältlich.

Hauttiere

Im **EU-Heimtierausweis** müssen die Kennzeichnung des Tieres (Mikrochip), Bandwurmbehandlungen und eine gültige Tollwutimpfung eingetragen sein. Für andere Tiere außer Hunden und Katzen, also etwa Kaninchen oder Hamster, ist eine Einfuhrerlaubnis des Norwegischen Amtes für Lebensmittelsicherheit erforderlich.

Information

■ www.mattilsynet.no

Information

Norwegen im Internet

■ www.visitnorway.com

Innovation Norway, Norwegisches Fremdenverkehrsamt

(Deutschland, Österreich, Schweiz)

■ Caffamacherreihe 5, 20355 Hamburg,
Tel. 040 / 229 4150, www.visitnorway.com,
www.visitnorway.de

Alle Städte und größeren Orte in Norwegen verfügen über ein lokales **Touristenbüro**, das sich meist in zentraler Lage am Marktplatz oder am Hafen befindet. Hier können Urlauber Informationen über Aktivitäten, Unterkunft und Sehenswürdigkeiten sowie Kartenmaterial erhalten. Die Öffnungszeiten sind saisonal unterschiedlich, manche der Touristenbüros schließen im Winter. In den Ortskapiteln finden Sie die Adressen.

Klima und Reisezeit

Das **Wetter** ist in Norwegen immer ein spannendes Thema. Dank des Golfstroms unterliegen die Temperaturen im Küstenbereich nur geringfügigen Schwankungen und sinken im Winter nur wenige Grad unter den Gefrierpunkt, obwohl Norwegen teils auf gleicher Höhe wie Grönland oder Alaska liegt. Warme Kleidung und ein guter Regenschutz sind stets zu empfehlen. Regen fällt besonders in den Küstenregionen, während das Landesinnere trockenere Sommer hat, in denen es bis zu 25 °C warm werden kann.

Beste **Reisezeiten** sind Mai und Juni wegen der herrlichen Obstbaumblüte, die man vor allem in Süd- und Westnorwegen sehen kann, und wegen der längsten Tage im Jahr. Die Mitternachtssonne lässt sich in Südnorwegen zwar nicht erleben, dunkel wird es aber nur für wenige Stunden. Juli und August sind auch für die Norweger **Hauptreisezeit**, gerade für Wanderungen im Gebirge sollte man nicht früher im Jahr aufbrechen.

Oslo ist im Prinzip ein Ganzjahresziel, die kurzen Tage sind aber nicht jedermanns Sache, vor allem, wenn früh im Winter noch kein Schnee liegt.



Gut informiert. Besser reisen.

ADAC Tipps

Ungetrübtes Reisevergnügen mit fundierten Top Tipps und Empfehlungen

Quickfinder

Der Wegweiser zu Ihren persönlichen Reise-Highlights (ab Seite 10)

Mobil vor Ort

Egal, wie Sie unterwegs sind: Auf die ADAC Kompetenz ist immer Verlass

ADAC Kartografie

Dank detaillierter Karten und Pläne finden Sie schnell zum Ziel

ISBN 978-3-95689-694-1

adac.de/reisefuehrer

