

**Abenteuer Trekking**

Alwig Derstvenscheg

# Norwegen

Herausgegeben  
von Bruno Baumann

 Bruckmann

796.51(481)

Eine Produktion des  
**Bruckmann-Teams, München**

Umschlaggestaltung: Uwe Richter  
Lektorat: Dr. Helmut Kremling  
Layout-Entwurf: VerlagsService Dr. Helmut Neuberger  
& Karl Schaumann GmbH, Heimstetten  
Layout: VerlagsService G. Pfeifer, Germering  
Herstellung: Ina Hesse

#### Bildnachweis:

Alle Fotos stammen von Alwig Derstvenscheg;  
Ausgenommen Einband-Titel: Superbild Eric Bach,  
Grünwald b. München.

Die Kartenskizzen zu den Touren wurden vom  
Ingenieurbüro für Computerkartographie Uli Venzl,  
Haimhausen, die Übersichtskarte vom Ingenieurbüro  
für Kartographie Heidi Schmalfuß, München, erstellt.

#### Umschlag-Vorderseite:

Felsszenerie auf der Insel Falkstadøya, Lofoten

#### Umschlag-Rückseite:

Zwischen den trockenen, mit Flechten und Geröll  
überzogenen Bergen des Rondane bietet das grüne  
Illmändalen herrliche Lagerplätze (Tour 3).

Alle Angaben dieses Werkes wurden vom Autor  
sorgfältig recherchiert und auf den aktuellen Stand  
gebracht sowie vom Verlag auf Stimmigkeit geprüft.  
Für die Richtigkeit der Angaben kann jedoch keine  
Haftung übernommen werden. Für Hinweise und  
Anregungen sind wir jederzeit dankbar. Bitte richten  
Sie diese an den Bruckmann Verlag, Lektorat,  
Nymphenburger Straße 86, 80636 München.

Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier

Die Deutsche Bibliothek – CIP-Einheitsaufnahme

#### **Derstvenscheg, Alwig:**

Norwegen / Alwig Derstvenscheg, Hrsg. von Bruno  
Baumann. –  
München : Bruckmann, 1996  
(Abenteurer Trekking)  
ISBN 3-7654-2815-9

© 1996 F. Bruckmann KG, München  
Alle Rechte vorbehalten  
Gesamtherstellung: Bruckmann, München  
Druck: Gerber + Bruckmann, München  
Printed in Germany  
ISBN 3-7654-2815-9

# Inhalt

## Vorwort des Herausgebers 10

## Zu diesem Buch 11

## Das Land

### Überblick 14

### Entstehung der Landschaft 16

Ein Gebirge entsteht 16 – Gletscher geben  
den letzten Schliff 17

### Klima 18

Küstenklima und Golfstrom 18 – Inlands-  
klima 19

### Licht des Nordens 20

Polarnacht 21 – Polarlicht – Aurora  
borealis 21 – Mitternachtssonne 24

### Tier- und Pflanzenwelt 25

Tierwelt 25 – Vegetation 27

### Wirtschaft 28

Bodenschätze 28 – Landwirtschaft 28 –  
Fischfang 31 – Aquakultur 31 – Ölwirt-  
schaft 32 – Elektrizitätswirtschaft 32

### Die Samen 35

### Nationalparks 38

Hardangervidda 39 – Jotunheimen 40 –  
Jostedalbreen 40 – Ormtjernkampen 40 –  
Rondane 41 – Dovrefjell 41 – Gutulia 42 –  
Femundsmarka 42 – Gressåmoen 42 –  
Børgfjell 42 – Saltfjellet-Svartisen 43 –  
Rago 43 – Øvre Dividalen 44 – Ånder-  
dalen 44 – Reisa 44 – Øvre Anarjåkka 44 –  
Øvre Pasvik 45 – Stabbursdalen 46

### Das norwegische Gebirge 47

## Die Trekkingtouren

### ► 1 Die Hochweiden der Setesdalsheiene 50

Wandern im unbekanntem Süden



1. Tag: Durch das Monnåni-Tal zum Langevatnet-Stausee 50 – 2. Tag: Hinauf aufs Plateau 51 – Sterbendes Wasser 52 – Weideplatz für die größte Schafherde Norwegens 53 – 3. Tag: Søtevatn–Sveinstjørnin 55 – 4. Tag: Øyuvsvatnet–Øyuvsbu-Hütte–Svarteløkfjellet 55 – 5. Tag: Begegnung mit wilden Rentieren 56 – Wildren – auf verlorenem Posten 56 – 6. Tag: Sommeridyll Bossbu 57 – 7. Tag: Hinab ins grüne Tal des Såvatn 58 – 8. Tag: Gewitter am Blåsjø-Staudamm 59 – Die Setesdalsheiene – ein riesiges Wasserreservoir 59 – 9. Tag: Hovatn–Vassdalstjern-Hütte 60 – 10. Tag: Ein reißender Wildbach 60 – 11. Tag: Hinab durchs grüne Kirchensteindal nach Mostøl 62 – 12. Tag: Zur hundert Jahre alten Bleskestadmoen-Hütte 63 – 13. Tag: Die letzte, lange Etappe nach Haukelisetet 64



### ► 2 Durch den gebirgigen Ostteil der Hardangervidda 66

Eine Süd-Nord-Durchquerung



1. Tag: Von Haukelisetet auf die Vidda 67 – 2. Tag: Mannevatn–Hellevassbu 68 – 3. Tag: Blick auf den Hårteigen 70 – Hårteigen – Zeuge der Vergangenheit 70 – Rentiere auf der Hardangervidda 71 – 4. Tag: Litlos – Hotel im Nationalpark 71 – Der Hårteigen – Wahrzeichen der Vidda 73 – 5. Tag: Überwältigende Aussicht vom Hårteigen 74 – 6. Tag: Torehytten–Stavali-Hütte 77 – 7. Tag: Vom Hochland zum Fjord 78

### ► 3 Durch den Rondane-Nationalpark 80

Bergwüste der Steine und Flechten



1. Tag: Auf Flechtenboden nach Bjørnhollia 80 – In den Nationalpark 81 – 2. Tag: Illmanndalen–Rondvassbu 82 – Welt der Flechten 83 – 3. Tag: Auf den Storonden 85 – 4. Tag: Bootsfahrt über den Rondvatnet 85 – Über den Styggøin, die »häßliche Höhe« 87 – 5. Tag: Haverdalen – Grimsdalshytta 87 – 6. Tag: Grimsdalshytta – Hagesetet 88

### ► 4 Moschusochsen im Dovrefjell-Nationalpark 90

Auf den Spuren der Eiszeit



1. Tag: Pflanzen- und Vogelparadies 92 – Durch Urwald aufs Fjell 93 – Moschusochsen 93 – 2. Tag: Erste Begegnung mit Moschusochsen 95 – 3. Tag: Stropsljødalen – Snøhetta 96 – Vom Fuß des Snøhettas ins Åmotsdalen 97 – Besteigung des Snøhettas 98 – 4. Tag: Snøhetta–Lustjøni 99 – 5. Tag: Lustjøni–Grøvdalshytta 101 – Gletschergeformtes Grøvdalen 101 – 6. Tag: Grøvdalshytta–Gjøra 103



## ► 5 Der Jotunheimen-Nationalpark 104

Wandern im Reich der (Riesen)gebirge



1. Tag: Mit dem Boot ins Gebirge 104 – 2. Tag: Torfinnsdalen–Svarthammarbua 105 – 3. Tag: Svarthammarbua–Gjendesheim 107 – Ein Mann der Berge 107 – Tagesausflug über den Besseggen 109 – 4. Tag: Über den Besseggen-Grat 110 – Zum Russvatnet 113 – 5. Tag: Russvatnet–Glitterheim 113 – 6. Tag: Auf den Glittertind 114 – 7. Tag: Grünes Veodalen und gletscherumrahmte Skautflya 115 – »Hotel« Spiterstulen unter den Gletscherströmen des Galdhøpiggen 116 – Auf den Galdhøpiggen 116 – 8. Tag: Spiterstulen–Leirvassbu 117 – Liebliches Visdalen am Fuß der »Kirche« 117 – 9. Tag: Durch den wilden Osten 118 – 10. Tag: Olavsbu – Eidsbugarden 120

## ► 6 Oktober im Saltfjellet-Nationalpark 122

Wintereinbruch am Polarkreis



1. Tag: Letzte Herbsttage im Lønsdalen 122 – 2. Tag: Ein Atlantiktief vertreibt den Frost des ersten Winters 124 – Winter im Steindalen 125 – 3. Tag: Saltfjellstua–Bjøllådalen 125 – Durch sumpfige Bjøllådalen 125 – Die Steinstua – Notunterkunft mit Atmosphäre 126 – 4. Tag: Bjøllådalen–Raudfjelldalen/Bolna 128 – Hinauf ins Raudfjelldalen 128 – Der Svartisen-Gletscher 129

## ► 7 Spätwinter in den Sulitjelmabergen 132

Auf Skiern durch nordische Tallandschaften



Anreise: Die Grubenstadt Sulitjelma 132 – 1. Tag: Jakobsbakken–Balvasshytta 133 –





Über den Balvatnet 134 – Hüttenromantik 134 – 2. Tag: Durch das Skaitidalen 134 – 3. Tag: Vom Junkerdalen ins Lønsdalen 137 – 4. Tag: Frühlingsboten 139

## ► 8 Die weite Ebene der Finnmarksvidda 140

Rentierpfade im Samenland



**Anreise:** Mit dem Bus über die Finnmark 140 – *Kautokeino–Guovdageaidnu* 142 – 1. Tag: Durch Birkenwald zur Ravnastua 143 – Auf die Hoebene der Finnmark 143 – Polarlicht 143 – 2. Tag: Gewelltes Land–*Sæi'sonoivi* 145 – Hütten in der endlosen Weite 145 – *Die Finnmarksvidda* 147 – 3. Tag: Erster Schneesturm 147 – Die Mällesjåkka fjellstue 148 – Wetterumschwung 149 – 4. Tag: Rappesvarri – *Joat'kajav'ri* 150 – Auf altem Packpferd-Pfad nach Norden 150 – *Markieren der Rentiere und Zug zur Winterweide* 151 – Zurück in die Zivilisation 151 – 5. Tag: *Joat'kajav'ri*–*Stilla* oder *Tverrelvdal* fjellstue 152

## ► 9 Der nördlichste Kiefernwald im Stabbursdalen-Nationalpark 154

Relikte einer vergangenen Klimaperiode



1. Tag: Auf Irrwegen durch die Tundra 154 – Zeltplatz zwischen Tundrenpolygonen 156 – 2. Tag: Zurück auf den Pfad 157 – *Rentierscheid* 158 – 3. Tag: Hinein in den Nationalpark 160 – Über den Stabburselva zur Schlucht des *Njakkajäkka* 161 – 4. Tag: Über arktisches Kahlfjell 163 – Blick auf den Porsangerfjord 164 – *Ruska*-Herbstfarben des Nordens 164

## ► 10 Mit Skiern zum nördlichsten Punkt Europas 166

Wintersturm am Nordkap



Im nördlichsten Dorf Europas 166 – Milde Temperaturen am Nordmeer – dank Golfstrom 167 – Eisfischen 168 – Das Nordkap als Geisterstadt 170 – Die »magere« Insel versinkt in Nebel und Schnee 170



## ► 11 Auf Wasserwegen in die Bergwelt Telemarks 172

100 Jahre Telemarkkanal – heute wie gestern



1. Tag: Stadt der hundert Wassersägen 172 – Die erste Schleuse 175 – Inselleben 175 –  
2. Tag: Über den Norsjø-See 175 – Auf Stufen in die Berge 176 – 3. Tag: Die Strecke der Schleusen 177 – Ein Kanal entsteht 177 –  
4. Tag: Die Bergseen 178 – Segeln wie die Wikinger 179 – 5. Tag: Über den Bandak-See 180

## ► 12 Mit dem Rad vom Südkap zu den Lofoten 182

Begegnung mit Natur und Menschen



Anreise 182 – Kap Lindesnes – südlichster Punkt Norwegens 183 – Traditionelles Setesdal 184 – Tunnels versperren den Weg über die Hardangervidda 185 – Umrundung des Hardangerfjordes 186 – *Obstblüte am Hardangerfjord* 186 – Mit dem Boot in den Sognefjord 186 – *Bergen – Stadt hinter den sieben Bergen* 187 – Über das Sognefjell – der höchsten Bergstraße Norwegens 188 – Die Geister von Grotli 189 – Mittsommer am Geirangerfjord 189 – *Nächtlicher Bootsausflug* 190 – Auf dem Seeweg nach Trondheim 190 – *Urlaub auf dem Bauernhof* 191 –

Trondheim 192 – *Sagenumwobenes Nordland* 193 – Ein Gebirge im Meer 194 – *Rorbur – Holzpfehlbauten erzählen vom Leben der Fischer* 196 – Auf den Spuren von Knut Hamsun 197

## Weitere Trekkingtouren

### ► 13 Über die weite Ebene der Hardangervidda 198

Eine Ost-West-Durchquerung



### ► 14 Rund um den Hardangerjøkulen 202

Nähe dem ewigen Eis



### ► 15 Durch das liebeliche Aurlandsdalen 205

Auf alten Wegen zum Sognefjord



### ► 16 Der Lillehammer-Rondane-Pfad 209

Almen oberhalb des Gudbrandsdalen



## ► 17 Die Femundsmarka 212

Seen- und Berglandschaft im klimatisch begünstigten Osten



## ► 18 Über die Vesteraleninsel Hinnoya 216

In Nachbarschaft zum Nordatlantik



## ► 19 Der Grenzpfad von Troms 219

Wildnisgebiet im Dreiländereck Norwegen–Schweden–Finnland



## ► 20 Spektakuläres Reisadalen 222

Canyon durch das Küstengebirge zur Samenhauptstadt Kautokeino



## ► 21 Weitwanderweg Nordlandsruta 226

In 40 Tagen durch die Provinz Nordland



## Serviceteil

### Trekking in Norwegen 232

Den Norske Turistforening (DNT) 232

Jedermannsrecht – Verhalten in der Natur 232

Übernachten im Gebirge 233

Übernachten in Hütten 233 – Bewirtschaftete Hütten 234 – Hütten mit Selbstbedienung 234 – Nicht bewirtschaftete Hütten 234 – Privathütten 234 – Hüttenpreise 235 – Öffnungszeiten 235 – Schlüssel 235 – Übernachten im Zelt 236



### Allgemeines zum Trekking 236

Markierte Routen 236 – Beste Wanderzeit 236 – Gefahren im Fjell 237 – Karten 239

### Winterwandern 240

Markierung 240 – Hütten 240 – Beste Wanderzeit 240

### Ausrüstung 240

Regenjacke 240 – Unterwäsche 241 – Schuhe 241 – Zelt 242 – Schlafsack 242 – Rucksack 243 – Kocher 243 – Ausrüstungsliste 244

### Allgemeine Reisetips 245

#### Information 245

#### Anreise 245

Autofahren nach Skandinavien 245

#### Einfuhr von Tieren 246

#### Unterwegs mit dem Auto 246

Straßenverhältnisse 246 – Geschwindigkeit 247

#### Übernachten 247

### Kleiner Sprachführer 248

Norwegisch–Deutsch 248 – Samisch–Deutsch 249

### Register 250