

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Touristische Hinweise	6
Die Top-Touren im Süden Norwegens	7
Wichtige norwegische Begriffe	11
Wandern in Norwegen	12
Berggebiete und Landschaften	17
Nützliche Informationen	21
Freizeit in Südnorwegen	25
1 Auf den Synesvarden, 360 m	26
2 Talwanderung in den Frafjordheiane	28
3 Auf die Felskanzel Prekestolen, 604 m	32
4 Kjerag	34
5 Vom Setesdal auf den Svarvarnuten, 1377 m	36
6 Auf dem Bispevegen durch die Austheiene	38
7 Zu den Trollhöhlen	40
8 Zum Ravnejuvet	42
9 Durch das Mjågeskor	44
10 Zur Pflanzenoase Sloaros	46
11 Durch das Kvanndalen auf das Haukelifjell	49
12 Auf den aussichtsreichen Napen, 1350 m	52
13 Auf den Søre Tinden, 1564 m	54
14 Folgefonn-Halbinsel	56
15 Zum Bondhusbreen	58
16 Auf die Tysnessåta, 753 m	60
17 Vesoldo, 1046 m	62
18 Vom Sørfjord auf die Nosi, 900 m	64
19 Drei-Tages-Wanderung zur Hütte Litlos	68
20 Zum Hårteigen, 1690 m	71
21 Zum Wasserfall Valurfossen	74
22 Rauhellern: über den Nordosten der Hardangervidda	76
23 Prestholtskarvet, 1859 m	78
24 Auf den Fannaråken, 2068 m	80
25 Auf die Skåla, 1843 m	82
26 Auf den eisbedeckten Glittertind, 2464 m	84
27 Galdhøpiggen, 2469 m	88
28 Auf die Kyrkja, 2032 m	91
29 Über den Besseggen-Grat	94
30 Über die Memurutunga	98
31 Über den Skinneggen-Kamm	100
32 Am See Bygdin	102
33 Skaget, 1686 m	104
34 Veslesmeden, 2015 m	106
35 Rondslottet, 2178 m	110
36 Auf den Storronden, 2138 m	112
37 Høggronden, 2114 m	114
38 Sølnekletten, 1827 m	117
39 Muen, 1424 m	120
40 Ormtjernkampen, 1128 m	122
41 Spåtind, 1414 m	124
42 Zum Høgevarde, 1459 m	126
43 Auf den sagemwobenen Andersnatten, 733 m	130
44 Bletoppen, 1342 m	132
45 Styggmann, 877 m	134
46 Himingen, 1066 m	136
47 Gausta, 1881 m	139
Weitwanderwege	
48 Kittilbu – Gjendesheim	142
49 Quer durch den Jotunheimen	146
50 Rondane-Steig	152
Stichwortverzeichnis	158