

WSTĘP 16

INFORMACJE O KRAJU 19

Historia 19	Flora i fauna 38	Sztuka 52
Klimat 29	Polityka 47	Społeczeństwo i obyczaje 59
Geografia 30	Gospodarka 48	Religia 60
Geologia 30	Ludność 48	Język 62
Ekologia i środowisko 31	Oświata 51	

ZWIĄZKI POLSKO-NORWESKIE 65

INFORMACJE PRAKTYCZNE 71

Największe atrakcje, największe minusy 71	Radio i telewizja 84	Podróżowanie z dziećmi 93
Proponowane trasy 72	Fotografowanie i filmowanie 85	Niebezpieczeństwa i kłopoty 93
Planowanie podróży 73	Czas 85	Godziny urzędowania 94
Biura informacji turystycznej 75	Elektryczność 85	Święta i specjalne wydarzenia 94
Wizy i ambasady 75	Miary i wagi 85	Aktywny wypoczynek 94
Dokumenty 76	Pralnie 86	Praca 100
Przepisy celne 79	Toalety 86	Noclegi 100
Pieniądze 80	Zdrowie 86	Jedzenie 103
Poczta i telekomunikacja 82	Ubezpieczenie 89	Napoje 107
Norwegia w Internecie 84	Turystki 92	Rozrywka 108
Prasa 84	Mniejszości seksualne 92	Sporty widowiskowe 108
	Turyści niepełnosprawni 92	Co warto kupić 109
	Seniorzy 93	

PODRÓŻ 111

Samolot 111	Drogą lądową i wodną z innych krajów 115	Wycieczki zorganizowane 120
Drogą lądową i wodną z Polski 112		

KOMUNIKACJA 121

Samolot 121	Samochód i motocykl 125	Prom 129
Autobus 122	Rower 128	Komunikacja lokalna 131
Pociąg 123	Autostop 129	Wycieczki zorganizowane 132

OSLO 133

Okolice Oslo 171	Østfold 172	Okolice Fredrikstad 175
Drøbak 171	Moss 172	Halden 177
Drammen 171	Fredrikstad 172	

POŁUDNIOWA NORWEGIA 181

Wybrzeże 181	Grimstad 195	W głębi łądu 207
Tønsberg 181	Lillesand 197	Kongsberg 208
Larvik 185	Kristiansand 198	Ciąg wodny Telemark 212
Okolice Larviku 187	Mandal 204	Rjukan 215
Kragerø 188	Lindesnes 205	Seljord 218
Risør 190	Flekkefjord 205	Setesdalen 219
Lyngør 191	Egersund 206	Sirdal 222
Arendal 192		

ŚRODKOWA NORWEGIA 225

Środkowa Norwegia – część wschodnia 225	Środkowa Norwegia – część północna 242	Dovrefjell Nasjonalpark 251
Eidsvoll Verk 225	Oppdal 242	Vågå 253
Hamar 225	Trollheimen 243	Lom 253
Lillehammer 227	Ringebu 243	Jotunheimen Nasjonalpark 255
Elverum 232	Kvam i Sjoa 244	Fagernes 259
Trysil 234	Otta 244	Hardangervidda 259
Røros 234	Rondane Nasjonalpark 247	Geilo 260
Femundsmarka Nasjonalpark 241	Dombås 250	Finse 260
		Myrdal 261

BERGEN I FIORDY POŁUDNIOWO-ZACHODNIEGO WYBRZEŻA 263

Bergen 263	Norheimsund 286	Stavanger i Lysefjord 289
Hardangerfjord 282	Ulvik i Osa 287	Stavanger 289
Voss 282	Odda 287	Okolice Stavanger 297
Dale 286	Utne i Kinsarvik 289	Lysefjord 298

FIORDY ZACHODNIEGO WYBRZEŻA 301

Sognefjord 301	Briksdalsbreen 317	Måløy 325
Flåm 303	Kjennedalsbreen i Bødalsbreen 317	Selje 326
Nærøyfjord 304	Letnie Centrum Narciarstwa 318	Północne fiordy 327
Aurland 305	Od Sognefjordu po Nordfjord 319	Åndalsnes 327
Lærdal i Borgund 306	Skei 319	Valldal i Taffjord 329
Vangsnes 306	Stryn 319	Geiranger 330
Vik 307	Byrkjelo 320	Hellesylt 332
Balestrand 307	Olden 320	Norangsdalen 333
Sogndal 310	Loen 321	Runde 334
Skjolden 310	Florø 321	Ålesund 334
Urnes 311	Okolice Florø 325	Molde 339
Jostedalbreen 312		Okolice Molde 343
Fjærland 312		Kristiansund 344
Nigardsbreen 315		

TRØNDELAG			349
Trondheim	349	Stiklestad	364
Trasa na północ	364	Steinkjer	366
Hell	364	Snåsa	366
		Namsos	366
		Rørвик	367
		Leka	368

NORDLAND			369
Arktyczna Autostrada	369	Kystriksveien	386
Mosjøen	369	Brønnøysund	386
Mo i Rana	371	Træna i Lovund	388
Saltfjellet-Svartisen		Sandnessjøen	388
Nasjonalpark	374	Rødøy	389
Kolo		Ørnes	389
podbiegunowe	376	Bodø	389
Fauske	377	Okolice Bodø	394
Okolice Fauske	378	Lofoty	395
Narvik	379	Austvågøy	397
		Vestvågøy	405
		Flakstadøy	406
		Moskenesøy	407
		Południowe	
		wyspy Lofotów	411
		Vesterålen	412
		Hadseløya	413
		Langøya	414
		Andøya	417
		Hinnøya	419

DALEKA PÓŁNOC – TROMS I FINNMARK			423
Troms	423	Hammerfest	442
Senja i Finnsnes	423	Honningsvåg	445
Setermoen	425	Przyładek	
Øvre Dividal		Północny	446
Nasjonalpark	426	Knivskjelodden	448
Tromsø	427	Mehamn i Gamvik	448
Okolice Tromsø	435	Berlevåg	449
Wybrzeże Finnmarku	437	Båtsfjord	449
Alta	437	Tana Bru	452
Lakselv	441	Vadsø	452
		Vardø	454
		Hamningberg	455
		Kirkenes	455
		Øvre Pasvik	
		Nasjonalpark	459
		Grense Jakobselv	461
		Finnmarksvidda	461
		Kautokeino	461
		Reisa Nasjonalpark	463
		Karasjok	463

SVALBARD I JAN MAYEN			467
Svalbard	467	Barentsburg	479
Longyearbyen	473	Pyramiden	481
Okolice		Ny Ålesund	482
Longyearbyen	478	Okolice Ny Ålesund	484
		Pozostałe okolice	
		Spitsbergenu	484
		Wyspy zewnętrzne	488
		Jan Mayen	489

JĘZYK	491
--------------------	------------

SŁOWNICZEK	495
-------------------------	------------

INDEKS	499
---------------------	------------

INDEKS OSÓB	505
--------------------------	------------