



Reiseinformationen

Radreise Land der Fjorde

Reisecode: NO-Norwegen-RAD



Inhalt der Reiseinformationen zur Radreise Norwegische Fjorde	Seite
Buchungsabwicklung - Versicherung - Einreisebestimmungen - Wünsche	3
Anreise / Zustieg - Reiseunterlagen.....	3
Radmitnahme - Landkarten zu den Touren / Navigationsgerät - Höhenprofile.....	4
Ausrüstungsliste / Fahrradtour das sollten Sie dabei haben.....	4
Reiseprogramm / Reiseverlauf.....	6
Wissenswertes	
Zollbestimmungen.....	8
Geldwechsel.....	8
Sperrung von Kreditkarten, EC-Karten, Telefonkarten usw.....	9
Essen und Trinken	9
Wasser.....	9
Adapter.....	9
Fährüberfahrt.....	10
Telefonieren.....	10
Trinkgeld.....	10
Notrufnummer.....	10
Maße und Gewichte.....	10
Sprache.....	10
Klima.....	11
Nebenkosten.....	11
Unterbringung / Hotelliste.....	11
Tipps für Ihre Radreise.....	11
Ein letztes Wort.....	13

Buchungsabwicklung – Versicherung - Einreisebestimmungen - Wünsche

Buchung

Mit der Buchung benötigen wir Ihre Ausweisdaten mit Geburtsdatum und Ausweisnummer. Die Buchung können Sie direkt über unsere Internetseite www.launer-reisen.de auf der jeweiligen Reise vornehmen oder uns per E-Mail zukommen lassen.

Versicherung:

Prüfen Sie bitte Ihren Versicherungsschutz. Wir empfehlen eine Reiserücktrittskostenversicherung abzuschließen (nur innerhalb von 8 Tagen nach Erhalt der Bestätigung möglich). Die Europäische Krankenversicherungskarte, die von der Krankenkasse ausgestellt wird, ist vor der Reise einzuholen, falls Sie diese nicht schon haben. Genaue Leistungen erfragen Sie bitte bei Ihrer Krankenkasse. Unabhängig davon wird dringend empfohlen, für die Dauer des Auslandsaufenthaltes eine Auslandsreise-Krankenversicherung abzuschließen, die Risiken abdeckt, die von den gesetzlichen Kassen nicht übernommen werden (z.B. notwendiger Rücktransport nach Deutschland im Krankheitsfall, Behandlung bei Privatärzten oder in Privatkliniken).

Ansonsten erhalten Sie von Ihrer Krankenkasse Auskünfte über die aktuellen Regelungen.

Einreisebestimmungen

Zur Einreise benötigen deutsche Staatsangehörige einen gültigen Personalausweis oder Reisepass. Die Dokumente müssen für die Dauer des Aufenthaltes gültig sein. Für Bürger aus anderen Staaten können andere Einreise- und Visabestimmungen gelten.

Wünsche

Besondere Verpflegungswünsche (Vegetarier usw.) oder Lebensmittelunverträglichkeiten bitten wir bereits bei Buchung anzugeben. Hier sollte jedem Reisegast bewusst sein, dass keinesfalls die gewohnten Standards von zuhause angesetzt und erwartet werden können.

Auch Wünsche zum Zimmer, wie getrennte Betten, sollten ebenso gleich bei der Buchung mit angegeben werden, spätestens jedoch 1 Monat vor Abreise, denn sonst können wir Ihre Wünsche nicht mehr bearbeiten.

Anreise / Zustieg – Reiseunterlagen

Anreise mit dem PKW

Zustieg in Wört bzw. Anreise nach Wört:

Ausgangspunkt unserer Reisen ist Wört in Baden-Württemberg. Ihren PKW können Sie während der gesamten Reise kostenlos auf unserem Betriebshof parken. Weitere Zustiege sind auf Anfrage möglich. Unser Betriebshof ist ca. 5 Stunden vor Abfahrt für Sie geöffnet. Sie sollen sich auch vor Abreise wohlfühlen, deswegen bieten wir Ihnen unseren schönen Wartesaal an. Für kostenlose Getränke, Zeitschriften und Internet ist natürlich gesorgt. Sie stehen nicht im Regen oder im Kalten. Wir wollen, dass Sie sich von Anfang an wohlfühlen.

Die Koordinaten des Betriebshofes von Launer–Reisen lauten:

49°02'01.7"N 10°16'29.5"E

Anreise mit dem Zug nach 73479 Ellwangen/Jagst:

Wört verfügt über keine eigene Zugsanbindung. Der nächste Bahnhof wäre z.B. Ellwangen/Jagst. Von dort sind es ca. 15 km bis nach Wört. Wir bieten einen Abholservice samt Rad und Gepäck vom Ankunftsbahnhof nach Wört an. Nach Ihrer Reise mit uns bringen wir Sie natürlich wieder zurück. Dieser Service muss rechtzeitig angemeldet werden, die Bezahlung findet direkt vor Ort statt:

Preise pro Transferstrecke:

- bis 10 km: 10 Euro
- bis 20 km: 20 Euro
- bis 30 km: 40 Euro
- bis 50 km: 60 Euro

Tipp: Bei zwei Personen für eine Strecke, zahlen Sie pro Person nur die Hälfte.

Sollten Sie für eine Nacht vor dem Abfahrtstermin eine Zwischenübernachtung in Wört benötigen, finden Sie folgende Übernachtungsmöglichkeiten:

Landgasthof Lustnau
Bösenlustnau
D - 73499 Wört
Tel: (07964) 3120
www.landgasthof-lustnau.de

Gasthof Goldene Rose
Hauptstr. 82
D - 73499 Wört
Tel: (07964) 517
www.rose-woert.de

Reiseunterlagen

Die Reiseunterlagen erhalten Sie ca. 2 bis 3 Wochen vor Abreise. Darin finden Sie u.a. die genaue Abfahrtszeit für Ihren Zustiegsort und welcher Reiseleiter und Busfahrer für die Reise eingeplant sind.

Radmitnahme - Landkarten zu den Touren / Navigationsgerät - Höhenprofile

Radmitnahme

Grundsätzlich empfehlen wir, das eigene Rad zu nehmen. Entscheidende Gründe sprechen dafür: Ihr eigenes Rad kennen Sie am besten, (Bremsen, Schaltung, Lenk- und Fahrverhalten). Bei unseren Rad- und Aktivreisen erfolgt die Anreise mit unseren modernen Fernreisebussen mit Klimaanlage, WC, Bordküche und bequemen Schlafsesseln. Ihre Räder werden mit Hilfe unserer speziellen Befestigungsvorrichtung sicher und materialschonend transportiert, entweder im Radanhänger oder direkt im Radbus.

Landkarten - Navigationsgerät

Auf der Reise erhalten Sie von uns Streckenkarten im Open-Street-Map-Format, um Ihnen einen Überblick über die einzelnen Etappen zu geben. Wir besprechen jeden Tag miteinander. Wir empfehlen Ihnen, sich evtl. etwas Schreibzeug mitzunehmen, um sich ggfs. Notizen machen zu können.

Sollten Sie im Besitz eines Fahrrad-Navigationsgerätes oder eines Smartphones mit Navigationsapp sein, sollten Sie dies natürlich mit auf die Reise nehmen.

Urheberrechtlicher Schutz: Die von Launer-Reisen erstellten Reisen, Texte, Bilder aber auch GPS-Daten sind als persönliche geistige Schöpfungen durch das Urheberrecht geschützt. Das Urheberrecht so wie das Recht der Vervielfältigung an diesen Daten verbleiben vorbehaltlich ausdrücklicher schriftlicher Vereinbarung bei Launer-Reisen.

Wir weisen darauf hin, dass eine Veröffentlichung unserer GPS-Daten auf Internetportalen wie z.B. gpsies.com, gps-tour.info oder bike-gps.com usw. nicht gestattet ist. Diese Daten basieren auf Know How und ausführlicher Recherche. Vor allem jedoch befinden sich Arbeitsplätze dahinter. Diese möchten wir nicht gefährdet sehen. Daher weisen wir an dieser Stelle ausdrücklich auf diese Problematik hin. Für Fragen hierzu stehen wir gerne zur Verfügung und hoffen auf Ihr Verständnis.

Bitte beachten Sie, dass GPX-Daten nur mit entsprechender Software gelesen werden können. Nur wenn Sie im Besitz eines entsprechenden Gerätes sind, können Sie diese Daten lesen.

Ausrüstungsliste allgemein und für Fahrradtouren – Folgendes sollten Sie im Gepäck haben:

Dokumente:

- Flugtickets, Bahntickets (falls gebucht)
- Gültiger Reisepass oder Personalausweis
- Bargeld / Kreditkarte / Geldbörse oder wasserdichten Brustbeutel
- Impfausweis
- Nachweis Auslandsrankenversicherung
- Fotokopien der wichtigsten Dokumente
- Reiseunterlagen / Routenbeschreibung

Ausrüstungsliste Fahrradtouren

- Fahrradhelm (empfehlen wir nachdrücklich!)
- Fahrradhandschuhe (falls benötigt)
- Radschuhe oder Turnschuhe – Bei Radschuhen mit Klicksystem auch an die entsprechenden Pedale denken.
- Fahrradsocken/-strümpfe
- Regenbekleidung/Regenschuhe
- Radhose und Radtrikots
- Insektenschutzmittel (Autan Protection, Anti Brumm o.Ä.)
- Sonnenschutz
- Fahrradschloss
- Fahrradbrille / Sonnenbrille
- Trinkflasche (Kunststoff) mind. 1 pro Person
- Sportunterwäsche, Funktionsshirt/-jacke
- etwas Waschmittel für Radhosen und -trikots
- Waschbürste und Spülmittel zum Säubern der Trinkflaschen! (Bakterien)
- Fahrradricksack oder Satteltasche (für Kamera, Regenzeug etc.)
- Halstuch / Mütze
- Flickzeug
- Landkarten, falls es Sie interessiert, wo Sie fahren. Keine Sorge, Sie haben einen Guide dabei
- Ersatzschlauch
- evtl. Müsli-/Energieriegel
- evtl. isotonisches Getränkepulver für die Fahrradflasche
- Erste-Hilfe-Set
- Wundpflaster/Pflasterspray

Verschiedenes

- Handy/Smartphone (kann auch als Wecker dienen)
- Notrufnummern (am besten bereits im Mobiltelefon gespeichert)
- evtl. kleine Taschenlampe
- Fotoausrüstung/Ersatzspeicherkarte/Ersatzakku
- evtl. wasserdichte Müllbeutel für Aufbewahrung von Kleidung/Gegenständen
- Tagebuch, Schreibutensilien
- Reiselektüre, Reisebuch, Sprachführer (ggfs. im Handy)
- Lesebrille, Ersatzbrille, Kontaktlinsen, Ersatz...
- Kofferbeschriftung

Persönliche Reiseapotheke

- ggfs. Ihre Medikamente, die Sie auch zu Hause nehmen (Blutdruck o.Ä.)
außerdem:
 - Gesäßcrème gegen 'wunden Hintern' (z.B. Hirschtalg)
 - Kopfschmerzmittel, leichtes Schmerzmittel
 - Mittel gegen Durchfall
 - Wundsalbe/Wundspray
 - Sportsalbe (z.B. Voltaren) bei leichten Zerrungen/Prellungen
 - Magnesium-Tabletten (gegen Krämpfe) nur wenn Sie es gewohnt sind...
- Fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker!

Bitte beachten Sie, dass diese Liste keinen Anspruch auf Vollständigkeit erhebt und lediglich als Orientierungshilfe dient.

Weitere Ausrüstungs- oder Urlaubschecklisten finden Sie z.B. im Internet.

Reiseprogramm / Reiseverlauf

Radreise Norwegische Fjorde

Radfahren zwischen Fjord und Fjell durch Norwegen mit dem Fahrrad ist bestimmt für manchen Radfahrer ein Traum. Wir möchten Ihnen diesen Traum erfüllen. Mit unserer Radreise durch das Naturland Norwegen haben wir eine Kombination geschaffen. Bus und Rad. Natur und Rad könnten wir ebenso sagen. Fahren Sie mit dem Rad wo es schön und angenehm zu radeln ist. Genießen Sie herrliche Touren entlang von Fjorden, an Wasserfällen und Gletschern vorbei. Das Land der Berge und Seen erwartet Sie. Fahren Sie mit unserem Chauffeur der Landstraße die steilen Passstraßen hinauf und überbrücken Sie Routen auf Europafernstraßen mit dem Bus.

Dennoch: Auch diese Radtour wird Sie fordern. Denn flach ist es vielleicht in Norddeutschland. In Norwegen werden Sie natürlich auch ab und zu den einen oder anderen Berg und Pass bzw. Anstieg zu fahren haben. Aber keine Sorge: Wir wollen diese Tour genießen. Sie fahren ohne Gepäck, denn unser Bus als Begleitfahrzeug hat Ihren Koffer dabei. Und wenn Sie es gemütlich wollen, dann kann Sie auch der Bus mitnehmen. Sie fahren auf Straßen aber auch Schotterwegen. Sie sollten deshalb ein ordentliches Trekking- oder Mountainbike haben. Höhepunkte dieser Reise sind zweifelsohne: Radweg Rallarvegen, Dalsnibba und Geirangerfjord, Alte Strynefjellstraße, Peer-Gynt-Weg, Bergen und Oslo!








Profil

Obwohl die westnorwegische Fjordlandschaft sehr gebirgig ist, ist es uns gelungen, die Etappen so zu legen, dass sie auch für Genussradfahrer gut zu schaffen sind. Bei der Hälfte der 8 Radtage haben wir eine negative Höhenmeterbilanz, fahren also (deutlich) mehr runter als rauf. Außerdem besteht nahezu jeden Tag die Möglichkeit, nur ein Teilstück zu fahren oder die Etappe nach etwa der Hälfte zu beenden und in unseren Bus umzusteigen.

Die Tour ist sowohl für Tourenrad/Trekkingbike als auch für Mountainbike geeignet. Bei 6 Tagesetappen sind wir auf asphaltierten Wegen unterwegs; bei einer kompletten sowie zwei halben Tagesetappen auf unbefestigten Strecken, die jedoch gut mit einem Tourenrad oder Trekkingbike zu fahren sind.

Anforderungsprofil:    /    

Wir weisen hier grundsätzlich auf unsere Webseite hin: Bei jeder Reise finden Sie diese Symbole:

Radreise:    /     . Sie können auf diese Symbole klicken und erhalten eine Erklärung, welche Anforderung diese Reise erfordert. Wir bitten um Beachtung.

Leistungen:

- Fahrt im Fernreisebus mit WC, Klimaanlage usw.
- Fährüberfahrt Kiel-Oslo-Kiel
- 2 x Übernachtung in 2-Bett-Kabinen innen Du/WC (Außenkabine gegen Aufpreis)
- 2 x Skandinavisches Buffet/Frühstücksbuffet an Bord
- 8 x Hotel-Übernachtung/Halbpension in Norwegen, Zimmer mit Du/WC
- sämtliche Fährüberfahrten in Norwegen
- Eintritt Fram-Museum und Wikingermuseum in Oslo
- Eintritt Stabkirche Lom
- Radreiseleitung in Norwegen durch Launer-Reisen
- Fahrrad- und Gepäcktransport während der Reise (Sie radeln ohne Gepäck)

nicht enthaltene Leistungen:

- nicht genannte Mahlzeiten und Getränke, evtl. weitere Eintritte, Reiseversicherung, persönliche Ausgaben, Trinkgeld
- Trinkgelder für Guide und Fahrer
- Eventuelle weitere Eintritte

1. Tag: Anreise Kiel und Fährüberfahrt nach Oslo

0.15 Uhr Abfahrt ab Wört - Würzburg - Kassel - Hannover (auf der Route Zusteigemöglichkeiten) vorbei an Hamburg nach Kiel. Hier Einschiffung. Genießen Sie am Nachmittag die Ausfahrt aus der Kieler Förde. Am Abend werden Sie durch ein Skandinavisches Buffet verwöhnt. (-/-/A)

2. Tag: Oslo per Rad (25 km/350 hm)

Norwegen empfängt uns auf prächtige Weise. Die Fahrt durch den Oslofjord bis zum Fähranleger mitten in Oslo können wir vom Frühstücksbuffet aus und an Deck genießen. Nach dem Anlegen geht es per Bus hinauf auf den Holmenkollen mit seiner imposanten Sprungschanze. Dort oben, hoch über der norwegischen Hauptstadt, steigen wir auf unsere Räder. Es geht hinunter in die Innenstadt. Durch den berühmten Vigelandpark schieben wir unsere Räder, damit wir in Ruhe die zahlreichen Skulpturen auf uns wirken lassen können. Weitere Stationen unserer Stadtrundfahrt per Rad sind das königliche Schloss, die formidable Oper als neues Wahrzeichen der Stadt und das moderne Rathaus, in dem alljährlich der Friedensnobelpreis verliehen wird. Schließlich radeln wir auf die Museumsinsel Bydøy, wo wir das Wikingerschiff-Museum und das Polarschiff-Museum besuchen werden. Nach dem Verladen der Räder geht es per Bus zu unserem Hotel. Übernachtung im Raum Oslo. (F/-/A)

3. Tag: Bilderbuchlandschaft Numedalen (35/65 km / 100/250 hm)

Der heutige Radtag führt uns durch die Bilderbuchlandschaft des Numedalen. Schon seit altvorderer Zeit bildet es wie die anderen großen zentralnorwegischen Täler eine Insel der Zivilisation inmitten menschenleerer Wald- und Gebirgsregionen. Begleitet wird die Fahrt von den Wassern des namengebenden Flusses Numedalslågen, der sich mal träge dahinschlängelt, mal wild aufschäumt und mal wie ein See verbreitert. Am Ende unserer Radtour kommen wir zu einem fantastischen Naturfreibad mitten im Fluss, das auch von den Einheimischen gerne genutzt wird. Einen starken Kontrast zum uralten Kulturraum des Numedals bildet die kahle Hochebene des Dagalifjells, über das wir nach dem Verladen der Räder mit dem Bus hinüber ins Seterdal fahren. Dieses nicht minder reizvolle Tal wurde komplett zum Landschaftsschutzgebiet erklärt. Zuvor bietet sich noch vom höchsten Punkt der Strecke (1.100m) ein weites Panorama auf die berühmte Hardangervidda, der größten Hochebene Norwegens. An ihrem Rande liegt unser heutiger Übernachtungsort Geilo. Das kleine Städtchen ist eines der größten Fremdenverkehrszentren des südlichen Norwegen (2 Übernachtungen im Raum Geilo). (F/-/A)

4. Tag: Königsetappe - Radweg Rallarvegen (50/72 km / 300/700 hm)

Mit unseren Rädern befahren wir wohl einen der berühmtesten und schönsten Radwege in Norwegen, den Rallarvegen - auf dem 'Dach von Norwegen'. Der Name Rallarvegen' bezieht sich auf die Arbeiter ('rallare'), die diesen Weg als Versorgungsstraße beim Bau der berühmten Bergenbahn anlegten. Heute dient er als einzigartige Fahrradstrecke durch Norwegens Hochgebirgswelt. Wir starten in Haugastøl auf 1000 m. Von dort steigt der Weg stetig aber recht gemächlich bis zur Bahnstation Finse (1.222 m) an. Wer mag kann noch eine Stunde weiter pedalieren bis zum höchsten Punkt des Rallarvegen. Auch im Hochsommer müssen dabei einige Schneefelder schiebend überquert werden. – Ein Teil des Abenteuers 'Rallarvegen'. Auf gleicher Strecke geht es anschließend zurück nach Haugastøl, wo unser Bus derweil wartet, vermutlich mit einem Kaffee. Wenn alle wieder wohlbehalten aus der Hochgebirgswelt zurückgekehrt sind, geht es gemütlich per Bus zurück in unser Hotel. (F/-/A)

5. Tag: Granvin – Voss – Vangsvatnet (40 km / 550 hm)

Mit dem Bus von Geilo über die karge, beeindruckende Hochebene der Hardangervidda. Von ihrem Rand stürzt sich der größte Wasserfall Norwegens zu Tal: der Vøringsfossen. Mit unseren Sinnen und Fotoapparaten fangen wir dieses atemberaubende Schauspiel ein. Auf einer eindrucksvollen, funkelnagelneuen Brücke geht es über den Eidfjord. Auf der anderen Seite starten wir nach einer Tunneldurchfahrt zu unserer Radetappe. Auf einer stillgelegten, asphaltierten Bahnstrecke geht es gemütlich entlang des Sees Granvinvatnet. Anschließend folgen wir der alten, nahezu autofreien E13. Bald müssen wir kräftig in die Pedale treten: In ansteigenden, aber gut 'machbaren' Serpentinafen windet sich die Straße an einem Wasserfall entlang hinauf zu einem Pass. Auf der anderen Seite des kleinen Passes können wir 'zur Belohnung' die lange Abfahrt hinunter nach Voss genießen. Die Stadt selbst lassen wir nicht links, aber rechts liegen und radeln auf welliger, äußerst verkehrsarmer Strecke am Vangsvatnet entlang bis zu dessen Ende, wo uns wieder der Bus erwartet. Anschließend geht die Fahrt auf tunnelreicher Strecke nach Bergen, der 'heimlichen Hauptstadt' Norwegens. Nach dem Abendessen unternehmen wir noch einen gemeinsamen Stadtspaziergang, bei dem natürlich auch das zum UNESCO-Weltkulturerbe gehörende ehemalige Hanseviertel Tyske Brygge nicht fehlen wird. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, mit der Standseilbahn auf den Fløyen, den Hausberg von Bergen zu

fahren, von wo sich eine traumhafte Aussicht über die vielleicht am schönsten gelegene Stadt Norwegens bietet. (F/-/A)

6. Tag: Entlang des Nordfjords (49/58 km / 100/740 hm)

Heute radeln wir unmittelbar am Ufer eines Fjordes entlang, und zwar auf einer Straße, die nahezu flach ist. Eine Besonderheit, die es so kaum ein zweites Mal in Westnorwegen gibt. Start der Radetappe ist für die Genussradler, auf einem Pass mit atemberaubender Aussicht über den Nordfjord oder, für die Sportiven, schon zu Füßen dieses 650 m hohen Passes. Zuvor lassen wir uns von unserem Bus von Bergen aus durch die fantastische westnorwegische Fjordlandschaft chauffieren. Mit einer Fähre überqueren wir den Sognefjord, den längsten und tiefsten aller norwegischen Fjorde (1 Übernachtung im Raum Stryn). (F/-/A)

7. Tag: Kaiseretappe – Aussichtsgipfel Dalsnibba und Welterbe Geirangerfjord (36 km / 550 hm)

Per Bus geht es am Strynsee entlang und hinein in die hochalpine Bergwelt bis auf eine Höhe von 1.000 m. Zum Einradeln am See Djupvatnet entlang durch eine grandiose Hochgebirgswelt. Dann führt uns eine steile Mautstraße hinauf auf den 1.476 m hohen Aussichtsberg Dalsnibba. Die 5 km lange Auffahrt ist zwar recht mühselig und man wird zwischendurch vielleicht auch mal sein Rad schieben, aber die Mühe wird mehr als belohnt. Vor allem bei gutem Wetter. Die ‚Vogelflugaussicht‘ hinunter zum Geirangerfjord, wo meist ein Kreuzfahrtschiff vor Anker liegt, ist mehr als ein Traum. Bis dort hinunter werden wir unsere Pedale kaum noch brauchen. Beinahe 1.500 Höhenmeter bergab liegen vor uns! Unten angekommen, können Sie entscheiden: Wenn es Zeit und Kondition erlauben, können Sie noch den Adlersteig mit seinen zahlreichen Kehren erklimmen. Ansonsten genießen Sie einfach das quirlige Städtchen Geiranger. In jedem Falle unternehmen wir am Nachmittag eine traumhafte, einstündige Fährkreuzfahrt durch den spektakulären Geirangerfjord. Entdecken Sie vom Fjord aus Berghöfe sowie prachtvolle Wasserfälle wie die „Sieben Schwestern“ und den „Brautschleier“. Ein einzigartiges Naturspektakel. Am anderen Ende des Geirangerfjordes angekommen, fahren wir mit dem Bus zurück in den Raum Stryn (1 Übernachtung im Raum Stryn). (F/-/A)

8. Tag: Kronjuwelenetappe — die alte Strynefjellstraße (60 km / 700 hm)

Wir folgen zunächst dem 27 km langen Gamle Strynefjellvegen. Diese historische Straße wurde vor über 100 Jahren von den Bewohnern der Region gemeinsam mit schwedischen Wanderarbeitern erbaut und führt durch eine eindrucksvolle Hochgebirgslandschaft, vorbei an Gletschern und Bergseen. Auf den ersten Kilometern überwindet die Straße mit engen Kehren etliche Höhenmeter. Wir passieren das Høyfjellhotel Videseter und das Sommerskigebiet Strynefjellet, bevor wir den höchsten Punkt der heutigen Etappe auf 1139 m erreichen. Hier ist die Strecke bereits flach und das Spiel aus Licht, Schnee, Steinen, Bergen und Wasser lässt sich entspannt genießen. Am Ende geht es durch lichte Birkenwälder hinunter zur Hauptstraße, der wir weitere 32 km folgen. Sie ist zwar etwas befahrener, was aber nicht weiter ins Gewicht fällt, da es meist bergab geht. Immer wieder begeistern hier die wilden Stromschnellen des Ottaflusses. In der Siedlung Dønfoss steigen wir in den Bus, der uns in das malerische Gebirgsdorf Lom mit seiner Stabkirche aus dem 12. Jhd. bringt. Sie ist eine der größten und am besten erhaltenen Stabkirchen des Landes (Übernachtung im nördlichen Gudbrandsdalen). (F/-/A)

9. Tag: auf sagenhaftem Wege — der Peer-Gynt-Veien (80 km / 800 hm)

Die schöne Natur und die traditionsreiche Kultur des Gudbrandsdals hat viele Künstler inspiriert. So auch Henrik Ibsen, der mit seinem literarischen Werk Peer Gynt einen ‚Kult‘ für die Ewigkeit schuf. So ist das Land der Trolle und die Landschaft auf dem Peer-Gynt-Weg für uns heute ein grandioses Naturerlebnis. Der Höhenweg, der fast 1000 m erreicht und Ausblicke auf einsame Berge und Seen bietet, ist unbeschreiblich schön. Man muss ihn eben gefahren sein. Nach dem Mittagspicknick am Bus geht es beinahe endlos hinab bis ins 600 m tiefer gelegene Gudbrandsdalen. Auf den letzten Kilometern hinauf bis zu den Olympiaschanzen von Lillehammer werden wir die untersten Gänge allerdings nochmal brauchen. Während Ihre Räder heimreisefertig verladen werden, haben Sie Zeit, ausgiebig die Schanzen zu besichtigen und den Blick hinunter zum Mjøsa-See zu genießen (Übernachtung im Raum Lillehammer/Hamar). (F/-/A)

10. Tag: Oslo - Fährüberfahrt nach Kiel

Auf der Europafernstraße E 6 geht es mit unserem Bus zurück nach Oslo wo wir die Fähre nach Deutschland nehmen. Bis wir an Bord gehen können, haben wir aber voraussichtlich noch Zeit für einen letzten kleinen Bummel durch Oslo, etwa durchs neue, schicke Hafenviertel. Genießen Sie anschließend

die Ausfahrt aus dem Oslofjord. Das erstklassige Buffet am Abend rundet unsere Norwegen–Reise stilvoll ab. (F/-/A)

11. Tag: Kiel - Heimat

Gegen 10.00 Uhr Ausschiffung in Kiel und Bus-Rückreise zu den Abfahrtsorten. Die Rückkehr ist für den späten Abend vorgesehen. (F/-/-)

Die Höhenmeterangaben sind ungefähre Richtwerte. Mit unserem Reisebus werden je nach Etappe und Lage des Hotels Transfers durchgeführt.

Mindestteilnehmerzahl: 18 Pers. bei einer Absagefrist bis spätestens 30 Tage vor Reisebeginn. (weitere Hinweise siehe Info & Service). Stornostaffel: A

Deutsche Staatsbürger benötigen einen Personalausweis oder Reisepass. Für Bürger aus anderen Staaten können andere Einreise- und Visabestimmungen gelten.

Zollbestimmungen

Bitte informieren Sie sich vor Antritt der Reise über die aktuellen Zollbestimmungen sowohl des Ziellandes als auch der Bundesrepublik Deutschland. Für die Einhaltung der Zoll- und Einreisebestimmungen ist grundsätzlich jeder Reisende selbst verantwortlich. Bei Verstoß können Bußgelder oder Strafen verhängt werden.

Geldwechsel

Die Währungseinheit in Norwegen ist die Norwegische Krone (NOK).

Sowohl mit der EC-Karte als auch der Kreditkarte kann man an Geldautomaten Bargeld abheben. Dies ist eigentlich die einfachste und unter dem Strich kostengünstigste Methode. Gebühren fallen allerdings auch bei dieser Umtauschmethode an. Wie hoch diese sind bzw. auf welche Weise sie berechnet werden (Festbetrag/Grundgebühr, prozentualer Anteil), sollten Sie bei Ihrer Bank erfragen (also der, von der Sie Ihre jeweilige Karte haben).

Bezahlen mit Karte ist in Skandinavien, also auch in Norwegen, weitaus verbreiteter als bei uns. Mit Kreditkarte kann man auch kleine und kleinste Beträge begleichen.

Möchten Sie mit Bargeld bezahlen, tauschen Sie am besten zuhause ein paar Norwegische Kronen für die ersten Tage und den Rest dann vor Ort. Die erste Möglichkeit dazu besteht im Normalfall bei unserer ersten Übernachtung in Norwegen, die in der Stadt ist und demzufolge mit Geldautomaten in fußläufiger Entfernung.

Noch ein wichtiger Tipp: Wenn der Automat Sie beim Geld abheben fragt, ob die Abrechnung in Euro erfolgen soll, empfiehlt es sich nachdrücklich, mit NEIN zu antworten. Anderenfalls stimmt man der sog. *Dynamic Currency Conversion* zu (DCC). Diese 'dynamische Währungsumrechnung' bringt keinerlei Vorteil, kann aber Geld kosten.

1 Krone = 100 Øre

Banknoten Nennwerte: 50, 100, 200, 500 und 1000 Kronen

Münzen Nennwerte: 1, 5, 10 und 20 Kronen

Øre–Münzen sind seit 2012 nicht mehr im Umlauf.

Sperrung von Mobilfunk-, EC- und Kreditkarten

Unter folgenden Telefonnummern können Sie den Verlust Ihrer Mobilfunk-, EC- oder Kreditkarte melden und Ihre Karte sperren lassen (unabhängig vom ausstellenden Bankinstitut/Anbieter):

innerhalb Deutschlands (kostenfrei): 116116 oder 030-40504050

Aus Norwegen (Kosten lt. Anbieter): 0049-116116 oder 0049-30-40504050

Detaillierte Informationen unter www.sperr-notruf.de (ohne Gewähr, Stand Dezember 2017)

Wissenswertes

Essen und Trinken

Das Essen in Norwegen ist ausgezeichnet. Bereits das Frühstück ist in der Regel sehr reichhaltig. Für uns Radfahrer natürlich ideal. Meist gibt es sowohl morgens als auch abends Buffet. Zum Essen steht üblicherweise kostenloses Leitungswasser auf dem Tisch, von dem die Norweger natürlich 'mehr als genug' und in bester Qualität haben. Abgesehen von Wurst, Käse, Marmelade und gekochten Eiern erinnern Teile des norwegischen Frühstücks mit ihren warmen Speisen wie Rühreiern und Schinkenspeck an das englische Frühstück. Daneben glänzt es jedoch oft mit Müsli, Milch und Jogurt wie wir es bei uns kennen. Fisch und insbesondere Lachs spielt in der norwegischen Küche eine große Rolle und ist entsprechend oft auf unseren Buffets zu finden.

Trinkwasser/Leitungswasser

Leitungswasser kann man in Norwegen bedenkenlos trinken. Unsere Wasserkanister im Bus für die Versorgung unterwegs füllen wir ebenfalls mit Leitungswasser auf.

Strom-/Netzspannung

In Norwegen beträgt die Stromspannung generell 220 V. Ein Adapter ist normalerweise nicht erforderlich.

Fährüberfahrt

Sollten Sie bereits bei leichtem Seegang Schwierigkeiten in der Magengegend bekommen, empfiehlt sich ein Mittel gegen Seekrankheit.

Wir empfehlen, an Bord der Fähre nicht das gesamte Reisegepäck mitzunehmen, sondern lediglich ein Handgepäck mit den Utensilien für die Fährüberfahrt. Denken Sie an alles, was Sie in der Kabine benötigen. Sprich Medikamente, Foto und sonstige lebenswichtige Dinge. Wichtig ist zu wissen: Sie kommen auf dem Schiff nicht mehr an Ihren Koffer, wenn Sie diesen im Bus belassen.

Telefonieren

Die Ländervorwahl für Norwegen lautet: 0047/+47

Vorwahl nach Deutschland: 0049/+49

Achtung: Sobald man sich während der Fährüberfahrt nicht in Landnähe befindet und das Schiffsnetz nutzt, fallen relativ hohe Mobilfunkgebühren an.

Trinkgeld

Trinkgeld wird in Norwegen nicht erwartet; es ist jedoch üblich, den Rechnungsbetrag aufzurunden.

Notruf

Notarzt/Krankenwagen: 113

Polizei: 112

Feuerwehr: 110

Man kann jedoch für alle Dienste auch die 112 wählen.

Zentraler Notruf für alle Dienste (Notarzt, Polizei, Feuerwehr) ist die 112.

Sprache

In Norwegen spricht man Norwegisch. Allerdings ist es in der Praxis etwas komplizierter, denn es gibt im Norwegischen zwei Hauptdialekte, Bokmål und Nynorsk. Ersteres wird vom Großteil der Bevölkerung gesprochen, im Norden, im Osten und auch im Raum Oslo. Nynorsk ist demgegenüber im Westen beheimatet, also u.a. in Bergen und Umgebung. Da Norwegisch und die norwegischen Dialekte eng mit dem Schwedischen und Dänischen verwandt sind, können sich Leute aus diesen Ländern meist recht problemlos miteinander verständigen.

Anerkannte Minderheitensprachen sind Samisch (in Nordostnorwegen auch zweite Amtssprache), Kvenisch (eine Form des Finnischen), Romani, norwegisches Romani und Jiddisch.

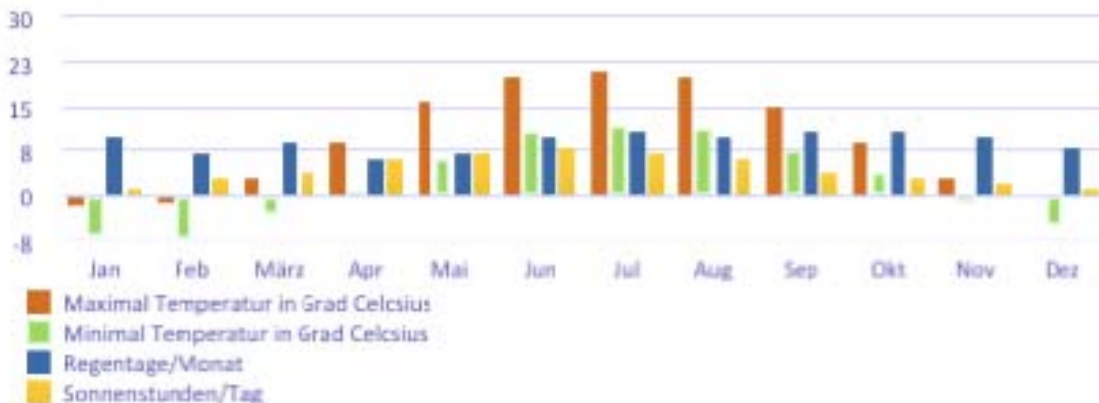
Für uns Nicht-Skandinavien äußerst praktisch ist, dass die Norweger fast alle fließend Englisch sprechen. Das liegt vor allem daran, dass Teile des norwegischen Fernsehprogramms in den USA oder Großbritannien eingekauft werden (Serien, Spielfilme) und nicht wie bei uns synchronisiert (nachvertont), sondern in der englischen Originalsprache gesendet und lediglich mit norwegischen Untertiteln versehen werden.

Klima/Kleidung

Norwegen ist ein sehr langgestrecktes Land, das sich über sage und schreibe 11 Breitengrade oder fast 1.600 km erstreckt. Die daraus resultierenden unterschiedlichen klimatischen Verhältnisse werden noch verstärkt durch den Golfstrom und die vielen Hochgebirge.

In West- bzw. Südnorwegen, wo wir bei dieser Reise unterwegs sind, sind die Temperaturen im Juli durchaus sommerlich. Also ist kurze Radkleidung oder überhaupt Sommerkleidung passend. Auch Sonnencreme kann zum Einsatz kommen. Allerdings bewegen wir uns an mehreren Tagen auf Wegen und Straßen im Hochgebirge in Sichtweite von Schneefeldern. Dementsprechend frisch ist es in diesen Höhen auch im Hochsommer. Mütze, Handschuhe, lange Radhosen und insgesamt warme Kleidung sollten also unbedingt im Gepäck sein; ebenso wie natürlich Regenkleidung.

Klimatabelle Raum Oslo



Nebenkosten

Für nicht im Reisepreis enthaltene Mahlzeiten, Getränke und Snacks sollten Sie ca. 20 EUR pro Tag in Ihr Reisebudget einkalkulieren.

Unterbringung / Hotelliste

Wir sind für eine transparente Darstellung unserer Leistungen. Die hier aufgeführten Hotels sind ein Querschnitt unserer Hotels auf dieser Reise. Es kann aber stets auch zu Änderungen kommen. Folgende Hotels sind auf dieser Radreise geplant:

Fährüberfahrt Kiel-Oslo

- 1 x Quality Hotel Grand in Kongsberg
 - 2 x Vestlia Resort in Geilo
 - 1 x Scandic Bergen
 - 1 x Stryn Hotel in Stryn
 - 1 x Videseter Høyfjellhotel
 - 1 x Fefor Høyfjellshotel
 - 1 x Scandic Ringsaker bei Hamar
- Fährüberfahrt Oslo-Kiel

Auf dieser Aktivreise haben Sie Übernachtung/Halbpension. Im Reiseverlauf finden Sie am Ende einer Tagesbeschreibung die jeweiligen Abkürzungen zur besseren Übersicht (F = Frühstück, M = Mittagessen oder Picknicklunch lt. Ausschreibung, A = Abendessen z.B. (F/-/A = Halbpension)).

Tipps und Informationen für Ihre Radreise

Rauchverbot im Bus: Eine Busfahrt ist eine Reise in Gemeinschaft. Daher ist die gegenseitige Rücksichtnahme eine Selbstverständlichkeit. Damit das "Klima" im Bus nicht gestört wird, ist dort das Rauchen untersagt.

Helm: Wir empfehlen nachdrücklich das Tragen eines Fahrradhelmes.

Luftdruck: Prüfen Sie vor Reisebeginn, ob Ihre Reifen den passenden Luftdruck haben. Bitte beachten Sie dazu auch die auf dem Reifen zu findenden Angaben des Reifenherstellers.

Ersatzschlauch, Flickzeug, Werkzeug: Für den Fall der Fälle sollten Sie einen passenden Ersatzschlauch und Flickzeug mitnehmen. Auch ein kleines, spezielles Fahrrad-Werkzeug-Set (Tool) ist natürlich hilfreich.

Verbandszeug: Für kleinere Unfälle, auf dem Fahrrad oder anderswo, empfiehlt es sich ein Erste-Hilfe-Set und etwas Pflaster mitzunehmen.

Zustand Ihres Rades: Selbstverständlich nehmen Sie Ihr eigenes Fahrrad von zu Hause mit. Dafür haben wir unser ausgeklügeltes Fahrrad-Transportsystem. Bitte denken Sie vor der Radreise daran, den Zustand Ihres Rades zu checken (Schaltung, Bremsen, Reifenprofil). Es macht viel mehr Spaß, wenn am Rad alles bestens funktioniert. Sie sollten auch daran denken, eine Satteltasche (wenn vorhanden) oder einen kleinen Rucksack für die täglichen Radtouren mitzunehmen. Sie können sowohl mit einem Tourenrad/Trekkingbike als auch mit einem Mountainbike an der Reise teilnehmen. Da wir überwiegend auf asphaltierten Strecken unterwegs sind, ist kein typisches, grobstolliges MTB-Profil notwendig.

Radbeförderung: Bitte achten Sie darauf, dass beim Transport Ihres Fahrrades in unserem Radanhänger/Radbus keine Satteltaschen, Körbe, Lenkertaschen und vor allem keine Akkus am Rad sind. Nach dem Entladen können Sie all dies selbstverständlich wieder anbringen.

Handy/Smartphone: Wenn Sie im Besitz eines Handys oder Smartphones sind, dann empfiehlt es sich, dieses mit auf die Reise zu nehmen. Nicht zuletzt für Notfälle kann ein solches Mobilfunkgerät ganz nützlich sein.

Verpflegung auf der Reise: In den Hotels erhalten Sie abends immer warme Mahlzeiten und morgens auch ein gutes Frühstück. Die Getränke in den Hotels gehen extra. Im Bus erhalten Sie während der Aktivtage Leitungswasser für die Trinkflasche sowie ein Stück Obst gratis (siehe Katalog: Verpflegung). Der Busfahrer hat außerdem warme (Tee, Kaffee) und kalte Getränke (Mineralwasser, Bier, Cola, Fanta.) im Angebot. Auch ein Imbiss zwischendurch ist während der Bustransfers möglich (warme Würstchen, Käse mit Brot o.Ä.). Auf den Radtouren treffen wir in der Regel einmal am Tag den Bus und können dann von unserem Fahrer ein kräftigendes Picknick bekommen. Sie werden auf dieser Reise nicht verhungern. Wir haben Tische und Bänke an Bord.

Sicherheit: Wir sind mit unseren Rädern vorwiegend auf asphaltierten Strecken unterwegs, auf denen auch Autos fahren. Dort gilt selbstverständlich die Straßenverkehrsordnung. Für deren Einhaltung und Ihre persönliche Sicherheit sind Sie selbst verantwortlich. Eine Haftung können wir bei eventuellen Unfällen nicht übernehmen. Achten Sie bitte insbesondere darauf, dass auch lange Fahrzeuge (LKW, Bus) die Möglichkeit haben, gefahrlos zu überholen (und einzuscheren). Wir bitten alle Teilnehmer unserer Reisen um eine umsichtige Fahrweise. Wir bitten Sie deshalb auch nicht nebeneinander in Gruppen auf diesen Straßen zu fahren, sondern hintereinander. Gut für die eigene Sicherheit sind bei Ihrer Radbekleidung Farben, mit der man gut von anderen Verkehrsteilnehmern gesehen wird.

Rücksicht: Das ist nun für uns einer der wichtigsten Punkte. Die Reise ist eine Gemeinschaftsreise. Deshalb, liebe Gäste, bitten wir Sie auf einander Rücksicht zu nehmen. In der Gruppe reisen ist viel interessanter als alleine. Sie haben Zeit für Unterhaltungen und lernen gemeinsam ein fremdes Land kennen. Vor allem bitten wir Sie bezüglich des Tempos, dass wir einen gemeinsamen Nenner finden. Wir möchten die Reise gemeinsam machen und eine „Reisegeschwindigkeit“ fahren, die jeder schafft.

Welche körperlichen Voraussetzungen müssen Sie mitbringen? Sie benötigen normale Kondition und etwas Ausdauer bei unseren Radreisen. Die sportliche Betätigung wird Spaß machen. Jede Reise ist anders. Jeder Tag nimmt einen anderen Verlauf. Unvorhersehbare Faktoren wie Wetter, Temperaturen oder Ihr persönliches Wohlbefinden haben entscheidenden Einfluss. Eine 6-stündige Tour kann durchaus "leicht" sein, wenn keine sehr schwierigen Wege zu befahren und keine größeren Höhenunterschiede zu bewältigen sind. Auch ist eine leichte Radtour auf diesen Reisen nicht mit dem „mal zum Einkaufen fahren“ zu vergleichen. Eine Kategorisierung kann daher nie "objektiv" sein.

Dennoch haben wir die große Bitte an Sie. Seien Sie ehrlich zu sich selbst, wenn Ihr Körper entsprechende Signale sendet. Ab und zu werden Sie gefordert sein. Teilen Sie ihrem Reiseleiter mit, wenn Sie sich unwohl fühlen. Lieber eine Pause mehr als „vom Rad zu fallen“. Das nützt weder Ihnen und Ihrer Gesundheit noch den anderen Teilnehmern.

Diebstahl: Achten Sie auf Ihre Wertsachen. Für die Aufbewahrung von Bargeld, Ausweisen und Geldkarten o.Ä. ist ein Brustbeutel ist am sichersten. Behalten Sie insbesondere bei der Ankunft am Hotel und der Abreise das Gepäck im Blick, sowohl Ihr eigenes als auch das Ihrer Mitreisenden. Es empfiehlt sich – auch gegen einen Verlust durch Verlieren – Kopien der wichtigsten Reisedokumente im Gepäck zu haben. Alternativ lassen sich die Reisedokumente auch mit dem Smartphone fotografieren oder scannen und auf dem Gerät speichern.

Fotografie

Wir möchten Sie bitten, Menschen besonders auch Kinder zurückhaltend und respektvoll oder nur mit deren Einverständnis bzw. der Eltern zu fotografieren.

Ein letzter Hinweis

Jedes Land erfordert vom Reisenden eine gewisse Toleranz und Offenheit, um sich auf Land und Leute und deren Sitten und Gebräuche einzustellen. Jedoch machen genau diese anderen Sitten, Gebräuche und Lebensarten eine Reise ins (nahe oder ferne) Ausland auch so interessant, selbst dann, wenn damit hier und da Komfortminderungen in Kauf genommen werden müssen (Unterbringung, Verpflegung, Wegbeschaffenheit etc.). Daher bedenken Sie bitte: Wir sind stets bemüht, Ihnen auch bei Auslandsreisen einen von Zuhause gewohnten Standard zu bieten, doch trotz aller Bemühungen sind gelegentlich gewisse Abstriche hinzunehmen. So sind je nach Reiseland und Region Art und Umfang des Frühstücks erheblich bescheidener als in Deutschland. Auch wenn es sich um eine Radreise handelt, sollten Sie nicht überall ein umfangreiches "Radlerfrühstück" erwarten (Müsli, Vollkornprodukte o.Ä.). Ebenso ist die Ausstattung der Zimmer (Einrichtung, Einzelzimmergröße, Sanitärausstattung, Doppel- statt Twin-Bett) nicht in jedem Land gleich.

Wir freuen uns auf Ihr Feedback nach der Reise. Senden Sie uns doch eine Kundenmeinung bzw. Kundenrezension per E-Mail oder Brief zu. Sehr gerne veröffentlichen wir auch Ihre Meinung auf unserer Internetseite. Ihr Reiseteam von Launer-Reisen Aktiv.



**Launer.aktiv
reisen**

Wehrlachstr. 5 | D - 73499 Wört | Tel.: 07964 - 92 1000 | Fax: 92 100 90
www.launer-reisen.de | info@launer-reisen.de

Platz für Ihre Notizen

Platz für Ihre Notizen

Platz für Ihre Notizen

The banner features a yellow background with a red border. On the left, there is an illustration of a person riding a bicycle, with a sun and birds above. In the center, the text 'Launer.aktiv reisen' is written in a bold, red, sans-serif font. On the right, there is an illustration of a person skiing, with a sun and mountains above. Below the banner, a dark red bar contains the contact information in white text.

**Launer.aktiv
reisen**

Wehrlachstr. 5 | D - 73499 Wört | Tel.: 07964 - 92 1000 | Fax: 92 100 90
www.launer-reisen.de | info@launer-reisen.de