

Das müssen Sie
erlebt haben.

Jetzt online buchen
und 3% sparen!
www.aida.de/myaida

Tolle Ausflüge voraus!

AIDAaura
Route Nordeuropa 3

Mai–August 2010

Lieber AIDA Gast!

Bald werden Ihre schönsten Urlaubsträume wahr – an Bord von AIDA und bei unvergesslichen Erlebnissen an Land. Ob Sie die Welt lieber ganz entspannt oder sportlich-aktiv entdecken möchten, entscheiden Sie. Neue Kulturen und historische Schätze, traumhafte Landschaften, geheimnisvolle Unterwasserwelten und vieles mehr erwarten Sie!

Während das Schiff im Hafen liegt, möchten wir Ihnen so viel wie möglich zeigen. Unsere sorgfältig organisierten Ausflüge führen Sie zu den beeindruckendsten Sehenswürdigkeiten und schönsten Orten. Mit AIDA lernen Sie Land und Leute auf besonders komfortable und intensive Weise kennen. Unser AIDA Ausflugsteam an Bord berät Sie gern, empfiehlt Ihnen die idealen Touren und bucht für Sie Ihre Wunschausflüge.

Für welchen Sie sich auch entscheiden – Sie brauchen sich um nichts weiter zu kümmern und sind natürlich auch pünktlich wieder zurück an Bord, versprochen.

Sie werden sehen: Schon beim Durchstöbern dieser Broschüre geraten Sie in Urlaubs-laune. Wir wünschen Ihnen viel Spaß bei der Auswahl Ihrer Lieblingsausflüge!

Ihr AIDA Ausflugsteam

+++ UNSER SERVICE FÜR SIE +++

Planen und buchen Sie Ihre AIDA Ausflüge bis 4 Tage vor Reisebeginn auf www.aida.de/myaida

Inhaltsverzeichnis

Wichtige und praktische Hinweise
zu den Landausflügen S. 3
bis S. 7



AIDA Biking Station S. 8



AIDA Golf Station S. 12

Ausflugshäfen

Bergen/Norwegen S. 14

Hellesylt/Geiranger Fjord/Norwegen S. 23

Åndalsnes/Molde/Norwegen S. 32

Trondheim/Norwegen S. 39

Ålesund/Norwegen S. 45

Eidfjord/Norwegen S. 51

Stavanger/Norwegen S. 57

Für Ihre Notizen S. 64

NEU: Unser Farbsystem

Um Ihnen die Auswahl bei den Ausflügen zu erleichtern, haben wir diese in den Titeln mit einer Farbmarkierung versehen:

Städte, Inseln und Natur

Boot und Meer

Sonne, Strand und Schnorcheln

Aktiv, Highlights und Specials

Hinweise für unterwegs

Treffpunkt

Bevor es an Land geht, trifft sich die gesamte Ausflugsgruppe an Bord. Ort und Uhrzeit stehen auf Ihrem Ausflugsticket. Bitte kommen Sie rechtzeitig und melden sich namentlich beim AIDA Scout.

Ausflugsticket

Das Ticket ist Ihre „Eintrittskarte“ für den Ausflug und wird von der Agentur zu Beginn eingesammelt.

Bordkarte

Auch für Ihre Ausflüge gilt: Bitte immer die Bordkarte mitnehmen! Sie ist Ihr Zugangsausweis zum Schiff.

Getränke

Nehmen Sie bitte ausreichend Trinkwasser mit. Bei vielen Ausflügen können Sie sich auch direkt an der Gangway mit Erfrischungsgetränken eindecken.

Sonnenschutz

Zeigen Sie dem Sonnenbrand die kalte Schulter – Sonnencreme, Kopfbedeckung und Sonnenbrille nicht vergessen.

Kleingeld

Etwas Kleingeld dabeizuhaben, ist auf jedem Ausflug hilfreich. An der Rezeption können Sie für die meisten Länder kleinere Bargeldbeträge in Fremdwährung wechseln.

Kleidung

Für Ihren Ausflug empfehlen wir Ihnen bequemes Schuhwerk und funktionelle Kleidung. Achten Sie bitte auf eine dem Kulturkreis des Gastlandes angemessene Bekleidung. So sollten beim Besuch religiöser Stätten generell Knie und Schultern bedeckt sein.

Wertsachen

Gehen Sie auf Nummer sicher und lassen Sie Wertsachen und Schmuck im Kabinensafe an Bord.

Kennzeichnung der Ausflüge

Einige Ausflüge sind mit Symbolen gekennzeichnet. Hier finden Sie ihre Bedeutungen:



Badesachen



festes Schuhwerk



besonders für Familien geeignet

Ausflugsbedingungen

Bitte nehmen Sie sich einen Moment Zeit. Die folgenden Bedingungen und Hinweise helfen Ihnen, Ihre Ausflüge gut informiert und entspannt zu genießen.

Allgemeines

Das Ausflugsprogramm haben wir gemeinsam mit renommierten Agenturen in den Zielgebieten für Sie zusammengestellt. Die Ausflüge werden von uns vermittelt. Die Durchführung liegt in den Händen der örtlichen Agenturen, die als Veranstalter der Ausflüge Ihre Vertragspartner sind. Eine Liste der Ausflugsagenturen ist an Bord einsehbar.

Wenn Sie sich an Bord auf die jeweiligen Häfen einstimmen möchten, stehen Ihnen folgende Möglichkeiten zur Verfügung: Informationsfilme, Videotext im Bord-TV oder über iTV, Aushänge sowie die Ausflugspräsentationen durch die AIDA Scouts.

Buchung der Ausflüge

Ihre gewünschten Ausflüge können Sie bis 4 Tage vor Reisebeginn auf www.aida.de/myaida oder direkt an Bord bei unseren AIDA Scouts buchen, die Sie gern zu den Touren beraten. Die Lage der Ausflug Counter an Bord sowie die Öffnungs- und Buchungsschlusszeiten finden Sie in unserer Bordzeitung AIDA Heute.

Zahlung der Ausflüge

Alle Preise sind in Euro angegeben. Die über www.aida.de/myaida gebuchten Landausflüge zahlen Sie ganz bequem per Kreditkarte. Die Zahlung erfolgt bei Buchung und gewährleistet eine verbindliche Reservierung der gebuchten Leistung. Die an Bord gebuchten Landausflüge werden immer über Ihr Kabinenkonto abgerechnet.

3 % Preisvorteil bei Online-Buchung:

Wenn Sie Ihre Ausflüge vorab auf www.aida.de/myaida buchen, können Sie sich über 3 % Ermäßigung auf den Ausflugspreis freuen!

Rücktritt/Umbuchung von Ausflügen

Stornierungen oder Umbuchungen können über www.aida.de/myaida bis 4 Tage vor Reisebeginn vorgenommen werden. Stornierte Leistungen werden in dem Fall der bei Buchung hinterlegten Kreditkarte gutgeschrieben.

Stornierungen oder Umbuchungen an Bord sind nur bis zu dem in der Bordzeitung kommunizierten jeweiligen Buchungsschluss möglich. Zu diesem Zeitpunkt melden wir unseren örtlichen Partneragenturen die Teilnehmerzahlen, die für die Organisation der Busse und Reiseleiter benötigt werden. Danach haben wir nur noch begrenzt freie Kapazitäten. Bitte berücksichtigen Sie, dass

an Bord stornierte Leistungen ausschließlich über das Kabinenkonto abgerechnet werden, unabhängig davon, ob der Ausflug im Vorwege über www.aida.de/myaida gebucht und per Kreditkarte gezahlt wurde. Die Gutschrift erfolgt über die Bordabrechnung.

Sollten Sie erkranken, können Sie den Ausflug gegen Vorlage eines Attests vom Bordarzt für sich kostenfrei stornieren. Soweit Mitreisende wegen der Betreuung erkrankter Reisetilnehmer die Leistung ebenfalls stornieren müssen, ist auch hier ein Attest des Bordarztes notwendig.

Minimale und maximale Teilnehmerzahlen

Bei einigen Ausflügen ist eine Mindestteilnehmerzahl Voraussetzung. Wir informieren Sie natürlich so früh wie möglich, wenn ein Ausflug mangels ausreichender Teilnehmerzahl storniert werden muss. Außerdem schlagen wir Ihnen gerne Alternativ-Ausflüge vor.

Bei fast allen Ausflügen ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Die Anmeldungen berücksichtigen wir in der Reihenfolge des Eingangs. Bitte haben Sie Verständnis, wenn wir Ihre Anmeldung mangels Vakanz nicht mehr annehmen können, sollten bestimmte Ausflüge ausgebucht sein. Auch hier beraten wir Sie gerne hinsichtlich Alternativen.

Kinderermäßigung

Kinder unter zwei Jahren können kostenlos an den Ausflügen teilnehmen, haben aber keinen Anspruch auf einen Sitzplatz. Die Teilnahme erfolgt in diesen Fällen auf eigene Gefahr und auf Verantwortung der Eltern und Erziehungsbeauftragten. Im Alter von 2–11 Jahren gibt es bei fast allen Ausflügen Kinderermäßigungen. Wenn Sie ein „nein“ beim Kinderpreis lesen, dürfen Kinder aus sicherheitsrelevanten Gründen nicht oder erst ab einem bestimmten Alter teilnehmen.

Leistungen

Führungen, Fahrten und Eintrittsgelder sind bei allen Ausflügen enthalten, sofern nicht anders ausgeschrieben. Die Verpflegung mit Getränken und Speisen wird für die relevanten Ausflüge im Programm ausgewiesen. Um Ihnen möglichst viel Abwechslung zu bieten, geben wir bei Mahlzeiten regionalen Spezialitäten den Vorzug. So lernen Sie Land und Leute am besten kennen. Bitte berücksichtigen Sie, dass die Vielfalt an Speisen und Getränken von dem kulinarischen Angebot an Bord abweichen kann.

Andere Länder, andere Sitten

Jeder Ausflug bietet Ihnen die Chance, andere Kulturen und Menschen aus der Nähe kennen zu lernen. In einigen Ländern ist es üblich, im Rahmen organisierter Ausflüge lokale Märkte oder kunsthandwerkliche Betriebe und Läden zu besuchen. Treten Sie Ihre Reise in fremde Länder unvoreingenommen an und respek-

tieren Sie bitte die Gefühle Ihrer Gastgeber. Dies gilt insbesondere für eine dem Kulturkreis des Gastlandes angemessene Bekleidung.

Reiseleiter und Transportmittel

Wir bemühen uns bei allen Ausflügen um deutschsprachige Reiseleiter, die jedoch in manchen Zielgebieten gar nicht oder nicht ausreichend zur Verfügung stehen. In diesem Fall werden die Ausflüge nach Möglichkeit von AIDA Scouts begleitet. Die Fahrzeuge entsprechen dem jeweiligen Landesstandard. Wir sorgen natürlich dafür, dass Sie es so angenehm wie möglich haben.

Ihre örtlichen Reiseleiter freuen sich immer über Lob und Anregungen – und wenn Sie möchten auch über etwas Trinkgeld.

Klima und Kleidung

Zum Klima informieren Sie sich bitte in den „Daten & Fakten“ zum jeweiligen Hafen. Eine Jacke oder einen Pullover sollten Sie auf jeden Fall im Gepäck haben, da in warmen Gegenden Transportmittel und Gebäude oft klimatisiert sind. Tragen Sie festes und bequemes Schuhwerk mit einer rutschfesten Sohle für Wanderungen, Stadterkundungen und Besichtigung von Ausgrabungsstätten.

Gesundheitshinweise

Für die Ausflugsziele gelten die Gesundheitshinweise und -empfehlungen aus dem aktuellen AIDA Katalog. Unser Tipp: Seien Sie besonders vorsichtig bei Eiswürfeln, Trinkwasser, wärmeempfindlichen Speisen und beim Baden in Binnengewässern.

Gäste mit Handicap

Bitte berücksichtigen Sie, dass nicht alle Ausflüge für Gäste mit eingeschränkter Beweglichkeit, Rollstuhlfahrer oder Gäste mit geistiger Behinderung geeignet sind. Gerne prüfen unsere AIDA Scouts gemeinsam mit Ihnen, welche Ausflüge Ihren Bedürfnissen entsprechen. Bitte setzen Sie sich unbedingt vor Ausflugsbuchung mit den AIDA Scouts in Verbindung. Diese werden Sie beraten und versuchen, vor Ort entsprechende Vorbereitungen treffen zu lassen. Eine bordseitige Unterstützung während der Ausflugsdurchführung kann nicht gewährleistet werden.

Der Natur zuliebe

AIDA setzt sich maßgeblich für den Umwelt- und Artenschutz ein. Bitte verzichten Sie gänzlich auf den Kauf von Korallen, Muscheln, ausgestopften Tieren, Schildkrötenpanzern, Artikeln aus Schlangenhaut oder sonstigen geschützten Tierarten. Die Ein- und Ausfuhr dieser Produkte ist nach dem Washingtoner Artenschutzabkommen verboten. Am Zoll riskieren Sie Beschlagnahmung und hohe Strafen. Ganz selbstverständlich sollte auch sein, dass Abfälle in Müllbehälter gehören bzw. wieder mit an Bord genommen werden.

Leistungsänderungen

Sicherheit und ein reibungsloser Ablauf gehen vor. Deshalb behalten sich die lokalen Veranstalter – Ihre Vertragspartner – vor, Programmpunkte und -zeiten auch ohne Ankündigung zu ändern oder zu ersetzen. Dazu zählt auch, Teilnehmer ohne Erstattung der Kosten sowohl vor Ausflugsbeginn als auch während der Durchführung des Ausflugs auszuschließen, wenn deren Verhalten eine Gefahr für den Teilnehmer selbst darstellt oder die Sicherheit und das Wohlbefinden der Gruppe gefährden könnte.

Für die Durchführung der Ausflüge kann keine Garantie übernommen werden, da kurzfristig auftretende Ereignisse die Sicherheit, die Durchführbarkeit oder die Qualität des Ausflugs beeinflussen können.

Bitte berücksichtigen Sie, dass es sich bei den Angaben zum Programmablauf einer Tour um „circa“ Angaben handelt, die in Abhängigkeit örtlicher Gegebenheiten, saisonaler Besonderheiten und Feiertage sowie der Verkehrssituation im Zielgebiet möglicherweise auch einmal deutlich abweichen können.

Versicherungsschutz

Der Versicherungsschutz der lokalen Agenturen entspricht der örtlichen Gesetzgebung und kann stark schwanken. Buchen Sie daher am besten ein Komfortschutzpaket zum Beispiel aus dem Reisechutzprogramm unseres Versicherungspartners aus dem aktuellen AIDA Katalog. Damit sind Sie jederzeit auf der sicheren Seite.

Handgepäck

Bitte lassen Sie Ihr Handgepäck nicht unbeaufsichtigt.

Alleinreisende Jugendliche

Alleinreisende Jugendliche unter 18 Jahren sind immer willkommen. Alles, was sie für die Buchung eines Ausfluges benötigen, ist das Einverständnis und eine Passkopie des Erziehungsberechtigten. Die örtlichen Veranstalter behalten sich das Recht vor, für die Teilnahme an bestimmten Ausflügen ein Mindestalter vorzuschreiben. Sofern ein solches Mindestalter vorgeschrieben ist, finden Sie einen entsprechenden Hinweis in der Beschreibung des jeweiligen Ausflugs.

Auf zwei Rädern durch die Welt: AIDA Biking Station



Urlaub im Sattel erstklassiger AIDA Tourenfahräder und AIDA Mountainbikes

Wer kann mitfahren?

Jeder ist eingeladen. Ob Hobbyradfahrer oder Profi. Die Anforderungen sind auf allen Touren unterschiedlich. Mit AIDA Biking können Sie auch als Genussradfahrer Städte, Inseln, Land und Leute hautnah erleben und kennenlernen. Probieren Sie es aus!

Unsere Bikingtouren

AIDA Biking kennt keine Grenzen. Und genau das macht unsere Touren so besonders. Ob Sie eine Stadt einmal auf zwei Rädern erfahren oder lieber die Schönheiten der Landschaft genießen wollen: Unsere Bikingtouren bringen Sie überall hin und garantiert zum Staunen. Eins vereint die Gäste und Guides nach der Rückkehr auf AIDA ... das Lächeln auf den Lippen.

AIDA Soft Bikingtour

Wer es etwas gemütlicher mag, ist hier goldrichtig. Im Sattel der AIDA Tourenfahräder bleibt Ihnen ausreichend Zeit, Landschaft und Sehenswürdigkeiten zu studieren. Auf diesen Touren legen Sie etwa 25–35 Kilometer zurück. Zwischenstopps sind am Strand oder in einem Café geplant. (Gesamtdauer: ca. 4 1/2 Stunden)

AIDA Aktiv Bikingtour

Die Tour für Fortgeschrittene. Hier erleben Sie pures Biking Vergnügen. Mit den AIDA Mountainbikes geht es in mittlerem Tempo auch mal über Stock und Stein. Diese Touren sind etwa 40–50 Kilometer lang und machen auch vor dem einen oder anderen Berg nicht Halt. Aber auch Zeit zum Verschnaufen bleibt, am Strand oder im Café. (Gesamtdauer: ca. 4 1/2 Stunden)

AIDA Schnupper Bikingtour

Fangen Sie doch klein an – mit einer halben Soft Bikingtour. Unser Tipp: Buchen Sie die Schnupper Bikingtour in Kombination mit einem anderen Ausflug. So runden Sie einen aktiven Tag ab. (Gesamtdauer: ca. 2 1/2 Stunden)

➔ AIDA Bikingtouren können nur an Bord gebucht werden. Die Buchungszeiten und Infostunden finden Sie in unserer Bordzeitung AIDA Heute.

Die AIDA Biking Crew

Sie haben noch nie auf einem Fahrrad mit 27 Gängen gegessen? Oder fahren zu Hause ein Rad mit Rücktrittbremse? Kein Problem!

Die kompetente AIDA Biking Crew weist Sie ein und nimmt sich Zeit Ihnen Ihr persönliches AIDA Bike zu erklären. Und auch sonst steht Ihnen unser Team jederzeit mit Rat und Tat zur Seite. Schließlich soll jeder die Tour genießen und mit einem guten Gefühl an Bord zurückkehren.

Optimal ausgerüstet

Auf jeder AIDA Bikingtour steht Ihnen folgende hochwertige Ausrüstung zur Verfügung:

- AIDA Mountainbike
- AIDA Tourenfahrrad
- Fahrradhelm
- Rucksack
- AIDA Trinkflasche mit Energy Pulver gefüllt
- Fitness Riegel
- auf Wunsch SPD-Pedale

Ihr AIDA Bike für zu Hause

Wenn Sie gar nicht mehr aus dem Sattel steigen möchten, können Sie das original AIDA Bike auch kaufen. Ihre AIDA Biking Crew an Bord berät Sie gern.

Mehr Informationen zu AIDA Biking finden Sie im Internet auf: www.aida.de/biking

Willkommen in einer neuen Welt: AIDA Tauchbasis



Für jeden AIDA Gast unvergesslich schön

Erleben Sie mit AIDA unvergessliche Schnorchel- und Tauchausflüge an einigen der schönsten Tauchspots der Welt. Auf jedem unserer Schiffe gibt es eine AIDA Tauchbasis, die je nach Zielgebiet geöffnet ist. Ob neugieriger Einsteiger oder erfahrener Taucher – vom Schnorchelausflug über professionelle Tauchkurse bis zum Tauchgang für brevetierte Taucher haben wir für jeden Gast das passende Angebot. Die AIDA Taucher Crew freut sich darauf, Sie in die geheimnisvolle Unterwasserwelt zu begleiten.

Ihre Sicherheit hat höchste Priorität

Wir arbeiten ausschließlich mit lokalen Tauchschiulen zusammen, die alle Reviere wie ihre Westentasche kennen. Jeder Tauchgang wird von AIDA Tauchlehrern geführt. Natürlich können Sie sich auch zum international anerkannten Sporttaucher brevetieren lassen. Kinder ab 12 Jahren sind herzlich willkommen.

Keine Schnorchelausrüstung dabei?

Hochwertige und desinfizierte Schnorchel-Leihausrüstungen stehen in allen Größen für Sie bereit. Sie können die Ausrüstung entweder

für 8 Euro pro Tag ausleihen oder die Maske plus Schnorchel zum Vorzugspreis kaufen.

– Unsere Angebote für einen perfekten Tauchurlaub –

Folgende Angebote können Sie bis 4 Tage vor Reisebeginn auf www.aida.de/myaida oder direkt an Bord buchen. Die Buchungszeiten und Infostunden an Bord finden Sie in der täglichen Bordzeitung AIDA Heute.

1. SCUBAPRO Test Center

Zertifizierte Taucher, die an einem organisierten Tauchausflug teilnehmen, können während des Ausflugs folgende Tauchcomputer und Lungenautomaten kostenlos testen (1x pro Produkt):

- UWATEC Galileo Sol und UWATEC Galileo Luna
- SCUBAPRO: MK25/A700, MK17/S600, MK17/G250

Das gewünschte Gerät erhalten Sie nach Absprache mit dem Team der AIDA Tauchbasis. Sie können die Produkte auch direkt an Bord zum Vorzugspreis kaufen.

2. Tauchpakete für brevetierte Taucher

- Einzeltauchausflug mit 2 Tauchgängen (TG): ab 99,95 Euro
- Paket mit 2 Tauchausflügen (pro Ausflug 2 TG): 190 Euro
- Paket mit 3 Tauchausflügen (pro Ausflug 2 TG): 255 Euro
- Paket mit 4 Tauchausflügen (pro Ausflug 2 TG): 340 Euro

Die Pakete können aus den Tauchausflügen für 99,95 Euro zusammengestellt werden.

Voraussetzung für die Teilnahme:

- Mindestalter 12 Jahre
- Nachweis einer international anerkannten Tauchlizenz und des Logbuchs (mind. SSI bzw. PADI OWD, CMAS Bronze 1* oder äquivalent)
- Ausfüllen des medizinischen Fragebogens (erhältlich an Bord und auf www.aida.de/tauchen)
- bei gesundheitlichen Einschränkungen ärztlich attestierte Tauchtauglichkeit, die bei Gästen bis 40 Jahre nicht älter als 2 Jahre und darüber hinaus nicht älter als 1 Jahr sein darf
- Tauchsportversicherung für die Dauer der Reise

Leistungen:

- ausführliches Briefing zu den Tauchgängen in deutscher Sprache
- dem jeweiligen Level angepasste und geführte Tauchausflüge in kleinen Gruppen

- hochwertige Leihhausrüstung der Marke SCUBAPRO inklusive eines Tauchcomputers
- Pflege der Ausrüstung durch AIDA Tauchlehrer

Als kleines Extra erhalten Sie bei Buchung eines Tauchausflugs einen Gutschein für einmal freien Eintritt in ein **Monte Mare Freizeitbad & Saunaparadies**. In Rheinbach, einem von acht Standorten bundesweit (+ Österreich), können Sie beim Indoor-Tauchen im zehn Meter tiefen Tauchbecken durch Grottenlandschaften und Röhrensysteme tauchen. Mehr Informationen finden Sie auf www.monte-mare.de



3. Tauchkurse für Anfänger und Fortgeschrittene

• Schnuppertauchen im Meer

(Tauchgang ohne Tauchschein ab 89,95 Euro p. P.)

Erleben Sie die atemberaubende Vielfalt der Unterwasserwelt – ganz ohne Vorkenntnisse.

Voraussetzung für die Teilnahme:

- Mindestalter 12 Jahre (in ausgewählten Destinationen bereits ab 10 Jahren)
- Ausfüllen des medizinischen Fragebogens (erhältlich an Bord und auf www.aida.de/tauchen)
- Tauchsportversicherung für die Dauer der Reise

Leistungen:

- ausführliches Briefing zum Tauchgang
- Einweisung im Pool bzw. poolähnlichem Freiwasser
- 30 min Tauchgang im Meer mit vollständiger Tauchausrüstung in einer maximalen Tiefe von 8 Metern (jedoch nicht tiefer, als Sie selber möchten)

• SSI SCUBA DIVER

(International anerkannte Tauchlizenz für 295 Euro p. P.)

Nach erfolgreichem Abschluss erhalten Sie eine Lizenz, mit der Sie an geführten Tauchausflügen (durch einen Dive Leader) bis zu einer Tiefe von 12 Metern teilnehmen können. Eine Anrechnung des Kurses auf den darauf folgenden SSI OPEN WATER DIVER Kurs ist zu jeder Zeit möglich.

Voraussetzung für die Teilnahme:

- Mindestalter 12 Jahre
- ärztlich attestierte Tauchtauglichkeit (bei Gästen bis 40 Jahren nicht älter als 2 Jahre und darüber hinaus nicht älter als 1 Jahr)
- Tauchsportversicherung für die Dauer der Reise

Leistungen:

- vollständiges Lehrmaterial
- vollständige Leihtauchausrüstung
- 2 Pooleinheiten
- 1 Tauchausflug im Meer mit 2 Tauchgängen
- Brevetierung und Lizenzgebühren

• SSI OPEN WATER DIVER

(International anerkannter Tauchkurs für 495 Euro p. P.)

Nach erfolgreichem Abschluss erhalten Sie eine Lizenz, die Ihnen weltweit die Möglichkeit gibt, ohne Tauchlehrer zu tauchen.

Voraussetzung für die Teilnahme:

- Mindestalter 12 Jahre
- ärztlich attestierte Tauchtauglichkeit (bei Gästen bis 40 Jahren nicht älter als 2 Jahre und darüber hinaus nicht älter als 1 Jahr)
- Tauchsportversicherung für die Dauer der Reise

Leistungen:

- vollständiges Lehrmaterial
- vollständige Leihtauchausrüstung
- 1 Pooleinheit
- 2 Tauchausflüge im Meer mit jeweils 2 Tauchgängen
- Brevetierung und Lizenzgebühren

Um die Urlaubszeit an Bord optimal auszunutzen, können Sie jetzt schon vor Ihrer Reise per **Online-Training** den theoretischen Teil der Ausbildung zum SSI SCUBA DIVER sowie zum SSI OPEN WATER DIVER absolvieren. Ausführliche Informationen rund um das Online-Training und unser Tauchprogramm erhalten Sie auf www.aida.de/tauchen oder schreiben Sie eine E-Mail an: tauchen@aida.de

Wichtiger Hinweis

Bei ungünstigen Wetter- und Wellenverhältnissen kann es aus Sicherheitsgründen zu Verschiebungen, Programmänderungen und ggf. einer Absage von Tauchausflügen kommen.

Vom Blau auf See direkt aufs Grün:
AIDA Golf Station



Golfen für Könner

AIDA bringt Sie richtig in Schwung. Nutzen Sie die vielen Möglichkeiten an Bord. Verfeinern Sie Ihr kurzes Spiel auf dem Putting Green oder verabreden Sie sich zu einer Runde am Golf-Simulator (auf AIDAaura, AIDAcara, AIDAdiva und AIDAvita). Trainieren Sie Ihren Abschlag im Outdoor-Driving-Cage an frischer Seeluft

(auf AIDAbella, AIDA luna und AIDAblu). Leihschläger werden Ihnen für die Übungen an Bord kostenfrei zur Verfügung gestellt. Ihr AIDA Golf-Lehrer empfängt Sie zu den Schalteröffnungszeiten an der Golf Station.

Unsere Golfplätze

An Land erwarten Sie die schönsten internationalen Golfplätze – alle traumhaft gelegen und jeder einzigartig. Unternehmen Sie gemeinsam mit dem AIDA Golf-Lehrer an Land Ihre eigene Golftour. Leihschläger sind bei allen Ausflügen inklusive, ebenso wie der Transfer und die Organisation der Tee-Times.

Die Golfausflüge

Auf allen AIDA Schiffen haben golfbegeisterte Gäste die Möglichkeit, Landausflüge zu landschaftlich schönen, abwechslungsreichen und anspruchsvollen Golfplätzen zu buchen. Hier können Sie bei einer Golfrunde ganz nach Wunsch spielen oder bei einem zweistündigen Schnupperkurs mit dem AIDA Golf-Lehrer trainieren. Je nach Route bieten wir Golfpakete, Golf- und Schnuppergolfausflüge an. Unser AIDA Golf-Lehrer berät Sie gerne am Golf Counter. Schönes Spiel!

Golfen für Anfänger

Auch wenn Sie bisher noch nie einen Golfschläger in den Händen hatten, können Sie Ihr grünes Urlaubswunder erleben. Auf AIDAaura, AIDAcara, AIDAdiva und AIDAvita haben Sie beste Einstiegsmöglichkeiten. Üben Sie die ersten Einheiten in Einzelstunden mit den Golf-Lehrern an Bord, am Golf-Simulator oder auf dem Indoor Putting Green. Ihre Kenntnisse können Sie dann gleich bei einem Landausflug zu den Übungsanlagen unserer Partnerclubs anwenden. Buchen Sie auf Ihrer AIDA Reise einen Schnuppergolfausflug und entdecken Sie die Welt des Golfsports (auf allen AIDA Schiffen möglich).

Unsere Leistungen

Alle AIDA Schnuppergolfausflüge beinhalten die Gebühren für den Golfplatz, Rangebälle & Rangefee, Transfers zum Golfclub und zurück, Betreuung durch unseren AIDA Golf-Lehrer sowie Leihschläger für rechts- und linkshändige Damen, Herren und Kinder.

Hinweise

Aufgrund saisonaler Schwankungen kann es gelegentlich passieren, dass sich Golfausflüge verschieben oder in einem anderen Club stattfinden. Ermäßigungen für Kinder und Jugendliche variieren von Golfplatz zu Golfplatz. Feste Altersgrenzen gibt es nicht.

Mehr Informationen finden Sie im Internet auf: www.aida.de/golf
Oder schreiben Sie eine E-Mail an: golf@aida.de



BERGEN/NORWEGEN

Norwegen gibt sich hier ganz hanseatisch

Bergen ist heute immer noch hanseatischer als man denkt. Nach der Verleihung der Stadtrechte im Jahre 1070 durch Bischof Olav Kyrre wurde Bergen bereits 1217 von König Håkon IV. zum Regierungssitz Norwegens erklärt. Aber schon Anfang des 13. Jahrhunderts kam die erste wirtschaftliche Flaute. Innerhalb kürzester Zeit befand sich Bergen in einer bitteren Hungersnot. Doch zum Glück ließ sich die Hansestadt Lübeck nicht lange bitten. Sämtlicher von der Hanse gefangener Fisch wurde fortan nach Bergen gebracht und hier gesalzen und getrocknet. Danach wurde er mit den dickbauchigen Koggen der Hanse ins Ausland gebracht. Im Gegenzug erhielt Bergen Getreide, Waffen, Tuch und Salz. Die Stadt im Norden entwickelte sich innerhalb kürzester Zeit neben London, Brügge und Nowgorod zu einem der wichtigsten Umschlagsplätze des Kaufmannsbundes. Ein gelungener „Deal“ für alle Beteiligten also? Eigentlich schon, wenn nicht den Bergener Bürgern das einnehmende Wesen der Hanseaten zu schaffen gemacht hätte. Bereits um 1400 hatten die Deutschen über 300 Handelshäuser in ihren Besitz gebracht. Die Norweger reagierten schließlich und kauften der Hanse bis 1766 jedes einzelne Gebäude ab. Geblieben aber sind die historischen Zeugnisse dieser einst glorreichen Verbindung mit dem norddeutschen Städtebund. Und wo könnten Sie diese besser sehen als in dem von der UNESCO unter Schutz gestellten Ortsteil **Bryggen**, früher auch „Tyskebryggen“ (deutscher Anleger) genannt. Die spitzgiebeligen Handelshäuser waren zum Be- und Entladen der Schiffe direkt ans Hafengebiet gebaut worden. Heute befinden sich in den hohen und schmalen Gebäuden Boutiquen, Antiquitäten- und Souvenirgeschäfte sowie Restaurants. Auf dem nahe gelegenen **Fischmarkt** gibt es neben Blumen und Obst vor allem die Fischdelikatessen des Landes zu

kaufen. Probieren geht über Fotografieren! Die im 12. Jahrhundert im romanisch-gotischen Stil errichtete **Marienkirche** (Mariakirken) ist das älteste Steingebäude Bergens. Die überladene Barock-Kanzel von 1676 und der aus dem 15. Jahrhundert stammende Flügelaltar zeugen vom einstigen Reichtum der Hanse. Gleich nebenan befinden sich die **Gildenhallen** (Schøtstuene) des Kaufmannsbundes, in denen nicht nur gemeinsam gegessen, sondern auch Gericht gehalten wurde. Den wohl besten Einblick in das tägliche Leben von einst gewinnen Sie im **Hanseatischen Museum**, das sich in einem der gut erhaltenen Holzhäuser befindet. Hier sind Einrichtungsgegenstände, Hausgeräte, Ausrüstung, Waffen und vieles mehr ausgestellt.

Edvard Grieg, Norwegens bekanntester Komponist, wurde 1843 in Bergen geboren und lebte mit seiner Frau 22 Jahre lang im zehn Kilometer entfernten **Troldhaugen**. Die 1885 gebaute Villa – heute ein Museum – mit der Aussicht auf den verträumten Nordås-See blieb in ihrem viktorianischen Stil unverändert erhalten. Im Haus sind viele Erinnerungsstücke zu sehen, so auch der Lehnssessel und das Klavier des Meisters. Bei einem kleinen **Konzert** im Trollsaal können Sie Griegs Musik lauschen.

Die 1150 erbaute **Fantoft-Stabkirche** stammt ursprünglich aus Fortun in Sogn og Fjordane. 1884 kaufte ein reicher Bergener die Kirche, zerlegte die Konstruktion, die übrigens nicht ein Nagel



zusammen hielt, und baute sie bei **Fjøsanger** wieder auf. 1992 fiel die Kirche einem Brandanschlag zum Opfer, wurde aber rekonstruiert. Wenn Sie sich intensiver mit der historischen Architektur der Stadt beschäftigen möchten, sollten Sie sich das **Freilichtmuseum Alt Bergen** anschauen. Die aus der gesamten Stadt zusammen getragenen Holzbauten sind hier zu Ensembles zusammengestellt worden, durch die idyllische Gassen führen.

Die faszinierende Naturlandschaft Westnorwegens erleben Sie am besten auf der **Fahrt zum Hardangerfjord**. Zunächst geht es entlang der wichtigsten Sehenswürdigkeiten von Bergen in Richtung des nahen Vorgebirges. Unterwegs kommen Sie an den Ruinen des aus dem 12. Jahrhundert stammenden **Lyseklosters** vorbei. Schließlich wird von der Fährstation Hatvik aus der **Samnangerfjord** überquert. Bei der Weiterfahrt entlang des 179 Kilometer langen Ufers des Hardangerfjords fällt Ihr Blick auf eine ausgesprochen liebliche Landschaft mit Obstgärten, Almen und kleinen Dörfern. Wenn dann noch Norwegens drittgrößter **Gletscher Folgefonn** seine Kuppe zeigt, ist keine Kamera mehr zu halten. Der idyllisch gelegene Ort **Norheimsund** lädt zur Mittagsrast und zum Spaziergang ein, bevor Sie am mächtigen **Wasserfall Steindalsfossen** wieder die pure Natur gefangen nimmt. Die zunehmende Höhe verrät bereits, dass Sie auf dem Weg zum **Ski-Eldorado Kvamskogen** sind. Hier stehen den Bergener Brettl-Fans 1.800 Hütten zur Verfügung. Über die Passhöhe von Gullbotn erreichen Sie schließlich den **Sørfjord** mit traumhafter Aussicht auf die Insel Osterøy. Entspannung und eine Menge schöner Ausblicke verspricht eine **Bootsfahrt** durch die vorgelagerte Inselwelt bis hin zum **Lysefjord**.

Eine Alternative für Aktive ist die **Wanderung** auf einer der sieben Erhebungen rund um Bergen. Die Talstation der **Fløy-Bahn** befindet sich nur wenige Minuten vom Hafen, mit ihr sind Sie ruckzuck auf dem **300 Meter hohen Berg Fløyen**. Nachdem Sie die Aussicht auf die Stadt, die Inselwelt und das Meer ausgiebig genossen haben, geht es zu Fuß auf gepflegten Waldpfaden bergab. Tief einatmen, bitte!

Wenn Sie sich einen kurzen, aber intensiven „Über-Blick“ vom Hardangerfjord, dem König der Fjorde, verschaffen möchten, sind Sie an Bord eines **Wasserflugzeugs** mit Sicherheit bestens aufgehoben. Beim **Rundflug** liegen Ihnen nicht nur die Stadt Bergen und die vorgelagerten Inseln und Schären zu Füßen, auch der imposante Folgefonn-Gletscher scheint plötzlich zum Greifen nah. Nach dem Flug haben Sie übrigens noch genügend Zeit, sich Bergen in Ruhe vom Boden aus anzuschauen ...

Daten & Fakten

Größe: Norwegen hat eine Gesamtfläche von 323.895 km². Das Land ist 1.753 km lang, misst aber an der breitesten Stelle nur 400 km. Norwegen ist das am dünnsten besiedelte Land Europas, die Bevölkerungszahl beträgt 4,35 Millionen. Bergen, die ehemalige Hauptstadt Norwegens, ist heute zweitgrößte Stadt des Landes mit 240.000 Einwohnern.

Klima: Das Klima ist gemäßigter als die nördliche Lage eigentlich vermuten lässt. Der Nordatlantikstrom hält das Eis von der Küste fern und sorgt im Winter für höhere Temperaturen. Die südwestlichen Winde bringen viel Feuchtigkeit aus dem Ozean. Bergen an der Westküste hat eine Durchschnittstemperatur von 1,7 °C im Januar und 16,1 °C im Juli.

Politik: Konstitutionelle Monarchie mit direkter männlicher Erbfolge. Laut Verfassung liegt die Legislative beim Parlament, das alle vier Jahre gewählt wird.

Sprache: Norwegisch

Währung: 1 Norwegische Krone (Nkr) unterteilt sich in 100 Öre, 100 Nkr entsprechen ca. 12 Euro.

Hinweis: Bitte beachten Sie, dass die Ausflüge von uns lediglich vermittelt werden. Die Durchführung liegt in den Händen der örtlichen Agenturen. Diese sind als Veranstalter der Ausflüge Ihre Vertragspartner. Eine Liste der Ausflugsagenturen ist an Bord einsehbar.

Fantoft-Stabkirche & Edvard Grieg (mit Konzert)



BER 08

Stationen: ca. 45 min Fahrt vorbei an den wichtigsten Sehenswürdigkeiten wie Bryggen und Fischmarkt nach Troidhaugen; ca. 1 h 30 Besuch von Edvard Griegs Haus und Garten mit exklusivem Klavierkonzert im Trollsmaal; Weiterfahrt zur Fantoft-Stabkirche; nach der Besichtigung ca. 45 min zurück zum Schiff

Erwachsene: 52,50 Euro

Kinder: 37,95 Euro

Dauer: ca. 4 h

Unterwegs mit: Bus, zu Fuß

Mahlzeiten/Getränke: keine

Hinweise: ca. 10 min Spaziergang auf unebenen Wegen zu Griegs Haus, ca. 10 min Waldweg zur Stabkirche

Fantoft-Stabkirche & Alt Bergen



BER 01

Stationen: ca. 45 min Busfahrt durch das alte und neue Bergen vorbei am belebten Fischmarkt zur Fantoft-Stabkirche; nach der Besichtigung Weiterfahrt zum Freilichtmuseum Alt Bergen mit historischen Holzhäusern und original erhaltenen Inneneinrichtungen, ca. 50 min Besuch der pittoresken Anlage; ca. 20 min Rückfahrt zum Schiff

Erwachsene: 45,50 Euro

Kinder: 32,50 Euro

Dauer: ca. 3 h 30

Unterwegs mit: Bus, zu Fuß

Mahlzeiten/Getränke: keine

Hinweise: ca. 10 min Waldweg zur Stabkirche, im Freilichtmuseum unebene Wege und Stufen

Hardangerfjord: Natur pur



BER 02

Stationen: kurze Stadtrundfahrt vorbei an Haakonshallen, dem Rosenkrantz-Turm und dem belebten Fischmarkt; von Hatvik aus per Fähre über den Samnangerfjord; ca. 1 h 30 Landschaftsfahrt am Hardangerfjord vor der Kulisse des Folgefonn-Gletschers entlang; Mittagessen in Öystese; ca. 30 min Freizeit für einen Spaziergang durch den hübschen Ort am Ufer des Fjords; kurze Fahrt zum mächtigen Steindalsfossen-Wasserfall, Fotostopp; durch die Tokagjelet-Schlucht nach Kvamskogen, dem Ski-Eldorado der Bergener; Rückfahrt nach Bergen entlang des Sørfjords

Erwachsene: 108 Euro

Kinder: 75,50 Euro

Dauer: ca. 8 h

Unterwegs mit: Bus, Fähre, zu Fuß

Mahlzeiten/Getränke: norwegisches Mittagsbuffet, Getränke
Hinweise: insgesamt ca. 6 h Busfahrt durch wunderschöne Landschaft

Bryggen-Spaziergang: Auf den Spuren der Hanse



BER 03

Stationen: ca. 20 min Fußweg zu den ehemaligen Gildenhallen der Hanseaten (Schøtstuene), ca. 30 min Besuch; anschließend ca. 30 min Spaziergang zum Hanseatischen Museum; nach ca. 30 min Besichtigung gemeinsam zum nahe gelegenen Fischmarkt; Freizeit

Erwachsene: 37,95 Euro

Kinder: 27,95 Euro

Dauer: ca. 2 h

Unterwegs mit: zu Fuß

Mahlzeiten/Getränke: keine

Hinweise: Tour endet am letzten Besichtigungspunkt, individuelle Rückkehr zum Schiff

Wanderung auf dem Berg Floyen



BER 04

Stationen: ca. 20 min Spaziergang zur Talstation der Fløy-Bahn; kurze Fahrt mit der Standseilbahn auf 302 m Höhe; wunderbare Aussicht auf die Stadt und die Umgebung; ca. 1 h 45 Wanderung auf schönen Wegen durch wohlthuende Natur und gepflegte Wohngebiete hinab zur Bahnstation; zu Fuß zurück zum Schiff

Erwachsene: 39,95 Euro

Kinder: 27,95 Euro

Dauer: ca. 3 h

Unterwegs mit: zu Fuß, Standseilbahn

Mahlzeiten/Getränke: keine

Hinweise: gute Kondition erforderlich, wetterfeste Bekleidung

Weitere Ausflüge finden Sie auf den nächsten Seiten!

Panoramafahrt

BER 05

Stationen: ca. 2 h Rundfahrt durch das alte und neue Bergen, vorbei an typischen Holzhäusern, der Marienkirche und dem belebten Fischmarkt; unterwegs schöne Ausblicke auf die vorgelegerte Inselwelt und die beiden großen Hafenbecken; weiter durch das Zentrum und an der königlichen Residenz entlang zum Aussichtspunkt Natlandsberg; Rückfahrt zum Schiff an Bryggen und dem Hanseatischen Viertel vorbei

Erwachsene: 37,95 Euro Kinder: 27,95 Euro
 Dauer: ca. 2 h
 Unterwegs mit: Bus
 Mahlzeiten/Getränke: keine

Rundflug über Bergen & Fjorde

BER 06

Stationen: kurzer Bustransfer zum Startplatz des Wasserflugzeuges; ca. 45 min Flug über die Stadt, die vorgelagerten Inseln und den Hardangerfjord; Rückfahrt zum Schiff

Erwachsene: 239 Euro Kinder: 239 Euro
 Dauer: ca. 1 h
 Unterwegs mit: Bus, Wasserflugzeug
 Mahlzeiten/Getränke: keine
 Hinweise: Durchführung wetterabhängig

Bergen & Umgebung mit Boot und Bus  BER 07

Stationen: ca. 1 h 40 per Boot vorbei an zahlreichen Inseln und Holmen bis zum Lysefjord; ca. 1 h Busfahrt durch schöne Landschaft und Vororte zurück nach Bergen; ca. 30 min geführter Spaziergang durch den Stadtteil Bryggen mit seinen engen Gassen und den alten hanseatischen Kaufmannshäusern, ca. 5 min per Bus zurück zum Schiff

Erwachsene: 65,50 Euro Kinder: 45,50 Euro
 Dauer: ca. 3 h 30
 Unterwegs mit: Bus, Boot, zu Fuß
 Mahlzeiten/Getränke: keine



Fahrradtouren

Per Bike durch das Tor zum Norden

BER B01

Stationen: Stadtrundfahrt vorbei an der Domkirche, Grieghallen und der Universität; weiter zum Naturhistorischen Museum, zur Johanneskirche und zum Aquarium; Café-Stopp und Freizeit am Fischmarkt; weiter zu den Bryggen; Fotostopp am Freilichtmuseum; am Ufer zurück zum Hafen

Erwachsene: 49,95 Euro Kinder: nein
 Dauer: ca. 4 h Länge: ca. 20 km
 Typ: Soft Bikingtour
 Mahlzeiten/Getränke: AIDA Trinkflasche, Energy Pulver, Fitness Riegel



Per Bike auf das Dach der Stadt

BER B02

Stationen: vom Hafen aus an der Talstation der Fløy-Bahn vorbei; über Serpentina zur Bergstation Fløyen; Abfahrt zurück in die Stadt; vorbei am Rathaus, Grieghallen und Aquarium; Stopp am Fischmarkt; weiter zu den Bryggen; über die Marienkirche, Rosenkrantz-Turm und Haakonshallen zurück zum Schiff

Erwachsene: 49,95 Euro Kinder: nein
 Dauer: ca. 4 h Länge: ca. 28 km
 Typ: Aktiv Bikingtour
 Mahlzeiten/Getränke: AIDA Trinkflasche, Energy Pulver, Fitness Riegel



Bergen am Nachmittag

BER B03

Stationen: Stadtrundfahrt vorbei an Bryggen, Rosenkrantz-Turm und Bergenhus; weiter zum Aquarium, zur Johanneskirche und Universität; entlang des Stadtparks und dem Lilli-Lungegard-See zurück in die Innenstadt; Stopp am Fischmarkt; Rückfahrt zum Schiff

Erwachsene: 34,50 Euro Kinder: nein
 Dauer: ca. 2 h 30 Länge: ca. 14 km
 Typ: Schnupper Bikingtour
 Mahlzeiten/Getränke: AIDA Trinkflasche, Energy Pulver, Fitness Riegel





Golfausflüge

Meland Golfklubb

BER G01

Beschreibung: 18-Loch Golf Course nördlich von Bergen; gelegen in traumhafter Fjordlandschaft in der Nähe des Herdla fjords (ca. 45 min von Bergen); entworfen von Robert Hunt; gilt als einer der besten Golfplätze Europas; umgeben von Wäldern, Meer und Bergen wird neben der spielerischen Herausforderung auch eine prachtvolle Aussicht geboten

Erwachsene: 145 Euro

Kinder: 119 Euro

Dauer: ca. 6 h 30

Handicap: 36

Hinweise: keine Hardspikes; Dress Code:

Kragenshirt und Knie bedeckende Hosen,
an Wochenenden zzgl. 10 Euro

Leistungen: Transfer zum Golfclub und zurück, Greenfee, Leihschläger (Komplett-/Halbsatz), Betreuung durch den AIDA Golf-Lehrer



Für Einsteiger: Schnuppergolfen

BER G02

Beschreibung: erstes Golfplatzfeeling bei einem zweistündigen Schnuppergolfkurs mit dem AIDA Golf-Lehrer; kurze Theorie-Runde; danach Einweisung in den Golfschwung im kurzen und langen Spiel auf der Driving Range und den Übungseinrichtungen, nach dem Unterricht Freizeit zum Üben auf der Range oder Entspannen im Clubhaus; ideal für Neulinge und Anfänger; Hin- und Rücktransfer zusammen mit dem Ausflug BER G01

Erwachsene: 85,50 Euro

Kinder: 85,50 Euro

Dauer: ca. 6 h 30

Hinweise: Dress Code:

Kragenshirt und Knie bedeckende Hosen

Leistungen: Transfer zum Golfclub und zurück, Fee für Driving Range, Übungsanlagen und Bälle, Leihschläger (Komplettsatz oder Halbsatz), Betreuung durch den AIDA Golf-Lehrer



HELLESYLT/GEIRANGER FJORD/NORWEGEN

Norwegens mächtiges Naturschauspiel

Wer diesen Teil der Erde gestaltet hat, war ein Dichter. Oder ein Maler. Oder ein Philosoph. Oder alles zusammen. Die Landschaft gebietet Ehrfurcht. Ihr Anblick macht uns klitzeklein. Und doch geht von diesem Ort unbeschreiblicher Schönheit ein Zauber aus. Urtümliche Gewalt senkrecht aufragender Felswände. Tausende Wasserfälle in allen Regenbogenfarben. Steile Berge mit eiskalten Gletschern. Dichtes, sattes Grün, das man anfassen möchte. Dies ist die Komposition eines der mächtigsten Naturschauspiele Norwegens. Und der Titel dieses Stücks in zwei Akten lautet: „Nervenkitzel am Geiranger Fjord“.

1. Akt: Hellesylt

(Alle Touren, die hier starten, enden später im Städtchen Geiranger. Von dort können Sie dann auf der Rückfahrt die imponierende Fjord-Durchfahrt genießen. Sozusagen das Sahnehäubchen auf dem Tag.)

Das liebeliche Dörfchen **Hellesylt** liegt direkt am Eingang zum Geiranger Fjord. Unter der 1.141 Meter hohen Felswand Bjørnstigfjellet quetschen sich die Häuser des Ortes in den schmalen Ufersaum zwischen Bergen und Meer. Mitten im Zentrum stürzt der Fluss Langedalselva zu Tal und bildet einen breiten Wasserfall. Auf der **Überlandfahrt** nach **Geiranger** kommen Sie am **Örtchen Stryn** mit dem gleichnamigen **Fluss** vorbei. Die kleine Gemeinde entfaltet im Sommer ein fast südländisches Flair. Von hier aus ist es nicht weit bis zum **Jostedalbreen-Nationalpark**. Er umfasst auf seinen 487 Quadratkilometern den größten **Eisgletscher** des europäischen Festlands. Interessant ist die **naturlkundliche Ausstellung** zum launenhaften Gletscher im gleichnamigen **Nationalparkzentrum**. Über 19 Haarnadelkurven geht es den Berg hinauf zum **Tystigengletscher** mit seiner Ski-

schule, die auch im Sommer Hochbetrieb hat. Von hier aus führt der fünf Kilometer lange Nibbeveien, eine Maut pflichtige Straße, steil bergauf zum 1.500 Meter hohen **Berg Dalsnibba**. Der kurvenreiche Weg wird mit einem unvergleichbaren Blick auf den tief unten liegenden **Geiranger Fjord** belohnt. Ein einmaliges Panorama mit Gletschern, Seen und teils fast senkrechten Felswänden, die sich aus dem Fjord erheben und in Berge übergehen.



Wenn Sie die Natur lieber erwandern möchten, können Sie sich von **Vollset** aus auf den Weg durchs **Flo-Gebirge** begeben. Der **Wanderpfad** führt zunächst durch Moorlandschaft, dann erwarten den Naturliebhaber bizarre Granitformationen, fischreiche Gebirgsseen und die üppige Flora der norwegischen Bergwelt hoch über dem Fjord. Nahe dem höchsten Punkt der Strecke auf etwa 700 Metern haben Sie die Möglichkeit zur Rast in einer gemütlichen **Berghütte**. Von hier ist es dann nicht weit bergab zum malerischen Ort Flo, von wo aus der Bus um den idyllischen **Strynsee** herum das Zentrum des **Jostedalsgletscher-Nationalparks** ansteuert. Alternativ können Sie auch dem **Briksdalsgletscher** einen Besuch abstatten. Der Briksdalsbreen im **Oldental** ist der bekannteste westliche Ausläufer des Jostedalsgletscher, der wunderschön zwischen brausenden Wasserfällen und hohen Gebirgsgipfeln eingebettet liegt. Die Gletscherzunge hat sich in den Jahren 1992–1998 ganze 322 Meter weiter ins Tal vorgeschoben, das sind 18 Zentimeter pro Tag. An

der Briksdalsbre Fjellstove endet die Teerstraße, dann geht es auf unbefestigten Wegen noch weiter hinauf. Der Aufstieg lohnt allemal, spätestens beim Anblick des mächtigen Gletschers.

2. Akt: Geiranger

Das Schiff fährt inzwischen weiter in den S-förmig gewundenen **Geiranger Fjord** hinein. An den Seitenwänden steigen die Berge steil bis auf teilweise 1.000 Meter an. Von schmalen Rinnsalen bis zu breiten Strömen stürzen Wasserfälle die Gefällstufen herab. Der 300-Seelen-Ort **Geiranger** am Ende des Fjords ist einer der Hauptanziehungspunkte Norwegens. Der lieblich grüne Talflecken bildet einen interessanten Kontrast zu den steilen, imposanten Felsen rundum. Ursprüngliche Holzvillen ducken sich an der Passstraße in den Hang. Die 1885 angelegte Straße führt von Geiranger durch das **grüne Flydal** aufwärts – 20 Serpentinaugen später sind Sie oben: auf dem **Berg Dalsnibba**. Unterwegs passieren Sie den imposanten **Wasserfall Storfossvassfall**, mit 30 Metern Fallhöhe der größte im Geirangertal. Wenn Sie ein Postkartenmotiv von Geiranger suchen, dann ist der **Aussichtspunkt Flydalsjuvet** mit dem weit reichenden Blick über Ort und Fjord der beste Platz dafür. Nordwestlich von Geiranger gibt es eine weitere Passstraße mit elf Serpentinaugen oder **Adlerkehren** genannt. Sie überwindet einen Höhenunterschied von genau 624 Metern und ist ganzjährig befahrbar. Auf der **Geirangerstraße** durch die Höhenzüge der Wasserscheide zwischen Ost und West (1.000 Meter) erreichen Sie auch das **Hochgebirgshotel Grotli**.

Am 14. Juni 2002 wurde das **Norwegische Fjordzentrum** in Geiranger unter großen Feierlichkeiten von Ihrer Majestät Königin Sonja offiziell eröffnet. Der Besuch im „Norsk Fjordcenter“ dauert weniger als eine Stunde – aber die Erinnerung bleibt! Wie die Fjordleute auf ihren schwer zugänglichen Berghöfen gelebt und gearbeitet haben, können Sie in diesem Informationszentrum auf wirkungsvolle und spannende Weise erfahren. Man fühlt sich lebhaft um 100 Jahre zurückversetzt. Und Schneelawinen sowie andere Naturgewalten werden auf einem halb-kreisförmigen Panoramabildschirm zum hautnahen Erlebnis.

Naturliebhaber kommen noch näher an das Objekt ihrer Begierde, wenn sie sich der **Wanderung am Berg Westerås** anschließen. Hier besuchen Sie den auf einer kleinen Alm oberhalb von Geiranger gelegenen gemütlichen **Berghof**. Vom Aussichtspunkt haben Sie einen großartigen Blick über den Fjord und das Schiff sowie den Anleger, der mehrere hundert Meter senkrecht unter Ihnen liegt. Norwegen zum Anfassen!

Anfassen lassen sich vielleicht auch die ca. 400 Ziegen, Kühe und anderen Tiere, die es sich auf der Sommerweide der **Herdalserter Alm** gut gehen lassen. Der inmitten großartiger Natur gelegene Almhof ist seit über 200 Jahren ununterbrochen in Betrieb und präsentiert sich seinen Besuchern mit **Kostproben** von Ziegenkäse und „Römmegröt“, einer Spezialität aus Sauerrahm.

Winzig klein fühlen Sie sich wahrscheinlich, wenn Sie im **Doppelkajak** windgeschützt zwischen 1.500 Meter hohen, steilen Felswänden auf dem kristallklaren Wasser dahin gleiten und die Herrlichkeit der Landschaft hautnah erleben dürfen. Zweifellos eine der faszinierendsten Möglichkeiten, den **Geiranger Fjord** zu erobern. Abenteuerlich aber weniger anstrengend ist dagegen die Fahrt mit dem **RIB Boat**, einem aufregend schnellen Motor-Schlauchboot.

Epilog: Der Fjord-Tag endet, wie er begonnen hat: atemberaubend. Die Rückfahrt durch den gigantischen **Geiranger Fjord** lässt den Tag noch einmal Revue passieren. Dann lässt das Schiff die steilen Berge hinter sich, das offene Meer ist erreicht. War alles nur ein Traum?

Daten & Fakten

Größe: Norwegen hat eine Gesamtfläche von 323.895 km². Das Land ist 1.753 km lang, misst aber an der breitesten Stelle nur 400 km. Norwegen ist das am dünnsten besiedelte Land Europas, die Bevölkerungszahl beträgt 4,35 Millionen. Der Geiranger Fjord ist ein Seitenarm des Sunnlyvsfjords und erstreckt sich über eine Länge von 15 km.

Die Informationen zu **Klima, Politik, Sprache** und **Währung** entsprechen denen zum Hafen Bergen auf S. 17.

Hinweis: Bitte beachten Sie, dass die Ausflüge von uns lediglich vermittelt werden. Die Durchführung liegt in den Händen der örtlichen Agenturen. Diese sind als Veranstalter der Ausflüge Ihre Vertragspartner. Eine Liste der Ausflugsagenturen ist an Bord einsehbar.

Ausflugprogramm

In eine Welt voller Schönheit & Erhabenheit HEL 01

Stationen: ca. 1 h 30 Landschaftsfahrt entlang des Strynflusses zum Jostedalsbreen-Nationalparkzentrum, Besuch der naturkundlichen Ausstellung und des kleinen Botanischen Gartens; per Bus über Serpentinaufwärts zum Tystingletscher mit Sommerskischule, kurzer Halt; weiter über die Hochebene des Stryngebirges zum Hotel Grotli, Mittagessen; ca. 45 min Busfahrt auf zum Teil steiler und kurvenreicher Strecke zum Gipfel des Bergs Dalsnibba (1500 m) mit unvergleichlichem Ausblick auf Gletscher, Seen und den Fjord; ca. 1 h Fahrt ins Tal nach Geiranger mit Halt am Aussichtspunkt Flydalsjuvet; während der Fahrt zahlreiche Fotostopps

Erwachsene: 109 Euro

Kinder: 75,50 Euro

Dauer: ca. 7 h 30

Mahlzeiten/Getränke: Mittagessen, Getränk

Unterwegs mit: Bus, zu Fuß

Wanderung über das Flo-Gebirge HEL 02

Stationen: ca. 30 min Busfahrt nach Vollset; ca. 1 h 45 Wanderung anfänglich durch Moorlandschaft, dann durch typisch norwegische Bergwelt; nach kurzer Pause bei einer Berghütte ca. 1 h zu Fuß bergab zum Ort Flo am malerischen Strynsee; ca. 30 min Busfahrt zum Jostedalsbreen-Nationalparkzentrum, Besuch der naturkundlichen Ausstellung und Naturfilmvorführung über den Jostedalsgletscher; nach einem Imbiss ca. 45 min Weiterfahrt zum Aussichtspunkt Dalsnibba (Fotostopp) und über die kurvenreiche Geirangerstraße hinunter ins Tal und zum Schiff

Erwachsene: 95,50 Euro

Kinder: 65,50 Euro

Dauer: ca. 7 h 30

Unterwegs mit: Bus, zu Fuß

Mahlzeiten/Getränke: Lunchpaket, Kaffee, Svele (norwegische Spezialität)

Hinweise: Wanderzeit ca. 2 h 45, gute Kondition erforderlich

Überland nach Geiranger via Briksdal HEL 03

Stationen: ca. 1 h 45 Landschaftsfahrt durch das bezaubernde Oldental entlang des malerisch zwischen Schnee bedeckten Bergen gelegenen Oldensees nach Briksdal; optionale Wanderung auf einem zum Teil steinigen Pfad zum Briksdalsgletscher; nach dem Mittagessen im Briksdal-Restaurant ca. 2 h 30 Weiterfahrt entlang des Strynsees und durch raue Hochgebirgsnatur auf zum Teil steiler und kurvenreicher Strecke zum Gipfel des Berges Dalsnibba (1500 m) mit unvergleichlichem Ausblick auf Gletscher, Seen und den Fjord; ca. 1 h Fahrt ins Tal nach Geiranger mit Halt am Aussichtspunkt Flydalsjuvet

Erwachsene: 112 Euro Kinder: 75,50 Euro
 Dauer: ca. 8 h 30
 Unterwegs mit: Bus, zu Fuß
 Mahlzeiten/Getränke: Mittagessen, Getränk

Dalsnibba & Adlerkehren GEI 01

Stationen: ca. 1 h Busfahrt durch das grüne Flydal aufwärts über 20 Haarnadelkurven zum Aussichtspunkt Flydalsjuvet und weiter bis zum Gipfel des Dalsnibba, ca. 15 min Zeit, die Aussicht zu genießen und das unvergleichliche Panorama im Bild festzuhalten; zurück ins Tal und durch den Ort Geiranger zu den Adlerkehren, einer bekannten Serpentinstraße; Auffahrt mit Halt an einem weiteren Aussichtspunkt mit traumhaftem Blick auf den Fjord; Rückfahrt nach Geiranger

Erwachsene: 46,95 Euro Kinder: 32,50 Euro
 Dauer: ca. 3 h
 Unterwegs mit: Bus, zu Fuß
 Mahlzeiten/Getränke: keine
 Hinweise: Pullover oder Jacke mitnehmen; kurvenreiche Strecke

Dalsnibba & Norwegisches Fjordzentrum GEI 02

Stationen: ca. 1 h Busfahrt durch das grüne Flydal aufwärts über 20 Haarnadelkurven, vorbei am Storfoss-Wasserfall zum Aussichtspunkt Flydalsjuvet und weiter bis zum Gipfel des Dalsnibba, ca. 15 min Zeit, die Aussicht zu genießen und das unvergleichliche Panorama im Bild festzuhalten; ca. 45 min Fahrt ins Tal zum Norwegischen Fjordzentrum, ca. 45 min Besuch der anschaulichen Ausstellung über Natur, Kultur und Geschichte des Geiranger Fjords; ca. 15 min Rückfahrt

Erwachsene: 49,95 Euro Kinder: 35,50 Euro
 Dauer: ca. 3 h
 Unterwegs mit: Bus, zu Fuß
 Mahlzeiten/Getränke: keine
 Hinweise: Pullover oder Jacke mitnehmen, kurvenreiche Strecke

Wanderung am Berg Westerås GEI 03

Stationen: kurze kurvenreiche Busfahrt nach Hole; ca. 1 h 20 Fußmarsch zu dem 600 m ü.d.M. gelegenen Storseter-Wasserfall; nach kurzem Aufenthalt ca. 30 min zu einem gemütlichen Berg-hof, Erfrischungspause bei Kaffee und Waffeln; nach kurzem Aufenthalt ca. 10 min zum Aussichtspunkt Westerås mit großartigem Blick auf den Fjord; ca. 30 min zu Fuß zurück nach Hole; per Bus zurück nach Geiranger

Erwachsene: 55,50 Euro Kinder: 39,95 Euro
 Dauer: ca. 4 h
 Unterwegs mit: Bus, zu Fuß
 Mahlzeiten/Getränke: Kaffee und Waffeln
 Hinweise: Durchführung wetterabhängig, sehr gute Kondition erforderlich, da steile Pfade

Adlerkehren & Herdalsseter Alm GEI 05

Stationen: Busfahrt über die Serpentinstraße „Adlerkehren“, Fotostopp mit herrlichem Blick über den Geiranger Fjord mit seinen berühmten Wasserfällen; weiter durch grüne Almen-landschaft, vorbei am schönen Eidssee und entlang des Nordalsfjords zur Herdalsseter Alm, ca. 45 min Aufenthalt mit Kostprobe lokaler Naturprodukte; ca. 1 h 30 Landschaftsfahrt zurück zum Schiff

Erwachsene: 59,95 Euro Kinder: 42,50 Euro
 Dauer: ca. 4 h
 Unterwegs mit: Bus, zu Fuß
 Mahlzeiten/Getränke: Kostprobe lokaler Naturprodukte

Weitere Ausflüge finden Sie auf den nächsten Seiten!

Kajaktour im Geiranger Fjord



GEI 06

Stationen: vom Tenderanleger zu Fuß zum Kajak Center; nach kurzer Einweisung und Ausrüstung mit Sicherheitswesten ca. 2 h Kajaktour im Fjord

Erwachsene: 65,50 Euro Kinder: nein
 Dauer: ca. 3 h
 Unterwegs mit: Doppelkajaks, zu Fuß
 Mahlzeiten/Getränke: keine
 Hinweise: Mindestalter 16 Jahre, englischsprachige Reiseleiter, gute Kondition erforderlich, Pullover mitnehmen

RIB Boat Abenteuer

GEI 07

Stationen: kurzer Fußweg zur Anlegestation der Motor-Schlauchboote; nach kurzer Einweisung und Ausrüstung mit wind- und wetterfester Kleidung ca. 1 h zum Teil rasante Fahrt durch den Geiranger Fjord vorbei an Wasserfällen und anderen Naturschönheiten

Erwachsene: 79,95 Euro Kinder: nein
 Dauer: ca. 1 h 30
 Unterwegs mit: RIB Boat (Motor-Schlauchboot)
 Mahlzeiten/Getränke: keine
 Hinweise: Mindestalter 13 Jahre, englischsprachige Reiseleiter, nicht geeignet für Gäste mit Rückenproblemen und Schwangere



Fahrradtouren

Das Naturerlebnis

HEL B01

Stationen: frühmorgens Tenderfahrt Richtung Hellesylt; von dort ins Landesinnere; erstes Ziel: Helsetvatnet-Gebirgssee auf 400 hm; weiter durch üppige Flora hoch über dem Fjord; Pause am Nedstevatnet-Bergsee (ca. 460 hm); lange Abfahrt zurück nach Hellesylt; per Fähre Richtung Fjordende nach Geiranger; ca. einstündige Fahrt durch die atemberaubende Natur des Geiranger Fjords

Erwachsene: 59,95 Euro Kinder: nein
 Dauer: ca. 6 h Länge: ca. 35 km
 Typ: Aktiv Bikingtour (460 hm)
 Mahlzeiten/Getränke: AIDA Trinkflasche, Energy Pulver, Fitness Riegel



Biken am Geiranger Fjord

GEI B02

Stationen: aufwärts auf der Geirangerstraße; weiter zum Aussichtspunkt Flydalsjuvet (Fotostopp); weiter bergauf bis zur Djupvatnet-Hütte (Pause); evtl. Weiterfahrt bis zur Aussichtsplattform am Dalsnibba möglich (über 1.400 Höhenmeter); danach ca. 25 km lange Abfahrt zurück zum Schiff

Erwachsene: 59,95 Euro Kinder: nein
 Dauer: ca. 5 h 30 Länge: 45 km
 Typ: Aktiv Bikingtour
 Mahlzeiten/Getränke: AIDA Trinkflasche, Energy Pulver, Fitness Riegel



Golfausflüge

Wo Golfen zur Nebensache wird ...

HEL G01

Beschreibung: ab Hellesylt Panoramafahrt durch das liebeliche Hornindal mit seinen gepflegten Bauernhöfen; Fotostopp am 514 m tiefen Hornindal-See; Spiel auf dem idyllischen kleinen 6 Loch Platz in Stryn am Strynselva-Lachsfluss; ca. 1 h 30 Rückfahrt durch die wunderschöne norwegische Fjordlandschaft von der Hochgebirgsstraße über die Geirangerstraße ins Geiranger-tal; Stopp am Aussichtspunkt Flydalsjuvet; vorbei am Storfoss-Wasserfall nach Geiranger zur AIDA

Erwachsene: 149 Euro Kinder: 149 Euro
 Dauer: ca. 6 h 30
 Handicap: 54

Hinweise: keine Hardspikes; Dress Code: Kragenshirt und Knie bedeckende Hosen
 Leistungen: umfangreiche Panoramafahrt zum Golfclub und zurück, 6-Loch Greenfee, Leihschläger (Komplettsatz oder Halbsatz, Betreuung durch den AIDA Golf-Lehrer





Rhythmus im Reich der Trolle

Diese beiden Häfen bringen Sie so richtig in Fahrt. Und das im wörtlichen Sinne. Hier, zwischen **Trollwand** und **Sunnmøre-Alpen** werden Sie spüren, was mit der Weisheit „Der Weg ist das Ziel“ wirklich gemeint ist. Eine der **wildromantischsten Bahnstrecken Norwegens** erwartet Sie ebenso wie die **spektakulärste Küstenstraße des Landes** und die **extremste Gebirgsstraße Europas**. Sollten Sie sich auf dieses Abenteuer einlassen, gibt es manchmal kein Zurück. Sorgen müssen Sie sich dennoch nicht. Sie können ganz bequem in **Andalsnes** Ihre Entdeckungsreise starten. In **Molde** wartet AIDA bereits auf Ihre Rückkehr aus dem „Reich der Trolle“. Denn diese vierschrotigen Zwerge sind hier zuhause.

Kein Wunder also, dass die **Trollwand**, höchste Steilwand Europas, ihren Namen in Anlehnung an die legendären Kerlchen trägt. Stolze 1.800 Meter reckt sich der Felsgigant gen Himmel. Die Trollwand ist ein erster Höhepunkt der Panoramafahrt von **Andalsnes** durch das herrliche **Romsdal** mit seinen **Wasserfällen** und dem **Romsdalshorn** hinauf zum Wintersportort Bjorli. Doch es kommt noch besser: Die Rückfahrt können Sie mit der **Raumbahn** antreten. Kaum haben Sie Ihren komfortablen Platz eingenommen, beginnt das Naturschauspiel direkt vor Ihrem Fenster. Die Bahn fährt durch eine der schönsten Landschaften Norwegens. Auf der **Kylling Steinbrücke** dürfen Sie getrost einmal den Atem anhalten, wenn Sie einen Blick in die fast 60 Meter tiefe Schlucht wagen.

Aber es gibt noch andere, atemberaubende Wege in der Heimat der Trolle. Einer ist mit elf engen Haarnadelkurven ge-

spickt, überwindet bis zu zwölfprozentige Steigungen sowie den 180 Meter hohen **Stegfoss-Wasserfall** und trägt den Titel „**Nationale Touristenstraße Trollstigen**“. Vorbei geht es an Bergformationen, die so geheimnisvolle Namen wie Hexenzinnen, König, Königin und Bischof tragen. Auf 853 Metern erreicht die Gebirgsstraße **Trollstigheimen** und offenbart einen grandiosen Blick auf die faszinierende Bergwelt. Wenn Sie sich für die **Überlandtour nach Molde** entschieden haben, ist hier der Zeitpunkt gekommen, bei einem Mittagessen die Eindrücke noch einmal sacken zu lassen, bevor es hinab ins **Valldal-Tal** geht. Dort lädt das achteckige **Holz Kirchlein von Stordal** zu einem Besuch ein. Im Inneren finden Sie eine wunderschöne Bemalung auf den hölzernen Wänden und Pfeilern, die ihr auch den Beinamen „Rosenkirche“ einbrachte.

Was wäre Norwegen ohne seine Wikinger? Vermutlich ebenso unvollständig wie ohne seine Trolle. Was liegt also näher, als sich aus dem Reich der Trolle auf die **Spuren der Wikinger** zu begeben? Besonders wenn gleichzeitig noch einmal das Abenteuer Straße lockt. Denn zur Insel **Geitoya** gelangen Sie zum Teil auf der **Atlantik-Küstenstraße**, die von Molde hinauf nach Kristiansund führt. Nahezu schwerelos scheint sich dieser wagemutige Verbindungsweg auf 8.474 Metern über 12 Brücken und Dämme von Insel zu Insel, von Schäre zu Schäre zu schwingen. Immer wieder öffnen sich entlang der für Stürme und Schiff-



brüche berechtigten Küstenstrecke grandiose Aussichten. Die letzte Etappe zu den Wikingern legen Sie von **Geitoya** aus per Boot zurück. Bei gutem Wetter steht dafür eine Kopie des **Wikingerschiffes „Saga Siglar“** bereit und bringt Sie hinüber zur **Insel Haholmen**. Viele der Häuser rund um den Hafen stammen aus der Zeit der ersten Besiedlung im 18. Jahrhundert. Die Insel gehört dem norwegischen **Weltumsegler Ragnar Thorseth**, über dessen Seereisen und Wikingerschiffe Sie mehr in einem **informativen Film** erfahren. Auf dem Rückweg lohnt noch einmal ein kurzer Stopp im **Fischerdorf Bud**. Im 16. und 17. Jahrhundert war dieser Küstenort einer der reichsten und wichtigsten Handelsplätze Norwegens. Die beste Aussicht auf Bud und die reizvolle Umgebung haben Sie vom Aussichtspunkt **Ergan Kystfort**, eine Befestigungsanlage, deren Kasematten von den deutschen Besatzern zur Kontrolle des Schiffsverkehrs angelegt wurden.

Dass Sie in **Molde** angekommen sind, merken Sie vielleicht am etwas anderen Rhythmus. Denn zwischen den majestätischen Gipfeln der Sunnmøre-Alpen swingt es. Hier ist der Jazz zuhause. „Jazzmetropole des Nordens“ wird Molde auch genannt, weil einmal im Jahr zum großen internationalen Festival die Fans dieser Musik das Städtchen erobern. Auch der zweite Beiname Moldes – Rosenstadt – verwundert zunächst. Doch das Klima ist hier aufgrund des warmen Golfstroms so mild, dass sogar Rosen in üppiger Pracht gedeihen. Mit Jazz und Rosen hat die Stadt zwar schon zwei echte Trümpfe in der Hand, nahezu unschlagbar aber ist das **Molde-Panorama**. Wie Perlen an einer Schnur reihen sich die Fischerinseln vor der Küste auf, während die 87 zum Teil schneebedeckten Gipfel der **Sunnmøre-Alpen** den weiten **Romsdalsfjord** bewachen. Ein Anblick – bestens zu genießen vom 400 Meter hohen **Hausberg Varden** – den Sie so schnell nicht vergessen. Leider wurde die bereits im 14. Jahrhundert als Handelsplatz für Holzexporte gegründete Stadt im Bombenhagel des 2. Weltkrieges weitgehend zerstört. Wie es in der Zeit davor im Küstenstädtchen ausgesehen hat, können Sie sich im **Romsdal-Volksmuseum** vorstellen. Hier wurden rund 50 alte, originale Bauern- und Speicherhäuser, Rauchlochstuben und Räucherammern wieder aufgebaut. Höhepunkt dieses Freilichtmuseums ist unumstritten die malerische **Bygata**, eine komplette Altstadtzeile aus den Jahren vor dem Krieg.

Ob also Trolle oder Wikingen, Rosen oder Jazz – hier ist der Weg das Ziel.

Daten & Fakten

Größe: Während Andalsnes der Hauptort der Gemeinde Rauma ist und etwa 200 Einwohner zählt, liegt Molde im Regierungsbezirk Romsdal etwa in der Mitte der Westküste und rühmt sich, den sichersten Naturhafen Norwegens zu besitzen. Etwa 24.000 Menschen leben in Molde auf einer Fläche von rund 362 km².

Die Informationen zu **Klima, Politik, Sprache** und **Währung** entsprechen denen zum Hafen Bergen auf S. 17.

Hinweis: Bitte beachten Sie, dass die Ausflüge von uns lediglich vermittelt werden. Die Durchführung liegt in den Händen der örtlichen Agenturen. Diese sind als Veranstalter der Ausflüge Ihre Vertragspartner. Eine Liste der Ausflugsagenturen ist an Bord einsehbar.

Ausflugprogramm

Unvergessliche Eindrücke mit der Rauma-Bahn AND 01

Stationen: ca. 15 min Busfahrt zur Trollwand, kurzer Aufenthalt zum Fotografieren; ca. 45 min Weiterfahrt nach Bjørli, Umstieg in die Raumbahn; ca. 1 h Fahrt entlang einer der schönsten Eisenbahnstrecken Norwegens nach Andalsnes; ca. 15 min zu Fuß zurück zum Schiff

Erwachsene: 62,50 Euro

Kinder: 42,50 Euro

Dauer: ca. 2 h 30

Unterwegs mit: Bus, zu Fuß

Mahlzeiten/Getränke: keine

Hinweise: nicht am 10.05.2010

Fahrt nach Trollstigeheimen

AND 02

Stationen: ca. 1 h Panoramafahrt u.a. auf der berühmten Trollstigen-Straße zum Aussichtspunkt nach Trollstigeheimen; ca. 45 min Aufenthalt zum Fotografieren und Genießen der Landschaft; kurze Weiterfahrt zur Trollwand; Fotostopp; ca. 15 min Rückfahrt zum Schiff

Erwachsene: 45,50 Euro

Kinder: 32,50 Euro

Dauer: ca. 3 h

Unterwegs mit: Bus, zu Fuß

Mahlzeiten/Getränke: keine

Hinweise: nicht am 10.05.2010

Faszinierendes Tal Romsdal und mächtige Trollwand

AND 03

Stationen: ca. 20 min Panoramafahrt zur Trollwand; nach kurzem Aufenthalt ca. 50 min Weiterfahrt durch die Tallandschaft nach Björli; ca. 20 Zeit zur freien Verfügung in der Stadt; ca. 1 h 10 Rückfahrt zum Schiff

Erwachsene: 45,50 Euro Kinder: 32,50 Euro
Dauer: ca. 3 h
Unterwegs mit: Bus, zu Fuß
Mahlzeiten/Getränke: keine
Hinweise: nur am 10.05.2010

Haholmen: Ein Wikinger-Abenteuer

AND 04

Stationen: ca. 45 min Busfahrt zum Fähranleger; kurze Fahrt mit der Fähre über den Langfjord; ca. 1 h 30 Panoramafahrt zum Teil auf der beeindruckenden Atlantik-Küstenstraße zur Insel Geitoya; ca. 15 min per Boot zur Insel Haholmen; Filmvorführung über die drei Schiffsreisen mit den von Ragnar Thorseth gebauten Wikingerschiffen; nach dem Mittagessen in einem rustikalen Restaurant per Boot zurück zum Festland; Halt an einem Aussichtspunkt beim Fischerort Bud; ca. 1 h 15 Fahrt zum Schiff nach Molde

Erwachsene: 117 Euro Kinder: 79,95 Euro
Dauer: ca. 8 h
Unterwegs mit: Bus, Fähre, Boot, zu Fuß
Mahlzeiten/Getränke: Mittagessen, Getränk

Natur pur: Auf den Spuren der Trolle

AND 05

Stationen: ca. 15 min Busfahrt zur majestätischen Trollwand, Fotostopp am Aussichtspunkt; ca. 1 h 15 Weiterfahrt über die elf Serpentinaen der Trollstigen-Straße die Felswand hinauf; nach dem Mittagessen per Bus talabwärts nach Stordal; ca. 25 min Besuch der achteckigen Holzkirche; ca. 55 min Panoramafahrt u. a. entlang des Romsdalsfjords nach Vestnes zum Fähranleger; nach ca. 35 min Fährüberfahrt weiter nach Molde, nach kurzer Stadtrundfahrt zurück zum Schiff

Erwachsene: 99,95 Euro Kinder: 69,95 Euro
Dauer: ca. 8 h
Unterwegs mit: Bus, Fähre, zu Fuß
Mahlzeiten/Getränke: Mittagessen, Getränk
Hinweise: geringfügige Änderungen im Tourverlauf am 10.05.2010, genaue Informationen an Bord und im Internet

Panoramafahrt zur Atlantik-Küstenstraße

MOL 03

Stationen: ca. 1 h Busfahrt durch abwechslungsreiche Natur zum Fischerort Bud; kurzer Aufenthalt am Aussichtspunkt Ergan Küstenfort; ca. 1 h Weiterfahrt entlang einer der spektakulärsten Küstenstrecken Europas zur Atlantik-Küstenstraße mit Fotostopp; ca. 1 h Panoramafahrt am Fjord entlang zurück zum Schiff

Erwachsene: 47,95 Euro Kinder: 32,50 Euro
Dauer: ca. 3 h 30
Mahlzeiten/Getränke: keine
Unterwegs mit: Bus

Molde-Kaleidoskop

MOL 04

Stationen: ca. 15 min Busfahrt zum Romsdal-Volksmuseum; ca. 1 h Besichtigung der charakteristischen Holzgebäude; Weiterfahrt zum Hausberg Varden, ca. 30 min Aufenthalt mit einzigartigem Blick auf Stadt, Fjord und bei guter Sicht auf die Sunnmøre-Alpen; vorbei an der modernen Kirche zurück zum Schiff

Erwachsene: 45,50 Euro Kinder: 32,50 Euro
Dauer: ca. 3 h
Unterwegs mit: Bus, zu Fuß
Mahlzeiten/Getränke: keine

Wanderung durch Wald und Flur



MOL 05

Stationen: ca. 30 min Busfahrt zum Hausberg Varden; nach kurzem Aufenthalt ca. 50 min Wanderung bergab bis zur Storli-Hütte; ca. 30 min zu Fuß durch Waldgebiete zum Romsdal-Volksmuseum, ca. 30 min Besuch von zwei der alten Bauernhäuser; ca. 30 min Fußmarsch auf gewundenen Wegen durch den Reknespark zurück zum Schiff

Erwachsene: 42,50 Euro Kinder: 29,95 Euro
Dauer: ca. 3 h
Unterwegs mit: Bus, zu Fuß
Mahlzeiten/Getränke: keine



Fahrradtouren

Bei Interesse an einer Radtour wenden Sie sich bitte an die AIDA Biking Crew an Bord.



Golfausflüge

9-Loch im Molde Golf Club

MOL G01

Beschreibung: 9-Loch Golfplatz mit fantastischer Aussicht über das Gebirge und den Romsdalsfjord; dieser einmalige Ausblick zog schon Kaiser Wilhelm II. in seinen Bann; entspannter Golf-ausflug für Genießer

Erwachsene: 85,50 Euro

Kinder: 69,95 Euro

Dauer: ca. 4 h 30

Handicap: 54

Hinweise: keine Hardspikes; Dress Code:

Kragenshirt und Knie bedeckende Hosen

Leistungen: Transfer zum Golfclub und zurück, 9-Loch Green-fee, Leihschläger (Komplettsatz oder Halbsatz), Betreuung durch den AIDA Golf-Lehrer



Für Einsteiger: Schnuppergolfer

MOL G02

Beschreibung: erstes Golfplatzfeeling bei einem zweistündigen Schnuppergolferkurs mit dem AIDA Golf-Lehrer; kurze Theorie-Runde; danach Einweisung in den Golfschwung im kurzen und langen Spiel auf der Driving Range und den Übungseinrichtungen, nach dem Unterricht Freizeit zum Üben auf der Range oder Entspannen im Clubhaus; ideal für Neulinge und Anfänger; Hin- und Rücktransfer zusammen mit dem Ausflug MOL G01

Erwachsene: 75,50 Euro

Kinder: 75,50 Euro

Dauer: ca. 4 h 30

Hinweise: Dress Code:

Kragenshirt und Knie bedeckende Hosen

Leistungen: Transfer zum Golfclub und zurück, Fee für Driving Range, Übungsanlagen und Bälle, Leihschläger (Komplettsatz oder Halbsatz), Betreuung durch den AIDA Golf-Lehrer



TRONDHEIM/NORWEGEN

Königliches im Glanz der Geschichte

Sie ist zwar nicht mehr Hauptstadt Norwegens, doch eigentlich gilt sie als Wiege und historische Hauptstadt des Königreiches. Es war im Jahre 997, als der Wikingerkönig Olav I. Tryggvason seinen Königshof Nidaros an der Mündung des Flusses Nid errichten ließ. Heute heißt selbiger Fluss **Nidelva** und umschließt das Zentrum der drittgrößten Stadt Norwegens, herrlich gelegen an einer südlichen Bucht des Trondheimfjords. Nur im Westen ist **Trondheim** mit dem Festland verbunden. Als eigentlicher Begründer der Stadt gilt jedoch der Heilige Olav, Sohn Olav des I. Um ihn rankten sich nach seinem Tod im Jahr 1030 viele Sagen und Mythen und machten den Ort zur Pilgerstätte zahlloser Wallfahrer. Nidaros stieg damit zum berühmtesten Wallfahrtsort des Nordens auf. Der Leichnam des heilig gesprochenen Märtyrers wurde in einer Kapelle auf der Halbinsel Øra bestattet, und schon sind Sie in der Gegenwart angelangt. Denn aus dieser Kapelle entstand später der **Nidaros-Dom**, größter und prachvollster Sakralbau Skandinaviens, der auch heute noch, oder besser wieder, beeindruckender Anziehungspunkt im Herzen der Stadt ist. Noch vor 100 Jahren glich die gotische Kathedrale eher einer Ruine. Vier Brände im Laufe der Jahrhunderte seit ihrer Erbauung und ein Sturm im Jahre 1689 ließen von der einst so berühmten Wallfahrtsstätte nur noch die Außenmauern stehen, von 28 Altären waren nur noch zwei übrig. Im Jahre 1869 begannen namhafte Baumeister und Bildhauer mit dem Wiederaufbau und der Restaurierung. Doch erst 1930, zum 900. Gedenktage an den Tod Olav des Heiligen, konnte das Gotteshaus wieder eingeweiht werden.

Heute stehen die Besucher staunend vor einem mit Skulpturen reich verzierten Hauptportal. Auch die Westseite ist mit zahl-

reichen Statuen norwegischer Könige und Bischöfe sowie biblischer Figuren wunderschön geschmückt. Im 11. und 12. Jahrhundert diente der Dom als Grabstätte der Könige. Zehn von ihnen sowie die meisten Erzbischöfe des Landes und vermutlich auch die Gebeine Olavs sind unter der Kirche bestattet. Außerdem werden im Dom die Königsinsignien aufbewahrt. Gelegentlich steht der Nidaros-Dom auch heute noch im Blickpunkt der Öffentlichkeit. So gab im Jahr 2002 die Schwester des Kronprinzen Håkon, Märtha-Luise, ihrem Ari Behn das Ja-Wort. Wer ein Faible für die „Royals“ und königliches Drumherum hat, der sollte auch das **Palais Stiftsgaarden** besuchen. Das imposante Palais ist der **größte Holzbau Nordeuropas** und wurde in den Jahren von 1774 bis 1778 errichtet. Hier residieren die königliche Familie und ihre Gäste, wenn sie in Trondheim weilen. 140 Zimmer beherbergt der Rokoko-Prachtbau. Zu Trondheims ruhmreichsten Zeiten gab es hier jede Menge Feste, Krönungen und königliche Hochzeiten.



Ein anderer Herrscher, nämlich König Sverre (1177–1202) hat in **Sverreborg** steinerne Zeugen seiner Zeit hinterlassen. Hier kann man nicht nur die **Burgruine** besichtigen. Zwischen bäuerlichen Wohn- und Hofstätten des 18. und 19. Jahrhunderts auf dem riesigen Freigelände des **Volksmuseums von Trøndelag** bekommen Sie einen guten Eindruck von den Bausitten in der Gegend um Trondheim, egal ob Erdhütten der Lappen oder wohl-

habende Bauernhöfe. Auch eine Stabkirche aus dem 12. Jahrhundert und Bauten aus Trondheims Altstadt sind zu sehen. Nicht vergessen sollten Sie vom **Sverresli-Aussichtspunkt** einen Blick auf die Stadt und den Fjord zu werfen.

Auf dem **Hof Ringve** hingegen gibt schon seit langem nicht mehr das Vieh den Ton an. 2.000 Musikinstrumente aus aller Welt und verschiedenen Epochen machen hier die Musik – oder besser sind seit 1952 Anziehungspunkt für unzählige Musikfreunde. Im Herrenhaus aus dem Jahre 1860 sowie in den teils restaurierten Nebengebäuden ist das einzige **Spezialmuseum für Musikinstrumente Norwegens** untergebracht. Im ehemaligen Stall erklingen heute die herrlichen Kompositionen von Grieg, Chopin, Mozart oder Beethoven. Wenn die Museumsführer dann zu den Instrumenten greifen, sollten Sie sich ganz der Muse hingeben. Ein Blickfang sind auch die im Stil der Zeit eingerichteten Zimmer der begnadeten Komponisten. Auf dem ehemaligen Heuboden ergänzen Tasten-, Blas- und Streichinstrumente sowie typische Instrumente der norwegischen Volksmusik die Sammlung.

Obwohl Norwegen die herrlichsten Landschaften zu bieten hat, sollten Sie auch einmal die Gelegenheit nutzen, und schauen, was sich darunter verbirgt. Denn auch dort ist die norwegische Welt spannend und sehenswert. Am besten geht das in den **Gruben der Lökken-Werke**. Seit mehr als 300 Jahren schreibt das Unternehmen unterirdische Geschichte: Von 1654 bis 1987 fuhren die Bergarbeiter täglich hinab in die Grube. So wird der Fußmarsch durch enge Passagen und weite Hallen zu einer ganz **außergewöhnlichen Wanderung**, auf die nicht jeder Norwegen-Besucher verweisen kann. Und keine Angst, der Grubenführer kennt den Weg. Wenn Sie wieder ans Tageslicht gelangt sind, wartet eine Überraschung auf die Grubenforscher: Mit der **Thamshavn-Bahn**, der ältesten Wechselstrom-Eisenbahn der Welt, geht es talabwärts nach **Fannrem**. Die Wagen sehen übrigens sowohl außen als auch innen noch heute so aus wie bei der Eröffnung der Bahnstrecke vor rund 100 Jahren.

Ob nun mit oder ohne Tageslicht – Trondheim verdient in jeder Hinsicht das Prädikat sehenswert.

Daten & Fakten

Größe: In der drittgrößten Stadt Norwegens leben etwa 160.000 Menschen. Die Stadt ist ca. 342 km² groß. Trondheim hat sich als Universitäts- und Forschungsstadt einen Namen gemacht. Etwa 10.000 Studenten bereichern das Stadtleben.

Die Informationen zu **Klima, Politik, Sprache** und **Währung** entsprechen denen zum Hafen Bergen auf S. 17

Hinweis: Bitte beachten Sie, dass die Ausflüge von uns lediglich vermittelt werden. Die Durchführung liegt in den Händen der örtlichen Agenturen. Diese sind als Veranstalter der Ausflüge Ihre Vertragspartner. Eine Liste der Ausflugsagenturen ist an Bord einsehbar.

Ausflugsprogramm

Stadtrundfahrt & Freiluftmuseum



THM 01

Stationen: ca. 30 min Busfahrt zum Nidaros-Dom, ca. 30 min Besichtigung des gotischen Baus; ca. 20 min Weiterfahrt zum Trøndelag-Volkmuseum, ca. 1 h Besuch der weitläufigen Anlage; ca. 40 min Rückfahrt zum Schiff mit Halt am Sverresli-Aussichtspunkt

Erwachsene: 52,50 Euro Kinder: 37,95 Euro

Dauer: ca. 3 h

Unterwegs mit: Bus, zu Fuß

Mahlzeiten/Getränke: keine

Hinweise: zum Teil leichte Steigungen im Freiluftmuseum

Ringve Musikmuseum & Palais Stiftsgaarden THM 02

Stationen: ca. 20 min Busfahrt zum Hof Ringve, ca. 1 h 15 Aufenthalt für einen Besuch des im Herrenhaus beherbergten Spezialmuseums für Musikinstrumente (und wenn die Zeit es zulässt einen Spaziergang durch die Gartenanlage); ca. 30 min Weiterfahrt zum Palais Stiftsgaarden, dem offiziellen Wohnsitz der Königsfamilie in Trondheim, ca. 45 min Besichtigung der prachtvollen Räume; ca. 15 min Rückfahrt zum Schiff

Erwachsene: 52,50 Euro Kinder: 37,95 Euro

Dauer: ca. 3 h

Unterwegs mit: Bus, zu Fuß

Mahlzeiten/Getränke: keine

Bergbaugeschichte & Schmalspurbahn



THM 03

Stationen: ca. 45 min Busfahrt zum Lökken-Werk; ca. 40 min geführter Rundgang durch die alte Grube mit zum Teil engen Gängen und großen Hallen; zurück im Tageslicht kurzer Bus-transfer zum Bahnhof der Thamshavn-Bahn, ca. 45 min Landschaftsfahrt mit dem Museumszug; Umstieg in den Bus und ca. 1 h Rückfahrt durch abwechslungsreiche Natur

Erwachsene: 59,95 Euro

Kinder: 42,50 Euro

Dauer: ca. 4 h 30

Unterwegs mit: Bus, Museumszug, zu Fuß

Mahlzeiten/Getränke: keine

Hinweise: regenfeste, strapazierfähige Kleidung wegen Feuchtigkeit in der Grube



Fahrradtouren

Mit dem Bike durch die „ideale“ Stadt

THM B01

Stationen: über den Fluss Nidelva in die Speicherstadt; am Flussufer entlang zum Fischereihafen; Auffahrt Richtung Trøndelag zum Aussichtspunkt Utsikten; Abfahrt zum Trondheim-Spektrum und weiter entlang des Flussufers zur Alten Brücke; kurzer Anstieg zur Festung Kristiansen; Abfahrt in die Innenstadt mit Nidaros-Dom, Palais Stiftsgaarden und Marktplatz (Freizeit); Rückfahrt zum Hafen

Erwachsene: 49,95 Euro

Kinder: nein

Dauer: ca. 4 h

Länge: ca. 23 km

Typ: Soft Bikingtour

Mahlzeiten/Getränke: AIDA Trinkflasche,

Energy Pulver, Fitness Riegel



Unsere Golfausflüge finden Sie auf der nächsten Seite!



Golfausflüge

Byneset Golfcenter

THM G01

Beschreibung: ca. 30 min Fahrt durch ländliche Umgebung zum Byneset Golfcenter; moderner 18-Loch Golfplatz mit schöner Aussicht über den Trondheimsfjord; Par 70, designed von dem bekannten Golfarchitekten Donald Steel

Erwachsene: 145 Euro

Kinder: 119 Euro

Dauer: ca. 6 h 30

Handicap: 36

Hinweise: keine Hardspikes; Dress Code:

Kragenshirt und Knie bedeckende Hosen

Leistungen: Transfer zum Golfclub und zurück, Greenfee, Leihschläger (Komplettsatz oder Halbsatz), Betreuung durch den AIDA Golf-Lehrer



Für Einsteiger: Schnuppergolfen

THM G02

Beschreibung: erstes Golfplatzfeeling bei einem zweistündigen Schnuppergolfkurs mit dem AIDA Golf-Lehrer; kurze Theorie-Runde; danach Einweisung in den Golfschwung im kurzen und langen Spiel auf der Driving Range und den Übungseinrichtungen, nach dem Unterricht Freizeit zum Üben auf der Range oder Entspannen im Clubhaus; ideal für Neulinge und Anfänger; Hin- und Rücktransfer zusammen mit dem Ausflug THM G01

Erwachsene: 85,50 Euro

Kinder: 85,50 Euro

Dauer: ca. 6 h 30

Hinweise: Dress Code:

Kragenshirt und Knie bedeckende Hosen

Leistungen: Transfer zum Golfclub und zurück, Fee für Driving Range, Übungsanlagen und Bälle, Leihschläger (Komplettsatz oder Halbsatz), Betreuung durch den AIDA Golf-Lehrer



ÅLESUND/NORWEGEN Stadt des „Jugendstils“

Drei Inseln und ganz viel Stil: Das ist Ålesund. Natürlich reichen diese wenigen Worte bei weitem nicht aus, um dem Handels- und Hafenstädtchen im wild verzweigten Fjordsystem an der Westküste Norwegens gerecht zu werden, doch sie bringen auf den Punkt, was die 45.000-Einwohner-Stadt ausmacht. Denn nicht auf Sand, sondern auf die Inseln Nørøy, Apsøy und Heissa ist sie gebaut. Durch Brücken und Tunnel miteinander verbunden, präsentieren sie dem Besucher ein einzigartiges **städtbauliches Denkmal des Jugendstils**.

Diese in Norwegen kaum verbreitete Architektur hat Ålesund eigentlich einer Katastrophe zu verdanken. In der schicksalhaften Nacht auf den 23. Januar 1904 schien das letzte Stündchen der aufstrebenden Hafenstadt geschlagen zu haben. Mehr als 800 Häuser, den gesamten Stadtkern, zerstörte damals ein vernichtender Großbrand, 10.000 Menschen verloren ihr Zuhause. Dennoch war dies auch die Geburtsstunde einer neuen Zeit. Denn die Bewohner hatten wohlwollende Freunde, darunter Nordland-Fan Kaiser Wilhelm II., die beim Wiederaufbau halfen und Geld, Lebensmittel, Medikamente sowie Material spendeten. Nach nur drei Jahren war Ålesund wieder aufgebaut, und zwar im einzigartigen Stil jener Zeit mit den so typischen Giebeln, Erkern, Türmchen und Stuckfassaden an den Häusern.

So sollten Sie bei der Erkundung der Stadt das **Jugendstil-Zentrum** auf keinen Fall versäumen. Die passende Ausstellung zu diesem Baustil ist natürlich stilgerecht in einer der schönsten Bauten der Stadt untergebracht. Hier können Sie das verheerende Feuer von 1904, den Wiederaufbau sowie die Bewahrung

der außergewöhnlichen Architektur in einer beeindruckenden Multimediavorstellung nacherleben. Baugeschichte wird außerdem im größten und bedeutendsten Freilichtmuseum zwischen Bergen und Trondheim, im **Sunnmøre-Museum**, erzählt. Auf einer Fläche von 120 Hektar repräsentieren einige Dutzend historische Häuser die Baustile ihrer Epochen und zeigen die Entwicklung in der Region. Warum die so gewonnenen Erkenntnisse nicht gleich am „lebenden“ Objekt überprüfen? Beim Bummel durch die Fußgängerzone werden Sie fasziniert sein von dieser Stadt voller Farben und maritimer Traditionen – besonders am idyllischen **Fischereihafen Brosundet**, wo die Fischer ihren frischen Fang direkt vom Boot aus verkaufen. Apropos **Boot**: Vielleicht besteigen Sie selbst eines und erkunden die Stadt auf dem **Borgundfjord** von der **Seeseite** aus.



Doch nicht nur wegen seiner schönen Häuser und Baustile lockt Ålesund die Besucher an, sein Postkarten-Panorama ist einmalig und hat es berühmt gemacht. Wer in den Genuss dieses herrlichen Ausblicks kommen will, muss erwartungsgemäß hoch hinaus. 189 Meter über der Stadt thront der **Hausberg Aksla**. 418 schweißtreibende Stufen geht es hinauf, bevor Sie mit einer atemberaubenden Aussicht auf die vielen großen und kleinen Inseln sowie den Fjord belohnt werden. Doch keine Angst, es geht auch bequemer mit dem Bus. Aber mal ehrlich. Eine herrliche Aussicht lässt sich doch noch viel besser genießen, wenn

Sie sich diese „erarbeitet“ haben. Also, die Wanderschuhe geschnürt, und **per pedes** hinauf auf den **Berg Sukkertoppen**. Dieser 304 Meter hohe Berg erhebt sich auf der Insel Heissa. Oben angekommen öffnet sich ein spektakulärer Panoramablick über die Stadt, den Borgundfjord und die Sunnmøre-Alpen.

Die wunderbare Inselwelt Ålesunds noch näher kennen lernen können Sie auf den Weg nach **Giske** oder **Godøy**. Dorthin gelangen Sie auf ungewöhnliche Weise, denn zunächst gilt es, einen der **längsten Unterwassertunnel der Welt** zu durchfahren. Eine romantische, weiße **Marmorkirche** aus dem Jahre 1135, eines der ältesten Gebäude Norwegens, bildet den Mittelpunkt der **Insel Giske**, einst Wikingerzentrum und Sitz von Edelleuten, Fürsten und Königen. Herrliche Naturschauplätze, am besten vom 22 Meter hohen Leuchtturm aus zu überblicken, sowie das gemütliche **Fischerdorf Alnes** laden Sie auf **Godøy** zum Erlebnispaziergang ein. hautnah erleben. Bevor Ålesund im Jahre 1904 niederbrannte, war es auf dem besten Weg, sich zum größten Fischereihafen Norwegens und größten Exporthafen der Welt für Trockenfisch zu entwickeln. Tatsächlich gehört auch heute noch der rund zehn Jahre haltbare Klippfisch zu den wichtigsten Exportgütern. Viel interessanter ist jedoch die lebendige Seite des Meeres: Der am offenen Meer gelegene **Atlantipark** auf der Landzunge Tueneset bietet dafür alle Voraussetzungen. Er gilt als größtes **Aquarium** Nordeuropas und beherbergt in riesigen Tanks den ganzen Fisch- und Pflanzenreichtum, den die Unterwasserwelt der Fjorde zwischen Schären und Holmen zu bieten hat.

Ålesund bietet viele Möglichkeiten für einen erlebnisreichen Tag. Nur eines sollten Sie nicht tun: an Bord bleiben!

Daten & Fakten

Größe: Die drei Hauptinseln Ålesunds erstrecken sich über eine Fläche von knapp 12 km². Rund 45.000 Einwohner zählt das Städtchen im Schärengürtel an der Westküste Norwegens.

Die Informationen zu **Klima**, **Politik**, **Sprache** und **Währung** entsprechen denen zum Hafen Bergen auf S. 17.

Hinweis: Bitte beachten Sie, dass die Ausflüge von uns lediglich vermittelt werden. Die Durchführung liegt in den Händen der örtlichen Agenturen. Diese sind als Veranstalter der Ausflüge Ihre Vertragspartner. Eine Liste der Ausflugsagenturen ist an Bord einsehbar.

Ausflugprogramm

Stadtwanderung & Jugendstil-Zentrum ALE 01

Stationen: kurzer Spaziergang ins Stadtzentrum; ca. 1 h 15 Besuch des Jugendstil-Zentrums u.a. mit einer informativen Multimedia-Ausstellung über den großen Brand des Jahres 1904 und den Wiederaufbau der Stadt; ca. 1 h 30 geführter Spaziergang durch die Altstadt mit ihrer typischen Jugendstilarchitektur und zurück zum Schiff

Erwachsene: 43,50 Euro Kinder: 29,95 Euro
Dauer: ca. 3 h
Unterwegs mit: zu Fuß
Mahlzeiten/Getränke: keine

Vom Fischerhafen zur Jugendstil-Stadt ALE 02

Stationen: ca. 30 min Busfahrt durch das Stadtzentrum zum Freilichtmuseum, ca. 45 min Aufenthalt mit kurzer Führung und Freizeit; Weiterfahrt auf den Berg Aksla, ca. 30 min Aufenthalt mit wunderschönem Ausblick auf die Stadt und Umgebung; ca. 30 min Rückfahrt zum Schiff

Erwachsene: 45,50 Euro Kinder: 32,50 Euro
Dauer: ca. 3 h
Unterwegs mit: Bus, zu Fuß
Mahlzeiten/Getränke: keine

Wunderbare Inselwelt & Aquarium ALE 03

Stationen: kurze Busfahrt auf den Berg Aksla mit herrlichem Blick auf die Stadt und Umgebung, Fotostopp; ca. 40 min Weiterfahrt u.a. durch die längsten Unterwassertunnel der Welt auf die vor gelagerten Inseln; auf der Insel Giske Besichtigung der Marmorkirche aus dem 12. Jh.; im Fischerort Alnes auf der Insel Godøy Besuch des Leuchtturms; zurück in Ålesund ca. 45 min Rundgang durch das Aquarium; ca. 15 min Rückfahrt zum Schiff

Erwachsene: 55,50 Euro Kinder: 38,95 Euro
Dauer: ca. 4 h
Unterwegs mit: Bus, zu Fuß
Mahlzeiten/Getränke: keine

Wanderung auf den Berg Sukkertoppen ALE 05

Stationen: ca. 15 min Bustransfer zum Ausgangspunkt; ca. 2 h 30 Wanderung auf dem Berg Sukkertoppen mit spektakulärer Aussicht vom Gipfel auf die Stadt, die vorgelagerten Inseln und den Atlantik; per Bus zurück zum Schiff

Erwachsene: 59,95 Euro Kinder: 42,50 Euro
Dauer: ca. 3 h
Unterwegs mit: Bus, zu Fuß
Mahlzeiten/Getränke: keine
Hinweise: festes Schuhwerk und gute Kondition erforderlich

Ålesund mit dem Boot und zu Fuß ALE 06

Stationen: kurzer Fußweg zum Bootsanleger; ca. 1 h 15 Bootsfahrt über den Borgundfjord rund um Ålesund; anschließend ca. 1 h 30 geführter Spaziergang durch die Innenstadt; zu Fuß zurück zum Schiff

Erwachsene: 49,95 Euro Kinder: 35,50 Euro
Dauer: ca. 3 h
Unterwegs mit: Boot, zu Fuß
Mahlzeiten/Getränke: keine



Fahrradtouren

Wunderschöne Drei-Insel-Rundfahrt ALE B01

Stationen: am Jugendstilzentrum vorbei über die Insel Aspoy nach Hessa; am Atlantikpark vorbei zum Panorama-Radweg; tolle Ausblicke über die Sunmøre-Alpen und AIDA; entlang des Borgundersund zurück nach Aspoy und weiter nach Norvøy; Auffahrt zum Fjellstua auf den Hausberg Aksla (Fotostopp und Pause); Abfahrt durch den Stadtpark ins Geschäftszentrum; am Inselufer entlang zurück zum Schiff

Erwachsene: 49,95 Euro Kinder: nein
Dauer: ca. 4 h 30 Länge: ca. 30 km
Typ: Soft/Aktiv Bikingtour
Mahlzeiten/Getränke: AIDA Trinkflasche, Energy Pulver, Fitness Riegel



Unsere Golfausflüge finden Sie auf der nächsten Seite!



Golfausflüge

9-Loch im Alesund Golf Club

ALE G01

Beschreibung: 18-Loch Golf Course, Par 72; designed von Jeremy Turner, der Golfplatz beeindruckt mit wunderschöner Lage umgeben von vielen Bäumen; ein Parkland Course mit anspruchsvollen Löchern und großem Golfspaß für Jedermann

Erwachsene: 119 Euro

Kinder: 109 Euro

Dauer: ca. 5 h

Handicap: 54

Hinweise: keine Hardspikes; Dress Code:

Kragenshirt und Knie bedeckende Hosen

Leistungen: Transfer zum Golfclub und zurück, 9-Loch Greenfee, Leihschläger (Komplettsatz oder Halbsatz), Betreuung durch den AIDA Golf-Lehrer



Für Einsteiger: Schnuppergolfen

ALE G02

Beschreibung: erstes Golfplatzfeeling bei einem zweistündigen Schnuppergolfkurs mit dem AIDA Golf-Lehrer; kurze Theorie-Runde; danach Einweisung in den Golfschwung im kurzen und langen Spiel auf der Driving Range und den Übungseinrichtungen, nach dem Unterricht Freizeit zum Üben auf der Range oder Entspannen im Clubhaus; ideal für Neulinge und Anfänger; Hin- und Rücktransfer zusammen mit dem Ausflug ALE G01

Erwachsene: 85,50 Euro

Kinder: 85,50 Euro

Dauer: ca. 5 h

Hinweise: Dress Code:

Kragenshirt und Knie bedeckende Hosen

Leistungen: Transfer zum Golfclub und zurück, Fee für Driving Range, Übungsanlagen und Bälle, Leihschläger (Komplettsatz oder Halbsatz), Betreuung durch den AIDA Golf-Lehrer



EIDFJORD/NORWEGEN

Im Wettstreit um die Schönheitskrone der Fjorde

Gäbe es im Königreich Norwegen einen Wettbewerb um die Wahl des schönsten Fjordes, so wäre der **Hardangerfjord** nicht nur unter den Favoriten, sondern sicherlich ein Titelanwärter. Rund 180 Kilometer schlängelt er sich an bis zu 1.600 Meter hohen Bergen vorbei ins Festland und schlägt dabei so manchen Schönheitsrekord. Die Spielregeln in den Disziplinen „anmutig, spektakulär und atemberaubend“ hat dabei die Natur selbst aufgestellt, und zugegebenermaßen dieses Fleckchen Erde mit einem ordentlichen Vorsprung ins Rennen geschickt. Nirgendwo sonst stürzen Wasserfälle so beeindruckend und tosend in nahezu bodenlose Tiefen; an kaum einem anderen Ort der Welt ragen mächtige Gletscher so imposant und stolz in den Himmel; und wo sonst bilden wildromantische Berghänge einen so unerwarteten Kontrast zur kargen, aber dennoch einzigartigen Kältsteppe? „Die Landschaft ist so schön, dass es innerlich schmerzt“, ließ sich denn auch die berühmte Schauspielerin und Landestochter Liv Ullmann in ihrem Buch „Wandlungen“ hinreißen. Wenn das Schiff in **Eidfjord** ankommt, können Sie sich von dort auf einen ausgiebigen „Leidensweg“ begeben, von dem Sie erst tausend unvergessliche Eindrücke später wieder erlöst werden.

Doch zurück zum Wettstreit um den Schönheitstitel, in dem der **Hardangerfjord** in Sachen Anmut erst einmal mit einer Überraschung aufwartet. Verwundert mögen Sie sich so hoch im Norden Europas angesichts der blühenden Pracht an den Berghängen die Augen reiben. Doch der Fjord und insbesondere **Lofthus** gelten als **Zentrum des Obstanbaus** in Norwegen. Rund 500.000 Obstbäume (das sind mehr als ein Fünftel des gesamten Baumbestandes in Norwegen) wetteifern während der Blüte-

zeit um die Gunst der Bienen. Das milde, vom Golfstrom beeinflusste Klima lässt in kurzen Sommern süße Kirschen und saftige Äpfel heranreifen. Und wenn Sie schon einmal in der Gegend sind, sollten Sie auch einen Blick in die alte **Steinkirche von Ullensvang** werfen. Das Gotteshaus aus dem Jahre 1250 gilt als Symbol der Nationalromantik. Hinter der Kirche bietet sich ein herrlicher Blick auf den Fjord und in der Ferne glitzert weißblau der **Folgefonn-Gletscher**. Im **Ullensvang Gjesteheim** schmeckt der hausgemachte Apfelkuchen angesichts solcher Aussichten noch mal so gut. Das malerisch in einer Wald- und Wiesenbucht gelegene **Kinsarvik** ist Zentrum der Ullensvang-Gemeinde. Gegründet wurden Lofthus und Kinsarvik im 11. Jahrhundert von Mönchen des Zisterzienserordens.



Pluspunkte sammeln wird die Gegend rund um den drittgrößten Gletscher Norwegens, den **Folgefonn**, auch auf dem Gebiet „spektakulär“. Dafür sorgt nicht nur das gewaltige **Mabö-Tal** mit tiefen grau-grünen Schluchten. Es sind vor allem auch die zahlreichen Wasserfälle; wie der **Tvinde-Wasserfall** mit seinen breiten Kaskaden sowie der **Stalheimsfossen** und der **Sivle-fossen**. Nach einer Stärkung sowohl kulinarischer als auch weit-sichtiger Art, fahren Sie auf einer der steilsten Straßen Nord-europas, der **Stalheimskleiva**, 13 Serpentina hinunter ins Tal, wobei Sie die beiden **Wasserfälle** beeindruckend in die Tiefe brausen sehen können. Absoluter Höhepunkt dürfte aber der

Vöringfossen sein. Er hinterlässt einen unvergesslichen Eindruck von der Urgewalt des Wassers, wenn Sie den Wassermassen vom Aussichtspunkt am Fossli-Hotel 182 Meter tief in den engen Kessel des Mabö-Tals folgen – mit Blicken, versteht sich!

Von seiner gebändigten Seite zeigt sich das nasse Element im **Sima-Wasserkraftwerk**. Dessen Maschinenhalle am Ende des Eidfjords liegt 700 Meter tief im Berg und beherbergt die leistungsstärksten Turbinen der Welt. Wie sich der Mensch heute mit Hilfe der Technik das Wasser zu Nutze macht, veranschaulicht der **Syzen-Staudamm**. Aus einem natürlichen See wurde ein Wasser-Reservoir gigantischen Ausmaßes.

Jetzt heißt es Bahn fahren: Die **Bergensbahn** und die **Flamsbahn**, Meisterwerke des Eisenbahnbaus, bieten Ihnen auf einer irrwitzigen Streckenführung fantastische Panoramen von den Orten **Myrdal** (867 Meter ü.d.M.), **Geilo** und dem grünen **Rauntal**. Auf dem Weg durch das steile Gebirgstal ins Wintersportzentrum **Voss** werden mehrere Tunnel durchquert. An den schönsten Aussichtspunkten auf die herrliche Landschaft fährt der Zug extra langsam und in **Voss** haben Sie Zeit zum Besuch der **mittelalterlichen Kirche**.

Und noch ein Rekord am Fjord: Mit einer Fläche von rund 7.500 Quadratkilometern ist die **Hardangervidda** in einer Höhe von durchschnittlich 1.200 bis 1.600 Metern die größte Hochfläche Skandinaviens; ein Areal von 3.400 Quadratkilometern bildet den größten **Nationalpark Norwegens**. Weitläufige Moorgebiete, Rentiermoos und Krüppelflechten prägen die Landschaft ebenso wie fischreiche, glitzernde Seen und die Kuppe des Hardangerjökulen-Gletschers. Diese ganze Vielfalt wird im **Hardangervidda Naturzentrum** lebendig und farbenfroh präsentiert. Ausstellungen, Aquarien und ein Supervideo-graph sorgen dafür, dass Sie kein Detail der faszinierenden Natur auf dem „Dach Norwegens“ verpassen.

Am Ende eines erlebnisreichen Tages am Hardangerfjord werden Sie schließlich zu der Erkenntnis kommen, dass sich dieser Teil Norwegens die Krone der Schönheit wirklich verdient hat. Oder, um es mit Liv Ullmann zu sagen: „Oh dieses Norwegen, ich verstehe, dass man dafür ein bisschen leiden kann“.

Daten & Fakten

Größe: Das Königreich Norwegen hat eine Gesamtfläche von 323.895 km². Das Land ist 1.753 km lang, misst aber an der breitesten Stelle nur 400 km. Norwegen ist das am dünnsten besiedelte Land Europas, die Bevölkerungszahl beträgt nur 4,56 Millionen. Die Kommune Eidfjord liegt am namensstiftenden Ausläufer des Hardangerfjords, dem Eidfjord. Eidfjord hat ca. 900 Einwohner.

Die Informationen zu **Klima, Politik, Sprache** und **Währung** entsprechen denen zum Hafen Bergen auf S. 17.

Hinweis: Bitte beachten Sie, dass die Ausflüge von uns lediglich vermittelt werden. Die Durchführung liegt in den Händen der örtlichen Agenturen. Diese sind als Veranstalter der Ausflüge Ihre Vertragspartner. Eine Liste der Ausflugsagenturen ist an Bord einsehbar.

Ausflugprogramm

Wasserfall & Hardangervidda Naturzentrum EID 01

Stationen: ca. 45 min Busfahrt das gewaltige Mabö-Tal hinauf zum Wasserfall Vöringfossen; Fotostopp; ca. 30 min Weiterfahrt zum Hardangervidda Naturzentrum, Besuch der Ausstellung mit modernen Aquarien und einer Panoramafilmdarbietung; ca. 15 min Rückfahrt zum Schiff

Erwachsene: 49,95 Euro Kinder: 32,50 Euro

Dauer: ca. 3 h

Unterwegs mit: Bus, zu Fuß

Mahlzeiten/Getränke: keine

Faszinierende Wasserkraft EID 02

Stationen: ca. 15 min Busfahrt ans Ende des Eidfjords zum Wasserkraftwerk Sima, ca. 20 min interessante Filmvorführung über den Bau des Kraftwerkes; ca. 40 min Besichtigung der imposanten Maschinenhalle; ca. 1 h Busfahrt durch den Ort Eidfjord, am Eidfjord-See entlang, das gewaltige Mabö-Tal aufwärts und teilweise über die Hochgebirgsebene Hardangervidda zum Sysenstaudamm; nach ca. 20 min Aufenthalt ca. 1 h Rückfahrt über kurvenreiche Straßen talabwärts mit atemberaubenden Ausblicken

Erwachsene: 49,95 Euro

Kinder: 32,50 Euro

Dauer: ca. 3 h 30

Unterwegs mit: Bus, zu Fuß

Mahlzeiten/Getränke: keine

Lofthus: Der Obstgarten Fjordnorwegens EID 03

Stationen: ca. 50 min Landschaftsfahrt durch eine der größten Obstgemeinden Norwegens; Besuch der idyllisch gelegenen gotischen Ullensvang Steinkirche mit herrlichem Ausblick auf den Fjord und den Folgefonn-Gletscher; gemütliche Kaffeetafel mit hausgemachtem Kuchen im Ullensvang Gjesteheim; weiter durch malerische Natur zum Ort Kinsarvik, kurzer Aufenthalt; ca. 40 min Rückfahrt am Fjord entlang

Erwachsene: 49,95 Euro

Kinder: 32,50 Euro

Dauer: ca. 3 h 30

Mahlzeiten/Getränke: Kaffee, Tee, Kuchen

Unterwegs mit: Bus, zu Fuß

Flamsbahn, Bergensbahn & Wasserfälle EID 05

Stationen: ca. 15 min Bustransfer zum Fähranleger; ca. 10 min Fährfahrt über den Hardangerfjord; ca. 1 h 30 Landschaftsfahrt zum Tvinde-Wasserfall, Fotostopp; ca. 40 min Weiterfahrt am Oppenheimsee entlang nach Stalheim; nach dem Mittagessen ca. 45 min per Bus über Serpentina hinab, vorbei an den Wasserfällen Stalheimsfossen und Silvefossen und durch einen der längsten Tunnel Norwegens nach Flam; Umstieg in die Flamsbahn; ca. 55 min spektakuläre Fahrt mit einzigartigen Ausblicken nach Myrdal; Umstieg in die Bergensbahn; ca. 40 min Zugfahrt durch das grüne Rauntal nach Voss; ca. 50 min Busfahrt zum Fähranleger; ca. 10 min Überfahrt und Bustransfer zurück zum Schiff

Erwachsene: 154 Euro

Kinder: 109 Euro

Dauer: ca. 8 h 30

Mahlzeiten/Getränke: Mittagessen, Getränk

Unterwegs mit: Bus, Fähre, Bergensbahn, Flamsbahn, zu Fuß

Mit der Bergensbahn über das „Dach Norwegens“ EID 06

Stationen: ca. 15 min Bustransfer zum Fähranleger; ca. 10 min Fährfahrt über den Hardangerfjord; ca. 2 h Landschaftsfahrt nach Voss mit Halt am Skjervetfossen-Wasserfall; ca. 40 min Aufenthalt in Voss für einen Spaziergang und den Besuch der mit-

telalterlichen Kirche; Einstieg in die Bergensbahn; ca. 2 h Zugfahrt durch traumhaft schöne Landschaft; Mittagessen in Geilo; ca. 1 h 30 Weiterfahrt mit dem Bus durch die der Hardanger Hochebene; ca. 30 min Aufenthalt am Wasserfall Vöringfossen; ca. 40 min Rückfahrt zum Schiff

Erwachsene: 149 Euro Kinder: 109 Euro

Dauer: ca. 8 h

Mahlzeiten/Getränke: Mittagessen, Getränk

Unterwegs mit: Bus, Fähre, Bergensbahn, zu Fuß



Fahrradtouren

Eidfjord & Hardangervidda Naturzentrum EID B01

Stationen: Bike Tour durch die wunderschöne Landschaft rund um den Eidfjord; vorbei am Sima-Wasserkraftwerk durch das Sima-Tal, auf dem Rückweg Fotostopps; Weiterfahrt in Richtung Mabö-Tal; Café-Stopp und Besuch des Hardangervidda-Naturzentrums; Rückfahrt zum Hafen

Erwachsene: 59,95 Euro

Kinder: nein

Dauer: ca. 4 h 30

Länge: ca. 30 km

Typ: Soft Bikingtour

Mahlzeiten/Getränke: AIDA Trinkflasche,
Energy Pulver, Fitness Riegel



Zum Wasserfall Vöringfossen EID B02

Stationen: auf dem Weg ins Mabö-Tal entlang der alten Poststraße in Richtung Ober-Eidfjord; Beginn des anspruchsvollen Anstiegs mit wunderschönen Ausblicken; Stopp am Fossli-Hotel mit Blick auf den Wasserfall (Fotostopp); lange Abfahrt auf demselben Weg zurück Richtung AIDA

Erwachsene: 49,95 Euro

Kinder: nein

Dauer: ca. 4 h 30

Länge: ca. 40 km

Typ: Aktiv Bikingtour

Mahlzeiten/Getränke: AIDA Trinkflasche,
Energy Pulver, Fitness Riegel



Golfausflüge

In Eidfjord ist kein Golfausflug möglich!



Echte Norweger wissen, wo es schön ist

Der echte Norweger kommt aus **Stavanger**. So sehen es jedenfalls die Einwohner der viertgrößten Stadt Norwegens. Und damit haben sie gar nicht so Unrecht. War es doch im nahe gelegenen **Hafsfjord**, wo Wikingerkönig Harald Hårfagre (Schönhaar) im Jahre 872 seine denkwürdige Seeschlacht gewann, die Kleinfürsten davon jagte und sich damit die Herrschaft über ganz Norwegen erkämpfte. Grund genug also für die Stavanger den Titel „echte Norweger“ für sich zu beanspruchen. Und da sie wissen, wem sie diesen Ruf verdanken, haben sie dem berühmten Wikingerkönig mit dem **Dreischwerter-Monument** ein imposantes Denkmal gesetzt. Die Menschen in Stavanger sind zweifelsohne stolz auf ihre Geschichte. Auch auf die jüngere, die in der **Altstadt Gamle Stavanger** einen ebenso würdigen wie reizvollen Platz in der Gegenwart gefunden hat. Denn diese zählt mit rund 170 fast sämtlich weiß gestrichenen Holzhäusern aus dem 18. und 19. Jahrhundert zu den best erhaltenen Stadtvierteln dieser Art in ganz Nordeuropa. Beim **Spaziergang auf historischem Kopfsteinpflaster** scheint die Zeit stehen geblieben zu sein. Fenster und Türen sind hübsch verziert, Gaslaternen sorgen für zeitgetreues Ambiente.

Noch ein bisschen älter kommt der romanische **Dom** daher. Seine Grundsteinlegung geht ins Jahr 1125 zurück. Einst im anglo-normannischen Stil errichtet, wurde der Chor der Basilika nach einem Brand 1272 hochgotisch neu gebaut. Seitdem hat das Gotteshaus sein Aussehen kaum verändert und gehört zu den besonders gut erhaltenen mittelalterlichen Kirchen Norwegens. Der Dom ist aber nicht nur Zeichen der ruhmreichen Geschichte Stavangers als einstigem Bischofssitz, er steht auch

für das gelungene Nebeneinander von Vergangenheit und Gegenwart. Kaum kontrastreicher könnten sich **Altstadt** und hypermoderne Kaianlagen im **Hafenviertel** mit seinem bunten **Fisch- und Gemüsemarkt** ergänzen.

Erdöl hat Stavanger zu einer der reichsten Städte Norwegens gemacht. Wie es lange vor dem Reichtum zugeht, erleben Sie auf dem **Hof Jernaldergarden**. Er ist ein Relikt aus der **Eisenzeit** und wurde direkt auf den ursprünglichen Resten rekonstruiert. Die Natur spielte damals im Leben der Menschen eine bedeutende Rolle. Während sie Land und Meer vor allem als Nahrungslieferant benötigten, darf heute auch schon mal in vollen Zügen nur geschaut, gestaunt und genossen werden. Und dafür ist eine echte Attraktion gerade gut genug. Eine der schönsten von Norwegens herrlichen Landschaften ist der **Prekestolen** oder Predigerstuhl. Stolze 604 Meter ragt dieser Felsen mit seiner unglaublich glatten Kante aus dem hellgrünen **Lysefjord** in die Höhe. Schon die **Bootsfahrt** durch den **Lysefjord** offen-



bart die wilde Schönheit des norwegischen Südens mit seinen kompliziert verzweigten Fjordsystemen. Taucht schließlich der **majestätische Prekestolen** am Ufer auf, werden Sie unwillkürlich die Luft anhalten – und nicht vergessen: Das Wasser unter dem Kiel ist mindestens genauso tief wie die Berge hoch sind. Das sollten Sie bei einem Tee oder Kaffee und der typischen, süßen

Waffel „Lysefjord Lapper“ am **Strand von Hellenen** erst mal sacken lassen. Wenn Sie ganz und gar frei sind von Höhenangst, dann können Sie hier einen ganz besonderen Nervenkitzel erleben: **Wandern** Sie zwei Stunden zum **Prekestolen** und genießen Sie dann aus 600 Metern Höhe einen unvergleichlichen Blick auf den unter Ihnen liegenden Fjord.

Weißer Sanddünen gibt es am Strand von Sola. Sie stehen in bestechendem Kontrast zur grünen Küste der **Region Jären**, die übrigens zu den wichtigsten Agrargebieten Norwegens gehört. Hier sind einige der größten Bauernhöfe des Landes angesiedelt. Auf dem historischen **Pfarrhof in Hå Gamle Prestegård**, der seit 1630 direkt am Meer in der Nähe eines großen Gräberfeldes aus der Eisenzeit steht, wurde hingegen die Landwirtschaft eingestellt. Noch bis 1919 beherrschten Ackerbau und Viehzucht den Alltag, jetzt hat in den restaurierten Hof die Kultur Einzug gehalten: Ein kleines Museum, Ausstellungen und Konzerte sind Anziehungspunkt für viele Besucher.

Der „Weg“ zur **Insel Mosterøy** ist eher ungewöhnlich: Wenn Sie zum mittelalterlichen **Kloster Utstein** möchten, müssen Sie zunächst tief unter den Meeresspiegel. Der **Rennfast-Tunnel** ist mit seiner Länge von 5.860 Metern und seinen 223 Metern unter Tage die tiefste Unterwasser Verbindung der Welt. Die Wikinger schipperten aber noch zur Insel hinüber, um dort ihren Königssitz zu erbauen. Später wurde Utstein den Augustinermönchen des St. Olav Klosters geschenkt und ist Norwegens einzig erhaltenes Kloster aus dem Mittelalter. Heute dient es als Konferenzzentrum ganz weltlichen Zwecken. An die Wikinger erinnern an diesem idyllischen Fleckchen zwischen alten Bäumen, sanften Hügeln und freier Sicht zum Meer nur noch einige Grabhügel.

Ob Sie nun einzig in Stavanger auf die echten Norweger treffen, bleibt offen. Sicher aber ist: Stadt und Region können mit echten Attraktionen aufwarten, die nicht nur Wikinger erobern können.

Daten & Fakten

Größe: Stavanger ist mit rund 116.000 Einwohnern die viertgrößte Stadt Norwegens und liegt im Bezirk Rogaland. Sie gilt als Ölmetropole Europas und breitet sich auf einer Fläche von etwa 72 km² aus.

Die Informationen zu **Klima, Politik, Sprache** und **Währung** entsprechen denen zum Hafen Bergen auf S. 17.

Hinweis: Bitte beachten Sie, dass die Ausflüge von uns lediglich vermittelt werden. Die Durchführung liegt in den Händen der örtlichen Agenturen. Diese sind als Veranstalter der Ausflüge Ihre Vertragspartner. Eine Liste der Ausflugsagenturen ist an Bord einsehbar.

Ausflugprogramm

Bootsfahrt auf dem Lysefjord

STA 01

Stationen: kurzer Fußweg zum Bootsanleger; ca. 1 h 30 Bootsfahrt auf dem Lysefjord zum „Prekestolen“, dem mit 600 m Höhe wohl imposantesten Felsen der norwegischen Fjordlandschaft; ca. 1 h Aufenthalt im Lysefjord Naturzentrum mit Kaffee, Tee und „Lysefjord Lapper“ (typische Waffeln); per Boot nach Stavanger und zu Fuß zurück zum Schiff

Erwachsene: 64,50 Euro Kinder: 45,50 Euro
 Dauer: ca. 3 h 30
 Mahlzeiten/Getränke: Kaffee, Tee, Waffeln
 Unterwegs mit: Boot, zu Fuß

Stavanger auf einen Blick

STA 03

Stationen: Orientierungsfahrt durch das Hafengebiet mit seinem Fisch- und Gemüsemarkt in Richtung Hafersfjord zum Drei-Schwerter-Monument, Fotostopp; weiter durch die Agrargebiete der Gemeinde Rogaland, vorbei am Dom und an den typischen weißen Holzhäusern aus dem 18. und 19. Jh.

Erwachsene: 35,50 Euro Kinder: 25,50 Euro
 Dauer: ca. 2 h
 Unterwegs mit: Bus
 Mahlzeiten/Getränke: keine

Stadt & Eisenzeithof



STA 04

Stationen: ca. 45 min Busfahrt vorbei am Fisch- und Gemüsemarkt und am Drei-Schwerter-Monument zum Eisenzeithof, ca. 30 min Besuch der rekonstruierten Anlage; Weiterfahrt zum Aussichtspunkt Ullandhaug mit schönem Ausblick auf die Stadt und zum Dom, ca. 20 min Besichtigung des romanischen Bauwerks; anschließend ca. 30 min Spaziergang durch Alt-Stavanger mit den typischen weißen Holzhäusern aus dem 18. und 19. Jh.; wahlweise per Bus oder zu Fuß zurück zum Schiff

Erwachsene: 42,50 Euro Kinder: 29,95 Euro
 Dauer: ca. 3 h
 Unterwegs mit: Bus, zu Fuß
 Mahlzeiten/Getränke: keine

Besuch des Utstein-Klosters

STA 06

Stationen: ca. 1 h Busfahrt durch schöne Landschaft und den Rennfast-Tunnel zur Insel Mosterøy; ca. 1 h 15 Besuch des mittelalterlichen Utstein-Klosters inklusive Erfrischungspause mit Kaffee und „Lysefjord Lapper“ (typische Waffeln); ca. 45 min Rückfahrt zum Schiff

Erwachsene: 49,95 Euro Kinder: 35,50 Euro
 Dauer: ca. 3 h
 Mahlzeiten/Getränke: Kaffee, Waffeln
 Unterwegs mit: Bus, zu Fuß

Wanderung auf den Prekestolen



STA 07

Stationen: kurze Busfahrt zum Fähranleger; ca. 45 min Fahrt mit der Fähre über den Fjord und ca. 25 min per Bus zum Ausgangspunkt der Wanderung; ca. 2 h 10 Wanderung zum Prekestolen; ca. 45 min Zeit zum Ausruhen und Genießen der Aussicht; anschließend auf demselben Weg zurück zum Schiff

Erwachsene: 87,95 Euro Kinder: 62,50 Euro
 Dauer: ca. 8 h
 Mahlzeiten/Getränke: Lunchpaket
 Unterwegs mit: Bus, Fähre, zu Fuß
 Hinweise: festes Schuhwerk und gute Kondition erforderlich, nicht geeignet für Gäste mit Höhenangst

Unsere Fahrradtouren und Golfausflüge finden Sie auf den nächsten Seiten!



Fahrradtouren

Badausflug um den Hafrsfjord

STA B01

Stationen: vorbei an der Domkirche und dem Bypark in Richtung Altstadt mit Fotostopp an zwei Häusern; Weiterfahrt Richtung Tananger mit schönen Ausblicken auf die Küste und die vorgelagerten Inseln; über Sola zum Drei-Schwerter-Monument (Fotostopp); Anstieg auf den Ullandshaugen und anschließend kurzer Stopp am Eisenzeithof; Rückfahrt Richtung Stavanger; durch die Einkaufsstraßen und am Erdölmuseum vorbei zum Hafen

Erwachsene: 49,95 Euro

Kinder: nein

Dauer: ca. 4 h

Länge: ca. 36 km

Typ: Soft Bikingtour

Mahlzeiten/Getränke: AIDA Trinkflasche,
Energy Pulver, Fitness Riegel



Zwischen Eisenzeit, Wikingern & Ölplattformen

STA B03

Stationen: zur Domkirche und durch den Bypark in Richtung Altstadt mit Fotostopp an zwei Häusern; Weiterfahrt Richtung Drei-Schwerter-Monument (Fotostopp); kleiner Anstieg auf den Ullandshaugen und kurzer Stopp am Eisenzeithof; Rückfahrt Richtung Stavanger; durch die Einkaufsstraßen und am Erdölmuseum vorbei zum Hafen

Erwachsene: 34,50 Euro

Kinder: nein

Dauer: ca. 2 h 30

Länge: ca. 17 km

Typ: Schnupper Bikingtour

Mahlzeiten/Getränke: AIDA Trinkflasche,
Energy Pulver, Fitness Riegel



Golfausflüge

Stavanger Golf Club

STA G01

Beschreibung: einer der ältesten Golfclubs Norwegens, gegründet 1956; 18-Loch Golfplatz, Par 71; idyllisch gelegen am See Store Stokkavatn; leicht hügelig und bewaldet; relativ enge Fairways; Golfen in traumhafter Landschaft

Erwachsene: 129 Euro

Kinder: 99,95 Euro

Dauer: ca. 6 h

Handicap: Damen: 36, Herren: 28

Hinweise: keine Hardspikes; Dress Code:

Kragenshirt und Knie bedeckende Hosen

Leistungen: Transfer zum Golfclub und zurück, Greenfee, Leihschläger (Komplettsatz oder Halbsatz), Betreuung durch den AIDA Golf-Lehrer



Für Einsteiger: Schnuppergolfen

STA G02

Beschreibung: erstes Golfplatzfeeling bei einem zweistündigen Schnuppergolfkurs mit dem AIDA Golf-Lehrer; kurze Theorie-Runde; danach Einweisung in den Golfschwung im kurzen und langen Spiel auf der Driving Range und den Übungseinrichtungen, nach dem Unterricht Freizeit zum Üben auf der Range oder Entspannen im Clubhaus; ideal für Neulinge und Anfänger; Hin- und Rücktransfer zusammen mit dem Ausflug STA G01

Erwachsene: 75,50 Euro

Kinder: 75,50 Euro

Dauer: ca. 6 h

Hinweise: Dress Code:

Kragenshirt und Knie bedeckende Hosen

Leistungen: Transfer zum Golfclub und zurück, Fee für Driving Range, Übungsanlagen und Bälle, Leihschläger (Komplettsatz oder Halbsatz), Betreuung durch den AIDA Golf-Lehrer



Für Ihre Notizen ...

Bildimpresum: Molde und Stavanger © Julia Kopper
Eidfjord © Terje Rakke, Nordic Life

Änderungen nach Drucklegung vorbehalten!