

Ihr offizieller Schwedenführer

# Schweden

## Unvergessliche Erlebnisse

Jetzt den natürlichen, schwedischen  
Lebensstil entdecken

Genussvolle Abenteuer  
in der schwedischen Natur

Freundlicher Großstadtpuls  
in Stockholm, Göteborg & Malmö



#### FOTONACHWEIS:

(TITEL Umschlag Vorder- und Rückseite) © Per Pixel Petersson/imagebank.sweden.se  
(SEITE 2-3) © Patrik Svedberg/imagebank.sweden.se,  
© Synöve Borlaug Dufva/imagebank.sweden.se, © Sammy Minkoff.  
(SEITE 4-5) © Henrik Trygg/imagebank.sweden.se © Jeppe Wikström/ http://mediabank.visitsweden.com © Björn Olin/Folio/imagebank.sweden.se © Agence les Conteurs  
© Tove Freij/imagebank.sweden.se © Eytys © Nicho Södling/Folio/imagebank.sweden.se  
© Werner Nystrand/Folio/imagebank.sweden.se  
(SEITE 6-7) © Nora Lorek/Rockfoto/imagebank.sweden.se © Mika Aberra/Göteborg & Co  
© Henrik Trygg/imagebank.sweden.se © Along Dusty Roads  
© Tina Stafrén/imagebank.sweden.se © Göran Assner/imagebank.sweden.se  
© Superstudios D&DAB/goteborg.com © Tina Stafrén/imagebank.sweden.se  
© Anna Hällams/imagebank.sweden.se  
(SEITE 8-9) © Justin Brown/imagebank.sweden.se © Apelöga/Malmö Turism  
© Miriam Preis/imagebank.sweden.se © Per-Erik Tell/imagebank.sweden.se  
© Miriam Preis/imagebank.sweden.se © Helena Bergqvist © Werner Nystrand  
© Joakim Lloyd Rabof  
(SEITE 10-11) © Amanda Westerbom/imagebank.sweden.se © Inter IKEA Systems B.V.  
2020 © Hannes Söderlund/imagebank.sweden.se © Conny Fridh/imagebank.sweden.se  
© Per Bifrost/imagebank.sweden.se © Orrefors Kosta Boda © Christopher Hunt  
© Jan Simonsson/imagebank.sweden.se  
(SEITE 12-13) © Mattias Leppäniemi/imagebank.sweden.se © Erik G Svensson  
© Håkan Vargas S/imagebank.sweden.se © Jann Lipka/imagebank.sweden.se  
© Cathrine Wichmand © Mattias Givell © Upplev Norrköping © Jean-Baptiste Beranger  
© Conny Fridh/imagebank.sweden.se © Åke E:son Lindman  
(SEITE 14-15) © Emelie Asplund/imagebank.sweden.se © Björn Tesch/imagebank.sweden.se  
© Johan Willner/imagebank.sweden.se © Johan Willner/imagebank.sweden.se  
© Conny Fridh/imagebank.sweden.se © Friluftsbym Höga Kusten/imagebank.sweden.se  
© Oskar Lürén/Användning i media  
(SEITE 16) © Doris Beling/Folio/imagebank.sweden.se  
© Clive Tompsett/imagebank.sweden.se © Elisabeth Edén/imagebank.sweden.se  
© Alexander Hall/imagebank.sweden.se  
(SEITE 18-19) © Asaf Kliger/imagebank.sweden.se © Jonas Ingman/Vastsverige.com  
© Staffan Widstrand/imagebank.sweden.se © Patrick Trägårdh © Lennart Trollvad  
© Lucas Günther/imagebank.sweden.se  
(SEITE 20-21) © Urnatur/mynewsdesk.com/se © Idre Fjäll  
© Håkan Vargas S/imagebank.sweden.se © Helena Wahlman/imagebank.sweden.se  
© Ted Logart/imagebank.sweden.se © Göran Assner/imagebank.sweden.se  
© Anna Öhlund/imagebank.sweden.se  
(SEITE 22-23) © Anders Tedeholm/imagebank.sweden.se  
(SEITE 24-25) © Niclas Vestefjell/imagebank.sweden.se  
© Staffan Widstrand/imagebank.sweden.se © Anders Ekholm/Folio/imagebank.sweden.se  
© Carl-Johan Utsi/imagebank.sweden.se © Moa Karlberg/imagebank.sweden.se  
© Visitsundsvall © Simon Paulin/imagebank.sweden.se © Apelöga/imagebank.sweden.se  
(SEITE 26-27) © Oskar Lürén © Gunn Viol Kattilakoski  
© Per Pixel Petersson/imagebank.sweden.se  
(SEITE 28-29) © Conny Fridh/imagebank.sweden.se © Werner Nystrand  
© Christoffer Collin/imagebank.sweden.se © Ölands Turismorganisation  
© Anna Hällams/imagebank.sweden.se © Fredrik Broman/imagebank.sweden.se  
© Tina Stafrén/imagebank.sweden.se © Roger Borgelid/Wetsweden.com  
(SEITE 30-31) © Friluftsbym Höga Kusten/imagebank.sweden.se  
© Martin Svalander/imagebank.sweden.se © Staffan Widstrand/imagebank.sweden.se  
© Fredrik Broman/imagebank.sweden.se © Jessica Lindgren/imagebank.sweden.se  
© Hans-Olof Utsi/imagebank.sweden.se © Mark Harris/imagebank.sweden.se  
© Friluftsbym Höga Kusten/imagebank.sweden.se © Stefan Ågren/imagebank.sweden.se  
(SEITE 32-33) © Per Bifrost/imagebank.sweden.se © Doris Beling/Folio/imagebank.sweden.se  
© Clive Tompsett/imagebank.sweden.se © Carolina Romare/imagebank.sweden.se  
© Magnus Carlsson/imagebank.sweden.se © Alexander Hall/imagebank.sweden.se  
(SEITE 34-35) © Sara Ingman/imagebank.sweden.se © Björn Tesch/imagebank.sweden.se  
© Anna Hällams/imagebank.sweden.se © Magnus Skoglöf/imagebank.sweden.se  
© Tina Stafrén/imagebank.sweden.se © Clive Tompsett/imagebank.sweden.se  
© Jakob Fridholm/imagebank.sweden.se © Visit Stockholm, Oskar Scheller  
© Tina Stafrén/imagebank.sweden.se © August Dellert/imagebank.sweden.se  
(SEITE 36-37) © Anna Hällams © junibacken.se/press © Oscar AB  
© Erik Edvardsson/Nordens Ark © Astrid Lindgrens Värld © Öivind Lund/Visit Värmland  
© Idre fjäll © Anna Gerdén/ tekniskamuseet.se/press © Orsa Grönklitt  
© Martin Svalander/imagebank.sweden.se  
(SEITE 38-39) © Lindsten & Nilsson/imagebank.sweden.se  
© STF/www.swedishtouristassociation.com © Scandic Visby © Treehotel ©  
© Juila Cathrine This © Michael Törnkvist © maja kristin nylander © Asaf Kliger  
(SEITE 40-41) © Helén Pe/visitsweden.com © Hooks Herrgård © Fotopamela.se  
© Jeppe Blomgren © Henrik Trygg © The Curious Pear

HERAUSGEBER: Visit Sweden,  
PROJEKTLEITUNG: Ninnan Stenmark Åhlén, Nils John  
GRAFIK DESIGN: Djik Ouchiiian

Bei den in dieser Broschüre enthaltenen Angeboten handelt es sich um Anzeigen und Links zu Webseiten. Ein Anspruch auf Vollständigkeit kann nicht erhoben werden. Alle Angaben ohne Gewähr.  
AUFLAGE: 30.000 Exemplare.





Ursula „Uschi“ Disl, zweifache Olympiasiegerin im Biathlon, hat 2007 zusammen mit ihrem schwedischen Partner Thomas Söderberg, der auch im Skisport aktiv ist, ein Haus im Dorf Kråkberg außerhalb von Mora in der schwedischen Region Dalarna gekauft. Nachdem das Paar mit seinen zwei Kindern zunächst nur die Sommermonate und Weihnachten hier verbrachte, hat die Familie 2012 dauerhaft ihr Zuhause von Kössen in den österreichischen Alpen hierher verlegt.



## In Schweden schlafe ich besser...

### Inhalt

- 04 Stockholm – die Metropole auf den Inseln
- 06 Göteborg – die Stadt am Meer
- 08 Malmö – das Tor zum Kontinent
- 10 Mach's wie die Schweden
- 11 Die Hipsterkultur hat das Interesse an ursprünglichem Handwerk neu entfacht
- 12 Schwedens kulturelles Erbe ist groß und vielseitig
- 14 Schwedische Perlen
- 16 Der Traum vom Schwedenhäuschen
- 18 Erlebnisse und Abenteuer in der Natur
- 22 Das Nordlicht
- 24 Drei fantastische Wanderwege
- 26 Routenvorschläge
- 32 Mittsommer – der schwedischste aller Feiertage
- 34 Frische Zutaten – natürlicher Geschmack
- 36 10 beliebte Reiseziele für die ganze Familie
- 38 Außergewöhnliche Unterkünfte
- 40 16 x preisgünstiges Schweden
- 42 Karte

„Wir haben es wirklich nie bereut, nach Schweden und hierher nach Mora gezogen zu sein, auch wenn ich meine geliebten Alpen natürlich vermisse. Man hat einfach so viel mehr Platz hier, es gibt weniger Autos, keine Staus, kein Gedränge.“

Natürlich gibt es auch Dinge, die in Schweden nicht so gut sind. Aber verglichen mit dem Leben in Österreich oder in Deutschland, wo ich herkomme, überwiegen die Vorteile. Insgesamt ist der Alltag hier einfacher, es ist viel weniger bürokratisch und umständlich.

Dass wir uns gerade hier niedergelassen haben, liegt natürlich daran, dass man ganz schnell draußen in der Natur ist. Mit der Vasalauf-Loipe sind die Voraussetzungen für Langlauf ideal. Und für alpines Skifahren ist man schnell in Sälen oder Grönklitt. Auch die Bedingungen zum Radfahren sind optimal: Selbst nach Stunden kann man die Autos, die einem begegnet sind, an einer Hand abzählen. Neulich habe ich ein Kajak gekauft. Damit kann ich jetzt auf den schönen Orsasjön rauspaddeln, der nur 500 m von unserem Haus entfernt liegt. Das ist echte Lebensqualität.

Für uns ist es ideal, in Mora zu wohnen. Die kleine Stadt bietet einerseits die erforderliche Infrastruktur, andererseits ist man schnell draußen in der Natur. Auch Attraktionen wie der Tierpark Orsa Rovdjurspark und der Freizeitpark Tomteland sind von hier aus leicht erreichbar. Wenn man wie ich aus Bayern kommt, fühlt man sich mit den Trachten, dem Handwerk und den vielen Bräuchen auch schnell zu Hause. Wir wohnen in einem Haus, das hundert Jahre alt und mit traditioneller Kurbitsmalerei, der charakteristischen Bauernmalerei aus Dalarna, verziert ist.

Wir haben auch einen großen Bekanntenkreis in Mora. Hier leben außerdem viele Deutsche, die meist im Krankenhaus arbeiten. Wir haben aber vor allem schwedische Bekannte. Ich erlebe die Schweden grundsätzlich als sehr offen, freundlich und leicht zugänglich. Vor allem sind die Leute hier entspannter. Das ist eigentlich der größte Unterschied. Seit wir hierher gekommen sind, schlafe ich viel besser.“

Visit   
Sweden

[www.visitsweden.de](http://www.visitsweden.de)

Visit Sweden  
E-Mail: [info@visitsweden.com](mailto:info@visitsweden.com)

Herausgabe: Februar 2020

# Stockholm – die Metropole auf den Inseln

Die königliche schwedische Hauptstadt Stockholm gilt als eine der schönsten Städte der Welt – kein Wunder, denn sie befindet sich in einzigartiger Lage auf 14 Inseln in der Mündung des Mälaren in die Ostsee, im Herzen des Stockholmer Schärengartens. Ihr Zentrum bilden die mittelalterliche Altstadt und das Königliche Schloss.

Die Restaurants am Wasser gehören im Sommerhalbjahr zu den beliebtesten Treffpunkten.



Ein klassisches Wahrzeichen von Stockholm – die weißen Schiffe, die von den Kais mitten in der Stadt zu den Schäreninseln und auf dem Mälaren verkehren.



Es heißt, dass sich Stockholm in den letzten Jahren von einer großen Kleinstadt in eine kleine Großstadt verwandelt hat. Die Stadt „boomt“ nun schon seit längerem auf unterschiedlichen Ebenen. Stockholm bietet die gesamte Palette kultureller und populärer Großstadtvergnügen einer modernen, internationalen Metropole wie Shopping, Restaurants und Entertainment – jedoch ohne deren Schattenseiten wie Gedränge, zeitraubende Distanzen und Schmutz.

Stockholm gilt als eine der schönsten Städte der Welt. Die auf 14 Inseln erbaute königliche Hauptstadt zeichnet sich durch ihre spektakuläre Vereinigung von Urbanität, Natur, Land und Wasser aus sowie durch ihre einzigartige Lage am Zusammenfluss von Mälaren und Ostsee. Die wilde, saubere Natur, von der die Stadt nicht nur umgeben, sondern auch durchzogen ist, gibt Stockholm eine ganz eigene Frische. Und sie sorgt dafür, dass der Wechsel der Jahreszeiten, die jede für sich ihren ganz eigenen Charme besitzt, besonders beeindruckend ist. Man könnte sagen, dass Stockholms Innenstadt aus zwei Zentren besteht: Auf der einen Seite des Stockholms ström liegen die City und das schicke, mondäne Östermalm mit seinem internationalen Angebot für Powershopper und vielen der berühmtesten kulturellen und historisch interessanten Attraktionen der Stadt. Hinzu kommt ein fantastisches Angebot an Gastronomie und Entertainment, sieben Tage die Woche, 365 Tage im Jahr. Auf der anderen Seite befindet sich die große Insel Södermalm, der ehemalige Arbeiterstadtteil, in dem sich mittlerweile eine lebendige, jüngere und trendige Szene mit einem interessanten Angebot an Shopping, Kultur und Gastronomie angesiedelt hat. Direkt dazwischen liegt die Stockholmer Altstadt, der mittelalterliche Stadtkern Gamla Stan, der als der größte und am besten bewahrte seiner Art in Europa gilt. Das fußgängerfreundliche Stockholm bietet ständig neue, beeindruckende Panorama blicke über Wasser und Inseln.

Als Restaurantstadt gehört Stockholm zu den bedeutendsten Europas. Hier gibt es allein zehn Restaurants, die im Guide Michelin mit einem Stern ausgezeichnet sind, drei davon dürfen sich sogar mit zwei Sternen schmücken. Und vermutlich ist es nur eine Frage der Zeit, bis Stockholm sein erstes 3-Sterne-Restaurant erhält. Qualität und Kreativität zeichnen jedoch nicht nur die Sterne-Restaurants aus, sondern Stockholms Gastronomie im Allgemeinen. In der ganzen Stadt gibt es Gaststätten, Bistros, Restaurants und Cafés mit ungewöhnlichen, kreativen Menüs, die sich durch ein Crossover aus schwedischer und internationaler Gastronomie, durch ökologisches Bewusstsein und die Verwendung von gesunden, regionalen Zutaten auszeichnen.

[www.visitstockholm.com](http://www.visitstockholm.com)

[www.visitsweden.de](http://www.visitsweden.de)



Blick über das Stockholmer Rathaus, das mittelalterliche Riddarholmen, Gamla Stan, den Riddarfjärden und die Mündung in den Stockholmer Schärengarten.



Im Stockholmer Modeviertel Biblioteksstaden findet man vor allem internationale Luxusmarken und die Flagship-Stores bekannter schwedischer Modemarken.



Der mittelalterliche Stadtkern Gamla Stan, Stockholms Ursprung.



Unterwegs auf einem der fantastischen Stockholmer Spazierwege am Djurgårdskanal.



Das beliebte Musikfestival  
Way Out West findet im  
August in Göteborg statt.



Die Statue des Meeressgottes  
Poseidon wacht über die Stadt  
am Meer.



Gekochte, fangfrische  
Kaisergranaten – eine der  
unzähligen Delikatessen,  
die Göteborg zu einem  
attraktiven Reiseziel machen.



Göteborg ist das Tor zu der  
fantastischen Schärenwelt  
von Bohuslän.



Die Kanäle im Zentrum der Stadt  
sind ein Erbe der Niederländer,  
die im 17. Jahrhundert das Stadtbild  
entscheidend geprägt haben.



In Göteborg gibt es eine große Anzahl  
erstklassiger Restaurants und Köche.  
Viele von ihnen arbeiten mit regionalen  
Produkten und kreieren Menüs passend  
zu den jeweiligen Jahreszeiten





# Göteborg – die Stadt am Meer

Die Nähe zum rauen Nordatlantik hat Göteborg seit jeher geprägt. Die alte Handels- und Seefahrerstadt hat eine interessante Wandlung durchlaufen seit die Ufer und Kais, die früher von Industrie und Seefahrt genutzt wurden, in den letzten Jahren durch zeitgenössische, urbane Bebauung „zurückerobert“ wurden. Kultur, Innovation und Kreativität prägen das moderne Göteborg, das auch eine der führenden Universitätsstädte Skandinaviens ist.

Der fußgängerfreundliche Stadtkern bietet eine breite Auswahl an Kultur, Shopping, Sehenswürdigkeiten, Restaurants und Entertainment. In der Fußgängerzone des pittoresken Stadtviertels Haga und im Bereich um die Magasinsgatan gibt es kreative Mode- und Designgeschäfte, Galerien, Cafés und Restaurants.

Göteborg hat viele Attraktionen von Weltrang zu bieten. Das Konstmuseet besitzt eine ausgezeichnete Sammlung skandinavischer Kunst des 19. und 20. Jahrhunderts sowie ältere internationale Meisterwerke. Das Röhsska museet ist eines der bedeutendsten Museen für Design und Kunsthandwerk in Skandinavien. Das Universeum und das Weltkulturmuseum sind moderne Neukömmlinge in der Museumslandschaft. Zudem verfügt die Stadt über eine dynamische Musikszene, nicht zuletzt dank der Göteborger Symphoniker, Schwedens Nationalorchester.

In den letzten Jahren hat sich Göteborg aufgrund seiner fantastischen Gastronomie zu einem international anerkannten Reiseziel für Feinschmecker entwickelt.

Es gibt eine breite Auswahl an Restaurants von höchster, internationaler Klasse, von denen sechs im Guide Michelin mit einem Stern ausgezeichnet sind.

Von Göteborg gelangt man im Handumdrehen in eines der zahllosen idyllischen Fischerdörfer im Schärengarten von Bohuslän – einer rosa schimmernden Inselwelt, die zu Kajaktouren und Hummersafari einlädt.

Göteborg ist Skandinaviens führende Event- und Entertainmentstadt. Im Vergnügungspark Liseberg und im benachbarten Messebereich werden das ganze Jahr über internationale Messen sowie Konzerte und unterschiedlichste Events veranstaltet. Auch in der Weihnachtszeit ist Göteborg durch die spektakulären Lichtinstallationen, die die gesamte Innenstadt erhellen, ein besonders attraktiver Anlaufpunkt.

[www.goteborg.com](http://www.goteborg.com)  
[www.visitsweden.de](http://www.visitsweden.de)



Hafenstadt Göteborg: der Viermaster Viking von 1906 vor der Göteborger Oper.



Der Botanische Garten

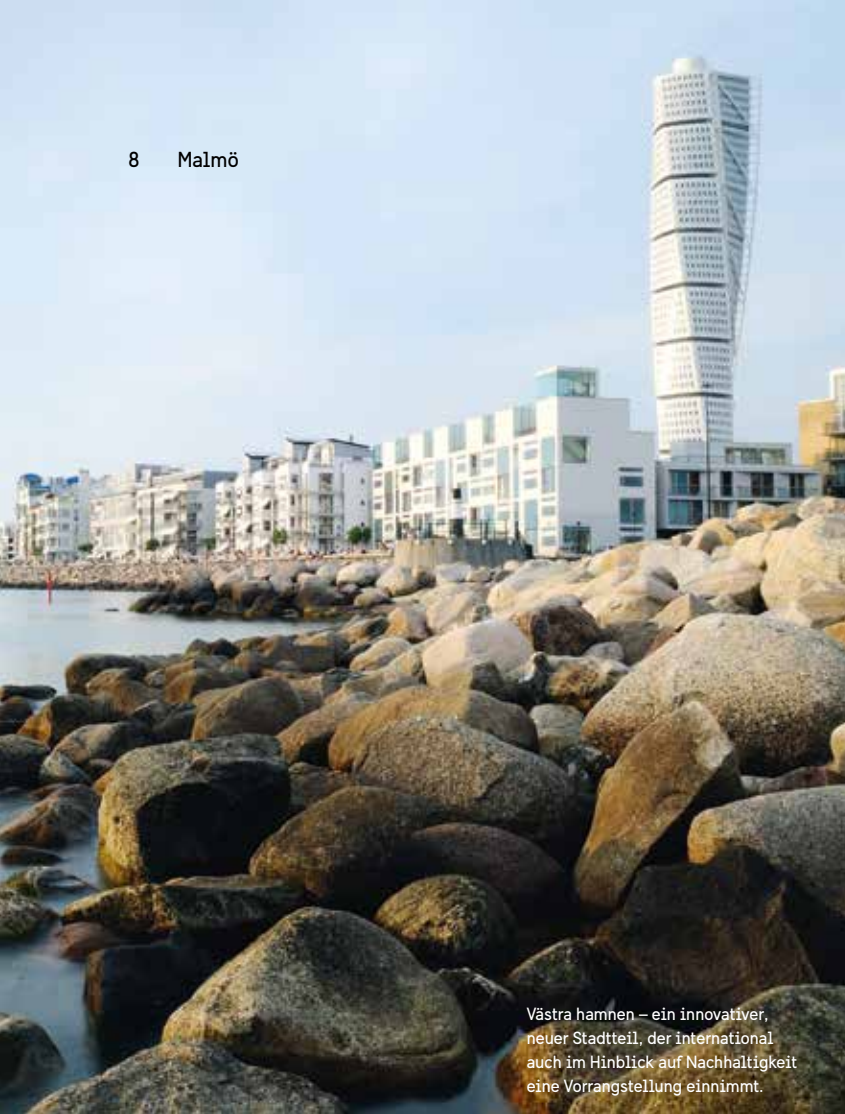


Nudie Jeans in Göteborg.



Artilleriet, die Einrichtungsboutique mit einer sorgfältig ausgewählten Kollektion an Vintage- und neuen Produkten aus dem gesamten Universum des Designs.





Västra hamnen – ein innovativer, neuer Stadtteil, der international auch im Hinblick auf Nachhaltigkeit eine Vorrangstellung einnimmt.



Kitchen & Table – beliebtes Restaurant im Dachgeschoss des Clarion Hotels mit atemberaubender Aussicht über Malmö und den Öresund, geführt vom Starkoch Marcus Samuelsson.



Üppige Blumenpracht im pittoresken Gamla Väster.

# Malmö – das Tor zum Kontinent

Malmö ist mit der dänischen Hauptstadt Kopenhagen durch die imposante Öresundbrücke verbunden, was sich deutlich im kontinentalen Flair der Stadt widerspiegelt. Die Einflüsse von Dänemark, Deutschland und dem europäischen Festland sind in der Architektur, dem pittoresken, historischen Stadtkern mit den weitläufigen Plätzen Stora torget und dem mittelalterlichen Lilla torget allgegenwärtig. Hier ist das Angebot an attraktiven Restaurants, Bars, Cafés, Mode- und Designgeschäften groß und abwechslungsreich.

Gerade einmal fünf Minuten zu Fuß vom Zentrum entfernt liegt der neue, expandierende Stadtteil Västra hamnen mit dem Wolkenkratzer Turning Torso als Wahrzeichen. Besonders im Sommerhalbjahr sind die Kais und Badeplätze im Hafen mit ihren zahlreichen beliebten Restaurants, Bars, Geschäften und Nachtclubs ein interessanter und lebendiger Treffpunkt für Besucher aus der gesamten Region.

Malmö ist ein multikultureller Schmelztiegel, was insbesondere im Viertel um den Möllevångstorget deutlich wird, das Restaurants, Lebensmittelgeschäfte und -märkte mit Speisen aus aller Welt, einer jungen und trendigen Shopping-, Entertainment- und Kulturszene sowie einer gehörigen Prise Underground vereint.

Malmö ist eine bedeutende Kunststadt. Hier liegen die südschwedische Filiale des Moderna Museet, die Malmö Konsthall, das Malmö Konstmuseum und viele interessante Galerien. Auch das Musikangebot ist dank zahlreicher bekannter Veranstaltungsorte, z. B. Kulturbolaget, für sowohl klassische Musik als auch für Jazz, Rock- und Clubmusik hervorragend.

Gastronomisch hat Malmö in den letzten Jahren eine beeindruckende Entwicklung durchlaufen. In der Stadt und deren Umgebung gibt es zahlreiche kreative Restaurants und gastronomische Ausflugsziele, die ihre Menüs aus regional produzierten Zutaten aus der fruchtbaren Agrarlandschaft und den Gewässern Skånes komponieren. Seit Jahren beherbergt die Stadt sogar drei Restaurants mit je einem Michelin-Stern.

Besonders im Sommerhalbjahr wird Malmö durch seinen einzigartigen Sandstrand Ribersborg und dessen lange Piere im Zentrum der Stadt geprägt. Von Malmö erreichen Sie innerhalb von 30 Minuten viele kulturell und historisch interessante Ausflugsziele, pittoreske Städtchen und Dörfer, Schlösser und Herrensitze.

[www.malमतown.com](http://www.malमतown.com)

[www.visitsweden.de](http://www.visitsweden.de)





Das aus dem 17. Jahrhundert stammende Schloss Marsvinsholm mit seinem für die Öffentlichkeit zugänglichen Park ist eines von zahlreichen Schlössern und Gutshäusern in der flachen Landschaft Südschwedens.

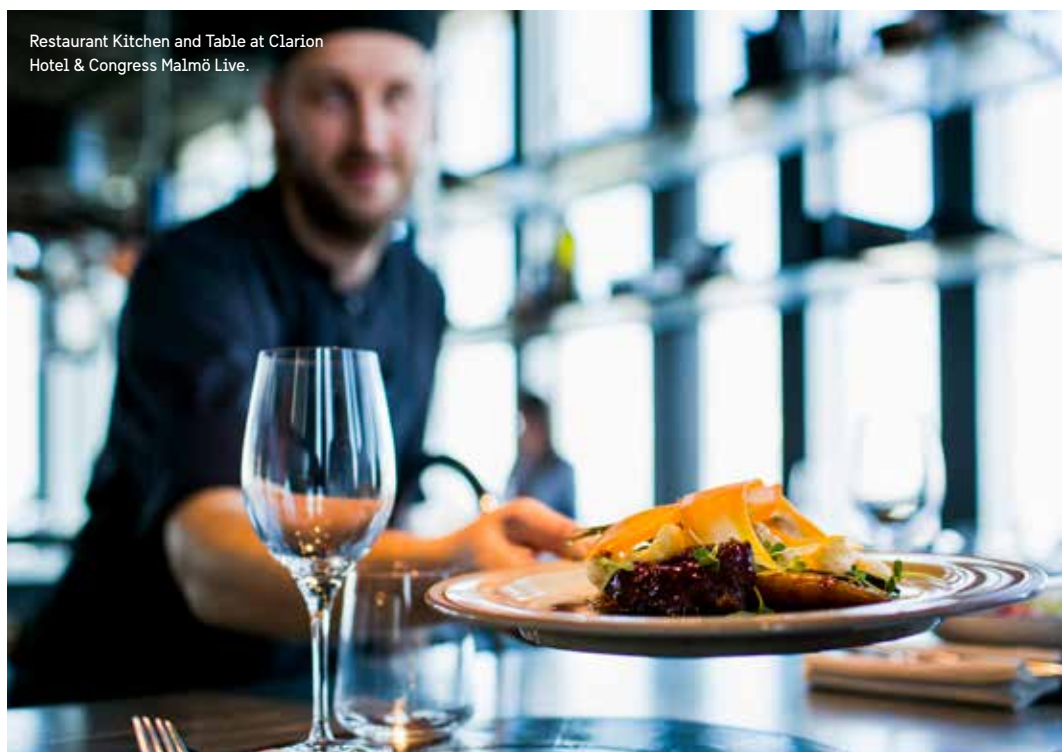
Markthalle Malmö (Malmö Saluhall)



Slottsträdgården – der große Stadtpark, der eigentlich aus mehreren verschiedenen Gärten besteht und Gartenfans eine Fülle schöner Entdeckungen bietet.



Straßencafés und -restaurants auf dem multikulturellen Marktplatz Möllvångstorget.



Restaurant Kitchen and Table at Clarion Hotel & Congress Malmö Live.





Rucksack Kånken von Fjällräven.

Traditionelle Mittsommerfeiern finden in ganz Schweden statt.



Klassisches schwedisches Handwerk, schwedische Designtradition und ursprüngliche Materialien sind wichtige Inspirationsquellen für den Weltkonzern IKEA.

# Mach's wie die Schweden

**Schweden ist, trotz der Tatsache, dass es eine relativ kleine Nation ist, für seine kreative Tradition in zahlreichen Bereichen bekannt – Design und Einrichtung, Mode, Kunst, Musik, Literatur, Film und Gastronomie.**

Im Bereich Design und Kunsthandwerk spielt Schweden bereits seit Beginn der Moderne eine zentrale Rolle. Denjenigen, die an schwedischem und skandinavischem Design, zeitgenössischen und modernen Klassikern interessiert sind, stehen in allen schwedischen Großstädten zahlreiche attraktive und kreative Geschäfte zur Auswahl. Und wem das Herz bei modernen Antiquitäten, Keramik und Glas höher schlägt, sollte unbedingt die kleineren Städte auf dem Land besuchen, in denen man nach wie vor bei international begehrten Klassikern fantastische Schnäppchen machen kann.

Das so genannte Schwedische Modewunder ist ein neueres Phänomen. In den letzten zehn Jahren hat Schweden international auf breiter Front als Modenation einen Durchbruch erzielt. Besonders im mittleren Preissegment haben schwedische Modemarken in der Kategorie trendige Streetware von sich reden gemacht. Vor allem in Stockholm, aber auch in Göteborg und Malmö, gibt es zahlreiche Flagship-Stores der progressiven, schwedischen Modemarken sowie zahlreiche interessante Concept Stores, in denen neue Mode in einer einzigartigen Kombination mit Vintage, Design, Kunst u. a. angeboten wird. Als typisch für schwedisches Design gelten dessen „demokratische“ Eigenschaften und die Berücksichtigung der Anforderungen, die das moderne Leben an uns stellt.

Schwedische Designer entwerfen weniger für das Luxussegment als für einen breiteren Kundenkreis. Dass IKEA und H&M schwedische Unternehmen sind, ist kein Zufall.

Das folkloristische Erbe ist im traditionellen und modernen Kunsthandwerk im höchsten Grad lebendig und dient auch zeitgenössischen Produkt- und Modedesignern als Inspirationsquelle. Die moderne Interpretation traditioneller Technik, Materialwahl und Formsprache gehört in den letzten Jahren zu den wichtigsten Trends des zeitgenössischen, schwedischen Designs.

Typisch schwedisches Kunsthandwerk wird in den Kunsthandwerksgeschäften in den Großstädten und auch regional auf dem Land angeboten. Am stärksten ist die Tradition in Dalarna spürbar, einer Region, die auch als die schwedischste Provinz bezeichnet wird. Hier gehört es nach wie vor dazu, dass an Feiertagen, wie z. B. zu Mittsommer, Volkstrachten getragen werden. Dalarna ist zudem die Heimat der berühmten Kurbitsmalerei, die das schwedische Nationalsymbol, das Dalapferd, ziert. Besonders begehrt ist das fantastische samische Kunsthandwerk, das in Nordschweden von Alters her aus Rentierhorn, Silber, Fell und Wurzelholz gefertigt wird.

[www.visitsweden.de](http://www.visitsweden.de)



Schweden hat im Bereich Sportdesign mehrere erfolgreiche Warenmarken entwickelt. Hier beispielsweise Hövdings vielbeachteter Airbag für Radfahrer.





Tracht mit Tradition – lebendiges Kulturerbe, das überall im Land anders ist. Sie wird bei wichtigen Anlässen mit Stolz getragen, besonders bei den Festen zu Mittsommer.



Knäckebröd ist ein wichtiger Teil der schwedischen Essenstradition. In Dalarna lässt sich die Backtradition von Knäckebröd tausend Jahre zurückverfolgen. Die Knäckebrödbäckerei Skedvi ist eine von mehreren Bäckereien, die das schwedische Nationalbrot nach alter Tradition in holzbefeuerten Öfen backt.



Glasbläser in Kosta Boda

## Die Hipsterkultur hat das Interesse an ursprünglichem Handwerk neu entfacht

Vielleicht ist die Hipsterkultur nirgendwo sonst auf der Welt so stark wie in den schwedischen Großstädten Stockholm, Göteborg und Malmö, die seismografisch auf Trends reagieren.

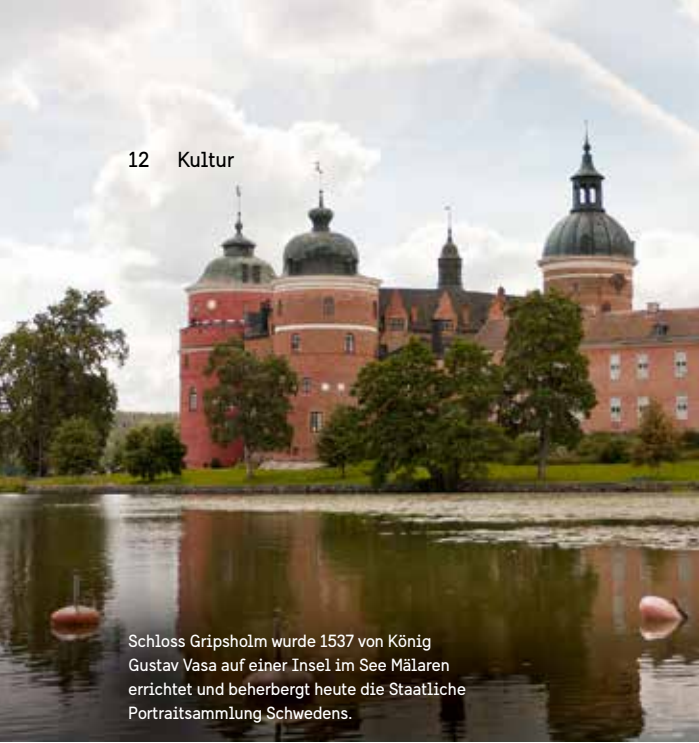
Ein positiver Effekt dieser dynamischen Bewegung ist das wieder erwachte Interesse an traditionellem, ursprünglichem Handwerk. Ob gewebte Textilien, mundgeblasenes Glas, Knäckebröd, Tierzucht oder, oder, oder: Im ganzen Land lässt sich die Entwicklung be-

obachten, dass junge Unternehmer wagen, sich im handwerklichen Bereich selbstständig zu machen. Immer mehr jüngere Menschen entdecken auch, welche Freiheit und Lebensqualität die ländlichen Regionen zu bieten haben. Es zeichnet sich deutlich ab, dass lokales Handwerk in kleinem Maßstab nicht zuletzt in trendbewussten urbanen Kreisen einen neuen Stellenwert gewonnen hat.

Für alle, die sich für traditionelles Handwerk interessieren, gibt es im ganzen Land

und natürlich auch in den Großstädten viel zu entdecken, denn hier bieten inzwischen zahlreiche Geschäfte, Märkte, Restaurants und andere Verkaufskanäle solide, traditionell vor Ort gefertigte Handwerksprodukte an. Vielerorts besteht auch die Möglichkeit, Ateliers, Werkstätten, Bäckereien, Druckereien und andere Arbeitsplätze zu besuchen, an denen traditionelles Handwerk produziert wird – als geführte Rundgänge oder als Besuche in eigener Regie.





Schloss Gripsholm wurde 1537 von König Gustav Vasa auf einer Insel im See Mälaren errichtet und beherbergt heute die Staatliche Portraitsammlung Schwedens.



Mit Ausstellungen zu den größten Fotografen der Welt hat sich das Museum für Fotografie (Fotografiska) am Stadsgårdskajen im Stockholmer Stadtteil Södermalm zu einem beliebten Publikumsmagneten entwickelt, der Menschen aus aller Welt anzieht. Das Museum bietet auch ein erstklassiges Restaurant, einen Museumshop und einige andere Highlights.



Die Hälsingehöfe (Hälsingegårdarna) in der Provinz Hälsingland stehen wegen ihres einzigartigen ästhetischen und kulturellen Wertes auf der Welterbeliste der UNESCO.



Carl Larssons Sundborn: Das Haus „Sundborn“ von Carl Larsson, einem der berühmtesten schwedischen Künstler, und seiner Frau Karin Larsson in der Region Dalarna hat Innenarchitekten und Designer weltweit inspiriert. Ein fantastisches Ausflugsziel für alle, die sich für schwedische und skandinavische Tradition und Ästhetik interessieren.

Das Museum für skandinavische Aquarellkunst (Nordiska Akvarellmuseet) in Skärhamn, unweit von Göteborg an der Westküste, ist schon wegen seiner wunderschönen Lage einen Besuch wert. Hier finden Ausstellungen mit Künstlern aus der ganzen Welt statt, außerdem bietet das Museum ein interessantes Veranstaltungsprogramm und eine spannende Außenskulptur.



Wanås in Skåne ist ein echtes Highlight für Kunstfans. Im Schlosspark und seiner Umgebung treffen zeitgenössische Kunst, Natur und Geschichte auf reizvolle Weise aufeinander. Neben einer beeindruckenden eigenen Sammlung im berühmten Skulpturenpark bietet Wanås ein erstklassiges, internationales Ausstellungs- und Veranstaltungsprogramm.



Das Museum für Arbeit (Arbetets museum) in der alten Industriestadt Norrköping, südlich von Stockholm. Das siebeneckige Gebäude aus dem Jahr 1917 wird „das Bügeleisen“ genannt und liegt mitten im Fluss Motala. Hier werden Ausstellungen rund um Arbeit, Beruf und Arbeiterbewegung gezeigt.





Die Kunsthalle Artipelag in der Nähe von Stockholm verbindet das Naturerlebnis mit moderner Kunst.



Die Schiffssetzung, in Bootsform aufgestellte Steine, Ales Stenar in der Nähe des Ortes Käseberga im Westen der Provinz Skåne stammt aus der frühen Eisenzeit.

Rechts: Die Villa des schwedischen „Malerprinzen“ Eugén auf Waldemarsudde im Stockholmer Stadtteil Kungliga Djurgården ist heute ein beliebtes Museum und Ausflugsziel.



# Schwedens kulturelles Erbe ist groß und vielseitig

**Viele Besucher aus dem Ausland staunen über den fantastischen kulturellen Reichtum Schwedens. Sie wundern sich, wie es den Schweden gelingt, die alten Traditionen, Bräuche und kulturellen Wurzeln als natürlichen Teil ihrer modernen Gesellschaft lebendig zu halten.**

Eine Erklärung für das reiche kulturelle Erbe ist Schwedens Geschichte als europäische Großmacht im 17. Jahrhundert. Die großen, internationalen Ambitionen setzten sich auch während des gesamten 18. Jahrhunderts fort. Ende des 19. Jahrhunderts begann dann die industrielle Revolution. Sie führte dazu, dass Schweden im Zeitraum von 50 Jahren zu einem der reichsten und am weitesten entwickelten Wohlfahrtsstaaten wurde. Die faszinierenden Spuren dieser beiden historischen Epochen sind in ganz Schweden allgegenwärtig.

In der Hauptstadt Stockholm liegt das Königliche Schloss, eines der größten Europas, das größtenteils während des 18. Jahrhunderts erbaut wurde. Es befindet sich in der Altstadt Gamla Stan, die zusammen mit dem angrenzenden Riddarholm Europas größten und besterhaltenen mittelalterlichen Stadtkern bildet. Die imposanten Steinhäuser der Stadtteile Östermalm, Norrmalm und Södermalm stammen aus der Zeit der Jahrhundertwende zum 20. Jahrhundert. Hinzu kommen Schlösser aus Schwedens Großmachtzeit, Skokloster und Gripsholm am Mälaren-See, die schwedische Domkirche im historischen Uppsala, die Kathedrale in Lund, die Holzkirche im lappländischen Jukkasjärvi – die Liste über historische und kulturelle Sehenswürdigkeiten, die unbedingt einen Besuch wert sind, ließe sich endlos fortsetzen.

Schweden ist eines der wenigen Länder in Europa, das von den Zerstörungen des Zweiten Weltkriegs verschont geblieben ist. Dies erklärt auch, warum es im ganzen Land so viele gut erhaltene, interessante und leicht zugängliche historische Orte und Sehenswürdigkeiten gibt. Ob Sie sich für Geschichte, Kunst, Kunsthandwerk, Architektur, Musik, Gastronomie, Gartenbau, Mode oder Design interessieren – Schweden hat, vom Traditionellen bis zum Modernsten, für jeden etwas zu bieten.

Die Hauptstadt Stockholm ist in Nordeuropa im Hinblick auf das Angebot an Museen, Theatern, Galerien, Geschäften, Restaurants und geschichtlich interessanten Orten und Sehenswürdigkeiten eine Klasse für sich. Aber auch Göteborg und Malmö bieten ein reichhaltiges Angebot an kulturgeschichtlich interessanter und dynamischer, kreativer, urbaner Gegenwartskultur. Überall in Schweden – von Lappland im Norden bis nach Skåne im Süden – gibt es unzählige interessante Museen, Schlösser und Burgen, Herrensitze, Kirchen, vorzeitliche Funde und andere geschichtlich interessante Orte, die einen Umweg wert sind. In Mittelschweden liegt Dalarna, die mit ihren tiefen grünen Wäldern, glitzernen Seen und rollenden Hügeln und Bergen häufig als die schwedischste Landschaft bezeichnet wird. Hier ist Tradition in Form von Volkstrachten und traditionellem Kunsthandwerk stärker als an irgendeinem anderen Ort Schwedens immer noch allgegenwärtig. Und das Mittsommerfest wird traditionell mit Trachten, Volksmusik und Tanz um die Maistange nicht nur am letzten Wochenende im Juni, sondern noch weit in den Juli hinein gefeiert.

Eine der vielen, historisch bedeutsamen Sehenswürdigkeiten Schwedens ist die mittelalterliche Hansestadt Visby auf der wunderschönen Ostseeinsel Gotland, die in die UNESCO-Liste der Weltkulturerbestätten aufgenommen wurde. Insgesamt 15 Stätten aus Schweden stehen auf dieser Liste. Das außerhalb Stockholms gelegene Schloss Drottningholm mit seinem berühmten Schlosstheater, der Waldfriedhof Skogskyrkogården südlich von Stockholm, Lapponia, die einzigartige unberührte Wildnis in Lappland, die außergewöhnlichen Felszeichnungen aus der Bronzezeit in Tanum in Bohuslän, die Kirchenstadt Kyrkstaden außerhalb Luleås in der Provinz Norrbotten und die für ihren Artenreichtum berühmte Heidelandschaft Stora Alvaret auf der Insel Öland sind nur einige Beispiele. An vielen dieser Orte werden zudem Gastronomie und Unterkunft in kulturgeschichtlich interessantem Ambiente angeboten.

[www.visitsweden.de](http://www.visitsweden.de)



# Schwedische Perlen

5

Hier folgt eine kleine Auswahl der beliebtesten, schwedischen Ausflugsziele.

## 1 Visby und Gotland

Die mittelalterliche Hansestadt Visby auf der landschaftlich schönen Insel Gotland ist ein einzigartiger historischer Ort, der in die Liste der UNESCO-Weltkulturerbestätten aufgenommen wurde. Im Sommer ist Visby ein begehrtes Reiseziel für alle, die im Urlaub richtig abfeiern wollen. Während des restlichen Jahres ist die kleine Stadt eine friedliche, geruhsame Idylle mit einem vielseitigen Angebot an Kultur, Restaurants und Hotels. Von Visby aus erreichen Sie innerhalb einer Stunde alle Teile der landschaftlich faszinierenden Insel. Im Norden liegt die verwunschene kleine Insel Fårö, auf der Liebhabern von Ingmar Bergman Filmen sicherlich einiges bekannt vorkommen wird. Die Insel war nicht nur der Wohnsitz dieses großen Regisseurs, sondern diente auch als Drehort für zahlreiche Szenen in seinen Filmen. Sie erreichen Gotland mit dem Flugzeug oder der Autofähre. [www.gotland.info/en](http://www.gotland.info/en)

## 2 Sörmland

Die reizvolle Region Sörmland direkt südlich von Stockholm ist für ihre vielen historischen Schlösser und Gutshöfe bekannt. Zwei Schlösser in Sörmland gehören der Königsfamilie: das schöne Sommerschloss Tullgarn aus dem 18. Jh. und das prächtige Gripsholm, das im 16. Jh. von Gustav Vasa erbaut wurde. Die meisten berühmten Schlösser und Gutshöfe sind öffentlich zugänglich. Viele bieten auch Übernachtungen und Wochenendaufenthalte mit verschiedenen Attraktionen an. Durch die „lächelnde Landschaft“ von Sörmland zieht sich der bekannte Wanderweg Sörmlandsleden, der erfahrenen Outdoor-Fans ebenso wie Einsteigern eine Fülle von Outdoor-Aktivitäten sowie Landschafts- und Kulturerlebnisse bietet. All diese Highlights sind in rund einer Stunde Fahrt von der Stockholmer Innenstadt aus erreichbar. [www.visitsormland.com/en](http://www.visitsormland.com/en)

## 3 Småland

Småland ist für viele ausländische Besucher mit seinen grünen Wäldern, blauen Seen, steinigen Weiden, Blumenwiesen und den zahllosen typisch roten Holzhäusern mit weißen Fenstern das Sinnbild Schwedens. Dass Småland als Märchenlandschaft bezeichnet wird, ist berechtigt, da es die Heimat der schwedischen Nationalautorin Astrid Lindgren ist. Die Provinz ist der Schauplatz ihrer beliebtesten Geschichten und in ihrem Heimatort Vimmerby, in dem sie ihre Kindheit verbrachte, liegt Astrid Lindgrens Welt – ein beliebtes Reiseziel für die ganze Familie. Småland ist zudem eine Landschaft mit einer stolzen Handwerks- und Unternehmertradition. Dort liegen das Glasreich, in dem Sie Glashütten besichtigen und das weltberühmte schwedische Glas zu Fabrikpreisen kaufen können, sowie das Möbelreich und Älmhult, IKEAs Wiege, in dem die erste IKEA-Filiale eröffnet wurde, die zudem auch das größte IKEA-Sortiment der Welt hat. Im Juni 2016 wurde hier auch das neue IKEA Museum eröffnet. [www.visitsmaland.se/de](http://www.visitsmaland.se/de)

## 4 Dalarna

Dalarna wird häufig als die schwedischste aller Provinzen bezeichnet. Hier sind das Kunsthandwerk und viele der beliebtesten schwedischen Bräuche und Traditionen heute noch lebendig. Besonders im Gebiet um den Siljan-See liegen mehrere pittoreske Dörfer mit vielen interessanten Sehenswürdigkeiten und gemütlichen Hotels. Die Mittsommerfeier in Dalarna, die vom 20. Juni bis Anfang Juli dauert, ist ein großes Ereignis, bei dem die Leute ihre bunten traditionellen Trachten tragen und zu Volksmusik um die kunstvoll geschmückte Mittsommerstange tanzen. Dalarna war auch die Heimat der schwedischen Nationalmaler Carl Larsson und Anders Zorn. Sundborn außerhalb Faluns und Zorngården von Mora sind beliebte Museen, die jeder, der sich für schwedische Nationalromantik, Malerei und Einrichtungskunst interessiert, unbedingt besuchen sollte. [www.visitdalarna.se/en](http://www.visitdalarna.se/en)

## 5 Österlen

Die Landschaft an der Ostküste der Provinz Skåne ist durch rollende Hügel, rauschende Laubwälder und ihr einzigartiges, berühmtes Licht geprägt. Hier gibt es gemütliche Restaurants, Gasthöfe und Cafés im Überfluss sowie Schlösser, Herrenhäuser, Märkte, Sehenswürdigkeiten, Gemütlichkeit, Idylle und herrliche weiße Strände. Der Nationalpark Stenshuvud ist ein echtes Kleinod. Es ist kein Zufall, dass sich so viele Künstler und Schriftsteller hier niedergelassen haben. Viele der Künstler haben in der Sommersaison ihre Ateliers geöffnet. [www.visitskane.com/de](http://www.visitskane.com/de)

## 6 Höga kusten – die hohe Küste

Das Küstengebiet Höga kusten, das sich durch Ängermanland erstreckt, wurde aufgrund seiner einzigartigen und großartigen Landschaft in die Liste der UNESCO-Weltnaturerbestätten aufgenommen. Die Erklärung für dieses außergewöhnliche Landschaftsbild ist, dass sich diese Gegend seit der letzten Eiszeit aufgrund der Landerhöhung schneller als irgendetwas anderer Ort auf der Welt verändert. Unbedingt erwähnt werden sollte, dass Schwedens exotischste Delikatesse Surströmming, d.h. vergorener Hering, aus dieser Gegend stammt. [www.hogakusten.com](http://www.hogakusten.com)

## 7 Östergötland und Göta Kanal

Die Landschaft Östergötland südlich von Stockholm und Sörmland hat in der schwedischen Geschichte eine wichtige Rolle gespielt. Hier liegen die mittelalterlichen Städte und Dörfer Vadstena, Söderköping und Skänninge, Schlösser und Herrensitze sowie andere geschichtlich interessante Ausflugsziele. Durch Östergötland verläuft der idyllische Göta Kanal, eine von Schwedens beliebtesten Touristenattraktionen, auf dem Sie geruhsam an Bord der historischen Kanalschiffe durch die freundliche Kulturlandschaft gleiten können. Ein weiteres von Östergötlands beliebten Reisezielen ist der Wildpark Kolmården, einer der größten Zoos Europas, in dem Sie mehrere Mitglieder der Big Five der afrikanischen Savanne und viele andere Wildtiere beobachten können. [www.visitostergotland.se/de](http://www.visitostergotland.se/de)









# Der Traum vom Schwedenhäuschen

**Dass die Schweden große Naturliebhaber sind, ist allgemein bekannt.**

Alles hinter sich zu lassen und das ursprüngliche Leben in der Natur zu suchen, ist für viele Schweden nach wie vor ein Traum. Dabei hat bereits die Hälfte der schwedischen Bevölkerung die Möglichkeit, ein zweites Zuhause in der Natur zu nutzen. Für viele hat dieser Traum eine ganz konkrete Gestalt: ein kleines rotes Häuschen mit weißen Fenster- und Türrahmen und blühendem Flieder auf einer grünen Lichtung mitten im verwunschenen Fichtenwald. August Strindberg, einer der berühmtesten schwedischen Schriftsteller, hat es einmal so formuliert: „Die schwedische Flagge ist blau und gelb. Sie hätte aber ebenso gut rot und grün sein können – rot für die Hütte, grün für den Wald.“

Nicht nur für viele Schweden ist der Traum vom schwedischen Sommerhaus inzwischen wahr geworden. Ein schwedisches Ferienhaus im Sommer oder auch zu

anderen Jahreszeiten zu mieten, ist eine erschwingliche Lösung, die immer mehr Menschen aus aller Welt entdecken. Den alltäglichen Konsum- und Kommunikationsstress hinter sich lassen zu können und zu etwas Ursprünglicherem zurückzukehren, gilt inzwischen als kostbares Gut. Ein Aufenthalt in einem Sommerhaus auf dem Land in Schweden lässt bei vielen ausländischen Gästen Erinnerungen an ihre Kindheit wach werden. Nicht wenige berichten auch, dass sich das Verhalten der Familie schnell verändert und dass die stilleren Reize der Natur die erstaunliche Fähigkeit besitzen, sich gegen die Verlockungen der digitalen Welt durchzusetzen.

**Das Angebot an schwedischen Ferienhäusern, die angemietet werden können, finden Sie auf: [www.novasol.de](http://www.novasol.de), [www.dancenter.de](http://www.dancenter.de), [www.camping.se/de](http://www.camping.se/de)**





# SCHWEDEN

---

**Günstig  
und entspannt.  
Mit der Bahn.**

[bahn.de/schweden](https://bahn.de/schweden)

Ab  
**37<sup>90</sup> €\***

\*Solange der Vorrat reicht.



# Erlebnisse und Abenteuer in Schweden – im Einklang mit der Natur

Für alle Natur- und Outdoorfans ist Schweden ein wahres Eldorado. Überall im ganzen Land halten Natur und Landschaft Abenteuer und reizvolle Erlebnisse parat. Die Möglichkeiten sind unerschöpflich. Hier zeigen wir Ihnen eine kleine Auswahl attraktiver Erlebnisse – ganz im Einklang mit der Natur. Alle aufgeführten Reiseveranstalter tragen das Qualitätssiegel „Naturens Bästa“ (Das Beste der Natur), die schwedische Garantie für nachhaltigen Erlebnistourismus.

1

## 1 Sápmi Nature

Sápmi ist der Name einer weitläufigen Region, die sich über Nordschweden, Norwegen und Finnland bis nach Russland erstreckt. Hier sind die Sami zu Hause, das indigene Volk, das hier ursprünglich von der Rentierzucht lebte. Die traditionelle Lebensweise hat sich teilweise bis heute erhalten. Der kleine Reiseveranstalter Sápmi Nature wird von dem erfahrenen Naturführer Lennart Pittja geleitet. Seinen Standort hat das Unternehmen im Sápmi Nature Camp, das außerhalb der nord-schwedischen Stadt Gällivare und unweit des UNESCO-Welterbes Laponia liegt. Im Inneren der traditionellen Koten erwarten die Gäste komfortable Doppelzimmer. Das Camp bietet ideale Voraussetzungen für spektakuläre Naturerlebnisse, beispielsweise die Polarlichter. Außerdem erhalten die Besucher einen exklusiven Einblick in die Rentierhaltung und die moderne samische Kultur.

[www.sapminature.com](http://www.sapminature.com)

## 2 Rid i jorm

Erkunden Sie die ursprüngliche Bergwelt der schwedischen Region Jämtland vom Rücken eines Islandpferds aus. Erholung und Abenteuer zugleich! An den Abenden werden Sie in einem Lager mit Sauna und „Festhütte“ mit den Köstlichkeiten aus dem Gebirge verwöhnt.

[www.korpensoga.com](http://www.korpensoga.com)

## 3 Kolarbyn

Die Kolarbyn Eco-Lodge ist eine Jugendherberge, die in den dichten Wäldern außerhalb von Skinnskatteberg nordwestlich von Stockholm liegt. Die Gegend trägt den Namen Bergslagen, denn in früheren Zeiten befand sich hier das Zentrum des schwedischen Eisenerzbergbaus, der für die Entwicklung des Landes entscheidend war. Die Jugendherberge ist um traditionelle Kohlenmeiler herum angeordnet. Im Rahmen eines Projekts wird Kohle wie einstmalig für den Erzbergbau hergestellt. So wird versucht, dieses historische Wissen für die Zukunft zu erhalten. Im Haus gibt es weder Strom noch fließendes Wasser. Tief im Wald sind die Gäste in einfachen Köhlerhütten mit holzbefeuerten Kaminen untergebracht, umgeben von himmlischer Ruhe und Stille, die geradezu mit den Händen greifbar ist. Wer den „König des Waldes“ hautnah erleben möchte, hat hier beste Voraussetzungen. Neben einer Elchsafari werden auch eine Reihe von anderen Aktivitäten wie Angeln, Tourenreiten, Wandern & Achtsamkeit u. a. angeboten.

[www.kolarbyn.se/en](http://www.kolarbyn.se/en)

## 4 Birdsafari

Ein Netzwerk erfahrener Landschafts- und Naturführer, die zu allen Jahreszeiten Vogel- und Vogelbeobachtungstouren in Mittel- und Nordschweden anbieten. Ausgangspunkt ist das schöne Svartådalen in der Region Västmanland. Zu den Touren gehören unter anderem Kranichsafaris, Schwansafaris, Eulensafaris und Adlersafaris. Im Preis sind Übernachtungen in Bed & Breakfasts und in Pensionen sowie Verpflegung enthalten. Die Mahlzeiten werden liebevoll im Wald über dem offenen Feuer zubereitet.

[www.birdsafarisweden.com](http://www.birdsafarisweden.com)

## 5 Upplevelsebolaget

In der reizvollen Klippenlandschaft an der schwedischen Westküste nördlich von Göteborg hat sich der Reiseveranstalter Upplevelsebolaget im Badeort Gustafsberg außerhalb von Uddevalla mit seinen Angeboten an Fahrrad-, Paddel- und Klettertouren für Gruppen nicht nur einen Namen gemacht, sondern wurde sogar dafür ausgezeichnet. Auf den Touren können Sie vielfältige Landschafts- und Naturerlebnisse und Abenteuer in kurzer Zeit miteinander kombinieren. Dank kompetenter Guides erlernen Sie die Technik schnell.

[www.upplevelsebolaget.com](http://www.upplevelsebolaget.com)





4



2



## 6 Granö Beckasin

Am Rande der ursprünglichen Landschaft Lapplands, die auch als die letzte Wildnis Europas bezeichnet wird, liegt die urige Outdoor-Lodge auf einer Halbinsel im Fluss Umeälven in der nordschwedischen Region Västerbotten. Die Gäste sind in komfortablen Hotelzimmern untergebracht. Das besondere Highlight sind sechs Baumhäuser, „Vogelnester“ genannt, die hoch oben in den Baumkronen verankert sind und eine grandiose Aussicht über den Fluss bieten. Für einfachere Ansprüche steht auch ein Campingplatz zur Verfügung. Das Restaurant serviert Delikatessen aus Lappland je nach Saison von Erzeugern aus der Region. Ganz gleich, ob Entspannung oder Action gefragt ist: Das breite Aktivitätsangebot der Lodge, das von Saunabesuchen und Eisbaden über Hundeschlittenfahrten, Radfahren, geführte Skitouren in verwunschenen Wäldern, Spaziergängen mit Huskys bis hin zu Floßfahrten reicht, bietet garantiert etwas für jeden Geschmack.  
[www.granobeckasin.com](http://www.granobeckasin.com)



3



5





## 7 Urnatur

Die Eco-Lodge Urnatur besticht durch ihre schöne Lage an einem verwunschenen See in den dichten Wäldern der Region Östergötland. Sie ist in 2-3 Stunden von den Ballungsräumen Stockholm, Göteborg und Malmö erreichbar. Untergebracht in Blockhütten oder sogar in Baumhäusern, die mit bequemen Betten für erholsamen Schlaf sorgen, können die Gäste die himmlische Ruhe, die im Wald herrscht, in vollen Zügen genießen. Abends serviert das Wirtspaar Ulrika und Håkan Mahlzeiten im Wald, die über dem offenen Feuer zubereitet werden. Es gibt hier zwar keinen Strom, dafür aber eine holzbeheizte Sauna am Seeufer.

[www.urnatur.se/en](http://www.urnatur.se/en)

## 8 Nordic Footprint

Das Familienunternehmen bietet exklusive Jagd- und Angeltouren in der Nähe des Naturschutzgebiets Fulufjällets Nationalpark im Norden der Region Dalarna an. Das Angebot hat sich bei Jagd- und Angelfans aus der ganzen Welt schnell einen Namen gemacht. Die Angelmöglichkeiten schließen Forelle, Saibling und Europäische Äsche ein. Die unberührte Berglandschaft lädt zur Jagd auf Birkhuhn, Auerhuhn, Waldschnepfe und Biber ein. Die unterschiedlichen Pauschalangebote umfassen Vollpension mit Mahlzeiten, die aus lokalen Zutaten zubereitet werden, sowie Übernachtung im eigenen Outdoor-Camp oder in einer Kote im Gebirge.

[www.nordicfootprints.com](http://www.nordicfootprints.com)

## 9 Vargas

Tief in den Wäldern Hälsinglands liegt diese Lodge am glasklaren See Öljugen. Es gibt weder Strom noch fließendes Wasser. Die Gäste nehmen, was die Natur für sie bereit hält, versetzt in eine andere Zeit. Hier bieten sich Naturerlebnisse aller Art in Wald und Flur an, Saunabesuche mit anschließendem Bad im See und köstliches Essen im urigen Blockhaus-Ambiente der Lodge. Als Naturfotograf bietet Håkan Vargas den Gästen hervorragende Möglichkeiten, von seinem Versteck aus Bären zu beobachten. In den Wäldern sind auch Elche, Wölfe und Königsadler beheimatet. Wer mit einer Gruppe anreist, hat die Lodge immer für sich allein.

[www.nordicnature.se](http://www.nordicnature.se)





10



12



11



13

## 10 Kajak och uteliv

Das Unternehmen Kajak och uteliv liegt in Roslagen in den nördlichen Stockholmer Schären. Es gehört zu den zahlreichen Akteuren im Land, die sowohl Kajaks vermieten als auch geführte Touren anbieten. Auch Anfänger haben hier vielfältige Möglichkeiten: kürzere Tagestrips oder aber All-inclusive-Touren mit einer Länge von bis zu fünf Tagen, bei denen der Veranstalter die gesamte Ausrüstung und Zelte stellt und für die Verpflegung sorgt. Das Erlebnis der einzigartigen Schärenlandschaft vom Seekajak aus ist kaum zu überbieten.

[www.kajak-uteliv.com](http://www.kajak-uteliv.com)

## 11 Mörrums Kronolaxfiske

Seit dem 13. Jh. ist Mörrum in der Region Blekinge für das Angeln auf Lachse und Forellen bekannt. Einer der weltweit größten Bestände von Wildlachsen und Meeresforellen zieht Angler aus aller Welt hierher. Mit einem Gewicht von stolzen 18,36 kg wurde hier im Jahr 1993 die weltweit größte Forelle geangelt. Im Lauf der Jahre wurden mehrfach Lachse gefangen, die mehr als 25 kg auf die Waage brachten. Direkt im Anschluss befindet sich ein traditionsreiches Hotel und Restaurant. Zudem werden in der Nähe andere Aktivitäten wie beispielsweise Golf angeboten.

[www.sveaskog.se/de/morrum](http://www.sveaskog.se/de/morrum)

## 12 Fishyourdream

Kombinieren Sie erstklassige Möglichkeiten, auf Lachs und Forelle zu angeln, mit interessanten Landschafts-, Natur- und Kulturerlebnissen auf den Inseln Gotland und Fårö, die lange Zeit die Wahlheimat des verstorbenen Meisterregisseurs Ingmar Bergman sowie Drehort für mehrere seiner Filme war. Inzwischen bietet der Veranstalter auch Fliegenfischen in Ammernäs in der Region Västerbotten sowie in Tjuonajokk in Lappland an – ein unvergessliches Erlebnis. Neben dem eigentlichen fantastischen Angelerlebnis – watend vom Ufer aus – bleiben in puncto Wohnkomfort, Qualität der Verpflegung und Wohlfühlambiente keine Wünsche offen.

[www.fishyourdream.com](http://www.fishyourdream.com)

## 13 Jokkmokkguiderna

Leicht wie der Wind gleiten Sie über die glitzernden verschneiten Weiten, umgeben von der erholsamen Stille der endlosen, ursprünglichen Natur Lapplands: Ein Hundegespann selbst zu lenken, ist ein Erlebnis, das sich kaum mit Worten beschreiben lässt. Sie reisen in kleinen Gruppen, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Nach einem Tag auf dem Schlitten haben Sie abends im Zeltlager ideale Voraussetzungen, um Ihr Abendessen unter den schillernden Farben des Polarlichts genießen zu können. Während der Sommermonate bietet das Unternehmen auch Wanderungen und Paddeltouren an.

[www.jokkmokkguiderna.com](http://www.jokkmokkguiderna.com)

### Erlebnisse und Abenteuer zu den Bedingungen der Natur

Sie wollen Ihre Reise nach Schweden möglichst umweltfreundlich und nachhaltig gestalten? Dann empfehlen wir Ihnen, nach Naturens Bästa/Nature's Best Sweden Ausschau zu halten – einem bahnbrechenden Qualitätssiegel für Ökotourismus in schwedischer Natur. Unter diesem Gütesiegel sind Schwedens wichtigste Ökotourismusveranstalter und deren interessanteste Angebote gesammelt und klassifiziert. Die Anforderungen an sowohl Verantwortung für die Natur als auch an die Qualität der Aktivitäten sind hoch. Wenn Sie sich für Naturens Bästa entscheiden, können Sie sich darauf verlassen, dass Ihnen fantastische Erlebnisse für alle Sinne geboten werden, die Mutter Natur eher nutzen als schaden. Das Angebot wächst ständig, schließlich wird nachhaltiger Tourismus in Schweden groß geschrieben.

[www.naturesbestsweden.com](http://www.naturesbestsweden.com)





# Das Nordlicht

Ob man es nun Polarlicht, Nordlicht oder Aurora Borealis nennt: Es ist auf jeden Fall das größte, brillianteste überirdische Lichtspektakel, das nur in der nördlichen Hemisphäre vorkommt. Und einer der besten Orte, um es zu beobachten, ist Schwedisch Lappland.

„Polarlichtjäger“ aus der ganzen Welt zieht es zur Touristenstation und zum Hotel in dem landschaftlich wunderschön gelegenen Nationalpark Abisko, von wo aus sie mit dem Sessellift bis hinauf zur Aussichtstation Aurora Sky Station fahren. Hier können die Besucher das Polarlicht von einem beheizten Raum aus beobachten, auch wenn die meisten von ihnen lieber draußen auf dem Bergplateau stehen, um nicht eine Sekunde dieses Schauspiels zu verpassen. Es gibt zwar keine Polarlicht-Garantie, aber oberhalb des Sees Torne Träsk am Fuß des Fjälls gibt es ein wissenschaftlich nachgewiesenes, so genanntes „Blaues Loch“. Dabei handelt es sich um ein spezielles Mikroklima, das besonders gute Chancen bietet, das unvergleichliche, sagenumwobene Schauspiel zu erleben, bei dem die Aurora Borealis in mächtigen, mehrfarbigen Mustern über den schwarzen arktischen Himmel tanzt. Das Icehotel in Jukkasjärvi in der Nähe von Kiruna ist ein weiterer beliebter Ort für „Polarlichtjäger“. Von hier aus werden Ausflüge zum Raumfahrtzentrum Esrange angeboten, bei denen die Gäste in einem Wildnis-Camp zu Abend essen und den Himmel nach dem Polarlicht absuchen. Darüber hinaus werden auch Flüge angeboten, um diesem noch näher zu kommen. Ein weiterer guter Standort für die Suche nach dem Nordlicht ist das Dorf Porjus am Eingang zu den riesigen Nationalparks Sarek, Padjelanta, Muddus und Stora Sjöfallet, wo die Beeinträchtigung durch künstliches Licht nur minimal ist.

[www.swedishlapland.com](http://www.swedishlapland.com)







# Drei fantastische Wanderwege

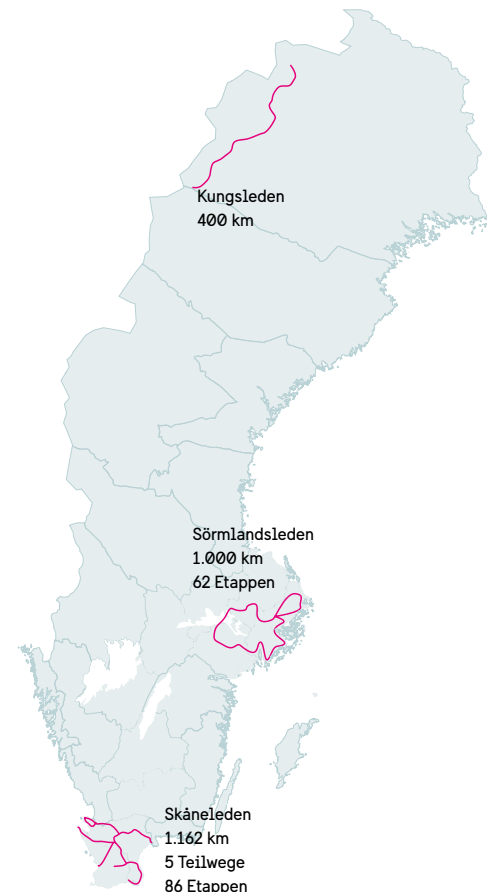
Schweden ist ein lang gestrecktes Land und hat eine Vielzahl gut gekennzeichnete, leicht zugänglicher Wanderwege mit fantastischen Naturerlebnissen zu bieten. Sie entscheiden selbst, wie viel Sie sich beim Wandern zumuten möchten. Nachfolgend werden von Norden nach Süden drei klassische Wanderwege vorgestellt.



## Kungsleden, Lappland

Der über 400 km lange Kungsleden, der sich zwischen Hemavan und Abisko in Lappland erstreckt, wurde bereits Ende des 19. Jahrhunderts angelegt. Der historische Weg gilt als einer der schönsten Wanderwege sowohl im Sommer als auch im Winter, dann jedoch auf Skiern. Hier wandern Sie durch eine atemberaubende alpine Landschaft zwischen blühenden Bergwiesen, schimmernden Gletschern, sprudelnden Bächen, dunklen Schluchten und Schwedens schönsten Fjällbirkenwäldern. Im Sommer verleitet die Mitternachtssonne dazu, rund um die Uhr zu laufen. Im Winter stehen die Chancen gut, das magische Nordlicht über den Nachthimmel tanzen zu sehen. Sie wählen einen Abschnitt entsprechend der Natur aus, die Sie am meisten interessiert. Die Strecke zwischen Abisko und Nikkaluokta ist die alpinste und am stärksten frequentierte Schwedens. Zwischen Saltoluokta und Kvikkjokk wechselt das Terrain zwischen kahlen Hochebenen über der Baumgrenze und einer zwischen Bergen und Wald eingebetteten Wiesenlandschaft. Unweit des Wegs erhebt sich die gewaltige Hochebene des Sarek Nationalparks. Holzstiege, Brücken und Wegkreuze sorgen dafür, dass die Tour für Wanderer und Skifahrer gleichermaßen sicher ist. Die bequemen Übernachtungshütten liegen in regelmäßigem Abstand am Wegesrand, so dass die Tagesetappen nie zu lang werden.

[www.swedishtouristassociation.com](http://www.swedishtouristassociation.com)





## Sörmlandsleden, Södermanland

Für diejenigen, die in sicherem Abstand zur Zivilisation durch die freundliche Landschaft Mittelschwedens wandern möchten, ist Schwedens längster Wanderweg, der landschaftlich schöne und historisch interessante Sörmlands leden, eine ausgezeichnete Alternative. Der mehr als 1.000 km lange Wanderweg ist in ca. 100 Tagestouren unterschiedlicher Schwierigkeitsgrade aufgeteilt – von anspruchsvoll bis zum leichten Sonntagsspaziergang. Die meisten der Startpunkte sind bequem mit Auto, Bus oder Zug zu erreichen. Die Naturerlebnisse wechseln ständig zwischen offener Landschaft, unberührter Natur, alten Waldgebieten und fantastischen Küstenstrecken. Der Weg führt an nicht weniger als 80 Seen vorbei, die zu einem erfrischenden Bad in abgeschiedener Natur einladen. Viele kulturgeschichtlich interessante Orte und historische Stätten liegen ebenfalls am Wegesrand. Zahlreiche Hotels, Gasthöfe, B&Bs und Jugendherbergen befinden sich gut erreichbar in der Nähe der Strecke. Für diejenigen, die lieber im Freien übernachten möchten, wurden in regelmäßigem Abstand Windschutz- und Rastplätze in schöner Lage angelegt, häufig mit gemauerten Feuerstellen.

[www.sormlandsleden.se](http://www.sormlandsleden.se)

[www.svenskaturistforeningen.se](http://www.svenskaturistforeningen.se)

## Skåneleden, Skåne

Ein 1.162 km langer Wanderweg durch die herrliche Natur- und Kulturlandschaft Skånes, der in fünf Teilstrecken unterteilt ist. Sie entscheiden, ob Sie durch den Wald oder an der Küste entlang wandern möchten. Der Skåneleden ist eine attraktive Alternative für alle, die Naturerlebnisse mit kulturellen oder kulinarischen Genüssen kombinieren möchten. Er führt Sie durch tiefe Mischwälder, beeindruckende Nationalparks, an ruhigen Seen und tiefen Schluchten vorbei, durch die rollenden Hügel der Agrarlandschaft und an kilometerlangen, weißen Stränden mit pittoresken Fischerdörfern entlang. Erleben Sie die dramatische Küste am Kullaleden, wandern Sie durch blühende Wiesen und Weiden oder durch die leuchtenden, rot-goldenen Herbstwälder Österlens. Über die gesamte Strecke gibt es gemütliche, schön gelegene Hotels, Jugendherbergen, Gasthöfe und B&Bs, aber auch einfachere Lagerplätze mit Windschutz und WC für diejenigen, die unter freiem Himmel nächtigen möchten.

[www.skaneleden.se](http://www.skaneleden.se)

[www.svenskaturistforeningen.se](http://www.svenskaturistforeningen.se)







# Routenvorschläge

In Schwedens Süden liegen Sehenswürdigkeiten und Ausflugsziele nie weit voneinander entfernt. Hier folgen vier Vorschläge für Rundreisen, die allesamt Naturschönheiten, Geschichte, Kultur und Genüsse für alle Sinne zu bieten haben.

**Rundreise durch Westschweden und um den Vänernsee**  
 Reisedauer: 7 – 14 Tage  
 Streckenlänge: rund 800 km

**Rundreise quer durch Schweden entlang des Göta Kanals**  
 Reisedauer: 2 – 3 Wochen  
 Streckenlänge: rund 1.400 km

**Familientour durch Südschweden**  
 Reisedauer: 10 – 14 Tage  
 Streckenlänge: rund 1.200 km





V. l. n. r.: Göta Kanal, Wadköping, Schloss Läckö.

## Rundreise quer durch Schweden entlang des Göta Kanals

**Von Göteborg an der Westküste führt die reizvolle Route bis nach Stockholm an die Ostküste und zurück. Dazwischen liegen die beiden großen Seen Vättern und Vänern.**

Ausgangspunkt der Route ist die Hafenstadt Göteborg. Zunächst führt die Strecke über die sehenswerten Orte Borås und Ulricehamn, dann weiter nach Småland und Jönköping am südlichen Ufer des großen Vätternsees. Das freundliche Stadtzentrum mit einigen Prachtbauten lädt zum Rundgang ein. Neben dem Provinzmuseum und einem erlebenswerten Freilichtmuseum lohnt sich der Besuch des Streichholzmuseums.

Weiter geht es am südöstlichen Ufer des Sees entlang nach Gränna - bekannt für seine rot-weißen Zuckerstangen sowie das „Andréex-peditionen Polarcenter“, in dem es viel über eine abenteuerliche Ballonexpedition zum Nordpol zu erfahren gibt. Ein nächster Stopp lohnt sich in jedem Fall in der Stadt Vadstena, die sich rund um die schicke Renaissanceburg und die spätmittelalterlichen Klosteranlagen ihren historischen Charme bewahren konnte. In Vadstena dreht sich vieles um die Heilige Birgitta – Schwedens einzige Heilige -, deren silberbeschlagener Schrein sich in der Klosterkirche befindet.

Von dem Wallfahrtsort sind es nur wenige Kilometer zum bekannten Göta Kanal. Zusammen mit dem Trollhättan-Kanal führt er quer durch das Land und verbindet seit 1832 die Nordsee mit der Ostsee. Insgesamt 65 Schleusen bieten sich auf der Strecke an, um das Auf- und Abschleusen zu beobachten. Große Freude herrscht, wenn die nostalgischen Ausflugsschiffe in die alten Schleusen einfahren. Nach den vielen Attraktionen entlang des Göta

Kanals, an dem man auch bestens Radfahren kann, lädt die Stadt Linköping zu einem Rundgang ein. Der Dom, die schöne Altstadt und das Freilichtmuseum Gamla Linköping gehören zu ihren Aushängeschildern. Zügig fährt man anschließend über die Autobahn E4 bis Norrköping, wo das alte, revitalisierte Industrieviertel mit u.a. dem Arbeitsmuseum einen Abstecher lohnt. Die Route wird dann über die E4 in nordöstlicher Richtung fortgesetzt.

Nach rund zwei Stunden trifft man im Stadtzentrum von Stockholm ein. Die schwedische Hauptstadt bietet sich für einen mehrtägigen Aufenthalt an und lockt mit unzähligen Attraktionen, wie dem Schloss in der Altstadt Gamla Stan, dem weltberühmten Vasamuseum, dem ABBA-Museum oder dem Freilichtmuseum Skansen. Das Stadtgebiet erstreckt sich über 14 Inseln, was der Stadt auch den Beinamen „Venedig des Nordens“ einbrachte. An den langen Sommerabenden herrscht eine annähernd mediterrane Atmosphäre. Unbegrenzt ist das Angebot an Restaurants, interessanten Läden und Aktivitäten. Lohnenswert ist auch eine Schiffsfahrt in die vorgelagerte Schärenwelt, die immerhin 24.000 Inseln umfasst.

Viel zu früh müssen Sie die vielseitige Metropole verlassen und steuern den Ort Mariefred an. Hier steht das prachtvolle Schloss Gripsholm, dem der gleichnamige Roman des deutschen Schriftstellers Kurt Tucholsky ein bleibendes Denkmal setzte.

Die Route wird in westliche Richtung über die E20 fortgesetzt bis man Örebro erreicht und auf ein weiteres imposantes Schloss und das lehrreiche Freilichtmuseum Wadköping stößt. Naturfreunde kommen in dem westlich liegenden Garphyttan Nationalpark auf ihre Kosten.

Im weiteren Verlauf erreichen Sie auch den Tiveden Nationalpark – mit kleinen Seen, uralten Wäldern, großen Felsblöcken und markierten Wanderwegen. Danach geht es nach Karlsborg am Vätternsee, wo es eine imposante Festung zu sehen gibt. Von Karlsborg fahren Sie gen Westen nach Mariestad am Vänernsee und treffen an einigen Stellen wiederum auf den Göta Kanal.

Im freundlichen Städtchen Mariestad lohnt sich ebenso wie in dem folgenden Lidköping ein Stadtrundgang. In Lidköping gehört die alte Porzellanmanufaktur Rörstrand mit ihrem Museum und dem Outlet zu den beliebten Zielen. Ein halbstündiger Abstecher bringt Sie zum schönen Schloss Läckö auf der Halbinsel Källandsö. Es wird Sie ebenso verzaubern wie das benachbarte Fischerdorf Spiken.

Von Lidköping geht es zunächst zur Kleinstadt Skara, die mit einem mittelalterlichen Dom, einem Freilichtmuseum und einem Vergnügungspark aufwarten kann. Eine natürliche Attraktion ist der See Hornborga mit seinem reichen Vogelleben. Im Frühjahr zieht es hunderttausende Kraniche hierher.

Die letzte Etappe verläuft über die gut ausgebaute E20 in südwestlicher Richtung durch die Region Västergötland. Hierbei passiert man viele Wälder und Seen und auch ein Abstecher zum Schloss Näs bietet sich an.

Dann endet die Reise an der Westküste in der vielseitigen Metropole Göteborg. Hier kommen Museumsfreunde, Einkaufslustige und Kulturinteressierte gleichermaßen auf ihre Kosten. Eine Fahrt mit dem Ausflugsschiff oder dem Kanalboot rundet den Stadtbesuch auf eine bequeme Art und Weise ab.



# Familientour durch Südschweden

**Obwohl Südschweden fast vor der Haustür liegt, machen Reisende dort nicht alltägliche Erfahrungen. Bei einer Rundreise können insbesondere Familien die herrliche Natur, die freundlichen Städte und die vielen spannenden Attraktionen hautnah erleben. Natürlich kommen Aktivitäten wie Wandern, abenteuerliche Kanutouren, Ausflüge mit dem Rad oder erholsame Strandbesuche nicht zu kurz. Südschweden ist eine Region für Jung und Alt – für kleine und große Entdecker.**

Der Ausgangspunkt des Familienabenteuers ist die lebendige Stadt Malmö, die man über die Öresundbrücke oder mit der Fähre erreicht. Entweder zu Beginn der Reise oder als krönenden Abschluss sollte man der drittgrößten Stadt Schwedens seine Aufmerksamkeit schenken. Hoch reckt sich das leicht gedrehte Bauwerk Turning Torso in den Himmel. Im Schatten des 190 Meter hohen Wolkenkratzers lockt das moderne Stadtviertel Västra Hamnen. Im Kontrast dazu steht die malerische Altstadt. Sehr lehrreich ist ein Besuch der Museen in der ehrwürdigen Burg Malmöhus aus dem Jahre 1434. Eine kurze Etappe führt zum Ort Höllviken, der mit einem nachgebildeten Wikingerdorf eine erstklassige Attraktion für Familien bietet. In „Fotevikens Wikingerdorf“ wird die Zeit um rund 1000 Jahre zurückgedreht und der begeisterte Besucher taucht tief in das Leben der Wikinger ein. Nur wenige Kilometer sind es bis zur Halbinsel Falsterbonäset mit ihren schönen Sandstränden.

Nach einem Rundgang in Trelleborg lohnt sich ein kurzer Stopp am Smygehuk. Eine Plattform an der Küste markiert hier den südlichsten Punkt des Landes. Das

nächste Highlight ist die Stadt Ystad. Hier ist die literarische Wirkungsstätte des berühmten Kommissars Kurt Wallander. Viel Freude bereitet ein Rundgang in dem schmucken Städtchen, bevor man sich zum Fischerdorf Käseberga aufmacht. Oberhalb des fotogenen Fischerhafens gibt die alte Steinsetzung „Ales Stenar“ heute noch Rätsel auf. Durch eine hügelige Kulturlandschaft fährt man zum Stenshuvud Nationalpark, der sich auch für ungeübte Wanderer anbietet. Auf der weiteren Route liegen Highlights wie das 3.000 Jahre alte begehbare Grab „Kiviksgrab“ in Kivik, ein informatives Apfelmuseum oder die einzigartige Landschaft Brösarps Backar mit ihren vielen Kuppen. An der Küste erstreckt sich die 15 km lange Hanö-Bucht mit ruhigen Sandstränden. Hier erfreuen sich Kinder an dem „riesigen Sandkasten“ und dem sicheren Bad im seichten Wasser. Nördlich der Hanö-Bucht liegt das sehenswerte Städtchen Åhus. Die berühmte Brennerei „The Absolut Company“, die Altstadt mit schmucken Fachwerkhäusern und die schwimmende Eisdiele prägen Åhus. Ein kleiner Abstecher landeinwärts führt zum Wasserreich von Kristianstad. In dem modernen Informationszentrum kann man sich über dieses einzigartige Biosphärenreservat informieren. Zu einem spannendem Abenteuer gehören hier Bootstouren auf dem Fluss.

Die weitere Route führt an der schönen Schärenküste von Blekinge entlang bis zur Stadt Karlskrona, deren Marinemuseum einen Besuch wert ist. Die alten Militäranlagen wurden sogar in die UNESCO-Weltkulturerbeliste aufgenommen. Nächste sehenswerte Stadt ist Kalmar, die mit einem schönen Stadtzentrum und einem geschichtsträchtigen Schloss aufwarten kann.

Über die rund 6 km lange Ölandbrücke geht es auf die langgestreckte Insel Öland, die häufig besseres Wetter bietet als das Festland. Strände, Windmühlen, die Steppe Stora Alvaret, eine stattliche Burgruine, zwei Leuchttürme und vieles mehr bietet das beliebte Eiland. Trubel herrscht auf der Insel am 14. Juli, wenn Kronprinzessin Victoria mit der Bevölkerung ihren Geburtstag feiert.

Wieder auf dem Festland angekommen geht es nach Vimmerby. Hier dreht sich alles um die berühmte Kinderbuchautorin Astrid Lindgren. Der Besuch in dem Themenpark „Astrid Lindgrens Welt“ ist ein Muss für Groß und Klein. Durch das Glasreich mit seinen bekannten Glashütten führt der Weg gen Westen. Nördlich von Växjö geht es im „Sågebäckens Kronopark“ an Steilschleifen hängend durch die Wälder Smålands – ein besonderer Kick für alle Familienmitglieder. Etwas entspannter wird der Aufenthalt an dem idyllischen Bolmensee, den man am besten bei einer Kanutour entdecken kann. Wer hierbei keinen Elch sieht, steuert einfach den „Elinge Elchpark“ an und bestaunt dort den König der Wälder.

Bei Halmstad erreicht der Reisende wieder die Küste und lernt bei einem Rundgang das nette Städtchen näher kennen. Im Anschluss geht es zum benachbarten Tylösand, wo Bade freuden am schönen Sandstrand locken. Erholt geht es weiter zur Halbinsel Kullen, an deren Ende sich der Berg Kullaberg und eine faszinierende, zerklüftete Felsküste befinden. Das Infozentrum Naturum ist der Startpunkt für die hier angebotenen Walsafaris, bei denen man mit etwas Glück Schweinswale zu sehen bekommt. Die letzte Etappe führt zurück nach Malmö, dem Ziel dieser familienfreundlichen Rundreise.

V. I. n. r.: Stenshuvud Nationalpark, Lilla torg in Malmö, Småland, Karstlandschaft Stora Alvaret auf der Insel Öland.







V. I. n. r.: Dalsland, Hummersafari in der Region Bohuslän an der Westküste, Rörstrand in Lidköping, Väderöarna in Bohuslän.

## Rundreise durch Westschweden und um den Vänernsee

**Auf der Route rund um den Vänernsee, den größten See in Skandinavien, gibt es jede Menge zu entdecken. In der pulsierenden Metropole Göteborg oder in den Fischerdörfern an der Schärenküste werden Sie sich auf Anhieb wohlfühlen. Viele Sehenswürdigkeiten entlang der Strecke machen die Reise zu einem kurzweiligen Erlebnis.**

Diese Rundreise beginnt in Göteborg. Über die E6 geht es in nördlicher Richtung nach Kungälv zur mittelalterlichen Festung „Bohus Fästning“. Dann zweigen Sie nach Westen ab und stattdem malerischen Küstenort Marstrand einen Besuch ab. Der schönste Teil des Dorfes erstreckt sich auf der autofreien Insel Marstrandsön. Von der erhabenen Festung „Carlstens Fästning“ hat man einen herrlichen Blick über die Schärenküste.

Im weiteren Verlauf führt die Route an der Küste entlang. Der Landstrich zwischen Göteborg und Strömstad gehört zu den schönsten schwedischen Landschaften. Hier locken malerische Fischerdörfer wie Skärhamn mit falunroten Holzhäusern auf Granitfelsen, Fischerbooten und Yachten. Idylle pur! In Skärhamn sollten Sie den Besuch des Nordischen Aquarellmuseums nicht versäumen.

Im weiteren Verlauf gelangt man in die Stadt Uddevalla, die im „Bohuslän Museum“ über die industrielle Entwicklung der Region informiert. Ein Abstecher bringt Sie nach Smögen, einem weiteren traumhaften Fischerdorf an der Schärenküste. Hier kann man die Seele baumeln und sich in einem der guten Fischrestaurants verwöhnen lassen.

Gestärkt wird die Reise gen Norden, entlang der atemberaubenden Küste, fort-

gesetzt. Farbenfrohe Küstenorte wie Hunnebostrand, Hamburgsund, Fjällbacka und Grebbestad laden hier zu einer Stippvisite ein. Nur wenige Kilometer landeinwärts sind es von Grebbestad bis Tanumshede, wo der Besuch des Vitlycke Museums mit den vorzeitlichen Felsritzungen (UNESCO-Weltkulturerbe!) ein Muss ist.

Sicherlich tief beeindruckt von den rund 3.000 Jahre alten, in den Granit geritzten Schiffen, Waffen, Tieren und Menschen fahren Sie nach Strömstad. In dem lebendigen Küstenort verabschiedet sich der Reisende von der reizvollen Westküste.

Nun geht es in östlicher Richtung in die idyllische Region Dalsland. Wälder, viele Seen, der Dalsland-Kanal und freundliche Orte prägen die Landschaft. Über das nette Örtchen Ed steuert man Dals Långed an. Rund um den Ort laden ein Elchpark, eine kleine Kunsthalle, die Felsritzungen in Högsbyn und das Herrenhaus Baldersnäs zu einem Besuch ein. Wer die Region aktiv kennenlernen möchte, kann vielerorts einen Ausflug mit dem Kanu oder dem Rad unternehmen.

Nachdem man sich das Highlight der Region, das Aquädukt in Håverud, angeschaut hat, fährt man über die Reichsstraße 45 zum Städtchen Åmål mit seinem ansprechenden Kunstmuseum. Hier machen Sie auch erste Bekanntschaft mit dem Vänernsee, der immerhin zehnmals größer als der Bodensee ist!

Nach rund einer Stunde erreichen Sie mit Karlstad eine weitere sehenswerte Stadt am Vänernsee.

Genießen Sie das Treiben am See und fahren Sie dann über die E18 nach Kristinehamn. Außerhalb des freundlichen Städtchens lockt eine hohe Picasso-Statue nicht

nur Kunstinteressierte an. Folgt man der E18, so gelangt man nach Karlskoga, wo man sich im Nobel-Museum über das Leben und Werk des Industriellen Alfred Nobel informieren kann.

Nächstes Etappenziel ist das Kanaldorf Sjötorp. Hier beginnt der Göta Kanal, der bereits 1832 eröffnet wurde. Das Beobachten des Schleusenvorgangs ist ebenso interessant wie der Besuch des Kanalmuseums. Nach einem Abstecher nach Mariestad steht das Städtchen Lidköping auf dem Programm. Lohnenswert sind ein Stadtrundgang und ein Besuch der traditionsreichen Rörstrand-Porzellanmanufaktur.

Rund eine halbe Stunde benötigen Sie von hier aus zur Halbinsel Källandsö. Hier thront am Ufer des Vänernsees das stolze Schloss Läckö, das bereits im Jahre 1298 errichtet wurde. In der Nähe sollte man in dem fotogenen Fischerdorf Spiken geräucherten Fisch probieren. Über kleine Landstraßen und später die Reichsstraße 44 geht es nach Trollhättan, wo an den großen, sehenswerten Schleusenanlagen des Trollhättan-Kanals reger Betrieb herrscht.

Die letzte Etappe der vielseitigen Reise beansprucht rund eine Stunde. Über die gut ausgebaute Reichsstraße 45 fahren Sie nach Göteborg und tauchen in eine der schönsten Städte Skandinaviens ein. Die Hafenmetropole ist die zweitgrößte Stadt des Landes. Ihr Herz schlägt an vielen schönen Plätzen, wie dem „Gustav-Adolf-Torg“ oder dem Göta-Platz mit dem kunstvoll geschaffenen Neptunbrunnen. Reich ist das Angebot an Museen, Sehenswürdigkeiten, sehenswerten Bauwerken und Einkaufsmöglichkeiten. Hier werden Sie das passende Mitbringsel finden!





## Rundreise Richtung Norden – von Stockholm nach Lappland

**Höhepunkt dieser Rundreise durch Mittel- und Nordschweden sind nach der Fahrt entlang des Bottnischen Meerbusens die Reisetage in Lappland, nördlich des Polarkreises. Zurück geht es durch das wald- und seenreiche Inland bis zum malerischen Siljansee, bevor Sie in Stockholm wieder in die pulsierende Metropole eintauchen.**

In der schwedischen Hauptstadt Stockholm beginnt die Reise in Richtung Norden. Zunächst geht es zur vielseitigen Universitätsstadt Uppsala, die durch ihren Dom bekannt ist, dann nach Gävle und Hudiksvall. In diesen mittelschwedischen Städten bieten sich ausgiebige Stadtrundgänge an.

Über die gut ausgebaute E4 fahren Sie weiter Richtung Norden vorbei an Wäldern, Seen und der reizvollen Küste mit unzähligen Inseln und einsamen Stränden. Je weiter man hier nach Norden gelangt, desto länger werden die Tage, die Landschaft karger und die Landstriche einsamer.

Entlang der E4, die parallel zur Küste am Bottnischen Meerbusen verläuft, überquert man breite Flüsse, erreicht interessante Städte wie Sundsvall, Härnösand und Örnsköldsvik und passiert riesige Sägewerke. Hier wird das Holz aus den umliegenden großen Waldgebieten verarbeitet.

Südlich von Örnsköldsvik lockt der interessante Skuleskogen Nationalpark. Nicht nur in dieser geschützten Wald- und Berglandschaft kann man unvergessliche Naturerlebnisse genießen, sondern entlang der gesamten Route, die die Hohe Küste umfasst. Wandern, Kanu fahren und Angeln ist nahezu überall möglich.

Auf der weiteren Etappe erreicht man in Nordmaling mit „Olofsfors Bruk“ eine gut erhaltene historische Eisenschmiede. Sie

ist eine von vielen Attraktionen, die entlang der Tour gen Norden für Abwechslung sorgen.

Später treffen Sie in der Universitätsstadt Umeå ein. Sie ist die größte Stadt in Nordschweden und war im Jahr 2014 Europäische Kulturhauptstadt. Die nächste größere Stadt ist Skellefteå am mächtigen Fluss Skellefteälven. Ein Abstecher zum Museum des mehr als 100 Jahre alten Wasserkraftwerks von Boliden lohnt sich hier.

Der Küstenabschnitt zwischen Skellefteå und Piteå wird auch als die „Riviera des Nordens“ bezeichnet, denn an der malerischen Küste erstrecken sich lange Sandstrände und zauberhafte Buchten. Erholt setzen Sie Ihre Tour über Piteå nach Luleå fort. Hier sollte man sich Luleå Gammelstaden, eine kleine „Kirchstadt“, anschauen (UNESCO-Weltkulturerbe).

Sie verlassen mit Luleå den Bottnischen Meerbusen und steuern die riesige Region Lappland an, eine landschaftlich und kulturell höchst interessante Region. Die Route führt hierbei über die E10. Highlight auf dieser Strecke ist das „Überqueren“ des Polarkreises. Willkommen im Reich der Mitternachtssonne!

Nach rund 100 Kilometern erreichen Sie Gällivare-Malmberget. Dieser Doppelort und die Stadt Kiruna sind weltberühmt für ihre hochwertigen Eisenerze. In den Besucher-Zentren kann man sich über den bedeutenden Erzabbau informieren. In Malmberget fährt man hierbei rund 1000 Meter tief in die Grube ein. Um einiges heller als in der Grube ist es im Sommer draußen sogar in der Nacht: An einigen Tagen um den 21. Juni steht die Sonne auch nachts am Himmel und so empfehlen sich nächtliche Spaziergänge. Für ausgiebige Wanderungen stehen

gleich mehrere Nationalparks zur Auswahl. Der Abisko Nationalpark wurde bereits 1909 eingerichtet und ist der Ausgangspunkt des Fernwanderwegs „Kungsleden“. In Kiruna sollte man sich auf jeden Fall die große Holzkirche anschauen.

Zurück geht es über Jokkmokk, das Zentrum traditionsreichen samischen Kultur, die hier noch lebendig ist. Viele Sami betreiben heute noch die Rentierzucht. Bei den ruhigen Wanderungen in den lichten Birkenwäldern oder Hochflächen, dem so genannten Fjäll, kann man stets Rentiere beobachten. Im Nachbarort Jukkasjärvi wird in der kalten Jahreszeit das weltberühmte Icehotel jedes Jahr neu errichtet.

Folgt man der E10 in nordwestlicher Richtung, so erreicht man Norwegen und gelangt auf die Inselgruppe der Lofoten. Die weitere Route führt Sie jedoch südlich über die E45 durch das schwedische Inland, eine unverfälschte Landschaft, die auch als „Letzte Wildnis Europas“ bezeichnet werden kann. Hier sind Sie ganz eng mit der Natur verbunden, durchstreifen das wald- und seenreiche Inland und passieren reißende Flüsse.

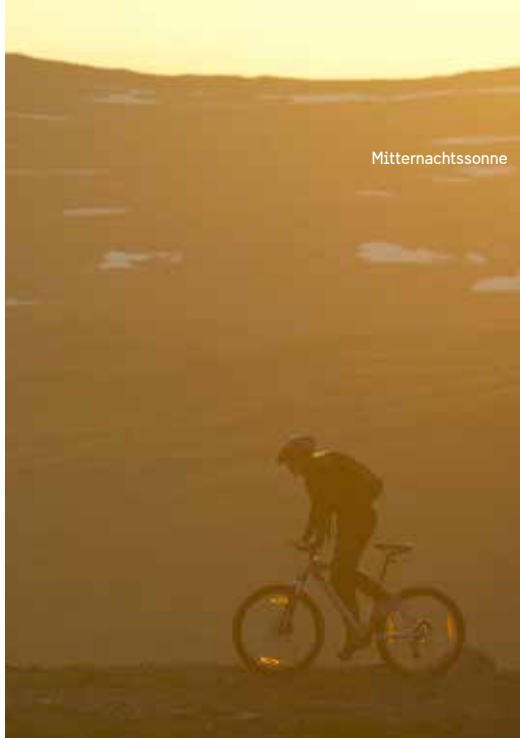
In Dorotea bietet sich das kleine Wohnwagenmuseum zu einem Stopp an. Nach einer großen Etappe erreicht man das freundliche Städtchen Östersund am reizvollen See Storsjön. Nicht versäumen sollte man den Besuch des Elchparks in Orrviken. Auf der Rückreise in Richtung Stockholm lohnen sich ein erholsamer Aufenthalt am malerischen Siljansee und der Besuch der Kupferminen in Falun (UNESCO-Weltkulturerbe). Ebenfalls sehr lehrreich endet diese einzigartige Reise in der Hauptstadt Stockholm.

[www.visitsweden.de](http://www.visitsweden.de)





Moltebeeren



Mitternachtssonne



Rentiere



Kunsthandwerk der Sami



Rundreise Richtung Norden –  
von Stockholm nach Lappland  
Reisedauer: 3 – 4 Wochen  
Streckenlänge: rund 3.000 km



Padjelanta Nationalpark der Sami



Uppsala Domkirche



Höga Kusten (Hohe Küste)





# Mittsommer – der schwedischste aller Feiertage

Mittsommer wird oft als der schwedischste der großen Feiertage bezeichnet. Traditionelle Mittsommerfeiern für jedermann, mit Tanz um die Mittsommerslange, finden im ganzen Land statt. Schweden ist ein nordisches Land mit ausgeprägten Jahreszeiten. Wenn der Frühling, der Sommer und das Licht nach einem langen, dunklen Winter zurückkehren, verneigt man sich in besonderer, nahezu religiöser Weise vor der Schönheit der schwedischen Natur.

Im Juni gibt es auch die auf der ganzen Welt bekannte und berühmte Mitternachts-sonne. Das bedeutet, dass die Sonne in den nördlichen Landesteilen nicht untergeht und im Süden nur für einige Stunden hinter dem Horizont versinkt, ohne dass es richtig dunkel wird.

Der längste Tag des Jahres, an dem die Sonne ihren höchsten Punkt am Himmel erreicht, wird in Schweden als Midsommar (Mittsommer) gefeiert, der schwedischste und beliebteste Feiertag. Die vernünftigen Schweden haben festgelegt, das Mittsommerfest immer an dem zwischen dem 19. und 25. Juni liegenden Freitag zu feiern. Bereits am Nachmittag fahren viele Schweden aus den Städten aufs Land, um dieses Fest draußen in der in voller Blüte stehenden Natur zu feiern. Dort versammeln sich Familien und Freunde, um traditionelle Gerichte wie Hering, Lachs, Frühkartoffeln und die ersten Erdbeeren des Jahres zu genießen und gewürzten Schnaps zu trinken. Außerdem spielt man verschiedene Spiele und tanzt um die geschmückte Maistange, ein Symbol für die Fruchtbarkeit der Natur.

Eine traditionelle schwedische Mittsommerfeier ist für viele Besucher aus der ganzen Welt ein interessantes und exotisches Erlebnis, auf das man sich jedoch etwas vorbereiten sollte. Die Städte sind, wie gesagt, an diesem Tag fast menschenleer und um ein Mittsommerfest auf dem Land zu erleben, sollte man sich vorher genau erkundigen. In ganz Schweden gibt es öffentliche Mittsommerfeiern mit Musik, Essen und Spielen sowie mit Tanz um die Mittsommerslange, die seltsamerweise auch Maibaum genannt wird, obwohl das Fest im Juni stattfindet. In den Tagen zuvor

werden die Stangen überall mit Blättern und Blumen geschmückt. Die im ganzen Land stattfindenden Mittsommerfeiern sind für jedermann offen und Touristen sind herzlich willkommen.

Wer ein traditionelles schwedisches Mittsommerfest nach allen Regeln der Kunst erleben möchte, sollte sich am besten in die Provinz Dalarna begeben, die oft auch als die schwedischste aller Provinzen bezeichnet wird. In der Region um den wunderschönen See Siljan und in Orten wie Rättvik, Mora und Leksand feiern viele Schweden Mittsommer noch immer in den farbenfrohen traditionellen Volkstrachten. Hier erstrecken sich die Feierlichkeiten oft über mehrere Wochenenden bis in den Monat Juli hinein.

Wenn Sie nur zu einem kürzeren Besuch in der Hauptstadt Stockholm weilen und ein traditionelles Mittsommerfest erleben wollen, sollten Sie das Freilichtmuseum Skansen besuchen, wo das berühmteste Mittsommerfest Schwedens mit Tanz, Musik, Spielen und Vorführungen stattfindet. Falls Sie mehr Zeit haben und sich vorbereiten können, sollten Sie stattdessen vielleicht mit einem der charakteristischen weißen Schiffe, die zu Ehren des Tages mit Birkenlaub geschmückt sind, auf einen wunderschönen Ausflug zu einer der vielen Schäreninseln fahren, auf der traditionelle Mittsommerfeiern stattfinden – ein garantiert unvergessliches Erlebnis.

[www.skansen.se/de](http://www.skansen.se/de)  
[www.stockholmarchipelago.se/en](http://www.stockholmarchipelago.se/en)  
[www.visitdalarna.se/en](http://www.visitdalarna.se/en)  
[www.camping.se/de](http://www.camping.se/de)  
[www.vastsverige.com/de](http://www.vastsverige.com/de)  
[www.visitskane.com/de](http://www.visitskane.com/de)



Gemäß alter Tradition sammeln junge Frauen sieben verschiedene Blumen und legen sie in der Mittsommernacht unters Kopfkissen. In der Nacht zeigt sich dann im Traum ihr zukünftiger Ehemann...



Ein Mittsommeressen mit Familie, Verwandten und Freunden unter freiem Himmel ist für viele Schweden einer der Höhepunkte des Jahres.





Traditionelles Mittsommerfest  
in Orsa in der Provinz Dalarna.



Schwedische Sommertorte mit den ersten Erdbeeren des  
Jahres – eine sehnsüchtig erwartete Delikatesse.

## Erdbeertorte

**Biskuitboden**  
3 Eier  
250 g Zucker  
180 g Mehl  
100 ml Wasser  
2 TL Backpulver

Eier und Zucker schaumig schlagen. Mehl und Backpulver hineingeben und das kochende Wasser dazu gießen. Alles zu einem glatten Teig verrühren. Den Teig in eine runde gefettete und bemehlte Form geben und 40-45 Min. bei 175 °C backen.

**Füllung 1**  
250 ml Vollmilch  
½ Vanilleschote  
3 Eigelb  
4 EL Zucker  
2 EL Maisstärke  
1 EL Butter

**Füllung 2**  
Ca. 0,5 l Erdbeeren zerdrückt  
oder in Scheiben geschnitten  
200 ml Schlagsahne

**Garnierung**  
300 ml Schlagsahne  
Erdbeeren

Die Vanilleschote längs zerteilen, das Mark in einen Topf schaben und die Schotenhälften dazu geben. Milch, Zucker und Maisstärke hinzufügen und das Eigelb hineinrühren. Die Creme unter ständigem Rühren erhitzen (nicht kochen!) bis sie dick wird, dann vom Herd nehmen. Die Butter hinzufügen und den Topf mit Deckel im Wasserbad abkühlen lassen. Den Biskuitboden längs in drei Böden schneiden, die abgekühlte Vanillecreme auf den untersten verteilen. Den mittleren mit den Erdbeerscheiben belegen, mit der geschlagenen Sahne bestreichen und dem dritten Boden bedecken. Die ganze Torte mit Sahne bestreichen und mit Erdbeeren verzieren.

Beim Baden unter der Mitternachts-  
sonne wird es nie richtig dunkel.



Hering, Lachs, Knäckebrot, Frühkartoffeln  
und die ersten Erdbeeren des Jahres  
gehören unbedingt auf den traditionellen  
schwedischen Mittsommertisch.





# FrISCHE ZutatEn – natürlICher Geschmack

Das schwedische Gastro-Wunder ist ein Phänomen, das nun seit fast 20 Jahren anhält. Schweden zählt mittlerweile im Hinblick auf seine Gastronomie zu den interessantesten Ländern der Welt. In den letzten zwei Jahrzehnten ist die Anzahl berühmter schwedischer Sterneköche stetig gestiegen.

Mindestens genau so interessant ist die Entwicklung, die sich innerhalb der schwedischen Landwirtschaft und der Nahrungsmittelproduktion vollzieht. Schweden durchläuft eine Revolution, bei der das Angebot erst klassischer regionaler und ökologischer Rohwaren wie Fleisch, Fisch, Gemüse, Obst und Meiereiprodukte im Takt mit der Nachfrage wächst. Viele Restaurants bewirtschaften eigene Gärten und arbeiten mit Landwirten, Fischern und Jägern zusammen. Die Menüs werden an das Beste angepasst, das die jeweilige Saison zu bieten hat.

Ein großer Teil der traditionellen schwedischen Delikatessen hat seinen Ursprung in den Konservierungs- und Zubereitungsmethoden früherer Zeiten, mit denen die Menschen ihre Nahrungsmittel für den langen Winter haltbar machten. Das gilt für Nationalgerichte, wie eingelegter Hering und gebeizter Lachs, ebenso wie für die zahlreichen geräucherten Köstlichkeiten. Dazu gehören z. B. Lachs, Aal und Rentier, die auf dem traditionellen Weihnachtsbüfett, dem Julbord, serviert werden.

Viele der beliebtesten Hausmannskostgerichte zeichnen sich geschmacklich, genau wie der Hering und der gebeizte Lachs, durch eine typische Mischung aus salzig, süß und sauer aus. Die schwedischen Hackbällchen werden natürlich mit säuerlich-süßen Preiselbeeren und eingelegter saurer Gurke serviert. Der typische Geschmack prägt ebenso die festlichen Gerichte, beispielsweise gekochtes Kalbsfleisch mit Dillsoße, Kalops (ein echt schwedischer Fleischiehtopf) und Zwiebelfleisch.

Der Frühling ist die Zeit des zarten,

jugen Gemüses. In dieser Jahreszeit werden zudem häufig Lamm, Eierspeisen und Frühlingshähnchen serviert. Die Insel Gotland ist bekannt für ihr Lammfleisch. Schwedische Hühner- und Geflügelzüchter haben hart daran gearbeitet, die Lebensbedingungen der Tiere und die Qualität der Eier und des Fleisches zu verbessern. Der Sommer bietet eine reiche Auswahl an Obst, Beeren und Fisch. Der im kalten Nord- und Ostseewasser gefangene Fisch ist bei internationalen Feinschmeckern heiß begehrt. Gekochter Kabeljau mit dem klassischen Zubehör wie gekochten Krabben, gehackten, hart gekochten Eiern, zerlassener Butter und geriebenem Meerrettich ist eine geschätzte Delikatesse bei Genießern aus dem Ausland. Im Sommer bilden die aus Äpfeln, Rhabarber, Heidelbeeren und Himbeeren hergestellten Pies, Crèmes und Kompott einen würdigen Abschluss der Mahlzeit.

Der Herbst ist die Zeit der Schalentiere. Die in der Nordsee vor der Westküste Schwedens gefangenen Meeresfrüchte, wie Hummer, Austern, Krabben, Kaisergranaten und Garnelen, zählen zu den besten der Welt. Mit Dill gekochte Kaisergranaten sind eine heiß geliebte schwedische Delikatesse, die im August vor Beginn des Herbstes bei der berühmten, traditionellen Kräfftskiva (dem Krebsessen) auf den Tisch kommt. Der Herbst mit seinem reichhaltigen Angebot an Wild und Pilzen, die häufig in klassischer Kombination in der gehobenen schwedischen Gastronomie serviert werden, bildet einen der kulinarischen Höhepunkte der schwedischen Küche.

[www.visitsweden.de](http://www.visitsweden.de)



Schwedische Delikatessen – Herbstpfifferlinge (unten) und Moltebeeren (oben) – sind typisch für die schwedische Gastronomie.







## „Fika“ – Kaffee trinken auf schwedische Art

Die so genannte „Fikakultur“ lohnt sich, erforscht zu werden. Die Schweden trinken enorme Mengen Kaffee und die Angewohnheit, eine oder bisweilen auch mehrere Kaffeepausen einzulegen, ist tief verwurzelt. Die alte Tradition ist eine Erklärung für die üppige Auswahl an Gebäck, Kuchen, süßem Brot, Plunderstücken und Torten, die mit einer Vielfalt an unterschiedlichen Aromen einen Kontrast zu der reinen Süße bilden. Klassische schwedische Kaffeetradition erlebt man am besten in einer der zahlreichen Konditoreien, die es nach wie vor auch in kleineren Städten gibt. Versuchen Sie unser legendäres Kleingebäck, das dem Brauch nach in sieben Variationen serviert werden muss, oder das Gebäck, das zu bestimmten Gelegenheiten und Jahreszeiten gebacken wird: „Semlor“, große luftige, nach Kardamon duftende Hefeteilchen, die während der vorösterlichen Fastenzeit mit Mandelmasse und warmer Milch serviert werden, oder „Lussebullar“, ein Hefegebäck, das mit Safran und Rosinen gewürzt und zum Luciafest im Dezember gegessen wird.



Rechts: Café Pascal in Stockholm.

## Schweden - ein Land wird Restaurant

Millionen Hektar Platz für Gourmet-erlebnisse, mitten in der Natur. Um den Zugang zu gesundem Essen und einem aktiven Lebensstil zu erleichtern, hat Visit Sweden vier schwedische Köche mit Michelin-Stern um Rat gefragt. Zusammen verwandeln wir das ganze Land in ein Gourmet-Restaurant zum Selberkochen. Denn in Schweden finden Sie gesunde Leckerbissen gleich um die Ecke, in der Natur. Willkommen in Schweden – jetzt für Reservierungen geöffnet.

[www.visitsweden.de](http://www.visitsweden.de)





## 1 Liseberg

Liseberg ist ein großer Vergnügungspark im Herzen Göteborgs mit einem fantastischen Angebot an Attraktionen, Restaurants, Veranstaltungen und Unterhaltung. Liseberg ist in der warmen Jahreszeit geöffnet und in der Weihnachtszeit gibt es dort Schwedens größten Weihnachtsmarkt. In den letzten Jahren wurde der Kinderbereich mit neuen, aufregenden Attraktionen erweitert.

[www.liseberg.com](http://www.liseberg.com)

# 10 beliebte Reiseziele für die ganze Familie

Schweden ist ein äußerst kinderfreundliches Land mit einem vielfältigen Angebot an Kinderkultur und Reisezielen für die ganze Familie. Sämtliche größeren Ausflugsziele und Touristenattraktionen sind an die Bedürfnisse der kleinen Gäste angepasst.

[www.visitsweden.de](http://www.visitsweden.de)



## 2 Junibacken

Die Geschichtenwelt der schwedischen Nationalschriftstellerin Astrid Lindgren am Eingang der Stockholmer Parkinsel Kungliga Djurgården ist eine der beliebtesten Sehenswürdigkeiten Schwedens und zieht alljährlich Besucher aus der ganzen Welt an. Hier können die Kinder in einem Märchenzug durch die Geschichten von Astrid Lindgren und anderen Kinderbuchautoren fahren und beliebte Figuren wie Pippi Langstrumpf, Michel aus Lönnberga, Karlsson vom Dach, die Brüder Löwenherz und viele andere treffen. Außerdem locken ein Kindertheater, ein Restaurant und ein Buchladen sowie viele interessante Aktivitäten.

[www.junibacken.se](http://www.junibacken.se)



## 3 Universeum

Göteborg ist das meistbesuchte Science Center Nordeuropas – ein Museum, das Erlebnisse für Kinder, Jugendliche und die ganze Familie in den Bereichen Natur, Wissenschaft und Technik bietet. Auf 10.000 Quadratmetern werden lehrreiche Attraktionen präsentiert. Zudem verfügt das Museum über Erlebnisbereiche wie die Aquarienhalle (Akvariehallen), den Regenwald (Regnskogen), Tödliche Schönheiten (Dödliga skönheter), den Weltraum (Rymden), die Technothek (Teknoteket) und vieles mehr. Ganzjährig täglich geöffnet.

[www.universeum.se](http://www.universeum.se)



## 4 Kolmårdens Tierpark

Kolmårdens Tierpark in Östergötland veranstaltet Safaris, bei denen die Besucher in Gondeln die Tiere von oben aus nächster Nähe beobachten können. Es gibt die Möglichkeit, im Safarizelt zu übernachten. Erleben Sie Löwen, Tiger, Elefanten, Nashörner und viele andere Tiere, die sich in diesem weitläufigen Gehege frei bewegen können. Das Wildmarkshotellet bezeichnet sich als das kinderfreundlichste Hotel Schwedens. Der Tierpark ist ein fantastisches Ausflugsziel, in dem man mehrere Tage verbringen kann. Eine neue große Attraktion für Wagemutige ist Wildfire, die größte Achterbahn der Welt – ganz aus Holz.

[www.kolmarden.com](http://www.kolmarden.com)





**6 Vildmark in Värmland**  
 Hier bauen Sie eigenhändig nach traditioneller Art ein Holzfloß, auf dem Sie sich anschließend gemächlich durch die tiefen, sagenumwobenen Wälder Värmlands den wunderschönen Fluss Klarälven hinunter treiben lassen. Unterwegs können Sie vom Floß aus Fische fürs Abendessen angeln! Ein gemütliches, entspannendes Abenteuer für die ganze Familie!

[www.vildmark.se/de](http://www.vildmark.se/de)



**7 Idre Fjäll**  
 Idre ist ein Skiort für Familien mit kleinen und größeren Kindern. Hier gibt es jede Menge Kinderpisten sowie Rodelbahnen und auch Rollbänder zum Training. Sie können mit den Skiern direkt bis vor die Haustür fahren. Zudem enden alle Pisten am selben Punkt, so dass die Familien gemeinsam mit dem Lift fahren können. Außerdem gibt es zahlreiche andere Aktivitäten und Attraktionen für die ganze Familie.

[www.idrefjall.se/en](http://www.idrefjall.se/en)

**5 Astrid Lindgrens Welt**  
 In der Märchenwelt in Astrid Lindgrens Geburtsort Vimmerby treffen Sie die weltberühmten Romanfiguren in deren „natürlicher Umgebung“ – Pippi Langstrumpf, Karlsson vom Dach, Michel aus Lönneberga, Ronja Räubertochter und alle anderen. Die Auswahl an Theater, Unterhaltung und Veranstaltungen ist groß. Der Themenpark ist im Sommer und an bestimmten Wochenenden im Herbst geöffnet.

[www.alv.se/de](http://www.alv.se/de)



**8 Megamind**  
 Ein neues Wissenschaftszentrum für größere Kinder im Stockholmer Stadtteil Kungliga Djurgården, das Erlebnisse und Abenteuer für alle Sinne bietet und in dem Kinder und Jugendliche – und natürlich auch Erwachsene – auf unterhaltsame und spielerische Weise wissenschaftliche Phänomene kennenlernen und erforschen können. Hier kann man lautlos schreien, mit den Augen malen und in der Luft Formen bilden – und Dinge erleben, die man nicht für möglich gehalten hätte. Wer gerne experimentiert kann sich an den Wochenenden im Framtidslabben (Zukunftslabor) austoben.

[www.tekniskamuseet.se/en](http://www.tekniskamuseet.se/en)



**9 Orsa Grönklitt**  
 Bequem zu erreichender Familienskiort im landschaftlich schönen Dalarna. Abgesehen von Ski fahren werden auch unterschiedlichste andere Aktivitäten, z. B. Schlittschuhlaufen, Hundeschlitten- und Skootertouren sowie Winterangeln, angeboten. Dort liegt auch der Orsa Rovdjurspark, Europas größter Raubtierpark mit Braunbären, dem größten Eisbärgehege der Welt, beeindruckenden Kamchatkabären, Luchsen, Vielfraß, Wölfen sowie Schneeleoparden. Neu sind zwei in der Wildnis geborene Kodiakbären. Nur 45 Minuten entfernt liegt die Märchenwelt Tomteland.

[www.visitsweden.de](http://www.visitsweden.de)



**10 Skansen**  
 Im ältesten und schönsten Freilichtmuseum der Welt, das 1891 eröffnet wurde, können Sie Schweden im Miniaturformat entdecken sowie die Tiere des Nordens kennenlernen, die in dem fantastischen Zoo artgerecht gehalten werden. Viele schwedische Familien besitzen eine Jahreskarte für Skansen - der beste Beweis für das große Angebot an Vergnügungen und Attraktionen, die das Freilichtmuseum für Jung und Alt zu bieten hat. Für kleinere Kinder gibt es zudem den Tier- und Vergnügungspark Lill-Skansen sowie ein großes Aquarium und vieles andere mehr. Skansen ist eines der beliebtesten Ausflugsziele Schwedens, das weltweit seinesgleichen sucht.

[www.skansen.se/de](http://www.skansen.se/de)



### Camping im Schärengarten

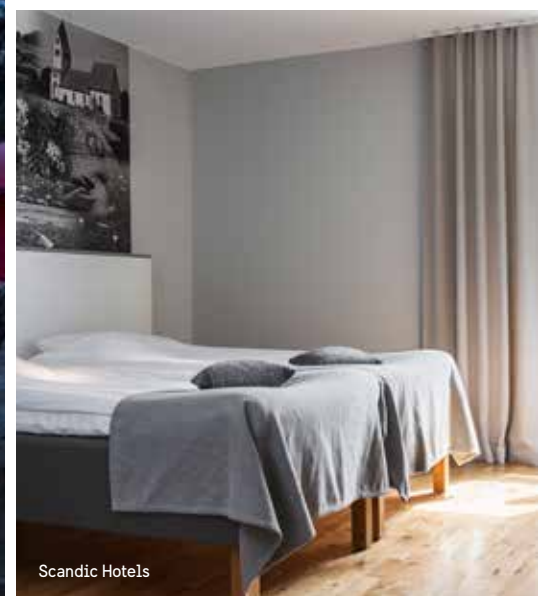
Ein Urlaub mit oder ohne Zelt auf einer der Inseln im Schärengarten vor Stockholm oder an der schwedischen Westküste ist ein unvergessliches Erlebnis. Erfahrene Outdoor-Fans können ein Kajak mieten und mit Campingausrüstung und Proviant füllen. Das „Jedermannsrecht“ (Allemansrätten) erlaubt häufig eine Nacht wild zu zelten. Ansonsten gibt es aber auch Campingplätze mit allem Komfort, die leicht mit öffentlichen Transportmitteln erreichbar sind.  
[www.visitsweden.de](http://www.visitsweden.de)

# Außergewöhnliche Unterkünfte

Schweden bietet ein großes und abwechslungsreiches Angebot an Unterkünften für alle, die besondere Wünsche haben oder auf ein ungewöhnliches Erlebnis aus sind.



Jugendherberge Gällnö



Scandic Hotels

### In den Schären

Die prämierte Jugendherberge Gällnö in Stockholms mittlerem Schärengarten ist in ca. 90 Minuten mit dem Schiff von der Stockholmer Innenstadt erreichbar. Mit Auto geht es sogar noch schneller. Hier erwartet Sie eine einfache, bequeme Unterkunft mit Flair in einmalig schöner Schärenlandschaft. Auf dem Hof gibt es Gemeinschaftsduschen und eine holzbeheizte Sauna. In den Sommermonaten werden an der Bar Getränke und einfachere Gerichte serviert.

[www.gallno.se](http://www.gallno.se)

### Mit Kindern

Die größte Hotelkette Skandinaviens, Scandic Hotels, vermarktet sich mit einer Reihe attraktiver Angebote und Veranstaltungen für Kinder als familienfreundlichste Hotelgruppe Schwedens und Skandinaviens. Kinder unter 13 Jahren übernachten kostenlos in den Hotels der Kette, inklusive Frühstücksbuffet. Viele der Hotels bieten besonders geräumige Familienzimmer sowie Spielecken für Kinder verschiedener Altersgruppen an.

[www.scandichotels.se](http://www.scandichotels.se)

### In den Baumwipfeln

Eine der vielen spektakulären und besonderen Unterkünfte ist das Treehotel außerhalb der Stadt Luleå in Nordschweden. Hier haben einige der bekanntesten skandinavischen Architekten Hotelzimmer hoch oben zwischen den Baumkronen geschaffen, die allesamt sehr individuell gestaltet sind und eine unvergleichliche Aussicht bieten. Hier gibt es auch eine mit Holz beheizte Dampfsauna, die auf einer Lichtung erbaut wurde, sowie ein großes Angebot an Abenteuern und Aktivitäten.

[www.treehotel.se](http://www.treehotel.se)

### Im Schloss

Das Schloss Görvåln aus dem Jahr 1673 liegt am Mälaren, umgeben von reizvoller Landschaft, nur 30 Autominuten von Stockholm. Es beherbergt ein prämiertes Hotel und Restaurant. Görvålns slott gehört zu den zahlreichen Schlössern und Gutshöfen im ganzen Land, die Weekendpakete zum Ausspannen und Relaxen sowie kulinarische Erlebnisse in historischem Gutshofflair anbieten.

[www.gorvalnsslott.se/en](http://www.gorvalnsslott.se/en)

### In der Natur

In Nyrups Naturhotel in Skåne ist die Natur die Gastgeberin – unter ganz natürlichen Verhältnissen. Es gibt keinen Strom, kein fließendes Wasser, keine Zentralheizung und kein WLAN. Sie übernachten in Wollhütten mit den Baumkronen der Laubwälder als schützendem Dach. Ihr Essen bereiten Sie aus regionalen Zutaten der Saison über dem offenen Feuer zu.

[www.naturhotel1.se/welcome](http://www.naturhotel1.se/welcome)

### Am Meer

Rusthållargården – ein klassisches Badehotel in dem alten Fischerdorf Arild, gelegen in der reizvollen Landschaft der Kullahalbinsel (Kulla halvön) im Westen der süd-schwedischen Provinz Skåne zwischen Hügeln und Meer. Die früher als Künstlerkolonie bekannte Halbinsel bietet großartige Natur- und Kulturerlebnisse und fantastische Möglichkeiten zum Baden, Wandern, Radfahren und Klettern sowie zahlreiche andere Aktivitäten und Abenteuer.

[www.rusthallargarden.se](http://www.rusthallargarden.se)





Treehotel



Nyrups Naturhotell



Schloss Görvåln



Rusthållargården

### In behaglichem Luxus

Grand Hôtel – ein hervorragendes Hotel der Luxusklasse in bester denkbarer Lage direkt am Wasser mit Blick auf den Königspalast und die Stockholmer Altstadt, Gamla Stan. Im ersten Haus am Platze übernachten die Nobelpreisträger, wenn Sie ihre Auszeichnungen entgegennehmen.  
[www.grandhotel.se](http://www.grandhotel.se)

### Auf Eis

Das Icehotel ist eine Attraktion, die Besucher aus der ganzen Welt anlockt – all jene, die in einem Hotel übernachten möchten, das komplett aus Schnee und Eis erbaut ist. Das Hotel wird Jahr für Jahr aufs Neue aufgebaut, bevor es im Sommer wieder schmilzt. Jedes Jahr werden neue Attraktionen wie Kunstausstellungen und Installationen aus Schnee und Eis geboten, Touren mit dem Rentierschlitten, Scoortertouren und Nordlicht.  
[www.icehotel.com](http://www.icehotel.com)

### Ferienhaus oder Ferienwohnung

Viele schwedische und ausländische Gäste wollen sich im Urlaub ihren Traum vom einfachen Leben in einem der typischen roten Häuschen mit weißen Fenstern auf einer Waldlichtung oder am Ufer eines Sees verwirklichen. Wenn Sie planen, ein Ferienhaus zu mieten, stehen Ihnen zahlreiche Vermittlungen zur Verfügung. Gleiches gilt für alle, die in einer Ferienwohnung in einer Großstadt wohnen und sich selbst versorgen möchten, um einen Einblick in die lokalen Gepflogenheiten zu erhalten.

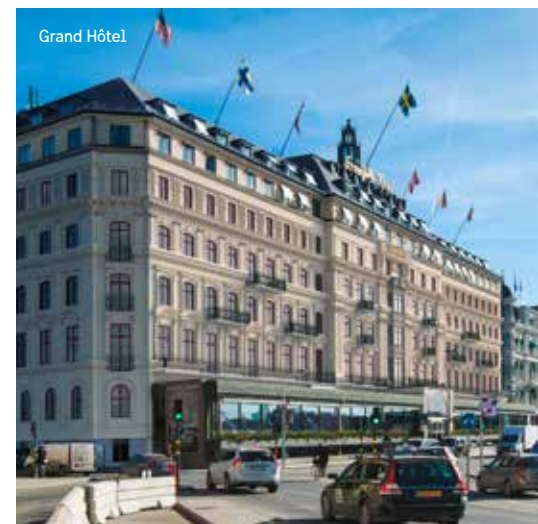
[www.novaso1.de](http://www.novaso1.de)

[www.dancenter.de](http://www.dancenter.de)

[www.camping.se/de](http://www.camping.se/de)

[www.svenskaturistforeningen.se/de](http://www.svenskaturistforeningen.se/de)

[www.svif.se](http://www.svif.se)



Grand Hôtel



Icehotel





# 16 × preisgünstiges Schweden

Wussten Sie schon, dass Schweden ausgesprochen preiswert ist? Hier finden Sie Tipps für Unterhaltendes, Kulinarisches und Notwendiges, das günstiger ist als in anderen Ländern.

## 1 Das Jedermannsrecht (Allemansrätten)

Das einzigartige, althergebrachte Jedermannsrecht gibt Ihnen das Recht, überall die fantastische Natur zu genießen, sogar auf privatem Grund und Boden – solange Sie sich außerhalb Seh- und Hörweite des Wohnhauses aufhalten. Sie dürfen für eine Nacht oder über ein Wochenende Ihr Zelt aufschlagen, Feuer machen, Beeren und Blumen pflücken usw., ohne den Grundbesitzer um Erlaubnis fragen zu müssen. Vorausgesetzt, dass Sie respekt- und verantwortungsvoll auftreten! Hierdurch ist die schwedische Natur wesentlich zugänglicher als in anderen Ländern.

## 2 Stadtwanderungen

In vielen größeren und kleineren schwedischen Städten werden preiswerte Stadtwanderungen angeboten.

## 3 Familien- und Jugendherbergen

Schweden hat ein großes Angebot an Jugendherbergen, in denen die Übernachtung um die 20 Euro kostet. Viele der Anlagen zeichnen sich durch eine attraktive Lage und hohen Standard mit gut ausgestatteten Küchen zur Selbstversorgung aus.

## 4 Sommerrabatte in Hotels

Die meisten Hotels gewähren im Sommer Rabatte, die ca. 20 Prozent unter den regulären Zimmerpreisen liegen. Außerdem gibt es häufig attraktive Paketangebote, die Übernachtung, Mahlzeiten und Eintritt, z. B. in die Vergnügungsparks Gröna Lund oder Liseberg, einschließen. Die großen Hotelketten Scandic und Radisson haben Sommerangebote mit Preisen ab 60 Euro pro Nacht und Zimmer.

## 5 Freier Eintritt

Freier Eintritt in staatliche Museen! Seit Anfang 2016 können Sie eine Reihe staatlicher Museen, die einen besonderen Status haben, kostenlos besuchen. Dazu gehören unter anderen das Moderna Museet (Museum für Moderne Kunst), Nationalmuseum, Armémuseum (Armeemuseum), Livrustkammaren (Rüstkammer im Königlichen Schloss), Sjöhistoriska Museet (Seehistorisches Museum) und das Naturhistoriska Riksmuseet (Naturhistorisches Reichsmuseum) in Stockholm, das Schloss Skokloster sowie das Världskulturmuseet (Weltkulturmuseum) in Göteborg.

## 6 Tagesgericht (Dagens rätt)

In schwedischen Restaurants werden für gewöhnlich zur Mittagszeit preisgünstige Tagesgerichte angeboten. Ein Gericht kostet im Durchschnitt etwas mehr als 8 Euro. Meist haben Sie die Auswahl zwischen einem Fleisch- und einem Fischgericht sowie einer vegetarischen Alternative. Im Preis sind in der Regel das eigentliche Gericht, ein alkoholfreies Getränk, Salat, Brot und Butter sowie Kaffee oder Tee enthalten.

## 7 WLAN

Kostenloses WLAN wird fast überall in Schweden angeboten. Es ist so gut wie immer im Hotelpreis enthalten und in den meisten Cafés sowie in allen Zügen kostenlos verfügbar. In schwedischen Städten gehören WLAN-Hotspots zum Alltag.

## 8 Golf

In Schweden ist das Golf spielen wesentlich billiger als in anderen europäischen Ländern oder in den USA. Die Greenfee liegt zwischen 30 und 70 Euro. Viele Clubs bieten zudem Pay&Play für ca. 20 Euro an.





8



9



4



1



6

## 9 Skiverleih

In den schwedischen Wintersportorten ist das Leihen von kompletten Paketen mit Skiern/Snowboard, Stöcken und Stiefeln relativ günstig. Kinder von 0 bis 7 Jahren erhalten automatisch einen Helm, dies gilt auch in den meisten Fällen für Kinder zwischen 7 und 15 Jahren. Für Kinder unter 8 Jahren, die einen Helm tragen, ist der Skipass in der Regel kostenlos.

## 10 Camping & Campinghütte

In keinem europäischen Land können Sie außerhalb Deutschlands so billig Campingurlaub machen wie in Schweden. Ein Stellplatz für Ihren Wohnwagen, Ihr Wohnmobil oder Ihr Zelt kostet in der Regel zwischen 15 und 30 Euro. Für den Stromanschluss kommen noch ca. 5 Euro hinzu. Campinghütten in attraktiven Lagen gibt es im ganzen Land. Für eine kleine Hütte mit vier Betten zahlen Sie zwischen 40 und 70 Euro pro Nacht. Häufig ist die Hütte mit einer kleinen Küche mit Kühlschrank und einer Mikrowelle ausgestattet, so dass Sie Ihr eigenes Essen kochen können. Größere Hütten kosten etwas mehr. Viele Campingplätze vermieten Wohnwagen und auch etwas größere Varianten, die so genannten Villavagnar. Die Kosten liegen bei 75–110 Euro pro Nacht.

## 11 Rabatte für Schüler und Studierende

Gegen Vorlage des Schüler- oder Studierendenausweises erhalten Sie in vielen Geschäften, Restaurants, Cafés, Museen und bei anderen Attraktionen großzügige Rabatte.

## 12 Öffentlicher Nahverkehr, Kinder und Schiff inklusive

Die Bestimmungen unterscheiden sich geringfügig, aber generell kann man sagen, dass Fahrgäste, die älter als 20 Jahre sind, so viele Kinder unter sieben Jahren kostenlos mitnehmen dürfen, wie sie beaufsichtigen können. In Stockholm und Göteborg sind auch die Fährlinien im Schärengarten Teil des öffentlichen Nahverkehrs. Mit einer Fahrkarte für 5 Euro kaufen Sie sich ein unvergessliches Naturerlebnis!

## 13 Picknick mit eigenem Proviant

Dank Jedermannsrecht und den zahlreichen weitläufigen Parks in unseren Städten können Sie problemlos mit Ihrem eigenen Proviant ein herrliches Picknick im Freien machen. Viele schwedische Wintersportanlagen und andere in der Natur gelegene Ausflugsziele bieten kostenlos beheizte Hütten und Rastplätze an, wo Sie Ihre Butterbrote essen oder Würstchen grillen können.

## 14 Bei IKEA essen

Die IKEA-Einrichtungshäuser bieten einfache, leckere Mahlzeiten zu unglaublich günstigen Preisen an. Wenn Sie dort essen, sind für Ihr Baby ökologische Kindernahrung und Windeln im Preis eingeschlossen. Kinder bis 15 Jahre erhalten nach dem Essen kostenlos ein Bio-Eis am Stiel.

## 15 Parktheater

In der warmen Jahreszeit werden in den Parks und Grünanlagen der Städte kostenlose Theatervorstellungen veranstaltet. In Stockholm ist das Kultur huset Stadsteatern für die Veranstaltungen verantwortlich. Das Programm finden Sie auf [www.kulturhusetstadsteatern.se/parkteatern](http://www.kulturhusetstadsteatern.se/parkteatern)

## 16 Gratis!

Viel mehr als Sie glauben – und definitiv mehr als in anderen Ländern – ist in Schweden tatsächlich vollkommen kostenlos, unter anderem dank unseres einzigartigen Jedermannsrechts. Für Stockholm, Göteborg und viele andere Orte können Sie unter folgendem Link nach kostenlosen Vergnügungen Ausschau halten:

[www.gratisnojen.se](http://www.gratisnojen.se)



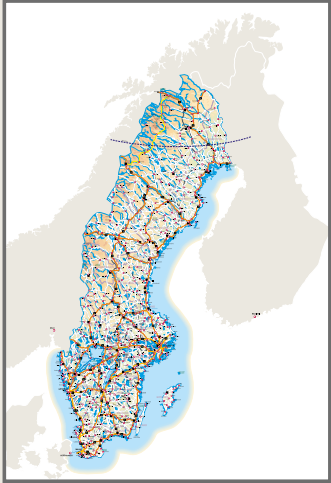
# Schweden



**Entfernungen (km)**

	Gävle	Göteborg	Halmstad	Helsingborg	Karlstad	Kiruna	Luleå	Malmö	Örebro	Östersund	Stockholm	Sundsvall	Umeå
Gävle	0												
Göteborg	517	0											
Halmstad	672	142	0										
Helsingborg	725	217	81	0									
Karlstad	345	249	386	477	0								
Kiruna	1067	1580	1733	1786	1407	0							
Luleå	734	1247	1400	1453	1074	342	0						
Malmö	782	273	137	65	534	1843	1510	0					
Örebro	236	282	378	437	109	1298	965	502	0				
Östersund	390	780	868	1108	541	811	577	1165	544	0			
Stockholm	174	471	503	556	310	1235	902	618	202	558	0		
Sundsvall	210	722	875	928	526	861	528	985	480	188	377	0	
Umeå	470	982	1135	1188	808	589	265	1245	700	363	263	0	0





OSLO

KOPENHAGEN





Visit   
Sweden  
[www.visitsweden.de](http://www.visitsweden.de)

