

MERIAN *live!*

OSLO



Mehr entdecken mit **MERIAN TopTen 360°**

FotoTipps für die schönsten Urlaubsmotive

Ideen für abwechslungsreiches **Reisen mit Kindern**

OSLO

Michael Baumgartner ist Nordist und Japanologe. Er lebt mit seiner Familie in München und besucht Oslo, die Heimatstadt seiner norwegischen Frau, jedes Jahr mehrere Wochen.



Familientipps



Barrierefreie Unterkünfte



Umweltbewusst Reisen



FotoTipp



Faltkarte

Preise für ein Doppelzimmer
mit Frühstück:

€€€€ ab 2000 NOK €€€ bis 2000 NOK
€€ bis 1500 NOK € bis 800 NOK

Preise für ein dreigängiges Menü
ohne Getränke:

€€€€ ab 600 NOK €€€ bis 600 NOK
€€ bis 400 NOK € bis 250 NOK



INHALT

Willkommen in Oslo 4

10 **MERIAN TopTen**
Höhepunkte, die Sie sich nicht entgehen lassen sollten 6

MERIAN TopTen 360°
Hier finden Sie sich schnell zurecht 8

10 **MERIAN Tipps**
Tipps, die Ihnen unbekanntere Seiten der Stadt zeigen ... 18

Zu Gast in Oslo 22

Übernachten 24

Essen und Trinken 30

Einkaufen 38

Am Abend 46

Familiens Tipps 50

- ◀ Das Rådhuset (► S. 73) und Aker Brygge
 (► S. 57) setzen im Hafenbecken Akzente.

Unterwegs in Oslo 54

Sehenswertes	56
Von Aker Brygge über Det Kongelige Slott und Frognerparken bis Operahuset und Rådhuset	
Museen und Galerien	78
Vom Astrup-Fearnley-Museum für Moderne Kunst über das Frammuseet bis zum Ibsenmuseum	

Spaziergänge und Ausflüge 92

Spaziergänge

Entlang der Karl Johans gate	94
Museumsinsel Bygdøy	96
Von Kampen nach Grünerløkka	98
Am Ufer der Akerselva	100

Ausflüge

Am Holmenkollen	102
Bærums Verk	104
Drøbak	105

Wissenswertes über Oslo 108

Auf einen Blick	110
Geschichte	112
Reisepraktisches von A–Z	114
Orts- und Sachregister	124
Impressum	128

Karten und Pläne

Oslo Sentrum	Klappe vorne
Verkehrsliniennetz Oslo	Klappe hinten
Inseln im Oslofjord	67
Akerselva	101
Holmenkollen	103
Oslo Umgebung	106

EXTRA-KARTE ZUM HERAUSNEHMEN Klappe hinten



Willkommen in Oslo

Königliches Ambiente umfängt den Besucher in der jungen und pulsierenden Hauptstadt Norwegens, die malerisch am Oslofjord gelegen ist.

Oslo ist anders! Das mag wie ein Klischee klingen, doch genau diese Worte beschreiben die Empfindungen bei meinem ersten Besuch der norwegischen Hauptstadt. Das begann schon bei der Anreise mit der Fähre, die die letzten Stunden durch den schmalen Oslofjord mit seinen bunten Häusern an beiden Ufern führte, bis schließlich die Stadt mit ihren grünen Hügeln auftauchte. Zugegeben, vom Hafen aus zeigt sich Oslo noch nicht von seiner Schokoladenseite, doch ich wurde bald darauf entschädigt, als ich unweit des Zentrums Holzhäuser sah, die aus einem Buch von Astrid Lindgren stammen könnten – auch wenn sie Schwedin war.

In den nächsten Tagen lernte ich mit norwegischer Begleitung allmählich die Stadt und einige ihrer Besonderheiten kennen: Zum Beispiel, dass man zum Wandern (und im Winter zum Skilanglauf) in die hügelige Oslomark, den Waldgürtel rund um Oslo, mit der U-Bahn fahren kann oder dass man in der Stadt fast alles zu Fuß erreichen kann.

Der »Teenager« Europas

Langsam begann ich zu verstehen, was diese Stadt so anders und so besonders macht. Freilich, wie andere europäische Hauptstädte hat auch Oslo sein Schloss, seine Theater und Museen, seine Universität und sein

◀ Karl III. Johan legte 1825 den Grundstein zum Königlichen Schloss (▶ S. 61).

Rathaus. Doch anders als sonst in Europa ist das alles hier noch keine 200 Jahre alt. Oslo ist gewissermaßen der Teenager unter Europas Hauptstädten. Als sich Norwegen im Jahre 1814 endlich von Dänemark loslösen konnte, hatte Oslo – das damals noch Christiania hieß – gerade mal 10 000 Einwohner. In der Zeit danach setzten gewaltige Wachstumschübe ein, und wie bei den meisten »Teenies« ging damit auch eine gewisse Identitätsproblematik einher. Bis heute gibt es »den« Osloer nicht, so wie es etwa den Archetypus des Wieners, Münchners oder Londoners gibt. Die meisten der Bewohner leben ohnehin erst seit wenigen Generationen in der Stadt und stammen ursprünglich aus dem ländlichen Norwegen – oder gar aus dem Ausland. Am 17. Mai, dem Nationalfeiertag, wenn die ganze Stadt in ein rot-weiß-blaues Fahnenmeer getaucht ist, tragen sie dann ihre Tracht aus Telemark, vom Hardangerfjord oder aus Nordland und nicht etwa die Oslotracht, die vor einiger Zeit kreiert wurde.

Offen, neugierig, modern

Diese Vielfalt ist eine enorme Bereicherung für die Stadt, die eine große Offenheit, Neugier und Bereitschaft an den Tag legt, sich auf Neues und Modernes einzulassen. Die Impulse, die aus dem Land Norwegen eines der modernsten und fortschrittlichsten Gemeinwesen überhaupt machten, gingen immer von Oslo aus, und auch in der Stadt selbst manifestiert sich dies. Etwa durch das Rathaus mit seiner markanten

Formensprache des Funktionalismus. Diesen Baustil schlossen die Norweger so ins Herz, dass sie ihm gar den Spitznamen »Funkis« gaben. Bis heute bestimmt dieser Stil beträchtliche Teile des Stadtbildes, nicht zuletzt durch die roten Telefonhäuschen, die seit 1932 unverändert sind. Natürlich brachte der Wille zur Modernität auch die ein oder andere Verwirrung mit sich, wie etwa das in den 1960er-Jahren erbaute Postgirogebäude, das die Norweger heute mit einer Art perversem Stolz an die erste Stelle der hässlichsten Bauwerke des Landes setzen. Aber auch eine solche Verwirrung gehört zum Erwachsenwerden. In den letzten zwei, drei Jahrzehnten schließlich hat man begonnen, sich der lange vernachlässigten Fjordseite Oslos mit ihren Containern und Lagerhäusern anzunehmen. Und hier zeigt sich die große Chance, die das »Unfertige« an Oslo bietet: Wo sonst gäbe es sowohl den Platz als auch den Willen zu kühnen Bauwerken gleich im Zentrum, wie das international gefeierte neue Opernhaus eines ist? Und das ist erst der Anfang einer neuen Ära, Oslo wird gerade erwachsen.

Doch bei aller Modernität ist Oslo gleichzeitig immer noch die Stadt mit den Wäldern, Seen und den grünen Inseln – und einem ganz besonderen Zauber. Wenn man gegen 22 Uhr an einem der langen, lauen nordischen Sommerabende in Aker Brygge aus dem Kino oder einem Restaurant tritt, auf den Oslofjord blickt und es gerade einmal angefangen hat zu dämmern, dann fällt es schwer, sich vorzustellen, dass es an irgendeinem anderen Ort der Welt jetzt gerade schöner sein könnte.



MERIAN TopTen

MERIAN zeigt Ihnen die Höhepunkte der Stadt: Das sollten Sie sich bei Ihrem Besuch in Oslo nicht entgehen lassen.

In der Stadt am Fjord liegen einige Hauptattraktionen direkt am oder gar im Wasser: die Oper, das Rathaus, das neue Stadtquartier Tjuvholmen mit dem Astrup-Fearnley-Museum, aber auch die Inseln, die Natur und Spuren der Stadtgeschichte vereinen. Munch-Museum, Nationalgalerie und Vigelandspark bieten Kunst von Weltrang, Geschichte lässt sich auf der Fes-

tung Akershus, dem Schloss und im Folkemuseum erfahren.

MERIAN TopTen 360°

Damit Sie sich vor Ort schneller orientieren können, finden Sie zu ausgewählten MERIAN TopTen auf den folgenden Seiten Umgebungskarten mit Restaurant-, Einkaufsempfehlungen und Tipps für weitere Sehenswürdigkeiten.

1 Akershus slott og festning
Dänenkönig Christian IV. verwandelte die Burg am Oslofjord in ein prächtiges Renaissance-schloss (► S. 58).

2 Det Kongelige Slott
In diesem Prunkbau residieren seit 1905 die norwegischen Könige (► S. 61).

3 Frognerparken (Vigelandsparken)
Das Lebenswerk des Bildhauers Gustav Vigeland (► S. 63).

4 Inseln im Oslofjord
Dem Zauber dieser Inselwelt erliegt jeder Besucher (► S. 66).

5 Operahuset
Wie ein riesiger Eisberg liegt der neue Kulturtempel im Hafen von Oslo (► S. 71).

6 Rådhuset
Oslos Wahrzeichen; hier wird alljährlich der Friedensnobelpreis verliehen (► S. 73).

7 Astrup Fearnley Museet for Moderne Kunst
Gegenwartskunst im Neubau von Renzo Piano (► S. 79).

8 Munch-museet
Das Museum beherbergt den Nachlass des Malers Edvard Munch, darunter auch sein Werk »Der Schrei« (► S. 83).

9 Nasjonalgalleriet
Hier lässt sich die Entwicklung der norwegischen bildenden Kunst nachvollziehen (► S. 84).

10 Norsk Folkemuseum
Ein gigantisches Heimatmuseum und eines der größten Freilichtmuseen der Welt (► S. 87).





360° Rund um das Rådhuset

MERIAN TopTen

1 Akershus slott og festning
Dänenkönig Christian IV. ließ die mittelalterliche Festung zu einem prächtigen Renaissanceschloss umbauen (► S. 58).
Akershus festning

6 Rådhuset
Das monumentale Wahrzeichen Oslos dient Jahr für Jahr als Schauplatz für die Verleihung des Friedensnobelpreises (► S. 73).
Rådhusplassen 1

7 Astrup Fearnley Museet
Renzo Pianos spektakulärer Neubau am Wasser beherbergt eine beeindruckende Sammlung von Gegenwartskunst (► S. 79).
Strandpromenaden 2

SEHENSWERTES

1 Tjuvtittent
Der Aussichtsturm im neuen Viertel Tjuvholmen bietet aus 54 m Höhe einen großartigen Blick auf Stadt und Fjord (► S. 76).
Albert Nordengens plass



ESSEN UND TRINKEN

2 Alex Sushi

Hier gibt es anerkanntermaßen Oslos bestes Sushi. Der Fisch hat es auch nicht weit vom Meer auf den Teller (► S. 34).

Strandpromenaden 11

3 Rorbua

Nordnorwegische Küche in besonderem Ambiente: Die Einrichtung ist einem Bootshaus auf den Lofoten nachempfunden (► S. 35).

Stranden 71

EINKAUFEN

4 Riktige Leker

Wie der Name schon sagt, gibt es hier »richtiges« Spielzeug statt blinkendem Plastik (► S. 41).

Haakon VII's gate 1

AM ABEND

5 Oslo Konserthus

Die Heimat der Osloer Philharmoniker, deren Repertoire naturgemäß viele nordische Komponisten umfasst (► S. 49).

Munkedamsveien 14



Auf Oslos Prachtmeile, der Karl Johans gate (► S. 94), kann man den Tag nach einer Sightseeingtour in einem Café oder Restaurant angenehm ausklingen lassen.



Zu Gast in **Oslo**

Übernachten auf dem Holmenkollen, Fisch essen in Aker Brygge, Shopping auf der Karl Johans gate und die Nacht zum Tag machen in Grünerløkka: Oslo bietet viele Möglichkeiten auf kleinem Raum.



Familiertipps

Auf den Spuren der Wikinger zu wandeln, den Oslofjord vom Boot aus zu erkunden oder eine Rodelpartie auf dem Frognerseier zu unternehmen macht kleinen Gästen großen Spaß.

◀ Im Vergnügungspark VikingLandet (▶ S. 52) lernen Kinder unter anderem, wie Wolle gesponnen wird.

Bootsfahrt im Oslofjord  **D 6**

Für Kinder immer wieder schön: mit dem Boot fahren, auf das Wasser schauen und dabei ein Eis spendiert bekommen. Je nach Alter der Kinder können eine einstündige oder eine zweistündige Tour rund um die Festung, den Hafen und die nahe gelegenen Inseln infrage kommen. Die Boote legen vom Pier gegenüber dem Rathaus, Rådhusbrygge 3, ab.

Sentrum • www.boatsightseeing.com • 50-Min.-Fahrt: 23. Mai–30. Juni stdl. 10–16, 1. Juli–31. Aug. stdl. 10–19 Uhr • 120 NOK • 2-Std.-Fahrt: 3. April–28. Sept. 10.30/13/15.30, 16. Mai–31. Aug. auch 17.45 Uhr • 210 NOK


Christiania Minigolf Club  **F 5**

In der Nähe des Zentrums liegt diese Minigolfanlage an der Akerselva. Grünerløkka • Søndre gate 1 • Straßenbahn: Nybrua, Heimdalsgata • www.minigolfparken.no • Juni–Aug. tgl. 12–21 Uhr • Eintritt 40 NOK, Kinder 20 NOK

Hoppeloppeland Bærum

 **westl. A 2**

Hier können sich Kinder auf dem riesigen Klettergerüst oder auf der Hüpfburg richtig austoben, im Dreiradparcours herumsausen und andere Vergnügungen unternehmen, bei denen sie in Bewegung bleiben. Østerås • Grini Næringspark 8 • T-bane: Eiksmarka, dann umsteigen in Bus 732: Nordby gård • www.hoppeloppeland.no • geöffnet an Schultagen 12–20, sonst tgl. 10–18 Uhr • Eintritt 130 NOK, für Erwachsene frei

 **Kampen økologiske barnebondegård**  **G 6**

Um Kindern eine Gelegenheit zu geben, Tiere einmal hautnah zu erleben, wurde im Jahr 1994 dieser kleine Bauernhof im alten Arbeiterviertel Kampen gegründet.

Hier gibt es neben größeren Nutztieren wie Pferden, Schafen, Ziegen und einem Esel kleinere Tiere, die die Kinder auch streicheln können, etwa Meerschweinchen und Kaninchen. An den Wochenenden werden zudem heiße Waffeln, Saft und Kaffee serviert.

Kampen • Skedsmogate 23 • T-bane: Ensjø • www.koebb.no • Mitte Juni–Anf. August Mo–Mi 10–14, So 12–15 Uhr • Eintritt frei

 **MERIAN Tipp**

HOLMENKOLLEN SKIFESTIVAL

Keine schnöde Sportveranstaltung, sondern ein riesengroßes Volksfest findet jedes Jahr im März am Holmenkollen statt. Wenn man es wie die Einheimischen machen will, zieht man sich warm an und sucht sich mit Thermoskanne und gut gefülltem Picknickkorb einen Platz an der Schanze oder der Loipe. ▶ S. 20

Korketrekkeren ▶ S. 103

Kilometerlange familienfreundliche Naturrodelbahn mit Schlittenverleih zwischen Frognerseteren und Midtstuen. Der Start und das Ziel liegen an der T-bane. Eine Abfahrt dauert rund 10 Min.

Frognerseteren • T-bane Frognerseteren • bei Schnee Mo–Sa 10–21, So 10–18 Uhr • Schlittenverleih pro Tag 100 NOK, Kinder 80 NOK



Sehenswertes

Oslo vereint Kultur und Natur. Historische Stätten wie Akershus Slott wechseln sich ab mit moderner Architektur wie in Tjuvholmen und grünen Oasen wie dem Frognerparken.

◀ Wer im Hafenaerial Aker Brygge Platz nimmt, genießt den Ausblick auf die Festung Akershus (► S. 58).

Gemessen an anderen europäischen Hauptstädten ist Oslo keine alte Stadt. Nach einer kurzen Blüte im Mittelalter fiel es unter dänischer Herrschaft in einen Dornröschenschlaf, aus dem es erst zu Beginn des 19. Jh. erwachte. Bis dahin war Oslo beinahe eine Kleinstadt, und das historische Zentrum ist daher recht überschaubar. Für den Besucher ist das eine angenehme Sache, bedeutet es doch, dass die meisten Sehenswürdigkeiten bequem zu Fuß zu erreichen sind. Und die, die etwas weiter entfernt liegen, sind gut mithilfe öffentlicher Verkehrsmittel erfahbar, denn Oslo ist die Hauptstadt eines der am besten funktionierenden Gemeinwesen der Welt.

Wer nach Norwegen fährt, tut dies oft in erster Linie, um großartige Natur zu erleben; kulturelle Erlebnisse sind eher nachrangig. Das gilt natürlich nicht für Oslo, doch auch hier spielt die Natur nicht die zweite Geige. Daher liegen einige der meistbesuchten Ziele im Grünen.

Wie so vieles andere sind auch die Eintrittspreise in Oslo nicht gerade günstig, wenngleich viele Sehenswürdigkeiten gratis besucht werden können. Billiger wird es fast überall mit dem Oslo Pass. Die beste Reisezeit ist von Mai bis September, außerhalb dieses Zeitraums gelten oft nur eingeschränkte Öffnungszeiten. Montags ist vielerorts geschlossen.

Aker Brygge



Nur wenige Orte in ganz Oslo illustrieren die durchgreifende Veränderung, die der norwegische Ölboom

seit den 1970er-Jahren für die norwegische Gesellschaft mit sich gebracht hat, so gut wie der populäre Einkaufs- und Ausgehmkomplex an der Bucht Pipervika, an der auch das **Rathaus** und die **Festung Akershus** liegen. An dieser Stelle befand sich seit dem 19. Jh. eine Schiffswerft, die im Jahr 1982 geschlossen wurde. 1986 wurde dann in den umgebauten Werkshallen der erste Teil des neuen Shoppingzentrums eröffnet und damit das erste Einkaufszentrum überhaupt in der Stadtmitte.

Für viele Bürger symbolisiert die Umwandlung von alten Industriebauten in Einkaufstempel die Veränderung der Gesellschaft vom alten, bescheidenen Norwegen hin zu einer neureichen Konsumgesellschaft.

FotoTipp

AKER BRYGGE

Die Essenz des nordischen Sommers lässt sich hier am Hafen in der Abenddämmerung (also im Juni/Juli zwischen 22 und 23 Uhr) mit der Kamera einfangen: der Fjord, die Inseln, die Festung im Hintergrund ... ► S. 57

Nach und nach wurde das gesamte Areal in eine urbane Landschaft verwandelt. Das Ergebnis ist eine architektonisch ansprechende Verbindung der alten Werfthallen aus roten Ziegeln mit der modernen postindustriellen Gesellschaft.

Neben Läden und Restaurants beherbergt der Komplex auch Büros, Wohnungen und Kinos. Gerade im Sommer herrscht von früh bis spät in die Nacht reger Betrieb, und die zahlreichen Freischankflächen mit



Das 1899 eröffnete Nationaltheater (► S. 70) vereint sowohl Stilelemente des Klassizismus als auch des Jugendstils und des Neorokoko.

zu Anfang des 12. Jh. und geweiht dem Schutzheiligen der Stadt Oslo, war seit dem Mittelalter Sitz des Bischofs von Oslo und überstand in dieser Funktion die Reformation im Jahr 1537 ebenso wie den verheerenden Stadtbrand von 1624.

St. Hallvard wurde mit dem Bau eines neuen Doms im Jahr 1660 überflüssig, verfiel und wurde als Steinbruch benutzt. Das Olavskloster war ein Dominikanerkloster, das mit der Reformation aufgelöst und zur Bischofsresidenz gemacht wurde. Die

Ruinen wurden 1624 und noch einmal 1880 teilweise durch den Bischofshof überbaut.

Gamlebyen • St. Halvards plass • Straßenbahn: St. Halvards plass • Eintritt frei • Führungen Mai–Sept. Sa, So 13 Uhr • Eintritt 80 NOK, Kinder 40 NOK • Treffpunkt: Oslo Ladegård (► S. 72)

Nationaltheater

■■■ D 6

Das Nationaltheater ist das größte Sprechtheater Norwegens. Im Vergleich zu den anderen wichtigen Gebäuden entlang der Karl Johan gate,

wie dem **Storting**, der **Universität** und dem **Schloss**, wurde es relativ spät, nämlich erst im Jahr 1899, eröffnet. Dass ein im Wortsinne nationales Theater erst so spät entstehen konnte, lag auch daran, dass sich Norwegisch erst in den Jahrzehnten zuvor als Bühnensprache etabliert hatte, vorher war auf Oslos Bühnen Dänisch gesprochen worden.

Der Entwurf des Theatergebäudes ging aus einem Architektenwettbewerb hervor, den der erst 27-jährige Henrik Bull gewann. Bull hatte in Berlin Architektur studiert, was sich in verschiedener Weise am Entwurf bemerkbar macht. So orientierte er sich an deutschen Theaterbauten, aber auch am in Berlin zu der Zeit vorherrschenden Historismus.

Das Gebäude vereint Stilelemente des Klassizismus, des Jugendstils und des Neorokoko, Letzteres etwa im prächtig ausgeschmückten **Hauptsaal** des Theaters. An der Innenausstattung des Theaters waren einige der bedeutendsten norwegischen Künstler der Zeit beteiligt.

Von den ursprünglich 1268 Plätzen des Hauptsaaals sind heute noch 741 übrig, die übrigen mussten im Jahr 1963 der Einrichtung einer weiteren Bühne unter demselben Dach, der **Amfiscene**, weichen. Nachdem die Werkstatt des Theaters 1983 teilweise ausgelagert worden war, wurde der frei gewordene Platz für eine dritte Bühne namens **Malersalen** genutzt, auf der vorwiegend Gegenwartsdramatik gespielt wird. Gegenwartsdramatik wurde – teilweise zumindest – auch schon zur feierlichen Eröffnung des Theaters im September 1899 geboten. An drei aufeinanderfolgenden Abenden wurden Stücke von Ludvig Holberg, Henrik Ibsen und Bjørn-

stjerne Bjørnson gespielt, den bedeutendsten norwegischen Dramatikern, und diese drei sind es auch, deren Namen an der Frontseite des Gebäudes in den drei Fensternischen groß angeschrieben stehen.

Passend dazu stehen links und rechts vom Haupteingang zwei Statuen, die Ibsen und Bjørnson darstellen, und an der Nordseite des Theaters, gegenüber der Universität, befindet sich ein Standbild Holbergs.

Die Innenräume des Theaters lassen sich am besten bei seinen Vorstellungen erleben, denn für Besichtigung durch Einzelbesucher besteht leider keine Möglichkeit.

Sentrum • Johanne Dybwads plass 1 • T-bane: Nationaltheatret • www.nationaltheatret.no • Führungen für

Gruppen ab 10 Personen mit Vorbestellung; 1. Samstag im Monat auch für Einzelbesucher • Info: Tel. 22 00 14 16 • Eintritt 70 NOK, Kinder 50 NOK

★ Operahuset

🏛️ E7

Mit dem Bau des neuen Opernhauses in der »Bjørvika« genannten Bucht wurde gleich zwei Missständen auf einmal abgeholfen. Zum einen war die Seeseite Oslos hier ebenso unansehnlich, wie das immer noch an vielen Stellen der näheren Umgebung der Fall ist, die von Industrie- und Hafenanlagen beherrscht werden.

Zum anderen wurde endlich der Mangel an einer diskutablen Spielstätte für Oper und Ballett behoben. Ein Glücksfall, dass mit der neuen Oper ein derart großer Wurf gelungen ist. Das Gebäude, das vom norwegischen Architekturbüro Snøhetta entworfen wurde, erinnert mit seinen schrägen Dachflächen aus Carrara-Marmor an einen Eisberg und ist begehbar; vom höchsten Punkt

Am Ufer der Akerselva – Stille Winkel, Wehre und Wasserfälle

Charakteristik: Mit nur 8 km Länge ist die Akerselva gewiss kein Riesenfluss, doch reich an Industriegeschichte. Die Strecke kann in beliebigen Teilstücken gegangen werden, da die Route immer wieder Bus und Straßenbahn kreuzt

Dauer: ca. 3–4 Std. **Länge:** ca. 8,5 km **Einkehrtipps:** Hølse-Lovisas hus, Sandakerveien 2, Tel. 93 00 88 55, tgl. 11–18 Uhr € • Elvebredden Kafé og Restaurant, Hausmanns gate 16, Tel 67 10 99 70, www.elvebredden.net, Kafé tgl.12–16, Restaurant Di–Sa 17–22 Uhr €€€



Karte ▶ S. 101,  G1–F6



Ein Stück Industriegeschichte: die Spinnerei Nedre Vøyen an der Akerselva.

Der Spaziergang beginnt am **Norsk Teknisk Museum** auf der linken Seite des Flusses. Dorthin gelangt man entweder mit dem Lokalzug oder den Bussen 22, 25 und 54 bis Kjelsås stasjon. Unterhalb des Museumsparkplatzes liegt **Frysja senter** mit Ateliers und Werkstätten für Kunsthandwerk, unmittelbar danach

wird der Fluss zu **Brekkedammen** angestaut, beliebt als Bade- und Picknickplatz. Bleiben Sie eine Weile am linken Flussufer und folgen dem teils recht schmalen Weg hinab in Richtung Nydalen. In diesem Bereich ist die Tier- und Pflanzenwelt des Flusses am reichsten; hier leben rund 70 Vogel- und 15 Säugetierarten. Nach etwa 1 km erweitert sich der Fluss zu **Nydalsdammen**. Ihr Weg kreuzt hier den Gjerdrums vei, auf dem Sie den Fluss überqueren.

Sie erreichen nun die ehemalige Textilfabrik **Nydalen Compagnie**, einst der größte Industriebetrieb des Landes. In den mächtigen Gebäuden befinden sich heute Büros. Gehen Sie unter der breiten Straßenbrücke Nydalsbrua hindurch, weiter am Fluss entlang. Nach einiger Zeit verschwindet er kurz unter der Erde. Man folgt nun einige hundert Meter dem Nydalsveien, bis linker Hand das Ufer wieder grün wird und der Weg am Fluss sich fortsetzt.

Nydalen ▶ **Grünerløkka**

Nachdem Sie Kristoffer Aamots vei unterquert haben, beginnt der Stadtteil Bjølsen und damit wieder ein ruhigerer Teil des Flusslaufs, in dem bald drei Inselchen auftauchen.

Kurze Zeit später macht der Fluss eine scharfe Biegung nach links; setzen Sie hier den Weg geradeaus fort, gehen Sie dann durch die Unterführung unter der Treschows gate zur Akerselva hinunter. Auf dem nächsten Kilometer folgen Sie fast durchgehend dem Grünstreifen und gelangen zum Stadtteil **Sagene**, der nach den vielen Sägewerken benannt ist, die es hier einst gab.

An der kleinen Brücke direkt vor der Marcus Thranes gate wechseln Sie wieder das Flussufer. Hier begegnet man abermals Wasserfällen und Industriedenkmälern, darunter **Glademølla**, einer Papiermühle von 1736, dem ältesten erhaltenen Industriegebäude des Landes. Ein Stück weiter überquert man die Biermanns gate; hier bietet sich Gelegenheit zu einer Rast in Hønse-Lovisas hus, einem Café in einem charmanten roten Häuschen. Probieren Sie unbedingt die hausgemachten Waffeln!

Grünerløkka ▶ Grønland

Nach wenigen Hundert Metern ist man an der Brücke Sannerbrua und damit in Grünerløkka angelangt. Gehen Sie die Sannergata bis zum Markveien, dem Sie in Richtung Süden bis zur Helgesens gate folgen. Bald kommt man an der **Paulus kirke** vorbei und bewegt sich ins Herz von Grünerløkka. An der Helgesens gate rechts Richtung Fluss abbiegen, dann links in die Marselis gate, die nach einem Block in den Grünerhagen park mündet, neben dem rechts das **Grünerløkka Studenthus** aufragt – ein Wohnheim in ehemaligen Kornsilos.

Den Park durchqueren Sie in gerader Linie, die Sie auch in die Nedre gate fortsetzen und schließlich über die Brücke oberhalb des **Norsk Design-**



og Arkitektursenter (DogA). Im Restaurant Elvebredden mit Blick zum Fluss kann man rasten. Dann an der **Jakob kulturkirke** neben dem DogA vorbei und bei der nächsten Brücke, Ankerbrua, zum letzten Mal die Flussseite wechseln. Hier entlang gehen Sie den Rest des Weges bis nach Grønland, wo die Akerselva bald unter der Erde verschwindet.