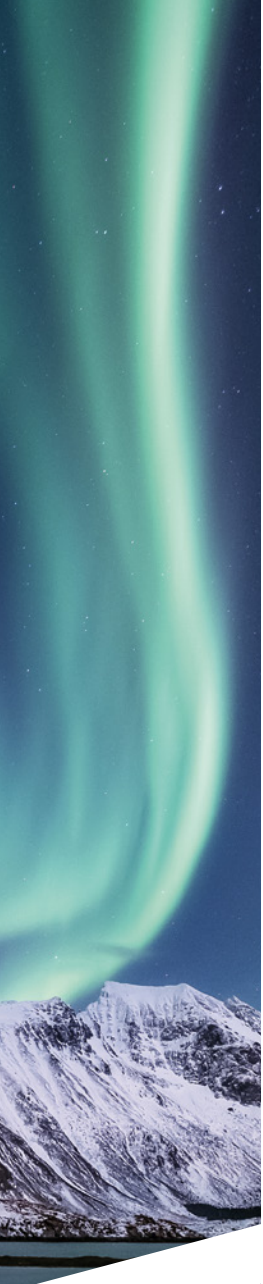
GUIARAMA COMPACT

Oslo, Bergen y los fiordos



ANAYA TOURING



Autor: **Gonzalo Vázquez Solana**

Responsable editorial: **David Lozano**
Edición: **Anaya Touring**
Técnico editorial: **Lola García**
Cartografía: **Anaya Touring**
Producción: **Juan José Rodríguez, Antonio Mellado** y **Olga Hernando**
Diseño tipográfico y de cubierta: **marivies**

Procedencia de las fotografías:
123RF: cabecera 38 y siguientes, 39, 40 (3), 63, 74, 75, 76, 77, cabecera 78 y siguientes, 80 (inf.), 82-83, 84, 85 (sup.), 86, 87, 89, 91, 93 (inf.), 95, 96, 97 (2), 99, 100, 101, 102, 105, 107, 108 (2), 110, 112, 113 (2), 114-115, cabecera 116 y siguientes, 117, 118, 124. Creative commons: 12 sup., 13, 14, 18. Dreamstime: cubierta (inf.), 8, cabecera 8 y siguientes, 11 (sup.), 36-37, 41, 64, 66, 68, 69, 72. G.V.: 106. iStock: 2, 48-49, 51, 71. Shutterstock: cubierta (sup.), 6-7, 10, 11 (inf.), 12 (inf.), 16-17, 17, 19, 20-21, 22, cabecera 22 y siguientes, 23, 25 (4), 26, 27, 28, 29, 30, 31 (2), 32, 33, 35, 38, 44, 46, 47 (2), 48, 49, 50, 53, 54, 55, 56, 58, 59, 60, cabecera 60 y siguientes, 61, 62, 67, 73, 78, 79, 80 (sup.), 83 (dch.), 85 (inf.), 90, 92, 93 (sup.), 98, 111, 128, 129, 131.

El autor desea agradecer la ayuda prestada a sus compañeros guías de Noruega (especialmente a Rodrigo Fretín).

Reservados todos los derechos. El contenido de esta obra está protegido por la Ley, que establece penas de prisión y/o multas, además de las correspondientes indemnizaciones por daños y perjuicios, para quienes reprodujeren, plagiaren, distribuyeren o comunicaren públicamente, en todo o en parte, una obra literaria, artística o científica, o su transformación, interpretación o ejecución artística fijada en cualquier tipo de soporte o comunicada a través de cualquier medio, sin la preceptiva autorización.

Primera edición digital: 2025

© Grupo Anaya, S. A., 2025
Valentín Beato, 21. 28037 Madrid
www.guiasdeviajeanaya.es

Edición electrónica sobre la 2.ª edición impresa
ISBN: 978-84-9158-937-2

La información contenida en esta guía ha sido cuidadosamente comprobada antes de su publicación. No obstante, dada la naturaleza variable de los datos, recomendamos su verificación antes de salir.

Contenido

Cómo usar esta guía 4-5

Una mirada a Oslo, Bergen y los fiordos . . 7
- Presentación 8
- Oslo, Bergen y los fiordos en cifras 9
- No hay que perderse… 11
- Un poco de historia 12
- Naturaleza y paisaje 16
- Personajes famosos 18

Diez lugares inolvidables 21
- Tren de Flåm 22
- Parque Vigeland 24
- Glaciar Jostedal 26
- Sognefjorden 27
- Holmenkollen 28
- Museo de Edvard Grieg 30
- Frammuseet 31
- Barrio de la Hansa en Bergen 32
- Stavkirke 33
- Preikestolen (El Púlpito) 34

Visita a Oslo, Bergen y los fiordos 27
- Oslo 39
- Bergen 61
- Hardangerfjord 77
- Sognefjorden 91
- Geirangerfjord 103
- Nordfjord 109

Dónde 86
- Comer y beber 116
- Alojarse 120
- Ir de compras 125
- Ir con niños 126
- Divertirse 128
- Fiestas y festivales 131

Información práctica 132

Índice 140

Mapa. 142







Cómo usar esta guía

Esta **Guiarama** de **Oslo, Bergen y los fiordos** se divide en cinco secciones que abarcan los aspectos más importantes del viaje

Una mirada a Oslo, Bergen y los fiordos, páginas 6-19

Presentación
Oslo y los fiordos en cifras
No hay que perderse
Un poco de historia
Naturaleza y paisaje
Personajes famosos

Diez lugares inolvidables, páginas 20-35

La elección de la autora de los diez lugares más atractivos de la ciudad, todos con información práctica.

Visita, páginas 36-113

Se divide Oslo, Bergen y los fiordos en seis zonas, cada una con una introducción y listado de los lugares más interesantes.

Información práctica
Breves notas "¿Sabías que…?"
2 paseos a pie
Gastronomía

Dónde…, páginas 114-131

Información detallada sobre restaurantes, alojamiento, compras, niños y ocio.

Información práctica, páginas 132-141

Toda la información necesaria para el viajero presentada de forma visual.

Mapas y planos

Los lugares de interés incluyen su localización en los diferentes mapas y planos de esta guía. Por ejemplo, el Ibsen Museet va seguido de la referencia 42 (B2) que indica la página en la que se encuentra el plano (42) y las coordenadas (B2). La indicacion f. p. significa "fuera de plano". En el capítulo dedicado a los fiordos pueden encontrarse varios mapas detalle. Al final se incluye un plano general de Noruega.

Precios

El precio aproximado de los establecimientos se indicará mediante los signos:

C caro, **M** moderado y **E** económico.

Clasificación por estrellas

La mayoría de los lugares descritos en el libro se han clasificado por su grado de interés como sigue:

*** Visita obligada
** Muy interesante
* Interesante

Símbolos utilizados

A lo largo de la guía se han utilizado símbolos sencillos y claros para indicar las siguientes categorías:

- referencia a los planos del final de la guía
- dirección o localización
- número de teléfono
- horario
- restaurante o café
- estación de metro más cercana
- rutas de autobús o tranvía
- estación de tren más cercana
- ferry más cercano
- aeropuerto
- información turística
- acceso para personas con problema de movilidad
- precio de la entrada
- otros lugares de interés cercanos
- más información práctica
- web


VISITA A LOS FIORDOS > NORDFJORD

Nordfjord


UN PASEO A PIE

Por la península de Nordnes


DÓNDE... > FIESTAS

Fiestas y festivales





Una **mirada**

Presentación 8
Oslo y los fiordos en cifras 9
No hay que perderse… 11
Un poco de historia 12
Naturaleza y paisaje 16
Personajes famosos 18



Presentación

Símbolos

Se asocia el país con los **vikingos,** pero se ha creado una imagen distorsionada, por lo efectista de los relatos sobre sus aventuras, algunas tan crueles como toda la Edad Media europea. Por otro lado, el legado del **Nobel de la Paz** y su afán de lucha por un mundo más justo, últimamente volcado en las consecuencias del cambio climático, también se postula como estandarte simbólico del país aunque con un contradictorio mensaje sobre el petróleo y la conservación de las ballenas.
Los trolls y la estética de la mitología nórdica en general son comúnmente asociados con el país; aunque realmente la impronta más nítida es el de una sociedad muy igualitaria y próspera, eso sí a través de muy altos impuestos.

Noruega es un destino muy atractivo, tanto en verano como en invierno. Conocer el sur, con su capital Oslo, y el oeste con Bergen y la zona de los fiordos, es una buena forma de introducirse en Escandinavia, sin duda, uno de los destinos más impresionantes del mundo.

Del país sorprende su naturaleza grandiosa, los glaciares perpetuos, las cascadas y saltos de agua que riegan los valles, los profundos y estrechos fiordos y las montañas nevadas que enmarcan el paisaje. Su historia está presente en sus museos y sus antiguas construcciones, ligadas a la madera como las *stavkirke,* vestigios del cristianismo mezclado con una mitología propia.

En Bergen y Oslo encontraremos una interesante oferta cultural, apuestas en arquitectura puntera y un urbanismo sorprendente, museos divertidos y pensados para los niños, parques que son obras de arte y todo acompañado de una gastronomía innovadora, basada en productos del mar, la gran despensa del país. El carácter de su gente, cosmopolita, abierto y respetuoso, es otro aliciente más para pasar unos días por estas tierras llenas de libertad y respeto a la naturaleza. La actividad humana ha estado condicionada por su clima y por la orografía. Las comunicaciones han sido difíciles en el pasado y es por ello que, solo recientemente, el turismo ha empezado a descubrir las enormes posibilidades del país, apoyada por una adecuada gestión de los servicios turísticos por parte del estado.

Quizá el mejor recuerdo que podamos llevar de vuelta sean precisamente los paisajes que encontraremos desplazándonos por el sur y oeste del país, por carretera, tren y barco.



▼ Oslo, una gran capital europea en un bello fiordo.

Oslo y los fiordos en cifras

Geografía

Los cursos de agua del sur del país son cortos, numerosos y muy caudalosos sobre todo en época del deshielo. La orografía tan abrupta produce bellísimos efectos naturales en forma de cascadas, algunas de cientos de metros de caída. Las montañas más altas se encuentran en el tercio sur, rondan los 2.500 m y tienen glaciares en sus partes altas. Tres cuartas partes del territorio son bosques y zonas naturales. Oslo, rodeada por montañas y bosques, se sitúa en el interior del fiordo homónimo. Bergen presume de emplazamiento, como cabecera de la zona de los fiordos del oeste y sus numerosas islas.

Clima

Oslo tiene un clima continental del norte con temperaturas medias de entre 18 y 20 °C durante los meses junio, julio y agosto. Además, se puede presenciar el sol de medianoche, un fenómeno que permite tener más de 18 horas de luz al día.

Bergen se beneficia de la Corriente del Golfo, que atenúa las temperaturas en invierno y produce una alta pluviosidad sobre todo en verano, cuyas temperaturas suelen oscilar entre los 24 °C y los 10 °C.

Economía

El comienzo de la explotación petrolífera y de gas (1967) ha permitido al país pasar, en menos de cincuenta años, de ser uno de los dos países más pobres de Europa a ser el más rico con gran diferencia, con un modelo de reparto y atención social ejemplar para el resto del mundo, donde el Estado controla los sectores estratégicos. Este impulso económico ha dotado a la sociedad noruega de un elevado nivel de educación y bienestar.

Política y gobierno

Noruega es una monarquía parlamentaria, con una gran tradición democrática, incluso antes de su independencia en 1905. Desde la II Guerra Mundial, ha tenido un alineamiento occidental y los gobiernos se han formado por acuerdos, fomentando una depurada actividad y un bajo nivel de corrupción institucional.

En 2013 un coalición entre el partido Conservador (Høyre) y otros partidos de derecha y populistas forman un gobierno con medidas económicas ortodoxas en fiscalidad e inmigración. La pandemia y el crecimiento de la desigualdad han hecho retornar al partido Laborista al gobierno en 2021.

Curiosidades

Población. Las ciudades más pobladas son Oslo, con unos 700.000 habitantes (casi un milón incluyendo el área metropolitana) y Bergen, con unos 350.000. Del total de población oslense, casi el 25% no ha nacido en Noruega y hay más de 200 nacionalidades presentes en la ciudad.

Organización. Noruega consta de 19 regiones. Los concejales de los ayuntamientos no cobran por su trabajo y está prohibida la propaganda electoral, incluso en campaña.

Religión. Mayoritariamente, iglesia evangélica protestante luterana.

Pensiones. Solo el 25% de los ingresos por venta de hidrocarburos se aportan a los presupuestos del Estado. El resto se acumula en el *Government Pension Fund* para pagar onero sas pensiones a los jubilados.



La **esencia** de **Oslo** y los fiordos

Oslo, Bergen y la zona de los fiordos ofrecen un buen resumen de las maravillas que encierra el país. El maridaje entre sus impresionantes entornos naturales, su marcada cultura nórdica, su compromiso con la Paz, la música y la literatura nos dejarán los mejores recuerdos. Todos estos placeres están al alcance del lector y por menos de lo que imaginamos. Recorrer sus paisajes tiene un efecto terapéutico.

No hay que perderse…

Viajar pocos días no implica viajar con prisa. Aquí van algunas sugerencias para conocer los rincones más encantadores y las actividades más sugerentes de esta parte de Noruega.

◀ Vista del Bryggen.

Visitar un parque urbano. Todas las ciudades cuentan con algún espacio verde pensado para realizar deporte, hacer un picnic, montar en bici, pasear con mascotas y sobre todo, para tomar el sol, cuando asoma. El aspecto cambia radicalmente en invierno, cuando se convierten en sendas para el esquí de fondo. Ineludible es el **Frognerparken,** de Oslo, con la obra **Vigeland** (▶24), el más famoso parque de todo Noruega.

Hacer una pausa y disfrutar de un café y un dulce en alguna cafetería. En todo Noruega se consume mucho café de estilo americano, acompañado por bollos tradicionales, a base de mantequilla y con muchas especias, sobre todo, canela y cardamomo.

Realizar senderismo hasta un glaciar. La increíble naturaleza del país se ve coronada con las lenguas de glaciar que hay en varios parques naturales. Los paseos en estas zonas están bien indicados y normalmente son fáciles de recorrer. Un buen calzado y chubasquero son imprescindibles.

Probar el marisco, sobre todo el cangrejo real. Es más grande que un centollo, por lo que se suelen compartir. El mejor sitio para disfrutarlo es cerca de los mercados o lonjas de pescado, como en Bergen.

Una visita a una biblioteca pública. Son auténticos templos del conocimiento y la cultura. Suelen tener un horario restringido por las tardes y están atendidas por personal joven –normalmente estudiantes. Hay cursos de idiomas, conciertos de música, exposiciones y presentaciones de libros y trabajos artísticos.

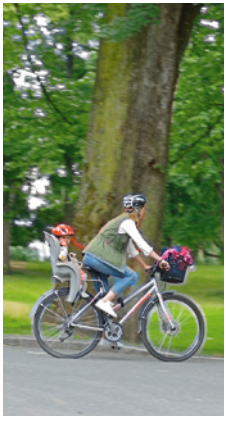
Navegar por la costa. Noruega es mar, es su vocación y la relación de los noruegos con el mar es casi mítica. Desde los vikingos, pasando por el buque *Fram* y las expediciones a los polos, el moderno *Hurtigruten* o la travesía de la *Kontiki,* todas las grandes epopeyas nacionales se han desarrollado surcando mares y océanos. Cualquier desplazamiento nos obligará a coger, cuando menos un trasbordador para cruzar algún fiordo.

Asistir a un concierto en el Grieghallen de Bergen. Es el lugar donde se celebra el famoso Festival Internacional de Bergen (FIB), con ballet, ópera y conciertos de la Orquesta Filarmónica de la ciudad.



▲ Venta de marisco fresco en el mercado de Bergen.

▼ En bici por la capital.





Un poco de historia



▲ Miniatura que representa a Harald I, *el Pelirrojo,* con su padre. Es considerado el primer rey de Noruega.

¿Sabías que...?

Los vikingos nunca llevaron cascos con cuernos, ni les hizo falta para asaltar y tomar Sevilla en el año 844 y Pamplona en el 859.

10000-7000 a.C. Se han encontrado objetos y datos aqueológicos que muestran la existencia de pobladores antepasados del actual pueblo sami, de procedencia siberiana.

3500 a.C. Se difunde la agricultura y llegan nuevos pobladores provenientes de Europa, tribus germánicas, con el aspecto de lo que hoy consideramos el fenotipo vikingo. Se instalan principalmente en el sur y el oeste.

200-300 d.C. Los habitantes del sur, más relacionados con la agricultura en comparación con los cazadores y recolectores del norte, establecen los primeros contactos con pueblos del Mediterráneo, que les aporta el conocimiento de tecnologías del hierro. Tienen ya su propia mitología y una tosca escritura (runas).

793 Asalto y saqueo del monasterio de Lindisfarne en el noreste de Inglaterra. Es considerado el comienzo de la era vikinga.

900 Harald Harfrage, el Pelirrojo, es el primer caudillo reconocido como líder de las distintas poblaciones del territorio noruego del sur y oeste tras su victoria en la batalla de Hafsfjord.

1018 Llegada del cristianismo. Olav Haraldson, u Olaf el Santo, reinó hasta 1030 consolidando el poder sobre los distintos caciques locales a los que impuso el cristianismo como única religión.

1066 El poderoso rey Harald Haldrada, el Fuerte, muere en la batalla de Stamford

▼ Réplica de un *drakkar* vikingo en Sognefjord.





▲ Muerte de Harald III (Harald Hadrada) en la batalla de Stamford Bridge. Óleo de Peter Nicolai Arbo.

Bridge contra los sajones, a quienes reclamaba el trono vacante de Inglaterra. Se considera el final del dominio de la era vikinga.

1217 Tras años de guerras entre clanes con relaciones de vasallaje, Hakon IV toma el trono y comienza una época de gran desarrollo, promulgando leyes para todo el reino.

1349 Llega la peste negra a Noruega. Sin duda, la mayor tragedia que ha vivido el país en su historia. Acabó con la vida de dos tercios de la población y sumió al país en una grave crisis social y económica. En el siglo XIV también se instala la Hansa Germánica en Bergen.

1397 Los tres reinos escandinavos quedan bajo el control de la corona de la reina Margarita de Dinamarca tras el acuerdo de la Unión de Kalmar. Comienza "La larga noche", en relación al período de más de cinco siglos que pasarán hasta que Noruega recupere su independencia.

1536 La Reforma luterana, importada desde Dinamarca, se extiende por el país. El obispo de Nídaros (Trondheim) promueve una revuelta solicitando ayuda al emperador Carlos V pero ésta nunca llegó.

1660 Se suceden las guerras de religión como desencadenante de la lucha por





▲ Retrato de Cristian IV, rey de Dinamarca y Noruega, por Pieter Isaacsz.

la hegemonía en Europa septentrional, pero la economía comienza a florecer con el fin del monopolio comercial de la Hansa.

1720 Tras más de dos décadas de Guerra Nórdica, en la que también participan Rusia y Polonia contra Suecia, se firma la paz de Frederiksborg, que supuso una tregua de casi cien años. Noruega vive un periodo de paz y crecimiento demográfico y cultural.

1807 El reino doble de Dinamarca y Noruega entra en guerra contra Inglaterra y Suecia. Se acaban 434 años de dominación y colonización danesas, aunque el intento de constitución del 17 de mayo de 1814 no fragua por la amenaza militar sueca.

1838 El *Storting* –cámara de representantes noruega– proclama por primera vez la bandera nacional. Una década después aparecen los movimientos obreros y se producen avances en los derechos sociales y democráticos que traerán el sufragio (solo masculino) en 1898.

1905 El rey Oskar II de Suecia acepta la votación casi unánime del Parlamento y declara la independencia del país bajo la forma de monarquía constitucional.

1930 En la Gran Depresión se llegan a tasas de desempleo del 42%, el partido Laborista pone en práctica políticas keynesianas de aumento del peso económico del sector público, más tarde serán los abanderados del estado del bienestar.

1940 La Alemania nazi invade Noruega a pesar de su declarada neutralidad. Rey y gobierno huyen a Inglaterra y aparecen grupos de resistencia armada. En 1944, los soviéticos entran por el norte del país, presionando al ejército nazi hacia el sur que va destruyendo todo a su paso hasta que se rinde en Lillehammer el 8 de mayo de 1945.

1945 Cofundadora de la ONU, el primer secretario general de la organización sería Trygve Lie, ministro de Exteriores noruego. También se convirtió en miembro fundador de la OTAN en 1949.