

## 我的足迹：挪威 -- 山水画廊、徒步天堂（3）

[meipian.cn/2wzj2251](http://meipian.cn/2wzj2251)



盖朗厄尔周边线路图

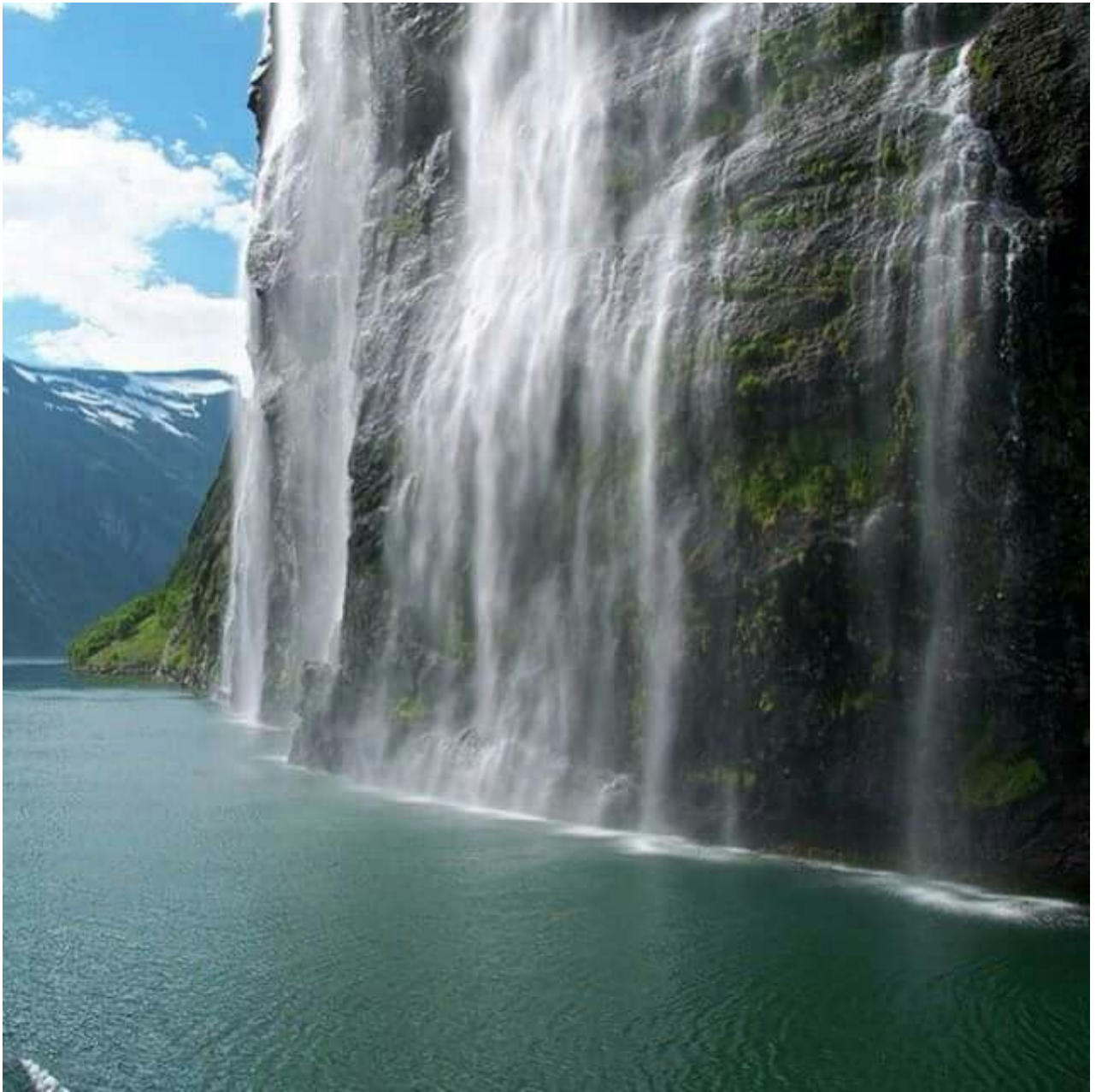
盖朗厄尔峡湾在2005年被列入世遗名录，起点哈雷斯特（Hellesylt）终点在盖朗厄尔（Geiranger）镇。之间有公交渡轮。据介绍，下午风光迷人，有高耸扭曲的岩壁，七姐妹瀑布，套装瀑布（Suitor）和新娘面纱瀑布（Bridal Veil）。



盖朗厄尔峡湾。今天的天气果真晴朗。



七姐妹瀑布 (Seven Sisters Falls) , 有三个不在家。



新娘面纱瀑布 (Bridal Veil Falls)



峡湾终点盖朗厄尔镇。背后是一座山，有一个观景台可以鸟瞰港口全景。一般游客在盖朗厄尔下船之后会朝左沿着63号公路往翁达尔斯内斯（Åndalsnes）方向继续旅行，途中还有一个观景台可以看到峡湾的全貌。



峡湾全貌



峡湾全貌

观景台之后，沿着63号公路往翁达尔斯内斯（Åndalsnes）方向继续前进，沿途很美，还有一个大惊喜。





农庄



挂在瀑布上的房子

63号公路会经过一个叫作魔鬼的咽喉或魔鬼的台阶（Trollstigen）的路段。路边有一个大停车场和观景台，可以眺望这条令人毛骨悚然的道路，沿着陡峭的山坡一直延伸到山谷，一条180米高的瀑布像白色绸缎从山上抛下去，令人目眩。



魔鬼的咽喉（Trollstigen）。介绍说，这条路是在1936年由矿工和当地人修建的。这座大山挡住了谷地居民和山地居民之间的交往，于是他们发扬“愚公移山”的精神，花了几年时间开凿成功。道路冬天关闭，到5或6月开放。

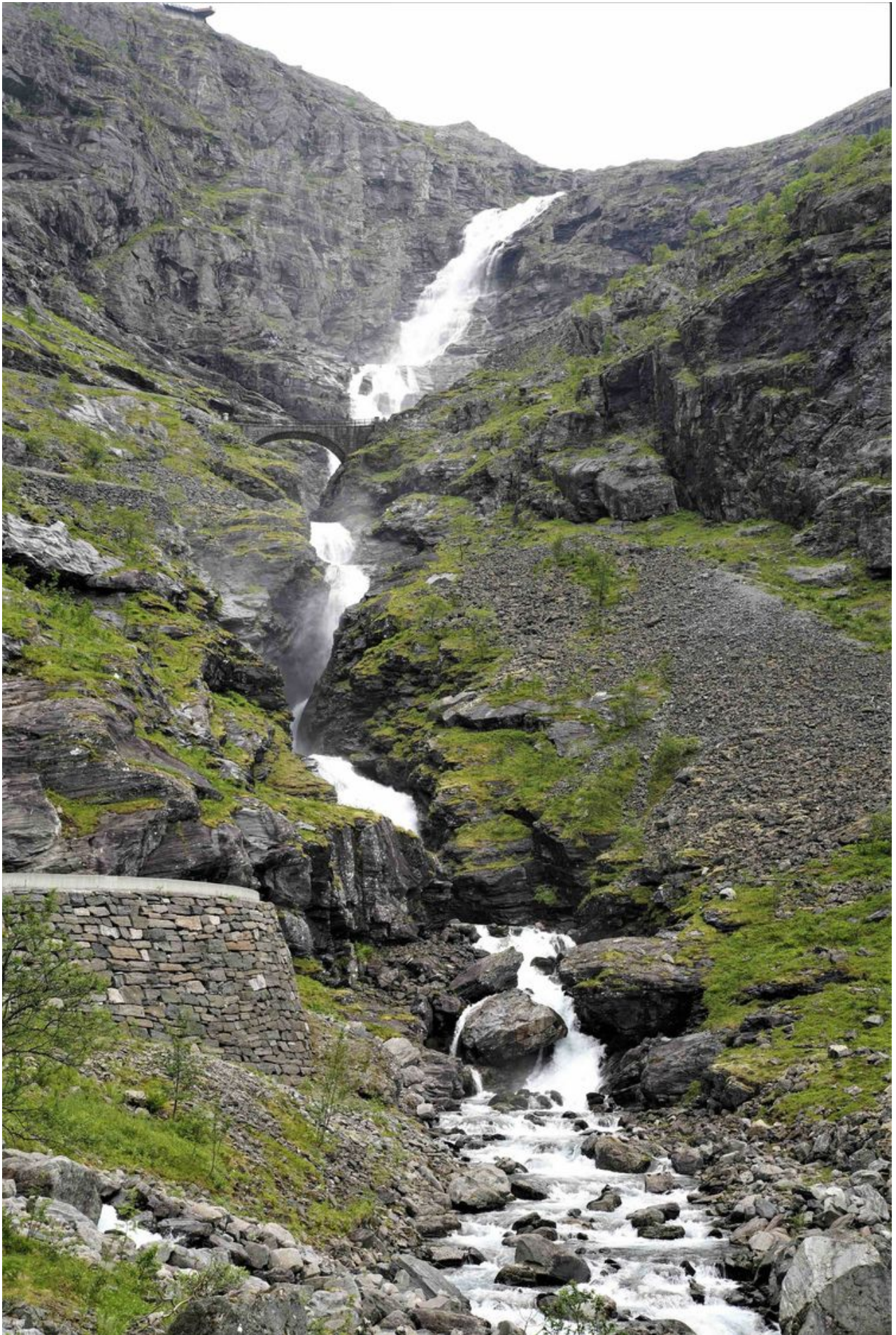


沿着山道开车下去令人胆战心惊。遇到大巴或货车，主动让路，尤其在拐弯处，大车会把整个车道占满。



如果乘坐这种大巴下山，途中可能除了尖叫还是尖叫。





回望山顶，其实山并不很高，但是很陡。



山脚下的平原。可想而知，为什么当地人要修这条道路。

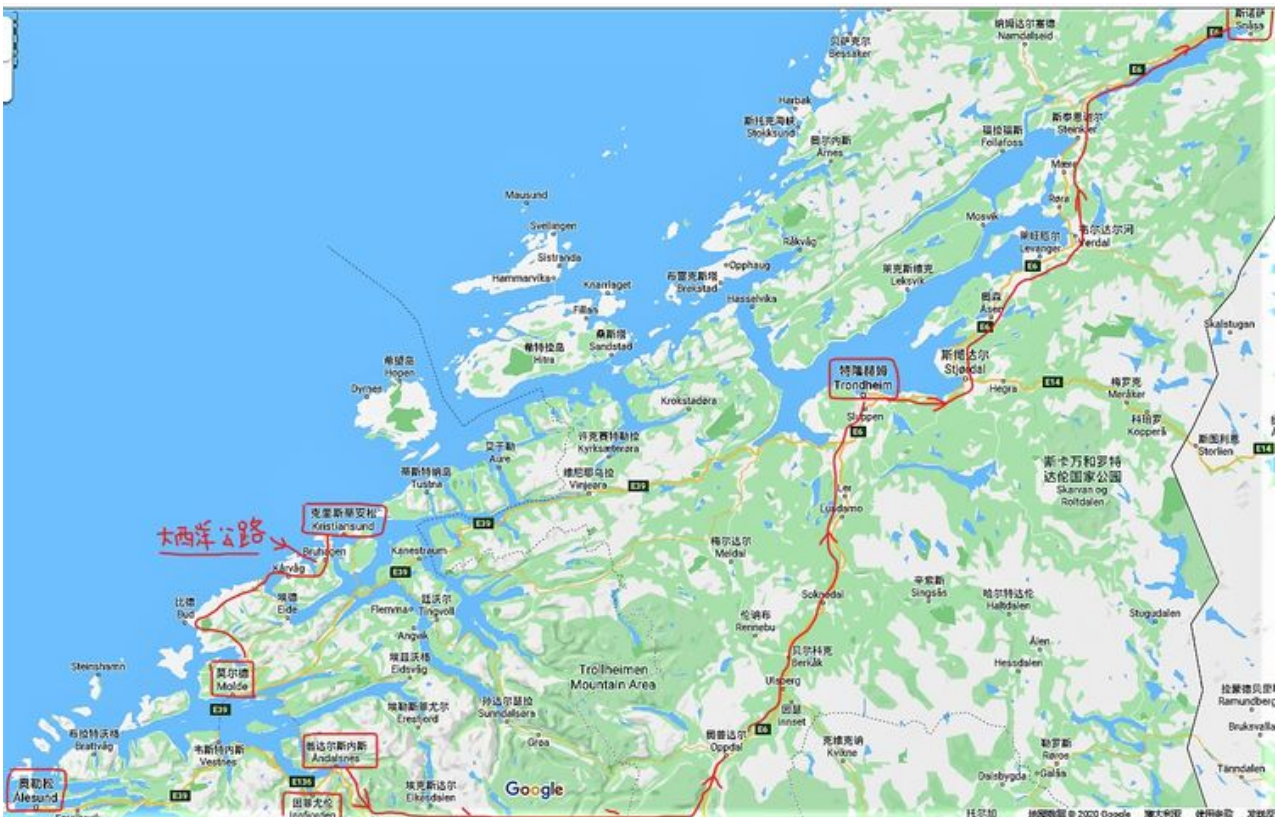
在翁达尔斯内斯（Åndalsnes）附近有一个陆达斯根山脉（Romsdalseggen Ridge）徒步线路，景色非常壮观，但是很难。徒步信息：长度：10.3公里；难度：4/5；上升高度：970米；时间：8小时。部分路段是光滑的岩石，需要手脚并用，但有链条。估计难度跟尤通黑门的贝斯山脊（Besseggen Ridge）差不多。上升高度是衡量徒步难度的一个很重要的因素。路途短，当上升高度高，一定都是很难走的。很遗憾由于孤独星球没有介绍，所以没有去。哪怕有简单介绍，也一定会去网上搜寻，并安排时间去。只好留着下一次去了。以下是从网上获得的线路图和照片，作为参考。





### 陆达斯根山脉 (Romsdalseggen Ridge)

从翁达尔斯内斯往北有两条路可走：一条是左边的64号公路往莫尔德 (Molde) 方向，沿海边北上，到特隆赫姆市 (Trondheim)；另一条是右边E136转E6公路。第一次是走左边这一条，会经过很特别的大西洋公路 (Atlantic Ocean Road)。具体线路是莫尔德 (Molde) - 巴德 (Bud) - 大西洋公路 - 克里斯蒂安松 (Kristiansund) - 松纳达尔 (Surnadal) - 特隆赫姆。其中主要的景观从大西洋公路开始。我们来看看是什么样的景色。



左边是大西洋公路



通往大西洋公路



二战时期的碉堡



大西洋公路途中



大西洋公路开端



大西洋公路



网上获得的大西洋公路全貌。公路把沿海的小岛屿连接起来，两头是较大的城市。景观很特别。



这艘小船太可爱了。恨不得拎回家去摆在茶几上。



色彩斑斓的水边城市克里斯蒂安松 (Kristiansund)



克里斯蒂安松



城市一角





克里斯蒂安松 (Kristiansund) 全景。很漂亮。



继续北上的路上，还未找到住宿，但是看到这一特别的景色，又忍不住停车拍照。拍完照已将近午夜11点，前方是渡口，周围没有旅馆，只好坐渡轮到对岸，一路狂奔，找不到旅馆。看到路边一座房子灯还亮着，敲门，出来一位老者，问周围可有住宿。他说：“just a couple of miles down the road”（往前走一两个miles）。松了一口气。可是开了半天连有灯光的房子都没有看到。没有办法，只好继续狂奔，终于在一个三岔路口找到一个露营地，已经将近1点，幸好还有一个小伙子在值班，一脸堆笑。看来在这前不着村后不着店的地方，游客半夜到来可能是常事。赶快入住。问为什么一两个miles走这么久。一听我这个老外，他笑着说，这是挪威的mile，约等于10公里。哎哟，妈呀。还好是一两迈，如果是七八迈，我也会认为是没多远。住下，已经快2点。

第二天早上起来，发现这个地方叫松纳达尔 (Surnadal)



松纳达尔营地



这是这条线路往特隆赫姆（Trondheim）途中的最后一个景观。

回到这次旅行的线路。在翁达尔斯内斯（Åndalsnes）错过了去陆达斯根山脉徒步，就沿着E6号公路朝特隆赫姆市（Trondheim）方向。相比左边那一条线路，这条路上没有什么特别的景色，一路踩油门，中间在奥普达尔（Oppdal）住了一个晚上。

特隆赫姆是挪威第三大城市，也是一个大学城，还有一座不大的皇宫。皇宫的工作人员告诉我特隆赫姆曾经是挪威的首都。到皇宫旁边的教堂的顶部可以鸟瞰整座城市。



特隆赫姆 (Trondheim) 市区



峡湾中还有一个岛



特隆赫姆市中心



大教堂顶楼



特隆赫姆 (Trondheim) 挪威皇宫



特隆赫姆市有一座古桥Gamle Bybro，建于1685年，后经多次维修，现在仍是该市的一个重要景点。桥两旁的景色很美。



古桥边的水中楼房，很漂亮。楼房外面是商业街道，可以花一个小時走走。





挪威也有吊脚楼



古桥

从特隆赫姆沿着特隆赫姆峡湾(Trondheimsfjorden)继续往北，到斯纳萨(Snasa)。沿途的景色也不错，但没有很特别的。



途中的油菜田







斯纳萨住地--苹果农庄。在这里碰到一对退休的医生。聊天中谈到挪威物价的问题，他们也说挪威物价太贵。但是挪威的社会福利很好。还纠正了我几个挪威语的发音。



斯纳萨-北极圈-博德

从斯纳萨往北进入北极圈 (Polarsirkelen)，沿途基本上是树林和荒原。



北极圈标记，北纬66.33



北极圈中心，内部重要是纪念品商店和餐馆。旁边还有一个前苏联在1937年建造的纪念碑。周围是一大片荒原，风很大。



北极圈外景

下一站是博德（Bodo）。这是一个入海口，也是通往罗弗敦群岛（Lofoten）的重要口岸。博德有一个水流像抽水马桶的海湾，海水从北冰洋涌入狭窄的海湾，形成湍急的漩涡，可能有点像钱塘江的海宁观潮，是当地的一个重要景观。但是可能因为海潮的时间不对或者没有人用抽水马桶，并没有看到湍急的漩涡。



博德海湾。

跑到这么远的北边并不单纯是为了到欧洲大陆的最北端“咔嚓”来一张。在博德的东面是罗弗敦群岛，是挪威最美的景区之一，博德是一个便捷的渡口，一天有好几班渡轮前往罗弗敦不同的地方。最佳的线路是到岛南端的索瓦根（Sorvagen）或雷讷（Reine）或附近的地方，然后往南开到最南端奥镇（A），在周边走走，然后往北，沿途风光迷人。



罗弗敦群岛地图



奥镇（A）最南角的海边总是云雾缭绕。



奥镇



奥镇附近的港湾。小路、小船像乐高积木。



罗弗敦这一带海域盛产鳕鱼，是当地的一个重要出口产品。鱼头并没有扔掉，而是晒干之后出口到非洲。在住宿地碰到一些捕鱼的渔民，他们是潜到海里用鱼枪来打鱼，可见水中鱼群密集之程度。顺手送给我一包，当晚煮了吃，鱼肉细而鲜美。



罗弗敦南部



暮色中的雷纳（Reine）





雷纳 (Reine)



雷纳





美轮美奂

在雷讷附近有一个很美的徒步线路--雷讷布林根山 (Reinebringen)。高度：670米；时间：往返2小时；强度：4/5；难度：4.5/5。距离不长，但道路非常陡峭，风大。在山顶可以鸟瞰罗弗敦群岛全景，美到令人窒息。一定要选好的天气登山。登山去！顺便说一下，孤独星球没有介绍这一徒步线路。有时候觉得，可能自己不完全是孤独星球的对象。



徒步线路从隧道旁边开始。山不高，但很陡。



这不是荒山，而是徒步道路。



看到雷讷布林根 (Reinebringen) 山顶了。



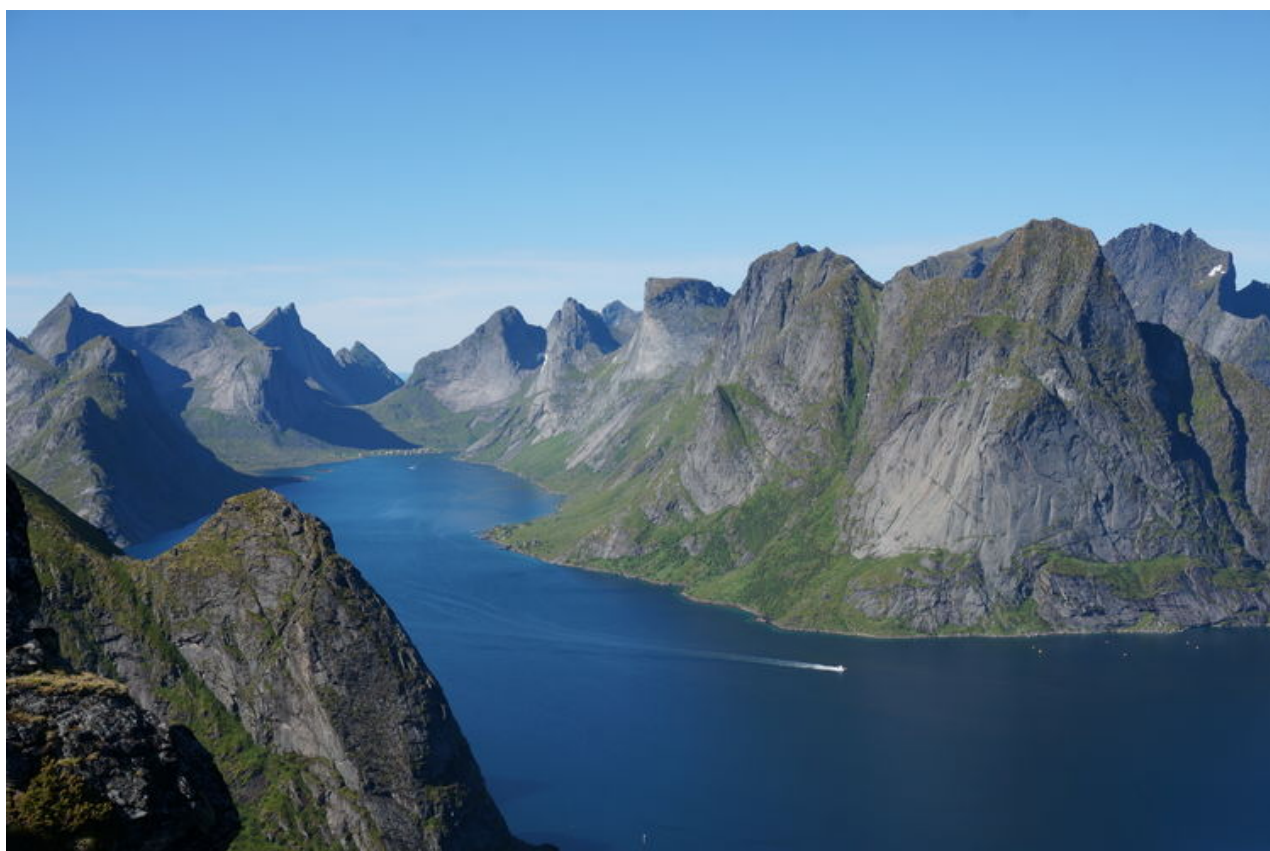
侧面，很陡。



回望徒步线路



雷讷布林根 (Reinebringen) 山顶。罗佛敦群岛鸟瞰，令人震撼！



雷讷布林根 (Reinebringen) 山顶



远眺海湾



雷讷和布林根山是罗弗敦的亮点，但是只能说之一。再往北走还有美丽的景色。



罗弗敦泛舟



在这种地方划船应该是很惬意的。划船的人陶醉在美景之中，看的人也陶醉。





罗弗敦双桥



藍色和白色







怎么这么绿，这么蓝！





蓝



绿



流云



在夜幕降临中的罗弗敦，充满梦幻。



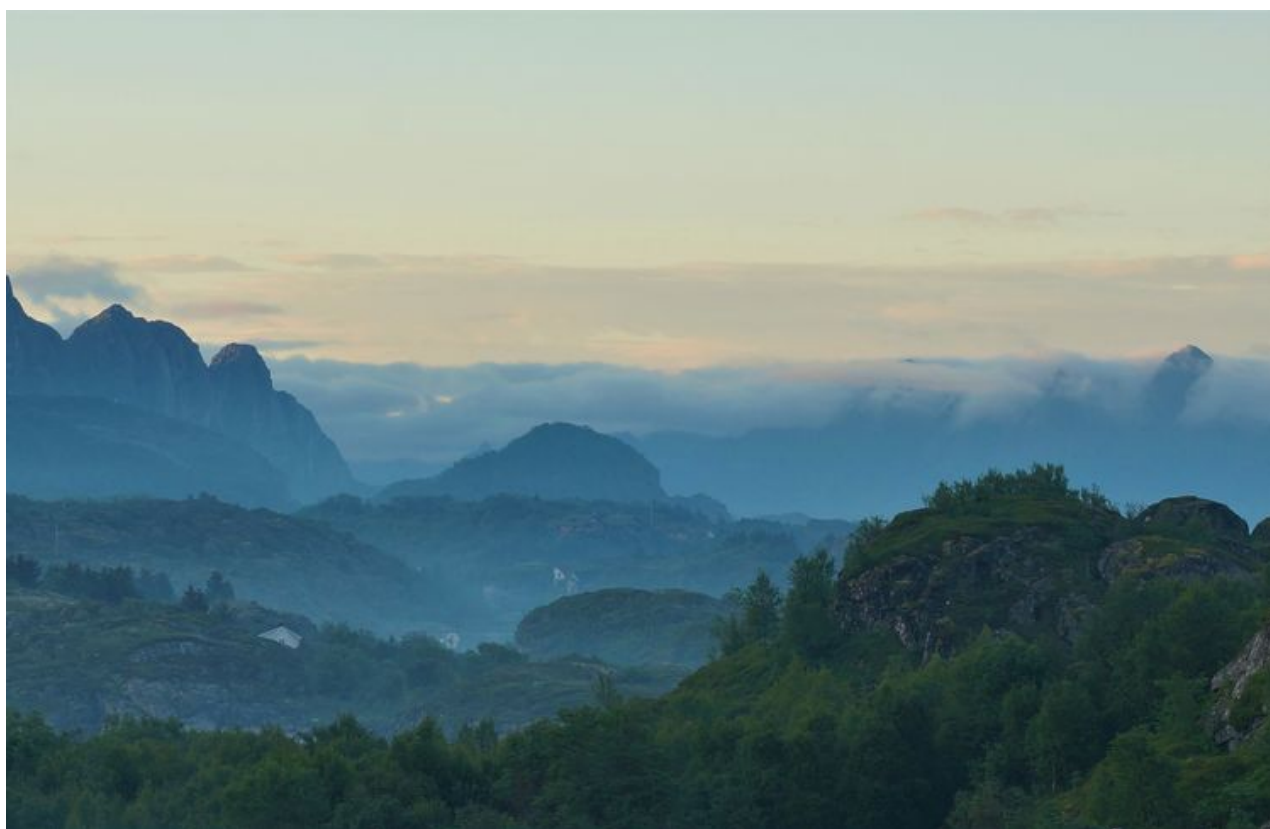
罗弗敦午夜12点



午夜12点，睡梦中的罗弗敦



午夜12点，睡梦中的罗弗敦



午夜12点，仙境





午夜12点，梦幻世界

罗弗敦群岛还有一个奇妙的去处，就是羊角峰，挪威语是 Svolværgeita。这是在悬崖峭壁上凸起的两块岩石，看上去像两个羊角。



左边山峰两块凸起的岩石就是羊角峰。喜欢冒险的人会从一个羊角跳到另一个羊角。如果没跳过去，摔下去了，山下就是坟墓，还有举办仪式的教堂，所以很方便。



跳跃羊角峰（取自网上）

罗弗敦群岛的美景还不止这些。有一个玩具峡湾也称山妖峡湾（Trollfjord），据说风景优美。如果有时间，有胆量，准备充分，还可以挑战从索瓦根-芒克布小屋-赫曼斯达尔汀登山峰（Sorvagen - Munkebu Hut - Hermannsdalstinden Summit）这条徒步线路。据说景色绝美。强度：5/5；难度：5/5；时间：2-3天；网站：[www.68north.com/outdoors/hiking-hermannsdalstind](http://www.68north.com/outdoors/hiking-hermannsdalstind)



索瓦根-芒克布小屋-赫曼斯达尔汀登山峰 (Sorvagen - Munkebu Hut – Hermansdalstinden Summit) 徒步线路