

# Inhalt

---

<b>Zwischen Ost und West: Das Land der 1000 Seen</b> .....	8
<b>Reisen in Finnland</b> .....	10
<b>Planungshilfe für Ihre Reise</b> .....	13
<b>Vorschläge für Rundreisen</b> .....	17

---

## Wissenswertes über Finnland

Steckbrief Finnland .....	22
Natur und Umwelt .....	24
Wirtschaft und Soziales .....	28
Geschichte.....	31
Zeittafel .....	36
Gesellschaft und Alltagskultur.....	38
Architektur und Kunst .....	43

---

## Wissenswertes für die Reise

Anreise und Verkehr.....	52
Übernachten .....	59
Essen und Trinken.....	63
Outdoor .....	67
Feste und Veranstaltungen .....	71
Reiseinfos von A bis Z .....	73

---

## Unterwegs in Finnland

### Kapitel 1 – Helsinki und Südfinnland

<b>Auf einen Blick: Helsinki und Südfinnland</b> .....	94
<b>Helsinki (Helsingfors)</b> .....	96
Klassizistisches Zentrum.....	96
Mannerheimintie .....	105
Sehenswerte Stadtviertel.....	110
Inseln vor Helsinki .....	121

Aktiv: Rundgang auf der Festungsinsel Suomenlinna .....	122
Aktiv: Seakayaking in Helsinkis Schären .....	132
<b>Nachbargemeinden Espoo und Vantaa .....</b>	<b>137</b>
Espoo (Esbo) .....	137
Aktiv: Wandern im Nuuksio-Nationalpark .....	142
Vantaa (Vanda) .....	143
<b>Am finnischen Meerbusen .....</b>	<b>147</b>
Schärengarten-Nationalpark .....	147
Südküste zwischen Hanko und Helsinki .....	148
Zwischen Helsinki und russischer Grenze .....	157
<b>Zwischen Hauptstadt und Seenplatte .....</b>	<b>166</b>
Auf dem Weg nach Hämeenlinna .....	166
Hämeenlinna (Tavastehus) .....	169
Lahti .....	174

## Kapitel 2 – Westfinnland

<b>Auf einen Blick: Westfinnland .....</b>	<b>182</b>
<b>Turku (Åbo) und Umgebung .....</b>	<b>184</b>
Turku (Åbo) .....	184
Schärenrundreise bei Turku .....	198
Aktiv: Aktiv in den Schären .....	199
Naantali (Nådendal) .....	201
<b>Åland-Inseln (Ahvenanmaa) .....</b>	<b>205</b>
Mariehamn (Maarianhamina) .....	205
›Festes Åland‹ und Nachbarinseln .....	211
Aktiv: Angeln im Åland-Archipel .....	214
Entferntere Trabanten .....	220
<b>Zwischen Turku und Lappland .....</b>	<b>225</b>
Von Turku nach Rauma .....	225
Rauma (Raumo) .....	228
Pori (Björneborg) .....	231
Von Pori nach Vaasa .....	236
Vaasa (Vasa) .....	238
Von Vaasa nach Tornio .....	242
Oulu .....	247
Aktiv: Rafting auf dem Tornionjoki .....	254

## Kapitel 3 – Finnische Seenplatte

<b>Auf einen Blick: Finnische Seenplatte</b> .....	258
<b>Tampere (Tammerfors) und Umgebung</b> .....	260
Tampere (Tammerfors) .....	260
Umgebung von Tampere .....	273
<b>Rund um den Päijänne</b> .....	276
Heinola .....	276
Von Heinola nach Jyväskylä .....	278
<b>Rund um die Saimaa-Seenplatte</b> .....	284
Lappeenranta (Villmanstrand) .....	284
Imatra .....	289
Punkaharju .....	291
Kerimäki .....	292
Savonlinna .....	292
Linnansaari- Nationalpark .....	295
Mikkeli (St. Michel) .....	296
Aktiv: Kanuwandern auf dem Seal Trail .....	298

## Kapitel 4 – Kainuu und Nordkarelien

<b>Auf einen Blick: Kainuu und Nordkarelien</b> .....	302
<b>Durch Finnlands Mitte in den Norden</b> .....	304
Route nach Kuopio .....	304
Kuopio .....	309
Iisalmi (Idensalmi) .....	313
Kajaani .....	315
Von Kajaani nach Lappland .....	318
<b>Entlang der Ostgrenze zum Polarkreis</b> .....	319
Von Joensuu nach Kuhmo .....	319
Aktiv: Bärenbeobachtung bei Kuhmo .....	328
Von Kuhmo in den hohen Norden .....	330
Oulanka-Nationalpark .....	336
Aktiv: Wandern auf der »Bärenrunde« .....	338

## **Kapitel 5 – Lappland**

<b>Auf einen Blick: Lappland</b> .....	<b>342</b>
<b>Auf der ›Straße der vier Winde‹</b> .....	<b>344</b>
Alternativrouten nach Muonio .....	344
Lemmenjoki-NP .....	349
Aktiv: Unterwegs mit dem Hundeschlitten .....	351
Pallas-Yllästunturi-NP .....	353
Von Muonio nach Kilpisjärvi .....	353
<b>Vom Polarkreis Richtung Eismeer</b> .....	<b>355</b>
Rovaniemi .....	355
Von Rovaniemi zum Inari .....	361
Aktiv: Im Zweitakt auf den Gipfel .....	366
Inari-See (Enare) .....	368
<b>Kulinarisches Lexikon</b> .....	<b>374</b>
<b>Sprachführer</b> .....	<b>376</b>
<b>Register</b> .....	<b>378</b>
<b>Abbildungsnachweis/Impressum</b> .....	<b>384</b>