

Innehåll

Kapitel 1	Det respektfyllda Austhavet och Hur idén kunde uppstå.	9
Kapitel 2	Vindar och våfflor och Utmattning	19
Kapitel 3	Nordliga uddar och Ta hand om dig själv	29
Kapitel 4	Stökiga och lugna fjordar, lopp hoppiga hav och Den valda ensamheten	41
Kapitel 5	Det regngråa Troms, sandstränder vid polcirkeln och Rädsla	57
Kapitel 6	Tukthuset, mörkerpaddling och Leva i nuet	71
Kapitel 7	Storm, kuling och Att vara nyfiken	87
Kapitel 8	Färsk hummer, Evert Taube och Norska specialitéer	99
Kapitel 9	Det vilda söder och De godhjärtade människorna	111
Kapitel 10	Oslofjorden i mörker och Fortsättning följer	125
Bilagor	Utrustningslista	137
	Tio små tips	140
	Förslag på kortare turer längs Norges kust	144



Kajakäventyr längs norska kusten, från Grense Jakobselv vid Ryska gränsen till Strömstad, 78 dagar.