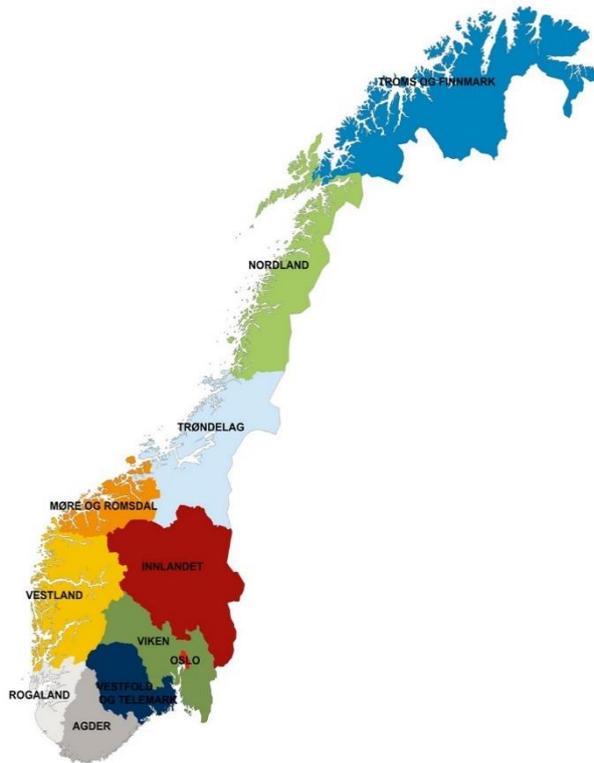


# REGIONES Y PROVINCIAS DE NORUEGA



Noruega está dividida en cinco regiones.  
Nord-Norge está en el norte del país.  
Trøndelag está en el centro de Noruega.  
En el oeste (vest) está Vestlandet y en el este (øst) Østlandet. La región más al sur (sør) se llama Sørlandet.

Cada región está dividida en provincias.  
Hay 11 provincias en Noruega.

## Nord-Norge

Nord-Norge es la región más al norte y al este de Noruega.

Nord-Norge contiene dos provincias:

Troms og Finnmark y Nordland.

Si visitas Nord-Norge en diciembre o en enero, puedes experimentar la noche polar. La noche polar sucede cuando el sol está bajo el horizonte durante todo el día y toda noche. En Nord-Norge se pueden ver auroras boreales en invierno.



*Auroras boreales. Fotografía: Pxhere.com*

En verano se puede disfrutar del sol de medianoche en Nord-Norge. El sol de medianoche sucede cuando el sol no llega a ponerse, y parte del sol es visible sobre el horizonte durante el día y la noche.

## Troms og Finnmark

Troms og Finnmark es la provincia más al norte y al este. Tiene frontera con Rusia, Finlandia y Suecia. Tromsø es la ciudad más grande de Troms og Finnmark.

Knivskjellodden es el punto más al norte de toda Noruega y está en Troms og

Landsdeler og fylker i Norge- spansk.

Finnmark. El punto septentrional más conocido es el Cabo Norte (Nordkapp). El Cabo Norte está casi tan al norte como Knivskjellodden y es un famoso destino turístico de Noruega.



*El Cabo Norte. Fotografía: Andrey Armyagov, Adobestock*

Hammerfest es la ciudad situada más al norte del mundo, y está en Troms og Finnmark.

## Nordland

Nordland es una provincia alargada y estrecha. Tiene frontera con Suecia. Bodø es la ciudad más grande de Nordland.



*Bacalao skrei en el secadero. Fuente: Ministerio de Comercio, Industria y Pesca.*

Lofoten está en Nordland y está formada por muchas islas. El periodo de pesca del bacalao en Lofoten, llamado lofotfisket es desde enero hasta abril. En esas fechas se pescan grandes cantidades de bacalao skrei. El bacalao skrei vive en el norte, en el mar de Barents. De enero a abril va hasta las islas Lofoten para poner sus huevos. Mucho del bacalao skrei se seca. El pescado seco se llama en noruego tørrfisk. La mayor parte del pescado seco se exporta a otros países, por ejemplo Italia y Nigeria.

El círculo polar ártico atraviesa Nordland. Al norte del círculo polar ártico hay noches polares y se puede disfrutar del sol de medianoche. El número de noches polares y días de sol de medianoche aumenta cuanto más al norte estemos. En el Cabo Norte el periodo de noches polares es del 20 de noviembre al 22 de enero, y el periodo del sol de medianoche es del 14 de mayo al 29 de julio.

## Trøndelag

Trøndelag está en el centro del país y es una región y una provincia. La región se llama también Noruega Central (Midt-Norge). Trøndelag tiene largos fiordos y altas montañas. El fiordo más largo es el fiordo de Trondheim (Trondheimsfjord).

Landsdeler og fylker i Norge- spansk.

Trollhetta es la montaña más alta.

Trøndelag tiene frontera con Suecia.

La ciudad más grande de Trøndelag es Trondheim. Trondheim es la tercera ciudad más grande de Noruega. La catedral de Nidaros es la principal iglesia en Trøndelag. La catedral fue construida sobre la tumba de Olav el Santo. Olav el Santo fue un rey vikingo. Vivió sobre el año 1000. Viajó a varios países europeos donde se puso en contacto con el cristianismo. Él decidió que el cristianismo sería la única religión permitida en Noruega. La catedral de Nidaros está en Trondheim.



*Catedral de Nidaros. Fuente: Pixabay.com*

Røros es una ciudad que está en Trøndelag, en lo alto de la montaña de Røros. La ciudad fue fundada allí, en 1644 tras descubrir cobre en las montañas cercanas. Se abrieron minas de cobre. La gente se mudó a Røros para trabajar en las minas, de esta manera creció la ciudad de Røros.



*Røros Fotografía: Lars Geithe, Flickr*

## Østlandet

Østlandet es la región con más provincias. Las provincias de Østlandet son Oslo, Vestfold og Telemark, Viken y Innlandet. Østlandet es la región más poblada de Noruega, con 2,5 millones de habitantes. Esto significa que casi la mitad de la población de Noruega vive en Østlandet.

Glomma es el río más largo de Noruega. Glomma tiene 619 kilómetros de longitud que recorren desde Trøndelag en el norte hasta Østlandet en el sur, desembocando en Fredrikstad.



*Desembocadura de Glomma en Fredrikstad. Fuente: Wikipedia*

Landsdeler og fylker i Norge- spansk.

Las montañas más altas de Noruega están en Østlandet. Galdhøpiggen es la montaña más alta de Noruega, con 2.469 metros de altitud. Esto significa que la cima de Galdhøpiggen está a 2.469 metros sobre el nivel del mar.



*Galdhøpiggen. Fuente: Wikimedia Commons*



*Mjøsa. Fuente: Wikipedia*

## Oslo

Oslo es la capital de Noruega y la ciudad más grande. Oslo es una provincia propia, situada en la parte más interior del fiordo de Oslo. El Palacio Real, el parlamento (Stortinget) y el gobierno están en Oslo.



*Stortinget Fotografía: Sergii Figurmyi, Adobestock*

## Vestfold og Telemark

La provincia de Vestfold og Telemark se extiende desde la costa hasta las altas montañas.

La montaña más alta en Vestfold og Telemark es Gaustadtoppen.

Gaustadtoppen está en Rjukan y se encuentra a 1.883 metros sobre el nivel del mar.



*Gaustadtoppen. Abajo en el valle se puede ver la ciudad de Rjukan. Fotografía: Eystein M. Andersen, Riksantikvaren, Flickr*

Farrisvannet es un lago situado en la provincia de Vestfold og Telemark.

Farrisvannet ha dado nombre al agua mineral Farris, pero el agua Farris no viene del lago Farrisvannet. El agua procede de un manantial subterráneo del bosque Bøkeskogen cercano a Farrisvannet.



*Bøkeskogen i Larvik Foto: Jostein, Adobestock*

Tønsberg está en Vestfold og Telemark, y es la ciudad más antigua de Noruega. La ciudad fue fundada aproximadamente en el año 870. Slottsfjellet está Tønsberg y es la ciudad en ruinas más grande de Europa del Norte.



*Slottsfjellet en Tønsberg Fotografía: Celine, Adobestock*

## Viken

La provincia de Viken es la más poblada de Noruega. La provincia tiene frontera con Suecia. Viken se extiende desde Oslofjord hasta la montaña, y desde la frontera con Suecia hasta la mitad del sur de Noruega.

Las ciudades más grandes son Drammen, Lillestrøm y Fredrikstad.

## Innlandet

Innlandet es la única provincia que no tiene costa. Tiene frontera con Suecia. El lago más grande de Noruega es el Mjøsa. El Mjøsa está en la provincia de Innlandet. El Mjøsa es conocido por el Skibladner, que es el barco más antiguo en funcionamiento de Noruega. El Skibladner navega entre Eidsvoll, Hamar, Lillehammer y Gjøvik.



*El Skibladner es un barco de vapor. Fotografía: Mahlum, Riksantikvaren*

## Sørlandet

Agder es la única provincia de Sørlandet. Sørlandet tiene un bonito archipiélago con islas, islotes y muchas zonas de baño.



*Archipelago. Fuente: Flickr.com*

Landsdeler og fylker i Norge- spansk.

La ciudad más grande en Sørlandet es Kristiansand. El zoológico más grande de Noruega está en Kristiansand, se llama Kristiansand dyrepark, pero a menudo la gente le llama solamente Dyreparken (El zoológico).



*Lémures en el zoológico de Kristiansand. Fotografía: Ministerio de Gobierno Local y Modernización.*

## Vestlandet

Las provincias de Vestlandet se llaman Møre og Romsdal, Vestland y Rogaland. Vestlandet es mundialmente conocida por sus largos fiordos y sus altas montañas. El fiordo más largo es Sognefjorden y está en Vestlandet. Tiene 204 kilómetros de largo.



*Balestrand está en Sognefjorden Fotografía: mariusltu, Adobestock*

Casi todas las ciudades de Vestlandet están a lo largo de la costa. Las ciudades más grandes son Bergen, Stavanger, Ålesund y Haugesund.

## Rogaland

La ciudad más grande de Rogaland es Stavanger. A finales de la década de los 60 Noruega descubrió petróleo en el mar del Norte. Se decidió que la sede de la industria petrolera estuviera en Stavanger. En un principio eran cuatro empleados. Uno de ellos se llama Farouk Al-Kasim y es de Irak.



*Plataforma petrolífera. Fotografía: Wikipedia*

## Vestland

La ciudad más grande de Vestland es Bergen. Bergen es la segunda ciudad más grande de Noruega, y a menudo se le llama la capital de Vestlandet. Bryggen es una famosa atracción turística de Bergen.

## Landsdeler og fylker i Norge- spansk.



*Bryggen en Bergen Fotografía: Michelle Maria, Pixabay*

Hay muchos glaciares en Noruega. Un glaciar es una gran masa de hielo. En algunos sitios son tan fríos que ni siquiera en verano se derrite la nieve. Esa nieve se va acumulando año tras año. La nieve se convierte en hielo. Cuando la masa de hielo es muy grande y pesada empieza a deslizarse sobre las laderas de las montañas formando un glaciar.

Jostedalsbreen es el glaciar más grande de Noruega. Jostedalsbreen está en la provincia de Vestland.



*El glaciar de Jostedal Fotografía: Tania Zbrodtko, Adobestock*



Una meseta montañosa es un área bastante plana situada en una zona de montaña. En una meseta montañosa no crecen árboles, solo arbustos.

Hardangervidda es la meseta montañosa más grande de Noruega. Se extiende por las provincias de Vestland, Viken y Vestfold og Telemark.



*La meseta de Hardanger Fotografía: By-studio, Adobestock*

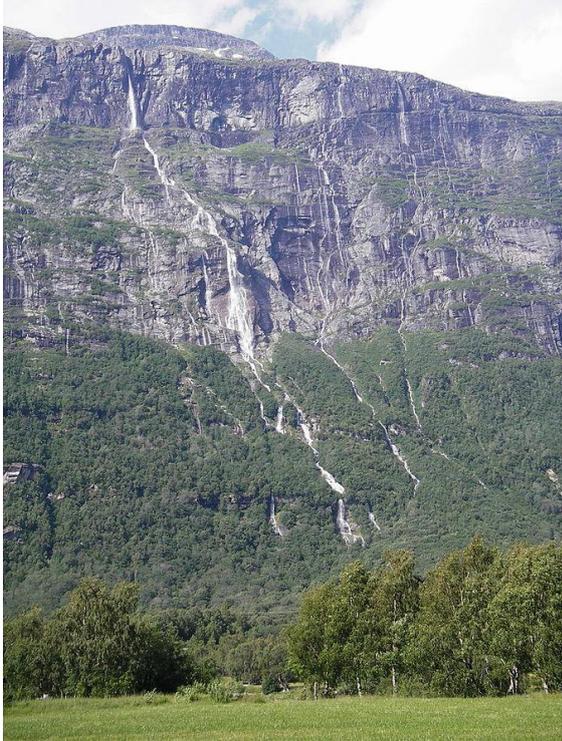
### Møre og Romsdal

Las ciudades más grandes de Møre og Romsdal son Ålesund, Molde y Kristiansund.

La cascada más alta de Noruega está en Møre og Romsdal, y se llama Vinnufossen. La cascada más conocida es Vøringsfossen,

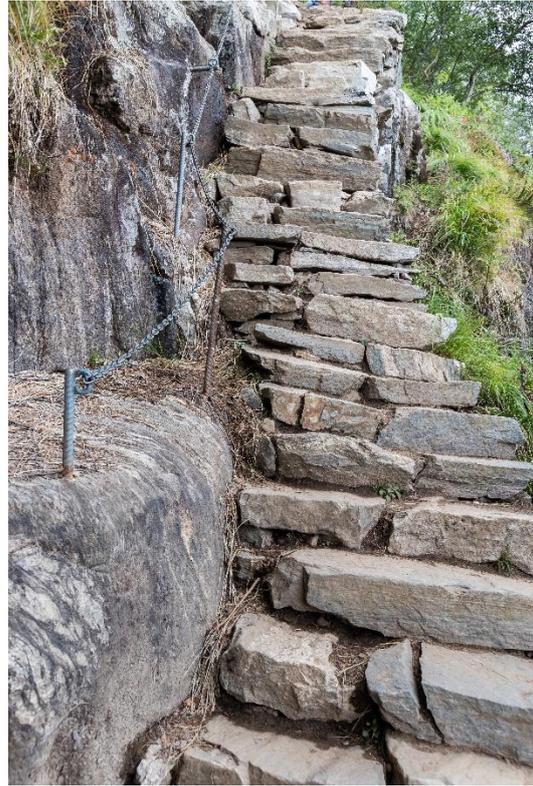
Landsdeler og fylker i Norge- spansk.

y está en la provincia de Vestland. Las cascadas más altas de Noruega no llevan mucha agua.



*Figura 1 La cascada de Vinnufossen. Fotografía: Carl S Bj, Wikipedia*

Midsundtrappen es una escalera de piedra de 2.200 peldaños. Fue contruida por los sherpas de Nepal.



*Escalera de piedra. Fotografía: Arild, Adobestock*

Landsdeler og fylker i Norge- spansk.

