

Norwegisch für Anfänger

Praxisnah lernen mit SynapseLingo

Tobias Hartmann

January 2, 2026

Copyright

© 2026 Innov-AI-tive GmbH. All rights reserved.

Author: Tobias Hartmann

Contributor: Synapse Lingo AI Tools (human-supervised)

ISBN Print: 978-3-69263-331-2

ISBN eBook: 978-3-69263-330-5

ISBN Audiobook: 978-3-69263-332-9

This book is for informational purposes only and does not replace professional advice.

AI Development Notice: This e-book was developed with AI-assisted tools and subsequently editorially reviewed to ensure the highest learning quality.

Zusätzliche Trainingsmaterialien

Erweitern Sie Ihr Lernerlebnis mit unseren interaktiven Online-Trainingsmaterialien und Audio-Ressourcen.

Zugang zu Ihrem interaktiven Sprachtrainer:

[http://app.synapse-lingo.de/language-trainer
/de_no/index.html](http://app.synapse-lingo.de/language-trainer/de_no/index.html)



Scannen Sie den QR-Code oder klicken Sie auf den Link, um direkt zu Ihrem interaktiven Trainer zu gelangen.

Dieser interaktive Trainer beinhaltet:

- Vollständige Audio-Version dieses Buches
- Audio-Aussprachehilfen
- Interaktive Übungen

-
- Zusätzliches Vokabeltraining
 - Fortschrittsverfolgung

Klicken Sie einfach auf den Link oder geben Sie die URL in Ihren Webbrowser ein, um auf diese ergänzenden Materialien zuzugreifen.

Contents

Zusätzliche Trainingsmaterialien	3
1 Lektion 1: Deutsch – Norwegisch: haben \ ha – schnell gelernt	8
2 Lektion 2: Deutsch – Norwegisch Quickstart: sein vs. være – die wichtigsten Formen	13
3 Lektion 3: Deutsch – Norwegisch: gehen = gå – Konjugation und Alltag schnell lernen	18
4 Lektion 4: Norwegisch lernen: können vs. konnte – Alltag schnell meistern	23
5 Lektion 5: Deutsch – Norwegisch: machen lernen – å gjøre leicht und lustig	29
6 Lektion 6: Ich hatte → jeg hadde: Deutsch – Norwegisch Präteritum lernen	35
7 Lektion 7: Norwegisch lernen: Ich war = jeg var – Präteritum von sein (Deutsch – Norwegisch)	40
8 Lektion 8: Deutsch – Norwegisch: Ich ging – jeg gikk Präteritum von „gehen“ lernen	45

9 Lektion 9: Ich machte – jeg gjorde: Norwegisch-Präteritum schnell und lustig lernen	50
10 Lektion 10: Norwegisch lernen: ich werde haben = jeg vil ha	55
11 Lektion 11: Norwegisch lernen: ich werde sein – jeg skal være	61
12 Lektion 12: Deutsch – Norwegisch: ich werde gehen – jeg skal gå	66
13 Lektion 13: Norwegisch lernen: ich werde machen = jeg skal gjøre	71
14 Lektion 14: Deutsch – Norwegisch Basics: Gibt es ...? = Finnes det ...?	76
15 Lektion 15: Norwegisch lernen: Gibt es ...? = Finnes det ...?	82
16 Lektion 16: Darf ich ...? auf Norwegisch: Kan jeg ...? – Höflich fragen	87
17 Lektion 17: Brauchen auf Norwegisch: trenge – Deutsch – Norwegisch Mini-Podcast	91
18 Lektion 18: Norwegisch lernen: Wo ist ...? – Hvor er ...? leicht merken	96
19 Lektion 19: Norwegisch lernen: Was ist ...? = Hva er ...?	100
20 Lektion 20: Norwegisch lernen: Was kostet ...? – Hva koster ...? fürs Einkaufen	104

21 Lektion 21: Norwegisch im Café: Ich hätte gerne ... = Jeg vil gjerne ha ...	108
22 Lektion 22: Deutsch – Norwegisch: Kannst du ... ? = Kan du ...? – Bitten kurz \ freundlich	112
23 Lektion 23: Deutsch – Norwegisch: Können Sie ... ? = Kan du ... ? – höflich fragen	116
Über den Autor	121
Bleiben Sie in Kontakt	122

Lektion 1

Lektion 1: Deutsch – Norwegisch: haben \ ha – schnell gelernt

Lerne in diesem unterhaltsamen Deutsch – Norwegisch-Podcast das Verb „haben“: von „haben“ über „ich habe, du hast, er/sie/es hat“ bis „wir haben, ihr habt, sie haben“ – und die norwegischen Entsprechungen ha, jeg har, du har, han har, hun har, det har, vi har, dere har, de har. Wir zeigen dir kurze Alltagsbeispiele, humorvolle Eselsbrücken und Mini-Dialoge. Ideal für Anfänger und Auffrischer, die schnell und mit Spaß Norwegisch im Alltag anwenden wollen.

Willkommen

Hei und herzlich willkommen! Dieser Podcast wird dir präsentiert von SynapseLingo – besuche www.synapse-lingo.com für mehr Übungen, Downloads und Bonuslektionen.

Heute rocken wir das deutsche „haben“ und sein norwegischer Kumpel ha. Am Ende sagst du selbstbewusst Sätze wie: „ich habe Kaffee“ → jeg har kaffe und „wir haben Zeit“ → vi har tid. Los geht's!

Dein Lernziel heute

Du lernst alle Formen auf Deutsch – und sagst sie direkt auf Norwegisch nach.

- haben → ha
- ich habe → jeg har
- du hast → du har
- er hat → han har
- sie hat → hun har
- es hat → det har
- wir haben → vi har
- ihr habt → dere har
- sie haben → de har

Mini-Dialog im Café

Stell dir vor, du bestellst wie ein Profi.

- Du: „Ich will einen Kaffee haben.“ – Auf Norwegisch: Jeg vil ha en kaffe, takk.
- Barista: „Hast du Zeit?“ – Norwegisch: Har du tid? Du antwortest: „Ja, ich habe Zeit.“ → Ja, jeg har tid.

- Dein Freund kommt rein: „Er hat den Schlüssel!“ → Han har nøkkelen.
- Du flüsterst stolz: „Wir haben einen Plan.“ → Vi har en plan.

Formen-Beat

Sprich im Takt – kurz, klar, merkbar.

- Ich habe – jeg har
- Du hast – du har
- Er hat – han har
- Sie hat – hun har
- Es hat – det har
- Wir haben – vi har
- Ihr habt – dere har
- Sie haben – de har
- Grundform: haben – ha

Drill: Sag es schnell

Du antwortest immer auf Norwegisch – laut mitsprechen!

- ich habe ein Buch → jeg har en bok
- du hast Zeit → du har tid
- er hat Recht → han har rett
- sie hat eine Idee → hun har en idé

-
- es hat drei Zimmer → det har tre rom
 - wir haben Hunger → vi har lyst auf Essen? Kleiner Trick: In Norwegen sagt man meist „wir sind hungrig“ → vi er sultne, aber Besitz bleibt: „wir haben Zeit“ → vi har tid.
 - ihr habt die Tickets → dere har billettene
 - sie haben gewonnen → de har vunnet

Kultur-Tipp

Klingt simpel, spart dir Peinlichkeiten.

Im Café sagst du „Ich will X haben“ sehr häufig mit ha: z. B. Jeg vil ha en kaffe. Merke den Unterschied: ha = haben/kriegen; eie = besitzen im rechtlichen Sinn. Und verwechsel „sein“ nicht: „ich bin“ ist jeg er, nicht jeg har.

Quiz

Mini-Check – du packst das!

- Frage 1: Wie heißt „ihr habt“? Antwort: dere har.
- Frage 2: Übersetze „es hat geregnet“: det har regnet.
- Frage 3: „sie haben Zeit“? de har tid.
- Frage 4: Grundform von „haben“? ha.

Challenge

Jetzt du: drei Sätze, echte Welt!

- 1) Sage „ich habe keine Zeit“ → jeg har ikke tid.

- 2) Sage „du hast den Schlüssel“ → du har nøkkelen.
- 3) Sage „wir haben einen Plan“ → vi har en plan.
- Extra-Fun: Mach eine Greifbewegung und flüstere ha – dein Gehirn liebt Gesten!

Tschüss und dranbleiben

Starke Leistung heute – du hast's drauf!

Danke fürs Zuhören! Übe die Formen „haben, ich habe, du hast, er hat, sie hat, es hat, wir haben, ihr habt, sie haben“ mit ihren norwegischen Partnern ha, jeg har, du har, han har, hun har, det har, vi har, dere har, de har. Dieser Podcast wurde dir präsentiert von SynapseLingo – besuche www.synapse-lingo.com für weitere Übungen, PDFs und Bonusfolgen. Takk og ha det!

Lektion 2

Lektion 2: Deutsch – Norwegisch Quickstart: sein vs. være – die wichtigsten Formen

Brought to you by SynapseLingo: Lerne Norwegisch mit Spaß – von Deutsch zu Norwegisch, vom „sein“ zu være. In dieser Folge meisterst du die Präsensformen: ich bin, du bist, er ist, sie ist, es ist, wir sind, ihr seid, sie sind – mit ihren norwegischen Partnern jeg er, du er, han er, hun er, det er, vi er, dere er, de er. Perfekt für Alltag, Smalltalk und klare Aussagen in beiden Sprachen.

Willkommen

Hey, schön, dass du da bist! Diese Episode wird dir „sein“ auf Norwegisch richtig leicht machen.

Diese Folge wird dir präsentiert von SynapseLingo. Hol dir mehr Übungen und Downloads auf www.synapse-

lingo.com. Heute üben wir „sein“ und alle Formen – mit Humor, Mini-Dialogen und einem Quiz. Los geht's!

Dein Lernziel heute

Du lernst heute, „sein“ sicher in der Gegenwart zu benutzen – kurz, klar und anwendbar.

- Ziel: „sein“ = være.
- ich bin = jeg er, du bist = du er, er ist = han er, sie ist = hun er, es ist = det er, wir sind = vi er, ihr seid = dere er, sie sind = de er.
- Kleiner Merksatz: „Er“ bedeutet auf Norwegisch oft „ist/sind/bin“ – also keine Verwechslung mit dem deutschen „er“!

Formen-Beat

Sprich mit – Rhythmus hilft beim Merken!

- Infinitiv: sein – være.
- ich bin – jeg er.
- du bist – du er.
- er ist – han er.
- sie ist – hun er.
- es ist – det er.
- wir sind – vi er.
- ihr seid – dere er.

-
- sie sind – de er.
 - Schnell durch: jeg er, du er, han er, hun er, det er, vi er, dere er, de er!

Mini-Dialoge

Jetzt hörst du kurze, alltagsnahe Beispiele – sprich sie laut nach.

- A: Ich stelle mich vor: ich bin müde. B: Auf Norwegisch: jeg er trøtt.
- A: Du bist früh dran. B: Stimmt, du er tidlig.
- A: Er ist hier. B: Genau: han er her.
- A: Sie ist nett. B: Klar: hun er hyggelig.
- A: Es ist kalt. B: Jep: det er kaldt.
- A: Wir sind bereit. B: Super: vi er klare.
- A: Ihr seid laut. B: Oha: dere er høye (i stemmen).
- A: Sie sind da. B: Perfekt: de er der.

Kultur-Tipp

Kleine Eselsbrücke mit Kulturbonus gefällig?

Denk an Hamlet: „Zu sein oder nicht zu sein“ – auf Norwegisch heißt das: Å være eller ikke å være. Bonus-Hinweis: Aussage „es ist“ = det er, Frage „ist es?“ = er det?. Und vergiss nicht: „sein“ als Grundform bleibt være.

Humorhappen

Lachen hilft beim Lernen – einmal schmunzeln, bitte!

Ein Wikinger klopft dir auf die Schulter: „Du bist der Chef!“ – auf Norwegisch sagt er nur du er sjefen. Du nickst königlich: „Ja, ich bin der Chef“ – jeg er sjefen.

Quiz

Zeit für dein schnelles Check-in – antworte laut!

- Wie sagst du „es ist“? Antwort: det er.
- Übersetze: wir sind Freunde. Antwort: vi er venner.
- Sag auf Norwegisch: sie sind müde. Antwort: de er trøtte.
- Sag auf Norwegisch: du bist hier. Antwort: du er her.
- Form: sie ist freundlich. Antwort: hun er vennlig.

Challenge

Jetzt du: drei Sätze, bitte – laut mitsprechen!

- 1) Ich sage zuerst „ich bin“ und dann eine Eigenschaft: jeg er + Eigenschaft. Beispiel: jeg er klar.
- 2) Sag einen Satz mit „ihr seid“: dere er + ... Beispiel: dere er flinke.
- 3) Sag einen Satz mit „sein“ als Grundform: „lernen zu sein = å være ...“ – Beispiel: å være rolig er bra.

Abschluss

Starker Job – du hast die Formen drauf!

Heute hast du alle wichtigen Formen geübt: ich bin, du bist, er ist, sie ist, es ist, wir sind, ihr seid, sie sind – und die norwegischen Zwillinge dazu: jeg er, du er, han er, hun er, det er, vi er, dere er, de er sowie „sein“ = være. Danke fürs Zuhören! Übe weiter, hör die Folge nochmal im Mitsprech-Modus, und besuche www.synapse-lingo.com für mehr Lern-Content. Diese Podcast-Episode wurde dir präsentiert von SynapseLingo. Bis zum nächsten Mal!

Lektion 3

Lektion 3: Deutsch – Norwegisch: gehen = gå – Konjugation und Alltag schnell lernen

Lerne Norwegisch mit Deutsch als Sprungbrett: Heute dreht sich alles um „gehen“ = gå. Wir üben die Formen: ich gehe = jeg går, du gehst = du går, er geht/sie geht = han går/hun går, es geht = det går, wir gehen = vi går, ihr geht = dere går, sie gehen = de går. Perfekt für Alltagssätze, Smalltalk („Wie läuft's?“ – det går) und kurze Dialoge – ideal für deinen nächsten „på tur“-Moment!

Willkommen

Hey du, schön, dass du da bist! Diese Folge wird dir präsentiert von SynapseLingo – schau unbedingt auf www.synapse-lingo.com vorbei.

Heute machen wir einen flotten Spaziergang durch das

deutsche Verb „gehen“ und seine norwegischen Formen wie gå, jeg går und det går. Humor an, Schuhe an – los geht's!

Dein Lernziel heute

In wenigen Minuten kannst du „gehen“ sicher auf Norwegisch nutzen – im Alltag, in Dialogen und im Smalltalk.

Ziel: Du verknüpfst die deutschen Formen gehen, ich gehe, du gehst, er geht, sie geht, es geht, wir gehen, ihr geht, sie gehen mit å gå und den Präsensformen jeg går, du går, han går, hun går, det går, vi går, dere går, de går.

Formen im Überblick

Sprich laut mit – so prägt es sich ein.

- gehen → å gå
- ich gehe → jeg går
- du gehst → du går
- er geht → han går
- sie geht → hun går
- es geht → det går
- wir gehen → vi går
- ihr geht → dere går
- sie gehen → de går
-

Mini-Dialog am Kaffeestand

Lass uns die Formen in einer kurzen, lustigen Szene hören.

- A: Wie läuft's heute? – B: Naja, es geht. Det går.
- A: Ich glaube, ich gehe jetzt. – B: Okay, auf Norwegisch: jeg går.
- A: Und du? – B: Du gehst nach dem Kaffee. Genau: du går etter kaffen.
- A: Er geht schon mal vor. – B: Jep, han går først.
- A: Sie geht mit. – B: Klar, hun går også.
- A: Wenn der Bus voll ist, wir gehen zu Fuß. – B: Richtig, vi går.
- A: Leute, ihr geht links rum! – B: Genau: dere går til venstre.
- A: Und da drüben? Sie gehen direkt zum Park. – B: Stimmt, de går til parken.

Kultur- und Bedeutungs-Tipp

Mini-Merker für natürliches Sprechen.

- Achtung Doppelbedeutung: „es geht“ im Sinn von „okay/so lala“ heißt det går und hat nichts mit Loslaufen zu tun.
- „ihr geht“ ist dere går, „sie gehen“ (Plural) ist de går.
- Alltags-Idiom: „spazieren gehen“ = gå en tur. „Weggehen“ = gå bort.