

FERÐIR

FIMMTUDAGUR 9. JÚNÍ 2011 • KYNNINGARBLAÐ



Edinborg, Dublin og Ríga í haust

Ferðaskrifstofan VITA býður í haust upp á stuttar haustferðir til þriggja fornfrægra borga: Edinborgar í Skotlandi, Dublin á Írlandi og Ríga í Lettlandi.

EDINBORG – FÓLK KEMUR AFTUR OG AFTUR

Í haust býður Ferðaskrifstofan VITA upp á nokkrar haustferðir til Edinborgar. Farið verður 13. og 27. október og 3. og 17. nóvember. Ferðirnar eru ýmist þriggja eða fimm náttu og boðið er upp á skoðunarferðir um borgina og nágrenni.

„Ég fer sjálf til Edinborgar eins oft og tækifæri gefst. Hún hefur það aðráttar afl að maður vill koma aftur og aftur enda er borgin glæsileg í alla staði, hvert sem litíð er,“ segir Inga Geirsdóttir, fararstjóri VITA í Edinborg.



Inga Geirsdóttir



„Borgin hefur mörg kennileiti, sem gerir það eiginlega ómögulegt að týnast í henni. Einn af stærstu plúsum borgarinnar er hversu lítil og þægileg hún er. Þar búa um 500.000 manns og hefur borgin oft verið valin besta borg í Evrópu til að búa í. Ekki skemma glaðværð og vingjarnleiki Skota fyrir og sagt er að hingað sé enginn óvelkominn,“ segir Inga. „Nú erum við hjá VITA að setja upp spennandi 3-5 náttu haustferðir. Þá er flugið

beint til Glasgow og ekið í klukkutíma til Edinborgar. Boðið verður upp á skemmtilegar skoðunarferðir, til dæmis dags sveitaferð þar sem keyrt verður til hins rómaða Loch Lomond vatns þar sem boðið verður upp á klukkutíma siglingu. Einnig bjóðum við upp á rútuferð um Edinborg og förum yfir sögu borgarinnar. Eins höfum við boðið þeim sem vilja ferð í Holyrood-höllina, Edinborgarkastala og léttu gönguferð um Royal Mile. Við skoðum fallegar byggingar og kynnum okkur skemmtilegar og áhugaverðar sögur frá fyrri tíð og skellum okkur inn á bar eða kaffihús og njótum þess að vera til í óstressuðu umhverfinu. Margir leggja leið sína í hinn fallega almenningsgarð Princes Street Gardens sem er rétt við hótelið sem VITA býður upp á, kíkja á blómaklukkuna og hlýða á sekkjapípuleikara sem eru nánast á hverju horni.“

DUBLIN – BEINT FRÁ AKUREYRI

Fjögurra náttu helgarferð 27.–31. október. Dublin á Írlandi er einstök borg sem hefur unnið hug og hjörtu margra Íslendinga í gegnum árin, enda er varla annað hægt en að hrifast af umhverfinu, menningunni og lífsgleði innfæddra. Ferðaskrifstofan VITA býður í haust upp á ferð í beinu flugi frá Akureyri til Dublin í samstarfi við Ferðaskrifstofu Akureyrar.

„Við erum tekin við sem umboðsaðilar VITA hér fyrir norðan,“ segir Ragnheiður Jakobsdóttir, skrifstofustjóri Ferðaskrifstofu Akureyrar. „Við sjáum um sölu í allar ferðir VITA auk þess að bjóða upp á þessa ferð til Dublin í beinu

flugi héðan í október. Þetta er fjögurra daga ferð til þessarar frábæru borgar sem býður upp á menningu, skemmtun, verslun og skemmtilegt mannlíf.“



Ragnheiður Jakobsdóttir



Írarnir eru svo skemmtilegir heim að sækja og pöbbaþvenningin og mannlífið svo litríkt, auk þess sem borgin er mjög falleg. Þeir sem vilja geta síðan farið í skoðunarferðir og kynnt sér sögu borgarinnar en þeir sem vilja verja tímanum í verslunum geta gert það.“

Það er þó ekkert skilyrði að vera búsettur á Norðurlandi til að nýta sér þessa ferð og bendir Ragnheiður á að svæðið sem Ferðaskrifstofa Akureyrar þjóni nái allt frá Austfjörðum til Húnavatnssýslna. „Það hefur mælt óskaplega vel fyrir að bjóða upp á ferðir beint héðan,“ segir hún. „Enda sparar það fólki bæði tíma og peninga. Það er farið héðan að morgni og lent hér aftur að kvöldi þannig að tíminn nýtist allur í Dublin sjálfri.“

Þetta er eina ferðin sem Ferðaskrifstofa Akureyrar býður upp á í beinu flugi frá Akureyri og segir Ragnheiður vissara að hafa tímann

Ragnheiður segir hótelið sem í boði eru vera vel staðsett og góð og alla þjónustu til fyrirmyndar.

Sjálf segist hún hafa farið í slíka ferð til Dublin og óhikað geta mælt með henni.

„Þetta var óskaplega skemmtilegt. Írarnir eru svo skemmtilegir heim að sækja og pöbbaþvenningin og mannlífið svo litríkt, auk þess sem borgin er mjög falleg. Þeir sem vilja geta síðan farið í skoðunarferðir og kynnt sér sögu borgarinnar en þeir sem vilja verja tímanum í verslunum geta gert það.“

fyrir sér við pöntun, þar sem reynslan sýni að færri komist yfirleitt að en vilji. Hægt er að bóka ferðina á heimasíðu VITA, vita.is, eða hafa samband við Ferðaskrifstofu Akureyrar og bóka þannig.

RÍGA – REYKJAVÍK AUSTURSINS

Fjögurra náttu helgarferð 5.–9. október.

„Gamli miðbærinn í Ríga heillaði mig mest,“ segir Gunnar Helgason, leikari og fararstjóri í haustferð VITA til Ríga í Lettlandi. „Hann er náttúrlega stútfullur af kirkjum, eins og miðbærir eru víðast hvar í Austur-Evrópu, en þar er líka risastór markaður og þangað fór ég og endurnýjaði öll tréahöld fyrir eldhúsið. Svo förum við í eina fallegustu höll Austur-Evrópu, sem heitir Rundale, og heimsækjum minjasafn Lettlands, sem er svona þeirra Árbæjarsafn.“

Gunnar segir öll hótelið sem boðið er upp á í VITA-ferðinni vera stórgóð og í göngufjarlægð frá öllu því helsta í miðbænum. „Miðbærinn er rólegur og þægilegur og fullt af mjög góðum veitingastöðum. Minna um túrisma en víða annars staðar og allt einstaklega þægilegt. Þrjár stórar verslunarmiðstöðvar í göngufæri frá hóteliðum og svo



aðrar miklu stærri í leigubílafjarlægð. Lettarnir hafa ofboðslega ríka þjónustulund og eru í alla staði mjög viðkunnanlegir og hjálpfúsir; þeir taka alls staðar vel á móti manni og hvergi er neitt vesen.“

Gunnar segir Ríga oft hafa verið kallaða París austursins, en nú til dags sé eiginlega nær að kalla hana Reykjavík austursins, enda séu Lettar mjög stoltir af skemmtanalífi borgarinnar. En hvað kom til að hann varð fararstjóri í Lettlandi? Var það bara vegna þess hvað hann er skemmtilegur? „Það hlýtur að vera,“ segir hann og skelli hlær. En í alvöru hef ég verið mikið í Rússlandi og Póllandi og hef þar fyrir utan gríðarlegan áhuga á sögu þessa heimshluta og raunar sögu yfirleitt.“

Munu ferðalangar í Ríga fá að njóta þessarar sögukunnáttu? „Saga Lettlands er mikil átakasaga og það var mjög áhugavert að setja sig inn í hana. Ég fer með fólkið í gönguferðir um miðbæinn og segi frá, enda er það algjörlega nauðsynlegt þegar maður kemur til nýrrar borgar að skoða helstu staði og sjá hana frá öllum hliðum. Þá er maður bara búinn að ná þessu og getur farið allra sinna ferða.“

Gunnar segir alla sem koma til Ríga verða að prófa að fara í gufubað. „Þeir eru með gufuböð og heilsulindir og alls konar gufubaðsklúbba og það er algjör nauðsyn að prófa þá. Láta berja sig með hrísvöndum og fara í kalda sturtu á eftir. Maður verður eins og nýr.“

Allar þessar ferðir er hægt að bóka á vita.is eða hjá sölumönnum VITA og Ferðaskrifstofu Akureyrar.

Ferðaskrifstofan VITA, Skútuvegur 13a, sími 570 4444
Ferðaskrifstofa Akureyrar, Ráðhústorgi 3, sími 460 600

Á slóðum íslenskra landnema

Tveggja vikna ferð til Klettafjalla í Kanada verður farin á vegum Bændaferða hinn 20. ágúst. Farið verður um slóðir íslensku landnemanna og fræðst um sögu og menningu Kanada undir íslenskri fararstjórn.

„Þórhallur Vilhjálmsson er einn af okkar reyndustu fararstjórum. Hann þekkir svæðið vel og er einstaklega skemmtilegur sögumaður,“ segir Hugu Hannesdóttir hjá Bændaferðum, sem hafa skipulagt ferðir til Kanada allt frá árinu 1975.

„Áfangastaðirnir eru sérstaklega skemmtilegir í þessari ferð fyrir þá sem hafa áhuga á sögu,“ bætir hún við, en helstu áfangastaðir eru Vancouver og Klettafjöllin, bæirnir Kamloops og Jasper og borgin Calgary, svo eitthvað sé nefnt. Safn Stephans G. Stephanssonar í Markerville verður einnig sótt heim og litið við hjá hjónunum Auði og Sumarliða Ingvarsson, en þau hafa verið fararstjórar hjá Bændaferðum um árabil. Auður og Sumarliði hafa verið búsett í bænum Kelowna síðustu 35 ár og segja frá lífi sínu í Kanada. Ferðin snýst þó um fleira en sögulslóðir íslenskra landnema, segir Hugu.

„Þarna er stórfengleg náttúra. Saga landnemanna almennt er mjög áhugaverð, til dæmis hvernig leita þurfti leiða yfir fjöllin til að leggja járnbraut. Saga Indíánanna sem bjuggu fyrir á svæðinu er einnig mjög áhugaverð og hvernig samskiptum þeirra og landnemanna var háttað. Það er líka mjög gott að ferðast um Kanada á þessum árstíma, ekki of heitt en þó ennþá sumar.“

Sjálfr ferðaðist Hugu á sömu slóðir um páskana í fyrra. Innt eftir því hvað hafi staðið upp úr í ferðinni á hún erfitt með að gera upp á milli staða.

„Það var sterk upplifun að koma til Markerville og sjá hvað íslensku landnemarnir þurftu að leggja á sig. Ég er mikil útivistarmanneskja og fannst virkilega gaman að koma til Banff og fara með kláfi upp í fjöllin. Náttúrufergurðin er stórkostleg og þarna eru margar gönguleiðir. Viðmót heimanna fannst mér líka frábært, en Kanadamenn eru kannski líkir Íslendingum að vissu leyti, báðar þjóðir búa í návígi við náttúruna. Þá mæli ég sérstaklega með því að panta sér góða nautasteik einhvern tímann í ferðinni.“

Nánari upplýsingar um ferðina er að finna á heimasíðu Bændaferða, www.baendaferdir.is, og þar má einnig lesa ferðasögu Hugu.



Borgarlandslag í Calgary.

MYND/NORDICPHOTOS



Skemmtilegt mannlíf í miðbæ Vancouver.

MYND/NORDICPHOTOS



Farið verður um Klettafjöllin þar sem landnemar lögðu járnbrautarteina gegnum hrikaleg fjallaskörð.

MYND/NORDICPHOTOS



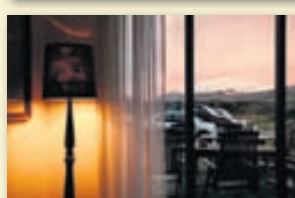
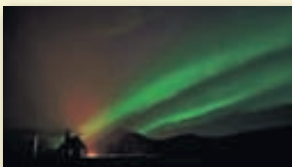
HÓTEL BÚDIR

*Upplifðu einstaka náttúruferð og
gældu við bragðlaukana á óviðjafnanlegu hóteli*

Munið gjafabréfin - einstök gjöf fyrir brúðhjúon, afmæli og aðrar tækifærisgjafir

Nánari upplýsingar í s: 435 6700.

Velkomin á Hotel Budir



Hotel Budir | IS-365 Snæfellsnes | Iceland | Tel. +354 435 6700 | Fax. +354 435 6701 | budir@budir.is

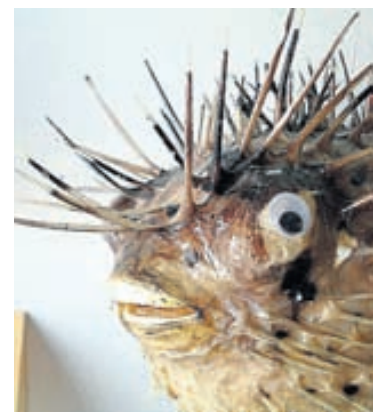
Alls konar ullabjakk

Mannskepnan leggur sér ýmislegt til munns og margt miður geðfellt gæti sumum pött. Hér eru nokkrir „sælkeraréttir“ sem njóta vinsælda víðs vegar um heim.



Leðurblöku- og ávaxtasúpa þykir hreinasta lostæti í Indónesíu. Leðurblakan er elduð í heilu lagi í kókospjól og borin fram ásamt ávöxtum.

Súkkulaðihiúðaðir sporðdrekar, krókódílakássa og sporðdrekaodki eru meðal þess sem veitingahúsið Edible í London býður upp á.



Fugu er vinsæll fiskur í Japan. Aðeins þaulvanir matreiðslumenn mega verka hann því annars er hættu á því að sá sem borðar hann deyri, enda inniheldur hver og einn nógu mikið eitur til að leggja þrjátíu manns að velli.



Igúanaeðlur eru ekki aðeins vinsæl gæluðyr í El Salvador heldur líka góðgæti sem bragðast víst eins og kjúklingakjöt.

Útgefandi: 365 miðlar ehf., Skaftahlíð 24, s. 512 5000 Ábyrgðarmaður: Jón Laufdal jonl@365.is s. 512 5449
Umsjónarmaður auglýsinga: Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir sigridurdagny@365.is s. 512 5462.

SEYÐISFJÖRÐUR



Hvað er sagt um Seyðisfjörð?

Lonely Planet: Farðu á miðnætur kajak, það er ójarðnesk upplifun og ef þú ætlar aðeins að heimsækja einn stað á Austurlandi ætti það að vera Seyðisfjörður.

Travel + Leisure tímaritið metur Hótel Ölduna mikils.

Svifflugdrekamenn segja fjallið Bjólf vera einstakan stað til að svífa frá, vegna þess að hægt er að aka upp á fjallið í um 640 m hæð yfir sjávarmáli.

Perla í lokaðri skel.
Matthías Johannesen.

Farþegar á skemmtiferðaskipi höfðu þetta um Skálanes heimsókn sína að segja:

Uppáhaldið okkar í ferðinni til Íslands.
Sion & Janet.

Öðruvísi en allar aðrar „cruise“ skoðunarferðir og ein sú besta sem við höfum upplifað.

Dr. David Archer.

Verandi áhugamaður um fuglaskoðun var ég sérlega ánægður með að finna fugla sem ég hafði ekki séð fyrr í ferð minni milli hafna á Íslandi.

Philip Henden.

Gátlisti fyrir ferðalagið austur

Hakaðu við eftirlætið þitt

Gisting

- Hótel Aldan
- Gistihúsið Norðursíld
- Farfuglaheimili
- Gistiheimili Ólu
- Tjaldsvæði
- Skálanes

Matur

- Bistró Skaftfells
- Hótel Aldan veitingahús
- Skálanes - veitingar
- Shell skálinn - skyndibiti
- Samkaup strax - matvara

Viðburðir

- LungA 10.-17. júlí
- Bláa kirkjan tónleikaröð júlí-ágúst
- Smiðjuhátíð 22.-24. júlí
- Myndlist í Skaftfelli árið um kring
- Haustroði 1. október

Afþreying

- Kajak- og fjallahjólaleiga
- Sjóstöng
- Stikaðar gönguleiðir
- Sund, pottur & sauna
- 9 holu golfvöllur
- Náttúruskoðun m. leiðsögn
- Topp aðstaða til svifdrekaflugs
- Köfun niður á El Grillo
- Tækniminja- og Rarik safnið
- Ferð með Norrænu
- Barnaleikvöllur
- Fuglaskoðun
- Rölt með heimamanni
- Bryggjuveiði
- Silungsveiði í Fjarðará
- Fjöruferð
- Fjallagarpur

www.visitseydisfjordur.com



Láttu ekki flugnabitin eyðileggja friið

Effitan flugnafæluúði er með mikla virkni en á sama tíma náttúrulegur og án DEET. Rannsóknir* sýna að Effitan verndar í allt að 8 tíma.

Öruggt fyrir ófrískar konur og börn frá þriggja mánaða. Einungis þarf að passa að bera ekki efnið þar sem hægt er að setja í augu og munn.

Virku innihaldsefni í Effitan eru ma. kókosolía, Eucalyptus Citriodora (sitrónu júkalyptus) og citronella (grastegund sem er notuð í ilmólur).

Effitan er 98,88% náttúrulegur og án allra Paraben efna.

alva
NATURKOSMÉTÍK
EITUREFNALAUST



*Rannsóknir frá Swiss tropical institute í Basel og Dr. Dautel Institut í Berlin.

Innihaldsefni: Gengur vel.

Fæst í flestum apótekum, heilsubúðum og hjá N1.



GRÆNLAND
EINSTÖK ÆVINTÝRAFERÐ
- VERÐ FRÁ 368.000 KR.*



FRÁBÆR AÐSTÁÐA UM BORD

UPPLIFÐU UNDR
SCORESBYSUNDS
Í 8 DAGA FERÐ
Á SKONNORTUNNI HILDI

Brottfarir 2011: 20. - 27. ágúst (eingöngu 8 sæti laus)
27. ágúst - 3. september (eingöngu 3 sæti laus)



► BIRNA@NORDURSIGLING.IS ► SÍMI: 464 7265
WWW.NORDURSIGLING.IS

* Innifalið: Flug, flutningur að skútu, gisting, uppabúin rúm og handklæði, matur, leiðsögn og óáfengir drykkir.

Seyðisfjörður

2011 LungA

10.-17. júlí

www.lunga.is



Þar sem hamingjan ræður ríkjum

Ferðaleiðsagnafyrirtækið Lonely Planet hefur valið tíu staði veraldar þar sem íbúarnir eru hvað hamingjusamastir.

1. Vanúatú er eyríki í Suður-Kyrrahafi. Eyjarnar eru 83 með hvítum ströndum, himinbláum sjó og iðandi mannlífi. Eyjurnar eru gróðursælar og hitinn frá apríl fram í október afar þægilegur fyrir ferðamenn, frá 18 til 28 gráða. Árlega er þar haldin forn hátíð sem talin er vera fyrirmynd nútíma teygjustökks.
2. Montréal er stærsta borg Québec-fylkis í Kanada, en önnur stærsta borg Kanada á eftir Toronto. Montréal er einnig önnur stærsta frönskumælandi borg vesturheims á eftir París. Borgin þykir fjölmenninargleg, íbúarnir eru vingjarnlegir og glaðlyndir. Á sumrin eru íbúarnir sérlega hláturmildir þar sem borgin fyllist af grínistum sem koma fram á hátíðinni Just for Laughs.
3. Happy er bær í Texas í Bandaríkjunum. Slagorð bæjarins er Town without a frown, eða bærinn án grettu. Happy þykir heldur

dauflegur á að líta en samkvæmt Lonely Planet þarf ekki að leita langt út fyrir hann til að kynast því besta sem Texas hefur upp á að bjóða. Þar má nefna fagurt landslag, frábærar gönguleiðir og ekta kúrekasýningar.

4. Konungsríkið Bútan er lítið landlukt land í Himalajafjöllum á milli Indlands og Kína. Náttúran í Bútan er mikilfengleg enda umlykja það himinhá fjöll. Íbúar landsins eru að mati Lonely Planet afar glaðlegir og sáttir við lífið.
5. Kólumbía í Suður-Ameríku er land kaffibauna og karnivals. Þrátt fyrir tengingu þess við eiturlyfjaframléiðslu telur Lonely Planet íbúana eina þá hamingjusömustu. Þá sé landið frábært fyrir ferðalanga, enda hafi öryggið í landinu stóruakist undanfarið. Sérstaklega er mælt með að fólk skelli sér á fótbolta-leik, sem sé mikil upplifun.
6. Wuyi-fjöllin í Kína eru fjallgarður sem nær yfir sextíu ferkílómetra svæði. Wuyi-fjall komst á heimsmínjaskrá UNESCO árið 1999. Í Wuyi-fjöllum blandast vel saman stórbrotið landslag og ævagömul menning. Nokkur hof er að finna

í fjöllum auk dularfullra hella.

7. Malaví er í suðausturhluta Afríku. Helsta einkenni landsins er Malavívatn sem þekur fimmtung þess. Malaví er eitt þéttbýlasta og fátækasta land Afríku en samkvæmt Lonely Planet eru íbúar þess afar glaðlegir og þekktir fyrir gestrisni.
8. Andorra er furstadæmi milli Frakklands og Spánar. Ef heilsu-hreysti er til marks um hamingju hljóta íbúar Andorra að vera afar hamingjusamir, því þar lifir fólk að meðaltali til 83,5 ára aldurs. Í Andorra eru enda kjöraðstæður til að skíða, ganga og hjóla, auk þess sem landið hefur ekki átt í stríði í 700 ár.
9. Hidakagawa er bær í Japan. Þar er á hverju ári haldin ganga sem leidd er af trúði og fólk streymir út á göturnar í líflegum klæðnaði. Það hringir bjöllum og kallar hlæið, hlæið og brátt gellur hlátur um alla borg.
10. Danmörku þekkjá Íslendingar vel. Danir kunna að láta sér líða vel og Lonely Planet telur að góðar samgöngur, hjólamenning og góð lífsskjör í Danmörku geri íbúana eina þá hamingjusömustu.



● VANGAVELTUR UM VIÐKOMUSTAÐI

Vonir standa til þess að heimsókn Vilhjálmss og Katrínar, hertoga og hertogaynju af Cambridge, muni hafa jákvæð áhrif á ferðamannaiðnað Kaliforníu í sumar. Heimsókn þeirra mun standa yfir frá 8.-10. júlí.

Hjónin ungu hafa tilkynnt að þau muni heimsækja Los Angeles og nærliggjandi svæði. Getgátur hafa verið uppi um að þau ætli sér að hitta Hollywood-stjörnur, njóta strandarinnar í Malibu og borða kvöldmat með Elton John eða Beckham-hjónunum. Þau gætu jafnvel séð Beckham leika listir sínar á fótboltavellinum, en lið hans LA Galaxy spilar hinn 9. júlí. Það gæti þó sett strik í reikninginn að fjórða barn Beckham-hjónanna á að fæðast í júlí. Kannski verða hertogahjónin meðal þeirra fyrstu til að berja barnið augum.



● ELSTA OG STÆRSTA HÓTEL HEIMS

Hótelíð Hoshi Ryokan í Japan er elsta hótél í heimi. Það hefur verið starfrækt frá árinu 705, í yfir 1.300 ár. Sama fjölskyldan hefur rekið það í 46 ættliði. Stærsta hótél heims er að finna í Malasíu. Það heitir First World Hotel og í því eru 6.118 herbergi.

● EYRNATAPPAR AUÐVELDA SVEFN

Á löngum ferðalögum, hvort sem er í flugvélum, skipum, bílum eða lestum, gefst farþegum oft tækifæri til að hvílast og sofna. Eftir stress og ákafa við undirbúning ferðarinnar eru slíkar stundir dýrmætar, einkum ef útsýnið er fábrotið. Þó getur svefninn látið á sér standa ef hávaði er í kring, grátandi börn, tónlist eða skraf annarra farþega. Þá geta eyrnatappar gert kraftaverk. Með þá í hlustunum er auðvelt að útiloka öll hljóð og möguleikarnir á að svífa inn í svefninn og vakna endurnærður á áfangastað aukast til muna.



Með bakpokann fullan af frelsi

InterRail er lestarkerfi í Evrópu sem fólk um allan heim hefur nýtt sér í áratugi, sérstaklega yngri kynslóðin sem nýtir þennan ferðamöguleika eftir að menntaskóla lýkur. Hægt er að kaupa sér passa sem gilda mislengi og einnig er hægt að kaupa sér passa sem gildir aðeins innan eins ákveðins lands. Gott er að undirbúa ferðalagið vel og kynna sér vel hvernig InterRail virkar.

Eftirfarandi atriði er gott að hafa í huga varðandi búnað:

- Svefnpoki er nauðsynlegur.
- Tjald ef óvissa ríkir um hvort hægt verði að gista alls staðar innandyra.
- Góður bakpoki skiptir öllu til að fólk þreytist ekki í bakinu.
- Hreinlætisvörur í takmörkuðu magni, tannbursti og sápa.



Hægt er að sníða InterRail ferðir eftir höfði hvers og eins.

NÝIR ÞÆTTIR
OG NÝTT ÁSKRIFTARTÍMABIL ER HAFIÐ!

Láttu vondu veðurspána sem vind um eyru þjóta. Hafðu það gott í sumar og horfðu á ferska og frábæra dagskrá, hvort sem er heima eða í sumarbústaðnum.
Misstu ekki af því allra nýjasta á Stöð 2!

Stöð 2, Stöð 2 Bíó og Stöð 2 Extra kosta aðeins
FRÁ 229 KR. Á DAG

GRILLSKÓLI JÓA FEL
HEFST Í KVÖLD
JÓI FEL GERIR GRILLSUMARIÐ SKEMMTILEGRA

RAMSAY'S KITCHEN NIGHTMARES
HEFST Á SUNNUDAGINN
VINSÆLASTI SJÓNVARPSKOKKUR Í HEIMI
BJARGAR VONLAUSUM VEITINGAHÚSUM Í
MÖGNUM VERÐLAUNAPÁTTUM.

OFF THE MAP
Á MIÐVIKUDÖGUM
NÝR OG HÖRKUSPENNANDI ÞÁTTUR FRÁ
FRAMLEIÐENDUM GREY'S ANATOMY

SO YOU THINK YOU CAN DANCE
HEFST Á FÖSTUDAGINN
VINSÆLASTA DANSEPPNI Í HEIMI LEYSIR AMERICAN IDOL
AF Á FÖSTUDAGSKVÖLDUM Í SUMAR!

HORFÐU HVAR SEM ER HVENÆR SEM ER
FÆRÐU ÁSKRIFTINA UPP Í
BÚSTAÐ FYRIR 0 KR.
STÖÐ 2 FRELSI Á
VOD FYLGIR.

ÚRSLITIN Í NBA
TEKST STÓRSTJÖRNUNUM Í MIAMI AÐ TRYGGJA
SÉR TITILINN EÐA KEMUR DALLAS Á ÖVART?

Skemmtilegri / 25 ár

Æðislegustu mótorhjólaleiðir veraldar

Frelsið er yndislegt þegar ferðast er á motorfák og öll upplifun beint í æð. Hægt er að þeysa um heiminn endilangan á beinum vegum og kröppum, bugðóttum og bröttum, þar sem skilningarvitin fá öll sitt hvað fyrir sinn snúð. Hér sérðu fimm bestu mótorhjólaleiðir heims.

1. ALPAR Í VESTRI

Ef þig þyrstir í knappa fjallvegi, þunnt fjallaloft og unaðslega matarupplifun er hjólaferð í vestanverðum Ölpunum ævintýri lífs þíns. Ferðalagið hefst í Zürich í Sviss þaðan sem brunað er í gegnum Svartaskóg í Þýskalandi og yfir í Alsace-hérað Frakklands. Þaðan er bensínið stigið í botn upp til Savoie, sem er hæst í Ölpunum og fögur fjallaþorpinn hanga utan í fjallshlíðum áður en stefnan er tekin á tvo hæstu fjallvegi Evrópu, Col d'Iseran og Cime de la Bonette. Til að

tvöfalda fjörið er tilvalið að heimsækja líka Alpina í Sviss og Ítalíu. Alþjóðlegt ævintýri sem reynir á hjólagetu og örvar skilningarvitin alla leið.

2. FRÁ CHRISTCHURCH TIL AUCKLAND Á NÝJA-SJÁLANDI

Afbragðs þjóðvegir Nýja-Sjálands gera mótorhjólamönnum kleift að aka í gegnum heilt land. Hvarvetna ber fyrir augu landfræðileg undur þar sem hjólamenn þjóta hjá jökklum, hrikalegum fjallstoppum, eldfjöllum, gróskumiklum skógum og töfrandi ströndum, en leiðin veitir ómældan innblástur og ógleymanlega lífsreynslu.

3. SUÐUR-NOREGUR

Noregur er kannski ekki fyrsti áfangastaðurinn sem kemur upp í huga mótorhjólafólks, en í Suður-Noregi eru stórkostlegir vegir



Í Suður-Noregi eru hársþennubeygjur milli himinhárra fjalla og djúplárra fjarða óteljandi.

sem hlykkjast um fjöllótta firði og reyna á ökumenn og hjól þeirra um leið og fegurðarskynið er örvað til fulls. Upplagt er að byrja ferðalagið í Kristiansand og leggja lykkju á leiðna og fara norðurleiðina til bæjanna Dombas og Olden áður en vesturleiðin er tekin til baka. Ökumenn þurfa að þræða krappar hársþennubeygjur í tugatali, keyra meðfram þverhniptum klettaveggjum og þeysa í gegnum jarðgöng sem sum eru með 180 gráðu beygjum.

4. AUSTURSTRÖND ÁSTRALÍU

Ástralía er land ótrúlegra náttúruundra og á austurströndinni fá hjólamenn notið þeirra flestra. Ferðin hefst í Melbourne, þaðan sem haldið er norðaustur frá New South Wales til Queensland á hlykkjóttum vegum meðfram



Alpurnir eru augnakonfekt hvert sem litið er og þykja fremsta paradís mótorhjólafólks.



Afríka er mörgum framandi áfangastaður, enda líkt og annar heimur í allri upplifun. Hér má sjá kvöld í Höfðaborg.

Kyrrahafinu, en einnig farið um fagra fjallvegi og dólað við ströndina. Margir fara til baka suðvesturleiðina frá Brisbane, sem er alveg jafn stórkostleg, og endar á upphafsstaðnum Melbourne.

5. HÖFÐABORG TIL JÓHANNESARBORGAR

Einstök og krefjandi strandlengjan

frá Höfðaborg til Jóhannesarborgar er draumur allra vélhjólamanna. Hvarvetna hittir náttúrufegurð og menning menn í hjartastað, en farið er um undravert landslag sjávarbakka, gresja, gljúfra og grænna dala. Erfitt er að hafa augun á bugðóttum vegum vegna undra suðurafriksk strjálbýlis og strandvega við Atlants- og Indlandshaf. -þlg



Hollt og næringarríkt Nestispakkar að hætti Jóa Fel fyrir fjallageitur og göngugarpa



Tindur

- Hreinn ávaxtasafi - 500 ml
- Hafrættis
- Heilkorna rúnstykki með grænmeti, skinku og osti
- Banani

Verð á nestispakka: 1.190 kr.



Garpur

- Hreinn ávaxtasafi - 500 ml
- Vatn - 500 ml
- Hafrættis
- Heilkorna rúnstykki með grænmeti, skinku og osti
- Banani
- Kalt pastasalat - 400 g

Verð á nestispakka: 1.990 kr.



Brattur

- Hreinn ávaxtasafi - 500 ml
- Vatn - 500 ml
- Hafrættis
- Heilkorna rúnstykki með grænmeti, skinku og osti
- Heilkorna flatkaka með osti og hangikjöti
- Banani

Verð á nestispakka: 1.590 kr.

NESTISPAKKARNIR FÁST EINGÖNGU HJÁ JÓA FEL Í HOLTAGÖRÐUM
Panta þarf nestispakkana með dags fyrirvara ef fleiri en 5 pakkar eru keyptir í einu.
Pantanir í síma: 588 8998 eða á netfanginu: joifel@joifel.is

Jói Fel

BAKARÍ

OPNUNARTÍMI HJÁ JÓA FEL Í HOLTAGÖRÐUM: MÁNUÐ. - FÖSTUD. KL. 7-18. LAUGARD. - SUNNUD. KL. 7-17.



Fjórtni prósent hafa daðrað við áhafnarmedlimi flugvéla.

Daðrað um borð

Einungis einn af hverjum tíu flugfarþegum er tilbúinn til að spjalla við ferðafélaga sína, samkvæmt ástralskri rannsókn sem gerð var fyrir ferðaskrifstofuna Expedia.com. Í rannsókninni kom einnig fram að einn af hverjum sjö karlmönnum daðraði við áhafnarmedlimi flugvélarinnar og fjögur prósent þátttakenda sögðust hafa átt í sambandi við einhvern sem þeir hittu á flugferðum.

Í rannsókninni kom einnig fram munur á hegðun karla og kvenna á flugferðum. Ástralskir karlmenn voru mun duglegri við að nota afþreyingarbúnað flugvéla, en 67 prósent þeirra notuðu hann á meðan meira en helmingur kvenna skoðaði afþreyingarefnið ekki. Konur völdu góðar bækur fram yfir afþreyingu flugvéla.

Þrátt fyrir að eyða tíma sínum á mismunandi vegu voru bæði kyn sammála um að það sem væri mest þreytandi við langar flugferðir væru þrengslin í þeim. -mmf



Ólafur á bak við nýgróðursett kirsu-berjatré. Myndin er tekin í maí síðastliðnum.



Dagmar er með bleik, einföld og velilmandi blóm. Nýpunar eru ætar og má nýta í sultu, súpu, te og fleira.



Lyngrósin Fantasticaer á meðal þess sem hægt er að nálgast í Nátthaga.



Árið 2010 þroskaðist fyrsta eplið í Nátthaga á finnska eplayrkinu Pirja. Það bragðaðist eins og sætasta konfekt!



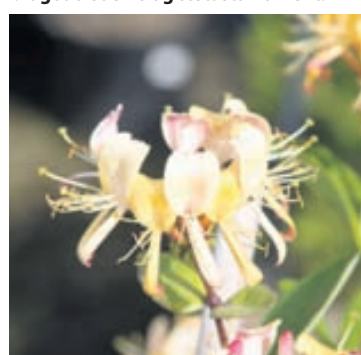
Sígrænir „krúttunnar“ eru annað sérsvið Ólafs. Þar er úrvalið mikið.



Óhætt er að segja að litadýrin sé við völd í Nátthaga. Lyngrósin Grandiflorum.



Ólafur segist ekki eiga neina glæsivillu en flotta útistofu í formi skógar, grósku og blómstrandi plantna frá mars og fram í nóvember. Þær gefi meira en steypa og gler.



Skógartoppur blómstrar frá miðju sumri og fram á haust. Blómin ilma dásamlega, sérstaklega í kyrrviðri á kvöldin.



Hjónarósin getur orðið margir metrar á hæð og getur til dæmis hæglega hulið heill skruðhús og pergólu.

Litið við í paradís

Nátthagi garðplöntustöð selur eitt mesta úrval landsins af trjám og runnum.

Á skika úr landnámsjörðinni Gljúfri í Ölfusi, með örnefnið Nátthaga, er að finna sannkallaða paradís þar sem fjölbreytt gróður- og náttúrufar ræður ríkjum. Landeigandinn Ólafur Sturla Njálsson, garðyrkjukandídat frá Landbúnaðarskólanum í Ási í Norgei, á allan heiður að fegurðinni og heldur að auki úti garðplöntustöðinni Nátthaga.

„Fólk sem kemur akandi yfir heiðina að kaupa tré eða runna spyr mig oft: „Er alltaf svona hlýtt hérna?“ Mitt svar er iðulega stutt og laggott: „Nei, ég bjó þetta til.“ Enn þarf maður ekki að fara lengra en upp á þjóðveg til að upplifa hvernig þetta var í byrjun,“ segir Ólafur, sem keypti landið árið 1988. Þá var hráslagalegt um að litast, nauðbitinn mói, urð og melur, húslaust og allslaust og vetur erfiðir, eins og Ólafur orðar það. Hann sá hins vegar möguleikana og hófst handa við að planta trjám og runnum, bætti við hekturum og opnaði svo Nátthaga árið 1990.

„Aspir voru á meðal fyrstu trjánna sem ég gróðursetti. Flestar stórskemmdust reyndar í vonskuveðri fyrsta vetur-

inn, aðeins Keisari stóðst álagið og eftir það hef ég verið stórhreifinn af honum,“ minnst Ólafur og bætir við að á fáeinum árum hafi sprottið upp á landinu allar helstu trjategundir, greni, fura og reynir, fyrir utan ösp og margar tegundir innan hvernar ættkvíslar. „Í dag nær gróðursældin yfir sextán hektara en utan um garðplöntustöðina er gróðursældin á fimm hekturum.“

Í Nátthaga er því hægt að nálgast eitt mesta úrval trjáa og runna á landinu, segir Ólafur. „Hér er mikið rósasafn, líka klifurplöntur og berjarunnar. Fólk hefur þessa stundina mestan áhuga á ávaxta-trjám og ég býð upp á plómu-epla-, peru- og kirsu-berjatré frá framleiðanda í Finnlandi. Aðstæðum á sömu breiddar-gráðu þar svipar til Íslands og því hafa trén þrífist vel. Til marks um það komu fyrstu eplin í fyrrasumar og eru bæði falleg og góð.“

Hann kveðst líka halda grunnnámskeið í ræktun ávaxtatrjáa. „Ég fer í öll helstu atriðin og get flutt erindið víðs vegar um landið, óski fólk þess.“

Nátthagi garðplöntustöð er höfð opin virka daga frá klukkan 10 til 19, en frá klukkan 10 til 18 um helgar og á almennum frídögum. Nánar á www.natthagi.is.



NÁTTHAGI

Harðgerð tré og runnar fyrir garða og skógrækt

Úrval dekurplantna: alparósir, klifurplöntur, rósir, sígrænir runnar, ávaxtatré og berjarunnar.

Sími 483 4840
GSM 698 4840
Veffang: www.natthagi.is
Netfang: natthagi@centrum.is
Opið alla daga kl. 10-19

Fangaðu ferðalagið með Canon EOS



Ljós. Goli

Það geta allir tekið þátt í EOS ævintýri Canon. Frábært úrval af myndavélum fyrir byrjendur, áhugaljósmyndara og atvinnu-
menn til að fanga augnablikið.

Magnaðar ljósmyndir og Full HD vídeómyndir ásamt mörgum
skemmtilegum og notendavænum eiginleikum.

Prófaðu Canon EOS hjá viðurkenndum söluaðila Nýherja,
umboðsaðila Canon á Íslandi. Tveggja ára ábyrgð.

Kennslubókin Stafræn ljósmyndun á Canon EOS fylgir með
ákveðnum EOS myndavélum.



Vertu vinur Canon á Íslandi á Facebook.
Canon EF linsur til leigu í Tækjaleigu Sense.

Canon

Viðurkenndir Canon söluaðilar um land allt

Reykjavík Verslun Nýherja, Borgartúni 37 - Sense Center, Kringlunni - ELKO Lindum, Skeifunni & Granda - Beco, Langholtsvegi 84 - Myndval, Mjódd - Fotoval, Skipholt 50b / Akureyri
Pedromyndir - Byko / Húsavík Bókaverslun Pórarins / Ísafjörður Bókahornið - Penninn / Sauðárkrúkur Tengill - Kaupfélag Skagfirðinga / Blönduós Kjalfell / Hvammstangi Ráðbarður
/ Grundarfjörður Hrannarbúðin / Stykkishólmur Skipavík / Borgarnes Framköllunarþjónustan - Omnis / Akranes Omnis / Reykjanesbær Omnis / Selfoss TRS / Höfn í Hornafirði Mar-
tölvan / Neskaupstaður Tónspil / Egilsstaðir Myndsmiðjan / Vestmannaeyjar Geisli - Tölvun / Netverslun Nýherja, www.netverslun.is / ELKO Flugstöð Leifs Eiríkssonar