



Heillandi Heimur kynnrir

# Náttúruævintýri í Finnlandi

6. til 11. sept 2022



## Ferðalýsing

6. – 11. september 2022

6 dagar / 5 nætur

Endurnærandi ferð til Finnlands fyrir þá sem vilja kynnast finnskri skógar og eimbaðsmenningu. Flogið verður til Helsinki en þaðan verður ekið til Eerikkilä þar sem gist verður fyrstu þrjár næturnar. Eerikkilä sport & outdoor resort er við tvö vötn umkringd skógum og falgri náttúru. Farið verður í skógarferð í finnskan þjóðgarð í leit að villtum sveppum, í finnsk eimbað þar sem gestum gefst einnig kostur á að baða sig í köldu vatni, gönguferð með leiðbeinanda um Eerikkilä svæðið, auk afþreyingar sem þátttakendum er frjálst að velja úr svo sem fara á fatbike hjól, SUP, róa árabát, fara á klifursvæði, spila tennis og margt annað. Í síðari hluta ferðar verður hin einstaka borg Helsinki könnuð en þar má finna einstaklega fallega hönnun og byggingarstíl. Þátttakendur fá síðan frjálsan dag í lok ferðar þar sem þeim gefst kostur á að bæta við skoðunarferðum eða njóta Helsinki á eigin vegum.

### Dagskrá

Þri 6.sept

Flogið verður frá Keflavík um kl. 7:45 og lent í Helsinki um kl. 14:15. Ekið verður til Eerikkilä sport & outdoor resort, á leiðinni verður stoppað í matvöruverslun þar sem þátttakendum gefst kostur á að kaupa mat og drykki til þess að taka með sér á gististað fyrir næstu daga. Vinsamlegast athugið að Eerikkilä er á dreifbýlissvæði og næsta verslun er í 20 mín akstri frá svæðinu. Þegar gist er á Eerikkilä er morgunverður, hádegisverður og kvöldverður innifalinn, en gera þarf ráð fyrir að versla annað sem þarf þar til farið verður til Helsinki, svo sem nasl o.s.frv. Komið verður á gististað í lok dags þar sem þátttakendur koma sér fyrir og hvíla sig fyrir ævintýraferð næsta dags. Kvöldverðarhlaðborð er milli kl.16:30-19:00.



Mið 7.sept

Morgunverðarhlaðborð er milli kl. 7:00-9:00.

Klukkan 9:00 verður farið í þjóðgarðinn Liesjärvi sem er í nágrenninu (Það verða að hámarki 10 manns í ferðinni í hvert skipti, sé fjöldi meiri þá verður hópnum skipt niður og fer þá helmingur af hópnum 31.ág og hinn helmingurinn þann 1.sept).

Í ferðinni verður Liesjärvi þjóðgarðurinn kannaður og töfraheimur finnsku sveppanna. Finnland er einn besti staður heims til að finna villtan mat. Leitað verður að ljúffengasta og dýrmætasta matsvepp Finnlands, kantarellunni ásamt öðrum sveppum. Frá lokum sumars og fram á haust er Liesjärvi þjóðgarðurinn paradís fyrir fæðuöflun. Staðarleiðsögumaður mun veita upplýsingar og ráðleggingar sem snúa að svæðinu og söfnun finnskra sveppa, ásamt því að vera til staðar til að segja frá þeim sveppum sem þátttakendur finna. Ef nægir matsveppir hafa safnast til að elda í hádeginu þá eru þeir steiktir yfir varðeldi og borðaðir með hádegisverðinum. Séu fáa matsveppi að finna þá mun þó vera feiki nóg til að skoða og tala um í ferðinni.



Þegar komið er aftur til Eerikkilä er frjálstími til kl.15:30 þá er hópurnum með tveggja klukkutíma sérafnot af finnsku eimbaðshúsi við vatnið. Þar gef þátttakendum tækifæri til að baða sig í köldu vatninu á milli þess sem slakað er á í eimbaðinu. Það sem eftir er dags er frjálstími, kvöldverðarhlaðborð opið milli kl. 16:30- 19:00.



Hápunktar: • Skógarferð með leiðsögumanni í Þjóðgarði • Læra hvernig á að bera kennsl á tiltekna matsveppi Finnlands • Undirbúningur og eldun villtra matsveppa • Slökun í finnsku eimbaði • kalt bað í finnsku vatni • Hádegisverður og kaffi í finnskum stíl við varðeld



Fim 8.sept

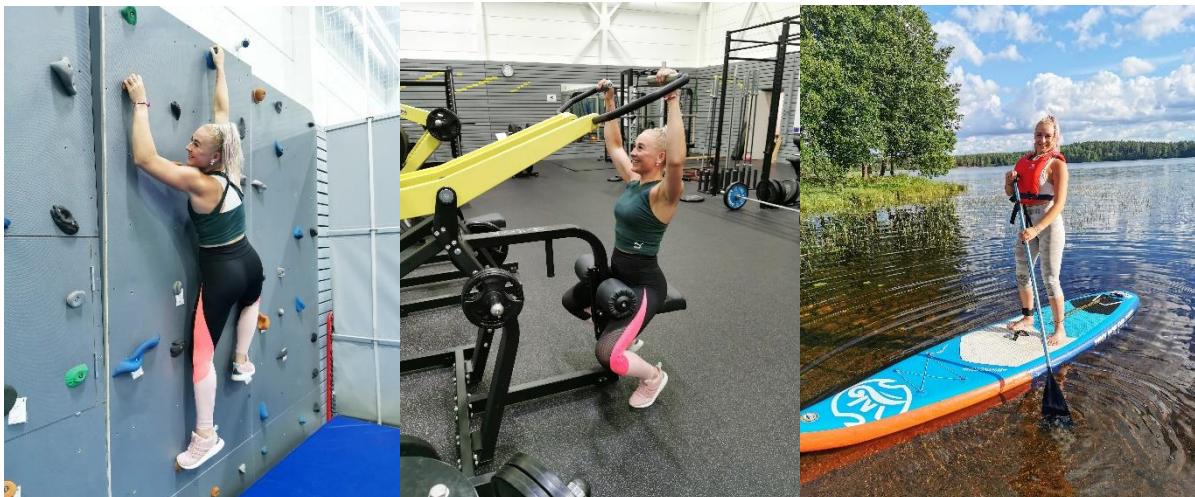
Morgunverðarhlaðborð er milli kl. 7:00-9:00.

Klukkan 9:00 er boðið upp á tveggja tíma gönguferð með leiðbeinanda um svæðið. Leiðbeinandi leiðir hópinn ásamt því að deila upplýsingum um svæðið og sögu þess.

Hádegisverðahlaðborð er milli kl.11:00-13:00.

Það sem eftir er dags gefst þátttakendum frjáls tími til að slappa af, kanna fallegt umhverfi staðarins á eigin vegum og nýta dagspassa sem veitir aðgang að aðstöðu og búnaði á svæðinu (svo lengi sem það sé ekki fullbókað eða í leigu), sjá nánar hér að neðan.

Aðstaða sem dagspassi veitir aðgang að er fótboltavöllur, körfubolti, badminton, blak, líkamsrækt, eimbað, klifuraðstaða, tennis, billjard, borðtennis og úti æfingarsvæði.



Búnaður sem dagspassi veitir aðgang að eru göngustafir, björgunarvesti, hjálmar og hjól, höfuðljós og árabátar, ásamt klukkustunda afnot af kanó, SUP og fatbike hjóli.

Vinsamlegast athugið að þar sem aðstaða og búnaður er notaður á eigin vegum er nauðsynlegt að þátttakendur hafi kunnáttu til að nýta þá aðstöðu eða búnað sem þeir velja. Fyrir þá sem hafa áhuga á einhverju en ekki kunnáttu til þá er hægt að fá leiðbeinanda til þess að kenna á búnaðinn í einn eða fleiri klukkutíma fyrir auka gjald. Leiðbeinendur eru með dagskrár bókaðar fram í tímann, því er nauðsynlegt að velja afþreyingu sem þörf er á leiðbeinanda fyrir, og bóka að lágmarki mánuði fyrir brottför til að hægt sé að tryggja að það sé laust.

Kvöldverðarhlaðborð er opið milli kl.16:30-19:00.



Föst 9.sept

Morgunverðarhlaðborð er milli kl. 7:00-9:00.

Um kl.10:00 verður ekið frá Eerikkilä til Helsinki þar sem þessi heillandi borg verður könnuð. Upphafsstaður bæjarferðar er við gamla markaðinn í Helsinki (Market Hall) þar sem hópnum gefst tími til þess að kaupa sér mat áður en ferðin hefst.

Kl.12:30 hefst bæjarferð um Helsinki. Staðarleiðsögumaður mun segja hópnum frá Helsinki ásamt því að áhugaverðir staðir verða skoðaðir svo sem Senate torgið (Senate Square), suður höfnin (the South Harbour), markaðs torgið (the Market Square), Finlandia Hall eftir heimsfræga arkitektinn Alvar Aalto, Sibelius minnisvarðiinn (the Sibelius Monument) og steina kirkjan (the Rock Church).

Að bæjarferð lokinni verður ekið á hótél Radisson Blu Royal í Helsinki þar sem hópur skráir sig inn.

**Vinsamlegast athugið að þátttakendur sjá sér sjálfir um mat í Helsinki fyrir utan morgunverð á hóteli.**

Laug 10.sept

Morgunverðarhlaðborð er milli kl. 7:30-11

Frjáls dagur í Helsinki, fyrir þá sem hafa áhuga er hægt að bæta við ferðum svo sem hjólaferð í Helsinki, dagsferð í annan þjóðgarð með heimsókn í einstakan gamlan bæ að nafni Porvoo.



Sun 11.sept

Morgunverðarhlaðborð er milli kl. 7:30-11

Ekið verður frá Helsinki til flugvallar fyrir flug frá Helsinki kl. 15:20 og að lokum verður lent í Keflavík kl. 15:55

**Verð 289.900 kr. á mann miðað við tvo í herbergi.**

**Verð 329.900 kr. á mann miðað við einn í herbergi.**

### **Innifalið í verði**

- Flug til og frá Helsinki með Icelandair.
- Akstur til og frá flugvelli.
- 5klst Sveppaferð í Liesjärvi þjóðgarðinn með akstri, leiðsögn og hádegisverði.
- Tveir tímar í Finnsku eimbaði við vatn þar sem hægt er að baða sig í köldu vatninu.
- Tveggja tíma gönguferð með leiðbeinanda um Eerikkilä sport & outdoor resort svæðið.
- Dagspassi á Eerikkilä, sjá nánar hvað er innifalið í passanum í dagskránni meðal annars ein klukkustunda afnot af Kanó, SUP eða fatbike hjólum.
- 3klst bæjarferð með staðarleiðsögumanni í Helsinki með akstri.
- Íslenskur fararstjóri
- Gisting í tveggja manna herbergi í 3 nætur á Eerikkilä sport & outdoor resort með fæði (morgunverðar-, hádegisverðar- og kvöldverðarhlaðborði).
- Gisting í tveggja manna herbergi í 2 nætur á Hótel Radisson Blu Royal með morgunmat.

## Gisting

### Eerikkilä sport & outdoor resort

Eerikkilä Sport & Outdoor Resort er staður fyrir þá sem hafa áhuga á að vera umkringdir náttúru og bæta heilsu sína og vellíðan. Á staðnum er góð þjónusta og aðstaða fyrir ýmsar íþróttir, afþreyingu og útivist. Svæðið er umlukið finnskum skógum og vötnum og eru tveir þjóðgarðar í nágrenninu. Þar sem næring gegnir mikilvægu hlutverki í heildrænni vellíðan er lagt mikið upp úr gæði matar hjá Eerikkilä Sport & Outdoor Resort. Veitingastaðurinn E. Klubi er í Eerikkilä þar sem boðið er upp á hreinan, bragðgóðan og staðbundinn mat. Morgunverður, hádegisverður og kvöldverður er framreiddur á hlaðborði alla daga. Kaffihúsið Café Erik er við móttökuna, Café 49 á jarðhæð félagsheimilisins og Café Erika í Útivistarmiðstöðinni. Hægt er að velja um nýbakaðar kökur, samlokur, veitingar og snarl. Café 49 býður einnig upp á sérlagað kaffi, lítinn snarlmatseðil og áfengi. Gist verður í standard tveggja manna hótél herbergi með baðherbergi í 3 nætur.



### Radisson Blu Royal Hotel, Helsinki

Radisson Blu Royal Hotel er nútímalegt hótél í Kamppi hverfinu, miðsvæðis í Helsinki. Almenningsgöngur eru staðsettar hinum megin við götuna frá hótelinu sem gera það auðvelt að kanna finnsku höfuðborgina. Verslanir, söfn og skemmtistaði eru í göngufæri frá hótelinu meðal annars Kamppi 6 hæða verslunarmiðstöðin og Tennispalatsi menningarmiðstöðin. Veitingastaður hótelsins er Bistró Johan, þar er hægt að fá klassískan mat með nútímalegu ívafi, auk úrvals af drykkjum og vínum. Gestir hafa aðgang að Selkrig Performance Unit líkamsræktarstöðinni í næsta húsi þar sem hægt er að taka góða æfingu áður en slakað er á í finnska eimbaðinu. Á hótelinu eru meðal annars ókeypis Wi-Fi og loftkæling í herbergjum. Gist verður í standard tveggja manna hótél herbergi með baðherbergi í 2 nætur.

